

**LBRIS**

We know  
books

Simona Vitizov

**SCENARIUL 4  
CAL INVIZIBIL –  
5 SECUNDE**

Roman



**CUPRINS**

7	CAPITOLUL I. DEPRESIA
97	CAPITOLUL II. AVENTURA
183	CAPITOLUL III. REVOLTA

**CAPITOLUL I. DEPRESIA**

Cică viața e prea scurtă să nu îți faci amintiri frumoase în fiecare clipă care trece. Cică viața e prea scurtă să trăiești în durere, în agonie, în stare de așteptare profundă a ceva, pe cineva, crezând că asta va schimba ceva. Am făcut asta toată viața. Cred că m-am cam săturat și aleg să fiu fericită. Așa că am decis să pornesc într-o aventură, la fel ca și Bertrand Russell, ca și Will Smith, ca și Forrest Gump, ca și mai marii filosofi alături de mine, în căutarea fericirii. Și m-am decis să caut fericirea perfectă. Fericirea care te îngenunchează. Fericirea pe care să o simți în toate celulele corpului fizic și în suflet. Să îmi fac amintiri. Frumoase, evident. A... și să mă îndrăgostesc.

Nota asta ironică m-a urmărit de când eram mică, bănuiesc. Ca mijloc de protecție, ca scut, ca armă, cumva s-a născut în mine. Nu cred că am fost un copil „normal”, iar anii care au trecut nu i-am conștientizat până acum, când au trecut vreo două luni de când am împlinit 30 de ani. Am găsit niște poze mai vechi, la care am rămas în stare de holbare și analiză minute în șir, încercând să descopăr dacă pe chipul meu de atunci,

exista vreo urmă de fericire. Mă refer la fericirea aia absolută, intangibilă, pe care nu ți-o poate lua nimeni la primul refuz, la prima înjurătură, la primul examen picat, la prima privire care îți străpunge sufletul de durere, la prima suferință fizică, la prima dezamăgire sau la prima relație eșuată. Ah, mă simt bătrână. Așa m-am simțit mereu cred. Ca în filmul ăla cu Brad Pitt, numai că eu nu întineresc, ci îmbătrânesc și mai mult. Și iată-mă la 30 de ani, neîmplinită, nefericită, fără puteri, fără nicio idee despre ce îmi va rezerva viața. Până acum am văzut, mulțumesc. Ce ziceam de ironie.

Știi că ești depresiv și fucked-up când „jocul” pe care îl jucăm cu toții uneori voit, alteori nevoit, duce doar la chestii nasoale. Pornind de la un cuvânt, ajungi la chestii mult mai complexe, prin asocieri. Cum ziceam, poți face asta voit, cum o să fac eu sau involuntar, când vezi ceva care te declanșează, auzi ceva anume sau miroși ceva. Suntem extraordinar de senzoriali. Spre exemplu, am văzut acum pe geam o mașină. Creierul meu a „înțeles” sensul lui și în mai puțin de câteva milifracțiuni de secundă s-a derulat. De joc vorbesc. Din nou, ironie. Deci, revenind. Scenariul 1. Mașină – drum – mama – accidentul pe care l-am avut. Scenariul 2. Mașină – șofer – pilot – aeroport – geantă furată. Scenariul 3. Mașină – permis expirat – muncă – rată apartament – stres – nopți nedormite – lacrimi – 80% apă – sare – băi fierbinți – durere de spate – cronic – depresie.

Scenariul 3 e mai complex, poate duce la nesfârșit evident, iar în nota asta joasă energetică, probabil la spital, copleșit.

Eu nu mă duc acolo, m-am decis să-mi fac amintiri frumoase și să mă îndrăgostesc, nu de aici am pornit? Înainte cumva reușeam să joc jocul ăsta ajungând la lucruri plăcute, care mă transpuneau într-o stare de visare, ceea ce cred că mă făcea fericită pe moment. Acum, e doar linia aia dreaptă de pe mașinăriile care măsoară cutremurele... sau bătăile inimii, dacă ai puls, dacă inima îți bate, dacă trăiești sau ai murit fizic. Cred că sunt în comă. E liniște. Nu mi-am dat seama de asta, decât acum. În alergarea mea continuă, acum e liniște. Acum aș putea să aud. Acum aș putea să repar. Acum aș putea să vindec.

Și cum la teorie mă pricep de minune, am venit și cu un plan. Cum altfel, pentru un depresiv-compulsiv? Fericirea e condiționată, „evident”. Dacă respect planul și îmi fac amintiri frumoase, o să fiu fericită. Cât de tare e silogismul pe care tocmai l-am inventat. Nu, nu sunt un geniu. Toți facem asta cred. Condiționăm. Pe lângă nota ironică, mai am și alte „aptitudini”. Reușesc cumva să mă simt inferioară tuturor, deși în mintea mea fucked-up cred că sunt „superioară”, prin afirmații repetate de-a lungul vieții, de natură a-mi hrăni egoul, evident. Și așa probabil am ajuns aici. Tăcând, din teama de a nu spune ceva greșit, închizându-mă în mine, ajungând să hrănesc această relație toxică cu mintea mea. „Eu nu aș putea să fac așa ceva niciodată”, „Trebuie să faci așa. Nu înțelegi că nu e ok? Ascultă-mă.” „Lasă că o să fac cum zic eu, e mai bine așa. Nu am nevoie de părerea ta, nu funcționează la mine, sunt diferită.

Gândesc altfel. Nu sunt comună, ca alții.” „Fă ce vrei, oricum e de rahat ce faci.”

În fine, sunt multe. Revenind la planul meu. Este foarte complex și complicat. Nu știu cum o să îl pun în practică, dar știu că pot. Întotdeauna m-am avut pe mine și m-am bazat pe mine. Nu am fost bună în a cere ajutorul cuiva. „– Trage aer în piept, scutură-te bine, înghite și mergi mai departe. La alergat cu tine.” Și am avut nevoie de ajutor. Toți avem. Stă și orgoliul în calea asta. De ce îngerul cel mai strălucitor a căzut din Rai? Din orgoliu, se credea mai bun decât ceilalți. De ce n-a cerut ajutorul? Citisem mai demult un citat care mă descria bine. Ideea principală era că unii oameni nu numai că nu se pricep în a cere ajutorul, dar nici nu au făcut-o și nu o să o facă. S-au învățat să se descurce singuri mereu, astfel că există o balanță injustă și inegală între a oferi ajutor și a cere, iar în final ei nu o vor face. Își vor spune doar „– Trebuie să mă scutur și să merg mai departe. Eu sunt tot ce am.”

Uneori cred că am tendințe „dureroase”, să nu zic altfel. Dacă reușesc, alerg fără să mă opresc către următorul munte de doborât, către următoarea barieră de rupt, către următoarea treaptă de urcat cu 10 pași dacă se poate și nu pe rând, fără să inspir sau să expir măcar și să-mi dau o îmbrățișare imaginară zicând: „Bine mă, ai făcut-o, bravos!” Dacă nu reușesc, ori se întâmplă la fel în cele mai bune cazuri când trec peste ca și cum nu s-a întâmplat nimic, ori scenariul al doilea, cel mai grav, mă pedepsesc. Hah, și nu stând la colț pe coji de nuci cu brațele

ridicate. Nu, nu, pedepse sufletești, chinuri care îți taie răsuflarea când încerci să respiri, chinuri care produc suferințe grele și prelungite până ajungi la 30 de ani, cel puțin la mine. E asemănător cu chinurile alea de adolescenți de iubiri neîmplinite, dar înmulțite cu 1000 la puterea infinit. Te doare, te macină, te devorează, nu ai pace, nu ai odihnă, nu ești tu și știi asta. Singura „speranță” care apare e ce vorbeam la început. Aștepti să vină ceva, cineva, aștepti o schimbare profundă, dar exterioară întotdeauna, căci știi că nu mai poți, indiferent dacă admiti sau nu. Ai nevoie de ajutor. Dacă apar situații în care se naște cumva ceva interior, e de scurtă durată și dispăre, se stinge, puf și ai ajuns din nou la biciuire. Partea cea mai tristă este că se întâmplă deja pe pilot automat, ca în filmul ăla cu Adam Sandler, „Click”.

Așadar, să zicem că eu m-am autodepășit și am luat telecomanda. „– Foarte tare! Extraordinar!” Merit o îmbrățișare imaginară. Ce naibii fac cu telecomanda? Habar nu am. Dar ceva o să fac. Pentru asta am nevoie de un plan. Parcă mai aveam un plan, dar nu mai știu pentru ce. Tocmai am realizat că am nevoie de mai multe planuri. Dacă primul pică? Ce fac? Ajung iar să plutesc în derivă? Dacă pică și al doilea? Nu e nimic, îl voi avea pe al treilea și tot așa. Și iar ajung în cercul vicios al compulsivității și analiticii dăunătoare și distrugătoare de vieți. Așa facem cred. Ne trasăm așa niște planuri, pe care uneori le adăugăm în structurile noastre ca mod de a trăi ulterior, ca mine adică, sau faci parte din categoria cealaltă, cei cărora nu le pasă.

Adică nu le pasă de nimic. Oare ei sunt fericiți? Sau e doar la suprafață?

\*

M-am răzgândit. Nu mai am niciun plan. O să fac niște lucruri evident, dar nu ca plan sau ca pe ceva ce trebuie obligatoriu să urmez, altfel nu voi găsi fericirea... Știu și simt că o să mă lovească din plin și da, probabil că o să doară. Dar o să fie o durere bună, cea care duce la vindecare certă și palpabilă, ca durerea pe care o simte o femeie când naște, dar își aude și vede copilul imediat după aceea. Uită că a fost în suferință. Durerea a fost ceva normal, cu un scop pur, înalt. Deci durerea de la depresie e diferită cred. Nu conduce ca și condiție sine qua non la ceva sublim, decât dacă treci prin testul ăsta al maturității, ca în basme cred.

Hmm, deci tocmai am avut o revelație. Eu de fapt sunt un Făt-Frumos, mă rog, nu știu de ce aproape toți eroii trebuie să fie masculi. Revenind, sunt o Făt-Frumoasă, dar viața m-a adus până aici, în suferință, ca să mă desăvârșesc prin acest test extraordinar al maturității, ca după ce îl trec, să fiu fericită cu adevărat. Yee.

Și acum bineînțeles că am o mie de întrebări. Sunt deja în examen? De când a început? Mai am timp să îl trec? Ce trebuie să fac să îl trec? Cum știu dacă l-am trecut sau am picat?

Cât mai durează? Pot să iau o pauză? Care sunt „întrebările”? Cine mă examinează? Sunt subiectivi? Primesc subiecte mai grele decât alții, doar pentru că m-am învățat să mă flagelez, să merg înainte orice ar fi, să mă închid în mine, să cred că pot și trebuie să le fac singură pe toate? Și lista poate continua, dar vreau să trasez o mică concluzie să văd dacă am „înțeles” bine. Nu neapărat în ordinea de mai jos, ignore me, fac un brainstorming.

- Sunt o Făt-Frumoasă, în varianta asta, de acum.
- Deși sunt în plină suferință, cred că mi se mai oferă o șansă la fericire. Cumva, ceva din mine a admis că are nevoie de ajutor.
- Poate părea că sunt singură în lume, nu cred că sunt. Sunt și alți oameni, evident. Extratereștri, furnici, dinozauri, aparate de măsurat prostia. Hmm, oare există așa ceva?
- De fapt, sunt în timpul examenului, pe care simt ca aproape îl pic, însă setea mi-a oferit o pauză. Profit de această pauză, ca să mă uit în jur să înțeleg ce se întâmplă și ce am de făcut.
- Scopul final este să trec examenul cu brio, așa cum am fost învățată până acum. Să excelez, să trec repede peste și să mă pedepsesc dacă pic.
- Punctul 5 e fals. Nu mai vreau pedepse. Aleg să fiu fericită.

• Poate că punctul 5 e parțial fals. Poate că nu trebuie să trec examenul cu brio, ci doar să îl trec, să pot să respir. Nu mai vreau 10 cu trudă, ci un 5 adevărat. Meritat.

Merităm ceva în viața asta? Rareori în viață mi s-a întâmplat să îmi zic în fața unei situații la modul retoric „Nu se poate așa ceva!” sau „Așa ceva e incredibil!” Asta pentru că nu am permis ca ceva să pară sau să apară ca neașteptat sau să mă surprindă. Am epuizat mental orice scenariu posibil și l-am prevăzut cumva. Dacă cumva, ceva a scăpat și m-am lăsat surprinsă, așa a fost să fie cred, nu e ca și cum am făcut-o cu un scop anume, nu e ceva ce poți controla. Asta cu „Așa a fost să fie” cred că e interesantă. De ce trebuie să existe mereu o explicație pentru orice? Dacă uneori lucrurile se întâmplă doar că așa a fost să fie? Mă imaginez acum la 80 de ani, cu o față senină, răspunzându-le nepoților mei la întrebări simple precum „– Bunico, de ce au dispărut dinozaurii?” Aș șovăi minute în șir până să le răspund, creând suspansul tipic bunicesc, așa cum făcea și bunica mea, pentru ca mai apoi să le zic „– Eh, dragii mei, așa a fost să fie.” Răspunsul acesta i-ar liniști. Pentru că m-ar privi și s-ar simți în siguranță. Nu și-ar mai pune sute de mii de întrebări neexistențiale care doar ar începe construcția unei fundații invizibile pentru imperiu viitor extraordinar al degradării psihice latente.

În fine, ideea e că dacă nu așa „se alege”? După cine merită și cine nu? Dacă ar fi să mă apuc de judecat, aș fi dezamăgită, căzând pe o pantă pe care am alunecat de prea multe ori,

gândind prea superficial, la modul că „– Ce am făcut eu greșit?” sau „Am fost mereu bun, am făcut tot ce am putut să fie bine și cu toate astea, celălalt are și eu nu sau celălalt e fericit și eu nu.” Pe de altă parte, tot de atâtea ori am supraanalizat absolut tot și orice, am construit sute de fundații, imperii invizibile extraordinare, în care se duc războaie cu versiuni ale mele, mai slabe, mai puternice, doar ca să câștig o altă luptă. Să mai construiesc un imperiu și mai măreț. Mă laud cu mândrie că dețin sute de astfel de imperii, am purtat războaie grozave, am învins mereu, iar acum am obosit cred. Nu mai vreau să fiu un războinic. Nimic din ce am crezut că fac bine, nu a dus la nimic bun, decât la o semi-paranoia neînțeleasă aparent de nimeni și cu toate astea înțeleasă de toți.

\*

Deci, aleg să fiu fericită. Mi-e frică să mă întreb ce înțeleg eu prin fericire. Dar știu că mi-e dor de ea, deși nu cred că am simțit-o cu adevărat niciodată. Și o caut neîncetat. Mă gândesc la Gollum. Pun pariu că își spunea că dacă va avea inelul mereu, asta o să îi aducă fericirea. În schimb, ce a crezut el că îl va face fericit, i-a adus pieirea. Tolkien m-ar înțelege perfect. Bine e și evident.

De multe ori m-am raportat greșit la noțiunea de fericire. Poate că și acum o fac, dar măcar cred că e o altă perspectivă.

Fiind singură, acum îmi pot permite măcar puțin să fiu egoistă. Singur e puțin zis, am fost singură mereu. Dar acum încerc să îl pun, la cuvânt mă refer, la un grad mai mare, un superlativ absolut indiscutabil. Adică, cel mai singur absolut. Tot e puțin, dar ideea e clară.

În primul rând, m-am raportat la fericire, prin prisma celorlalți, condiționând fericirea mea de a celorlalți. Mi-am zis că sunt fericită încă de mică, dacă învăț și iau note mari, ca o consecință mama va fi fericită, astfel că și eu voi fi, știind-o pe ea. Mi-am zis că sunt fericită dacă mulțumesc pe toată lumea și nu deranjez cu nimic, dacă învăț să fac curățenie, să gătesc și să fie toate gata pregătite, ca atunci când vine tata beat, să nu aibă motiv să se lege de nimic, astfel că el va fi fericit și eu pe lângă el. Mi-am zis că sunt fericită dacă mă fac mică și nu mă mai cert cu sora mea din orice, plecând mereu sufletul, ca și cavalerii unui rege, iar ea era fericită, eu la fel. Era pace, toți erau fericiți „depinzând” asta de mine, așa că, neștiind să înot, am început să mă scufund, încet, încet, crezând că dacă fac lucrurile în alt mod, văzându-i pe ceilalți fericiți, o să fiu și eu, sau cel puțin o să fie liniște. Ok, deci sunt în comă, de la înec. M-am înecat. Nu am știut să înot, nu am cerut ajutor. M-am bazat pe mine, am știut să o să scap și o să reușesc.

În timp, am ajuns să fac așa cu oricine, dar într-un mod mult mai complex, care a adus cu sine frica, durerea, singurătatea, anxietate, panică, neîmplinire, teama de a nu fi suficient de bun, teama de a nu dezamăgi, teama de a nu părea slab sau

teama de a deveni defect și viciat. Văd că ultimele sunt temeri, toate legate unele de altele. Cred că sufletul meu a adunat destule. Oftez. Aș fuma o țigară.

M-am lăsat de o lună. Posibil că și asta are o legătură cu starea mea. Nu mai hrănești fizic ceva, te apucă chestii spirituale. Are sens. Dacă nu mănânci nimic o zi-două, apare depresia. Apar gânduri „– Ce naibii fac cu viața mea?”, „Am obosit, nu mai pot.” „M-am săturat de tot și toate.” „Trebuie să schimb ceva.” Deși soluția pare simplă. Trebuie doar să mănânci. Ok, cred că iar am o revelație. Ascult și niște muzică relaxantă, mai exact „Destroy unconscious blockages and negativity, 396 hz, binaural beats.” Habar n-am ce sunt alea beat-uri binaurale, dar clar fac ceva. Am așa o stare de parcă aș putea face aproape orice. Bine, dacă aș avea timp, bani, curaj și alte chestii.

Apropo de muzică, sunt oameni care afirmă că muzica i-a ajutat în cele mai grele momente și că fără muzică nu știu ce li s-ar întâmpla. Dacă stau să mă gândesc, cum fac deja de 3 decenii non-stop, iar fac pe deșteapta și zic că nu a ajutat muzica. Muzica doar a permis anumite conexiuni și transcenderea către anumite trepte. Muzica a deschis calea către ceva mai profund. De obicei, muzica trezește amintiri. Impregnăm o anumită stare unui cântec și facem conexiuni.

Mă gândesc la Celine Dion și coloana sonoră a filmului „Titanic” „– My heart will go on.” Toată lumea o știe. Eu am asociat-o într-un mod ciudat cu copilăria, cu adolescența, cu