

Capitolul I

Consultația

Secretara m-a anunțat că a sosit clienta pe care acceptasem să o primesc astăzi pentru o consultație particulară.

- Bună ziua, Ana.

- Bună ziua, doamnă Bourbeau. Sunt foarte fericită să vă cunosc. V-am citit toate cărțile și am participat la câteva ateliere, iar acum am în sfârșit ocazia să vă întâlnesc. Sunt foarte încântată să mă aflu printre cele trei persoane pe care le veți consulta în următoarele luni. Mi s-a spus că este un studiu pentru cercetarea dumneavoastră. Este un privilegiu că am fost aleasă și mai ales că mi s-a oferit acest lucru gratuit! Din fericire vă cunosc munca, altfel nu aș fi avut încredere într-o astfel de ofertă, adăugă ea zâmbind.

- Stau în Quebec pentru câteva luni și voi lucra în particular cu trei persoane diferite, în trei domenii diferite. În urma difuzării anunțului pe site-ul nostru, am primit mai multe cereri. Le-am selectat pe cele care se refereau la iubirea adevărată, care constituie unul dintre cele trei domenii de cercetare și am ales numele dumneavoastră, la întâmplare. Înainte de a merge mai departe aș vrea să aflu dacă ești de acord să ne tutuim.

- Nu am nimic împotrivă. Va fi chiar foarte simplu pentru că îmi place faptul că vă adresați direct atât în cărțile cât și în atelierele dumneavoastră. Până acum am asistat la trei astfel de ateliere și există lucruri în viața mea care s-au îmbunătățit, dar trebuie să îți mărturisesc că noțiunea de dragoste necondiționată mi se pare foarte complicată.

- Te ascult. Vorbește-mi puțin despre tine și spune-mi care sunt dificultățile cu care te confrunți.

- Am treizeci și opt de ani și sunt căsătorită de paisprezece ani cu Mario, care are cincizeci și doi de ani, deci cu paisprezece ani mai mult decât mine. Când l-am întâlnit pe Mario, în 1991 el era căsătorit și locuia încă cu soția lui Rita și cu fiul lor, David, care avea paisprezece ani. După cum ai observat, cifra paisprezece a fost prezentă în viața noastră și

Cuprins

Cuprins.....	3
Mulțumiri.....	5
Introducere	6
Capitolul I	
Consultația	8
Capitolul II	
Diferitele fețe ale iubirii	15
Capitolul III	
Acceptarea alegerilor celor apropiați	33
Capitolul IV	
Mijloace practice de acceptare	58
Capitolul V	
A accepta să ai mai mult sau mai puțin decât alții	72
Capitolul VI	
Acceptarea pierderii.....	87
Capitolul VII	
Acceptarea bolii.....	109
Capitolul VIII	
Acceptarea bătrâneții și a morții	124
Capitolul IX	
Acceptarea rănilor	152
Capitolul X	
Acceptarea stării planetei	167
Capitolul XI	
Acceptarea celorlalți	173
Capitolul XII	
Dragostea cu "D" mare	181

încep să mă întreb dacă nu este un număr cu ghinion pentru noi, adăugă ea. Sper că nu voi deveni superstițioasă. Dar să mă întorc la povestea mea...

... Ne-am îndrăgostit la prima vedere și el mi-a promis că o va părăsi pe soția lui pentru a fi cu mine. În realitate, a părăsit-o pentru că eu eram însărcinată, iar apoi ne-am căsătorit foarte repede. Fiica noastră, Sandra are acum paisprezece ani. Din noi cifra paisprezece! Nu am observat coincidența aceasta decât atunci când am aflat că voi veni aici astăzi și că mă voi pregăti să-mi povestesc viața. Pentru Mario, a fost un adevărat șoc să afle că eram însărcinată, la câteva luni după ce ne-am cunoscut. Știa că iau anticoncepționale și a tras concluzia că făceam parte din cele 1% femei care rămân însărcinate în ciuda contracepției. I-am spus că ne fusese destinat să avem un copil împreună, uitând să îi spun că nu luasem intenționat anti-concepționale, în timp ce eram la ovulație. Eram fericită că nu trebuia să îi spun adevărul, când i-am văzut reacția, nu vorbiserăm niciodată că vom avea copii, pentru că ne cunoșteam de foarte puțin timp...

... Știu că nu ar fi trebuit să fac intenționat în așa fel încât să rămân însărcinată, dar îl iubeam atât de mult și îmi era teamă că nu se va despărți de soția lui. Se simțea foarte vinovat la ideea de a divorța, când fiul lui era adolescent, însă trăiam o pasiune mare și pentru el devenise foarte greu să inventeze mereu scuze pentru a ne putea întâlni cât mai des. Și în plus, mă săturasem să fiu singură în weekend-uri. A părăsit-o pe soția lui la începutul anului 1992 și ne-am căsătorit la Las Vegas, foarte discret, la două luni după ce s-a născut Sandra. De abia trecuse o lună între divorțul lui și căsătoria noastră. Mai multe persoane îmi spusese că nu este prea sănătos pentru un cuplu să te angajezi atât de repede într-o a doua relație și că ar fi trebuit să mai așteptăm. Aveau dreptate, cred, deoarece cuplul nostru trece prin multe dificultăți acum.

- De când v-ați căsătorit, i-ai spus că ai plănuit să rămâi însărcinată?

- Nu, nu am avut niciodată curajul să îi vorbesc despre asta. Nu știi de câte ori am vrut să îi vorbesc despre asta. De câte ori am vrut să îi mărturisesc, însă în ultimul moment, mi se făcea frică și amânam mărturisirea. Îmi amintesc cum

găseam tot timpul tot felul de motive pentru a nu-i mai spune. Sunt lașă, nu-i așa?

- Nu se pune problema să judecăm comportamentul tău. De fiecare dată când îți pun o întrebare o fac doar pentru a te ajuta să te descoperi. Să fii atentă la cuvintele pe care le folosești când vorbești deoarece sunt foarte importante. Care sunt cele mai mari dificultăți pe care le trăiești acum?

- Nu mai pot să am încredere în el deoarece bănuiesc că are o legătură cu o altă femeie. Încerc să renunț la bănuieli însă nu reușesc, mai ales când e vorba despre acest lucru. Mă gândesc tot timpul la asta dar încerc să nu las să se vadă nimic. Cred că îți dai seama cât de stresant este acest lucru. Când se întoarce acasă soțul meu este tot mai obosit și adoarme în fotoliul lui. Vorbește foarte puțin cu mine și cu Sandra. Îmi spune că îi pare rău pentru atitudinea lui, că nu știe ce e cu el, că este ceva trecător și îmi cere să am răbdare. Din când în când mai facem dragoste, dar nu este cum era înainte. Fiul lui, David, care acum are douăzeci și cinci de ani este căsătorit și are un copil de patru ani. Mario nu se gândește deloc la nepotelul lui. Eu sunt cea care îi amintește mereu să meargă să îl vadă pe David. Când i-am sugerat lui Mario să meargă la un medic, crezând că are o depresie mi-a răspuns că nu are nevoie de medic.

- De când ai început să observi toate astea?

- Nu știu exact. De vreo doi ani sunt mai atentă, dar cred că atitudinea lui a apărut mai de mult, doar că nu voiam să văd acest lucru. Îl întreb tot timpul ce se întâmplă cu el și mă plâng de atitudinea lui. Doar atunci când am aflat că voi veni la tine am fost mai atentă să verific ceea ce trăiam. Mi-am dat seama că nu i-am vorbit niciodată despre bănuielile mele deoarece îmi este foarte frică de ceea ce s-ar putea întâmpla. Parcă prefer să nu știu decât să aflu ceva greu de suportat pentru mine. Acum îmi face foarte bine să vorbesc despre asta.

- O să revenim imediat la ceea ce trăiești tu acum. Aș vrea să te mai întreb ceva. Mario a întreprins și el ceva, legat de propria lui dezvoltare personală?

- A citit prima ta carte, acum câțiva ani și a asistat la primul curs al grupului *Ascultă-ți corpul*. Am aflat despre ceea ce faci tu de la nora noastră, Michelle, care te-a descoperit când avea optsprezece ani. Era atât de prinsă de ceea ce aflase încât ne-a

oferit prima ta carte și ne-a sfătuit să mergem la cursuri. După aceea Mario și-a pierdut interesul. Eu îmi promiteam mereu să particip și la alte ateliere, dar cum nu îmi organizez prea bine timpul, amân ceea ce vreau să fac...

... Avem dificultăți și cu fiica noastră, Sandra. Știi ce înseamnă să ai un copil de paisprezece ani, nu-i așa? După cum se îmbracă și se machiază ai spune că are optsprezece ani. Pare foarte provocatoare și sunt mereu neliniștită când se întoarce seara târziu acasă. Închipuie-ți că îmi spune că eu sunt o bătrână demodată. Eu care am doar treizeci și opt de ani! Mă simt încă tânără, dar ea mă consideră bătrână. Nu îmi povestește niciodată ce face cu prietenele ei. Era sunată atât de des acasă încât a trebuit să îi luăm propriul ei telefon mobil. Ne-a promis că își va plăti factura, la sfârșitul fiecărei luni, dar încă nu și-a ținut niciodată promisiunea. Mario mi-a sugerat să îi confisc telefonul, dar astfel mă voi pedepsi de fapt pe mine: ar trebui să răspund la toate apelurile pe care le primește, fără să mai țin cont de faptul că linia telefonică ar fi astfel mereu ocupată...

... Și mai am o problemă. Mario îmi spune tot timpul: "Fă asta sau asta cu fiica TA". El nu vrea să se implice. Vrea ca eu să iau toate deciziile și când ceva nu merge el se retrage spunând că e vina mea, că nu știu cum să mă descurc cu fiica mea.

- Până acum mi-ai vorbit despre mai multe probleme. Să revenim la prima problemă despre care ai vorbit, teama ta că Mario te înșală. E de preferat să lucrăm pe rand, pe fiecare problemă. Vom reveni la celelalte în următoarele tale vizite. Cum te simți tu în situația aceasta?

Ana inspiră adânc și expiră apoi prelung. Dintr-o dată, i-au dat lacrimile. Mă privește câteva momente și apoi ochii ei devin tot mai triști. Eu nu spun nimic. Îi ofer o batistă și un pahar de apă. După câteva minute, ea răspunde:

- Mi-am dat seama că frica mea cea mai mare este să îl pierd pe Mario. Îl iubesc atât de mult și dorința mea cea mai mare este să îmi petrec restul vieții cu el.

- Cum te simți acum? Închide ochii și lasă să urce ceea ce simți atunci când te gândești că îl vei pierde.

- Mă simt atât de tristă. Îmi este foarte frică. Parcă aş avea o

piatră mare în pânțele. Simt și multă furie. Știu că o refulez de mult timp. Mi-e frică să nu îmi pierd controlul dacă las să iasă toată această furie și atunci va fi vina mea dacă el va pleca din cauza aceasta. Ideea de a rămâne singură mă sperie foarte tare. Și chiar cred că fetița noastră va alege să rămână cu tatăl ei: cu el poate face ce vrea ea. Pentru mine, un astfel de abandon ar reprezenta o viață ratată. Nu știu dacă voi mai putea să îmi revin.

- Pentru a rezuma, ceea ce te deranjează cel mai mult, este atitudinea și comportamentul lui Mario față de tine și față de ceilalți membri ai familiei și posibilitatea ca el să te înșele. Dar adevărata problemă este frica ta de a pierde iubirea soțului și a fiicei tale și de a rămâne singură. Așa este?

- Da, Lise, așa este. Înainte să vorbesc despre asta nu îmi dădeam seama cât de frică îmi este să nu fiu abandonată. Am făcut cursul despre cele cinci răni ale sufletului și am observat foarte puține caracteristici ale rănii de abandon la mine. Și nu bănuiam că am această rană. Cred că rana mea de trădare este mult mai evidentă. Cred că va trebui să mă ocup de amândouă, nu?

- Vom avea timp pentru a stabili legăturile cu rănile tale. Dar vreau să te mai întreb ceva. Ce îți dorești în viață? Ce fel de ajutor vrei? Ce aștepti de la mine?

- Este foarte simplu, vreau să îmi păstrez soțul și vreau ca familia noastră să fie unită și să nu mai fim despărțiți. Aș vrea să îmi dai mijloacele de a-mi atinge acest scop.

- Nimeni nu îți poate garanta un mijloc de a-l păstra pe soțul tău, deoarece acest lucru depinde de el. Știi foarte bine că nu îi poți obliga, nici pe soțul tău, nici pe fiica ta, să rămână cu tine. Vrei să afli de ce atragi acest gen de situații? Ești pregătită să îți asumi responsabilitatea pentru ceea ce ți se întâmplă? Îți pun această întrebare, deoarece, chiar dacă aștepti acest lucru de la mine, îmi este imposibil să îți spun că ești nefericită din cauza soțului tău sau a fiicei tale. De asemenea, nu îți spun nici că este vina ta. În realitate, nu este vina nimănui, există doar oameni care suferă și care nu știu cum să gestioneze anumite situații... Pot eventual să te ajut să afli cauza pentru ceea ce ți se întâmplă și să îți sugerez mijloace de a accepta ceea ce ți se va întâmpla în viață, fie că îți dorești sau nu acel lucru.

- E adevărat că vreau să cunosc cauzele acestor probleme, dar a accepta ca soțul meu să aleagă să plece, este altceva. Crezi într-adevăr că o femeie care își iubește soțul ar putea să ajungă la acest gen de acceptare?

- Știi, Ana, reacția ta este foarte omenească. Nu am spus niciodată că este ușor să trăiești astfel de situații, dar sunt convinsă că poți găsi în tine dragostea necesară pentru a accepta o situație nedorită. A fi capabil să înfrunți orice situație înseamnă a da dovadă de înțelepciune și acceptare. Să vrei ca lucrurile să meargă așa cum vrei tu, înseamnă control. Ai observat că acest gen de control nu schimbă nimic și nu îți poate oferi liniștea interioară? Poți găsi această pace interioară doar prin dragostea adevărată. Ești de acord să vorbim despre acest lucru?

- Bineînțeles, sunt mai mult decât pregătită. Nu mai suport această situație și sunt foarte deschisă să învăț alte lucruri. Îndrăznesc să sper că vom găsi o soluție pentru ca lucrurile să se îmbunătățească în relația noastră de cuplu.

- Pentru a lucra mai bine împreună, îți sugerez să vii și cu Mario. Spune-i să vină o dată cu tine și, dacă este de acord, va putea să mai revină atunci când va fi necesar să fiți amândoi prezenți. În timpul următoarei noastre întâlniri vom vorbi despre ceea ce înseamnă dragostea adevărată pentru a putea apoi găsi mijloacele cele mai potrivite pentru viața voastră de cuplu și de familie...

... Crezi că în intervalul de până la următoarea noastră întâlnire vei putea găsi curajul de a-i mărturisi lui Mario ceea ce mi-ai împărtășit mie: faptul că tu bănuiești că el are o relație cu o altă femeie și de asemenea, teama ta de a fi abandonată, care este activată de această îndoială? Crezi că îi vei putea împărtăși faptul că ai făcut intenționat să rămâi însărcinată? De asemenea, ar fi indicat să vorbești cu mama ta și să afli dacă și ea avea aceleași temeri ca și tine, adică îi era teamă că nu va mai fi iubită și va fi abandonată de tatăl tău și de copiii ei.

- Îmi ceri foarte mult, nu știu dacă voi fi în stare să fac toate acestea.

- Fă ceea ce poți. Îmi place să sugerez ce să faci, după fiecare întâlnire pe care o avem. Putem transforma situațiile nedorite doar prin acțiuni diferite. Dar, ceea ce este foarte