

Frânt,

DAR VINDECAT

DANIEL RUSU

Frânt, DAR VINDECAT

O incursiune în mecanismele
traumei și vindecării

LETRAS
Promovăm autorii români

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

RUSU, DANIEL

Frânt, dar vindecat / Daniel Rusu – Otopeni: Letras,
2025

ISBN 978-630-312-580-0

159.9

ISBN eBook ePUB: 978-630-312-581-7

Redactor carte: Silvia Buzori

Copertă realizată de autor cu Adobe Firefly

Întreaga responsabilitate pentru conținutul acestei cărți
aparține autorului.

Copyright 2025, Daniel Rusu

Această carte este protejată de legea dreptului de autor.

Carte distribuită de www.piatadecarte.net

email: office@piatadecarte.com.ro

Comenzi la tel. 021 367 5228 // 0787 708 844

Pentru solicitări de publicare vă puteți adresa editurii,

pe mail: edituraletras@piatadecarte.com.ro

Editura Letras / www.lettras.ro

contact@lettras.ro

— *Dedicată celor aflați în suferință* —

Cuprins

Cuvânt Înainte	9
O fracțiune de secundă: Între Cer și Pământ.....	13

Capitolul I

Începutul schimbării: Întâlnirea cu fragilitatea vieții	19
Rugăciuni în șoaptă: Ecou între lumi.....	21
Mână întinsă: Paramedicii și Îngerii nevăzuți.....	25
Înapoi la esență: Privind în Sus din salonul alb	29

Capitolul II

Drumul parcurs: Privind înapoi prin oglinda credinței	41
Credința naivă și simplă: Icoane din copilărie	43
Fără Dumnezeu: Adolescența și rătăcirea în neant	54
Mândria și zeii falși: Când materialul înlătură Sacrul.....	61
Întâlniri ghidate: Dumnezeu lucrează prin Oameni	67

Capitolul III

Către un nou început: Credința ca fir al vindecării	71
Printre suflete rănite: Spitalul ca templu temporar	73
„Micile” miracole: Semnele nevăzute ale Divinității.....	99

Capitolul IV

Reconstrucția: Viața cu sens și Credință.....	105
Mâna nevăzută: Când Dumnezeu îți ghidează pașii	107
Partea I	107
Partea II	130
Valoarea Oamenilor: Oglindirea chipului Divin.....	171

Capitolul V

Reflexia Trinității: Ecoul cifrei trei în povestea mea	173
--	-----

Trupul ridicat din țărână: Medicina și Harul Fiului	179
Regăsirea: Psihologia și Înțelepciunea Tatălui	185
Renașterea: Credința și Îmbrățișarea Duhului Sfânt.....	189
Când rănile devin lecții: Trinitatea scrisă în destin.....	192

Capitolul VI

Anatomia transformării: O călătorie psihologică prin traumă și vindecare	197
Trauma și reziliența: Cum ne modelează durerea.....	199
Forme de apărare: Minciuna ca protector	203
Sindromul Salvatorului: Nevoia de a fi puternic	207
Frica de abandon: Impactul asupra relațiilor	211
Anxietatea și depresia: Închisoarea minții	215
Doliul: Călătoria prin pierdere și regăsire.....	219
Durerea psihosomatică: Când corpul plânge	223
Reprimarea emoțiilor: Suferința tăcută.....	227
Ritualuri și vindecare: Împăcarea cu pierderea.....	231
Psihologia Credinței: Rațiune și Spiritualitate	235
Identitate și suferință: Cine ești în durere	239
Nevoia de control: Trauma și iluzia puterii	243
Iertarea: „Povara” pe care o alegem.....	247
Reconstrucția sinelui: Cine devii după suferință	251

Capitolul VII

Mesaj pentru lume: În drum spre Acasă	255
Minunea mea: De la traumă la inspirație	259
Iertare și mărturisire: Revenind la o relație sinceră	267
Noul meu drum: De la superficial la Sacru.....	269
Trăind: A prețui fiecare zi ca pe un dar	271
Recunoștință: O viață trăită în Lumină	273
Viziune: Împreună în toate clipele	277
Postfață.....	281

Cuvânt Înainte

În mintea fiecăruia dintre noi se află o poveste. O narațiune tăcută, uneori inconștientă, despre cine suntem, ce merităm, de ce suferim și încotro ne îndreptăm. Chiar și când nu o spunem cu voce tare, o trăim zi de zi: *Eu sunt așa, Mie mi se întâmplă mereu asta, Viața mea e...*

Toate sunt fragmente din povestea despre sine, iar creierul nostru, fiind ancorat în rațiune, se odihnește cel mai bine în metaforă. Pentru că aceasta nu forțează ușa, ci o deschide timid. Este o cheie care transformă explicația în înțeles și înțelesul în trăire. Nu întâmplător, de când e lumea, toată înțelepciunea umană s-a transmis prin basme, mituri, proverbe sau simboluri. Inclusiv Iisus a ales să vorbească în pilde. Pentru că adevărul poate fi spus oricui, dar nu poate fi primit oricum. Când e oferit cu blândețe, atinge inimile. Când e rostit cu duritate, ridică ziduri.

Dar dincolo de religie, doctrină sau credință, învățăturile sacre ne vorbesc despre realități adânci ale psihicului omenesc. Psihologic, știm că suferința umană izvorăște din percepție: *nu din ceea ce este, ci din ceea ce credem noi că ar trebui să fie*. Suferim pentru că lucrurile nu se aliniază cu așteptările noastre. Pentru că trăim cu ideea că știm cum ar trebui să fie viața.

Ni se spune uneori, în termeni abstracți, că *sursa suferinței este dualitatea*. Că ne fragmentăm existența în bine și rău, în corect și greșit, în succes și eșec. Dar spus așa, pare o teorie complicată, rece și greu de acceptat.

Dar dacă în locul unei explicații raționale, am lăsa ca totul să prindă viață?

Dacă ar fi vorba doar despre doi oameni, un bărbat și o femeie, care trăiau în armonie? Care nu aveau nimic de ascuns și trăiau în pace cu sine și cu celălalt: *Adam și femeia lui erau amândoi goi și nu se rușinau.* (Geneza 2:25) Ei aveau libertatea de a mânca din orice pom aflat în grădina din Eden, însă din unul singur nu: *Iar din pomul cunoștinței binelui și răului să nu mănânci, căci, în ziua în care vei mânca din el, vei muri negreșit!* (Geneza 2:17) Până într-o zi, când au făcut ceea ce nu aveau voie, adică au gustat din fructul interzis: *Atunci li s-au deschis ochii la amândoi și au cunoscut că erau goi, și au cusut frunze de smochin și și-au făcut acoperăminte.* (Geneza 3:7)

Aceasta este imaginea pe care o numim *păcatul originar* - momentul simbolic în care începe fragmentarea: clipa în care conștiința umană a început să despartă viața în bine și rău, pierzând simplitatea existenței.

Dar poate că nu a fost o greșeală. Poate că a fost o alegere care ne-a transformat pentru totdeauna, una care ne-a învățat că, odată ce am cunoscut binele și răul, a început și freacă dual din interiorul nostru.

Cât de adânc ne atinge acest adevăr? Mai adânc decât orice explicație, pentru că nu are nevoie să fie demonstrat, ci doar trăit, recunoscut, simțit.

Această carte nu este *doar* o poveste. Nu este *doar* o simplă mărturisire. Este un testament al puterii umane de a supraviețui și de a găsi în suferință o lecție. Un ecou al fiecărui suflet care a iubit până la durere, care a pierdut până la uitare, care a căzut până la zdrobire și care, în cele din urmă, și-a găsit puterea de a se ridica, de a merge mai departe și de a renaște din propria suferință.

Este o călătorie profundă în inima durerii și a vindecării, o explorare psihologică a modului în care mintea umană răspunde la traumă, pierdere și vindecare. Prin exemple vii, dezvăluie mecanismele care ne modelează gândurile, fricile și puterea interioară. Arăt cum fiecare cădere poate deveni o lecție, iar fiecare rană un nou început.

Este și o reinterpretare a credinței în zilele noastre: nu ca o fugă din fața realității, ci ca un act conștient de curaj. O alegere de a trăi nu în frică, ci în lumină. De a găsi Divinul în toate clipele existenței noastre.

Așa că, dacă ai chemarea de a parcurge experiența în profunzime, nu doar pentru a înțelege, ci pentru a simți, te invit să pășești complet în această călătorie. Citește din scoarță în scoarță, cu inima deschisă și te asigur: la final, totul va căpăta sens.

Privește dincolo de cuvinte și întreabă-te cu blândețe:
Oare câte dintre aceste lucruri fac parte și din povestea mea?

Iar dacă vrei să te abandonezi călătoriei...

Atunci începe acum!

O fracțiune de secundă: Între Cer și Pământ

Era dimineața unei zile de toamnă târzie. Aerul încă purta amprenta verii trecute, dar temperatura scăzuse la aproximativ 12 grade, anunțând fără echivoc sosirea iernii. Cerul era acoperit de un văl subțire de nori, iar lumina soarelui abia reușea să străbată bariera cenușie. Străzile orașului păreau mai calme decât de obicei, toamna încercând să aștearnă liniște peste agitația cotidiană. O adiere răscolea frunzele uscate adunate pe marginile trotuarelor, purtând un miros amar de frunziș putrezit și pământ rece. Era un parfum care îmi trezea simultan o stare de melancolie și una de anticipație, ca un memento că fiecare sezon aduce o altă etapă, fie un început, fie un sfârșit.

Mergeam spre serviciu cu motocicletă, ca în atâtea alte dimineți. De obicei, vedeam în acea rută doar o cursă contracronometru printr-o junglă de mașini, claxoane și semafoare. Nu-mi mai păsa de plăcerea mersului pe două roți de foarte mult timp. Pur și simplu, motocicletă devenise un vehicul eficient și atât. Și totuși, atunci a fost altfel. Poate vremea, liniștea aparentă a orașului sau faptul că pornisem mai devreme decât de obicei, mă făceau să privesc drumul cu alți ochi. Simțeam un vag sentiment de bucurie, ca și cum o parte din mine se trezea dintr-un somn lung. Vântul îmi atingea obraji și fredonam un colind, un lucru ciudat la mijlocul lui octombrie, dar natural, ca o premoniție a iernii ce avea să vină și o rememorare tăcută a serilor luminate de instalația din brad și de aromele cozonacilor.

Motorul torcea liniștit sub mine, vibrațiile lui urcându-mi prin coloana vertebrală până în ceafă. Pe șosea, mașinile alunecau încet, purtând înăuntru povești, destinații și gânduri neștiute. Era agitația matinală a orașului, cunoscută, grăbită și abia suportabilă, însă nimic nu anunța haosul care se pregătea să erupă în mine. M-am apropiat de un semafor, culoarea s-a schimbat și odată cu ea fluxul rutier a prins viață. Trei benzi au pornit înainte. Eu mă aflu pe a treia, chiar lângă linia de tramvai. Una dintre acele intersecții aglomerate, cu mașini venind din toate direcțiile, cele din sens opus încercând să facă stânga și să ne taie calea, cele de lângă mine vrând să treacă primele. Exact ca într-un joc de coordonare, în care fiecare participant trebuia să respecte regula nescrisă a răbdării.

Primul șofer din coloana care voia să vireze prin fața mea a oprit, lăsându-mi impresia că înțelesese regulile jocului. Al doilea i-a urmat exemplul, întărindu-mi iluzia de siguranță. Dar al treilea... n-a mai oprit. Am auzit scârțâitul strident al roților ca o cretă aspră trasă pe tablă. Adrenalina mi-a explodat în vene, iar gândurile mi s-au precipitat, căutând cu disperare o portiță de scăpare. Am întors capul în dreapta: o mașină înainta cu mine, umăr la umăr, blocându-mi evadarea. Mașina care venea spre mine din stânga se apropia amenințător, ca un animal de pradă care tocmai mirosose frica.

Pentru o fracțiune de secundă, totul a fost ca o fotografie panoramică: fațada clădirii din colț, șirul de copaci de pe margine, umbrele difuze de pe carosabil, fețele neclare ale șoferilor din jur. În acel moment, am înțeles cu o luciditate rece că n-am cum să evit ceea ce va urma. Am auzit impactul ca un pumn lovind pieptul vieții. Un zgomot surd și totuși ascuțit, metal pe metal, un strigăt mecanic care a spart liniștea fragilă. Motocicleta a tresărit sub mine, a vibrat violent și m-am simțit smuls de pe șă. Luminile s-au amestecat, claxoanele au țipat ca într-o orchestră dezordonată, iar corpul meu a

început să plutească eliberat de gravitație, ca o frunză aruncată în aer, fără greutate sau control.

În acele clipe suspendate, am perceput timpul ca pe un elastic care se întinde la nesfârșit. Am văzut asfaltul apropiindu-se și apoi îndepărtându-se, cerul ca o fâșie tulbure, acoperișul unei clădiri, apoi din nou asfaltul. N-am perceput imediat durerea, ci mai degrabă o confuzie stranie, ca și cum realitatea se dizolva sub ochii mei. În toată acea răsucire dezordonată, ceva, o Prezență invizibilă, o Energie blândă, m-a făcut să cred că nu sunt complet abandonat. Era ca o pereche de brațe nevăzute care încerca să-mi atenueze căderea, o impresie efemeră, dar atât de puternică, încât m-a umplut de un sentiment paradoxal de pace în miezul coșmarului.

Știam că realitatea era una brutală, că impactul avea să fie dur, însă am simțit o Forță mai mare decât mine, un soi de alinare ascunsă în mijlocul groazei. Am izbit asfaltul cu o putere care mi-a făcut oasele să protesteze. M-am rostogolit de câteva ori, iar fiecare rotație a adus un sunet de fractură și un gust de praf în gură. Frigul mi s-a târât prin haine, dându-mi fiori pe șira spinării. Lumina palidă a dimineții se reflecta în geamurile mașinilor, iar în aerul încă parfumat de toamnă, mirosul cald de benzină și metal încins se amesteca acum cu aroma înecăcioasă a propriei mele suferințe.

Am rămas câteva secunde neclintit, dar conștient. Știam că-mi pot mișca mâinile și că respirația mea era încă acolo, sacadată, plină de durere. Farurile mașinilor, claxoanele, vocile grăbite ale oamenilor care alergau spre mine, toate se amestecau într-un vuiet confuz. Dintr-un reflex primar, am șuiertat *fuck!*, un cuvânt străin în gura mea, care s-a izbit de aerul rece ca un protest neputincios. Când au început să se strângă oameni în jur, am spus ceva mai tare *please, help me!*, cerând ajutor într-o limbă pe care nu o foloseam în mod curent, de parcă voiam să învălui întreg universul în chemarea

mea. Durerea și panica erau atât de intense încât logica dispăruse, lăsând în loc doar strigătul meu disperat.

Mi-am scos casca, deși știam din perspectiva mea de asistent medical că nu era recomandat. Totuși, simțeam că mă sufoc, că trebuia să-mi eliberez fața, să respir aerul umed și să-mi recâștig puțin controlul. Mi-am verificat corpul cu privirea și cu mâinile tremurânde: abdomenul părea intact, brațele reacționau, piciorul drept era în regulă. Dar piciorul stâng... când l-am văzut, am știut imediat ce va urma. Gamba era răsucită nefiresc, iar femurul fracturat se clătina independent de restul membrului. Fiecare încercare de mobilizare îmi trezea spasme de durere, ca un foc pornit din ambele direcții, grăbindu-se spre un punct central de explozie. Totuși, degetele reacționau, un semn minuscul de speranță într-un ocean de disperare.

M-am gândit la sângerări, la fracturi, la primele minute după un accident, minute critice în care viața și moartea se puteau amesteca într-un mod înspăimântător. Dar peste toate, un gând fierbinte mi-a străbătut mintea: *Doamne, te rog, nu mă lăsa!* Am rostit acele cuvinte în gând sau poate în șoaptă, chemând o putere mai mare decât orice ambulanță, mai blândă decât orice gest de ajutor uman. Era o chemare sinceră, născută din frică și speranță, o rugăciune de om rănit, care abia acum începea să înțeleagă cât de fragilă era viața și cât de importantă era legătura cu Cel de Sus.

Era o rugăciune nedisimulată, o confesiune de vulnerabilitate și neputință. Nu era un strigăt întâmplător, era chemarea sinceră a unui om care, abia în fața sfărâmării vieții sale, începea să înțeleagă cât de prețioasă era fiecare respirație, cât de subțire era granița dintre *acum* și *niciodată*, și cât de mult conta o ancoră spirituală.

Acolo, pe asfaltul rece al unei dimineți de toamnă, înconjurat de fragmente metalice și miros de benzină, am

înțeles că momentul acela nu era doar despre durere sau despre un accident stupid de trafic. Era punctul de cotitură, un prag dureros care avea să-mi schimbe iremediabil felul în care priveam lumea. Că exista ceva mai puternic decât durerea și teama, o prezență caldă în frigul străpungător, o încurajare în deznădejde. A fost momentul zero, începutul unei lupte complicate, dar și startul unei renașteri interioare, care avea să îmi arate în cele din urmă adevărata semnificație a vieții.

În acele clipe, între Cer și Pământ, am început să întrezăresc esența a ceea ce conta cu adevărat!

Capitolul I

*Începutul schimbării:
Întâlnirea cu fragilitatea vieții*

Rugăciuni în șoaptă: Ecou între lumi

Lumina zilei îmi pătrundea prin pleoapele întredeschise, brutală și insistentă. Eram întins pe spate, nemișcat, privind cerul ca printr-un geam spart. Culoarea lui era o combinație ciudată de gri și albastru, cu nori subțiri, translucizi, care se topeau în lumina difuză. Pentru o fracțiune de secundă, m-am gândit cât de calm era cerul în contrast cu haosul care se desfășura în jurul meu. Totul era liniștit acolo sus, de parcă nimic din ce trăiam eu jos, pe asfaltul rece, nu avea vreo importanță pentru vastitatea infinitului. Dar jos... zgomot, panică și confuzie. Sunetele claxoanelor erau insuportabile. Unele țipau disperate, semnalând că ceva grav s-a întâmplat, în timp ce altele aveau un ton enervant, ca și cum cei care le foloseau nu înțelegeau că un om stătea frânt în mijlocul drumului. Era un cor absurd, lipsit de armonie, iar fiecare *interpret* părea să-mi străpungă pieptul. De parcă mă puteam ridica, scutura de praf și pleca mai departe. În mintea mea, acea idee absurdă mă făcea să oscilez între furie și o ironie amară.

Apoi, printre toate acele zgomote haotice, am auzit o voce. Era clară, distinctă, și se desprindea din tumult. O femeie pe la 50 de ani striga la mine cu o îngrijorare maternă:

— Nu te mișca! De ce ți-ai scos casca?

Ceva din tonul ei m-a făcut să mă simt protejat, ca un copil care știa că mama lui era aproape și nu va permite nimănui să-l rănească. Vocea era fermă, dar avea o dulceață care mă liniștea și mă lega de realitate. A ajuns lângă mine repede. Mi-a așezat palmele pe părțile laterale ale capului,

imobilizându-l cu grijă, ca și cum capul meu era ceva fragil ce putea ceda la cea mai mică mișcare. Mirosul ei m-a surprins. Era un parfum delicat, floral, posibil mirosul florilor de câmp combinat cu o urmă subtilă de vanilie. Era ceva atât de uman și blând, încât pentru câteva secunde mi-a șters complet gândurile despre asfalt, zgomot și durere. Am închis ochii. Nu știu dacă a fost un gest de resemnare sau o încercare de a mă ancora în acel moment de siguranță pe care femeia părea să-l aducă.

Apoi, o altă voce s-a alăturat.

— Sunt cadru medical, a spus un tânăr, cu un ton calm, hotărât.

Am deschis ochii și l-am văzut: blond, slab, poate în jur de 30 de ani.

— Abia am ieșit din tură. Am văzut ce s-a întâmplat și sunt aici să te ajut.

Cuvintele lui îmi pătrundeau adânc în minte, ca o ancoră care mă lega de realitate. Gesturile îi erau precise, sigure, și-mi transmiteau *Știi ce fac. O să fii bine*. Încrederea pe care o afișa m-a făcut să am o oarecare siguranță.

Dar iluzia de calm a fost sfărâmată de vocea femeii, care a început să strige către cineva.

— Ce-ai făcut? De ce n-ai oprit? Aveai roșu! Ce-ai făcut?!

Tonul ei era plin de furie, una care venea dintr-un loc de compasiune profundă, ca o leoaică ce-și apăra puiul. Am realizat că șoferul responsabil de accident coborâse din mașină. L-am văzut vag, o figură umbrită, vinovată. Dar nu puteam să mă concentrez pe el. Furia mea se împletea cu frica, cuvintele femeii devenind ecoul propriilor mele gânduri.

Strigam și eu, deși vocea mi-era slabă, tremurândă:

— Ajutați-mă! Cine a condus? De ce nu a oprit?

Fiecare întrebare pe care o rosteam îmi consuma ultimele rezerve de energie. Eram paralizat de frică, iar mintea mea se agăța de orice răspuns, de orice gest care putea să-mi aducă liniște.

În disperarea aceea, am început să mă rog. Nu era o rugăciune ordonată, ci mai degrabă un amestec de cuvinte și gânduri aruncate către Cer. *Doamne, ajută-mă! Doamne, nu mă lăsa!* Nu-mi amintesc dacă am reușit să rostesc *Tatăl Nostru* complet, dar știam sigur că dorința fierbinte de a mă conecta cu ceva mai mare decât mine, cu Divinitatea, îmi părea singura speranță reală.

Apoi, ca la o comandă invizibilă, durerea a încetat. În locul ei, s-a așternut o tăcere adâncă. Trupul meu, împins la limită, refuza să proceseze senzațiile. Intrase în joc adrenalina, mecanismul trupului care încerca să mă facă să rezist durerii, dar pentru mine, acea liniște fizică a fost mai mult decât un fenomen biologic. Am simțit din nou prezența nevăzută, acele brațe care mă purtaseră în timpul impactului. Cineva îmi șoptea că trebuie să rămân calm, să respir, să am răbdare.

M-am concentrat pe respirație. Inspiram adânc pe nas, numărând lent până la trei, și apoi expiram pe gură, încercând să eliberez frica și agitația. Respirațiile erau lupte pentru echilibru, dar și un act de încredere. Mi-am amintit un exercițiu simplu pe care îl învățasem cândva: inspirație lentă, aer reținut câteva secunde în plămâni, apoi o expirație prelungită, eliberatoare. Era singura modalitate de a rămâne conectat cu realitatea. Pe măsură ce făceam acel exercițiu ritmic, am început să observ oamenii din jur. Mulțimea care se strângea, gesturile lor de ajutor, chipurile lor încordate de îngrijorare. Nu eram singur. Fiecare persoană care se apropia

purta o parte din povara mea, oferindu-mi o bucată din energia ei, totul pentru a mă menține pe linia de plutire.

Pe măsură ce liniștea interioară începea să prindă contur, am realizat ceva profund: nu fusesem niciodată singur. Chiar și în momentele cele mai întunecate, Dumnezeu nu plecase niciodată. Așteptase răbdător ca eu să-mi întorc privirea spre Cer. Atunci, întins pe asfaltul rece, cu trupul zdrobit și sufletul tremurând, am înțeles cu o claritate dureroasă cât de adâncă era prezența Lui.

Mână întinsă: Paramedicii și Îngerii nevăzuți

— De ce nu mai ajunge ambulanța?

Întrebarea îmi pulsa obsesiv în minte, ca o toacă amplificată de senzația dureroasă a așteptării. *Suntem pe o șosea principală*, am gândit. *Spitalul nu e departe, doar câteva stații*. Și totuși, răspunsurile nu veneau. Minutele treceau prin mine, greoi, lăsându-mi corpul lipsit de putere. Nu știu cât a durat până a ajuns prima ambulanță, timpul se juca cu mine, bătându-și joc de fiecare respirație. Îmi rămăsese doar să mă rog. Nu știu cum mi-a venit acel impuls, poate o ultimă sclipire de speranță într-un haos care amenința să mă înghită. Iar în marea Lui milă a primit strigătul meu disperat de ajutor. Și am auzit o sirenă, încă departe, dar sunetul ei ascuțit și pătrunzător care se apropia era pentru mine ca un balsam. Primul semn tangibil că ajutorul era pe drum. Ambulanța a oprit lângă mine, iar ușa din spate s-a deschis cu un zgomot scurt, metalic. Un bărbat, pe la a doua tinerețe, plinuț, a coborât rapid. Îmi amintesc clar gestul său mecanic de a-și pune mănușile. O imagine banală, dar cu o semnificație uriașă: venise să mă ajute. Prezența lui a adus un fir subțire de liniște în mijlocul furtunii.

Tipul blond care a stat lângă mine încă de la început a intrat imediat în acțiune, vorbind pe un ton calm:

— De ce nu aduci ambulanța mai aproape?

Răspunsul paramedicului m-a surprins.

— Pentru că am pacient. Eram în trecere și am oprit să vă ajut, dar n-am unde să-l iau.

Era un adevăr simplu, încărcat de o greutate emoțională pe care o simțeam în fiecare cuvânt. Nu avea datoria să fie acolo, dar era.

— Atunci, dă-mi și mie o pereche de mănuși și hai să ne apucăm de treabă! a continuat blondul fără să clipească.

Replica, spusă fără ezitare, mi-a umplut sufletul de o altă formă de speranță. Nu aveam doar un paramedic, ci doi oameni care erau acolo pentru mine și pe care îi percepeam ca pe niște îngeri. Dumnezeu trimisese oamenii potriviți la momentul potrivit.

Preț de câteva minute bune, îngrijirile s-au concentrat pe susținerea capului și oprirea hemoragiei. Îmi limitau toate mișcărilor, dar o făceau cu blândețe, tratându-mă ca pe ceva fragil, care nu mai avea voie să se rupă. Iar între procedurile medicale și șoaptele menite să mă liniștească, eu continuam să întreb, aproape obsesiv, cât de gravă era starea mea. Până când, dincolo de agitația din jur, am auzit o a doua sirenă.

O nouă ambulanță, de data aceea destinată mie. Ușile din spate s-au deschis identic ca la prima și o doamnă doctor blondă, cu o expresie prietenoasă, s-a apropiat de mine. Zâmbetul ei, deși discret, mi-a transmis o căldură care a contrastat puternic cu frigul care îmi pătrundea prin hainele moto.

— E totul bine. Vom merge imediat la spital, mi-a spus pe un ton atât de calm încât pentru o clipă gândurile mele înnebunite de panică s-au domolit.

Alături de ea era un ambulanțier jovial, care încerca să aducă un strop de normalitate într-o situație anormală.

— Așa vrei tu să atragi atenția? Nici nu era nevoie de atâta spectacol, a spus el.

Era un gest simplu, dar care m-a făcut să zâmbesc slab, pentru prima oară după accident. Mi-au tăiat pantalonii cu o eficiență tăcută, expunând piciorul stâng. Știam că era fracturat, dar arăta mai rău decât îmi imaginasem. Mi-au pus o atelă pneumatică, lucrând cu o precizie chirurgicală. Totul era metodic, iar acest lucru mă frustra și mă liniștea în același timp. Pe de o parte, aș fi vrut să plec cât mai repede spre spital, dar știam exact că ceea ce făceau era absolut necesar.

Contactul cu targa metalică m-a făcut să tresar. Un fior mi-a trecut prin corp, care a fost repede înlocuit de senzația unei mâini blânde ce îmi susținea spatele. Mi-au spus să nu mă agit, iar tonul lor era ca o ancoră care mă ținea conectat la prezent. M-au urcat în ambulanță, iar înăuntru claxoanele erau doar un ecou îndepărtat. Am așteptat câteva minute înainte să plecăm. Nu știam motivul, iar incertitudinea mă consuma. *De ce stăm? De ce nu ne mișcăm mai repede?* Eram prins într-un vortex de emoții. Ușurat că eram în sfârșit sub îngrijire medicală, dar și copleșit de frică. Încercam să-mi controlez respirația, să-mi păstrez calmul, dar gândurile mi se întorceau mereu la ce bănuiam că avea să urmeze.

Un gând mi-a străpuns mintea: mă îndreptam spre muncă. Nu voi ajunge. Realitatea acestui fapt aparent simplu mi-a provocat o reacție emoțională care a eclipsat temporar durerea fizică. Am scos telefonul și cu mâinile tremurânde l-am apelat pe un coleg pentru a-l anunța. Am vorbit scurt, luptându-mă cu nodul care mi se formase în gât. Lacrimile au început să curgă fără să le pot controla, dar m-au ajutat să eliberez o parte din tensiunea care mă copleșea.

Când mașina a pornit, sunetul sirenei era o promisiune, dar și o tortură. La fiecare denivelare din asfalt, simțeam cum fragmentele osoase din picior se deplasau, provocându-mi dureri insuportabile. Strigam, uneori în șoaptă, alteori în gând, *Doamne, te rog, ajută-mă să ajung mai repede!*. Era o rugăciune repetitivă, aproape hipnotică, care îmi aducea o oarecare pace

SFÂRȘIT PREVIZUALIZARE

Postfață

Am închis această carte cu sentimentul limpede că am asistat nu doar la vindecarea unui trup, ci la maturizarea unei voci. Textul nu te întâmpină cu demonstrații, ci cu o sinceritate rară: un om își așază viața pe masă și o privește integral, fără a cere indulgență sau a revendica adevăruri absolute. Totodată, îl încurajează pe cititor nu să copieze traseul, ci să-și descopere propriul drum.

Vin spre această lectură cu experiența a peste două decenii la catedra învățământului superior și de practică în cabinet, un parcurs profesional care m-a ajutat să recunosc în paginile de față o voce autentică.

L-am cunoscut pe Daniel în contexte academice și profesionale. O perioadă, ne-a adus împreună un grup de studiu și dezvoltare personală pe tema psihologiei transgeneraționale, pe care l-am facilitat. Dincolo de orice titlaturi, cartea confirmă ceea ce cunoscusem deja în întâlnirile noastre: o rigoare calmă, o discreție care nu face zgomot, o tenacitate greu de clintit și o atenție constantă față de oameni. Dacă ar fi să surprind într-o imagine felul său de a fi, aş spune că este ca o apă limpede la suprafață, dar adâncă și vie în profunzime: acolo, între lumină și umbră, între o dinamică diversă și colorată a gândurilor și o curiozitate care îi conferă o profunzime a sufletului. Din această consecvență s-a născut și opțiunea lui profesională: și-a dorit explicit drumul în psihologie și a muncit cu seriozitate pentru el.

Volumul pe care tocmai l-ați parcurs este construit deliberat ca o „mașină a timpului”: trecerile între prezent și trecut sunt mai mult decât un procedeu narativ; sunt o formă de a arăta că sensul nu se găsește dintr-odată, la capăt, ci se recitește mereu, pe parcurs. Alternanța temporală susține

ideea centrală a cărții: înțelegerea se decantează în timp. Secvențele de memorie nu sunt puse pentru efect, ci pentru funcție - pentru a arăta cum trecutul, privit cu luciditate, poate deveni resursă a prezentului. Pagini întregi mizează pe precizia observației psihologice: nuanțe, ezitări, momente de cădere și ridicare, toate păstrate fără exces de patetism.

Îmi amintesc cum într-o zi, după luni întregi de recuperare, Daniel a intrat pe ușa cabinetului meu sprijinindu-se de un cadru metalic: în privire i se citeau greutatea, dar, cu toate acestea, găsea puterea să zâmbească cu recunoștință pentru a doua șansă și un proiect nou în lucru. Mi-a povestit că a scris o carte și mă onora cu rugămintea de a-i spune părerea mea. În convalescență, scrisul i-a devenit instrument - nu doar expresie, ci ghid al vindecării, ce își propune să atingă nu numai intelectul cititorului, cât mai ales sufletul lui. Pentru că, dragă cititorule, ceea ce ții în mână este însuși sufletul autorului și nădăjduiesc că îi vei simți puterea, dar și vulnerabilitatea asumată, cea care nu micșorează, ci constituie un act de curaj.

Cartea integrează, cu o naturalețe aparte, planul personal, psihologia și spiritualitatea. Nu ca trei capitole separate, ci ca trei fire care se întrepătrund. În acest registru, credința nu apare ca argument, ci ca întâlnire. Accidentul a fost cumpănă și în același timp trecerea către altă viață - cu rosturi noi, cu înțelesuri pe care înainte nu le putea atinge. Din această ruptură s-a născut și întâlnirea cu Dumnezeu: nu ca teză, ci ca realitate trăită.

M-a bucurat să constat, pe parcursul lecturii, o reziliență care nu se proclamă și o credință care nu acuză pe nimeni. Nu s-a răzvrătit; a întreat, a căutat rostul mai adânc al întâmplării. În acest drum se conturează și o intuiție veche: adesea ne amintim de Dumnezeu în încercare, iar distanța sau apropierea de El, în cele din urmă ține doar de alegerea noastră.

Personal, după mulți ani de experiență, pot spune că încă mă formează profesional și am bucuria să descopăr lucruri fascinante despre ființa umană. Iar cei paisprezece ani de practică ortodoxă m-au învățat discreția drumului lăuntric: știu că merg pe un traseu luminos, deși adesea spinos, al devenirii creștinului ce nădăjduiesc să fiu într-o bună zi.

Nu în ultimul rând, pe același ecou al lecturii, își găsește locul această încheiere.

*„Nu voi muri, ci voi fi viu și voi povesti lucrurile
Domnului.” (Psalmul 117)*

Elena-Claudia Rusu
Lector univ. dr. Psihoterapeut

