



MEGAN FELDMAN BETTENCOURT

*Munca mea, de Gul Carr Feldman, care m-a învățat  
despre puterea de transformare a circumstanțelor, a ascultării  
aproapelei, a compasiunii și care m-a ajutat să înțeleg  
că a spune povestea este una dintre cele mai puternice*

# TRIUMFUL INIMII

lertarea într-o lume neiertătoare

Traducere: RALUCA NICOLAE  
LAURA SÎRBU



NICULESCU



## CUPRINS

---

Introducere: Cum am descoperit, fără să vreau, iertarea și cum am pornit în căutarea ei. ....	11
1. Inima întunericului: doi oameni au pierit, pe când alți doi au devenit buni prieteni . . . . .	27
2. Știința are cuvântul: este iertarea o trăsătură umană firească și are ea beneficii asupra sănătății? . . . . .	53
3. Cum să ne îndreptăm greșeala . . . . .	86
4. Întoarcerea la origini: cum să-ți ierți părinții . . . . .	117
5. Ecologia încrederii: iertarea în relațiile dintre sexe . . . . .	151
6. Un har divin: iertarea ca practică spirituală și laică . . . . .	179
7. Supraviețuitoarea: femeia din Ruanda care a iertat un lucru strigător la cer . . . . .	207
8. Reacție în lanț: practicile instituționale care promovează iertarea în școli și în comunități . . . . .	234
9. O lume a păcii: programe internaționale inovatoare care promovează iertarea între vechi dușmani . . . . .	257
10. Flăcările care mistuie trecutul: ceremonia iertării . . . . .	280
Mulțumiri. . . . .	297
Anexă: Practici ale iertării . . . . .	301
Note. . . . .	311



## INTRODUCERE

---

### **Cum am descoperit, fără să vreau, iertarea și cum am pornit în căutarea ei**

**L**a începutul anului 2012, scriam pentru o revistă o povestire despre un om deosebit. Acum șaptesprezece ani, Azim Khamisa lucra într-o bancă de investiții internaționale cu sediul în San Diego, când singurul său fiu, student care mai câștiga un ban livrând pizza la domiciliu, a fost împușcat mortal de un tânăr teribilist dintr-o bandă de cartier. Dar afirmația lui Azim i-a șocat pe toți, de la procurorul care ancheta cazul, la reporterii locali criminaliști: Azim l-a iertat pe ucigaș. Ba chiar a încercat să ia legătura cu familia criminalului și s-a împrietenit cu bunicul ucigașului. După aceea, cei doi, deveniți prieteni în împrejurări atât de ciudate, au înființat o organizație care militează pentru prevenirea violenței de orice fel în școlile din sistemul de stat. Am aflat de Azim printr-un prieten comun care participase la una dintre conferințele sale. Povestea lui mi-a stârnit interesul.

Voiam să înțeleg de ce Azim îl iertase pe ucigaș. Am vrut să pricep cum de făcuse acest lucru. Și, desigur, eram interesat să știu care sunt consecințele iertării – pentru el, pentru mine, pentru noi toți. Din diverse motive, pe care nu le conștientizam pe deplin, eram pur și simplu contrariată, ca să nu spun tulburată.

Iertarea nu fusese până atunci punctul meu forte și nici nu se număra printre idealurile mele. Nu mă gândeam prea des la iertare, iar când o făceam, nu simțeam decât dispreț, ca pentru



o slăbiciune sau un lucru penibil. Când aveam doi ani, mama m-a dus la o piscină din cartier. Mă prinsese de mânuțele dolofane, gata să mă bage în apă, când o doamnă între două vârste ne-a oprit:

— Ce drăguță e! i-a spus ea mamei, aplecându-se și zâmbindu-mi.

Până să-și dea seama, i-am tras una cu toată puterea în fluierul piciorului. Femeia s-a tras înapoi și și-a masat piciorul. Înnebunită și rușinată, mama și-a cerut scuze și m-a luat repede de acolo. Când a vrut să știe ce se întâmplase, i-am aruncat o privire printre gene și mi-am scos cu dârzenie bărbia în față.

— Eu nu-s drăguță, i-am spus. *Urăsc* să fiu drăguță.

În viziunea mea, cuvântul „drăguț” era pentru bebeluși sau pentru animalele docile. Eu eram foarte curajoasă. Voiam să fiu puternică și deșteaptă, ca să fiu luată în serios. După ce am mai crescut, noțiunea de iertare a ajuns la fel de jenantă ca rușinea de a fi o fată drăguță – așa cum mi se spusese atunci, demult, când îi răspunsesem complimentului binevoitor al doamnei cu o lovitură de picior de toată frumusețea.

Maturizându-mă, am devenit din ce în ce mai furioasă, pe măsură ce descopeream noi și noi nedreptăți în lume. Eram furioasă pe Holocaust (una dintre cărțile mele preferate era *I Never Saw Another Butterfly*<sup>1</sup>, o culegere de desene și poezii ale copiilor evrei din Terezin<sup>2</sup>). Eram furioasă din cauza genocidului amerindienilor, mă indigna faptul că unii oamenii erau nevoiți să doarmă pe străzi și să caute prin gunoaie după mâncare. Revolta împotriva nedreptății se datora și faptului că eram hipersensibilă, simțeam totul – mai ales suferința din jurul meu. Îmi amintesc că am aflat pentru prima dată despre camerele de gazare de la Auschwitz când eram elevă la gimnaziu. Am fost răvășită de un documentar pe care l-am văzut în clasă și abia dacă am mai putut îngăima ceva

<sup>1</sup> Cartea *I Never Saw A Butterfly* (Niciodată n-am mai văzut vreun alt fluture) de Hana Volavkova a fost scrisă inițial în limba cehă, apoi tradusă în engleză, însă nu există și versiuni în limba română. (n. trad.)

<sup>2</sup> *Terezin* este un oraș ceh ce a devenit lagăr de concentrare pentru evrei în 1941. (n. trad.)

în pauză. Eram de-a dreptul consternată – și, evident, furioasă – să văd cum colegii mei se jucau leapșa sau povesteau în gura mare diverse lucruri, de parcă nimic nu s-ar fi întâmplat. Eu tocmai descoperisem că lumea este un infern, iar prietenii mei își vedeau liniștiți de-ale lor. Mama era psiholog specializat în traume, așa că am mai prins câteva frânturi din convorbirile ei cu pacienții. O parte fuseseră bătuți crunt de mame, unii violați de tați, alții hărțuiți sau aproape uciși de necunoscuți dubioși sau chiar de colegi. La un moment dat, pe la sfârșitul gimnaziului, nenorocirea a lovit și mai aproape de mine.

Într-o după-amiază, tatăl celei mai bune prietene de-ale mele nu a mai venit s-o ia de la școală. A doua zi de dimineață, mama s-a așezat, ca de obicei, pe marginea patului meu. Obișnuia să mă zgâlțâie ușor ca să mă trezească, dar, în acea dimineață, avea ochii roșii și umflați de plâns. Mi-a spus printre lacrimi că tatăl prietenei mele s-a sinucis și că mama ei îl găsisse mort. Imediat ne-am urcat în mașină și ne-am dus la ele. Nu mai țin minte decât că eram noi cinci – mama și cu mine, prietena mea împreună cu sora ei mai mare și cu mama ei –, îmbrățișate sub un ulm din curtea din spațele casei. În aceeași vară, familia lor s-a mutat în altă parte. Am început clasa a șasea la o școală nouă, la care eu și prietena mea plănuisem demult să mergem împreună. Noaptea, îmi scriam, într-un jurnal roz, plin cu inimioare, impresiile care exprimau tristețea și singurătatea mea.

Când profesorul de engleză ne-a dat ca temă să scriem o compunere inspirată din viața noastră, am vorbit despre această întâmplare. Am fost uimită de sentimentul de eliberare pe care l-am încercat. Reușisem să dau sens unui eveniment, de altfel, lipsit de noimă. Agitația de peste noapte dispăruse ca prin farmec. Profesorul mi-a citit compunerea în fața clasei la toate orele de engleză pe care le avea. Colegi de care până atunci n-avusesem habar m-au oprit pe hol ca să-mi spună că au fost impresionați de compunerea mea. Unii mi-au mărturisit chiar că și ei au avut parte de experiențe asemănătoare. Într-un fel, această compunere m-a ajutat



să înțeleg durerea și suferința – sau cel puțin să scriu despre ele – și, astfel, să rezonéz cu cei care le-au trăit cu adevărat.

Și așa am ajuns să fac jurnalism, dând glas durerii și revoltei împotriva nedreptății, fiind fascinată de puterea oamenilor de a-și reveni după o cumplită tragedie. Am început să scriu eseuri și povestiri despre suferință, dar și despre cum să te ridici deasupra ei: dependenți de droguri care au găsit modalități neobișnuite de renunțare la acest viciu; tați care se luptau cu legile nedrepte ce nu respectau dreptul la paternitate; văduve care inițiaseră grupuri de ajutor pentru cei ce pierduseră pe cineva drag în război; emigranți din America Centrală, dornici să scape de sărăcie și violență, înghesuindu-se în trenurile de marfă pe o distanță de aproape 250 de kilometri pentru a ajunge la granița cu SUA. Când aveam 20 de ani, mi-am petrecut doi ani în Guatemala, scriind reportaje despre cei care încercaseră să-și refacă viața după 36 de ani de război civil.

Până să-l întâlnesc pe Azim, aproape orice mă scotea din sărite și eram gata să fac tot felul de acuzații mai mult sau mai puțin gratuite la adresa oamenilor. De fapt, eram mai tot timpul furioasă.

La 33 de ani, încercam să-mi găsesc ceva de lucru în Denver, Colorado, în timp ce prietenii mei își cumpărau case și se căsătoreau. Eram bombardată cu scrisori de refuz de la editori și îmi burdușisem dulapul cu conserve de fasole sau ton. Mă hotărâsem să rămân în Denver, după ce lucrasem câțiva ani la un ziar din Dallas. Îmi plăcea ceea ce făceam, dar crescusem în Mountain West<sup>1</sup>, fiind mare iubitoare de păduri, pârtii de schi și izvoare de munte, așa că mă simțeam ca peștele pe uscat, înotând printre betoanele și mallurile din Dallas. În 2010, mai rămăseseră destul de puține locuri de muncă în jurnalism, ceea ce mi-a alimentat și mai mult starea de nemulțumire și iritare. Cum nu mă mai vedeam stând în Texas, m-am aruncat cu capul înainte și m-am mutat înapoi în Colorado, ca să-mi încerc norocul pe cont propriu. Am

<sup>1</sup> Partea de sud a regiunii *Mountain West* este o zonă preponderent montană și cuprinde statele Arizona, Colorado, Nevada, New Mexico și Utah. (*n. trad*)

reușit să public într-o revistă câteva articole de succes, mi-am găsit o jumătate de normă ca profesor, ca să-mi mai rotunjesc veniturile, și am lansat un website unde mi-am postat cele mai reușite articole, plus o poză în care aveam un aer profesionist. Între timp, lista mea de datorii creștea, ajunsese să mă împrumut de la părinți – ceea ce pentru mine era un semn clar că îmi ratasem viața –, iar o bună parte dintre articole îmi fuseseră respinse pe motiv că „povestea ar merge, dar deocamdată nu avem cum s-o publicăm”. Dacă vrei să știi ce-i aceea furie sau dezamăgire, îți sugerez să te faci actor sau scriitor, să vezi cum este să te refuze toți. Este rețeta perfectă a disperării.

În iarna anului 2011, după luni de zile în care articolele îmi erau sistematic respinse, mi-am găsit o slujbă pe internet la compania unui inginer programator, care se ocupa de aplicații pentru pasionații de schi și care avea nevoie de cineva dispus să facă și muncă de teren. Din păcate, s-a ales repede praful și de noul meu loc de muncă pentru că firma a fost înghițită de o companie mai mare, cu mai multe pretenții, care a spus că nu mai voia să îi apară numele în aceeași publicație în care se făcea reclamă la magazinele de etnobotanice. Fusesem atât de aproape să-mi găsesc, în sfârșit, un loc de muncă stabil, după un șir nesfârșit de dezamăgiri, încât acest ultim eșec m-a dat pur și simplu peste cap. M-am prăbușit pe podeaua apartamentului, plângând în sughituri pe mocheta de lângă pat.

Mă simțeam ca ultimul om. Tata, medic, și mama, psiholog, munciseră din greu, practicaseră o meserie care le adusese multe satisfacții, ca să-mi asigure mie și surorii mele un trai decent și lipsit de griji. Îmi puseseră totul la dispoziție, iar eu de-abia mă mențineam pe linia de plutire. Ce rușine pentru mine! Îmi făceam procese de conștiință că alesesem o meseria așa de nesigură și că nu fusesem în stare să-mi câștig existența din jurnalism. Bineînțeles că o parte din vină o aveau și editorii care nu-mi acceptaseră articolele și care n-au vrut să mă angajeze. Îi învinuiam și pe părinți pentru că m-au lăsat să mă fac ziaristă. Urlând și suspinând



ca un bebeluș isteric, în plină criză de plâns, am dat cu ochii de un maldăr de reviste și am înșfăcat-o pe prima care mi-a sărit în ochi. Fără să stau pe gânduri, am făcut-o fărâme și nu m-am oprit până n-am dovedit tot teancul. Se pare că această acțiune m-a mai calmat puțin. Zăceam în mijlocul unui morman de bucăți de hârtie, dar măcar eram mai puțin agitată.

Cum o nenorocire nu vine niciodată singură, relația cu prietenul meu a luat o întorsătură neașteptată, având accente dramatice. Noi nu am avut parte de acele certuri interminabile, care anunță o inevitabilă despărțire. Relația noastră s-a terminat la un spectacol de improvizație teatrală, numit *Blind date* („Întâlnire cu un necunoscut”).

Veniserăm acolo însoțiți de alte două cupluri: Lara, prietena mea de-o viață, absolventă de Drept, înaltă, cu părul blond cu reflexe rozalii, mereu binedispusă, în ciuda faptului că era procuror, și o altă prietenă, Rachel, fost fotomodel și în prezent pilot. Și Lara, și Rachel veniseră la teatru împreună cu prietenii lor. Când am intrat în barul de lângă teatru, artista care urma să facă improvizația vorbea cu oamenii din public. Trebuia să aleagă un bărbat dintre cei care veniseră să vadă spectacolul și să dea impresia că își dădea întâlnire cu el pe scenă. Spectacolul dura 90 de minute, care mi s-au părut lungi cât o zi de post. Prietenul Larei și al lui Rachel au pus la cale o strategie: să stea liniștiți, să nu răspundă la nicio întrebare, chiar dacă nu era politicos. În felul acesta, evitau să fie aleși pentru spectacol. Se pare însă că prietenul meu n-a vrut să meargă pe mâna lor. Când actrița i s-a adresat, el i-a răspuns deschis, cu căldură, așa cum vorbea de obicei.

Personajul interpretat de actriță se numea Mimi, o femeie cu forme, îmbrăcată într-o rochie roșie, mulată, pusă în evidență de un decolteu clasic, fără a fi însă vulgar. S-a prezentat cu un accent franțuzesc și ne-a întrebat de cât timp eram împreună (de zece luni) și cum ne-am întâlnit (prin niște prieteni comuni). Mike i-a zâmbit și i-a strâns mâna. Barmanii au anunțat ultima comandă, iar noi trei, eu, Mike și actrița, am început să discutăm de parcă



ne știam de când lumea. La un moment dat, Mimi m-a întrebat dacă îl putea „împrumuta” pe Mike ca partener de scenă.

— Sigur că da, i-am zis, de parcă m-ar fi întrebat dacă îmi beau ceaiul îndulcit cu zahăr.

Dacă situația ar fi fost tensionată, poate nu m-aș fi lăsat convinsă așa de ușor. Am afișat un zâmbet impasibil și m-am purtat ca și când nimic nu s-ar fi întâmplat, ușor amuzată că o actriță atrăgătoare, pusă pe flirt, cu o rochie strâmtă și accent franțuzesc și-a pus în cap să-mi răpească prietenul pentru o seară pe scenă.

Mai târziu, când mi-am amintit de această întâmplare, m-am întrebat dacă eram totuși întreagă la minte să fac asta. În loc să mă gândesc bine, reacționasem din reflex. De când mă știu, singura mea atitudine în situații-limită era să fac pe fata de comitet, care înghițise gălușca, dar care nu se lăsa doborâtă. De mică am schiat în munții din New Mexico și Colorado. De atunci am învățat că, în momentul în care mă panicam sau ezitam o secundă, s-a zis cu echilibrul meu. Ar fi urmat o serie de tumble în aer și o aterizare forțată care ar fi însemnat să îmi rup oasele și să stric echipamentul de schi. Singurul mod de a face față unei astfel de situații era să rămân impasibilă, să-mi încordez mușchii și să strâng din dinți ca să nu vadă nimeni cât de mult mă îngrozea panta abruptă din fața mea.

Bineînțeles că, dacă atunci mi-ar fi trecut prin cap această analogie, aș fi priceput că frica și impulsul de a acționa – o frână bruscă pe marginea prăpastiei – mi-ar fi salvat pur și simplu viața. Dar n-a fost să fie. Ori de câte ori eram pusă într-o situație delicată, afișam un zâmbet crispat sau răspundeam cu un hohot de râs ori cu o remarcă ironică. Am ripostat imediat la comentariile de prost gust făcute de câțiva bărbați de două ori mai în vârstă decât mine:

— Să nu credeți că nu v-am auzit, cretinilor!

Odată, prietena mea și cu mine ne-am urcat în mașină și am călcat accelerația până la 120 km/h. Din fericire, nu ne-am ales decât cu câteva zgârieturi. La sosirea ambulanței, m-am

metamorfozat instantaneu într-o moderatoare de talk-show, care s-a pornit să-i bombardeze pe medicii de pe ambulanță cu întrebări despre munca și copiii lor, dar și despre orașul în care se născuseră. Arătam de parcă toată viața am stat la șuetă cu necunoscuții, deși, în realitate, eram legată de o targă de metal într-o salvare care gonia cu toată viteza.

Iată de ce în acea noapte senină de octombrie m-am așezat pe un scaun în sala unde se ținea spectacolul și l-am lăsat pe prietenul meu să se urce pe scenă, în fața a sute de oameni. Mă uitam drept înainte, în timp ce amicii mei își tot dădeau coate. Am izbucnit în râs.

— N-am nimic. Niciodată nu strică un pic de aventură, nu-i așa?

Decorul era simplu: un candelabru și o masă pentru doi, acoperită de o pânză roșie. Mimi stătea la masă, rujată strident, în ținuta obișnuită, cu rochia ei stacojie. Mike a intrat pe scenă. A bălmăjit câteva cuvinte de prezentare, a dat mâna cu actrița și s-a așezat la masă. De obicei, era palid la față, dar acum avea culoarea unui schelet fosforescent, lucind în întuneric. Nu mai era așa de sociabil, de zâmbitor și de pus pe glume ca altă dată. Când fâșneața Mimi i-a pus o serie de întrebări care să destindă atmosfera, abia dacă a putut lega două vorbe. O tăcere încordată se așternuse peste spectatori.

A urmat întrebarea care a șocat:

— Ia zi-mi, vrei să ai copii?

Am tras fără să vreau aer în piept, de parcă o fantomă mi-ar fi tras o lovitură zdravănă în plex. Avusesem fel de fel de neînțelegeri pe această temă cu Mike. Nu fusesem niciodată căsătorită, iar relațiile mele cu diverși bărbați se dovediseră până acum fără niciun viitor. Toată viața am crezut că vreau copii, dar, pe măsură ce mă apropiam de 30 de ani, nu mai eram așa sigură că ar fi fost un lucru înțelept, mai ales că nu depindea numai de mine. Este posibil să fi confundat frica de trecerea timpului cu dorința de a avea copii. Chiar și așa, împotrivirea lui m-a tulburat.



— Nu, nu vreau să am copii, a răspuns Mike sigur pe el și, evident, stânjenit.

Îmi simțeam toți mușchii încordați, întinși la maximum, în stare de alertă. Am strâns din fălci și m-am trezit ținându-mă de scaun.

Mimi era uimită.

— Ce te face să fii atât de sigur? l-a întrebat.

— Nu știu, dar înclin spre *nu*.

Un chelner îmbrăcat în frac și-a făcut apariția să ia comanda. Mike a cerut un whisky cu gheață. L-a dat pe gât imediat și apoi a mai comandat unul. De data aceasta, chelnerul s-a întors cu o sticlă de Jack Daniel's. Pe măsură ce băutura își făcea efectul, Mike cel țeapăn ca o scândură, aproape de nerecunoscut pentru noi, cei din grup, s-a transformat într-un Mike jovial, care a început să facă glumițe. Simțeam că publicul se relaxa și respira ușurat.

Mimi l-a invitat la ea „acasă”. S-au prefăcut că se urcă într-o mașină și străbat Parisul, zgâlțâiți de un vehicul imaginar pe un drum imaginar, cu piatră cubică. Odată ajunși la destinație – Mike trăsese zdravăn din sticlă, așezat comod în mașina imaginară –, au deschis, chipurile, ușa, au urcat pe scări și s-au așezat pe o canapea din imitație de catifea, așezată la marginea scenei. Mimi l-a tras de limbă și a aflat că era muzician, apoi și-a chemat asistentul, pocnind din degete. Actorul, care până atunci fusese chelner, a apărut ca prin minune, aducând o chitară.

— Nu-mi cântă ceva? l-a întrebat Mimi, dând din gene ca personajul Bambi din desenele animate.

El i-a făcut pe plac și nici n-a scos bine câteva acorduri că am simțit cum mi se strânge stomacul. Chitara era cam dezacordată, dar am recunoscut melodia pe care o scrisese la despărțirea de o fostă iubită. „Exact ce-mi trebuia!” Acum erau dintr-odată trei – el, o voluptuoasă vampă franțuzoaică și o fostă iubită.

— Și asta ai scris tu pentru o fată? a spus aproape în șoaptă Mimi, trăgându-se mai aproape de el pe canapea.