

Cel mai familiar loc

de Ana Trifan



Aproape de hotarul celui de-al patrulea deceniu de viață, dacă avem noroc, se întâmplă adesea să ne rătăcim. Și e atât de straniu. Mergi în fiecare zi pe același traseu, plătești în fiecare lună aceleași facturi, porți aceiași pantofi și aceleași angajamente, copiii cresc la fel de repede ca și până mai ieri, totul e drept și ca la toată lumea. Mai mult, ai tot ce ți-ai dorit dintotdeauna și, în doi ani, după ce scapi de ultimul credit, vei putea spune că ești un om fericit. Ba chiar o spui uneori.

Doar că, în acele momente, simți cum ceva uscat și sec face gălăgie sub coastele tale, acolo, înăuntru. Ca o pănușă de porumb care-și caută loc, purtată de vânt după strânsul recoltei. Și se face frig.

Omul pe care l-au creat părinții tăi a devenit model pentru alții. Și-a creat o familie, are o casă mare, masa mereu plină, admirația vecinilor și respectul colegilor. A mers pe drumul corect și regulamentar. Dar cum se face că s-a rătăcit?



Omul vine pe lume dependent de alți oameni. Prima experiență a sinelui se construiește în relație. Mult înainte să putem spune „eu”, există cineva care ne ține, ne hrănește, ne liniștește, ne privește. Sau nu o face. Familia devine primul nostru laborator, în care vom învăța cine suntem de la ceilalți. Așa, a fi cineva devine, la un moment dat, sinonim cu a fi împreună cu ceilalți. Și noi avem atâta nevoie să aparținem. Dar avem nevoie și să devenim noi înșine. Familia ne va cere permanent ambele lucruri. Uneori cele două vor fi compatibile. Alteori, nu.

Așa că vom face din prima jumătate a vieții o mare repetiție, cum ne-a avertizat Carl Gustav Jung.

Va fi una cât se poate de serioasă, însă, cu genunchi juliți, iubiri mari, copii adevărați și rate la bancă. Avem multă treabă în primii 30–40 de ani. Trebuie să învățăm regulile casei în care ne-am născut, apoi pe ale lumii în care am fost trimiși. Să aflăm ce aduce o îmbrățișare și ce face sprânceana mamei să se ridice. Vom afla destul de repede cât de tare avem voie să plângem și vom descoperi, nu fără

decepții, cât de furioși putem fi fără să pierdem iubirea. Va fi una dintre cele mai dure lecții, ce mai. Așa că o vom pune într-o cutie de nuc, furia, și o vom da la dos. Ne vom antrena, în schimb, toate puterile învățând ce anume trebuie să facem ca să avem loc, în fiecare seară, la aceeași masă. Copiii sunt elevi excepționali atunci când miza este apartenența.

Așa învățăm să fim cuminți, puternici, deștepți, invizibili, să nu cerem prea mult. Cei mai rebeli dintre noi, dimpotrivă, vor învăța să facă suficient zgomot încât să fie observați. Măcar uneori. Măcar când sunt răi. Învățăm cine suntem din ochii celor care ne privesc, iar toate aceste lecții se așază una peste alta până când ajungem să le spunem simplu: sunt eu.

James Hollis numește identitatea astfel construită în prima parte a vieții „personalitate provizorie”. Nu pentru că ar fi falsă sau pentru că tot ce am trăit până atunci ar fi o minciună, ci pentru că este, în bună măsură, omul pe care am fost nevoiți să-l construim pentru a intra în lume și a ne găsi un loc printre ceilalți. O bună parte din acest om va fi alcătuită din ceea ce Jung numea Persona: rolurile prin care devenim recunoscuți pentru lume și, încet, pentru noi înșine.



Fiica bună. Femeia pe care te poți baza. Soția care înțelege. Mama care știe unde sunt șosetele tuturor, cine trebuie dus la dentist și de ce copilul cel mare a trântit ușa. Bărbatul care nu se plânge, care aduce bani acasă și schimbă becul înainte ca cineva să observe întunericul.

Nu e nimic greșit în toate acestea. Avem nevoie de roluri pentru a trăi împreună și, poate mai mult decât oriunde, avem nevoie de ele în familie. Familia este un organism sensibil — fiecare învață locul celuilalt, se sprijină de el, și își reglează mersul după mersul celuilalt. Cu timpul, devenim atât de familiari unii altora, încât aproape că nu mai trebuie să întrebăm CINE va face CE. Știm deja.

Și tocmai aici, în cel mai familiar loc dintre toate, poate începe rătăcirea.

Pentru că există o diferență aproape nevăzută între a avea un loc și a rămâne captiv în el. Între a avea grijă pentru că iubesc și a nu mai ști cine sunt dacă nu am grijă. Știu că aparțin unei familii. Dar când și cum am ajuns să-mi măsoar întreaga existență prin funcția pe care o îndeplinesc în ea?

Familia este acasă. Este locul în care vrem să ne putem întoarce din lume și să lăsăm armurile jos. Ne așteptăm să fim recunoscuți fără să ne prezentăm și, poate mai mult decât orice, vrem să fim iubiți fără să purtăm una dintre acele măști-armuri. Tocmai de aceea doare atât de tare când, într-o zi, ne simțim străini acolo. Și iată-te acum căutând răspuns la întrebarea necruțătoare: cum să mă caut pe mine fără să-i pierd pe ai mei?

Pentru că nevoia de a aparține nu dispare odată cu vârsta. Doar își schimbă hainele. Fetița care a învățat că este iubită atunci când nu face probleme poate deveni femeia care ține liniștea în casă cu prețul propriei furii. Băiatul care a fost lăudat pentru că „e bărbat și nu plânge” poate deveni tatăl care știe să-și protejeze familia de orice, mai puțin de propria lui absență emoțională. Copilul care a primit un loc pentru că era de folos poate construi o familie întreagă în jurul utilității sale. Și douăzeci de ani mai târziu, să nu mai știe dacă este iubit sau doar necesar.



Ceea ce nu a încăput însă în această versiune a noastră nu dispare. Psihanalistul James Hollis, urmându-l pe Jung, ne duce spre Umbră. Numele poate induce în eroare dacă ne imaginăm acolo doar ceea ce este întunecat, agresiv sau rușinos în noi. În Umbra noastră ajunge și viața pe care nu ne-am permis s-o trăim pentru că nu se potrivea omului care trebuia să fim.

Acolo poate sta egoismul sănătos al celei care s-a împărțit ani întregi tuturor, ambiția celei care a învățat să nu ocupe prea mult loc, sexualitatea înăbușită de rolul matern, fragilitatea celui puternic. Și, neapărat, nevoia de singurătate a omului care își iubește familia. Acolo poate rămâne un „nu”

nerostit ani la rând sau dorința, aproape scandaloasă, de a închide într-o după-amiază ușa și de a nu fi necesară nimănui. Toate acestea pot conviețui cu iubirea.



Burnoutul familial se poate naște tocmai în acest spațiu îngust dintre două nevoi la fel de adevărate; nevoia de a aparține și nevoia de a exista ca individ. Arderea se întâmplă în locul orb în care nu vedem că, de fapt, negociem. Ne tot târguim cu noi înșine și cu cei pe care îi iubim: cât din mine pot păstra fără să risc apartenența? Cât pot ceda fără să mă pierd?

La mijlocul vieții, spune Hollis, începe adesea ceea ce el descrie ca „dizolvarea proiecțiilor”. Ceea ce până atunci părea o promisiune începe să-și arate limitele. Omul pe care l-am iubit nu ne poate salva de singurătate. Copiii nu pot da sens unei vieți în locul nostru. Iar familia pe care am creat-o nu poate repara, prin simpla ei existență, tot ce a rămas nerezolvat în familia din care venim. Nu pentru că acești oameni ne-au dezamăgit. Uneori nici măcar nu știau ce le-am pus în brațe.

Și apoi vine deziluzionarea. Nu neapărat pierderea iubirii, ci căderea poveștii despre ceea ce iubirea, asemenea unui bandaj fermecat, „trebuia” să facă pentru noi.

A murit fantezia, dar nu neapărat speranța.



Dacă te întrebi și tu acum: ce să fac cu asta? Vreau soluții. Dă-mi-le acum! — am să te rog să zăbovești.

Să găsești în tine puterea de a rămâne puțin aici, în acest loc al neputinței. Să nu umpli imediat golul, să nu reperi, să nu fugi. Pentru că nimeni nu poate să-ți facă tema în locul tău. Și nu te grăbi, te rog.

Primul impuls va fi, probabil, să reperi repede ceva. Să dormi mai mult, să pleci într-un weekend, să împărțiți mai bine sarcinile, să-ți iei vitaminele, să schimbi serviciul sau poate să mai faceți un copil, ca să „reînviați” relația. Uneori schimbările concrete sunt necesare. Dar înainte de toate acestea, poate merită să rămâi cu o întrebare: și dacă nu trebuie să mă întorc? Dacă omul acela și-a făcut treaba?

Dacă ceea ce numim criză a familiei nu este doar semnul că am obosit să ne ducem viața împreună, ci și că o anumită formă a vieții noastre a devenit prea strâmtă pentru ceea ce am devenit?

Atunci burnoutul nu mai este doar o pană de curent în casa familiei, după care trebuie să ridicăm siguranța și să aprindem iar toate becurile. Poate fi momentul în care, rămași pentru puțin timp în întuneric, observăm că în casa atât de familiară există încăperi în care n-am mai intrat de ani de zile.

Unele sunt ale celorlalți. Dar una dintre ele este doar a ta. Și din acel loc poate începe drumul înapoi.

Nu neapărat spre omul care erai înainte să fi obosit, ci spre omul care, o vreme, nu a mai încăput în viața atât de familiară pe care a construit-o.

Cu gând bun,

Ana