

CATHERINE GILDINER

TRAUME ASCUNSE

ELIBEREAZĂ-TE DE RĂNILE TRECUTULUI
CARE ÎȚI AFECTEAZĂ PREZENTUL

Bookzone
BUCUREȘTI, 2023



Celor cinci eroi ai acestei cărți

BOOKZONE

Nota autoarei

Aș vrea să le mulțumesc pacienților pe care urmează să-i prezint în paginile acestei cărți. Cei cinci clienți despre care va fi vorba provin din medii sociale foarte diverse, din culturi diferite și, încă și mai important, au temperamente foarte diferite. Laura și Madeline, situate în capete opuse ale spectrului economic, sunt amândouă niște femei dintr-o bucată, pline de ambiție și curaj. Danny m-a impresionat cu firea lui stoică, Peter, cu abilitatea lui de a ierta, iar Alana, cu puterea ei de a face față oricăror furtuni. Fiecare dintre ei este înzestrat cu trăsături eroice, pe care mi le-aș fi dorit și eu. Am învățat enorm de la ei despre tot felul de strategii de *coping* și mă folosesc des de învățămintele pe care le-am tras din experiențele lor. Fiecare dintre ei mi-a schimbat constituția psihică în bine.

Nu există un act de generozitate mai mare decât a-i împărtăși cuiva povestea vieții tale și, de aceea, le sunt infinit de recunoscătoare acestor pacienți. În schimbul încrederii pe care mi-au acordat-o, m-am străduit cât am putut de bine să le păstrez anonimatul. Era esențial să nu poată fi recunoscuți.

Cartea de față nu e destinată specialiștilor, ci publicului larg. Mi-am dorit să fac din ea o sursă de inspirație, dar am vrut să fie și un instrument de învățare. Am reconstituit conversațiile cu fiecare client din însemnările pe care mi le-am luat în timpul ședințelor. Dar, ca să scot în evidență adevărurile pe care voiam să le ilustrez și, totodată, să ascund identitatea pacienților, am făcut să fuzioneze mai multe persoane într-una singură, incluzând detalii din alte cazuri acolo unde mi s-a părut că ele pot să dea mai multă pregnanță unei observații psihologice. Fiecare caz a fost

transpus în formă narativă, așa că am pus mai mult accent pe unele detalii, pe când la altele am renunțat de dragul clarității.

Le mulțumesc tuturor că au acceptat să-mi împărtășească bătăliile lor personale și să le comunice și altora. Sunt sigură că Peter, muzicianul, a vorbit în asenti-mentul tuturor când a spus: „Dacă povestea mea ajută fie și o singură persoană care suferă, atunci va fi meritat s-o spun.”

Cu recunoștință,
Catherine Gildiner

ÎNCONJURATĂ DE IDIOTI

În ziua în care mi-am deschis cabinetul particular, m-am instalat cu satisfacție la birou. Înarmată cu lucrurile pe care le învățasem și convinsă de temeinicia regulilor pe care mi le însușisem, abia așteptam să primesc pacienți pe care să-i „vindec”.

Eram naivă.

Din fericire, nici nu bănuiam pe atunci câtă incertitudine domnește în psihologia clinică, fiindcă altfel poate că aș fi ales să fac cercetare, un tip de activitate în care aș fi avut control asupra subiecților și asupra variabilelor. În schimb, a trebuit să învăț să fiu flexibilă și să mă adaptez la informațiile noi pe care le aflam, puțin câte puțin, în fiecare săptămână. În acea primă zi, habar n-aveam că psihoterapia nu este intervenția salvatoare a psihologului care vine să rezolve problemele, ci întâlnirea dintre doi oameni, săptămână de săptămână, în încercarea de a ajunge la un adevăr psihologic asupra căruia să poată să cadă de acord.

Nimeni nu m-a făcut să înțeleg asta mai bine decât Laura Wilkes, primul meu pacient. Mi-a fost trimisă de un medic generalist care, în mesajul vocal, îmi spusese: „O să te pună ea la curent cu toate detaliile.” Nu știu cine era mai speriat – eu sau Laura. Eu abia mă transformasem dintr-o studentă în blugi și tricou într-o profesionistă cu bluză de mătase și costum de firmă cu pernuțe pentru umeri, din acelea ca de rugbist, cum cerea moda la începutul anilor 1980. Cum stăteam la biroul meu uriaș din lemn de mahon, ziceai că sunt o combinație între Anna Freud și Joan

Crawford. Din fericire, deși aveam douăzeci și ceva de ani, începusem deja să albesc, ceea ce dădea înfățișării mele o binevenită notă de gravitate.

Laura abia dacă avea un metru cincizeci. Avea o siluetă voluptuoasă, de clepsidră, niște ochi mari, migdalați și niște buze așa de pline, încât, dacă aș fi întâlnit-o treizeci de ani mai târziu, aș fi bănuțat că și le-a injectat cu botox. Avea un păr bogat, blond, cu șuvițe, care îi ajungea până la umeri, iar pielea de porțelan îi scotea în evidență ochii căprui. Machiajul perfect, cu rujul de un roșu intens, îi punea trăsăturile în valoare. Era șic în pantofii ei cu toc cui, bluza de mătase croită pe corp și fusta neagră, tip creion.

Mi-a spus că are douăzeci și șase de ani, e necăsătorită și lucrează la o firmă de brokeraj. Începuse ca secretară, dar fusese promovată pe o funcție din departamentul de resurse umane.

Când am întrebat-o cu ce aș putea s-o ajut, Laura a rămas multă vreme cu privirea ațintită pe fereastră. Am așteptat să-mi spună ce problemă are. Și am stat așa multă vreme, în ceea ce se cheamă tăcere terapeutică – o tăcere stânjenitoare, despre care se presupune că îl predispune pe pacient la mărturisiri. În cele din urmă, Laura a spus:

- Am herpes.
- Herpes zoster sau herpes simplex?
- Genul pe care-l faci dacă ești împutțit.
- Cel cu transmitere sexuală, am tradus eu.

Când am întrebat-o dacă partenerul ei știa că el are herpes, Laura mi-a spus că Ed, cu care era de doi ani, îi zisese că nu. Cu toate acestea, ea găsise în dulăpiorul lui de medicamente un flacon cu același fel de pastile care-i fuseseră prescrise și ei. Când am întrebat-o ce părere are despre asta, a reacționat ca și cum ar fi fost un lucru normal, în privința căruia n-avea ce face.

– Așa e Ed, mi-a zis ea. I-am făcut deja scandal. Ce altceva să mai fac?

Blazarea ei sugera că era obișnuită să fie tratată cu egoism și duplicitate. Mi-a zis că i se recomandase să vină la mine pentru că nici măcar cel mai puternic tratament medicamentos nu reușea să o scape de recidive, iar doctorul ei era de părere că are nevoie de ajutor psihiatric. Dar mi-a spus cât se poate de clar că nu vrea să facă terapie. Nu voia decât să scape de herpes.

I-am explicat că, la unii oameni, stresul e un factor declanșator puternic, provocând ieșirea virusului din starea latentă.

— Știi ce înseamnă cuvântul „stres”, mi-a zis ea, dar nu prea știu cum se simte. Nu cred că sunt stresată. Eu doar merg mai departe, croindu-mi drum printre toți idioții de care sunt înconjurată.

Până atunci trecuse prin viață fără s-o deranjeze mare lucru, dar a recunoscut că herpesul o zguduise profund, cum nu i se mai întâmplase niciodată.

La început am încercat s-o liniștesc, spunându-i că una din șase persoane cu vârste între paisprezece și patruzeci și nouă de ani are herpes.

— Și ce dacă? a răspuns ea. Suntem toți în aceeași cloacă împuțită.

Schimbând strategia, i-am zis că înțeleg de ce e supărată. Fusesse trădată de un bărbat care pretindea că o iubește. Pe lângă asta, herpesul îi provoca dureri atât de mari, încât abia dacă putea să stea jos. Cea mai dureroasă era însă rușinea; de-acum încolo, trebuia să le spună tuturor celor cu care se culca că are herpes sau că poate să-l transmită.

Laura era de acord cu mine, dar pentru ea cel mai rău lucru era că, deși făcuse tot ce-i stătea în putință ca să-și depășească propria condiție, acum se cufundase la loc în mocirla în care trăise familia ei dintotdeauna.

— Parc-aș fi pe nisipuri mișcătoare, a zis ea. Oricât m-aș strădui să mă smulg din nămol și mizerie, sunt mereu

trasă înapoi. Știu ce spun; era să-mi pierd și viața tot încercând să scap.

Când am întrebat-o despre familia ei, mi-a spus că n-are de gând să vorbească despre „prostiile astea”. Mi-a explicat că ea e un om practic și că vrea să-și reducă stresul, *orice o mai fi și asta*, ca să reușească să țină sub control herpesul acela dureros. Își făcuse socoteala să participe la o singură ședință cu mine, ca să-i dau o pastilă sau s-o „vindec” de „stres”. I-am dat vestea că stresul – sau anxietatea – poate fi uneori redus cu ușurință, dar că alteori se dovedește un adversar redutabil. I-am spus că trebuie să trecem prin mai multe ședințe ca să afle ce anume este stresul și cum se manifestă la ea, să-i descopere sursa și apoi să caute metode de a-l diminua. I-am zis că s-ar putea ca sistemul ei imunitar să fie atât de ocupat să lupte cu stresul, încât să nu mai aibă resurse să se lupte și cu virusul.

– Nu-mi vine să cred că trebuie să fac asta. Mă simt de parcă am venit să-mi scot un dinte și, din greșeală, mi-am scos tot creierul.

Laura părea scârbită, dar, în cele din urmă, a capitulat.

– Bine, programează-mă pentru încă o ședință.

Nu e ușor să tratezi un pacient care nu are deschidere spre psihologie. Laura nu voia decât să scape de herpes și, pentru ea, terapia era doar un mijloc de a-și atinge scopul. Și nici nu era dispusă să vorbească despre familia ei, fiindcă nu vedea ce relevanță ar putea să aibă.

În prima mea zi ca terapeut particular, se întâmplaseră două lucruri pe care nu le anticipasem. În primul rând, cum se putea ca femeia asta să nu știe ce e stresul? În al doilea rând, citisem sute de studii de caz, văzusem nenumărate înregistrări cu ședințe de terapie, audiasem zeci de prelegeri de psihoterapie, dar niciodată nu se întâmpla ca pacientul să refuze să prezinte istoricul familiei. Nici măcar când lucrasem în tura de noapte în spitalele de psihiatrie – unde sufletele pierdute erau practic internate în secțiile pentru cei pe care psihologii

îi considerau lipsiți de speranță –, nici măcar atunci nu auzisem să se opună cineva. Chiar și dacă spuneau că sunt din Nazaret, cum zisese o pacientă, și că părinții lor sunt Maria și Iosif, tot ofereau un istoric al familiei. Și iată că primul meu pacient refuzase! Mi-am dat seama că trebuie să respect stilul straniu de lucru pe care mi-l impunea Laura și să merg în ritmul ei, fiindcă altfel avea să plece. Îmi aduc aminte că mi-am făcut următoarea însemnare: *Prima mea sarcină e să stabilesc o conexiune cu Laura.*

Freud are un concept numit „transfer”, care se referă la sentimentele pe care le dezvoltă un pacient față de terapeutul său. În viziunea lui, transferul era piatra de temelie a terapiei. Contratransferul e ceea ce ajunge terapeutul să simtă față de pacient. În mulții mei ani de practică privată, am ajuns la concluzia că, dacă nu-ți place pacientul, dacă nu îți dorești cu adevărat să reușească, pacientul simte asta și terapia eșuează. Există o legătură chimică între pacient și terapeut pe care niciunul dintre voi nu poate s-o creeze în mod artificial. Poate că alți terapeuți văd lucrurile altfel, dar eu cred că se păcălesc singuri.

Aveam noroc. Nu mi-era deloc greu să o înțeleg pe Laura. Mersul ei hotărât, felul categoric în care vorbea și stilul pragmatic îmi aminteau de mine. Deși avea o săptămână de lucru de șaizeci de ore, urma și cursuri serale la universitate, luptându-se să avanseze câte puțin cu fiecare prelegere. La cei douăzeci și șase de ani ai săi, se străduia să obțină o diplomă în economie.

La următoarea noastră ședință, Laura a venit cu patru volume despre stres; erau pline de bilețele galbene. Trăgea după ea și un *flipchart* uriaș, pe care făcuse o schemă elaborată, în mai multe culori. Sus de tot scrisese: „Stres?????”. Dedesubt desenase mai multe coloane, dintre care prima era roșie și purta titlul „Nemernicii cu care am de-a face”. Erau înșirați acolo mai mulți „nemernici”,

organizați în subcategorii. Unul era șeful ei, Clayton; altul era iubitul ei, Ed; al treilea era tatăl ei.

Mi-a explicat că, acum că citise acele cărți, încerca să localizeze sursa stresului din viața ei. Lucrase la schemă toată săptămâna. Când am făcut observația că nu apărea niciun nume de femeie, s-a uitat la schemă cu atenție și a zis:

— Interesant. Ai dreptate. Nu știu nicio nemernică. Presupun că, dacă se întâmplă să întâlnesc vreuna, o evit pur și simplu sau n-o las să mă calce pe bătăturei.

Am spus că începem să ne apropiem de o definiție a *stresului*, așa cum îl resimte ea, și am rugat-o să îmi dea un exemplu, ca să înțeleg mai bine ce anume îi califica pe bărbații aceia să fie pe listă.

— Sunt oameni care nu respectă nicio regulă și care nici nu se sinchisesc să facă lucrurile să meargă, mi-a răspuns ea.

I-am spus că aș vrea să-mi fac o imagine despre viața ei de până atunci, mai ales din moment ce era și tatăl ei pe listă. Când a auzit, Laura și-a dat ochii peste cap, în culmea exasperării. Am insistat, întrebând-o care e cea mai vie amintire pe care o are cu tatăl ei. Mi-a răspuns imediat că e o amintire de când avea patru ani și căzuse de pe tobogan, tăindu-și talpa piciorului într-o bucată ascuțită de metal. Tatăl ei o luase cu gingășie în brațe și o dusesse la spital, ca să i se pună copci. În sala de așteptare, o asistentă s-a minunat de tăietura adâncă pe care o avea Laura și a lăudat-o pentru tăria de care dădea dovadă, îndurând totul fără să crâcnească. Tatăl ei a îmbrățișat-o și a zis: „Așa-i fata mea. Sunt mândru de ea. Nu se plânge niciodată și e tare ca piatra.”

Laurei i se transmisese un mesaj puternic în ziua aceea, unul pe care nu avea să-l uite niciodată: un mesaj de iubire și atașament, la care nu putea spera decât dacă dădea dovadă de tărie și nu se plângea. Când i-am atras atenția asupra ambiguității acestei declarații de iubire, Laura a zis:

— Toată lumea e iubită pentru câte ceva.

Era clar că noțiunea de iubire necondiționată – ideea că părinții te-ar iubi orice-ai face – îi era cu desăvârșire străină.

Când am întreat-o despre mama ei, Laura mi-a spus doar că a murit pe când ea avea opt ani. Pe urmă, când am întreat-o cum era ea, Laura a rostit doar două cuvinte, care mi s-au părut cam stranii: „distantă” și „italiancă”. Nu și-a putut aminti nici măcar un singur lucru despre ea. La insistențele mele, mi-a zis doar că, atunci când avea patru ani, mama i-a dăruit un cuptor de jucărie de Crăciun și că a zâmbit când Laura l-a deschis.

Nici cum murise mama ei nu știa prea bine. A trebuit să o îndemn să elaboreze.

— Fusesse bine de dimineață. Dar când m-am întors de la școală cu frații mei mai mici, nu am găsit prânzul pregătit, ceea ce era ciudat. Am deschis ușa camerei părinților și am găsit-o dormind. Am zgâlțâit-o și apoi am întors-o cu fața în sus. Încă mai am în fața ochilor urmele pe care i le lăsase pe chip cuvertura brodată. Nu l-am sunat pe tata, pentru că nu știam unde lucrează. Le-am spus fratelui și surorii mele să se întoarcă la școală. Pe urmă am sunat la 911.

Polițiștii îl găsiseră pe tatăl ei și-l aduseseră acasă cu o mașină de-ale lor.

— Au acoperit chipul mamei cu o pătură pe care scria *Proprietatea Spitalului General Toronto-Est*. Nu știi de ce am ținut minte asta, a zis Laura. Pe urmă au dus-o la parter pe o targă și cadavrul mamei a dispărut.

— Nu s-a ținut niciun priveghi sau o ceremonie de înmormântare?

— Nu cred. Tata a plecat și apoi s-a făcut întuneric, a trecut și ora cinei și nimeni n-a făcut nimic de mâncare.

Laura se gândise că e treaba ei să facă cina și să le spună fraților mai mici că mama lor murise. Surioara ei de șase ani plânse la aflarea veștii, dar singura reacție a

frățiorului de cinci ani a fost s-o întrebe pe Laura dacă ea avea să fie mama lor de-acum.

Rudele din partea mamei nu au venit la înmormântare și nici nu i-au ajutat pe copii.

— Mama nu a vorbit niciodată despre asta, dar, din comentariile aluzive ale tatei, am dedus că o dezmoșteniseră, a explicat Laura.

Mi-a zis că erau „italieni sadea”:

— Știi tu, genul care-și petrec viața umblând prin cartierul lor în țoale de doliu, plângându-și nu știu ce mort. Mama era singura fată într-o familie cu cinci băieți și, de la vârsta de zece ani încolo, nu mai avusese voie să iasă din casă. Trebuia să stea acasă, să gătească și să facă curat. Putea s-o însoțească pe mama ei la cumpărături, dar nu avea voie să iasă singură. Unul dintre frații ei trebuia s-o ducă și s-o ia de la școală în fiecare zi.

În ciuda stricteții cu care fusese crescută, mama Laurei rămăsese însărcinată la șaisprezece ani. Tatăl Laurei, un canadian de origine scoțiană, era, în ochii clanului italian, un neisprăvit de șaptesprezece ani care o lăsase grea. Frații ei l-au bătut până la sânge și l-au amenințat că-l omoară dacă nu o ia de soție. După ziua nunții, nimeni din familia ei nu a mai văzut-o.

Laura se născuse la cinci luni după nuntă, sora ei venise pe lume douăzeci de luni mai târziu, iar fratele ei, la un an după aceea. Am întrebat-o pe Laura dacă se ducea vreodată în cartierul italianesc ca să-și viziteze bunicii, dar mi-a spus că n-o interesa să-i vadă.

Mă întrebam dacă nu cumva mama Laurei suferise de depresie și dacă asta o făcuse indisponibilă din punct de vedere afectiv. Care femeie n-ar fi fost deprimată, dacă nu de-a dreptul traumatizată după ce trecuse printr-o copilărie sufocantă, dominată de bărbați violenți, și fusese dată de nevastă unui bărbat care nu o voia, care nu era nici el ce-ar fi trebuit să fie, care o abuza probabil fizic și emoțional, care

o pizmuia și o trata cu indiferență? Părinții o dezmoșteniseră și nu o iertaseră niciodată pentru rușinea pe care le-o adusese. Nu avea la cine să apeleze. Când am întreat-o pe Laura despre circumstanțele morții, bănuind o sinucidere, mi-a spus că nu știa ce se întâmplase. Din câte știa ea, nu se făcuse nicio autopsie.

Deși pare incredibil, în cei patru ani de terapie, singura amintire a Laurei cu mama ei avea să rămână cea cu jucăria de Crăciun. Pe parcursul acelor ani am pus-o să facă asocieri libere, să țină un jurnal despre mama ei, să-i viziteze mormântul – dar nu și-a amintit nimic în plus.

La următoarea ședință, ne-am întors la tatăl Laurei. Fusesse vânzător auto, dar rămăsese fără slujbă pe când era ea mică. Apăreau mereu probleme legate de alcool, jocuri de noroc și „neînțelegeri”. Deși era un blond chipeș, cu ochi albaștri, isteț și carismatic, începuse să coboare pe scara socială.

În anul de după moartea mamei, tatăl s-a mutat cu copiii în Bobcaygeon, la nord-est de Toronto. Laura avea impresia că încerca să scape de niște oameni din Toronto care voiau să pună mâna pe el, dar nu era sigură. Ca să facă bani, tatăl ei opera vara o rulotă de fast-food din care îi servea pe turiști. Sora și fratele ei se jucau în parcare în timp ce ea desfăcea sticlele de suc și servea cartofii prăjiți. Tatăl ei îi zicea „mâna lui dreaptă”. Trăiau într-un bordei din afara orașului, proprietatea unei familii care avea mai multe căsuțe modeste risipite prin pădure, în zone izolate.

Cei trei frați au început să meargă acolo la școală în septembrie, pe când Laura avea nouă ani. Când turiștii au plecat, și afacerea cu rulota s-a închis. Au cumpărat un reșou mic pentru căsuța cu o sigură cameră, ca să se poată înghesui în jurul lui. Laura își amintea că, la un moment dat, la ușa lor au apărut doi bărbați care au cerut bani pentru rulotă, dar tatăl s-a ascuns în baie. Laurei i-a revenit sarcina de a scăpa de ei.

Într-o zi, spre sfârșitul lui noiembrie, tatăl a zis că se duce până în oraș să ia țigări. Nu s-a mai întors. Copiii aveau numai două rânduri de haine și nimic de mâncare. Când povestea, Laura nu dădea semne de frică sau de furie, de fapt, nu manifesta niciun fel de sentiment.

Nu voia să spună nimănui că au fost abandonați, de teamă să nu fie duși la orfelinat, așa că s-a ocupat ea de sarcinile de zi cu zi. Cabanele acelea, care se aflau în inima pădurii din Lake Country, erau ale unei familii cu trei copii. Mama, Glenda, se purtase frumos cu Laura când fata se jucase cu fiica ei, Kathy. Tatăl, Ron, era un om tăcut, care avusese deseori bunătatea de a-l lua pe fratele de șase ani al Laurei, Craig, la pescuit cu fiul său.

Tracy, sora mai mică a Laurei, „se smiorcăia întruna”, după cum a zis Laura cu multă iritare. Tracy voia să se ducă la ușa Glendei și a lui Ron, să le spună că tatăl lor fusese răpit și să-i întrebe dacă pot să locuiască la ei.

Spre deosebire de frații ei mai mici, Laura știa că tatăl lor îi abandonase.

— Era prins la înghesuială, nu mai știa pe unde să scoată cămașa. Datora bani și cine mai știe ce, a zis ea.

După moartea mamei, de câte ori copiii nu erau cuminiți, tatăl lor îi amenința că-i duce la orfelinat, iar Laura își dăduse seama că nu era o amenințare goală. A înțeles că e treaba ei să facă lucrurile să meargă. Când am întrebat-o cum o făcea să se simtă faptul că fusese abandonată, s-a uitat la mine de parcă aș fi fost melodramatică.

— Nu am fost *abandonați* propriu-zis. Tata știa că sunt și eu acolo și că pot să mă ocup.

— Erai o fată de nouă ani, fără nicio lețcaie, singură în pădure. Tu cum i-ai zice? am întrebat-o eu.

— Presupun că ne-a abandonat, tehnic vorbind, dar trebuia să fugă din Bobcaygeon. Nu a vrut să ne lase. Doar că n-a avut de ales.

Mi-am dat seama în clipa aceea ce legată se simțea Laura de tatăl ei și câtă grijă avusese să se pună la adăpost de orice sentimente de abandon. Atașamentul e o tendință universală la oameni și la animale – e impulsul de a stabili o legătură afectivă cu părintele și de a ne simți în siguranță când părintele e de față. Laura nu-și amintea să fi simțit ceva la vremea respectivă; nu avea „sentimente”, ci „planuri”. Cu alte cuvinte, se lăsase în voia instinctului de supraviețuire. La urma urmei, avea de hrănit și de îmbrăcat doi copii mici în timpul unei ierni canadiene, în mijlocul sălbăticiiei. Laura lua în derâdere întrebările mele insistente despre felul în care se simțise atunci, sugerându-mi, nu doar o dată, că sentimentele sunt un lux pe care nu și-l permit decât cei care trăiesc în puf și nu sunt nevoiți, cu expresia ei, „să-și pună mintea la contribuție”.

Înțelegeam ce spunea Laura despre planuri și sentimente. Mi se întâmplase și mie să trec printr-o răsturnare spectaculoasă de situație, și atunci nu am avut timp să-și explorez sentimentele; nu am avut timp decât să acționez. Am crescut într-o familie înstărită, dar pe la începutul adolescenței mele, tata, care era un om incredibil de sensibil și care avea propria afacere, a început să dea semne de tulburare mintală. Am descoperit că avea o tumoare cerebrală inoperabilă. Când l-am sunat pe contabilul lui, mi-a spus că tata își pierduse toți banii. Deși eram încă la școală, a trebuit să-mi iau două joburi ca să contribuie la întreținerea familiei. La fel ca Laura, nici eu nu-mi amintesc să fi simțit ceva atunci. Nu mă gândeam decât la ce trebuie făcut ca s-o scoatem la capăt.

Pe la începutul muncii mele cu Laura, m-am alăturat unui grup de consultanță pentru profesioniști – un grup de psihologi care se întâlnesc ca să discute cazuri și să-și ofere sugestii unii altora – și am constatat cu surprindere că majoritatea colegilor erau de părere că nu o ajut suficient pe Laura să-și conștientizeze sentimentele, că mă lăsam

păcălită de „mecanismele ei defensive”. Mi-am dat seama că trebuie să-mi analizez felul de a gândi, ca să văd dacă nu cumva propria reacție la traumă îmi afectase abordarea terapeutică. Pe de o parte, colegii mei poate că aveau dreptate; pe de alta, îmi venea să-i întreb dacă se găsiseră vreodată puși cu spatele la zid, cum se spune, într-o situație în care ai enorm de pierdut dacă nu-ți îndrepti toată atenția spre circumstanțele în care te găsești. Nimic nu te face să te concentrezi mai bine decât nevoia de supraviețuire.

Cu toate acestea, nu puteam să neg că terapia mergea greu fără un acces real la sentimentele Laurei. Mi-am dat seama imediat că primul lucru pe care trebuia să-l fac nu era să-i interpretez sentimentele, ci să le accesez. De interpretat, aveam să le interpretez mai târziu.

În însemnările mele din prima lună, am rezumat situația astfel: *Am o clientă care nu vrea să facă terapie, nu și-o mai amintește bine pe mama alături de care a trăit totuși opt ani – lucru care nu s-a mai pomenit în literatura de specialitate –, care habar n-are ce e stresul, dar vrea să scape de el și care nu-și mai amintește ce a simțit când a fost abandonată. Am mult de muncă, e clar.*

Din felul în care îmi descria Laura necazurile prin care trecuse, era clar că nu se pierduse cu firea. Și-a dat seama că majoritatea cabanelor fuseseră deja curățate pentru iarna aceea, așa că ea și frații ei s-au mutat într-una dintre cele mai retrase, cu cele mai mari șanse de a rămâne închisă până la primăvară. Au luat și reșoul cu ei. Știa că trebuie să continue să trăiască la fel ca până atunci, fiindcă altfel avea să se dea de gol. Așa că mergeau pe jos aproape un kilometru și jumătate, ca să ia autobuzul. Laura vorbea despre tatăl său ca și cum ar fi fost la cabană și le-a spus fraților ei să facă la fel.

— Deci ați fost părăsiți într-o cabană la vârstele de nouă, șapte și șase ani, am comentat eu. Dacă e să căutăm evenimente stresante, ăsta sigur ar intra pe listă.