

1

Viața mea, drumul meu

„Nu există decât două moduri de a ne trăi viața.
Primul, ca și cum nimic nu e un miracol, iar al
doilea ca și cum totul ar fi un miracol.“
– Albert Einstein

Mă numesc Myriam și am 87 de ani. În fiecare zi, soarele răsare, iar eu mă îndrept spre propria renaștere. Povestea mea e cea a unei vieți care trebuie spusă și transmisă mai departe. Înainte de a începe să aprofundez subiectul memoriei celulare, înainte să dau cuvântul tuturor persoanelor pe care le-am întâlnit și pe care le-am însoțit în drumul lor spre vindecare – și care m-au ghidat la rândul lor – aș vrea să îți vorbesc puțin despre mine. Dacă ai citit „Corpul nu uită”², poate că te gândești să sări peste acest pasaj, fiindcă știi deja detaliile. Însă viața și, înainte de toate, propriul corp au adăugat de-atunci episoade prețioase ce reprezintă tot atâtea pietre de temelie ale sentimentului de acceptare senină pe care îl simt în străfundurile sufletului.

În fața tuturor acestor evenimente înlănțuite care au avut un ecou, sunt pe zi ce trece din ce în ce mai convinsă: sensul vieții rămâne mereu acolo, sub ochii noștri, în esența materiei. Seamănă cu puzzle-ul unei investigații întinse pe parcursul a 87 de

² *Corpul nu uită: vindecarea traumelor profunde din inconștient*, Editura Phi-lobia, colecția Sănătatea, 2019. (n.tr.)

ani... Să punem piesele cap la cap și să ascultăm ritmul vieții, cel al valurilor care vin și se duc. În mijlocul acestei învălmășeli de suferințe și bucurii, eu evoluez.

Mă numesc Myriam. La doi ani, mi-am pierdut mama, care s-a stins în urma unui cancer la vârsta de douăzeci de ani. Într-o bună zi, mi-am dat seama că nu o mai văd prin preajmă. Nimeni nu mi-a explicat lipsa ei. Cu ce greșise să dispară așa? De mama, plină de căldură și de iubire, îmi amintesc cum își întindea mâinile spre mine ca să mă ia în brațe și cum mă linișteam. Mai văd și o fântână și un loc mic și primitiv și, când mă gândesc la această scenă, am o senzație plăcută, ca și cum m-ar gădila cineva, o senzație la nivelul stomacului.

Și-apoi... Apoi nimic. Doar un gol de gheață în jurul meu. Un tată indiferent, o bunică austeră și o mătușă ostilă. Și, pretutindeni, o tăcere de moarte, care spune foarte multe. Spune multe? Nu-mi dau seama ce anume. Nu știu nimic despre moartea mamei. Nu știu nimic despre cum am venit pe lume.

Timpul se scurge în acest univers rece. Am șapte ani și sunt și acum micuța Myriam, care nu se simte bine deloc. Sunt trimisă la pension și am sentimentul că toți vor să scape de mine. Nu știu de ce îi deranjez, dar chiar îi deranjez. Nu-mi găsesc locul. De-a lungul anilor, mi se întipăresc în corp o mulțime de mesaje nespuse și de nerostit. Maltratasem un animaluț și îmi ziseseră că sunt „rea“. Aveam o furie care îmi străbătea tot corpul. Nu eram conștientă de ea, însă propriile mâini o cunoșteau. Pisićuța aceea avea o mamă, iar eu nu... Furia se amesteca cumva cu iubirea. O strânsesem atât de tare încât murise. Aveam atâta iubire de oferit, doar că nimeni nu o voia... Fusesem nevoită să îmi exprim furia în fața acestui animal care se încălzea sub burta mamei lui. Nu era abandonată. Asta nimeni nu o spunea. Și nimeni nu o înțelegea. Așa că aveau fără îndoială dreptate. Sunt o fetiță rea, care își poartă nefericirea cu ea când întinde brațele ca să primească puțină căldură. Deranjez.

Am douăzeci de ani și sunt tot Myriam, care umblă prin viață cu același corp care integrase în propria carne moartea mamei și privirea rece a mătușii. Corpul meu și cu mine: sunt deja sufocată de amintiri, însă încerc să mă conving că totul a rămas acum undeva în urmă. Așa că supraviețuiesc străbătând valurile vieții, cu senzația aceea de gâdilătură în stomac. Când simt căldura plăcută care o însoțește, o revăd pe mama, revăd fântâna, revăd locul acela mic și brusc am certitudinea că totul se va estompa, va dispărea, ca să facă loc universului de gheață care mă înghițise brusc. Cu toate acestea, încerc să îmi înving teama în momentul în care îl întâlnesc pe bărbatul vieții mele: este pilot. Hazardul – pe care l-am putea considera și destin – ne conduce unul către celălalt: câștig un bilet la tombolă, care îmi permite să fac botezul aerului. Nu trebuia să se afle acolo, dar își înlocuia un coleg bolnav. Și iată-ne față în față. Îndrăgostiți. Ne logodim. Rochia de mireasă e atât de frumoasă! Abia aștept să ne începem viața în doi. Sunt plină de căldura care îmi lipsise atât de mult, așa că sărbătoarea putea să înceapă.

Dar nu, nu am dreptul la asta. Sună telefonul și sunt anunțată că logodnicul meu s-a sinucis. Mi se spune brutal că avionul pe care îl pilota, un Mystère IV, se prăbușise. Să fi fost vorba despre hazard? Nu cred. Îmi pierd vocea. Nu mai pot să vorbesc.

Și regăsesc din nou golul acela înghețat din mine. Nu am dreptul la fericire și căldură. *Adu-ți aminte, ești o fetiță rea. Ni-meni nu te vrea... și în niciun caz viața.* Mai mult ca sigur că e vina mea, ceva ce rezonază cu tăcerea glacială care îmi înconjurase întreaga copilărie. Ce înseamnă această tăcere? Habar nu am, dar știu că nu mai vreau să trăiesc și să fiu sclava fricii. Mă hotărâsc să intru la carmelite³. Nu cred în nimic, doar caut să văd ce anume vrea să-mi spună destinul.

³ Ordin contemplativ călugăresc catolic, cunoscut prin austeritatea sa. (n.tr.)

Ordinul Carmelit este unul dintre cele mai stricte. Vorbirea nu este permisă, iar adepții lui depun jurământul tăcerii. Între mine și destin, între Dumnezeu și mine, ce este? Și așa începe confruntarea. Din străfundul celulelor, aș vrea să îi spun: „Exiști cu adevărat? E momentul să îmi demonstrezi.“ Nu mă rog, nu intru în contact cu Dumnezeu și caut un sens în viață. Rămân acolo cinci ani nesfârșiți. Învăț să mă detașez și îmi recapăt forțele. Încerc să îmi pansez rănila ștergând cu buretele toate senzațiile de plăcere, cufundându-mă pe rând în toate ritualurile de la mănăstire. Ideea e să nu mai simt nimic. Să mă disipez și să ascult tăcerea.

Într-o dimineață, sentimentul de vid care mă cuprinsese este umplut de o nouă energie, care mă învăluie și mă încălzește din nou, având senzația că în mine crește ceva. Hotărâsc să plec de acolo. O apuc iarăși pe drumul meu. Cu o viziune nouă. E o energie cumva superioară, prezentă la orice pas. Nu vreau decât să o descopăr.

De data aceasta, voi „lupta“, voi „reacționa“... Teama și furia se transformă într-o dorință acută de a câștiga. Vreau să ocup locul pe care nimeni nu mi-l acordă. Plec în cucerirea vieții mele, îmi doresc să devin un soi de *wonder woman*, așa cum nimeni nu mă credea în stare. O să le-arăt eu tuturor cât de independentă sunt. La urma urmei, nu am nevoie de nimeni ca să reușesc. Mă angajez într-un spital, ca asistentă medicală. Mi se dau cele mai necalificate sarcini: să spăl, să curăț... Viața mi se împarte între urină și rahat. E o muncă infectă, însă în fața atâtor suferinzi, îmi dau seama că vreau să ajut și să le întind o mână: cred că e destinul meu, deși mă aflu abia la început de drum. Toată treaba asta m-a făcut să îmi deschid sufletul și să înțeleg că m-am născut să îi ajut pe alții.

„Ce frumos!“... ai putea spune. „Myriam, ți-ai găsit în sfârșit drumul!“

Să nu ne bucurăm însă prea repede: e doar începutul. Începutul începutului. Din menajeră, devin asistentă medicală. E un pic mai bine: analizez scaunele pacienților... Tot un fel de rahat... de altfel așa sunt și poreclită. Mă apuc apoi să studiez medicina, am un copil și sunt directorul unei firme: în sfârșit, am o „viață activă“. Bravo, Myriam! Ți-ai atins țelul! Ei bine, nu... Drumul chiar nu a ajuns deloc la capăt. Am avut nevoie de ani întregi ca să îmi dau seama că fetița care deranja, deși independentă acum, mai avea ceva de realizat în viața asta. Fiindcă sunt și acum micuța Myriam, de doi ani, așa cum sunt și tânăra Myriam, de douăzeci de ani. Și deși uneori nu vreau să îl aud, corpul meu știe foarte bine acest lucru. De altfel, dacă nu vorbește, o să mor. Ca bunica mea. După patru decenii de viață.

Imediat ce împlinesc patruzeci de ani, corpul îmi spune: „Dacă nu rupi tăcerea dintre noi, vezi că ai ajuns la capăt de drum.“ Carnea îmi vorbește prin cuvintele ei, unele de sânge. Mă trezesc la spital. Căldura și frigul fuseseră înlocuite de o durere intensă în străfundul stomacului... o durere de neimaginat. Cea a unui cancer ovarian. Mă scald în propriul sânge, iar medicii îmi mai dau doar un an de trăit.

Nu mai am senzația aceea caldă de gădilătură. Imaginea brațelor întinse a dispărut. Nu mai simt nici frigul înghețat emanat de tata sau de mătușa mea. Nici măcar nu mă mai tem.

Simt doar o durere imensă. Totul se prăbușește în jurul meu, așa „luptătoare“ cum credeam că sunt, cu reușitele și speranțele mele... Toate dispăruseră într-o baie de sânge.

Dacă trebuie să mor, atunci asta e... Dacă singurul sens al existenței este suferința, atunci să închei totul cât mai repede. La urma urmei, poate că acesta este destinul meu. Dar nu, nu e cazul. E doar un obstacol ivit în cale.

La spital, pe patul de moarte, vine la mine un maestru tibetan, trimis de o prietenă, care îmi pune o întrebare stranie: „Vrei

să trăiești?“ Închid ochii și-mi vine să-i spun nu. Să mă lase să mă scufund. Oricum, ce altceva să fac? Simțeam că încercasem tot ce fusese posibil ca să scap. Eram convinsă că deschiseseam toate ușile. De fapt, aveam să înțeleg mai târziu că nici măcar nu mă apropiasem de vreuna. În clipa aceea însă, chipul fetei mele mă împinge să ridic pentru ultima dată capul.

Mă gândesc la ea. La copilăria pe care am avut-o. Îmi spun că mi-e absolut imposibil să o las singură. Nu vreau să aibă un asemenea destin. Și mă aud spunând: „Da, îmi doresc să trăiesc“. Înțeleptul tibetan mă roagă apoi să îi promit ceva: „Dacă te vindeci, vei transmite mai departe tot ceea ce ai învățat.“ Șansele mele de supraviețuire sunt aproape nule, dar promit totuși, fără să-mi dau seama că sunt pe cale să îmi aleg în sfârșit propriul drum.

Maestrul îmi spune că mă va vizita în fiecare zi și că îmi va pune aceeași întrebare: „Vrei să trăiești?“, iar dacă răspund nu, va pleca. Îmi precizează și că va trebui să îi respect instrucțiunile, fără să pun întrebări.

În zilele care urmează, înțeleg că nu e deloc ușor să alegi sau să hotărăști să trăiești. Învăț tot felul de chestii despre corpul meu, acest „lucru“ pe care îl considerasem un simplu vehicul funcțional, care mă ajută să mă deplasez prin viață. Ghidul meu mă învață în fiecare zi să îmi ascult durerea. Mă îndeamnă să iau doze din ce în ce mai mici de calmante. În durere se găsește răspunsul, îmi explică el: corpul îmi vorbește, trebuie pur și simplu să învăț să îl ascult. Câteodată, durerea e atât de puternică încât simt că nu mai vreau să trăiesc. „Încearcă să revii la viață gășind sensul“, îmi repetă el. Și îmi tot repetă: „Găsește sensul, răspunsul se află în corp. Când te vei simți mai bine, vei transmite mai departe ceea ce ai învățat.“ Pas cu pas, îmi reiau drumul, mă iau la trântă cu viața și îmi privesc durerea în față. Învăț, accept să mă simt rău și îmi transpun în cuvinte trecutul. În cele din urmă, sunt de acord să *îmi* întind o mână... și iată ce văd.

Mă cheamă Myriam și am doi ani. Sunt un copil nelegitim, pe care toată lumea îl tolerează. Tatăl meu nu e tatăl meu. După ce mama moare, nu mă vrea nimeni. Deranjez. Sunt străina care lasă în urma ei o tăcere apăsătoare.

Fac această călătorie în propriul corp până la marginea suferinței... și găsesc alinare. Înțeleg de ce mă aflui acolo, așa cum se aflaseră și mama, și bunica înaintea mea, înainte să moară. Și, în ciuda tuturor așteptărilor, ies din spital.

Nu sunt însă vindecată, nici pe departe. Mai am de parcurs un drum lung. În plus, voi descoperi că drumul în sine e pasionant și că el dă sens vieții.

Maestrul meu m-a învățat ce înseamnă mentalul celulelor și cum se manifestă el. Mi-a povestit aventura conștiinței și experiențele lui Sri Aurobindo și ale discipolei sale, Mama. La ceva vreme, considerând că pot „să pornesc singură la drum“, a plecat, lăsându-mă să gestionez un enorm „șantier“. Într-o primă fază, m-am supărat că mă abandonase, eram chiar furioasă: încă o persoană care dispare după ce mi-a întins o mână. Doar că apoi, treptat, accept să îmi iau viața în piept, în sensul clasic al expresiei. Corpul meu și cu mine, mână în mână, aproape ca o renaștere. În fiecare zi, privesc lucrurile drept în față și, când nu vreau să le văd, știu că propriul corp îmi e prieten și ghid. Îmi vorbește, îmi spune ce e mai important, adică ce nu vreau să aud și ce nu am ascultat tocmai pentru a mă proteja. Știu acum că, în parte, acest lucru m-a distrus, aducându-mă în ghearele morții. Singură, doar eu cu mine, îmi pun în fiecare zi aceeași întrebare: „Vrei să trăiești?“. Și răspund da, deschizând bine ochii. Văd această durere „engramată“⁴, înscrisă în mine, în fiecare dintre celule: moartea mamei. O căldură care devine din ce în ce mai difuză, ca să lase locul înghețului. Am

⁴ Cu sensul de gravată, asemenea unui tatuaj în piele. (n.a.)

permis durerii să dea lecții propriiei memorii, corpul meu fiind plin de ea.

Văd toate încercările disperate pe care le-am făcut ca să găsesc un sens, ca să mă conving că există o fatalitate. Toți cei care m-au iubit au murit, orice tentativă de a comunica cu omul, cu Dumnezeu, a fost în van. Toate eforturile pe care le depusesem se sfârșiseră rău, prin boală sau eșec, deși avusesem convingerea că dacă mă lupt singură aveam să fiu „competitivă“, să nu semăn cu toate celelalte femei din familia mea.

Am înțeles treptat că atât timp cât nu mă eliberam de furie, de această voință de „a-mi lua revanșa“ și de a „spune nu vieții“, aveam să primesc tot ceea ce nu îmi doream: să mă scufund în fatalitatea pretinsului meu destin. Nu eram conștientă nici acum de forța drumului aflat undeva în interiorul meu.

Încă de la naștere, corpul îmi fusese alături și se numea Myriam. Toate celulele lui erau tot atâtea părți din mine pe care trebuia să le explorez. Iar această căutare era în sine un drum fabulos.

În etapa aceasta a istoriei personale, mi-am putut spune: „Uite, am descoperit ce nu merge, pot să o iau din nou pe drumul meu.“ Viața avea să mă conducă însă către un abis, în care să cobor și să explorez și mai profund materia.

„Dacă vrei să te vindeci de tot, trebuie
să îți vindeci amintirile corpului.“

– Mama

Am optzeci și doi de ani și sunt în continuare Myriam... Au trecut patru decenii de-atunci, de când trebuia să mor de cancer ovarian. Când aveam doi ani, mama murise fără ca nimeni să-mi spună nimic și fără să știu de ce. Corpul meu cunoaște perfect acest calendar familial. E gravat în propria-mi carne. Nu există

totuși fatalitate dacă știm să ne sprijinim pe el și să îl ascultăm. Așadar, am optzeci și doi de ani și mă trezesc într-o dimineață extrem de slăbită. Iată-mă din nou în spital, patruzeci de ani mai târziu... Verdictul nu e deloc surprinzător: hemoragie internă. Din nou, pierd sânge. Din nou, am un sentiment de furie. Și încep prin a spune nu. Nu vreau să fiu în spital! Nu am nevoie de nicio transfuzie! Refuz ca sângele unui necunoscut să îmi curgă prin corp. Și mă văd luptând, ca și cum propriul organism era un dușman, în condițiile în care el voia doar să îmi vorbească...

Repede, mult mai repede decât în urmă cu patruzeci de ani, accept situația. Sunt de acord să nu înțeleg și primesc cu bucurie mesajul pe care mi-l transmit celulele. Voi vedea ce încercă să îmi spună! Mi se face apoi o transfuzie. Și, în timp ce sângele unui necunoscut îmi curge prin vene, se produce încă un miracol. Sângele, „purtătorul sufletului“, îmi spusese maestrul meu tibetan. Brațele se deschid. Sufletul meu intră într-o comuniune cu donatorul. Viața circulă din nou, fiindcă acceptasem în sfârșit să primesc. Iar corpul mă ghidează ușor spre o stare de bine nemaipomenită. E ca și cum mi-ar fi spus exact în clipa aceea: „Ai învățat să oferi, foarte bine! Acum învață să și primești.“ Îmi amintesc și acum ce îmi spusese în urmă cu patru decenii înțeleptul tibetan: „Lasă-te purtată de ceea ce se află în tine, ceva mai mareț decât propria persoană.“

Țintuită pe un pat de spital la optzeci și doi de ani, aș fi putut să mă gândesc: „Iată că o iau de la capăt, evident, moartea e în sânge“ și să fierb în mine de furie din cauza acestei fatalități care revenea ca să mă conducă spre moarte. Doar că am reușit să trec dincolo. Evident, nu foarte departe, ci aproape, chiar în mine, în materia din care eram formată. În universul celulelor mele, pe care le-am ascultat. Viața avea pur și simplu încă un lucru să-mi spună, astfel ca eu să avansez pe acest drum al cunoașterii. Să primești și să oferi, nu asta înseamnă

dragostea? Nu aici găsim sensul vieții? Era momentul să mă abandonez darului care mi se făcuse. Prin această experiență de accesare a materiei, am descoperit că ascundeam în străfunduri un refuz. Spuneam „nu“ darului sângelui. Abia când m-am detașat am simțit că viața-mi revine în forță: cu cât coboram mai profund în materia opacă a propriului corp, cu atât mai multă lumină a cunoașterii mi se oferea și eram cu un pas mai aproape de iubire.

Micuța Myriam nu și-a terminat însă povestea. Viața îmi rezervă surprize și mă invită să le descopăr, până la final.

„Trecutul este un corp imens, al cărui prezent este ochiul.“

– Pascal Quignard, *Sur le jadis. Dernier royaume, II*

În condițiile în care mă aflasem adesea atât de aproape de moarte, credeam sincer că ajunseseam la capăt de drum. Ciclul vieții este însă infinit pentru cei care sunt dispuși să o asculte cu atenție. Da, am optzeci și patru de ani, iar viitorul este deopotrivă în urma și în fața mea. Nu știu dacă ai văzut vreodată celebra sculptură a lui Michelangelo, *Pietà*. Sfânta Fecioară ține în brațe trupul lipsit de viață al Fiului Său, dat jos de pe cruce. O superbă operă de artă. O poți privi și pur și simplu să îi admiri frumusețea. La fel de bine, te poți opri în fața ei ca să asculți vocea creatorului: Fecioara Maria este tot tânără și își ține în brațe copilul, care pare mult mai bătrân decât ea. În marmură, Michelangelo sfidează legile timpului și dă senzația că ne întrebă: „Unde începe totul? Unde e sfârșitul? Unde se află trecutul? Dar viitorul?“

Iar eu îi răspund: „În limbajul infinit al celulelor“. Ca să îmi înțeleg prezentul, mă cufund în trecut și primesc cu brațele deschise viitorul. Și iată că viața mă invită din nou să privesc în trecutul meu obscur. Corpul nu a terminat de vorbit. Am doi

ani și mama a murit. Nimeni nu îmi explică nimic. În jur, totul devine ostil, sunt un copil incomod. Micuța bastardă pe care nimeni nu o vrea. Dau vina pe familie, care m-a părăsit, și îmi învinovățesc mama, din același motiv. Doar că toată această furie, acumulată încă de la naștere, pe care o reprim și refuz să o iau în considerare, îmi face rău. Treptat, ajung să împlinesc patru ani și să îmi pierd încet vederea, până când nu mai văd deloc cu un ochi, contemplând peisajul propriei vieți doar cu jumătate de chip.

Au trecut de-atunci peste optzeci de ani și credeam că am epuizat subiectul în ceea ce privește corpul, înfruntând un cancer, după două spitalizări, evoluând puțin câte puțin, trecând probe după probe și transformându-mă într-o femeie independentă care „își trasează singură calea“.

Doar că drumul nu s-a terminat încă.

La optzeci și patru de ani, ochiul sănătos e atacat de cataractă – o chestie destul de frecventă la vârsta aceasta. Medicul îmi propune o operație, „rapidă și benignă“... Accept. Totul decurge bine. Ochiul nu tolerează totuși urmările intervenției și iată că retina mi se ascunde puțin câte puțin. La câteva zile, mă enervez îngrozitor și îmi cedează un vas de sânge, iar ochiul devine și mai slăbit. Ce aș fi putut să fac în fața acestei noi provocări? Un vas de sânge rupt, încă o hemoragie și încă o nenorocire se abat deasupra mea. În limbajul de zi cu zi am spune că aveam „ochii injectați cu sânge“ sau că „acumulasem atât de multă ură...“ Eu simt doar o furie uriașă. Aceași pe care o simțeam încă de la doi ani.

Înțelesesem foarte bine legătura între pierderea mamei și pierderea unuia dintre ochi. Fusesse un reflex *mental*, mult prea *mental*. Dar ce credea cu adevărat corpul meu? Ce informații voia să îmi transmită despre mine, nedescoperite încă? Ce vibrații eram capabilă să simt în străfundul propriilor celule?

Eu, care țineam atât de tare la independența mea, învăț acum să renunț la control: vederea îmi e atât de slabă încât sunt obligată să mă las ajutată de alții. Cu alte cuvinte, să devin dependentă.

Copleșită de furie, prima reacție este refuzul de a accepta realitatea. Eu, regina independenței, eu, incomodă de mică, fetița care voia să dispară, sunt îndrumată de propriul corp... să deranjez. Mărturisesc că mi-a fost greu să accept. Să învăț să deranjez, să învăț să depind de alții. Nu e deloc ușor să renunți într-un asemenea moment. Încă un pas către această acceptare, acest „da“ pe care ne e atât de greu să-l pronunțăm... Când ne confruntăm cu o provocare, într-o primă fază spunem „nu“: nu, nu vreau să îmi văd suferința; nu, nu e adevărat; nu, nu vreau să accept. Și putem alege să rămânem în negare, iar viața să ni se blocheze. Cadrul îngheață, într-o suferință înăbușită, care se amplifică. Și cu cât o înăbușim mai mult, cu atât se amplifică mai tare.

Cu toate acestea, putem alege să permitem suferinței să vibreze, iar dacă învățăm să o ascultăm, atunci acceptarea se poate transforma într-un pas către propria împlinire. După trecerea prin tunelul calvarului, un „da“ poate însemna că vedem în depărtare o luminiță și să simțim cum creștem. Apare apoi un fior de bucurie și eliberarea începe.

Și în această clipă a vieții mele, înțeleg: destinul meu este reprezentat de drumul pe care îl parcurg.

„Am împins firava poartă-ngustă, la intrare;
Am intrat și m-am plimbat prin mica mea grădină
Ce sclipea, în zori, în blânda soarelui lumină.
Câte-o umedă scânteie-avea oricare floare.

Neschimbate-s toate. Și totul îmi pare din nou ca-nainte...“

– Paul Verlaine, *După trei ani*

Din ziua aceea în care am împlinit patruzeci de ani, când m-am trezit la linia fină de demarcație dintre viață și moarte,

văd viața ca pe o grădină: grădinile nu sunt un loc fix pe care îl admirăm, ci o invitație la călătorie. Grădinile se transformă în permanență, sunt întotdeauna în mișcare, fiecare celulă a plantelor evoluează și prinde viață, apoi moare – și totul în jur murmură, spunându-ne că motivul existenței se află acolo, în materie. „Totul vibrează, totul se mișcă, nimic nu se află în repaus”⁵.

E imposibil să te simți cuprins de furie într-o grădină, nu-i așa? Ea este, pur și simplu. Îi place să fie, iar noi ne bucurăm să o vedem schimbându-se odată cu anotimpurile. Știm că arborii, mult mai bătrâni decât noi, au trecut prin atât de multe... Ei bine, corpul meu este identic cu grădina, e o prelungire a ei, este una cu ea, iar celulele care îl formează coincid cu celulele strămoșilor mei... E suficient să mă cufund în mine ca să aud ce au să-mi spună. Nu mai există nicio graniță între mine și natură, nicio frontieră între viață și moarte, nici între trecut, prezent și viitor, între mine și arborele meu genealogic. Sunt în Ființă.

Încetul cu încetul, am ajuns să conștientizez unitatea universului. M-am documentat profund și am testat diferite metode sau filosofii: kineziologie, psihologie, yoga, psihanaliză, hipnoză, psihogenealogie, ritualuri, religii... Toate au contribuit la formarea mea, fără să fiu însă pe deplin mulțumită. Aveam sentimentul că toate aceste căi îmi oferă pentru moment o soluție, fără să îmi rezolve totuși problema. Nu îmi dădeam seama cum să pun capăt șirului nesfârșit de repetări. Și nu-mi ieșeau din cap versurile melodiei lui Zazie: „Mă învârt în cerc...”

„Sunt un om obligat să reacționeze
Ca o greșeală a naturii,
Mă aflu pe pământ, fără alte motive
Și mă învârt în cerc..., da, mă învârt în cerc.“
– Zazie

⁵ Lege cosmică, *Kybalion*.

Ulterior, am avut încă o întâlnire care m-a ajutat să văd cum să opresc ciclul. Mi-am dat seama că înțelegerea în sine a procesului era un pas uriaș, doar că drumul nu se termina acolo. Senzațiile resimțite în carne îmi permiteau să pun capăt repetițiilor, prin intermediul materiei, al corpului. Întâlnirea a avut loc treptat. În perioada în care fusesem bolnavă, fără să-mi dau seama, maestrul tibetan m-a ajutat să lucrez în mentalul celulelor. Apoi, în 1974, ca să înțeleg cum procedase ca să mă vindece, mi-a cerut să citesc treisprezece volume scrise de o persoană căreia i se spunea Mama. Și-atunci am avut o revelație. Mama – sau Mirra Alfassa – își luase acest nume după ce alesese să își petreacă viața într-un ashram. Se născuse în Europa și se străduise fără încetare să înțeleagă de ce ființa umană se comportă întotdeauna după niște tipare repetitive, din care nu putea ieși. Înainte de a se stabili în India, a avut o revelație: „Gata, am descoperit! Trecerea se face prin corp.“ A plecat apoi, ca să își poată experimenta liber ideile. Vom discuta în capitolul 22 despre uluitoarele descoperiri ale Mamei și ale lui Sri Aurobindo, în special în ceea ce privește evoluția umanității.

Pornind de la învățăturile Mamei, am putut pune la punct o metodă prin care să îmi ajut pacienții să se descopere treptat, așa cum mă descoperisem și eu de-a lungul vieții. Ce bucurie să simt că m-am putut elibera din lanțurile memoriei ancestrale și să conștientizez că ființa umană poate să evolueze și chiar va evolua!

Această eliberare implică însă un îndelungat și lent travaliu de coborâre în materie. Treptat, trebuie să traversăm toate straturile succesive de protecție pe care ni le-am construit ca să nu „vedem“ adevărul. Semănăm cumva cu o ceapă, pe care nu avem niciun chef să o curățăm, fiindcă știm foarte bine că propriul corp va reacționa și va vorbi. De altfel, o și face. Ne doare spatele, stomacul, ne îmbolnăvim sau avem un sentiment de vid

imens, o tristețe latentă. De cele mai multe ori, oamenii apelează la mine fiindcă îi doare ceva sau pentru o suferință pe care nu o pot exprima. Cu toate acestea, sunt nehotărâți: „Vreau să mă vindec și nu prea...“, „Prefer să mă concentrez în continuare pe disconfortul pe care îl resimt“ (un pretext), „Am nevoie de această suferință ca să exist“, „Am sentimentul că trăiesc doar dacă mi-e rău, apoi îmi revin puțin, fiindcă în sinea mea «știu», însă fac imediat un pas în spate, ca să nu văd trauma din fundal“... Pe scurt, ne învârtim în cerc...

Mama spunea: „Ne naștem cu o mlaștină pe care trebuie să o asanăm, care precede venirii noastre pe lume.“