



Ce nu se vede

*despre ce se crede, ce se simte și ce
nu se poate atinge*

Florentin Iordache

alături de tine · florentiniordache.ro



Ce nu se vede



Florentin Iordache

Florentin Iordache este terapeut alternativ, nu psiholog acreditat. Cartea aceasta nu înlocuiește consilierea psihologică, psihoterapia sau tratamentul medical, și nu constituie diagnostic. Situațiile de cuplu din paginile ei sunt compuse: nu descriu o persoană anume și nu repovestesc nicio ședință. Dacă trăiești violență în relație, cartea nu e primul lucru de care ai nevoie: linia națională gratuită pentru victimele violenței domestice este 0800 500 333, non-stop, iar în pericol imediat se sună la 112.

Cuprins

Deschidere

Partea întâi: ce nu se vede

1. Greutatea pe care n-ai văzut-o niciodată
2. Scaunul liber
3. Cei care au atins și tot n-au știut

Partea a doua: omul

4. Fereastra de peste drum
5. Unde se termină ce se poate cântări
6. Durerea celuilalt
7. Trei propoziții spuse încet

Partea a treia: focul

8. Clipa și nopțile fără flacără
9. Ce se usucă atunci când nu mai e nimic de aflat

Partea a patra: același mușchi

10. Drumul trece prin cel pe care-l vezi
11. Marți, la zece fără un sfert

Partea a cincea: unde se oprește

12. Credința care nu e credință
13. Cred în noi și tocmai de aceea
14. Trei niveluri care nu se amestecă
15. Cel care crede că poate salva
16. Ciclul care seamănă cu credința
17. Cum arată, de fapt, schimbarea

18. Credința în tine

19. Siguranța vine prima

Încheiere

Anexă: unde se cere ajutor

Deschidere

Un om m-a întrebat, într-o seară, la masă, ce s-ar schimba dacă Dumnezeu ar sta pe scaunul liber de lângă noi. Nu ca o lumină, nu ca o simțire. Acolo, cu mâinile pe față de masă, cu paharul lui, lăsând urmă pe lemn ca oricare dintre noi.

Am răspuns ceva pe moment și am uitat ce. Întrebarea însă a rămas la mine toată iarna, și undeva pe la jumătatea ei a început să semene cu altceva, cu o întrebare care n-are nimic sfânt în ea și care se pune în bucătării.

Dacă îl văd în fiecare zi pe omul de lângă mine, dacă îi știu mersul, respirația în somn și felul în care

Închide ușa când a avut o zi proastă, de ce ar mai trebui să cred în el?

Mi-a luat luni până să văd că sunt aceeași întrebare.

Cartea asta merge pe drumul dintre ele, într-un sens și în celălalt. Nu e o carte de teologie și nu vrea să te convingă de nimic despre cer. E despre ce facem cu ce nu se vede, fie că e vorba de Cel pe care nu-L putem atinge, fie de omul pe care îl atingem în fiecare noapte și care rămâne, totuși, o țară străină.

Ce am scris altfel, a doua oară

Prima versiune a cărții ăsteia explica. Desfăcea fiecare lucru în bucăți, le pune în rând și le număra, și la capăt rămânea cu o schemă corectă din care lipsea tocmai lucrul despre care era vorba.

Mi-a spus-o cineva simplu: e cam matematic.

Avea dreptate. O taină desfăcută în patru puncte nu mai e taină, e inventar. Așa că am rescris, și am lăsat mai mult loc gol, și am înlocuit o parte din explicații cu lucruri cu care se poate compara. Pentru că despre nevăzut nu se poate vorbi decât prin alt nevăzut, și ăsta nu e un ocoliș poetic, e singurul drum care există.

Ce s-a scris la urmă, și de ce e sec

Partea a cincea face excepție de la tot ce am scris mai sus.

E ultima parte a cărții, s-a scris după toate celelalte și s-a scris împotriva lor. Pentru că e ușor, periculos de ușor, să scrii frumos despre credință în relație. Despre cum alegi să crezi fără garanții. Despre cum iubirea trăiește tocmai

din ce nu poate fi dovedit.

Toate sunt adevărate. Și toate pot fi luate de un om care suferă și folosite ca motiv să mai rămână un an.

Acolo, în partea a cincea, nu mai e loc de frumusețe. Unui om care trăiește frică în propria casă nu-i dai o metaforă, îi dai un număr de telefon. Așa că ultimele capitole sunt scurte, seci și limpezi, și arată altfel decât restul cărții. Nu e o scăpare de stil. E singurul fel cinstit în care se putea scrie partea aia.

Cum se citește

Capitolele sunt lungi și se pot citi pe sărite. Partea a cincea nu se sare.

La finalul unora găsești întrebări. Nu sunt retorice și nu sunt pentru minte. Sunt scrise ca să fie luate pe hârtie, într-un caiet pe care nu-l vede nimeni.

Dacă în timp ce citești îți vine în
minte un om anume și ți se strânge
ceva sub stern, oprește-te acolo.
Pagina te așteaptă. Senzația aia nu.

Partea întâi: ce nu se vede

CAPITOLUL 1

Greutatea pe care n-ai văzut-o niciodată

Nimeni n-a văzut vreodată greutatea.

Nu e o figură de stil, e literal.

Nimeni, în toată istoria speciei, nu a văzut lucrul care ține casele pe pământ și apa în pahar. Se văd doar urmele lui: un măr care cade, o piatră care se oprește, un corp care se așază în scaun seara și rămâne acolo.

Și cu toate astea, dimineată, când cobori primul picior din pat în întuneric, înainte să fii treaz de-a binelea, îți lași toată greutatea corpului pe ceva ce n-ai văzut

niciodată și n-o să vezi.

Nu te gândești la asta. N-ai verificat. Nu ceri dovezi.

Faci cel mai complet act de încredere din care e făcută o zi de om, și îl faci cu ochii pe jumătate închiși, de mii de ori, fără să-i dai vreun nume.

Lucrurile care se văd doar prin ce mișcă

Vântul nu se vede. Se vede perdeaua care se umflă, praful care se ridică în colțul curții, un copac care se îndoaie într-o direcție.

Evangelhia după Ioan spune ceva despre asta, la capitolul 3, și e una dintre cele mai frumoase propoziții din toată cartea aia: *„vântul suflă încotro vrea, și-i auzi vuietul; dar nu știi de unde vine, nici încotro merge.”*

Nu spune că vântul nu există. Spune că nu se urmărește.

Muzica, la fel. Nu există nicăieri, dacă stai să te gândești. Nu e în instrument, nu e în aer, nu e în hârtia pe care e scrisă. Trăiește doar în timp, și numai cât e cântată, și totuși e cel mai real lucru din cameră în minutele alea, iar oamenii plâng din cauza ei.

Lumina însăși e nevăzută. Vezi un fascicul de soare prin fereastră numai pentru că întâlnește praf. Fără praful din aer, camera ar fi luminată și n-ai vedea lumina deloc, doar lucrurile pe care le atinge.

Ce are asta cu credința

Pentru că astea sunt toate lucruri reale, verificabile, pe care le trăim zilnic, și despre niciunul nu spune nimeni că e o chestiune de credulitate.

Nimeni nu-ți cere să dovedești vântul.

Problema noastră cu ce nu se vede nu e, de fapt, o problemă cu nevăzutul. E o problemă cu un anumit fel de nevăzut: cel care ar putea avea intenții față de noi.

Greutatea nu mă vrea nici bine, nici rău. De-aia mă las pe ea fără efort.

Un om mă poate vrea bine sau rău, și aici începe toată greutatea cealaltă, cea adevărată. Nu greutatea care ține casele. Cea care se simte în piept când te gândești la cineva și nu știi.

*Nu ai văzut
niciodată greutatea.
Îți lași tot corpul pe
ea, de când te-ai
născut, în fiecare
secundă, fără să te
gândești.*

Două cuvinte sub același cuvânt

În română, pentru două lucruri care n-au mai nimic în comun, spunem la fel.

Cred că există viață pe alte planete.
Cred că trenul pleacă la șapte.
Astea sunt păreri despre starea lumii, se schimbă cu o dovadă și nu mă costă nimic să le schimb.

Cred în tine. Aici nu mai spun nimic despre lume. Stau în fața ta și îți

dau ceva de ținut.

Când un om spune că nu mai crede în Dumnezeu, aproape niciodată nu vrea să zică asta. Nu și-a schimbat părerea despre existență. S-a rugat și n-a primit. A fost bun și tot a venit prăpădul peste el. Vrea să spună că nu mai poate lăsa greutatea.

Și dacă te uiți bine, cuvintele unui om supărat pe cer nu sunt cuvintele cuiva care crede că nu e nimeni acolo. Sunt cuvintele cuiva care vorbește cu cineva. Nimeni nu se ceartă toată noaptea cu o absență.

REFLECȚIE

De luat pe hârtie, nu în minte.

- Pe ce îți lași greutatea, în viața ta, fără să te mai gândești? Fă lista și uită-te la cât de scurtă e.
- În relația ta cea mai apropiată, ce alegi să crezi fără să poți dovedi?
- Când ai spus ultima dată „am încredere”, și când ai simțit-o ultima dată? Sunt aceeași zi?

CAPITOLUL 2

Scaunul liber

Hai să ducem până la capăt întrebarea cu care a început cartea, fără s-o ocolim și fără să ne grăbim spre un răspuns frumos.

Mâine dimineată, cobori în bucătărie cu ochii încă umflați de somn și pui ibricul pe foc fără să te gândești la nimic. Și Dumnezeu e acolo. Nu o prezență, nu o stare. Un om la masă, pe care îl poți atinge, care mănâncă din farfurie și lasă urmă pe pahar. Filmabil. Măsurabil.

Ce dispare, în secunda aia?

Dispare o singură întrebare, și e cea mai mică dintre toate.

Întrebarea „există?”. Se închide și nu se mai deschide niciodată.

Acum uită-te la ce rămâne.

Rămâne dacă mă vrea bine.

Rămâne dacă mai e aici și mâine, sau dacă pleacă așa cum au plecat ceilalți. Rămâne dacă, în cazul în care i-aș spune ce am făcut acum unsprezece ani, lucrul acela ar schimba ceva în felul în care se uită la mine. Rămâne dacă tăcerea Lui, când am cerut și n-am primit, a fost refuz, sau a fost altceva pe care nu l-am înțeles.

Nicio întrebare dintre astea nu se rezolvă uitându-te mai atent. Nu se rezolvă stând mai aproape, nu se rezolvă cu o filmare mai bună. Ele nu stau în câmpul vizual al nimănui, niciodată, pentru că nu sunt întrebări despre existență. Sunt întrebări despre intenție, iar intenția e singurul lucru din univers

care nu are suprafață.

Proba e deja la tine acasă

Pentru că, dacă stai o clipă, îți dai seama că experimentul ăsta l-ai făcut deja. De ani de zile.

Omul cu care trăiești e pe scaunul liber. E acolo în fiecare dimineață. Întrebarea „exiști?” s-a închis demult și nu s-a mai deschis niciodată.

Și totuși, uită-te la întrebările care ți-au rămas. Mă vrea bine. Rămâne. Ce gândește cu adevărat când tace așa, lung, cu ochii în pahar.

Aceleași. Toate.

Vederea a rezolvat ce putea rezolva, adică aproape nimic din ce contează. A lăsat intact exact ce te ține treaz noaptea.

*Prezența rezolvă
existența. Atât
rezolvă. Restul
rămâne întreg.*

CAPITOLUL 3

Cei care au atins și tot n-au știut

Dacă vederea ar fi fost de ajuns, Evangheliile ar fi fost o carte foarte scurtă și foarte plictisitoare, din care n-ar fi rămas nimic.

Gândește-te la cei care au fost acolo. Nu au citit despre El, nu au auzit de la alții. Au mâncat cu El ani la rând, din aceeași strachină. I-au simțit mirosul de drum lung. I-au auzit vocea răgușită seara, după ce vorbise toată ziua.

E cea mai mare apropiere pe care a avut-o cineva vreodată. Și uite ce s-a ales din ea.

Petru, care spusese cu gura lui că moare pentru El, a fost întrebat de niște străini, în curte, lângă foc, dacă îl cunoaște. A spus că nu. De trei ori. Nu s-a îndoit nicio clipă că omul acela există, îl vedea de la douăzeci de metri, legat. A știut exact cine e și a spus că nu-l cunoaște. Pe urmă a ieșit afară și a plâns.

Iuda a stat la aceeași masă ani de zile, a umblat cu banii grupului, a primit aceleași cuvinte ca toți ceilalți, aceeași privire. Vederea nu l-a oprit cu nimic.

Toma e cel mai cinstit dintre toți, și de-aia l-a ținut minte lumea două mii de ani, deși singurul lucru pe care l-a făcut a fost să ceară cu voce tare ce ceilalți ar fi cerut în gând. A spus limpede de ce are nevoie: dacă nu-și pune degetul în semnul cuielor, nu crede. Și i s-a dat. A primit exact ce a cerut.

Răspunsul pe care l-a primit, în **Ioan 20:29**, nu e o laudă: „*pentru că M-ai văzut, ai crezut.*” Și apoi, fericite de cei care n-au văzut.

Ce nu se poate ocoli în povestea asta

Trei oameni. Aceeași masă, același om în fața lor, aceeași lumină.

Unul s-a lepădat, unul a vândut, unul a cerut dovezi. Cel mai bun lucru pe care l-a făcut vreunul dintre ei a fost să ceară cinsti ce-i lipsea.

Apropierea maximă n-a scutit pe nimeni de alegere. Nici măcar de o alegere ușoară.

Dacă vederea ar rezolva credința, povestea asta n-avea cum să fie scrisă. Și totuși e scrisă de oamenii care au trăit-o, cu numele lor cu tot, fără să fie înfrumusețată, ceea ce e, dacă te gândești, cel mai ciudat lucru din toată cartea.

Unde se mută, de fapt, credința

Dacă Dumnezeu ar fi vizibil, credința nu s-ar desființa. S-ar muta cu un pas mai adânc, în locul în care a stat dintotdeauna.

Din „crede că sunt” ar deveni „crede că sunt bun cu tine. Crede că rămân. Crede că nu te las.”

Partea cu existența a fost mereu cea mai ușoară dintre toate, chiar dacă e singura despre care se ceartă lumea în public, în cărți și la televizor. Cearta aia se poartă, de obicei, între oameni cărora nu li s-a cerut niciodată să lase greutatea pe nimeni.

REFLECȚIE

Trei întrebări care dor puțin.

- Pe cine vezi cel mai des și în cine te încrezi cel mai puțin?
- Ce ai cerut ultima oară ca să poți crede? Ai cerut cu voce tare, sau ai așteptat să ți se ofere?
- Dacă ai primi mâine dovada pe care o aștepti de la cineva, s-ar schimba ceva? Sau ai cere alta?

Partea a doua: omul

CAPITOLUL 4

Fereaștra de peste drum

Seara, pe orice stradă, sunt ferestre luminate.

Vezi o lumină caldă și o umbră care trece prin fața ei. Cineva se ridică, cineva se așază. Poate se aude râsul cuiva, înfundat, prin geam.

Și în secunda aia, fără să vrei, construiești o viață. O familie care cinează. Cineva care tocmai a venit acasă. O seară bună.

N-ai văzut nimic din toate astea. Ai văzut lumină și o umbră. Restul l-ai făcut tu, în întregime, și ai făcut-o atât de repede încât nu ai simțit că

faci ceva.

Cu omul de lângă tine se întâmplă exact la fel, doar că ai mai multe umbre de urmărit și mai mulți ani de practică.

Inventarul a ceea ce chiar știi

Îi recunoști vocea dintr-o cameră plină, dacă spune două silabe. Îi știi mirosul de pe pernă, care nu e ca al nimănui. Știi, după felul în care răsuțește cheia în ușă, în ce fel de zi a fost. Știi ce comandă într-un restaurant fără să te uiți pe meniu.

E cea mai mare cantitate de informație pe care o ai despre o ființă vie, adunată în ani, fără să fi încercat vreodată în mod special.

Și acum cealaltă listă, care e la fel de lungă.

Nu știi de ce i-a fost frică ieri, în secunda în care s-a uitat în telefon și l-a pus cu fața în jos pe masă. Nu știi ce și-a spus în gând când ai zis

tu ce ai zis la cină. Nu știi dacă rămâne pentru că te vrea sau pentru că nu știe încotro s-o ia. Nu știi ce visează, și nici el nu-și amintește dimineața.

Doarme la treizeci de centimetri de tine. Și în partea care contează e la fel de departe ca un om de pe altă stradă, în altă fereastră luminată, pe care o vezi din mers.

Nu e o nenorocire

Prima dată când vezi asta limpede, vine o răceală în stomac.

Nu e nevoie. Nu înseamnă că relația ta e goală, nu înseamnă că ați ratat ceva, nu înseamnă că alții au altceva. E condiția oricărei relații care a existat vreodată, inclusiv a celor foarte bune, inclusiv a celor despre care se scriu cărți.

Nu se schimbă cu douăzeci de ani de conviețuire. Nu se schimbă nici cu cea mai sinceră conversație din

viața voastră, aia de la trei dimineața, după care ai crezut că de acum știi tot.

Jumătate din copac e sub pământ. Te poți urca în el, îi poți număra crengile, îi poți ști fiecare nod, și tot n-ai văzut jumătatea care îl ține.

Poți să cunoști un om toată viața. Nu poți să-l verifici nici măcar o zi.

Ce faci cu golul

Două drumuri, și le alegi fără să știi că alegi.

Pe primul, tăcerea aia o tratezi ca pe o gaură care trebuie astupată. Întrebi mai mult, verifici, citești dispoziții, interpretezi pauze, ajungi să te pricepi la asta mai bine decât

la orice altceva în viața ta. Munca nu se termină niciodată, pentru că nu are cum. Nu există cantitate de verificare care să umple ce nu are fund.

Pe al doilea, tăcerea o tratezi ca pe un spațiu. Nu îl umpli. Stai la marginea lui, cu ce ai, și din când în când ceva de dincolo iese la lumină singur, nechemat, și ți se dă.

Primul drum e epuizant și nu produce niciodată siguranță. Al doilea e inconfortabil și produce, din când în când, o relație.

CAPITOLUL 5

Unde se termină ce se poate cântări

Există un punct exact, în orice legătură între doi oameni, unde se termină ce se poate ști și începe ce se poate alege. Nu e un punct filozofic. E un punct pe care îl treci de vreo douăzeci de ori pe zi, fără să te uiți.

Îți aduce ceva de la magazin, fără să fi cerut. Ăsta e faptul, singurul lucru din toată scena care se poate pune pe hârtie și arăta altcuiva. Până aici, teren solid.

Și acum, de ce.

Pentru că s-a gândit la tine. Pentru că se simțea vinovat de ceva.

Pentru că era oricum acolo și nu l-a costat nimic. Pentru că așa face el cu toată lumea, și n-are nicio legătură cu tine.

Patru interioare diferite, un singur gest identic. Nimic din exterior nu le deosebește. Nici măcar felul în care ți-l întinde.

Două bucătării

Aceeași scenă, în două case de pe aceeași stradă.

În prima, el vine acasă cu o ciocolată pe care ea o mănca în copilărie. Ea ridică privirea și spune: ai ținut minte. Seara aia e bună, și peste zece ani și-o mai amintesc amândoi.

În a doua, el vine acasă cu exact aceeași ciocolată. Ea se uită la ea, apoi la el, și gândește: ce-a făcut.

Ciocolata e identică. Gestul e identic. Să zicem că și intenția lui e identică.

Ce diferă e tot ce s-a depus în anii dinainte, și care acum e filtrul prin care trece orice vine dinspre celălalt. În prima casă, filtrul lasă să treacă. În a doua, filtrul oprește tot la intrare și cere acte.

Și nicio ciocolată din lume nu repară al doilea filtru, fiindcă filtrul nu e despre ciocolată. Se schimbă, când se schimbă, cu timp și cu adevăr spus, și asta durează mult mai mult decât i-ar plăcea oricui.

Iubirea nu locuiește în zona verificabilă

Acolo e doar comportament, și comportamentul e mut.

Iubirea începe în pasul de după: când te uiți la ce s-a făcut și alegi ce crezi despre ce a fost în spate.

De asta doi oameni pot primi exact același lucru, în aceeași zi, din aceleași mâini, și pot pleca acasă cu două realități care nu seamănă

deloc. Unul a primit grijă. Celălalt a primit o manevră. Gestul n-are nicio vină, și nici măcar nu știe ce i s-a întâmplat.

Și totuși nu e naivitate

Cineva o să spună, pe bună dreptate, că asta seamănă cu a te minți frumos.

Nu e. Să te minți înseamnă să alegi să crezi *împotriva* faptelor, când faptele vorbesc tare și repetat.

Despre asta e toată partea a cincea a cărții, și e scrisă dur tocmai pentru că restul e scris blând.

Aici vorbim de altceva: de ce faci când faptele tac. Iar faptele tac mereu despre intenție, la toată lumea, în toate relațiile care au existat vreodată, și nu există metodă prin care să le faci să vorbească.

În locul acela nu există poziție neutră. Dacă nu alegi să crezi, nu

rămâi în echilibru, suspendat, obiectiv. Alegi să nu crezi, și aia e tot o alegere, doar că nu-i spui pe nume și nu-ți asumi că ai făcut-o.

REFLECȚIE

Despre filtrul tău.

- Ultimul lucru bun pe care l-ai primit de la omul de lângă tine: cât de repede ai căutat motivul din spate?
- Există un gest al lui pe care îl citești mereu la fel, de ani de zile? Citirea aia de unde vine, din el sau din cineva dinaintea lui?
- Dacă ar face mâine exact ce aștepti, ai crede? Sau ai spune că a făcut-o doar fiindcă i-ai cerut?

CAPITOLUL 6

Durerea celuilalt

Există un nevăzut mai aproape de tine decât Dumnezeu și mai aproape decât intenția cuiva, și pe lângă el trecem fără să-l băgăm în seamă.

Nu ai simțit niciodată durerea nimănui.

Nici a copilului tău, când a căzut în curte și ai alergat la el cu sufletul la gură. Nici a omului de lângă tine, în noaptea în care i-a murit tatăl și a stat pe marginea patului fără să plângă. Nici măcar o dată, la nimeni, în toată viața ta.

Ai văzut o față. Ai auzit o respirație care s-a schimbat. Ai văzut un corp care s-a strâns.

Și ai crezut că dincolo de semnele alea e ceva, ceva asemănător cu ce simți tu când te doare, și ai alergat.

Pe ce stă, de fapt, mila

Toată compasiunea din lume stă pe un act de credință pe care nu-l numește nimeni așa.

Nu ai niciun acces la durerea altui om. Nu există instrument, nu există apropiere, nu există iubire destul de mare cât să-ți dea acces. Durerea e singurul lucru pe care nu-l poți împrumuta nici măcar o secundă.

Tot ce ai sunt urme. Un geamăt, o tăcere, un fel de a sta pe scaun.

Și totuși, nimeni normal la cap nu spune că durerea celuialt e o ipoteză. Nimeni nu cere dovezi. Nimeni nu zice „arată-mi".

Ne-am obișnuit să facem actul ăsta de credință atât de des și atât de repede, încât am uitat că e unul.

Ce se întâmplă când se retrage

Iar acum uită-te la ce se strică, într-o relație, când actul ăsta se retrage.

„Exagerează.”

„Nu e chiar așa de grav.”

„Face asta ca să obțină ceva.”

Niciuna dintre propozițiile astea nu e despre fapte. Sunt despre credință. Omul a decis că dincolo de semne nu mai e nimic real, sau că e mai puțin decât se arată.

Și în clipa aia, ceva se închide definitiv. Nu se mai poate repara cu explicații, pentru că nu explicațiile lipsesc.

Asta e, după părerea mea, cea mai gravă formă de necredință dintre un om și altul. Nu infidelitatea, nu

minciuna. Să nu mai crezi că celălalt chiar simte ce spune că simte.

Și în cealaltă direcție

Același lucru, la scara cea mare.

Oamenii care se ceartă cu cerul se ceartă aproape întotdeauna despre durere. A lor, sau a cuiva pe care l-au iubit.

Întrebarea „unde ai fost?” e, în miezul ei, aceeași întrebare: ai văzut? ai crezut că e real? sau ai socotit că exagerez?

Un om care a fost crezut când a spus că îl doare poate duce aproape orice. Un om care n-a fost crezut cară, pe lângă durerea lui, și singurătatea de a fi fost pus la îndoială în timp ce o ducea.

*Nu ai simțit
niciodată durerea
nimănui. Și totuși
alergi. Țasta e cel
mai vechi act de
credință pe care îl
faci.*

REFLECȚIE

Despre ce crezi fără să poți verifica.

- Când ai spus ultima oară, în gând, că celălalt exagerează? Ce te-ar fi costat să-l crezi?
- Ți s-a întâmplat să nu fii crezut când te durea? La ce vârstă?
- Dacă ar fi să crezi, azi, un singur lucru despre ce simte omul de lângă tine, și n-ai avea cum să verifici, ce ai alege să crezi?

CAPITOLUL 7

Trei propoziții spuse încet

Tot ce am scris până aici încapă în trei propoziții. Nu sunt formule și nu se repetă ca să funcționeze. Sunt descrieri ale unei poziții în care fie stai, fie nu stai.

Aleg să cred că ești mai mult decât ce văd.

Nu e o concesie pe care i-o faci cuiva. E o constatare despre cum stau lucrurile. Ce vezi e, oricum, partea de deasupra pământului.

Aleg să cred că intenția ta e bună.

Asta e cea grea, și e singura dintre cele trei care se poate retrage. Se retrage atunci când faptele, repetat și în timp, spun altceva. Despre retragerea ei e jumătate din cartea asta, și nu e o notă de subsol.

Aleg să mă deschid, deși nu am garanții.

Pentru că garanții nu există și n-o să existe. Iar așteptarea lor nu e prudență. E o formă politicoasă de a nu intra niciodată, care are avantajul că nu doare și dezavantajul că nu se întâmplă nimic.

Ce se vede la probă

Spune-le, în gând, cu un om anume în minte. Pe rând, cu pauză între ele, fără grabă.

Nu te întreba dacă sunt adevărate. Nu știi, și nu de-aia le spui.

Întreabă-te ce se întâmplă în corp la fiecare.

Un om care le poate spune și în care nu se mișcă nimic are o relație vie, și poate nici nu știe cât de rar e asta.

Un om la care una dintre ele strânge ceva sub coaste, sau provoacă un râs scurt care nu e râs, are în mână cea mai importantă informație din viața lui în momentul ăsta. Și cel mai bun lucru pe care îl poate face e să stea cu ea o vreme, fără s-o rezolve, fără să treacă mai departe, fără să caute imediat ce înseamnă.

EXERCİȚIU

Două coloane, cinci minute.

Pe o foaie, trage o linie la mijloc.

În stânga scrie tot ce poți dovedi despre omul la care te gândești: fapte, date, lucruri pe care le-ar confirma și alții.

În dreapta scrie ce crezi despre el și nu poți dovedi.

Apoi numără. Dacă stânga e mai lungă decât dreapta, nu te uiți la o relație. Te uiți la o cunoștință, oricât de veche ar fi.

Partea a treia: focul

CAPITOLUL 8

Clipa și nopțile fără flacără

Iubirea nu se naște din credință. Se naște dintr-o întâlnire, iar întâlnirea nu are nimic de-a face cu voința.

E o clipă pe care aproape oricine o poate numi, dacă îi dai o jumătate de minut de liniște. Clipa în care celălalt a încetat să mai fie un om din peisaj și a devenit o prezență.

L-a văzut într-o sâmbătă, la o masă lungă, unde fusese adusă de altcineva și unde nu voia să fie. Nu s-a întâmplat nimic. Omul a spus ceva despre tatăl lui, scurt, fără să ceară atenție, și pe urmă a tăcut și

s-a uitat în farfurie.

Trei secunde. Atât a durat.

Dar în cele trei secunde el a încetat să fie un invitat și a devenit cineva. N-a putut explica niciodată de ce, nici atunci, nici după doisprezece ani.

Partea pe care o uită toată lumea e că el nu-și amintește momentul ăla deloc. Pentru el, povestea începe trei săptămâni mai târziu, de la cu totul altceva.

Întâlnirea nu e simetrică și nu are nevoie să fie. Fiecare are clipa lui, și de obicei nu sunt aceeași clipă.

Ce face credința, și ce nu face

Credința nu aprinde focul. Nu poate. Nimeni n-a reușit vreodată să se hotărască să iubească pe cineva, oricât ar fi avut motive bune.

Credința îl ține aprins în nopțile în care nu mai vezi flacăra.

Și o să fie nopți din astea, multe, și nu sunt un semn rău. Vin săptămâni în care nu simți nimic. Vine o lună în care te uiți la omul de lângă tine și e, pur și simplu, un om. Nu e prezență. E mobilier cald.

Aici se despart drumurile, și se despart tăcut, fără ca nimeni să anunțe nimic.

Un om care crede că iubirea e doar simțire va spune, în luna aia, că s-a terminat. Și o să aibă dovezi, dovezi adevărate: chiar nu simte nimic, chiar s-a uitat și n-a găsit.

Un om care știe că focul are nopți va ține de ce a văzut atunci, deși acum nu vede nimic. Aia e credința, în forma ei cea mai puțin spectaculoasă. Nu e optimism și nu e răbdare. E memoria unui lucru real, păstrată într-o perioadă în

care nimic nu o confirmă.

E ca și cum ai ști că marea e acolo, noaptea, pentru că o auzi, deși nu vezi nici măcar unde se termină.

*Întâlnirea aprinde
focul. Credința îl
ține aprins în
noptile în care nu
mai vezi flacăra.*

O precizare care face toată diferența

Credința ține focul. Nu îl face din nimic.

Dacă n-a existat niciodată clipa aia, nu e nimic de ținut. Și atunci ce numim credință e cu totul altceva: e speranța că se va aprinde ceva, cândva, dacă mai așteptăm puțin, dacă mai încercăm o dată, dacă se

mai schimbă o împrejurare.

Două lucruri complet diferite, care se confundă în fiecare zi, în mii de case.

Unul se sprijină pe ceva ce a fost. Celălalt se sprijină pe ceva ce n-a fost încă.

Al doilea poate ține un om pe loc zece ani. Uneori mai mult, și de obicei cu sentimentul că e virtuos.

REFLECȚIE

Despre clipa în care l-ai văzut.

- Îți amintești momentul în care celălalt a încetat să fie un om oarecare? Unde erați, ce purta, ce a spus?
- De câte ori ai mai povestit momentul ăla, cu voce tare, în ultimii cinci ani?
- Dacă acum e o noapte fără flacără, ce anume ții? Numește lucrul, nu sentimentul.

CAPITOLUL 9

Ce se usucă atunci când nu mai e nimic de aflat

Acum partea care supără, și care e, cred, cel mai folositor lucru din carte.

Credința are nevoie de ceva neștiut ca să existe. Nu se poate crede în ce e complet verificat; acolo nu mai e credință, e evidență, iar evidența nu cere nimic de la nimeni și nu leagă pe nimeni de nimeni.

Ceea ce înseamnă că apropierea, care e scopul declarat al oricărei relații, lucrează fără să vrea împotriva condiției ei.

Cu cât cunoști mai mult, cu atât rămâne mai puțin loc. Și asta se întâmplă chiar atunci când relația merge bine, chiar atunci când vă înțelegeți, chiar atunci când nu e nimic de reproșat nimănui.

Până la propoziția care sună a intimitate și e, de fapt, un certificat de deces.

Îl cunosc. Știu exact ce o să zică.

Ce s-a întâmplat, de fapt, în momentul ăla

Ai încetat să te mai uiți.

Nu l-ai cunoscut complet, pentru că nu se poate și n-a reușit nimeni. Ai construit un model al lui, destul de bun, bazat pe ani de observație corectă. Și de atunci încolo te uiți la model, pentru că e mai rapid, mai ieftin și funcționează aproape de fiecare dată.

Problema e că omul continuă să se schimbe, în fiecare an, în feluri pe

care nici el nu le anunță pentru că nici el nu le observă. Iar modelul din capul tău rămâne exact cum l-ai făcut. Modelul nu îmbătrânește, nu-și schimbă părerile, nu trece prin nimic.

După cinci ani în care te uiți la model, locuiești cu o persoană care nu mai există. Și nu simți nimic pentru ea, pe bună dreptate: nu se poate simți nimic pentru o părere.

Cum arată o relație care se administrează

Se trezesc. Unul face cafea, celălalt face patul, fiindcă așa s-a așezat demult și funcționează bine.

La masă se vorbește despre ce trebuie: copiii, factura, mașina, weekendul. Fiecare subiect are deja o poziție cunoscută de amândoi, deci discuția e scurtă și eficientă, și amândoi sunt mulțumiți că nu se pierde timp.

Seara, fiecare se uită în ecranul lui.
Nu din supărare. Din oboseală, și
pentru că nu mai e nimic de aflat.

Nimeni nu e nefericit, și asta e
partea cel mai greu de explicat
cuiva din afară. Dacă îi întrebi, vor
spune că e bine, și vor avea
dreptate. Chiar e bine.

Dar dacă îi întrebi când i-a mirat
ultima oară celălalt, se uită unul la
altul și nu-și amintesc. Și în tăcerea
aia, de două secunde, se vede tot.

*Iubim cu adevărat
doar ce nu am
terminat de
cunoscut.*

**Ce se poate face, și e aproape
ridicol de simplu**

Nu există tehnică pentru asta, și
n-am să-ți vând una.

Există o mișcare. Pune o întrebare la care chiar nu știi răspunsul.

Nu „cum a fost la muncă”. Aia e logistică și amândoi știți deja scenariul și replicile. Ceva la care, dacă răspunde cinstit, ai putea să afli ceva ce nu știai.

De ce ți-a fost frică săptămâna asta. Ce ai schimba la cum ne purtăm, dacă ai putea schimba un singur lucru. La ce te-ai gândit azi și nu mi-ai spus.

Riscul e că o să afli ceva ce nu-ți convine. Țsta e și singurul lucru care repornește ceva, și nu se poate avea unul fără celălalt.

REFLECȚIE

Despre ce ai încetat să vezi.

- Când ai încetat ultima dată să vezi taina din omul de lângă tine?
- Ce crezi că știi sigur despre el și n-ai mai verificat de trei ani?
- Care e ultima dată când te-a surprins? Dacă nu-ți amintești, întrebarea nu mai e despre el.

Partea a patra: același mușchi

CAPITOLUL 10

Drumul trece prin cel pe care-l vezi

Te-ai aștepta ca iubirea de Dumnezeu să vină prima și să se reverse de sus în jos, spre oameni. În textul de la care pornesc, lucrurile stau exact invers, și inversarea e aproape brutală.

E un verset scurt și incomod. **1 Ioan 4:20.**

„Cine nu iubește pe fratele său, pe care-l vede, cum poate să iubească pe Dumnezeu, pe care nu-L vede?”

Citit repede, sună a morală de duminică. Fii bun cu oamenii, dacă vrei să fii bun cu cerul.

Citit încet, e altceva. E o afirmație despre ordinea lucrurilor, și îi închide unui om drumul pe care ar fi vrut cel mai mult să meargă.

De ce e mai greu cu cel pe care îl vezi

Logica obișnuită spune pe dos: e mai greu să iubești ce nu vezi, fiindcă e mai departe.

Versetul spune că e mai ușor, și are dreptate, din motivul cel mai neplăcut cu putință.

Pe Cel nevăzut Îl poți iubi în felul tău, la ora pe care o alegi tu, în versiunea care îți convine. Nu lasă șosete pe jos. Nu spune nimic fix când ți-e lumea mai dragă. Nu-ți reproșează nimic din ce ai zis acum trei ani, cu exact aceleași cuvinte pe care le-ai folosit atunci.

Nu te contrazice. Și tot ce nu te contrazice e ușor de iubit.

Omul de lângă tine face toate lucrurile astea. De-aia e el proba, și nu invers.

Textul nu spune că cine face așa se înșală. Spune că e mincinos, și e unul dintre cele mai dure cuvinte din tot Noul Testament, pus exact aici, și nu din întâmplare.

Cum arată, poate, Dumnezeu aici

De aici încolo e părerea mea, nu text, și o spun de la început.

Oamenii au așteptat dintotdeauna ca Dumnezeu să se arate spectaculos. Cer deschis, lumină, ceva ce nu se poate confunda cu nimic și despre care nu se poate discuta.

Dar dacă forma în care se arată aici e tocmai cea pe care o avem sub ochi și o trecem cu vederea tocmai pentru că o avem sub ochi?

Un om pe care îl poți atinge. Pe care îl vezi în fiecare zi, până la plictiseală. Și care, cu toate astea, rămâne o taină pe care n-ai cum s-o deschizi, oricât de aproape ai sta.

Prezență verificabilă. Interior inaccesibil. Și o legătură care nu poate funcționa fără un act de încredere din partea ta.

E exact structura. Nu seamănă cu ea, e ea.

Nu spun că omul de lângă tine e Dumnezeu. Nu e, și nicio tradiție serioasă n-a spus vreodată asta. Spun că e locul unde se exersează același lucru. Atât. Și e destul cât să schimbe felul în care îi vorbești diseară.

CAPITOLUL 11

Marți, la zece fără un sfert

Dacă citirea de mai sus e adevărată, atunci are o consecință pe care o poți verifica fără să fii de acord cu niciun fel de teologie.

Uită-te la ce faci marți seara, la zece fără un sfert, când celălalt spune ceva obosit și prost formulat, iar tu ai la dispoziție trei secunde ca să alegi tonul cu care răspunzi.

Secundele alea sunt mai grele decât o oră de rugăciune, și o știe oricine a încercat amândouă.

Pentru că în rugăciune nu te contrazice nimeni. Ești singur cu ce

ai mai bun în tine, iar ce ai mai bun se ridică ușor când nu e provocat de nimic.

Marți la zece fără un sfert nu ai nimic la îndemână. Ai oboseala ta, nervul tău, și un om care tocmai a spus ceva ce nu trebuia spus așa.

Dacă acolo reușești, ai reușit. Dacă acolo nu reușești, restul e decor frumos, și o știi și tu, în adâncul tău, de ceva vreme.

Un singur mușchi, două locuri

Credința în Dumnezeu și credința în omul de lângă tine nu sunt două lucruri care seamănă. Sunt același mușchi, folosit în două locuri diferite.

Iar un mușchi se antrenează doar unde poate fi antrenat. Tu ai acasă o sală deschisă non-stop, fără abonament, în care intri de fiecare dată când celălalt spune ceva ce nu-ți convine.

Ce se transferă, în ambele sensuri

Un om care n-a putut niciodată să se lase pe nimeni o să aibă o relație grea cu cerul. Nu din lipsă de argumente și nu din lipsă de bunăvoință. Din lipsă de exercițiu, pur și simplu, pentru că nimeni nu i-a ținut greutatea când a avut nevoie și n-a învățat niciodată mișcarea.

Și invers: un om care a aflat, cu cineva anume, că se poate lăsa pe altcineva fără să cadă, duce experiența aia mai departe, chiar dacă nu-i dă niciodată vreun nume religios.

E valabil și pe dos. De-aia e serios. Felul în care te-au iubit oamenii se întoarce, mai târziu, în felul în care îți imaginezi că te privește Dumnezeu. Un om iubit condiționat își imaginează un Dumnezeu care

ține socoteala. Un om iubit cu reproș aude reproș și în tăcerea cerului.

Și aici se termină partea blândă a cărții.

Pentru că același mușchi, folosit fără judecată, ține oamenii în locuri din care ar fi trebuit să plece acum cinci ani.

EXERCİȚIU

Săptămâna care se vede.

Șapte zile, un rând pe seară, nimic mai mult.

Scrie un singur lucru pe care l-ai spus azi celui de lângă tine și pe care nu l-ai fi spus unui străin pe care îl respecți.

La capătul săptămânii, citește cele șapte rânduri deodată. Nu comenta și nu te apăra.

Dacă foaia e goală, și aia e un răspuns.

Partea a cincea: unde se oprește

Partea asta arată altfel decât restul cărții, și e bine să știi de la început că nu e o scăpare.

Până aici am scris cu metafore, pentru că despre nevăzut nu se poate vorbi altfel. De aici încolo nu mai folosesc niciuna.

Unui om care trăiește frică în propria casă nu-i dai o imagine frumoasă. Îi dai propoziții scurte, pe care le poate ține minte și le poate recunoaște în propria viață, și un număr de telefon.

Tot ce ai citit în primele patru părți poate fi luat de cineva care suferă și folosit ca motiv să mai rămână un

an. Am văzut asta de destule ori cât
să scriu partea asta împotriva
propriei mele cărți.

CAPITOLUL 12

Credința care nu e credință

A crede în cineva înseamnă a crede în ce poate fi omul acela, în intenția lui de fond, în faptul că e mai mult decât ce arată într-o zi proastă.

Nu înseamnă a crede în orice face.

Două lucruri diferite, care se confundă aproape de fiecare dată, pentru că al doilea se îmbracă în hainele primului și le poartă bine.

Așa sună confuzia, și sună cuminte:

Dacă l-aș iubi cu adevărat, aș avea răbdare.

Credința înseamnă să nu renunți la om.

Nu pot să-l judec, nu știu prin ce trece.

Toate trei sună a maturitate. Toate trei pot fi exact mecanismul prin care un om rămâne într-un loc care îl macină.

Diferența nu e în propoziție. E în ce se întâmplă cu tine în timp ce o spui, lună după lună.

Cum arată, într-un an

În ianuarie spune că el trece printr-o perioadă grea și are nevoie de răbdare. E adevărat. Chiar trece.

În martie nu mai invită pe nimeni în casă, fiindcă nu știi niciodată în ce dispoziție e.

În iunie nu mai spune la muncă ce se întâmplă acasă, fiindcă s-a săturat de fețele celorlalți.

În octombrie se surprinde repetând în gând o frază de trei ori înainte s-o spună cu voce tare, ca să fie

sigură că n-are cum să fie luată greșit.

În decembrie, cineva o întreabă ce mai face, și ea răspunde „bine” înainte ca întrebarea să se termine.

Niciuna dintre lunile astea nu conține un eveniment. De-aia e greu de văzut din interior, și de-aia nimeni n-a putut să-i spună nimic.

Uită-te la direcție. La fiecare pas, omul a devenit mai mic.

Testul

Credința adevărată în cineva te face mai mare. Îți dă loc. Te face mai capabil, mai liniștit, mai prezent în restul vieții tale.

Dacă ce numești credință te face, lună de lună, mai mic, mai tăcut, mai atent, mai temător, atunci nu e credință.

Are alt nume și are costuri pe care le plătești singur.

*Credința fără
discernământ nu e
credință. E
auto-abandon cu
nume frumos.*

CAPITOLUL 13

Cred în noi și tocmai de aceea

Există o propoziție care rezolvă aproape toată confuzia din capitolul dinainte, și are opt cuvinte.

Cred în noi și tocmai de aceea nu accept asta.

Nu e un ultimatum. Nu e nici o retragere. Nu spune „dacă mai faci asta, plec”, și nu spune nici „nu contează, trece”.

Spune două lucruri deodată, și amândouă sunt adevărate: că legătura e reală, și că fapta nu intră.

Aceeași scenă, trei răspunsuri

A ridicat tonul la masă, în fața copiilor, și a spus ceva care a tăiat liniștea.

Primul răspuns: „Ești un om imposibil." Atacă persoana. El se apără, fiindcă așa facem toți când suntem atacați la rădăcină, și în cinci minute discuția e despre cine e mai rău, nu despre ce s-a întâmplat.

Al doilea răspuns: tăcere, apoi, mai târziu, „nu-i nimic, știu că ai avut o zi grea." Comportamentul primește permisiune. Nu pentru că ea e slabă, ci pentru că a vrut liniște, iar liniștea a costat exact atât.

Al treilea răspuns: „Cred în noi și tocmai de aceea nu accept să mi se vorbească așa de față cu copiii."

Al treilea nu-l condamnă și nu-l scuză. Nu lasă loc de negociat. Și,

important, nu are nevoie de răspunsul lui ca să fie adevărat: se spune o dată, calm, și pe urmă se ține.

Limita nu trădează iubirea

Mulți oameni cred că a pune o limită e o retragere de iubire. Că dacă iubești destul, înduri.

E pe dos.

Limita e singurul lucru care apără iubirea de uzură.

O iubire care nu poate spune „nu” nu e mai mare, e doar mai nesigură pe ea. Și hrănește, fără să vrea, exact ce o distruge: celălalt află, lună după lună, că nu există margini. Iar un om fără margini în jur nu se oprește din proprie inițiativă. Nu din răutate. Pentru că nimic nu l-a oprit.

EXERCİȚIU

Propoziția ta.

Scrive-o pentru situația ta concretă, nu în general.

„Cred în noi și tocmai de aceea nu accept _____.”

Completează cu un comportament, nu cu o trăsătură de caracter. Nu „să fii nesimțit”. Ceva ce s-ar vedea pe o filmare.

Dacă nu-ți vine nimic, nu e pentru că nu există. E pentru că te-ai obișnuit.

CAPITOLUL 14

Trei niveluri care nu se amestecă

Cel mai mult rău îl face amestecarea a trei lucruri care seamănă vag și care cer răspunsuri complet diferite.

Nivelul întâi: conflictul. Doi oameni diferiți vor lucruri diferite. Se ceartă, ridică tonul, se supără, se împacă. E firesc, e sănătos, iar relațiile fără el sunt de obicei relații în care cineva a renunțat să mai existe. Aici se lucrează împreună, și amândoi au și dreptate, și vină.

Nivelul al doilea: tiparele toxice. Nu e aceeași treabă, mai intensă. E altceva.

Disprețul: ironia, ridicatul din umeri, privirea care spune că ești sub discuție.

Controlul: unde ești, cu cine, de ce atât, arată-mi telefonul.

Manipularea: răsturnarea realității până nu mai știi ce s-a întâmplat de fapt.

Pedepsirea prin tăcere: zile întregi de liniște care nu e liniște, e sentință.

Critica repetată care nu e despre o faptă, ci despre cine ești, și care, în ani, schimbă felul în care te vezi.

Aici nu se lucrează de la egal la egal. Aici e nevoie de o schimbare reală a unuia, altfel restul e decor.

Nivelul al treilea: agresivitatea.

Amenințarea. Distrugerea lucrurilor. Blocarea ușii.

Îmbrâncitul. Lovitul, oricât de „o singură dată”.

Linia asta nu se discută și nu se negociază. Aici nu mai e vorba despre relație. E vorba despre siguranță.

ÎN TRUSĂ

Dacă trăiești violență în relație.

Linia națională gratuită pentru victimele violenței domestice: **0800 500 333**. Non-stop, din orice rețea.

În pericol imediat: **112**.

Nu e nevoie să fii sigur că „se califică”. Pentru asta e linia: ca să întrebi.

Aceeși întârziere, trei lumi

Ai întârziat o oră și nu ai anunțat.

La nivelul întâi se supără, îți spune că și-a făcut griji și că s-a simțit neimportant. Vă certați douăzeci de minute. Până dimineață

a trecut, iar data viitoare suni.

La nivelul al doilea nu se ceartă.

Se închide. Trei zile de răspunsuri scurte, de întors cu spatele în pat, fără să spună vreodată ce anume.

Tu umbli prin casă căutând momentul potrivit ca să reperi ceva ce nu ți-a fost numit.

La nivelul al treilea ceva zboară prin cameră. Sau ușa se blochează. Sau mâna ajunge pe tine.

Aceeași oră de întârziere. Prima cere o conversație. A doua cere o schimbare reală a unuia. A treia nu cere nimic de la tine: cere un loc sigur.

CAPITOLUL 15

Cel care crede că poate salva

E cea mai frumoasă dintre capcane, și de-aia prinde atâta lume bună.

Sună așa: dacă îl iubesc destul, se schimbă. Dacă rezist, dacă înțeleg, dacă nu renunț atunci când toți ceilalți au renunțat, o să ajung eu la ce e bun în el.

E o poveste cu un erou, iar eroul ești tu.

Ce a descris Karpman

Stephen Karpman a descris în 1968 o figură simplă, cu trei poziții: Victima, Persecutorul și Salvatorul. Ideea lui nu e că oamenii sunt una

dintre ele, ci că se rotesc între ele, și că rotirea e previzibilă.

Salvatorul e poziția care pare cea mai bună și e, de fapt, cea mai instabilă.

Pentru că Salvatorul își ia în sarcină un lucru imposibil: schimbarea altcuiva. Iar când nu reușește, și nu are cum să reușească, trece în Victimă. „Am dat tot și uite ce am primit.”

Celălalt rămâne exact unde era. Nu s-a mișcat nimeni, s-au rotit doar scaunele.

Opt ani

L-a cunoscut când el era la pământ și a văzut în el ceva ce nimeni altcineva nu vedea. Asta a fost adevărat. Chiar era acolo.

A ținut de lucrul ăla opt ani. L-a susținut când a pierdut slujba. L-a scuzat în fața familiei ei. A învățat să-i citească zilele proaste de la

ușă, ca să știe cum să intre în propria casă.

A devenit, fără să-și dea seama, administratorul vieții lui emoționale.

În anul al optulea a văzut ceva ce o speriasse de mult: nu mai știa ce vrea ea. Nu de la el. În general.

Întrebarea cu care venise era despre el, cum să-l ajute mai bine. Întrebarea adevărată era alta și a durat mult până a putut fi pusă cu voce tare: ce s-a ales de ea, în opt ani în care toată energia a mers într-o singură direcție?

De ce nu funcționează

Pentru un motiv care nu se poate ocoli: **nimeni nu se schimbă prin efortul altcuiva.**

Poți crea condiții. Poți spune adevărul. Poți pune o limită și o poți ține.

Nu poți face munca în locul lui. Nu există cantitate de iubire care să producă schimbare într-un om care nu s-a hotărât.

Iar dacă stai destul în poziția asta, se întâmplă ceva care doare mai mult decât eșecul: devii indispensabil pentru un om care nu se vindecă, iar asta îți ia, încet, viața ta.

REFLECȚIE

Întrebări pentru cel care salvează.

- Ce ai amânat în viața ta pentru că cineva avea nevoie de tine?
- De câți ani aștepti schimbarea asta? Spune cifra cu voce tare.
- Dacă el nu s-ar schimba niciodată, dar absolut niciodată, ai rămâne? Răspunsul la asta e cel mai important din carte.

CAPITOLUL 16

Ciclul care seamănă cu credința

Din interior arată exact ca iubirea.
De-aia e atât de greu de văzut.

Are patru timpi și se repetă.

Izbucnirea. Ceva se rupe. Cuvinte grele, o scenă, uneori mai mult.

Scuzele. Intense, sincere la suprafață, însoțite de o tandrețe pe care n-o vezi altfel niciodată.

Promisiuni. Uneori lacrimi.

Liniștea. Săptămâni bune. Chiar bune. Omul e atent, prezent, cum ți-l amintești de la început.

Din nou izbucnirea. Și ciclul o ia de la capăt.

De ce e atât de puternic

Pentru că timpii doi și trei sunt reali. Nu se preface nimeni.

Tandrețea de după e adevărată, și tocmai de-aia prinde.

Și pentru că alternanța dintre durere și ușurare leagă oamenii mai tare decât o face bunătatea constantă. E o cruzime a felului în care suntem făcuți: ce vine imprevizibil ține mai mult decât ce vine mereu.

Un om care te tratează bine în fiecare zi devine previzibil, iar previzibilul se aude mai încet. Un om care alternează te ține cu ochii pe el permanent, fiindcă nu ai de unde ști care versiune intră azi pe ușă.

De ce rămân oamenii

Cea mai frecventă întrebare pe care o aud din afară, pusă de prieteni bine intenționați, e „de ce nu

pleacă?".

E o întrebare prost pusă și face rău, pentru că așază povara exact unde nu trebuie.

Oamenii rămân pentru motive care, din interior, au perfect sens. Pentru că timpul al treilea e real și e tot ce și-au dorit vreodată. Pentru că au investit ani, iar plecarea ar însemna că anii ăia au fost degeaba. Pentru copii. Pentru bani. Pentru că li s-a spus, repetat, că nimeni altcineva nu i-ar suporta, și după al treilea an au început să creadă.

Și pentru că nimeni nu vede ciclul din interiorul lui. Din interior se văd doar bucăți: o scenă urâtă, apoi o săptămână bună, apoi o lună liniștită.

Ciclul se vede doar dacă îl scrii pe hârtie, cu date.

Cum se deosebește de credință

Credința se sprijină pe ceva constant, verificat în timp.

Asta se sprijină pe ușurarea de după durere. Nu e speranța că omul e bun. E ușurarea că de data asta s-a terminat.

Semnul care le desparte: numără ciclurile. Dacă e primul, poate fi o criză. Dacă e al cincilea, cu aceleași scuze și aceleași promisiuni, nu mai e credință ce te ține. E tiparul însuși.

*Speranța care se
reaprinde la fiecare
împăcare nu e
credință. E ușurare,
iar ușurarea nu e
un plan de viitor.*

CAPITOLUL 17

Cum arată, de fapt, schimbarea

Schimbarea reală există. N-aș scrie cartea asta dacă n-aș fi văzut-o.

Doar că nu arată deloc cum ne așteptăm, și mai ales nu arată ca o promisiune emoționantă după o scenă. Aia e parte din ciclu, nu ieșire din el.

Arată ca patru lucruri, și toate patru se văd în fapte, în timp.

Își asumă, fără să mute vina.

Diferența dintre „am făcut asta” și „m-ai provocat” e toată diferența. A doua variantă, oricât de blând e spusă, înseamnă că responsabilitatea e încă la tine, iar

dacă e la tine, nu se schimbă nimic: tu ar trebui să te schimbi, ca el să nu mai fie nevoit.

Caută ajutor din proprie

inițiativă. Nu pentru că i-ai cerut. Nu ca să te liniștească. Nu „mă duc dacă vrei tu". Se duce pentru el, fiindcă i-a devenit limpede lui. Diferența se vede în cine ține calendarul.

Se vede luni la rând, nu după

criză. Schimbarea reală e plictisitoare. Trei luni de liniște nu sunt dovadă, pentru că trei luni de liniște existau și înainte, în ciclu. Dovadă e o situație care de obicei declanșa și care, de data asta, a trecut altfel. Și încă una. Și încă una.

Tu nu mai trăiești în alertă. Țăsta e cel mai sigur dintre toate și singurul care se măsoară în tine, nu în el. Dacă te mai surprinzi citindu-i

dispoziția după zgomotul pașilor, calculând cum să formulezi ca să nu se aprindă, amânând o veste până „prinzi un moment bun”, nu s-a schimbat nimic esențial.

Corpul tău știe înaintea ta. Corpul nu face politețuri.

Ce nu e dovadă

Lista asta e cea care ține oamenii pe loc, așa că merită spusă pe dos.

Nu e dovadă că a plâns. Lacrimile sunt reale și nu prezic nimic.

Nu e dovadă că a spus „îmi pare rău” altfel decât până acum.

Formularea se schimbă fără ca nimic altceva să se schimbe.

Nu e dovadă că a fost bine trei luni. Alea existau și înainte.

Nu e dovadă că a promis în fața cuiva, a familiei, sau într-un loc sfânt. Promisiunea publică e tot promisiune.

Nu e dovadă că ți-a spus că s-a schimbat.

REFLECȚIE

Verificarea în patru puncte.

Pentru fiecare, răspunde cu exemple din ultimele trei luni, nu cu impresii.

- A spus „am făcut" sau „m-ai făcut să"?
- Cine a căutat ajutorul, și pentru cine?
- Ce s-a schimbat într-o săptămână obișnuită, nu după o criză?
- Mai calculezi cum să vorbești?
Când ai făcut-o ultima oară?

CAPITOLUL 18

Credința în tine

Iubirea pentru celălalt nu poate depăși respectul pentru tine fără să devină altceva.

Nu mai mare. Altceva. Capătă un gust pe care îl recunoști fără să-l poți numi: o oboseală de fond care nu trece nici după concediu, un fel de scădere lentă a ta, senzația că te-ai făcut mic undeva pe drum ca să încapi.

Ce spui unui om drag

Am o întrebare pe care o pun când cineva nu poate decide, și de fiecare dată se întâmplă același lucru.

Îi cer să-și imagineze că povestea pe care tocmai mi-a spus-o nu e a lui. E a surorii lui, sau a celui mai bun prieten. Aceleași fapte, aceleași cuvinte, aceiași ani.

Și îl întreb ce i-ar spune.

Răspunsul vine imediat, fără ezitare, și e întotdeauna mai limpede și mai blând decât tot ce și-a spus omul acela sieși în ultimii ani.

Apoi urmează tăcerea, care e partea importantă.

Pentru că nimeni nu-și dă singur sfatul pe care îl dă altuia. Pe altul îl apărăm. Pe noi ne judecăm, iar judecata asta se îmbracă aproape mereu în ceva care sună a virtute: răbdare, credință, maturitate, iertare.

Actul de credință care seamănă cu renunțarea

Uneori, cel mai mare act de credință în iubire e să pleci.

Nu pentru că nu mai crezi în iubire. Tocmai pentru că încă mai crezi.

Crezi că iubirea e posibilă. Crezi că poate fi fără frică. Și tocmai de aceea refuzi să accepți că asta, ce trăiești acum, e tot ce poate fi.

A pleca dintr-o relație care te macină nu e pierdere de credință. E refuzul de a confunda iubirea cu suferința.

Oamenii amestecă *a renunța la un om* cu *a renunța la iubire*. Primul e o decizie despre o relație anume, într-o formă anume, într-un moment anume. Al doilea e o decizie despre viață. Poți să-l faci pe primul fără al doilea, și majoritatea celor care au ieșit din locuri grele exact asta au făcut.

Nu-ți cer să hotărăști nimic din cartea asta. Îți cer doar să nu mai

numești credință ceea ce e, de fapt, frică de pierdere. Cele două se simt aproape la fel în piept și au consecințe opuse. Una te ține în picioare. Cealaltă te ține pe loc.

REFLECȚIE

Cele mai grele întrebări din carte.

- În relația ta, ce numești „credință” și ce ar putea fi, de fapt, frică de pierdere?
- Ce comportament ai normalizat de dragul liniștii?
- Dacă un om drag ți-ar descrie relația ta ca fiind a lui, ce i-ai spune? Scrie-i răspunsul, pe larg. Apoi recitește-l ca și cum ți-ar fi adresat ție.

CAPITOLUL 19

Siguranța vine prima

Ultimul capitol e cel mai scurt din carte și cel mai categoric.

Când există violență fizică sau amenințări, nimic din ce am scris în primele patru părți nu se aplică.

Nu se lucrează la relație. Nu se caută înțelegerea. Nu se discută.

Și nu se face terapie de cuplu. Asta nu e o opinie, și merită explicat de ce.

Terapia de cuplu funcționează pe o condiție: amândoi oamenii din cameră pot spune adevărul și pleacă acasă în siguranță. Când

unul se teme de ce urmează după ședință, condiția cade. Omul nu mai spune ce trăiește, ci ce e sigur să spună, iar ce iese de acolo nu e o conversație, e o reprezentatie jucată pentru siguranța lui.

Mai rău. Celălalt pleacă acasă cu informații proaspete despre ce doare.

De asta ordinea e siguranță întâi, iar restul mult mai târziu, dacă e cazul. Nu e o chestiune de principiu. E o chestiune de ce se întâmplă la unsprezece noaptea, în bucătărie, după.

ÎN TRUSĂ

Numerele, încă o dată, ca să nu fie nevoie să cauți.

Linia națională gratuită pentru victimele violenței domestice: **0800 500 333**. Non-stop, din orice rețea, inclusiv pentru cineva care sună pentru altcineva.

În pericol imediat: **112**.

Două lucruri de spus limpede
Nu e vina ta și nu ține de cât de mult ai iubit. Nu există cantitate de răbdare care să prevină asta și nu există greșeală de-a ta care s-o justifice.

Și nu e credință slabă. Nicio tradiție spirituală serioasă nu cere unui om să rămână într-un loc în care e în pericol. Dacă ți-a spus cineva altceva, în numele credinței, a folosit un lucru sfânt pentru un

scop care nu e.

Încheiere

Am început cartea asta cu un scaun liber la masă și cu întrebarea ce s-ar schimba dacă Dumnezeu ar sta pe el.

Răspunsul la care am ajuns e că s-ar schimba foarte puțin. Și că asta e o veste bună.

Pentru că înseamnă că nu ne lipsește nimic. Lucrul pe care credeam că-l așteptăm, vederea, n-a fost niciodată piesa care lipsește. Cei care L-au atins au avut exact aceleași întrebări ca noi, și au răspuns la ele la fel de prost.

Ce lipsește, de fiecare dată, e altceva. Curajul de a-ți lăsa greutatea pe cineva fără să ai nimic

Ce rămâne, dacă rămâne un singur lucru

Omul de lângă tine e nevăzut acolo unde contează. Chiar dacă îl atingi.

Iubirea începe exact unde se termină ce se poate cântări.

Și credința aia, care face iubirea posibilă, are o margine. Nu pentru că e slabă. Pentru că fără margine nu mai apără pe nimeni, iar un lucru care nu mai apără pe nimeni nu mai e iubire, oricât de mult ar semăna.

Ultimul lucru

Dacă ai citit cartea asta cu un om anume în minte, și dacă la partea a cincea ți s-a strâns ceva în piept de mai multe ori decât la celelalte, nu închide cartea și nu trece mai departe.

Senzația aia nu e o părere. E informație. Cea mai bună pe care o

ai.

Ia-o în serios cum ai lua-o în serios de la un om drag care ți-ar spune exact același lucru.

EXERCİȚIU

Scrisoarea pe care n-o trimiți.

Scrie-i omului la care te-ai gândit citind cartea asta tot ce n-ai spus niciodată. Fără grijă pentru cum sună, fără să-l menajezi, fără să te menajezi.

Nu o trimiți. Nu e pentru el.

A doua zi, recitește-o și subliniază o singură frază: cea care te-a surprins. Nu cea mai dureroasă, ci aia pe care nu știai că o gândești.

De acolo pornește orice conversație adevărată pe care o să o ai, cu el sau cu altcineva.

*Alege să crezi. Și
ține ochii deschiși.
Nu sunt lucruri care
se bat cap în cap.*

Anexă: unde se cere ajutor

Violență domestică, linia națională: 0800 500 333.

Gratuită, non-stop, din orice rețea. Se poate suna și pentru altcineva, și se poate suna doar ca să întrebi dacă ce trăiești intră în discuție.

Urgențe, pericol imediat: 112. Se sună. Fără ezitare.

Ordinul de protecție se poate cere la poliție sau în instanță, inclusiv provizoriu, în regim de urgență. La linia de mai sus ți se explică pașii.

Pentru tipare care se repetă și nu cedează, un psiholog clinician sau un psihoterapeut acreditat

lucrează altfel decât lucrez eu, și uneori ăla e lucrul potrivit. Nu e un eșec să ceri asta. E o alegere de unealtă, și o faci cum ai alege orice unealtă pentru o treabă anume: după ce e de făcut.

O notă despre mine

Sunt terapeut alternativ. Nu sunt psiholog acreditat și nu pretind că sunt.

Ce scriu aici vine din ce am văzut lucrând cu oameni, nu dintr-un studiu. Am încercat să fiu cinstit cu ce știu și cu ce doar bănuiesc. Și să nu-ți vând nimic la final.

Dacă vrei să afli ce mai fac în lume:
florentiniordache.ro

*Pentru tine, care ai deschis cartea
asta.*



Florentin Iordache



alături de tine

NOTA AUTORULUI

Cartea asta a pornit de la o întrebare pusă într-o seară, la masă, de un om care nu știa că pune o întrebare mare: dacă L-am putea vedea pe Dumnezeu, ar mai avea rost credința? Am purtat-o câteva luni și am văzut că e aceeași întrebare cu alta, mult mai aproape de casă. Prima versiune a cărții a explicat prea mult. Am rescris-o ca să lase loc, pentru că unele lucruri se strică dacă sunt desfăcute în bucăți. Ultima parte face excepție și e seacă dinadins: acolo nu e loc de frumusețe, e nevoie de limpezime.

Citatele biblice sunt date scurt, cu cartea și versetul, în traducerea Cornilescu. Triunghiul dramatic îi aparține lui Stephen Karpman, care l-a descris în 1968. Restul sunt observațiile mele din cabinet, și sunt scrise ca atare.



Florentin Iordache · alături de tine

florentiniordache.ro

© 2026 · ediția a doua, rescrisă



*Nu ai văzut niciodată
greutatea. Îți lași tot corpul pe
ea, în fiecare secundă, de
când te-ai născut.*

Florentin Iordache

florentiniordache.ro