

Cuprins

Avertisment	7
Pretext	13
 Capitolul 1 – Prima așteptare	 40
Dacă ești așa de bună, rezolvă-ne tu!	40
 Capitolul 2 – A doua așteptare	 53
Prescrie-ne o rețetă, azi!	53
 Capitolul 3 – A treia așteptare	 63
Ajută-mă să-l repar!	63
 Capitolul 4 – A patra așteptare	 72
Ai grijă să ne fie bine!	72
 Capitolul 5 – A cincea așteptare	 93
Tu ești vinovat!	93
 Capitolul 6 – A șasea așteptare	 109
În iubire nu e nevoie de efort!	109

Capitolul 7 – A șaptea așteptare 164

Emoțiile fac rău..... 164

Capitolul 8 – A opta așteptare..... 175

Nu vreau să știu! 175

Capitolul 9 – A noua așteptare..... 194

Dă-mi voie să fiu liber și nu suferi! 194

Capitolul 10 – A zecea așteptare 208

E prea târziu!..... 208

Capitolul 11 – A unsprezecea așteptare..... 227

Perfecțiunea..... 227

Înainte de final..... 266

În concluzie..... 269

Mulțumiri 275

Dacă ești așa de bună, rezolvă-ne tu!

„Alo, bună ziua. Sunt Brândușa Călin⁷. Am primit numărul de la psihologul meu care v-a recomandat pentru terapie de cuplu. Mi-a spus că sunteți cea mai bună. Sunteți de altfel și ultima mea speranță. Îmi pun toată nădejdea în Dumneavoastră.“

Are în jur de 30 de ani. Vocea ei e un cocktail de entuziasm, disperare și tristețe. Nu știu cum ajung la tine, cititorul meu, cuvintele ei, dar pe mine mă sperie. Sunt multe mesaje ascunse care nu îmi plac în cererea aceasta, aproape clasică de altfel.

Primul este că doamna Călin mă vede pe un pedestal înalt, înainte să mă cunoască: aş putea să cad și să mă sparg. În ochii ei, desigur. Aș avea nevoie să

⁷ Pentru protecția clienților și a prietenilor mei, numele lor au fost schimbate. Am ales, pe rând, prenume care să înceapă cu fiecare literă din alfabet. Fiecare capitol prezintă o anumită așteptare nerealistă specifică unei tipologii de cuplu. Sunt adunate replici din cupluri cu problematică asemănătoare și sunt amestecate date de identitate, așa încât cuplul prezentat pare unul fictiv. Am primit acordul clienților ale căror afirmații au fost reproduse aici. Același cuplu se poate regăsi pe alocuri în mai multe capitole. Nu de puține ori oamenii au replici aproape identice în situații similare. Asemănările dintre clienți ne ajută ca terapeuți să descoperim structuri comune de gândire, simțire și comportament care ne ghidează planul terapeutic.

fiu văzută ca un om, cu puteri limitate. Fără baghete magice.

Dar cui îi pasă de nevoile terapeutului? ai putea să mă întrebi. Ce, e terapia lui?

Îngân doamnei un fel de „mulțumesc“ și rămân deocamdată cu frustrarea. Am să-i vorbesc mai târziu despre latura mea umană, vulnerabilă. Pe care abia aștept să ți-o dezvălui și ție ca să te conving că nu sunt modelul perfect pe care îl cauți.

Mă repet, știu. N-aș vrea să pierdem timpul pe coclauri. Și dacă până aici ți-am vorbit mai mult despre mine decât despre cupluri, a fost tocmai ca să te invit aproape, să nu mă ridici până la cer ca pe-un balon.

Al doilea mesaj ascuns este despre lipsa ei de speranță: probabil că lucrurile au evoluat mult în rău în căsnicia sa. Îi simt golul de energie, epuizarea, ca după eforturi repetate, fără rezultat.

E dureros și pentru mine, empatizând, să fiu un pic acolo unde e ea, din prima. Știu că va fi mult de lucru și dificil. Voi încerca să o conving pe parcurs că a obosit făcând aceleași lucruri, ineficiente. Să o inspir să facă acum ceva nou, mai productiv, în direcția iubirii.

Al treilea mesaj e legat de faptul că se așteaptă să preiau eu responsabilitatea căsniciei sale. Ca și cum ar

abandona-o în mâinile mele. Ca și cum eu va trebui să îi acord primul ajutor, să fiu aparatul care să preia funcțiile vitale ale relației. Un fel de... „Am ajuns aici, acum descurcă-te tu!”

Dar travaliul va fi al ei, al lui, al lor. Eu voi fi un însoțitor, un ghid. Voi fi împreună cu ei ca să îi sprijin când le va fi greu, dar nu voi face treaba în locul lor.

Psihoterapia e un proces de conștientizare de sine, de schimbare personală și interacțională. Un proces la fel de dureros ca lipsa de iubire care o împinge pe doamna Călin spre cabinet. Dar nici asta nu-i pot zice acum. Cum să-i spun că tot ea trebuie să facă ceva?

Al patrulea lucru care nu-mi place și mă sperie... (Par cam arțăgoasă? Și cu un grad ridicat de anxietate?) e un gol. Partenerul de cuplu nu este menționat deloc și acest lucru nu poate fi lăsat pentru mai târziu.

Domnul știe? îmi vine să întreb cu partea mea sarcastică. Dar pentru că este o parte educată, îi lasă loc părții mele blânde să continue ea.

„Știți, de fiecare dată când sunt sunată pentru terapie de cuplu, pun o întrebare standard: Este de acord și partenerul Dumneavoastră să urmați acest proces?”

„Hmm, daaa“, răspunde doamna Călin, cu voce slabă, ca șuieratul dintr-o minge care se dezumflă. Și muzica face dansul: sunetul subțiat, prelungit ca să convingă, spune altceva decât spun cuvintele.

„Înțeleg că domnul e mai puțin motivat...”

„De fapt, el nu prea crede în terapie, dar mi-a promis că vine la prima ședință și o să-l convingeți Dumneavoastră...”

Îl simt pe bietul om în planul doi. Am o imagine... cu Alinuța cărată pe scări de-un picioruș, lovindu-și capul de fiecare treaptă până la etajul nouă... Și încerc deja să îi fac domnului loc mai în față.

„Va trebui să îl ascult suficient de mult cât să înțeleg ce nevoi are, ce anume l-ar motiva să participe la ședințele noastre. Ca și în căsnicie, și în terapia de cuplu e nevoie de doi parteneri activi. Avem nevoie de el.”

Încerc să o scot din filmul în care noi două am manipula lucrurile (și el ar fi unul dintre ele).

„Desigur“, răspunde ea ușor amuzată și eu înțeleg că a prins aluzia.

„Cum se numește domnul?”

„Doru Călin.”

Eh, cu toate sperieturile, accept provocarea, mie îmi plac chestiile complicate: îi iau în terapie.

La prima întâlnire Brândușa se așază în dreapta, pe locul simbolic al bărbatului. Are chipul înghețat de depresie, într-o stare amorfă, și corpul înclinat ca o virgulă văzută pe muchie.

Doru e subțirel, arată ca un student. Cu vreo doi ani mai mare ca ea. Îmi evită privirea. E evident că nu-i

place să fie aici, să se expună. Răspunde monosilabic la întrebările mele.

La telefon părea că măcar ea își dorește terapia. Acum îmi dă sentimentul că doar și-a adus corabia în portul meu în timp ce căpitanul dormea. Și parcă nimeni nu mai are de gând să plece vreodată cu ea în larg.

Deși Brândușa este nemulțumitul șef din această relație, nu are chef să mai spună ceva nici ea. Aflu cu greu că el lipsește mult, și emoțional, și fizic. Că ea e singură și nefericită. Parcă mi-ar spune că e prea târziu, că a așteptat prea mult.

Mă întreb cum arăta femeia aceasta când era fericită. Și cum arăta el când reușea să o facă să se simtă iubită. Cer amănunte despre începutul relației lor, încercând să obțin un strop de energie prin reamintirea unei stări de bine.

El tace de parcă nu poate accesa ceva atât de depărtat emoțional față de starea blocantă de acum.

„Cred că și începutul a fost o iluzie, răspunde ea. Am crezut una și era alta“.

„Ce anume ai crezut și nu era așa, Brândușa⁸?“

⁸ În prima ședință stabilim de comun acord cum ne adresăm unii altora. Cel mai des, fiind vorba de intimitate emoțională, alegem să ne tutuim reciproc. Pentru că sufletele nu au vârstă.

„Am crezut toate declarațiile lui de iubire. Acum cred că ele nici atunci nu au fost adevărate. De altfel începutul a fost extrem de scurt, problemele au apărut imediat.“

„Ce fel de probleme au apărut?“

„Eu mă îmbolnăvesc des și el e prea ocupat ca să aibă grijă de mine.“

Doru continuă să tacă în bârlogul lui și eu simt că e mai mult decât rușinea de a fi „pârât la doamna“ sau decât faptul că a devenit imun la plângerile ei. Parcă ascunde ceva. Parcă e prea devreme să-mi poată spune.

Îl întreb de copiii lor: au un băiețel de șase ani și o fetiță de trei. Și în timp ce el îmi povestește cu drag despre ei, Brândușei i se sparge masca detașată și începe să plângă cu o disperare care umple lăptos spațiul și parcă mișcă pereții din loc, cutremurați de vibrația sfâșietoare.

„Ce se întâmplă chiar acum în sufletul tău, Brândușa?“, o întreb atingându-i ușor genunchiul⁹ în lateral.

„Mi se rupe sufletul de copiii mei care ar putea rămâne fără doi părinți sub același acoperiș cu ei.“

⁹ Atunci când se emoționează profund un client, îi cer voie să îl ating și, dacă îmi permite, îmi pun vârfurile degetelor deasupra gambei, spre exteriorul genunchiului, pentru a-l face să se simtă mai puțin singur, împreună cu mine în durerea lui.

Mi-e din ce în ce mai clar că au un schelet în dulap pe care nu îl aduc în discuție, dar care miroase de la o poștă. Așa că încerc să-mi îndrept eu privirea, blând, spre acel dulap.

„Simt că între voi e o durere mare, un pericol, ceva greu de spus“, șoptesc.

„Eu am o altă relație“, izbucnește Doru, parcă descătușat, într-un oftat prelung.

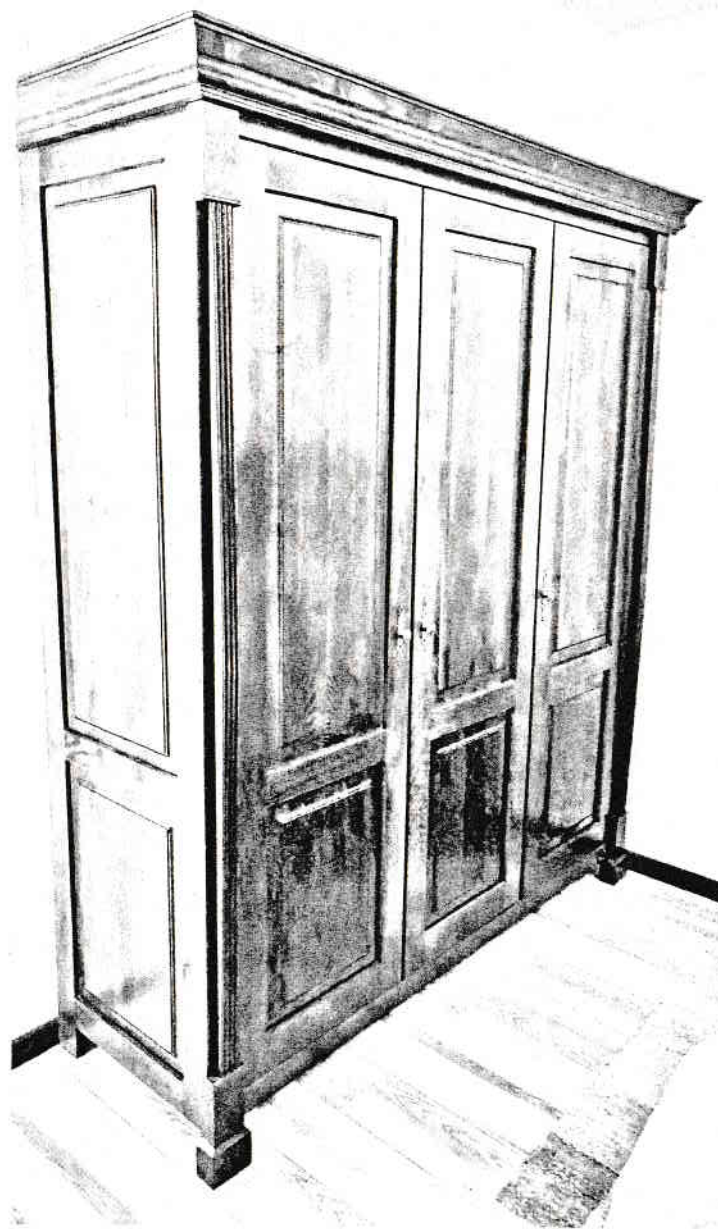
„Întotdeauna a avut alte relații!“, ripostează ea, ca și cum nu e nimic nou sub soare și ar vrea să închidă ușa dulapului la loc.

„Dar ea niciodată nu a fost atât de labilă“, îmi spune el, de parcă asta e adevărata și unica problemă.

Aflu apoi că pentru el libertatea este o valoare foarte importantă la care nu va renunța „niciodată“ și că ea acceptă (crede ea!) situația, ca preț pentru a menține relația și familia. Deși se îmbolnăvește des.

Acum văd scheletul. Ea încearcă să ascundă și față de ea însăși ceva ce e foarte împotriva ei. „Acceptă“ relația lui extraconjugală, înghite ceva greu de digerat psihologic și somatizează.

El se identifică cu propria libertate căreia îi poate purta steagul, dar știe la nivel profund că îi face rău ei. Și asta îl rușinează. De aceea e greu de pus în cuvinte conflictul lor și pentru el.



„Doare ca naiba și pe-o parte și pe cealaltă, le spun, arătând spre pieptul fiecăruia. Sunt aici împreună cu voi și vă mulțumesc pentru efortul dezvăluirii, pentru încrederea pe care mi-o arătați deja. Acum hai să vedem ce ne propunem să facem cu asta. Care este luminița de la capătul tunelului? Ce vreți să obținem în terapie?”

El tace.

Evident, începe Brândușa.

„Eu am aflat că tu (mă arată cu degetul) ești foarte deschisă și conținătoare, că accepți oamenii așa cum sunt. Asta îmi dă speranță că vei înțelege situația noastră specială. Că îl vei accepta așa cum îl accept și eu, fără să trebuiască să se schimbe, să renunțe la cum e el. Și că ne vei ajuta să rămânem împreună.”

Ea pledează în numele lui, ca un avocat *pro bono* împătimit, în primul an de practică: întru libertatea lui de a alege la nesfârșit și întru nevoia, tot a lui, de a fi iubit așa cum e. Toxic pentru ea.

„Dacă nu el, atunci cine sau ce să se schimbe? Pentru că lucrurile nu merg bine așa cum sunt acum. La ce să lucrăm?”

„La cum să trăim așa cum am trăit până acum, fără să renunțăm la familia noastră!”, răspunde ea răspicat.

Ar fi ca și cum aş consimți și eu răul pe care ea îl consimte. Nu avem o relație destul de apropiată încât

să i-o spun direct. Partea ei care îndură s-ar simți atacată și neînțeleasă de mine. Deși eu exact la partea asta a ei mă uit acum, iar ochii ei îmi spun: „Ăsta-i prețul iubirii pentru mine, Laura. Nu-mi pune în pericol iubirea!”

Brândușa nu reușește să se sustragă din „noi”. Nu întrevide ce ar putea să facă ea pentru ca relația să meargă mai bine, pentru ca ea să sufere mai puțin, să conteze mai mult.

„Tu ce obiective ai, Doru? Care ar fi steaua ta călăuzitoare?”

„Eu vreau să învățăm cum să fim părinți mai buni”, îmi spune el, dintr-o bucată.

„Și în ceea ce privește relația voastră directă?”, insist.

„Eu nu mai cred în relația noastră directă. Nu mai cred că Brândușa se poate întoarce din suferința în care e. Și vreau să îi protejăm pe copii de asta.”

Vorbele lui taie în carne vie. Nu cred că Brândușa a mai auzit acest mesaj, spus atât de franc. Steaua lui e în altă parte. Scheletul umblă printre noi.

„Observ că aveți obiective diferite. Tu, Brândușa, vrei terapie de cuplu. Tu, Doru, vrei consiliere parentală. Am înțeles bine?”

Brândușa mă privește cu ochi scăpărători. Dezvelesc o realitate la care ea refuză să se uite de