

Capitolul întâi

Prima dată când am văzut-o pe Catherine, purta o rochie de un purpuriu aprins și frunzărea nervoasă o revistă, în sala de așteptare a cabinetului meu. Era vizibil că abia își mai trăgea sufletul. Mai înainte, se plimbase pe coridor în fața cabinetelor de psihiatrie, de la un capăt la altul, vreme de douăzeci de minute, încercând să se convingă să rămână la întâlnirea cu mine și să nu o ia la fugă.

Am mers în sala de așteptare să o salut și am dat mâna cu ea. Am remarcat că avea mâinile umede – lucru care îi confirma anxietatea. De fapt, îi trebuiseră două luni ca să își strângă curajul și să își programeze o întâlnire cu mine – deși îi fusesem recomandat de doi medici în care avea încredere. În sfârșit, venise.

Catherine este o femeie extraordinar de atractivă, cu păr blond, de lungime medie, și ochi de culoarea alunei. La vremea aceea, lucra ca tehnician de laborator, în spitalul în care eu eram șeful secției Psihiatrie – și mai câștiga ceva bani în plus, ca model pentru costume de baie.

Am condus-o în biroul meu, dincolo de canapea, către un fotoliu mare, de piele. Ne-am așezat unul în fața celuilalt – având între noi biroul meu semi-circular. Catherine s-a sprijinit pe spate, în fotoliul ei, tăcută, neștiind de unde să înceapă. Am așteptat, preferând să aleagă ea deschiderea, dar după câteva minute, am început să o întreb despre trecutul ei. La acea primă vizită, am început să descoperim cine era ea și de ce venise să mă vadă.

Ca răspuns la întrebările mele, Catherine mi-a spus povestea vieții ei. Era copilul mijlociu, crescută într-o familie catolică, conservatoare, într-un orașel din Massachusetts. Fratele ei, născut cu trei ani mai devreme decât ea, era foarte athletic – și se bucura de o libertate care ei nu îi fusese permisă niciodată. Sora ei mai mică era favorita ambilor părinți.

Când a început să vorbească despre simptomele de care suferea, a devenit vizibil mai tensionată și mai nervoasă. Avea un discurs rapid și se aplecase înainte, cu coatele odihnindu-se pe birou. Viața îi fusese întotdeauna împovărată de frici. Îi era frică de apă, îi era frică să nu se înece – în așa măsură, încât nu putea să înghită o pastilă; îi era frică de avioane și de întuneric – și era terifiată de frica morții. Nu cu mult timp în urmă, fricile începuseră să se accentueze. Adesea, pentru a se simți în siguranță, dormea în dulapul din perete pe care îl avea în apartament. Suferea de insomnie, vreo două sau trei ore, până să poată să adoarmă. O dată adormită, avea un somn ușor și iepuresc – și se trezea frecvent. Coșmarurile și episoadele de somnambulism care îi bântuiseră copilăria reveneau în această perioadă. Depresia ei se adâncea, pe măsură ce fricile și simptomele o paralizau din ce în ce mai mult.

Ascultând-o pe Catherine, am putut să îi simt suferința profundă. De-a lungul anilor, ajutasem mulți pacienți ca și Catherine să treacă prin agoniile fricilor lor – și aveam încredere că o puteam ajuta și pe ea. Am hotărât să începem prin a ne întoarce în copilărie, căutând sursele inițiale ale problemelor ei. De obicei, genul acesta de informații ajută la ușurarea anxietății. Dacă avea să fie nevoie – și dacă reușea să înghită pastile, îi puteam oferi o medicație anti-anxietate ușoară, ca să o facă să se simtă mai confortabil. Acesta era tratamentul standard, din manual, pentru simptomele Catherinei – iar eu nu am ezitat niciodată să folosesc tranchilizante și chiar anti-depresive, pentru a trata frici și anxietăți cronice și severe. Acum, folosesc aceste medicamente cu mult mai multă zgârcenie și doar

din când în când. Nici un medicament nu poate să ajungă la adevărata rădăcină a acestor simptome. Experiențele mele cu Catherine – și cu alții ca ea – mi-au dovedit acest lucru. Acum știu că poate să existe vindecare, nu doar suprimarea sau mascarea simptomelor.

În timpul primei ședințe, am înghiontit-o încet către perioada copilăriei ei. Deoarece Catherine își amintea uimitor de puține întâmplări din anii timpurii ai copilăriei ei, mi-am însemnat în minte să iau în calcul hipnoterapia, ca pe o posibilă scurtătură, pentru a depăși această reprimare. Nu își amintea nici un fel de momente traumatice din copilărie, care să poată să explice epidemia de frici din viața ei.

Cum își storcea mintea ca să își amintească, ieșiră la suprafețe fragmente izolate de amintiri. Pe când avea cam cinci ani, avusese un atac de panică, atunci când cineva o împinsese de pe planșeta bazinului de înot în apă. Spunea că, de fapt, nici înainte de acel incident nu se simțise niciodată bine în apă. Pe când Catherine avea unsprezece ani, mama acesteia a căpătat o depresie puternică. Retragera ei ciudată din familie necesitase vizite la psihiatru și tratamente cu electroșocuri. Din cauza acestor tratamente, mama ei avea greutăți cu memoria. Această experiență cu mama ei a înspăimântat-o așa de tare pe Catherine – dar, pe măsură ce mama ei se recupera și își revenea, Catherine spune că fricile ei s-au disipat. Tatăl ei era un alcoolic notoriu – uneori, fratele Catherinei trebuia să-l culeagă de la barul din cartier. Consumul din ce în ce mai mare de alcool a dus la certuri frecvente între tată și mamă – care, astfel, devenea prost dispusă și retrasă. Însă Catherine considera că acest model de familie era unul acceptat.

Lucrurile stăteau mai bine în afara casei. Se vedea cu un băiat încă din liceu și își făcea prieteni cu ușurință – pe cei mai mulți dintre aceștia îi cunoștea de mai mulți ani. Însă îi era greu să aibă încredere în oameni – mai ales în cei din afara micului ei cerc de prieteni.

Religia ei era simplă și fără îndoieli. Fusese crescută în ideologia și practicile catolice tradiționale și nu pusese niciodată la îndoială veridicitatea și validitatea credinței ei. Credea că, dacă ești un bun catolic și trăiești corect, respectând credința și ritualurile acesteia, vei fi recompensat și vei merge în rai; dacă nu, vei merge în purgatoriu sau în iad. Aceste decizii erau luate de un Dumnezeu patriarhal și de Fiul acestuia. Ulterior, am aflat că ea nu credea în reîncarnare; de fapt, știa foarte puține despre acest concept, deși citise vag despre indieni. Reîncarnarea era o idee contrară celor cu care fusese crescută și pe care le înțelesese ea. Nu citise niciodată literatură metafizică sau ocultă și nu avea nici un interes pentru astfel de materiale. Era bine ancorată în credințele ei.

După liceu, Catherine a urmat o școală tehnică de doi ani și a devenit tehnician de laborator. Înarmată cu o profesie și încurajată de fratele ei să se mute la Tampa, Catherine a aterizat pe un post în Miami, la un mare spital universitar, afiliat Facultății de Medicină a Universității din Miami. S-a mutat la Miami în toamna lui 1974, la vârsta de douăzeci și unu de ani.

Viața lui Catherine într-un mic orașel fusese mai ușoară decât se dovedea a fi viața ei în Miami, însă se bucura că scăpase de problemele din familie.

În primul ei an la Miami, Catherine l-a întâlnit pe Stuart. Căsătorit, evreu și cu doi copii, era diferit de orice alt bărbat cu care se văzuse vreodată. Era un medic de succes, puternic și agresiv. Atracția între ei era irezistibilă, însă relația lor era furtunoasă și plină de hopuri. Ceva din el îi ațâța pasiunile și o trezea, ca și cum ar fi fost fermecată de el. La vremea la care Catherine a început tratamentul, relația ei cu Stuart era în al șaselea an și foarte vie – dacă nu foarte bună. Catherine nu putea să îi reziste lui Stuart, deși el o trata foarte rău și ea era furioasă pe minciunile lui, pe promisiunile încălcate și pe manipulările lui.

Cu câteva luni înainte de ședința ei cu mine, Catherine necesitase o intervenție chirurgicală pe coardele vocale, pentru un nodul benign. Îi fusese frică înainte de operație, dar când se trezise în salonul de recuperare, era absolut terifiată. Asistentelor le-au trebuit ore în șir ca să o calmeze. După recuperarea în spital, l-a căutat pe dr. Edward Poole. Ed era un pediatru drăguț, pe care Catherine îl întâlnise pe când lucra la spital. Ambii simțiseră instantaneu că se formase o relație – și între ei se dezvoltase o prietenie strânsă. Catherine vorbea liber cu Ed și îi spunea despre fricile ei, despre relația ei cu Stuart – și că simțea că își pierde controlul asupra vieții ei.

El a insistat ca ea să stabilească o consultație cu mine și numai cu mine – cu nimeni dintre psihiatrii mei asociați. Când m-a sunat Ed, să îmi spună despre pacienta pe care mi-o trimisese, mi-a explicat că, dintr-un motiv oarecare, credea că numai eu puteam să o înțeleg cu adevărat pe Catherine – deși ceilalți psihiatri aveau și ei recomandări excelente și erau buni terapeuți. Însă Catherine nu m-a sunat.

Au trecut opt săptămâni. În vârtejul activității mele tumultuoase ca șef al secției Psihiatrie, uitasem de telefonul lui Ed. Fricile și fobiile lui Catherine se înrăutățiseră. Dr. Frank Acker, șeful secției de Chirurgie, o cunoștea pe Catherine de ani de zile și adesea pălăvrăgeau bine dispuși când el trecea pe la laboratorul pe unde lucra ea. Observase, în ultima vreme, că era nefericită și tensionată. Avusese de câteva ori intenția să îi spună ceva, dar ezitase. Într-o după-amiază, Frank mergea cu mașina la un spital mai mic și mai departe, unde ținea o prelegere. Pe drum, a văzut-o pe Catherine în mașină, conducând spre casă – casa ei era aproape de spital – și i-a făcut impulsiv semn să tragă pe dreapta. „Vreau să mergi la dr. Weiss acum“, îi strigase prin geam. „Fără nici o întârziere.“ Deși chirurgii acționează adesea impulsiv, chiar și Frank fusese surprins de hotărârea cu care acționase.

Atacurile de panică și anxietatea Catherinei deveneau din ce în ce mai frecvente și mai lungi. Începuse să aibă două coșmaruri repetitive. Într-unul, un pod se prăbușea în timp ce ea trecea peste el. Mașina i se scufunda în apa de dedesubt; era prinsă și se îneca. În cel de al doilea vis, era închisă într-o încăpere întunecată ca smoala; se împiedica de lucruri și cădea, incapabilă să găsească drumul afară din ea. Într-un sfârșit, a venit să mă vadă.

La momentul primei mele ședințe cu Catherine, nu aveam idee că viața mea avea să se răstoarne cu susul în jos – că femeia înspăimântată și confuză din partea cealaltă a biroului avea să fie catalizatorul, că niciodată nu aveam să mai fiu același.

y i o

Cuprins

Prefață	6
Capitolul întâi	10
Capitolul doi	16
Capitolul trei	24
Capitolul patru	36
Capitolul cinci	45
Capitolul șase	59
Capitolul șapte	68
Capitolul opt	77
Capitolul nouă	87
Capitolul zece	101
Capitolul unsprezece	116
Capitolul doisprezece	128
Capitolul treisprezece	139
Capitolul paisprezece	148
Capitolul cincisprezece	151
Capitolul șaisprezece	156
Epilog	163
Despre autor	165

y i o