

Introducere

La un moment dat, cu toții ne confruntăm cu îndoieli, suferințe, eșecuri pe plan profesional, un gol în ceea ce privește relațiile sau cu singurătatea. Închistați în comportamente sau legături care nu ne convin, dar la care ne e greu să renunțăm, resimțim o acută lipsă de satisfacție, suntem deprimați, prinși într-o existență anostă, melancolică și fără bucurii. Viitorul este umbrit de temeri și de incertitudini. Nu putem găsi sub nicio formă o plăcere reală. Uneori, nici măcar nu mai avem sentimentul că existăm. Câteodată, disconfortul și suferința nu oglindesc sub nicio formă o incapacitate a noastră și nici greutățile personale, ci sunt rodul istoriei genealogice sau mai degrabă al modului în care această istorie continuă să se înscrie în noi prin intermediul felului în care vedem lumea și al convingerilor pe care le-am moștenit.

Trecutul – din care adesea știi doar câteva părți – este încheiat definitiv? Este oare posibil ca el să se manifeste și în viața ta actuală, determinându-te să repeți regulat (și în cel mai mic detaliu) situații conflictuale sau nefericite? Oare el te împinge să îți asumi roluri apăsătoare și să faci alegeri nepotrivite?

Dacă așa stau lucrurile, ce poți face cu această moștenire? Reprezintă ea o povară sau o piedică? Este o fatalitate sau depinde în întregime de felul în care o privești? Ar putea ea să se transforme într-un motor care să te ajute să te depășești pe tine însuși,

într-un suport pentru momentele în care ești cuprins de îndoieli sau într-un reper care să îți ghideze existența?

Încă de la naștere, raportul singular pe care îl ai cu lumea înconjurătoare este modelat de nenumăratele experiențe pe care le acumulezi, dar și de modul în care le integrezi, în maniera ta personală. Nu te naști însă „virgin”: faci parte dintr-un sistem familial și ești moștenitorul unei memorii transgeneraționale, înscrisă în propriile celule încă de când ai fost conceput.

De cele mai multe ori, nu suntem conștienți de legăturile care există între ceea ce trăim noi și maniera în care au trăit niște strămoși pe care îi cunoaștem foarte puțin sau deloc. E greu să ne imaginăm că un fir invizibil ne leagă de niște necunoscuți – în ceea ce privește felul în care iubim, în care muncim, modul în care ne trăim identitatea de bărbat sau de femeie, cel în care ne hrănim sau în care relaționăm cu ceilalți...

De foarte multe ori, terapia „clasică” reprezintă prima mișcare către rezolvarea acestor dificultăți. Anumite probleme totuși, provenite din arborele genealogic, sunt în continuare ignorate, iar adevărata origine a propriilor suferințe rămâne inaccesibilă.

Știm că moștenim trăsăturile fizice și genetice ale strămoșilor noștri, dar (uneori) și bunurile lor materiale. Aici vorbim însă de o cu totul și cu totul altă „transmitere”, mai exact despre evenimente, situații sau comportamente care se repetă de la o generație la alta într-un mod inexplicabil, uneori la aceeași vârstă sau chiar la aceeași dată. Și nu putem identifica aceste fenomene decât dacă ne privim trecutul dintr-o perspectivă mai largă, incluzându-ne și strămoșii.

La prima vedere, nu ne decidem în întregime destinul. Și atunci cine trage sforile? Căror persoane și căror „legi” ne supu-

nem când ne alegem o anumită meserie, un anumit partener sau când observăm în mod repetat că nu putem conviețui în cuplu, că nu ne putem urma vocația, că nu putem trăi în propriul corp, să ne bucurăm de viață, în felul nostru personal, fiind pur și simplu *noi înșine*?

Ne naștem în mijlocul unui mozaic complex, compus din bucurii, reușite, drame, regrete, abandonuri, trădări, cuvinte ne-spuse, secrete; un labirint în care poveștile de viață se intersectează în permanență. În acest rezervor imens de evenimente, de sentimente și de destine întretăiate, e posibil ca anumite episoade să nu își poată găsi locul, rămânând în suspans și continuând să se rostogolească din generație în generație. Ele sunt de neacceptat, fiindcă suferința și traumele pe care le declanșează sunt prea intense încât să permită integrarea, calmarea și vindecarea completă.

Uneori, purtăm în inconștient o parte din această istorie ne-terminată și avem sentimentul că rezonăm cu „absențele” din țesătura genealogică. Poate că înlocuim un unchi din partea bunicii, al cărui prenume îl purtăm, sau poate că avem sarcina să reabilităm un străbunic exclus din memoria familială fiindcă a avut un „comportament nepotrivit” ori o mătușă care „a fugit cu poștașul” și a cărei dată de naștere corespunde cu a noastră... Prin urmare, suntem condamnați să redăm aceleași situații de abandon, de eșec, de ruptură sau de prăbușire, într-o tragică piesă de teatru pusă neobosit în scenă, pe care am putea-o denumi „loialități familiale”.

Atunci când ne identificăm cu cineva din trecut, ne aflăm întrucâtva într-un spațiu psihic imaginar, iar destinul nostru pare să fie legat de cel al respectivului strămoș. Din cauza acestei fu-

ziuni psihice cu o altă persoană, pierdem contactul cu realitatea. Ne părăsim astfel locul în cadrul genealogiei și nu mai suntem capabili să reacționăm în mod corespunzător, fiindcă percepem lucrurile dintr-un punct de vedere care nu ne aparține. Adoptăm o anumită viziune asupra lumii, dar și convingeri însușite într-o epocă îndepărtată, fără să ne dăm seama, ca și cum am fi hipnotizați.

Adevărate principii cu care intrăm în contact, aceste convingeri ne vor ghida pașii și ne vor îndrepta în anumite direcții, limitându-ne orizonturile într-o manieră destul de drastică. Astfel, mituri familiale precum „Ce e bun nu durează niciodată mult timp” sau „Nu poți fi fericit în dragoste” nu ne impulsionează să credem în fericire și în materializarea propriilor dorințe.

Doar conștientizând aceste condiționări putem scăpa de ele. Obiectivul psihogenealogiei nu este neapărat acela de a curăța arborele genealogic de toate poveștile sale obscure și neterminate, nici de a elimina ca prin magie suferințele și lipsurile, nevrozele, compromisurile și nelegiuirile. Rolul ei este mai degrabă acela de a stabili la ce anume vrem să renunțăm definitiv și ce vom păstra și transforma, astfel încât să transmitem celor care vor veni după noi principii mai sănătoase. Nu suntem obligați să acceptăm totul și avem dreptul de a alege. De asemenea, trebuie să fim conștienți de tot ceea ce ne leagă, la nivel psihic, de trecut.

Într-adevăr, este foarte greu să curățăm ceea ce nu știm: nicio ruptură, indiferent cât de radicală ar fi, nu ne permite să ne debarasăm de ceea ce este înscris în subconștientul nostru. Prin necunoașterea trecutului sau prin subestimarea importanței lui,

riscăm să îl reproducem la nesfârșit. De asemenea, ignorăm faptul că eul nu este singurul care ne dirijează viața și că mai există ceva, la fel de activ ca voința conștientă: este vorba, bineînțeles, despre inconștient, indiferent că vorbim despre cel personal sau cel familial.

Originalitatea abordării transgeneraționale constă în faptul că ne permite să accesăm această dimensiune inconștientă a familiei, dintr-o perspectivă simbolică. Recombinând elementele astfel încât să identificăm o continuitate între trecut, prezent și viitor, le dăm un sens. Prin urmare, învățăm să construim o legătură, pentru a ne înțelege mai bine experiențele de viață, pentru a ne rescrie romanul familial și pentru a ocupa un loc care să ne pună în valoare și să ne permită, în sfârșit, să fim noi înșine.

Chestiunea referitoare la sens este una fundamentală, putând duce uneori și la confuzii. De fapt, există posibilitatea să ajungem să credem că istoria familială este o enigmă care ar trebui rezolvată în întregime ca să ne putem elibera de toate problemele; la fel de ușor este și să vedem în propriii strămoși cauza tuturor greutăților cu care ne confruntăm. Ideea nu e asta: nu din cauză că „strămătușa mea a fugit acum cincizeci de ani în lume cu poștașul” mă părăsesc toți partenerii. Sensul nu se află undeva în afara noastră. Putem face lumină doar din locul în care ne aflăm și în funcție de valorile în care credem. Așadar, este vorba despre un adevăr relativ, care nu ne va aparține nici odată doar nouă.

Evident, toate acestea ne obligă să ne schimbăm perspectiva, să ne rezumăm la o viziune simplistă și maniheistă și să facem câteodată reevaluări spectaculoase: un anumit personaj din arborele genealogic va coborî brusc de pe pedestal, dezbrăcat de

imaginea ideală pe care i-a conturat-o familia, în timp ce altul, exclus de generații întregi, își va găsi într-un final locul. Reabilitările, surprizele, descoperirile și renunțările fac parte din acest drum al punerii în lumină a trecutului nostru „interior“.

Locul pe care îl ocupi în arborele genealogic este unic: între trecut și viitor, la încrucișarea a două filiații. În orice moment, ai posibilitatea să creezi diferite legături cu propriii strămoși, „locuind“ cât mai bine acest spațiu care îți aparține. Așadar, putem găsi un echilibru echitabil între ceea ce marchează apartenența noastră la sistemul familial și ceea ce ne definește ca indivizi ce se luptă pentru libertatea personală și pentru realizarea propriului destin. Pe de altă parte, putem continua să ne supunem repetițiilor care ne împiedică să trăim, existând riscul să ne pierdem. Alegerea ne aparține întru totul.

Autoanaliză: cum îți trăiești locul pe care îl ocupi în familie?

Înainte de a merge mai departe cu lectura cărții de față, îți propun să îți faci un „inventar“ și să examinezi în detaliu cum te simți în locul pe care îl ocupi, în familia de origine.

De foarte multe ori, ne aflăm în acest loc fără să îl locuim cu adevărat, fără să conștientizăm tot ceea ce presupune, rolurile pe care le implică, mizele existente sau provocările la care ne invită. Unora le este imposibil să își imagineze, căci simt prea multă suferință, umilire, tristețe sau furie. Altora li se pare ceva abstract: „Mă aflu aici, dar nu-mi dau seama ce înseamnă asta“. De unde rezultă că locul în sine este trăit ca o fatalitate: „Oricum, așa stau lucrurile, ce sens are să discutăm despre asta?“ Câteodată chiar nu e nimic de spus, ca și cum locul ar fi în întregime gol, fără niciun fel de densitate: nici afecte, nici emoții, nici proiecte, ca și cum, de fapt, *nimeni* nu ar fi trăit acolo vreodată.

De asemenea – din tot felul de motive, bune sau rele, subiective sau obiective – uneori ne putem inventa singuri un alt loc: „Părinții mei sunt niște mon-

ștri, cu cât îi văd mai puțin, cu atât mai bine; nu am nimic în comun cu familia mea, nu am cum să provin *de-acolo*". În fantezmele noastre, ne alegem un alt loc, mai ușor, mai lejer, care să ne pună mai bine în valoare. Ne imaginăm că provenim dintr-o altă familie, din alt mediu, din altă rasă sau pur și simplu din altă filiație: una de care suntem mândri și cu care ne putem afișa. Pe cea reală o ignorăm, considerând-o inutilă, mediocră, toxică sau rușinoasă.

Să vizităm, așadar, acest loc fundamental.

Problemele de identitate

Într-o lume din ce în ce mai complicată, în care valorile care le-au permis părinților și bunicilor tăi să se definească sunt în plină schimbare, este extrem de important să te reconectezi la bază, să îți regăsești reperele interioare care îți vor permite să devii personajul principal al propriei vieți și al propriei istorii.

Provocarea este una destul de mare, fiindcă nimic din ceea ce există în lumea exterioară nu ne ajută cu adevărat. Trăim într-o societate în care performanța și profitul au devenit mizele principale și unde nu se mai pune aproape deloc accentul pe adevărata întâlnire cu sinele. Ca să ne „conformăm”, trebuie să avem un job strălucit, o poziție socială ridicată, bani, un cuplu funcțional, o sexualitate debordantă și copii fericiți. Cosmetizarea psihologică este la ea acasă.

Până aici, toate bune și frumoase...

Cultura noastră este fondată pe mitul persoanei căreia „îi merge bine”. Eliberată de suferință, și-a iertat părinții, îi tratează pe ceilalți cu amabilitate, își gestionează corect viața și se îndreaptă cu optimism către un viitor la fel de corect din punct de vedere psihologic.

Or acest mit întreține un profund clivaj al personalității, denotând în același timp neînțelegerea naturii umane. Individul este compus deopotrivă din lumină și din umbră. Nu ne-ar trece vreodată prin minte să negăm umbra soarelui, dar cu toate acestea, încercăm prin toate mijloacele să scăpăm de ceea ce ne deranjează, ne displace și ne îndepărtează de idealul „curățeniei psihice“. Trăim sub jugul valorilor „pozitive“ și al stării de bine obținute practic cu orice preț.

Suntem implicați într-o nesfârșită căutare a reușitei și a fericirii; cu toate acestea, trăim ca și cum nu am avea un asemenea ideal. Suferim în propriul corp, în cuplu și în relațiile cu ceilalți. Realizarea pe plan profesional se transformă pentru mulți oameni într-un teatru de război. Acest ideal de viață – așa-zis accesibil – ne obligă la o autoevaluare constantă, făcută în termeni de reușită sau eșec.

În cea mai mare parte a timpului însă, jucăm după aceleași scenarii, departe de a fi la înălțimea așteptărilor și visurilor noastre. Timpul trece, iar viața ne rigidizează din ce în ce mai mult în comportamente sau situații neplăcute și absurde (dar extrem de familiare), în care nimic nu seamănă cu ceea ce avem noi nevoie cu adevărat.

Cum se manifestă suferința și starea cronică de disconfort? Căci se pare că sunt prezente în toate laturile vieții, chiar dacă cel mai acut o resimțim în dificultatea de a *exista* pe deplin, prin și pentru noi. Iată despre ce vom discuta în primul capitol.

Nu știi cine sunt

Încă de la prima consultație, Christophe îmi explică ce problemă are: „Nu știi cine sunt.” Christophe este tânăr, de o mare finețe psihologică, visător și artist. Practică avocatura, dar nu e foarte entuziasmat: „Nu-mi place, dar în familia mea toți bărbații sunt avocați...” La una dintre ședințe, pe un ton monoton și lipsit de cea mai mică urmă de energie, îmi mărturisește cât de tare suferă. Tatăl și bunicul lui fuseseră „luptători”, iar la el în familie bărbatul are obligația „să reușească” într-o carieră strălucită. Christophe nu are însă nimic în comun cu cei doi și cu modul în care văd ei viața, cuplul și rolul individului în societate.

Christophe nu se poate identifica cu aceste modele mai degrabă extravertite, doar că nu mai reușește să se definească altfel. Simte că nu are o chemare reală pentru meseria lui, în care abia dacă se mai recunoaște. Are doi copii, dar îi e greu să se implice în viața de familie. Soția lui îi reproșează adesea că e „cu capul în nori”. Sentimentul de vinovăție pe care îl are fiindcă nu le-a călcat pe urme tatălui și bunicului, dificultatea de a-și îndeplini rolul de tată, de a ști cine este cu adevărat, de a-și găsi rostul pe plan profesional, imposibilitatea de a respecta cerințele familiei... toate înseamnă pentru el o problemă de nedepășit.

Ce poate fi mai dureros decât să ai sentimentul că nu poți fi tu însuși, să te simți pierdut, dezorientat și absent din sine? Dacă ar fi să ne raportăm la toate nivelurile ființei, acest vid poate deveni de netolerat, înghițindu-ne eul cu totul. Persoana respectivă trăiește, dar își ignoră complet nevoile ca să fie fericită și să simtă că există. Cine este ea și cum se poate defini? Ce cale ar trebui să urmeze? Nu reușește să investească în ceea ce este și nu se simte purtată de ceea ce o animă profund, fiindcă această dimensiune a sinelui îi este străină și nu o conștientizează.

Pentru o vreme, o poate lua pe urmele părinților: să se ridice la înălțimea așteptărilor lor, să se căsătorească, să aibă copii, să

muncească... În acest fel, reușește să joace un rol și să îi păcălească pe cei din jur, fără să creadă cu adevărat în ceea ce face. Este mai tot timpul cuprinsă de angoase și de teama de eșec sau se simte pur și simplu obosită, fără chef, deprimată, ca și cum ar fi din ce în ce mai departe de ea însăși.

Incapabilă să simtă în interior ce o motivează sau ce e important, persoana respectivă se închide cât mai ermetic în ea însăși și suferă fiindcă îi e imposibil să vorbească, să se transpună în realitate și să hotărască singură ce fel de viață vrea să aibă. Alegerile reale, cele care i-ar permite să fie „subiectul propriei istorii de viață”, rămân imposibile, iar implicarea ei se reduce la a se menține pe linia de plutire într-o existență care, pentru ea, chiar *nu are sens*. Cu alte cuvinte, nu știe încotro se îndreaptă.

Pentru cei care și-au construit viața identificându-se exclusiv cu modelele familiale, depresia și prăbușirea psihică reprezintă un pericol real. Ei reproduc uneori identic viața părinților, fără să își facă timp să își sondeze propriile dorințe, nevoi, unicitatea și un proiect de viață care să le aparțină. Există persoane pentru care această condiționare este atât de puternică încât *habar nu au că ar putea alege altceva...*

Nici femeie, nici bărbat

La prima vedere, Ariane este o soție fericită, care are „toate lucrurile la care poate visa o femeie”: un partener iubitor și grijuliu, care o ajută, copiii bine educați, un aspect fizic plăcut, bani și un job interesant. Există însă ceva fundamental, care o deranjează și o împiedică să trăiască: nu reușește să se simtă femeie. Nu înțelege „în ce constă acest lucru”. Nici măcar faptul că are copiii nu o ajută să își integreze dimensiunea feminină și să se asigure că nu e un bărbat. Unde e diferența? Nu reușește să își dea seama.

Mama ei fusese convinsă dintotdeauna că bărbații reprezintă ființele supreme. Evident, nu rostise ca atare aceste cuvinte, dar ele erau înscrise ca un filigran în inconștientul familial: femeia nu valorează nimic. Ea nu există.

Motivele invocate sunt numeroase, dar toate transmit același mesaj: doar bărbatul contează. În familia ei, femeile sunt considerate inferioare, astfel că își urăsc feminitatea, care le provoacă o rușine extremă. Cum ar putea o fată născută într-un asemenea context să își trăiască și să își aprecieze identitatea de femeie fără a se simți vinovată, inutilă și imposibil de iubit? Nu-i rămâne decât să trăiască pornind de la premisa că diferența dintre femei și bărbați nu ar exista. Această negare nu este suficientă ca să mascheze definitiv problema, care reapare astfel sub forma unui hău interior.

Anumite persoane nu sunt în relație cu propria identitate de gen. Mai exact, le este greu (sau chiar imposibil) să simtă pentru ce anume sunt femei, respectiv bărbați. Evident, la nivel *intelectual* o știu, doar că persistă în ele ceva neterminat, care le menține într-un teritoriu „neutru”. Această nedeterminare este experimentată mai ales în corp, care rămâne un teritoriu străin, amenințător, asupra căruia trebuie să păstreze controlul, dar în care nu trăiesc.

Ele oscilează așadar între tendința de a-și respinge propriul corp, cu care nu știu ce să facă, și obsesia perfecțiunii fizice. Mai presus de orice, își neagă adevărata dimensiune corporală, considerând-o periculoasă, rușinoasă, în sensul că nu merită să existe. Într-un final, se lasă păgubași în fața unei confruntări atât de dureroase.

Cuvintele și atitudinile părinților vizavi de gen și de sexualitate, dar și relația pe care o au cu propriul corp, au un impact

profund asupra psihicului copilului aflat în plin proces de dezvoltare. Vorbele devalorizante sau disprețuitoare ale părinților îl împiedică pe cel mic să se identifice cu propriul sex; ele contribuie la perpetuarea unui climat marcat de rușine și critică vizavi de tot ceea ce are legătură cu corpul, cu sexualitatea și cu genul. Uneori, copilul resimte totul ca pe o tragedie, fiindcă se naște fată într-o familie în care doar bărbații sunt apreciați sau invers; în alte cazuri, nu se face nicio diferență între sexe, ca și cum a fi bărbat sau femeie înseamnă același lucru...

Asemenea atitudini îl împiedică pe copil să se identifice ca bărbat sau femeie „în devenire”, ceea ce duce la ignorarea propriilor senzații și instincte. Câteodată, se ajunge la patologii mai mult sau mai puțin severe, care au legătură cu dimensiunea materială a existenței: anorexie, bulimie, dificultăți financiare sau sexuale, probleme de imagine...

În a doua parte a acestei cărți, vom vedea cum se transmite această negare și în ce măsură este o „problemă de familie”. Este vorba despre o moștenire primită de la generațiile anterioare, în condițiile în care părinții, bunicii și străbunicii considerau că, în general, corpul (și în special cel al femeii) este ceva diabolic: el trebuia împlânzit și ținut în lesă, dar și pedepsit. În majoritatea cazurilor, femeile erau total desconsiderate, iar diferența dintre sexe trecută cu vederea, susținându-se existența unui gen „asexuat”, care să se potrivească mai bine tuturor.

Nu valerez nimic, absolut nimic...

Julie are patruzeci de ani și, de cel puțin douăzeci, se luptă cu o imagine de sine negativă și devalorizantă, de care nu poate scăpa. Dotată, inteli-

gentă, plină de viață și amuzantă, nu își imaginează nicio clipă că cineva ar putea să o placă sau să îi aprecieze calitățile. După părerea ei, tot ceea ce are legătură cu ea este nul – și așa va rămâne. Niciodată nu va conta pentru nimeni. Cei din jur o conduc de la un eșec la altul și nimic din ceea ce face ea nu reușește să contrazică asta: „nu valorează pur și simplu nimic”. Încă de mică, Julie trăiește într-o lume imaginară, în centrul căreia se află doar ea și unde tot ea deține puterea. În schimb, în familia de origine, nu și-a găsit niciodată un loc propriu: părinții ei erau foarte tineri când a venit pe lume, fără să aibă deci maturitatea necesară ca să se ocupe de ea. O tratau ca pe un pachet, un lucru de care ar fi vrut să se descotorosească. Din punctul lor de vedere, să fie părinți însemna doar să asigure copiilor un minimum de confort material. De altfel, erau mirați de eșecurile lui Julie, convinși fiind că făcuseră tot ce se putea pentru ea.

Cum ai putea să revendici ceva când, în adâncul sufletului, simți că nu reprezinți mare lucru? Nu contează dacă ești prezent sau nu într-un loc și nimic din ceea ce faci nu poate schimba lucrurile.

Cei care se regăsesc în această categorie sunt convinși că nimeni nu le acordă importanță. Și chiar așa și este, *începând chiar cu ei înșiși*. Încredințați că viața i-a uitat, au senzația că nu sunt în stare de nimic și că nu vor ajunge să trăiască fericirea aceea la care speră și nici să își materializeze aspirațiile... Cel mult se pot refugia în propriile visuri, de unde este posibil să nu mai iasă niciodată.

Ca să simți că valorezi ceva, nu e suficient ca în copilărie să ți se fi asigurat hrana și adăpostul, ci trebuie să fi avut propriul loc încă din momentul în care te-ai născut. Chiar dacă nu totul a fost mereu idilic, cel puțin să fi simțit că faci parte din familie și că ai fost recunoscut ca atare. În cazul anumitor persoane, acest loc a

luat de la bun început forma unei *absențe*, din tot soiul de motive, pe care le vom analiza de-a lungul celorlalte capitole. Cu toate acestea, dacă nu îi acorzi unui copil locul lui unic, nu faci decât să îți reamintești tot timpul faptul că *nici tu nu ai avut unul*.

Vinovat de propria existență

Didier, un bărbat cu un deosebit simț al umorului, sensibil, intuitiv, înzestrat cu o inteligență fină și extrem de dezvoltată, se prăbușește la mine în cabinet, plângând. Suferă foarte tare și se simte tot timpul vinovat. După ce îi pun câteva întrebări, îmi mărturisește că nu își dă seama care este motivul. În plus, are tot timpul sentimentul că i se va întâmpla ce e mai rău, ca și cum ar merita să fie pedepsit. Este de profesie doctor și a fost dat în judecată de un pacient care îi impută o eroare medicală, de care el nu este însă responsabil. Este convins că, într-o bună zi, va plăti însă, într-o formă sau alta.

De-a lungul timpului, începem să ne dăm seama că pur și simplu îi e teamă să trăiască, ca și cum ar fi încă în viață pur și simplu dintr-o greșeală. În fond, de ce e vinovat? Pe cine nu a ascultat?

Știa că mama lui nu își dorise să rămână însărcinată și fusese aproape să își piardă viața la naștere; cu toate acestea, îl crescuse cu dragoste. Este oare suficient pentru a-l împiedica să trăiască?

Câteodată, ne simțim vinovați din simplul motiv că am venit pe lume. Indiferent că ne-am născut într-un moment sau într-un loc nepotrivit sau în circumstanțe în care ne-am pus în pericol părinții din punct de vedere fizic, financiar sau emoțional, rezultatul este același: suntem *convinși* că nu merităm să trăim, fiindcă din cauza noastră s-a produs un dezastru.

Să ieși în evidență, să reușești în viață și să te pui în valoare – toate ți se par sinonime cu pericolul, cu riscul de dispariție. Nu