

ALFA

BĂTĂLIA CU DEMONII INTERIORI

■ Cuvânt înainte	9
■ Introducere	11
1 Cum se nasc demonii	13
2 Seducția și vocația	59
3 Un om responsabil și nu prea	137
4 Război pe toate fronturile	195
5 Vindecarea regatului interior	275

GRAFICĂ ȘI COPERTĂ

ea
CREADOR
elena adorian

PRODUCȚIE & DTP
CLAUDIU CATARGIU


HIRSCHKORN
VERLAG UND MEDIA
www.storiesinmotion.eu

MARKETING


Kiwi Agency

1 Godzilla

Am nouă ani. Sunt acasă cu mama.

A fost o zi calmă în care tata nu a venit pe la noi să dea cu pumnii în ușă sau să urle la noi și să ne înjure de afară pentru că mama nu îi deschide.

Au fost efectuate niște lucrări pe coloana în care avem baia și s-au spart niște ziduri în boxă. Noi stăm la etajul 1.

În toiu nopții, într-o liniște aproape totală, se aude un zgomot constant, ca și un zgâriat pe o podea de lemn.

"Hârșc, hârșc, hârșc."

Se aude din bucătărie. Îmi fac curaj și merg să aprind lumina. Zgomotul se oprește. Mă pun din nou în pat. Zgomotul începe din nou.

"Hârșc, hârșc, hârșc."

Mă ridic din pat și merg în camera mamei pășind cât de ușor pot eu, ca să nu fac nici cel mai mic zgomot.

"Mama, auzi și tu?" întreb eu în șoaptă, neștiind dacă doarme adânc sau e și ea trează.

"Da, aud", se aude vocea șoptită a mamei, perfect trează.

"Vrei să vii să dormim împreună?" șoptesc eu din nou, simțind o teamă uriașă în aer.

"Da", spune mama încet și se ridică din pat, luându-și perna și pătura. Ne băgăm în patul meu și stăm amândoi treji.

Bănuim că e un șoarece care a venit prin baie alungat de lucrările din boxă.

"Hai să mergem să vedem ce e!" spun eu temător, nemaiputând rezista tensiunii.

Într-un gest de curaj, merg cu mama în bucătărie, bănuind că șoarecele e în debara. Luăm o coadă de mătură și lovim diverse lucruri din debara ca să îl speriem, însă nu se întâmplă nimic.

O rog pe mama să stea cu mine peste noapte pentru că mi-e frică.

Văd că și ei îi este.

Ne băgăm din nou în pat și ne acoperim cu pătura. Niciunul dintre noi nu poate să doarmă.

Pentru o vreme nu se mai aude zgomotul, însă la un moment dat se aude ceva chiar pe hol, apoi ceva care e viu și se mișcă ajunge în camera noastră.

Suntem amândoi paralizați în pat.

Vietatea se mișcă nestingherită, însă noi nu putem vedea nimic.

Patul este lângă ușă și privirile noastre sunt înspre fereastra închisă peste care sunt trase jaluzelele.

Exact în fața scării noastre de bloc este stâlpul de iluminat și dacă nu ar fi jaluzelele, becurile de afară ar lumina toată camera mea.

Mă uit spre geam unde e singura sursă de lumină. Zgomotul se îndreaptă înspre acolo.

Lângă geam este și biroul meu și se aude clar că vietatea a ajuns la birou și se urcă pe el.

Nu mai respir nici eu și nici mama.

După câteva secunde de tăcere, în lumina geamului se vede silueta unui șobolan uriaș care se ridică pe picioarele din spate ca să vadă ce e cu geamul ăla și dacă poate trece pe acolo.

Șobolanul ăla ridicat pe picioarele din spate semăna cu *Godzilla*.

E aproape cât jumătate de geam.

Ne-am căcat pe noi de frică. Am început să urlu.

Eu cred că urlam la șobolan să îl sperii, mama se ascundea cu capul sub pătură.

M-am ridicat și am sărit într-o secundă să aprind lumina, apoi am luat coada de mătură ce o adusesem cu mine ca armă și am sărit înapoi în pat lângă mama.

Din cauza zgomotelor și a luminii, șobolanul a sărit jos de pe pervaz și a făcut cale întoarsă.

Am început să fugăresc șobolanul cu coada de mătură și l-am scos din cameră pe hol și apoi înapoi în bucatărie. Acolo s-a băgat din nou în debara, printre borcane, sticle, saci și o tonă de alte lucruri înghesuite.

Am închis ușa de la bucatărie, neștiind ce altceva puteam face atunci noaptea.

Bestia s-a pus să roadă ușa de la bucatărie, simțindu-se prins și fără ieșire. Probabil ar fi vrut să ajungă din nou în baie pe unde a venit, însă ne era frică să îl lăsăm înapoi pe hol.

Odată cu venirea zorilor, s-a făcut liniște.

Ziua am luat o pisică și am lăsat-o în bucatărie cu ușa închisă, dar cu ușa de la balcon deschisă ca în eventualitatea în care se luptă cu acesta, șobolanul speram noi să se sperie și să fugă pe vița-de-vie ce ajungea până la balconul nostru.

Ne era mult mai frică pentru viața pisicii decât a șobolanului.

A doua zi, de dimineață, am găsit pisica cu zgârieturi pe cap, însă nu mai era nici urmă de șobolan. Am dat lapte pisicii pentru că mama a spus că așa trebuie făcut atunci când o pisică se luptă cu un șobolan.

Atât ne-a dus mintea atunci.

Am trăit multă vreme cu șobolani prin casă.

Aveam viță-de-vie de jos până sus la balcon, iar balconul nu a fost închis. Cred că urcau pe acolo și ajungeau în bucatărie și își făceau cuib.

Ce țin minte foarte clar și distinct este mirosul. Un miros specific de cuib de șobolan care a rămas imprimat undeva pe creier.

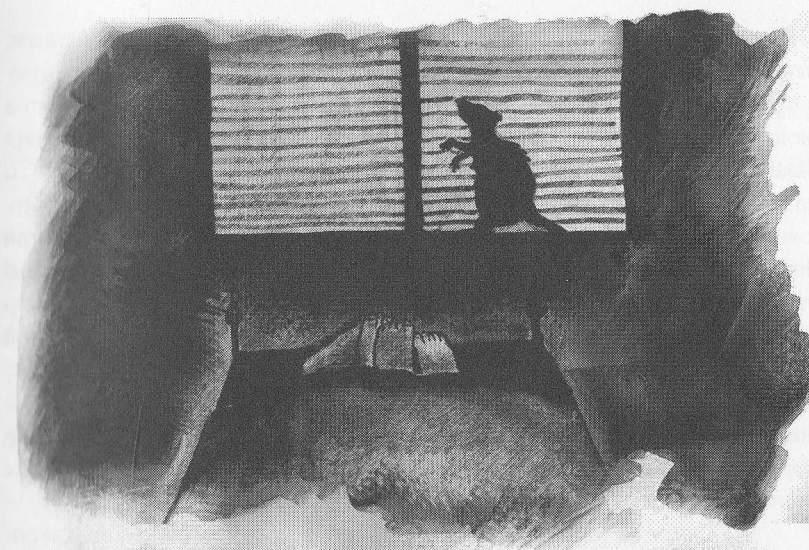
Deși au trecut 25 de ani de atunci, chiar în timp ce scriu această carte, am întrebat-o pe mama:

"Mai ții mine faza cu șobolanul?"

"Daaaal!" a exclamat mama, cu o grimasă de scârbă și un tremur din tot corpul.

Și totuși, faza asta e amuzantă comparat cu restul lucrurilor de care am avut parte în copilărie.

Am vrut, totuși, să încep pe un ton mai lejer, ca să te introduc în atmosferă.



2 Cum s-au născut demonii

Respect pentru oameni și cărți

Unul dintre primii demoni, care mi-a marcat întreaga viață, este demonul rănii de abandon, al neglijenței fizice și emoționale.

Ambii mei bunici și părinți lucrau.

Mama făcea naveta ca învățătoare, tata lucra pe un câmp petrolier și era plecat mai tot timpul, bunicul lucra în orchestra operei, și bunica era bibliotecară la Universitate.

Ce să faci cu un pui de om în situația asta?

Îl dai să îl crească alții.

Și acum, aviz părinților: persoana care petrece cel mai mult timp cu copilul între vârsta de 2 și 6 ani este mama copilului.

Că e bona, că e bunica, tata, bunicul, fratele, cumnatul sau căinele, e tot una pentru puiul de om. Cine îi oferă afecțiune, aceea este mama.

Mama, din punct de vedere sufletesc, spiritual și emoțional. Părinții biologici, dacă rămân doar cu biologia, sunt doar niște oameni de pe stradă. Pentru a deveni cu adevărat părinți, e nevoie de contact fizic, afecțiune, cuvinte, îngrijire, conexiune emoțională și tot pachetul.

Bunica a fost mama în cazul meu, însă nu înainte să îmi trăiesc bine de tot una dintre primele traume ale copilăriei.

Ce înseamnă că bunica a fost mama? Cum rămâne cu mama biologică? Mama mea biologică e singura din familie care mai e în viață când scriu aceste rânduri. O iubesc enorm și mama este prietena mea. Cu ea mă cert, mă contrazic și o pun la punct când eu consider că greșește.

Bunica? Pe bunica o veneram. Orice spunea era sfânt, iubirea dintre noi era indestructibilă. Ea m-a șters la fund, m-a învelit noaptea când îmi era frig, mi-a pus mâncarea în farfurie, m-a îngrijit când eram bolnav și toate acțiunile ei emanau o iubire totală, precum o pătură uriașă ce mă învelea și mă proteja.

A durat mulți ani ca să înțeleg că și mama m-a iubit și mă iubește enorm — însă, ce să-i faci, amprenta asupra sufletului meu a fost lăsată în copilărie de bunica; ea a luat, din punct de vedere emoțional, rolul de mamă. Orice copil crescut la bunici poate rezona cu asta.

De pe la șapte ani m-am dus înapoi acasă, însă conexiunea emoțională cu bunica era deja făcută.

Revenind, bunica m-a luat la ea abia pe la trei ani și ceva.

Am fost dat în îngrijire unei femei, unde stăteam aproape tot timpul.

Tanti care avea grijă de mine primea bani pentru treaba asta. Apoi primea cadouri și mâncare pentru ea și pentru mine, separat. Fructe, dulciuri și tot felul de bunătați pentru că bunicul lucra în străinătate și aducea chestii pe care în România comunistă nu le găseai încă.

Tanti asta s-a gândit, însă, că poate maximiza profitul afacerii și să ia pentru ea și ceea ce era pentru mine: fructe, dulciuri, mâncare, TOT.

Ce am primit eu câteva luni bune din viața mea a fost pâine cu slănină și somnifere. La început, doar pâine cu slănină.

Pentru că eram chinuit, lipsit de afecțiune și neglijat, evident că pe la trei ani, deși nu vorbeam încă prea coerent, puteam să urlu.

Și când, după programul de lucru, venea uneori bunica pe la mine să mă vadă, urlam cât mă țineau plămâni "ACASĂĂĂĂĂĂ!"

Voiam acasă, deși nu aveam prea bine stabilit în psihicul meu fragil această noțiune. Bunica mea vedea că sufăr, suferea și ea, dar încă nu își permitea să schimbe strategia și să mă ia acasă pentru că acest lucru nu depindea atât de mult de ea, ci de părinții mei.

Partea cu somniferele a urmat după, pentru că riscam să stric afacerea cu urletele mele.

Că tot vorbim de amintiri timpurii, țin foarte clar minte scena în care vrăjitoarea bătrână a avut un dialog și o negociere cu mine.

Mi-a fluturat sub nas o curea și mi-a spus: "O vezi? Dacă mai strigi că vrei acasă când vine bunica, cu asta te bat".

Eu, cu mutra mea de înger pur și inocent, cu ochii mari și pupilele dilatate, am dat din cap că am înțeles.

În prima secundă când a venit următoarea dată bunica, ce crezi că am făcut?

Cu forțe înzecite, am urlat: "ACASĂĂĂĂĂĂĂĂ!"

Pentru că bătaia risca să lase vreo urmă, hoășca a gândit ca un profesionist adevărat.

După pâine cu slănină, în dieta mea au fost introduse somniferele și dormeam de fiecare dată după-amiază, exact când terminau ai mei munca și veneau prin vizită.

"Ce face copilul?" era întrebarea pe care o puneau bunica de fiecare dată.

"Copilul e foarte bine", spunea zgrițuroaica. "I-am dat să mănânce, acum l-am culcat și doarme dus."

De la o vreme, devenise suspect faptul că dormeam tot timpul când eram vizitat, dar au mai trecut câteva săptămâni bune care au devenit luni până când aveau să fie luate măsuri.

Toată distracția a durat până într-o zi când cotoroața i-a atacat pe părinții mei direct:

"Copiii dumnevoastră sunt proști", i-a spus vrăjitoarea bunicii mele, referindu-se la fiul și nora ei, adică mama și tatăl meu. "Când vin ei, tot timpul plânge. La mine mănâncă, doarme și stă cuminte".

Pentru că i-a făcut proști și le-a lovit orgoliul, părinții au decis să mă ia de la băbăciunea asta.

Totuși, parcă ceva nu era în regulă cu mine. Eram eu mic, dar parcă rămăsesem la fel de mic și parcă și mai slab decât eram înainte.

S-au gândit să mă ducă la un doctor ca să vadă ce am.

Diagnostic: rahitism.

Asta a scris doctorul în foaie. Sunt rahitic, am 13 kilograme, de luni de zile, și creșterea mea stagnează. Stomacul este foarte micșorat și urmează o bătălie dură pentru supraviețuire. Sunt prea mic și nedevelopat și există riscul să mă sting dacă nu sunt luate măsuri urgente.

Bunica a înaintat a doua zi cererea de pensionare și a rămas acasă ca să mă crească pe mine.

A urmat o bătălie lungă, cu pastile și siropuri pentru poftă de mâncare, cu amenințări și negocieri în fața farfuriei pentru că nu mă atingeam de mâncare.

Uneori, când era tata la masă și mai aveam zece boabe de mazăre în farfurie, dar pur și simplu nu mai puteam să mănânc, tata spunea cu o voce care îmi răsună și acum în cap:

"Mănâncă tot!"

"Dar nu mai pooot", protestam eu printre lacrimi și sughituri.

"Mănâncă și dacă pățești ceva, eu chem salvarea", zicea el foarte sigur pe el.

Mulțam de consolare! Ce draguț din partea ta... În fața unui asemenea argument, știind că tata are grijă să cheme salvarea în caz de nevoie, ce mai puteam să fac decât să mă îndop și cu ultimele boabe de mazăre?

Cât de greu intra furculița în bobul acela mic... Dura un minut ca să mănânc o boabă.

Până la urmă, cu hrana corectă, multe suplimente alimentare, vitamine, multă grijă și iubire, în special de la bunici, am supraviețuit.

Am supraviețuit pentru că în psihologie se spune că supraviețuiești unei traume, însă nu te vindeci de ea. Cu rahitismul am dres-o cumva.

Am avut o greutate normală până pe la 24 de ani, când am început să fac primii mei bănuți și, ca norocul, au apărut și primele localuri și gherete cu junk food. Shaorma, kebab și alte bunătăți.

La 30 de ani eram un obez de 90 de kile, față de 67-70, cât înseamnă să fiu fit, pentru mine.

Mi-a fost dereglat metabolismul pentru tot restul vieții, pentru că din nevoia de a supraviețui, metabolismul meu a încetinit arderile cât a putut el de mult ca să supraviețuiesc cu pâinea și slănina aceea.

Masa mea musculară a fost tot timpul mică și a crescut foarte greu, indiferent cât de tare am tras la sală sau câtă proteină am băgat în mine. Apoi, când am început să mă îndop cu mii de calorii, metabolismul meu tot încet a rămas.

Sorin, care este unul dintre oamenii ce mi-au influențat viața decisiv și despre care vei citi pe larg în această carte, spune, pe bună dreptate, că eu mă îngraș numai dacă miros maioneză — și așa este.

Lupta mea cu greutatea este mai grea decât a majorității oamenilor. Orice greșeală se vede rapid și munca necesară pentru a o repara este multă.

Rămâi cu mine că o să ajungem și la sport și nutriție, împreună cu Sorin.

Să revenim la traumele psihice. Deși fizic am fost afectat, pot să trăiesc foarte bine pentru câte zile mai am pe pământ și pot spune că nici nu consider că am vreo problemă în acest sens. Trauma adevărată nu a fost cea fizică, ci cea emoțională și psihică.

Am fost abandonat de către toți ai mei, și asta e o rană ce poate fi cicatrizată, însă nu va dispărea niciodată. Rana aceasta a fost deschisă de sute de ori de-a lungul vieții mele.

Am fost abandonat și părăsit de prieteni, de fetele pe care le-am iubit, am fost părăsit și abandonat de mai multe ori și de bunici, și de părinți, la o scară mai mică, am fost respins de sute de ori când abordam fete pe stradă în perioada mea de studiu al artei seducției. Mecanismele mele de apărare au ajuns să își facă treaba foarte bine.

Știu că mă pot baza pe mine și voi supraviețui oricărui abandon în această viață, însă rana și trauma sunt acolo. Demonul mișună prin împrejurimi, așteptând să mai deschidă încă o dată rana.

În primele luni ale relației mele, când locuiam cu Oxana, soția mea, am avut o ceartă mare. A fost atât de supărată, încât a decis să plece și să doarmă o noapte la o colegă pentru a-și ventila emoțiile. Când a ieșit pe ușă, i-am văzut pe rând pe mama, pe tata, pe bunici și pe toți oamenii care au plecat din viața mea, dintr-un motiv sau altul, abandonându-mă.

A doua zi, fiind amândoi calmi, i-am spus Oxanei: *"Data viitoare, dacă ai nevoie de liniște, spațiu și intimitate ca să te liniștești, spune-mi și am să plec eu de acasă. Dacă pleci tu, să îți iei toate lucrurile pentru că nu te mai poți întoarce"*.

De aceea există supraviețuitori ai traumei, dar cicatricile sunt tot acolo. Iar demonul stă la pândă, așteptând orice ocazie să îți reactiveze rana și să te bage în modul de comportament care te ajută să supraviețuiești, însă nu te face deloc un om superior, spiritual și iluminat.

Supraviețuirea nu înseamnă evoluție și prosperitate.

Demonul te ține legat de pământ și nu te lasă să zbori eliberat. De aceea el trebuie învins.

Iar primul meu demon, cu care bătălia avea să fie crâncenă pentru tot restul vieții mele, a fost al abandonului. Aș putea spune că cele mai mari suferințe, așa cum urmează să vezi, au fost cauzate de acest demon care, la început, nu părea un dușman prea periculos.



3 Cele zece traume ale copilăriei

"De ce crezi că în Germania nazistă, oameni normali, cu familii normale, au putut să pună umărul pentru a crea mașinăria de război germană, pentru a construi lagăre, pentru a aduce moarte și suferință întregii lumi?" Întreabă psihoterapeuta în cartea The Truth a lui Neil Strauss, într-una dintre scenele de terapie de grup pentru dependenții de sex.

După o scurtă pauză, tot ea continuă.

"Copiii în Germania au fost educați de mici să fie obedienți față de părinți, să se sacrifice pentru ei și să nu aibă obiecții sau personalitate în fața cererilor părintești, cărora le sunt dator pentru viața ce au primit-o."

La un moment dat, patria-tată ("Vaterland") a cerut unei întregi națiuni să se sacrifice, să fie obedienți și să nu pună la îndoială deciziile autorității superioare.

Astfel, o națiune întreagă și-a încălcat principiile și valorile interne pentru a asculta de o autoritate externă care i-a dus spre distrugere.

De aceea sunt atât de pasionată de meseria mea și de lucrul cu traumele psihologice, sufletești. Cred că e nevoie să tratăm traumele psihice cu aceeași urgență cu care le tratăm și pe cele fizice. Cred că pacea în lume poate fi atinsă doar vindecând oamenii și familiile de traume", a concluzionat psihoterapeuta.

Testul copilăriei adverse din cartea "Copilăria întreruptă", de Donna Jackson Nakazawa, ne spune că putem să dobândim 10 traume mari și late până la vârsta de 18 ani.

Cinci sunt personale: abuz fizic, verbal, sexual, neglijarea fizică și neglijarea emoțională. Alte cinci sunt legate de membri ai familiei: un părinte alcoolic, o mamă victimă a violenței domestice, un membru al familiei în închisoare, un membru al familiei cu boală psihică și pierderea unui părinte prin divorț, moarte sau abandon.

Nu am fost abuzat sexual și nu am avut un membru al familiei în închisoare. Scorul meu este 8 din 10. Un scor de peste 4 reprezintă o problemă pentru viitorul adult. Am făcut acest test recent și, deși știam că nu am avut o copilărie ușoară, am fost surprins de scorul mare pe care l-am avut.

Poți vedea și face acest test și tu, aici: <http://goo.gl/zFMZBp>



Când vorbesc de demoni, linia dintre imaginar și real este foarte subțire.

Pe de o parte, te-ai putea gândi că mă refer la energii psihice care au provenit în urma traumelor sau care au apărut fără să am vreo putere de control și care au început să îmi afecteze viața fizică, emoțională, psihică și spirituală.

Pe de altă parte, te poți gândi la demoni ca la ființe cu formă fizică și înfățișare malefică pentru că sunt în mișcare, au o formă și o intenție care acționează pentru a face rău.

Toți își au cuibul, ca loc de naștere și rezidență, în mintea și în inima ta. În psihicul și în sufletul tău.

Bătălia cu acești demoni se dă pe tărâmul sacru al lumii tale interioare și, până nu sunt învinși și alungați, nu poți să pășești pe calea fericirii și împlinirii în această viață.

Mulți demoni și un pic de lumină și speranță: cam așa arată copilăria și tinerețea mea până la momentul meu 'Satori', care s-a petrecut la 22 de ani.

În budismul japonez, *Satori* semnifică momentul de trezire instantanee, clipa în care îți poți vedea adevărata natură și esență a lucrurilor.

Cred că majoritatea oamenilor trec printr-o experiență asemănătoare când se adună suficient de multă suferință în viața lor.

Mie mi-a trebuit 22 de ani ca să îmi dau seama că m-am născut.

Din clipa când se nasc, majoritatea oamenilor trăiesc într-un fel de adormire spirituală, stare de inconștiență.

Aparent, ei sunt foarte vii, își fac activitățile zilnice și trăiesc viața, însă sunt foarte deconectați de spiritul lor și de adevărul lor "sine".

Dacă nu încep o muncă de descoperire și de cunoaștere de sine, lucrurile încep să se întoarcă împotriva lor, viața însăși devine un dușman pentru că ignoranța acoperă ca o ceață densă întregul spirit al omului care e menit să strălucească.

Nu te speria! Cartea aceasta nu este despre spirite și energii. Cel puțin, nu doar despre ele.

Cartea aceasta este despre drumul omului spre ceea ce își dorește în viață fie că sunt mai mulți bani, fie că e o relație fericită, sănătate mai bună, vocație, fie o familie fericită.

De asemenea, cartea este despre evoluție, dezvoltarea potențialului, descoperirea comorii interioare și a spiritului, recuperarea puterii personale pierdute și întâlnirea cu Dumnezeu.

Mersul pe această cale înseamnă fericirea și împlinirea permanentă, Raiul pe Pământ, în această viață.

Abaterea de la cale înseamnă suferință și durere zilnică, ladul pe Pământ, în această viață.

Eu am trăit ladul și Raiul, și vei vedea că și tu le-ai trăit.

Întrebarea e în care loc îți place mai mult și unde ai vrea să îți faci rezidența permanentă?

Se spune ca una dintre trăsăturile planetei noastre este uitarea. Dacă nu facem o muncă voluntară de aducere aminte, se instalează uitarea peste tot.

Adevărul este că nu îmi aduc aminte momentul nașterii mele, însă am amintiri din copilăria foarte timpurie.

O amintire, pe care aproape nimeni nu mă crede că o am, este de când aveam aproximativ un an sau mai puțin.

Știu că nu puteam încă să vorbesc, iar mama mă ținea în brațe. Când am început să plâng, ea m-a lăsat pe spate și mă tot legăna în timp ce eu mă sufocam.

În mintea mea de atunci, m-am gândit că în afară de urlat nu am alt mod de comunicare și am decis să urlu cât de tare pot ca să schimb poziția.

La un moment dat, m-a luat în brațe și m-a pus pe umărul ei. În poziția aceea eram confortabil și știam că trebuie să comunic asta cumva. Am decis să tac brusc însă din cauza crizei de plâns și urlat nu am putut opri motoarele la timp și sughitam, deși mă străduiam cu adevărat să tac.

Mama s-a prins și de atunci m-a ținut în acea poziție.

Am o mamă deșteaptă.

Revenind.

Pentru a ajunge pe Cale, pentru a trăi fericirea și bucuria permanentă, avem un preț de plătit și o bătălie de dat.

Mult timp am invidiat pe ascuns acei oameni care au avut parte de armonia familială de care eu nu am avut parte aproape niciodată decât în doze mici și insuficiente pentru sufletul meu însetat de iubire și armonie.

Am putut vedea clar cum copiii crescute într-o familie funcțională, sănătoasă emoțional, cu afecțiune, respect, comunicare, compasiune, iertare sunt niște membri ai societății mult mai liniștiți, mai calmi, mai optimiști, care văd lucrurile mult mai relaxat și sunt capabili să facă bine pentru semenii lor.