

# Cuprins

Prefață .....	7
Introducere. Nevăzută, mereu prezentă .....	11
1. Prezența Minții .....	29
2. Prezența Inimii .....	61
3. Prezența Credinței .....	93
4. Prezența Curajului .....	139
5. Prezența Resurselor .....	177
6. Prezența Conectării .....	223
7. Prezența Valorilor .....	265
Concluzie .....	303
Bibliografie .....	307
Mulțumiri .....	311
Despre autoare .....	317

## Introducere

### Nevăzută, mereu prezentă

Acoperită cu o mușama veche cadrilată și cu farfuria desperecheate, masa de bucătărie din casa parohială a bisericii tatălui meu din sudul Bronxului, în New York, era centrul familiei compuse din fratele meu Ralph, în vârstă de 10 ani, fratele meu mai mic Howard, care stătea în scăunelul lui înalt, mama, tata și eu. Ne țineam de mâini. Mereu știam când îi era foame lui tata, după lungimea rugăciunii dinainte de a începe să mâncăm.

În seara aceea, îi era foame. Eu aveam 9 ani și, ca elevă în clasa a treia, aveam mintea plină de experiențe și întrebări noi. Când să începem să mâncăm, am aruncat o întrebare despre un cuvânt pe care îl văzusem scris pe peretele toaletei de la școală. Într-o adunare mai elevată, aș fi spus, poate, „Cireșe, Alune, Corcodușe, Afine, Trufe“, dar, nedându-mi seama ce este acceptabil la cină și ce nu, am rostit cuvântul neaș în toată splendoarea lui. Ei bine, încă îmi amintesc șocul de pe chipul mamei și al lui tata. Simțind că spusese ceva îngrozitor de greșit, mi-am aruncat privirea spre Ralph, care părea amuzat de faptul că mă așteaptă o chelfăneală pentru că rostisem un cuvânt interzis.

Dar, în loc de chelfăneală și de neplăcutele ei consecințe, care m-ar fi durut pe moment și apoi mi-ar fi trecut, am primit o lecție pentru toată viața, pe care o țin minte și astăzi. Părinții mei s-au uitat unul la altul, iar mama a zis calm:

– Ne-ai auzit vreodată pe tatăl tău sau pe mine folosind acest cuvânt?

Eu, încrezătoare, am clătinat din cap că nu.

– Ei bine, a continuat ea, dacă nu ne-ai auzit pe noi folosind acest cuvânt, nu trebuie să-l folosești nici tu.

Acele cuvinte au devenit de atunci vocea din urechea mea, pentru că mi-au oferit un reper de urmat, chiar și în absența părinților mei.

Acea experiență m-a ajutat în multe moduri să-mi formulez o piesă foarte importantă din propriul puzzle ce m-a compus ca părinte. Mi-am promis că le voi oferi și eu același fel de îndrumare nevăzută copiilor mei, așa cum și eu am căutat semne ferme la părinții mei, chiar și în absența lor. Și oricine va fi fost să îmi fie partener în experiența mea de părinte trebuia să simtă la fel. Trebuia să ne susținem unul pe celălalt, la fel cum au făcut-o din priviri părinții mei în acea seară la cină. Ei formau o echipă, iar eu am decis ca, într-o zi, să fiu în stare să le ofer copiilor mei același model de front comun.

Experiența mea de părinte, însă, avea să urmeze o traiectorie foarte diferită. Prin jocul alegerilor și al întâmplării, urma să port titlul de „mamă singură“.

## **Mândrie și prejudecată**

Nu m-am imaginat niciodată în postura de mamă singură. Pe lângă părinții mei, aproape toți verii și prietenii

mei locuiau cu ambii părinți. Deci, când am devenit mamă singură, am crezut la început că o s-o iau razna.

Dar, până la urmă, mi-am dat seama că toate lecțiile de la părinții mei mă ajutau, pe neștiute, să fiu pregătită – indiferent de statutul marital pe care l-aș fi avut. Cuvintele lor de încurajare, sfatul lor și abilitățile de supraviețuire pe care mi le transmiseseră prin intermediul urechilor mele până în inima mea au dovedit că mă pot susține în cele mai grele momente ale vieții.

Probabil că prima și cea dintâi dintre lecțiile lor despre reziliență a fost aceea de a nu le permite așteptărilor societății – în acest caz, cele legate de a fi mamă singură – să mă definească drept o povară. M-am gândit la felul cum îi ajutau părinții mei pe toți cei care aveau nevoie de mângâiere sau asistență să își construiască un sentiment de comunitate și de familie. Erau alături de vecinii sau de rudele noastre aflați în nevoie. Când la urechile părinților mei ajungea necazul cuiva, se știa că acel om ajungea și la inima lor, astfel încât nu mai trebuia să se simtă niciodată singur.

Scriind această carte, am început să accept această prezență a familiei și a comunității pe care părinții mei m-au învățat să o simt și pe care o regăsim ca model în lumea animalelor. M-am gândit cum trăiesc leoaicele în grupuri – singurele feline care fac acest lucru – și cum se ajută între ele la creșterea puilor, împărțirea mâncării și oferirea de protecție când sunt amenințate de forțe exterioare. Mi-am dat seama că, precum o leoaică, și eu m-am bazat pe un grup. Am luat hotărârea ca familia noastră nu doar să supraviețuiască, ci să se dezvolte, pentru că, într-un fel sau altul, eu aveam să re-creez acel tip de comunitate în care am crescut și să devin vocea mereu trează, mereu prezentă din urechea copiilor mei.