



Nu s-a întâmpplat nimic

*cum se face nevăzut un lucru care se
întâmplă în fiecare zi*

Florentin Iordache

alături de tine · florentiniordache.ro



Nu s-a întâmplat nimic



Florentin Iordache

Florentin Iordache este terapeut alternativ, nu psiholog acreditat. Cartea aceasta nu înlocuiește consilierea psihologică, psihoterapia sau tratamentul medical, și nu constituie diagnostic. Poveștile din ea sunt compuse: sunt adunate din mulți oameni, schimbate și recroite anume ca nimeni să nu poată fi recunoscut. Nu descriu o persoană, o relație sau o ședință anume. 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

1. Harta
2. Ce am înțeles din povestea lui Răzvan
3. Caietul
4. Ce am înțeles din povestea lui Carmen
5. Cum te cheamă
6. Ce am înțeles din povestea Sorinei
7. Celălalt capăt
8. Ce leagă toate patru
9. Ce nu se repară plecând
10. Cum se recunoaște
11. Când cuvintele astea devin armă
12. Ce se întâmplă dacă spui
13. Dacă te-ai recunoscut
14. Siguranța vine prima

Încheiere

Anexă: unde se cere ajutor

Deschidere

Cartea dinainte era despre un nevăzut care nu e vina nimănui.

Omul de lângă tine are un interior la care n-ai acces, și n-o să ai niciodată, oricât l-ai iubi și oricâți ani ați sta în aceeași casă. Nu e o lipsă a relației voastre. E condiția oricărei relații care a existat vreodată. Iar pentru că nu poți verifica ce e înăuntru, alegi să crezi. Despre alegerea aia a fost toată cartea.

Asta e altceva.

Aici e vorba despre un nevăzut care nu vine de la sine. Unul care **se face**. Care are un meșter, un ritm de lucru și un rezultat, chiar dacă

nimeni nu l-a plănuit dimineața la cafea.

Trei lucruri se fac nevăzute într-o relație, încet, fără martori, fără o zi anume în care să se fi întâmplat.

Unde ești. Ajungi să-ți anunți mișcărilor și să nu mai știi din ce an o faci.

Ce s-a întâmplat. Ajungi să ieși din discuții fără să mai fii sigur ce s-a spus, cine a început, dacă a fost chiar așa.

Cine ești. Ajungi să te descrii cu cuvintele altcuiva și să le crezi, pentru că le-ai auzit de destule ori.

De ce e greu de văzut

Pentru că niciunul dintre cele trei nu are un moment. N-ai ce arăta nimănui.

O palmă are o secundă. Se poate spune cui vrei: s-a întâmplat marți, în bucătărie, și m-a durut. Are

martori chiar și când n-are, pentru că are un înainte și un după.

Lucrurile din cartea asta n-au secundă. Sunt făcute din întâmplări care, luate una câte una, nu înseamnă nimic. Un mesaj. O întrebare. O observație spusă pe un ton ușor. Fiecare bucată e nevinovată. Suma nu mai e.

De-aia, când încerci să povestești cuiva, povestea sună a nimic. Și de-aia, de fiecare dată, propoziția cu care se încheie e aceeași:

Nu s-a întâmplat nimic.

Cum e scrisă

Trei povești, și după fiecare, ce am înțeles.

Poveștile sunt compuse. Adunate din mulți oameni, schimbate, recroite anume ca nimeni să nu poată fi recunoscut. Nu descriu pe nimeni. Sunt croite ca să te poți recunoaște tu, dacă e cazul.

Nu-ți dau tehnici. Nu asta face cartea și nu asta ar ajuta acum. Îți dau niște nume corecte peste niște lucruri pe care poate le-ai trăit fără să le poți numi, pentru că un lucru căruia îi spui greșit pe nume nu se poate nici duce, nici lăsa.

La final e o casetă cu numere de telefon. Dacă e cazul, aia e singura pagină care contează din toată cartea.

CAPITOLUL 1

Harta

Poveste compusă.

Răzvan stă în parcare de la service, cu cheile în mână, și scrie un mesaj.

„Am ajuns. Durează vreo oră.”

Se uită la ecran până apare bifa. Apoi bagă telefonul în buzunar și intră. În timp ce omul de la recepție îi explică ceva despre plăcuțe, simte telefonul zbârnâind în buzunar. Îl scoate.

„Care service?”

Îi scrie numele. Vine un „ok”. Pune telefonul la loc, și abia atunci își dă seama că stătea cu umerii strânși.

Are treizeci și opt de ani. E inginer. Conduce o echipă de unsprezece oameni și are, în general, reputația unui om calm.

Nu i-a cerut nimeni niciodată să trimită mesajul ăla.

Cum a început

A început frumos, și asta e partea pe care n-o înțelege nimeni din afară.

În primele luni, Ioana îi scria pentru că îi era dor. „Unde ești?” însemna „mi-e dor de tine”. El răspundea cu poze: iată biroul, iată prostia asta de pe hol, iată cafeaua. Era un fel de a fi împreună când nu erau.

Pe urmă, într-o seară, a întârziat două ore la o bere cu niște colegi și n-a scris. Când a ajuns acasă, ea nu dormea. Stătea pe marginea patului, îmbrăcată, cu lumina stinsă. N-a țipat. A spus doar că și-a imaginat lucruri, că i-a fost frică, că

a sunat de patru ori și că următoarea dată nu mai poate să treacă prin asta.

Răzvan și-a cerut scuze. Era logic să-și ceară scuze. Un om căruia îi pasă de tine își face griji, iar tu, dacă ții la el, nu-l lași să se chinuie.

A doua zi a început să scrie când pleacă. Nu i-a cerut nimeni. A fost ideea lui, și s-a simțit bine cu ea, pentru că rezolva ceva.

Cum s-a mutat pragul

Un an mai târziu scria când pleacă și când ajunge.

Doi ani mai târziu, când se schimba ceva pe traseu.

În al treilea an, a observat că se oprește din ce face ca să verifice dacă a răspuns. Nu dacă ea l-a căutat. Dacă **el** a răspuns destul de repede, mai devreme.

Nu există o zi în care s-a întâmplat asta. A căutat, pe urmă, și n-a găsit-o. S-a uitat prin conversații, cu anii înapoi, încercând să găsească mesajul de la care s-a schimbat, și n-a fost niciun mesaj. Fiecare era rezonabil. Fiecare se putea explica.

Proba pe care n-a făcut-o

L-am întrebat, la un moment dat, ce s-ar întâmpla dacă pur și simplu n-ar scrie.

Nu dacă ar refuza. Nu dacă ar face o scenă. Dacă ar pleca într-o dimineață la service și, din distracție, n-ar trimite mesajul.

A râs. Un râs scurt, din acelea care ies înainte să apuci să le oprești.

Pe urmă a stat vreo zece secunde și a zis: „n-aș putea.”

L-am întrebat de ce.

Și aici s-a întâmplat ceva pe care l-am mai văzut de multe ori și care

încă mă oprește de fiecare dată.
Răzvan a început să-mi explice, și explicația era despre **ea**. Că i-ar fi greu. Că și-ar face griji. Că ar fi nedrept față de ea, care n-a cerut mare lucru. Că n-are rost să faci un om să sufere ca să-ți dovedești ție ceva.

Patru argumente, toate rezonabile, toate despre confortul altcuiva, niciunul despre al lui.

I-am spus: te-am întrebat ce s-ar întâmpla cu tine.

A tăcut mult. Pe urmă a spus: „aș sta cu telefonul în mână toată ziua.”

Aia era harta. Nu mesajul. **Ziua pe care ar fi petrecut-o cu telefonul în mână, dacă n-ar fi trimis un mesaj de patru cuvinte.**

Ce a aflat la nuntă

Vara trecută, la nunta unui prieten, s-a trezit la unsprezece seara în fața barului, cu un pahar în mână,

calculând.

Calcula dacă ajunge acasă până la unu, cât durează până își ia la revedere, dacă mai apucă să vorbească cu omul pe care nu-l văzuse de patru ani, și cum să formuleze ca să nu pară că stă pentru că vrea să stea.

Lângă el, un coleg i-a spus, fără nicio intenție: „ce dracu calculezi acolo, ai o față de parcă rezolvi ceva la muncă.”

Și Răzvan a zis: „nimic.”

Pe drum spre casă, întrebarea i-a rămas. Nu „sunt controlat”. La aia ar fi răspuns imediat, și ar fi răspuns nu. Întrebarea care i-a rămas era mult mai mică și mult mai greu de scuturat:

De când nu mai decid eu la ce oră plec de undeva?

Ce a spus când a venit prima oară

A început așa, și mi-a luat ceva să înțeleg ce aud:

„Nu e nimic grav. Doar că am obosit.”

Nu putea să-mi dea niciun exemplu. Când l-am rugat, a căutat în memorie și a găsit doar lucruri mici, de care îi era rușine să le spună cu voce tare, pentru că auzite din afară sunau a nimic. Un mesaj. O întrebare. O seară în care a plecat mai devreme.

Omul avea o hartă completă a propriilor mișcări în cap, actualizată permanent, pe care o consulta de treizeci de ori pe zi.

Și nu știa că o are.

CAPITOLUL 2

Ce am înțeles din povestea lui Răzvan

Controlul nu arată niciodată ca un control. Dacă ar arăta, n-ar funcționa nici măcar o săptămână.

Arată ca grijă. Și de obicei chiar **este** grijă, la început, ceea ce face totul mult mai greu de desfăcut.

Lesă pe care o ține cineva și lesă pe care o ții tu

Există o diferență între un om ținut în lanț și un om care și-a învățat lungimea lanțului.

Primul se zbate. Știe unde e marginea, pentru că o lovește. Al doilea nu se zbate niciodată, pentru că a încetat demult să se mai ducă

acolo. Nu mai simte nimic trăgând de el, și de-aia e sigur că e liber.

Un câine ținut mult timp cu lanț scurt rămâne, uneori, în același cerc și după ce lanțul a fost desfăcut. Nu pentru că i-ar fi frică. Pentru că aia e dimensiunea lumii lui, învățată.

La om, cercul e făcut din calcule. Nu din reguli. Dacă ar fi reguli, le-ai putea citi și le-ai putea contesta.

Munca pe care n-o vezi

Aici e miezul, și e lucrul pe care îl ratează toată lumea, inclusiv cel care îl trăiește.

Controlul adevărat nu se măsoară în ce ți se interzice. Se măsoară în **cât lucrezi tu ca să nu ajungi acolo unde s-ar putea interzice.**

Răzvan nu era oprit de la nimic. Putea să plece de la nuntă la ora pe care o alegea. Nimeni nu-i luase nimic.

Doar că, ca să ajungă la decizia aia, trecea printr-un calcul de douăzeci de secunde pe care îl făcea de treizeci de ori pe zi. Înmulțit cu patru ani.

Munca aia nu apare nicăieri. Nu se vede, nu se poate povesti, nu intră în nicio ceartă. Dar consumă exact aceeași energie ca o slujbă a doua, și o plătește un singur om.

*Controlul nu se
măsoară în ce ți se
interzice. Se
măsoară în cât
lucrezi ca să nu
ajungi acolo unde
s-ar putea interzice.*

Ce se simte, totuși

În cartea dinainte am scris despre greutate, pe care n-a văzut-o nimeni niciodată și pe care ne lăsăm cu tot corpul în fiecare dimineată.

Aici e invers, și merită pus alături, pentru că e aceeași mecanică întoarsă pe dos.

Greutatea nu se vede, dar se **simte**. O simți în genunchi la coborârea scărilor, o simți în brațe când cari ceva, o simți seara în tot corpul. Nevăzută, dar prezentă în fiecare secundă, în carne.

Harta lui Răzvan e exact pe dos. Nu se vede **și** nu se simte.

Nu există nicio secundă în care Răzvan să simtă că e ținut de ceva. Dacă ar simți, s-ar opri. Toată lucrarea asta stă pe faptul că nu produce nicio senzație directă.

Produce altceva, mult mai târziu și în alt loc. Oboseală fără motiv. Un

somn care se strică. O apăsare care vine pe la șase seara și pleacă pe la nouă, fără nicio legătură cu nimic.

Omul duce senzația la medic.

Medicul nu găsește nimic, pentru că nu e nimic de găsit acolo.

De ce nu ai un exemplu

Când cineva îți cere un exemplu și nu găsești niciunul, nu înseamnă că n-a fost nimic. Înseamnă că lucrul despre care vorbim nu e făcut din exemple.

E făcut din praguri mutate.

Un prag se mută cu câțiva milimetri o dată. Nimeni nu simte câțiva milimetri. Îi simți abia dacă te-ai putea întoarce brusc la cum era acum patru ani, și asta nu se poate face, pentru că timpul nu merge înapoi și pentru că nimeni nu ține minte unde era pragul atunci.

De-aia întrebarea care deschide ușa nu e „ce ți-a făcut”.

E: ce făceai acum patru ani și nu mai faci acum, fără să fi hotărât nimeni nimic?

La întrebarea asta vin răspunsuri. Imediat, și precise, și dureros de banale. Nu mai merg singur la film. N-am mai dormit la mama de trei ani. Am încetat să mai răspund la telefon seara.

Niciunul nu e interzis. Toate s-au oprit.

Și acum partea cinstită

Nu tot ce seamănă cu asta e asta.

Doi oameni care se anunță unde sunt, pentru că așa le place, nu sunt într-o problemă. Un om care sună pentru că celălalt a întârziat și de obicei nu întârzie nu face nimic rău, face exact ce trebuie.

Diferența nu e în gest. E în **direcție.**

Dacă, an după an, lumea unuia dintre voi se face mai mică, iar a celuilalt rămâne la fel, ceva se întâmplă, chiar dacă nu găsiți nicio seară în care să fi început.

Dacă amândoi vă anunțați, și amândoi puteți să n-o faceți fără să urmeze ceva, nu e nimic aici. Du-te mai departe, capitolul următor e despre altceva.

De ce contează anii

Mai e ceva ce trebuie spus despre lucrul ăsta, și e despre timp.

O relație de șase luni nu poate face asta nimănui. Nu pentru că oamenii ar fi mai buni la început, ci pentru că operația cere durată, așa cum cere durată orice lucrare care schimbă o formă.

Un om care se mută într-o casă cu un zgomot de fond îl aude, prima săptămână, tot timpul. Îl deranjează, îl comentează, se

gândește să facă ceva. După trei luni nu-l mai aude. După un an, dacă zgomotul s-ar opri, s-ar trezi noaptea din cauza liniștii.

Nu s-a obișnuit cu zgomotul. **A încetat să-l mai înregistreze.**

Creierul a hotărât că nu merită atenție, pentru că e constant, iar atenția e scumpă și se dă la ce se schimbă.

Exact asta se întâmplă și cu calculele lui Răzvan, și e motivul pentru care nu le putea numi. Nu erau ascunse. Erau **sub pragul de la care ceva merită observat**, și acolo au stat patru ani.

De-aia, aproape mereu, omul care trăiește asta nu vine să-ți spună ce i se face. Vine cu o oboseală pe care n-o poate explica, cu un somn care s-a stricat, cu o apăsare în piept pe la ora șase seara.

Corpul face contabilitatea pe care mintea a oprit-o.

REFLECȚIE

De luat pe hârtie, nu în minte.

- Ce făceai acum patru ani și nu mai faci acum, fără să fi hotărât nimeni nimic?
- Când ai hotărât ultima oară singur la ce oră pleci de undeva, fără să calculezi nimic înainte?
- Dacă ai înceta mâine să mai anunți, ce ai aștepta să se întâmple? Răspunsul la asta e tot ce trebuie să știi.

CAPITOLUL 3

Caietul

Poveste compusă.

Carmen are un caiet cu spirală, A5, pe care îl ține în sertarul de sub chiuvetă, sub prosoapele de bucătărie.

În el scrie ce s-a întâmplat. Cu data, ora, și pe cât posibil cuvintele exacte.

Îl ține de un an și jumătate. Nu l-a arătat nimănui.

Când povestește asta prima oară, se oprește și zice, cu un fel de jenă: „știu cum sună.”

De la ce a pornit

A pornit de la o seară în care s-au certat despre o vacanță.

Ea a spus că ar vrea să meargă la mare. El a spus că au vorbit deja și că stabiliseră altceva. Ea a spus că nu, că n-au stabilit nimic. El a spus că au vorbit chiar joi, în mașină, și că ea a fost de acord.

Carmen nu-și amintea nicio discuție în mașină, joi.

Dar el avea detalii. Știa ce purta, știa ce se dădea la radio, știa că ea râsese de ceva. Și cu cât el avea mai multe detalii, cu atât ea se simțea mai nesigură, pentru că cine are detalii are de obicei și dreptate. S-au împăcat. Ea și-a cerut scuze că uitase.

Pe drum spre serviciu a doua zi, și-a dat seama că joi nu fusese în mașină cu el. Joi fusese la mama ei, toată seara.

Ce s-a întâmplat când a spus asta

I-a spus. Calm, fără acuzații, aproape ca o glumă: ascultă, am verificat, joi am fost la mama.

El a râs. A spus că nu contează ziua, că esențialul e că discuția a avut loc, că ea se agață acum de un amănunt ca să câștige o ceartă veche de o săptămână, și că asta face mereu.

Și pe urmă a spus propoziția care a rămas:

„Nu mi se pare normal să-ți notezi ce zic eu.”

Ea nu-și nota nimic, atunci. Nici nu-i trecuse prin cap.

A început să noteze în seara aia.

Cum arată un an și jumătate de caiet

În caiet nu e nimic spectaculos.

L-am văzut, pentru că l-a adus, cu mâinile care tremurau puțin.

Sunt rânduri scurte. „14 martie, 21:40. A spus că n-a promis că vine la ziua mamei. A promis duminică, la masă, de față cu sora lui."

„2 aprilie. Am întrebat de factură. A spus că i-am mai spus de trei ori și că îl sufoc. Era prima oară."

„19 mai. I-am zis că mă simt singură. A zis că așa simt eu de când mă știe și că n-are legătură cu el."

Patruzeci de pagini din astea.

Ce m-a oprit n-a fost conținutul. A fost **de ce** îl ținea.

Nu-l ținea ca să i-l arate lui. Nu-l ținea ca dovadă pentru vreun tribunal, pentru că nu plănuia niciun tribunal.

Îl ținea ca să poată verifica, dimineața, că nu e nebună.

Sora ei

Carmen are o soră mai mare, cu patru ani.

La un moment dat, într-o duminică, a încercat să-i povestească. Nu tot. O bucată, cea mai mică și mai ușor de spus: cearta cu vacanța, și cum ea era sigură că nu fusese nicio discuție în mașină.

Sora a ascultat. Și pe urmă a zis, cu toată bunăvoința din lume: „Păi și poate chiar ai uitat, Carmen. Tu uiți lucruri, mi-ai uitat ziua anul trecut.”

N-a fost rea. A spus ce spune oricine din afară când primește o bucată dintr-o poveste fără restul.

Dar uite ce a făcut propoziția aia.

A confirmat, din a doua sursă, exact ce auzea acasă. Și de atunci

Carmen n-a mai povestit nimănui nimic, timp de un an și jumătate, pentru că aflase că povestea ei nu stă în picioare nici măcar în fața

surorii ei.

Așa se închide ușa. Nu de cineva rău. De cineva care a auzit o bucată și a răspuns rezonabil la bucata aia.

Ce a spus la a treia întâlnire

„Eu nu mai știu dacă sunt un om de încredere.”

Nu dacă el e. Dacă **ea** e.

Un om care ținea evidența realității într-un caiet ascuns sub prosoape, ca să poată dovedi, față de ea însăși, că lucrurile pe care și le amintește chiar s-au întâmplat.

CAPITOLUL 4

Ce am înțeles din povestea lui Carmen

Primul capitol a fost despre un nevăzut mutat: nu mai vezi cât de mică s-a făcut lumea ta.

Ăsta e despre altceva, mai adânc și mai greu de dus. Aici se face nevăzută **întâmplarea însăși**.

Dicționarul

Imaginează-ți o casă în care se vorbește o limbă, și în casa aia există un singur dicționar.

Nu e al tău.

De fiecare dată când nu sunteți de acord asupra înțelesului unui cuvânt, dicționarul se deschide și se

citește din el. Nu poți verifica, pentru că n-ai alt dicționar și pentru că nimeni din afară nu vorbește limba asta.

La început te cerți cu ce scrie acolo. După un an nu te mai cerți, pentru că ai pierdut de fiecare dată. După doi, te surprinzi că întrebi înainte să afirmi.

Ăsta nu mai e un dezacord despre un cuvânt. E despre cine are voie să spună ce înseamnă lucrurile.

De ce caietul

Caietul lui Carmen nu era o paranoia. Era exact reacția corectă la o problemă reală, doar că la problema greșită.

Un om care își pierde încrederea în propria memorie face ce ar face oricine rațional: caută un martor. Dar în casa aia nu era niciun martor, așa că și-a făcut unul din hârtie.

Și aici e cruzimea lucrului ăstuia, cea pe care n-o vede nimeni din afară. **Soluția arată ca simptomul.**

Un om care își notează conversațiile pare, pentru oricine ar afla, un om cu o problemă. Bolnăvicios.

Obsesiv. Chiar el își spune asta, singur, în bucătărie: „știu cum sună."

Deci nu arată caietul nimănui. Și rămâne singur cu el, ceea ce e exact ce trebuia să se întâmple.

*Nu-și nota
conversațiile ca să-l
prindă pe el. Și le
nota ca să poată
verifica, dimineata,
că nu e nebună.*

Fotografia

Mai e o imagine care îmi vine mereu când ascult poveștile astea, și e despre cum credem că funcționează memoria.

Credem că amintirile sunt fotografii. Că undeva, în cap, există o imagine a serii de joi, iar discuția e despre cine se uită mai atent la ea.

Nu e așa, și asta se știe de mult.

Memoria nu păstrează imagini. Păstrează un fel de schiță, și de

fiecare dată când o scoți, o redesenezi, cu materialul pe care îl ai în momentul ăla. Fiecare amintire pe care o ai e, de fapt, ultima ta redesenare a ei, nu originalul.

Ceea ce înseamnă că amintirile se pot **modifica prin repovestire**. Nu la oamenii slabi. La toți.

Dacă cineva îți descrie, cu detalii, o seară care nu s-a întâmplat, și o face de destule ori, detaliile alea intră în schiță. Nu pentru că ai fi credul. Pentru că așa e construită memoria la toată lumea, inclusiv la tine, inclusiv la mine.

De-aia Carmen nu era slabă și nu era fraieră. Era un om normal, cu o memorie normală, pus într-o situație pentru care memoria umană nu e făcută: una în care singura altă sursă de informație are interes în rezultat.

Caietul ei n-a fost o paranoia. A fost o proteză exterioară pentru singura funcție care fusese atacată.

De ce nu se poate ieși din discuție

Un om din afară ar spune: nu intra în discuția asta. Spune „eu țin minte altfel” și pleacă din cameră.

Sună simplu și e imposibil, și merită înțeles de ce.

Pentru că discuția nu e despre vacanță. Niciodată n-a fost despre vacanță. Discuția e despre dacă tu ești un om pe care se poate pune bază, iar aia nu e o întrebare din care se poate ieși. O duci cu tine în bucătărie, în mașină, la serviciu, și se redeschide singură la trei dimineața.

Mai e un motiv, mai greu.

Dacă accepți că celălalt rescrie ce s-a întâmplat, atunci trebuie să accepți și ce urmează din asta: că

omul cu care trăiești face asta cu tine, în mod repetat, și că o știe.

Aia e o concluzie foarte scumpă.

Dacă o accepți, se dăruie mult mai mult decât o vacanță.

Iar dacă alternativa e „poate chiar am uitat eu”, alternativa e mult mai ieftină. Costă doar o bucată din încrederea în tine.

Bucătica aia se plătește ușor. De-aia se plătește de o mie de ori.

Ce se întâmplă cu timpul

Întâi te cerți despre fapte. Ai dreptate, știi că ai dreptate, și o spui.

Pe urmă te cerți mai puțin, pentru că ai observat că nu duce nicăieri și că te costă trei zile de liniște grea.

Pe urmă începi să verifici înainte.

Te uiți în calendar înainte să spui că n-ai fost acolo. Cauți mesajul înainte să spui că n-ai promis.

Și într-o zi te trezești verificând **chiar și când el nu e acolo**. Te uiți în calendar pentru tine. Ca să știi tu.

Aia e ziua în care s-a terminat, deși nimeni n-a anunțat nimic. Nu mai ai nevoie de celălalt ca să te îndoiești de tine. Ai învățat s-o faci singur, și acum merge și când ești singur în casă.

Un lucru pe care trebuie să-l spun

Nu orice neînțelegere despre trecut e asta. Aproape niciuna nu e.

Doi oameni țin minte diferit aceeași seară. Asta e regula, nu excepția, și n-are nicio legătură cu reaua credință. Memoria nu e o înregistrare, e o reconstrucție, și se reconstruiește de fiecare dată puțin altfel, la toată lumea, inclusiv la tine.

Un om care spune „eu țin minte altfel” nu face nimic rău. Face ce facem toți.

Ce desparte lucrurile e un singur semn, și e ușor de verificat: **în casa voastră, se poate încheia o discuție cu «amândoi ținem minte altfel și rămâne așa»?**

Dacă da, aveți două dicționare, și totul e în regulă.

Dacă fiecare neînțelegere trebuie să se termine cu o versiune câștigătoare, și dacă aia e, de fiecare dată, a aceluiași om, atunci nu mai e vorba despre memorie.

REFLECȚIE

Trei întrebări pentru cine și-a notat vreodată ceva.

- Ți s-a întâmplat să verifici un lucru pe care îl știai sigur? De câte ori, săptămâna asta?
- Când a fost ultima dată când o discuție s-a încheiat cu „amândoi ținem minte altfel” și nu s-a mai întors nimeni la ea?
- Dacă ai avea, chiar acum, un martor care a fost de față la tot, ce l-ai întreba prima dată?

CAPITOLUL 5

Cum te cheamă

Poveste compusă.

Sorina are patruzeci și patru de ani și povestea ei nu începe cu o ceartă. Începe la un interviu.

Îi place slujba la care candidează. O poate face, a făcut-o șapte ani într-o altă firmă, și o face bine.

La un moment dat, omul din fața ei o întreabă de ce ar fi potrivită.

Și Sorina se aude spunând: „Ei, nu sunt eu cea mai organizată persoană, dar mă descurc.”

Nu plănuise să spună asta. Nu e adevărat. A ținut în spate o echipă de nouă oameni și un buget, și n-a

pierdut niciodată un termen.

În mașină, după, a stat zece minute fără să pornească.

Nu pentru că ratase interviul.

Pentru că recunoscuse propoziția.

Era a lui.

De câți ani

Nu de la o ceartă. Niciodată de la o ceartă.

De la observații spuse pe un ton bun. Uneori chiar cu o glumă la sfârșit, ca să nu fie greu.

„Tu n-ai fost niciodată ordonată, dragă.”

„Las' că știu eu cum ești tu cu banii.”

„Așa ești tu, iei totul personal.”

„Nu te supăra, dar tu nu prea ai răbdare cu oamenii.”

Nimic din astea nu e o insultă. Dacă le-ar fi spus cuiva din afară, ar fi sunat a tandrețe. Așa e el, așa e ea,

ne știm.

Și fiecare, luată singură, se putea discuta. Problema e că nu vin singure. Vin de trei-patru ori pe săptămână, timp de unsprezece ani, pe un ton calm.

Ce încercase ea

Încercase să le contrazică, la început. Îi arăta dovezi. Uite, am plătit factura la timp. Uite, am așteptat cu omul ăla o oră și n-am zis nimic.

A observat ceva ciudat: dovezile nu schimbau nimic.

Dacă plătea factura la timp, nu însemna că e organizată. Însemna că de data asta a reușit. Dacă avea răbdare, nu însemna că are răbdare. Însemna că s-a străduit, și era chiar lăudată pentru strădanie.

Nicio faptă nu putea muta propoziția, pentru că propoziția nu era despre fapte.

Când s-a oprit din a se apăra

Nu țin minte. Și asta o supără cel mai tare, când povestește.

A căutat, și n-a găsit. Nu există o zi în care a renunțat. Doar că, la un moment dat, a început să spună ea prima: „știi, știi, sunt dezastru cu astea.”

Era mai ieftin. Scurta discuția. Și, într-un fel pe care l-a înțeles abia mult mai târziu, o făcea să se simtă mai aproape de el, pentru că erau de acord.

Ce a rămas

A venit la mine pentru altceva.

Pentru o problemă cu somnul.

În a doua ședință i-am cerut să-mi spună cinci lucruri despre ea.

A spus patru lucruri negative și unul pozitiv, iar cel pozitiv era despre copii, nu despre ea.

Când am întrebat-o dacă e de acord cu cele patru, a spus da, imediat. Și pe urmă, după vreo zece secunde de liniște, a adăugat ceva ce cred că n-a vrut să spună cu voce tare:

„Astea sunt cuvintele lui, nu?”

Fata de doisprezece ani

Mai e o scenă, și e cea de la care Sorina a hotărât să vină.

Are o fată de doisprezece ani. Într-o sâmbătă, fata a venit de la școală și i-a povestit ceva despre un proiect pe care nu-l terminase la timp.

Și pe urmă a adăugat, ridicând din umeri, fără nicio dramă: „știi cum sunt eu, dezorganizată.”

Sorina spune că a simțit frigul înainte să înțeleagă propoziția.

Fata ei nu e dezorganizată. E un copil care și-a terminat tot ce a avut de terminat, în șase ani de școală, mai puțin o dată.

Dar auzise propoziția de destule ori în casă, spusă despre mama ei, pe un ton calm, cu o glumă la sfârșit. Și o învățase ca pe o formă de a fi. Nu despre ea. Despre o femeie ca ea.

Sorina mi-a zis: „pe mine mă durea, dar mă obișnuisem. Când am auzit-o pe ea, am înțeles că nu e despre mine.”

CAPITOLUL 6

Ce am înțeles din povestea Sorinei

Primele două capitole au fost despre lucruri care ți se iau din afară. Unde poți merge. Ce s-a întâmplat.

Ăsta e despre ce ți se pune **înăuntru**.

Piatra și picătura

Ca să faci o gaură într-o piatră nu-ți trebuie un ciocan. Dacă ai un ciocan, se vede că ai lovit, și toată lumea știe ce s-a întâmplat.

Îți trebuie o picătură și timp.

Nicio picătură nu face nimic. Poți să stai cu mâna sub ea toată ziua și n-o

să te doară. Și tocmai de-aia nimeni nu se ferește de ea, și tocmai de-aia nimeni nu poate arăta, mai târziu, picătura care a făcut gaura.

Toate au făcut-o. Niciuna n-a făcut-o.

Diferența care schimbă totul

E o diferență între două propoziții care par aproape la fel.

Ai uitat să plătești factura.

Ești un om dezorganizat.

Prima e despre o faptă. Se poate verifica, se poate repara, și se termină când e reparată. Dacă plătești factura, propoziția dispăre din lume.

A doua nu e despre nicio faptă. E o descriere a ta, iar din descrieri nu se iese prin fapte. Poți plăti o sută de facturi la timp și tot rămâi „un om dezorganizat care s-a străduit”.

Prima îți cere să faci ceva. A doua îți cere să fii altcineva, ceea ce nu se poate face, deci munca nu se termină niciodată și eșecul e garantat din construcție.

*O faptă se poate
repara. O descriere,
nu. De-aia criticile
care te ard sunt
cele care nu sunt
despre nimic din ce
ai făcut.*

Rama

Dacă pui aceeași fotografie în două rame diferite, vezi două lucruri diferite.

Nu metaforic. Oamenii care lucrează cu imagini știu asta de sute de ani: rama spune privitorului

ce fel de lucru are în față, înainte ca el să apuce să se uite.

O descriere repetată e o ramă.

„Așa ești tu, iei totul personal" e o ramă pusă în jurul a tot ce face omul de atunci încolo. Dacă se supără, confirmă rama. Dacă nu se supără, s-a străduit, deci tot o confirmă. Dacă spune că nu e adevărat, ia totul personal.

Rama nu poate fi contrazisă din interiorul ei. Orice faci înăuntru devine conținut pentru ea.

De-aia dovezile pe care le aducea Sorina nu mutau nimic, și de-aia a obosit. Nu pentru că nu avea dreptate. Pentru că juca pe un teren unde fiecare mutare, inclusiv cea câștigătoare, se adăuga la scorul celuilalt.

Singurul lucru care desface o ramă vine din afara ei. Un om care te vede altfel și o spune. Un loc în care

ești descris cu alte cuvinte destule
luni cât să le auzi.

Nu dovezi. **Alt cadru.**

De ce se lipește

Pentru că repetiția nu convinge
mintea. Convinge urechea.

Un lucru pe care îl auzi de trei ori
pe săptămână, unsprezece ani, nu
mai e o părere a cuiva. Devine un
fundal. Ca zgomotul frigiderului, pe
care încetezi să-l mai auzi și pe care
îl observi abia în secunda în care se
oprește.

Iar la un moment dat nu mai e nici
măcar al lui. Îl spui tu, cu gura ta,
într-un interviu, la patruzeci și
patru de ani, unui om pe care îl vezi
prima oară.

Aia e dovada că lucrarea s-a
terminat. Nu când accepți. Când
continui singur.

Cum se recunoaște, dacă e cazul

Nu după cât de rău sună, pentru că nu sună rău deloc.

După **trei semne**, și toate trei se pot verifica într-o seară.

Sunt despre cine ești, nu despre ce ai făcut. Caută verbul. „Ai făcut" se poate repara. „Ești" nu.

Dovezile nu le mișcă. Dacă faci exact lucrul care ar trebui să contrazică propoziția, și propoziția rămâne, înseamnă că nu era despre faptă.

Le spui tu, acum. Țsta e cel mai sigur dintre toate. Ascultă-te cum te descrii, mai ales când n-ai de ce. Unele dintre cuvintele alea nu sunt ale tale, și de obicei știi exact de la cine le ai.

Cuvintele trec mai departe

Lucrul pe care l-a auzit Sorina în bucătărie, de la fata ei, e partea cea

mai puțin discutată din tot subiectul ăsta.

Un copil care crește într-o casă nu învață cine e mama lui. Învață **cum se vorbește despre un om.**

Învață că există oameni care se descriu prin ce le lipsește. Învață că asta e o formă de intimitate, pentru că o vede spusă cu tandrețe, la masă, cu o glumă la sfârșit. Și învață fraza, cu ritmul ei cu tot, înainte să aibă vreo părere despre ea.

Pe urmă o folosește. Întâi despre sine, la doisprezece ani, ridicând din umeri. Mai târziu, poate, despre altcineva.

Nu e un blestem și nu e automat. Mulți copii cresc în case din astea și nu duc nimic mai departe.

Dar e motivul pentru care lucrurile astea nu sunt doar o problemă între doi adulți care se descurcă ei

cumva.

Într-o casă, cuvintele nu stau în camera în care au fost spuse.

Și partea cinstită, iar

Nimeni nu trăiește cu cineva fără să spună, la un moment dat, ceva despre cine e celălalt. Nu asta e problema.

Diferența e în direcție, iar direcția se vede într-o singură întrebare.

**După unsprezece ani împreună,
te descrii mai bogat sau mai
sărac decât te descriai la
început?**

Un om care trăiește lângă cineva care îl vede ajunge, în timp, să aibă mai multe cuvinte despre sine.

Descoperă lucruri. Capătă nuanțe.

Un om care trăiește lângă cineva care îl descrie ajunge să aibă mai puține. Lista se scurtează și se întărește, până rămân patru

propoziții repetate, dintre care trei sunt negative, și niciuna nu mai e a lui.

REFLECȚIE

Întrebarea care doare cel mai puțin și spune cel mai mult.

- Scrie cinci lucruri despre tine. Nu te gânde. Scrie-le.
- Acum uită-te la ele și întreabă-te, pentru fiecare: cine a spus asta prima oară?
- Câte sunt despre ce faci, și câte sunt despre ce ești?

CAPITOLUL 7

Celălalt capăt

Poveste compusă.

Mihai a venit pentru că l-a trimis cineva.

Stă pe scaun cu haina pe el, nu și-a scos-o, și prima propoziție e: „eu cred că ea exagerează, dar am zis să vin.”

Are patruzeci și șase de ani. Soția lui i-a spus, acum trei săptămâni, că nu mai poate și că pleacă. El n-a înțeles de ce. Spune că n-a ridicat niciodată mâna, că n-a înșelat-o, că a muncit toată viața pentru casa aia.

Toate trei sunt adevărate.

Ce povestește

Povestește despre cât de mult îi pasă.

Că o sună pentru că o știe distrată și o dată era să rămână fără benzină pe drum. Că îi spune cum arată pentru că ea nu se vede și pentru că lumea e rea. Că a învățat, în ani, cum funcționează ea mai bine decât funcționează ea singură, și că dacă n-ar fi ținut el frâiele, multe s-ar fi dus de răpă.

Spune propoziția asta fără nicio ironie: „eu o cunosc mai bine decât se cunoaște ea.”

Și crede ce spune. Asta e partea pe care trebuie s-o înțelegi ca să înțelegi tot restul.

Ce era dedesubt

A durat mult până am ajuns acolo, pentru că nu venise pentru asta.

Tatăl lui plecase când el avea nouă ani. Nu într-o scenă, nu după o ceartă. Pur și simplu într-o dimineață de marți nu mai era, și n-a mai fost niciodată.

Mihai a petrecut copilăria încercând să-și dea seama ce semn fusese înainte, pe care el nu-l văzuse.

A ajuns, în timp, un om foarte bun la citit semne. Observă totul. Vede o schimbare de ton de la trei cuvinte. Și toată energia aia merge într-o singură direcție, pe care n-o numește niciodată cu voce tare, pentru că nici el nu știe că e acolo:

Dacă știu tot timpul unde e, nu poate să dispară într-o dimineață de marți.

Ce nu auzise

În a cincea ședință l-am rugat să-mi spună, cuvânt cu cuvânt, ce i-a zis soția lui în seara în care a anunțat

că pleacă.

A spus că nu mai ține minte exact.
Ceva despre că s-a săturat.

L-am rugat să încerce.

A închis ochii și a stat mult. Pe urmă a zis: „a spus că nu mai știe cine e.”

Și imediat după, fără pauză, a adăugat explicația: că asta a zis-o la nervi, că ea are perioade, că oricum trecea printr-o chestie la serviciu atunci.

L-am oprit și l-am rugat să repete propoziția ei. Doar propoziția. Fără ce urmează.

„Nu mai știu cine sunt.”

A treia oară când a spus-o, s-a oprit în mijlocul ei.

Ce a întrebat pe urmă

Întrebarea care a venit după n-a fost despre ea. Asta mi-a spus cel mai mult despre unde era.

A întrebat: „și eu ce ar fi trebuit să fac?”

Nu „ce i-am făcut”. Ce ar fi trebuit să facă, ca să nu se ajungă aici. Era, încă, o întrebare despre cum se reține un om care pleacă.

I-am spus că la întrebarea aia nu am răspuns, și că e posibil să fie exact întrebarea din care s-a născut tot.

A plecat supărat în seara aia. S-a întors peste trei săptămâni.

La a doua rundă, prima lui propoziție a fost alta: „cred că am făcut cu ea ce mi-a fost mie frică să mi se facă.”

Nu e iertare în propoziția asta și nu repară nimic. Dar e prima dată când omul ăla a spus ceva despre el fără să explice de ce.

De ce nu e o scuză

Pentru că nu e.

Povestea de mai sus explică de ce face ce face. Nu schimbă cu nimic ce i s-a întâmplat soției lui în unsprezece ani, nu îi dă înapoi nimic, și nu-i cere ei să aibă răbdare mai mult.

Un om poate avea toate motivele din lume și tot să fi făcut rău cuiva. Motivul lui e al lui. Paguba e a ei.

Am scris capitolul ăsta pentru altceva.

Pentru ce l-am scris

Pentru că atâta timp cât cel de la celălalt capăt e o figură de film, nimeni nu se recunoaște în ea.

Dacă omul care face asta e un răufăcător cu plan, atunci nimeni din casele noastre nu e el. Și atunci cartea asta e despre altcineva, departe, și poate fi citită liniștit.

Dar nu e așa aproape niciodată.

Aproape întotdeauna e cineva care crede sincer că apără ceva. Care, dacă l-ai întreba, ți-ar spune că face toate astea **pentru** celălalt. Și care, cel mai des, a fost el însuși, la un moment dat, într-o casă în care ceva s-a făcut nevăzut.

CAPITOLUL 8

Ce leagă toate patru

Patru povești foarte diferite. Un bărbat care calculează ore. O femeie cu un caiet sub prosoape. O femeie care se descrie cu cuvintele altcuiva. Un bărbat care n-a înțeles niciodată de ce a plecat tatăl lui.

Trei lucruri le leagă, și al treilea e cel important.

Întâi: niciunul n-are o zi

Nu există, în nicio poveste, un moment de la care s-a schimbat.

Toate patru au fost căutate.

Oamenii ăștia s-au întors prin ani, prin conversații, prin amintiri,

încercând să găsească ziua. N-a găsit-o niciunul.

Pentru că lucrurile astea nu se fac dintr-o zi. Se fac din praguri mutate cu câțiva milimetri, iar milimetrii nu se simt. Îi simți doar dacă ai putea să te întorci brusc, iar asta nu se poate.

Al doilea: toate seamănă cu iubirea

Grija seamănă cu grija. Memoria seamănă cu memoria. „Așa ești tu” seamănă cu intimitatea.

Nu e un accident și nu e o deghizare pusă dinadins. Chiar **sunt** făcute din materialul iubirii, folosit altfel. De-aia nu există niciun semn de suprafață care să le despartă, și de-aia n-are rost să cauți unul.

O comparație care mi-a rămas

Mi-a spus-o cineva, într-o ședință, și de atunci o folosesc.

Dacă pui o broască în apă clocotită, sare. Povestea asta o știe toată lumea și, ca fapt despre broaște, se pare că nici măcar nu e adevărată.

Dar ca descriere a ce se întâmplă la om e bună, și e bună dintr-un motiv pe care nimeni nu-l spune.

Nu e vorba despre cât de deștept e cineva. Toți oamenii din cartea asta sunt oameni inteligenți, cu meserii, care conduc echipe și gestionează bugete și dau sfaturi bune altora.

E vorba despre cum e construită atenția. Atenția noastră e făcută pentru **schimbare**, nu pentru stare. Observăm diferența, nu nivelul.

Un om aruncat dintr-odată în viața lui Răzvan ar striga din prima zi.

Răzvan n-a strigat, nu pentru că ar fi slab, ci pentru că n-a fost niciodată aruncat. A fost mutat, cu câte un milimetru, de patru sute de ori.

Și nimeni, nici măcar cel mai atent om din lume, nu simte un milimetru.

Al treilea: la capăt, munca o face omul singur

Ăsta e firul adevărat, și e singurul care contează.

Răzvan calcula fără să-i ceară nimeni. Carmen verifica în calendar și când era singură în casă. Sorina spunea propoziția lui, la un interviu, la trei ani după ce se despărțiseră.

În toate trei, lucrarea s-a terminat în momentul în care n-a mai fost nevoie de celălalt ca să continue.

Aia e definiția cea mai bună pe care o pot da lucrului despre care e cartea asta. Nu e despre ce îți face cineva.

E despre ce ajungi să-ți faci singur, după ce ți s-a făcut destul.

*Se termină când nu
mai e nevoie de el
ca să continue.*

*Atunci nu mai ai un
om lângă tine. Ai o
voce înăuntru, care
seamănă cu a lui.*

CAPITOLUL 9

Ce nu se repară plecând

Trebuie pus aici, între recunoaștere și tot ce urmează, pentru că altfel cartea ar promite ceva ce nu se întâmplă.

Sorina se despărțise cu trei ani înainte de interviul de la care începe povestea ei.

Trei ani. Și propoziția a ieșit din ea oricum, la un om pe care îl vedea prima oară, fără s-o fi provocat nimeni.

De ce rămâne

Pentru că ultima parte a lucrării, cea din capitolul despre ce leagă

poveștile, se întâmplase deja. Nu mai era nevoie de el ca să continue.

O ușă se poate închide într-o zi. O voce dinăuntru nu pleacă odată cu omul, pentru că nu mai e a lui. A fost a lui la început. Pe urmă a fost auzită, repetată și însușită, și acum e o parte din felul în care funcționezi, la fel de a ta ca mersul.

Oamenii care ies din locuri din astea descriu, aproape toți, același lucru în primul an: o ușurare imensă, urmată de o nedumerire. S-a terminat. De ce nu mă simt liber?

Pentru că s-a terminat partea care se vedea.

Ce se întâmplă, de fapt, în primul an

Nu scriu asta ca să descurajez pe nimeni. Scriu ca să nu creadă cineva, dacă ajunge acolo, că a greșit.

Întâi se întoarce atenția. Câteva luni te surprinzi calculând lucruri care nu mai trebuie calculate. Scrii mesajul și n-ai cui. Verifici ora și n-are rost.

Pe urmă vine partea grea, pe care n-o așteaptă nimeni: **începe să-ți fie dor**. Nu de ce ți s-a făcut. De omul din perioadele bune, care erau reale, și pe care nu-l poți avea fără restul.

Și abia după aia, dacă ai pe cineva cu care vorbești, încep să se întoarcă lucrurile. Încet, pe la margini, în ordinea inversă în care au plecat. Un film singur. O cafea cu cineva. O duminică la mama.

Lista de la prima întrebare se citește, la un moment dat, de la celălalt capăt.

De ce scriu asta aici

Pentru că cineva ar putea crede că decizia e tot și că restul vine de la

sine.

Nu vine de la sine. Vine, dar se lucrează, și e o muncă despre care nu vorbește nimeni fiindcă n-are nimic spectaculos în ea.

Partea bună, și e reală, e că de data asta munca merge în direcția ta.

CAPITOLUL 10

Cum se recunoaște

N-am să-ți dau o listă cu douăzeci de semne. Listele din astea circulă peste tot și fac, cred, mai mult rău decât bine, pentru că fiecare om găsește trei lucruri care i se potrivesc și pleacă acasă speriat sau, mai rău, convins despre altcineva.

Îți dau patru întrebări. Toate patru se pot verifica, niciuna nu cere să interpretezi pe nimeni, și toate patru sunt despre **tine**, nu despre celălalt.

Întrebarea despre hartă

Ce făceam acum patru ani și nu mai fac acum, fără să fi hotărât nimeni nimic?

Nu „ce mi s-a interzis”. Nimic nu se interzice. Ce s-a oprit de la sine.

Dacă lista e lungă și merge toată în aceeași direcție, ai un răspuns.

Întrebarea despre martor

S-a încheiat vreodată o discuție la noi cu „amândoi ținem minte altfel” și n-a mai revenit nimeni la ea?

Dacă da, aveți două dicționare în casă și totul e în regulă.

Dacă fiecare neînțelegere trebuie să aibă un câștigător, și dacă e mereu același, nu mai vorbim despre memorie.

Întrebarea despre nume

Cuvintele cu care mă descriu sunt ale mele?

Scrie cinci. Pentru fiecare, întreabă cine a spus-o prima oară. Dacă

răspunsul vine imediat, și e același om de trei ori, ai al treilea răspuns.

Întrebarea despre ceilalți

Cine a dispărut din viața mea, fără ca nimeni să fi certat pe nimeni?

Nu prietenii cu care te-ai certat. Alea sunt certuri, se întâmplă, nu spun nimic.

Cei care au dispărut **fără nimic**. Au sunat de câteva ori, le-ai răspuns mai scurt, s-au rărit, și la un moment dat n-au mai sunat.

Fă lista. Și pe urmă uită-te dacă e cineva pe ea despre care ți s-a spus, cândva, pe un ton ușor, că nu-ți vrea binele, că e invidios, că te schimbă, sau că nu i-a plăcut niciodată de el.

Dacă pe lista aia sunt trei oameni și despre toți trei s-a spus ceva, ai un răspuns pe care nu-l mai poți pune pe seama întâmplării.

Întrebarea despre corp

Ce face corpul meu când aud cheia în ușa?

Asta nu se poate falsifica și nu are nevoie de nicio analiză.

Corpul știe de ani înaintea minții.

Dacă umerii urcă, dacă respirația se scurtează, dacă te surprinzi că ascuți tonul pașilor pe hol ca să afli ce fel de seară urmează — informația e deja la tine și e completă.

Mintea o să mai găsească explicații multă vreme. Corpul nu găsește niciuna.

REFLECȚIE

Cele patru, la rând, pe hârtie.

- Ce făceam acum patru ani și nu mai fac, fără să fi hotărât nimeni nimic?
- Când s-a încheiat ultima discuție cu „amândoi ținem minte altfel”?
- Cinci cuvinte cu care mă descriu. Cine le-a spus prima oară?
- Ce face corpul meu când aud cheia în ușă?

CAPITOLUL 11

Când cuvintele astea devin armă

Trebuie spus și ăsta, pentru că altfel cartea ar face rău.

Cuvintele din paginile de mai sus au ieșit în lume în ultimii ani și s-au ieftinit repede. Control. Manipulare. Toxic. Se spun acum în certuri obișnuite, între oameni obișnuiți, și au devenit o formă foarte eficientă de a câștiga o discuție.

Pentru că ce răspunzi? Dacă negi, se spune că asta fac toți. Dacă accepți, ai pierdut.

Un cuvânt căruia nu i se poate răspunde nu mai e o descriere. E o lovitură.

Cum se vede diferența

Trei lucruri, și sunt simple.

Cel care trăiește asta nu are

cuvintele. Răzvan, Carmen și Sorina n-au venit cu niciunul. Au venit cu „am obosit”, cu „știu cum sună”, cu o problemă de somn.

Cuvintele vin mult mai târziu, și de obicei cu greutate, pentru că par prea mari pentru ce a trăit.

Cel care trăiește asta se întreabă

dacă nu cumva e vina lui. Nu ocazional. În fiecare zi, de ani.

Iar cel care folosește cuvintele

ca armă e foarte sigur. Are termenul, are diagnosticul, îl pune repede și nu se întreabă nimic.

Îndoiala e, de obicei, în partea greșită. Cine se îndoiește cel mai tare de el însuși e, aproape mereu, cel care are cel mai puțin motiv.

Și o precizare pe care nu vreau s-o ratezi

Nicio relație grea nu e automat asta.

Doi oameni se pot răni ani la rând, pot să se certe urât, pot să treacă prin lucruri care lasă urme, fără ca nimeni să facă nimic nevăzut.

Diferența nu e în cât de rău doare. E în **cine rămâne cu lumea mai mică** la capătul anilor.

Dacă amândoi ieșiți mai mici dintr-o relație, aia e o relație care nu merge. Se poate repara sau nu, dar e simetrică.

Dacă unul iese mai mic și celălalt nu, atunci vorbim despre altceva, și despre asta e cartea.

CAPITOLUL 12

Ce se întâmplă dacă spui

Întrebarea care vine, de obicei, imediat după recunoaștere, e dacă să-i spui.

Nu-ți dau un răspuns, pentru că nu-l am și pentru că depinde de lucruri pe care nu le știu. Îți spun ce se întâmplă de obicei, ca să nu te prindă nepregătit.

Primul lucru: nu se recunoaște nimeni

Aproape niciodată.

Nu din rea credință. Din motivul descris în capitolul despre Mihai: omul de la celălalt capăt nu vede ce

ai văzut tu, și nu pentru că ar minți, ci pentru că din unghiul lui chiar nu e acolo.

El a trăit, în aceiași ani, o cu totul altă poveste. În povestea aia, el a avut grijă, a ținut lucrurile în frâu, a muncit, a răbdar, și acum i se spune că a fost un călău.

Deci ce primești, aproape sigur, e o contra-poveste. Întreagă, coerentă, cu exemple.

Și ea e la fel de sinceră ca a ta.

Al doilea: o să ți se ceară dovada

Exact dovada pe care, dacă ai citit până aici, știi că n-o ai.

„Dă-mi un exemplu." „Când anume?" „Spune-mi o dată când te-am oprit să faci ceva."

Nu poți. Nu pentru că n-a fost nimic, ci pentru că lucrul ăsta nu e făcut din exemple, și despre asta a fost toată cartea.

Momentul ăla e periculos, și merită să-l știi dinainte. Pentru că dacă intri în cursa de a produce exemple, pierzi. Nu pentru că n-ai dreptate. Pentru că joci un joc în care regula câștigului e fix lucrul care îți lipsește.

Al treilea: s-ar putea să-ți pară rău

Mulți oameni ies dintr-o conversație din asta mai nesiguri decât au intrat.

Au spus ce aveau de spus, au primit contra-povestea, n-au putut da exemple, și au plecat la culcare cu senzația că poate chiar au exagerat.

De-aia întrebarea „să-i spun?” nu e prima întrebare. E a treia sau a patra.

Prima e cea din capitolul următor, și e mult mai mică.

Ce poate fi, totuși, de spus

Dacă tot vorbești, atunci un singur lucru merită spus, și nu e o acuzație.

Nu „tu m-ai controlat”. Aia e o concluzie despre el, și o să fie contestată, pe bună dreptate sau nu.

Ci: de patru ani nu mai plec nicăieri fără să calculez.

Aia e despre tine. E un fapt. Nu se poate contesta, pentru că nu e despre el și pentru că singurul om care poate ști dacă e adevărat ești tu.

Ce face el cu propoziția aia îți spune aproape tot ce mai ai nevoie să știi.

Un om care se oprește și întreabă ce vrei să spui e un om cu care se poate vorbi.

Un om care îți explică de ce nu e adevărat ți-a dat, în secunda aia, răspunsul la o întrebare mult mai mare.

CAPITOLUL 13

Dacă te-ai recunoscut

N-am să-ți spun ce să faci. Nu pentru că nu știu, ci pentru că dintr-o carte nu se face treaba asta, și orice aș scrie aici ar fi prea devreme pentru tine.

Îți spun un singur lucru, și e cel mai mic dintre toate.

Mai ia un dicționar în casă.

Un om. Unul singur. Cineva din afară căruia să-i poți povesti ce s-a întâmplat, fără să te cenzurezi, și care are voie să-ți spună că ți se pare.

Nu ca să te scoată de nicăieri. Nu ca să decidă în locul tău. Doar ca să existe, în lumea asta, încă o versiune în afară de cea din casă.

Pentru că tot ce ai citit mai sus funcționează pe un singur combustibil, și combustibilul ăla e singurătatea. Un om care are un martor nu poate fi convins, în ani, că nu știe ce a trăit.

Cine poate fi omul ăla

Nu trebuie să fie cineva înțelept. Nu trebuie să fie cineva care a trecut prin asta. Nu trebuie să știe ce să-ți spună, și e chiar mai bine dacă nu știe.

Trebuie să fie cineva care îndeplinește o singură condiție: **să nu aibă nimic de câștigat din versiunea pe care o alegi.**

Asta exclude, de obicei, familia celuilalt. Uneori exclude și prietenii comuni, nu pentru că ar fi rău

intenționati, ci pentru că au de pierdut dacă ceva se rupe, iar un om care are de pierdut ascultă altfel fără să vrea.

Poate fi o prietenă veche. Un frate. Cineva de la muncă pe care îl respecti. Un om dintr-un grup. Un terapeut, dacă e momentul.

Nu contează cine. Contează să existe cineva, undeva, care a auzit **toată** povestea, nu o bucată.

Bucățile fac rău. Sora lui Carmen a primit o bucată și a răspuns rezonabil la bucata aia, iar răspunsul ăla a închis ușa pentru un an și jumătate.

Dacă nu există niciunul

Se întâmplă. E chiar frecvent, și e logic: oamenii au dispărut de la margini, exact cum scrie la întrebarea despre ceilalți.

Atunci lucrul care se poate face e mai mic și mai ciudat, și îl spun deși

știu cum sună.

Scrie. Nu un caiet ca al lui Carmen, care era o apărare. Altceva: scrie ce ai trăit, la persoana a treia, ca și cum i s-ar fi întâmplat altcuiva.

Schimbă numele. Schimbă orașul. Scrie-o ca pe o poveste despre un om pe care nu-l cunoști.

Și pe urmă citește-o a doua zi.

E cel mai apropiat lucru de un martor pe care îl poți produce singur, și funcționează din același motiv din care funcționează întrebarea pe care o pun eu în cabinet, aceea cu povestea surorii tale: pe altcineva îl apărăm. Pe noi ne judecăm.

De ce e cel mai greu lucru pe care ți-l cer

Pentru că e exact lucrul care s-a oprit primul.

Dacă te-ai uitat la lista din capitolul nouă, prima întrebare, probabil ai

văzut deja: aproape tot ce s-a oprit
avea legătură cu oameni.

Nu e o coincidență și nu e o decizie
a ta. E felul în care funcționează
lucrul ăsta. Lumea se face mai mică
de la margini, iar la margini sunt
mereu ceilalți.

Așa că propoziția asta, care sună a
nimic, e de fapt tot ce am de spus:

**Sună pe cineva cu care n-ai mai
vorbit de doi ani.**

Nu ca să-i povestești. Doar sună-l.

CAPITOLUL 14

Siguranța vine prima

Capitolul ăsta e scurt și e același din cartea dinainte, pentru că nu se schimbă.

Dacă în ce ai citit mai sus apare și altceva, atunci nimic din restul cărții nu se mai aplică. Amenințări. Lucruri distruse. O ușă blocată. O mână pe tine, oricât de o singură dată.

Nu se lucrează la relație. Nu se caută înțelegerea. Nu se face terapie de cuplu, fiindcă într-o cameră în care unul se teme de ce urmează acasă, o discuție în trei nu

e ajutor, e risc.

Primul pas nu e despre iubire,
despre credință sau despre cine are
dreptate. E despre un loc sigur.

ÎN TRUSĂ

Numerele.

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**.

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

Înceiere

Cartea dinainte se termina cu o propoziție pe care o repet aici, pentru că abia acum e întreagă.

Alege să crezi. Și ține ochii deschiși.

Atunci am scris că nu sunt lucruri care se bat cap în cap. Acum am o sută de pagini care explică de ce.

A crede în cineva înseamnă a crede că e mai mult decât ce vezi, pentru că așa e, la toată lumea, mereu. Fără alegerea aia nu se poate trăi lângă nimeni.

A ține ochii deschiși înseamnă altceva. Nu înseamnă a verifica, a căuta semne, a ține un caiet.

Înseamnă atât: să-ți rămână lumea la fel de mare ca la început.

Dacă se face mai mică, an după an, în aceeași direcție, și dacă într-o zi te auzi descriindu-te cu cuvintele cuiva, nu mai e nevoie de nicio dovadă și de niciun exemplu.

S-a întâmplat ceva.

Chiar dacă nu poți spune ce, chiar dacă n-a fost nicio zi anume, chiar dacă din afară sună a nimic.

Ce las aici

Dacă ai citit cartea asta și nimic nu s-a potrivit, închide-o liniștit. Se poate ca nimic din ce scrie aici să nu fie despre tine, și ăla e cel mai bun rezultat posibil al unei cărți ca asta.

Dacă s-a potrivit o bucată, dar nu toată, nu face din bucata aia un verdict. O carte se scrie cu tiparele îngroșate, ca să se vadă. Viața nu e

îngroșată, și aproape nimeni nu
încapă întreg într-o descriere.

Iar dacă s-a potrivit mult, atunci
singurul lucru pe care ți-l cer e cel
mai mic din toată cartea.

Nu să hotărăști. Nu să pleci. Nu să-i
spui.

Să nu mai fii singurul om care știe.

*Nu ai nevoie de un
exemplu ca să ai
dreptate. Uneori
dovada e tot ce
lipsește din viața ta,
nu ce s-a adăugat în
ea.*

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.

O notă despre mine

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

Poveștile din cartea asta sunt compuse. Sunt adunate din mulți oameni, schimbate și recroite anume ca nimeni să nu poată fi recunoscut. Dacă ți s-a părut că recunoști pe cineva, înseamnă că tiparul e mai răspândit decât ne place să credem.

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 e urmare a unei alte cărți, «Ce nu se vede», și adâncește partea ei de la final. Acolo am scris despre un nevăzut care e condiția oricărei legături între doi oameni: nu putem ajunge în interiorul celuilalt și alegem, de aceea, să credem. Aici e vorba despre altceva. Despre un nevăzut care nu vine de la sine, ci se face. Trei lucruri se fac nevăzute într-o relație, încet și fără martori: unde ești, ce s-a întâmplat, și cine ești. Despre ele sunt trei povești și, după fiecare, ce am înțeles.

Poveștile sunt compuse. Cifrele și numerele de telefon sunt verificate. Restul sunt observațiile mele din cabinet, și sunt scrise ca atare.



Florentin Iordache · alături de tine

florentiniordache.ro

© 2026 · ediția întâi



*În cartea dinainte, nevăzutul
era o condiție. Aici e o
lucrare, și are un meșter.*

Florentin Iordache

florentiniordache.ro