



NINA ȘTEFAN

Războiul sufletului

Durerea de azi, puterea de mâine

Bookzone
BUCUREȘTI, 2021





Prefață

Bine ai venit în lumea mea! Lasă la intrare gândurile negative, eliberează-ți mintea și sufletul și intră! Așază-te undeva comod și... hai să-ți povestesc!

Despre ce?

Despre cât de frumoasă poate să fie viața după moarte.

Da, exact! După moarte.

Poate te vei regăsi și tu printre rândurile mele sau pur și simplu îți vei încălzi inima, transformând aceste pagini într-un film imaginar. Vei învăța să ierți, să lași în urmă trecutul, să strălucești în prezent și **să fii tu!** Pregătit(ă) pentru viitor!

Trăiește-mi povestea! Pășind în ea, vei zâmbi uneori, iar alteori vei plânge. Vei întâlni o femeie puternică, romantică, dar și ironică. Bucură-te de fiecare pagină! Fiecare e venită din suflet, acolo unde am dus cel mai mare război al meu. Am rătăcit ani de zile luptându-mă cu oamenii, dar mai ales cu mine. Ce lupte nebune am dus... Dar fără acele lupte, astăzi nu aș fi fost EU! De aici și titlul, Războiul sufletului care a luptat până a câștigat, iar atunci când a pierdut, a învățat! Lasă armele jos și vino cu mine! Viața nu e o luptă!

Am pus în această carte toate pietrele aruncate spre mine cu care mi-am făcut pod spre fericire. Azi

clădesc din orice cu mâna goală, pentru că pot! Nu mai sunt o umbră, sunt raza de soare care sparge orice nor încărcat de tristețe. Împletesc cuvinte cu literele adunate din suflet și le aștern pe coli albe. Pășește cu încredere în povestea mea și învață și tu din trăirile mele. Viața e prea scurtă să înveți doar din greșelile tale, mai trebuie să înveți și din greșelile altora, doare mai puțin. Îmi vei întâlni îngerul, dar și demonul, cei cu care îmi împart zilele și cu care mă războiesc ori de câte ori am de luat o decizie.

Citește fiecare cuvânt ca pe un mesaj important și încearcă să-l înțelegi! Un scriitor nu umple o carte cu pagini și nici pagini cu vorbe, ci umple suflete cu emoții! Am să îți povestesc din adâncurile sufletului meu tot ceea ce știu eu de la viață, căci ea mi-a spus atât de multe... Am să despici fiecare rană până la os, oricât ar fi de dureros, și am să te învăț să o vindeci cu mâinile goale, așa cum am făcut și eu. Se poate! Trebuie doar să crezi! Cu siguranță ai și tu povestea ta.

Citește o femeie simplă care iubește viața, iar la sfârșit păstrează tot ceea ce crezi că îți va fi de folos pe viitor, dar mai ales în prezent. Trăim mereu cu regretul pentru ieri și cu speranța pentru mâine, prea puțin cu bucuria de azi. Anumite experiențe te învață mai mult decât orice școală, iar lecțiile, deși dureroase, aduc după sine soarele în suflet.

Sufletul meu a fost mereu ca un front deschis unde s-au războit emoțiile! Sufletul este locul în care cerșim și ne alungăm iubirea. Locul în care amintirile sunt acasă... Iar amintirile au glas, ele vorbesc prin bătăile inimii care ticăie ca un ceas, măsurându-ne timpul și totuși timpul nu are măsură, noi suntem cei care trecem prin el cu măsură.

Deci nu rătăci printre gânduri negre, îți vei întuneca toată viața, chiar și zilele în care soarele strălucește prea mult. Trăiește frumos, zâmbește, iubește micile plăceri ale vieții și bucură-te de lucrurile simple! Viața e făcută din momente, așa că pune în fiecare un strop de magie!

Versurile se nasc din lacrimile sufletului, iar lacrimile se nasc din durere. Durerea se naște din dor, iar dorul se naște din iubire.

Dar știi? Iubirea se naște din tine!



– *Tu cine ești?*

– *Un copac.*

– *Al cui?*

– *Privit de jos sunt al cerului, dar privit de sus sunt al pământului. De sus mă țin razele soarelui, iar de jos mă țin rădăcinile. Tu cine ești?*

– *Un om.*

– *Al cui?*

– *Al vântului. Eu nu am rădăcini și mă las purtat prin lume. Aș vrea să poposesc undeva, într-un suflet...*

– *Nu l-ai găsit?*

– *Eu da! El încă mă caută...*

B
O
N
O
M
E



Privind în urmă...

Stau așezată pe pământul cald, sub soarele de început de vară. E 2014. Jos, mi-e lumea. Sus, mi-e Dumnezeu. Eu, undeva la mijloc. Un vânt ușor de munte îmi trece printre gânduri, coborând spre satul de sub ochii mei. De le-ar lua pe toate de tot... ce bine ar fi. Mai ales durerile. Să le ducă departe!

Am evadat din prezent. Azi am luat o pauză de la tot. Mi-e dor de mine, dar nu știu cine sunt. Mă privesc, dar nu mă văd. Mă aud, dar nu mă ascult. *Cine sunt azi? Ieri cine am fost?* S-a spus câte ceva despre mine, iar eu am crezut fără să scot o vorbă. Mi s-a spus că sunt bună și m-am bucurat. Mi s-a spus că sunt rea și m-a durut. De ce așa? Nu pot fi amândouă. Sau sunt? Pe cine să cred? Eu ce am de spus despre mine? Eu cum sunt? Ce fac? Ce simt? De ce sunt văzută atât de diferit? Iar eu... de ce nu știu pe cine să cred?

Poate ar fi suficient să hotărâsc eu pentru mine, dar mi-e greu fără rădăcini într-o furtună atât de mare. Pământul nu mă ține, iar cerul mi-e prea sus. E soare, dar în mine plouă, tună și fulgeră. Mă simt aruncată de parcă nimeni nu ar avea nevoie de mine. Poate zâmbetul meu spune că nu am eu nevoie de altcineva. Ah, câte emoții mă încearcă! Am intrat într-un război cu ei și cu mine între atâtea păreri diferite ca niște valuri imense, cărora nu am știut să le fac față.

Privind în urmă, văd oceane de lacrimi și munți de emoții. Nu știu de ce am ales să vin așa pe lumea asta, probabil că era singurul mod de a înțelege iubirea adevărată, iar iubirea nu este ușoară. Dacă ar fi ușoară, am iubi cu toții, iar lumea ar fi minunată, dar nu toți putem iubi cu adevărat, din păcate. Unii nu reușesc din cauza rănilor prea mari, iar rănila nevindecate nasc ură și boli, la fel cum visurile neîndeplinite nasc frustrări și nefericire.

Sunt o mână de om așezată între cer și pământ, între soare și lună, între iubire și ură. Sunt un copil rătăcit printre oamenii care au uitat cum e să fii copil. Copilul din noi nu ar trebui să moară niciodată, altfel viața ar deveni prea serioasă, iar viața nu trebuie să fie altceva decât un dans frumos sub stele, sub ploaie, sub soare... un dans în care să ne simțim minunați, frumoși și fericiți. Am ajuns să purtăm niște măști fără nume și fără rost. Nu am înțeles de ce. Cuvântul *uman* nu mai reprezintă umanitatea, ci ceva greu de înțeles. De ce am devenit goi? De ce suntem reci? Poate că singurul răspuns corect ar fi *din lipsă de iubire* și nu e vorba despre iubirea pe care o primim, ci de aceea pe care ar trebui să o dăruim. Câți iubim? Și câți știm să dăruim iubire? Câți știm că a dăruii înseamnă, de fapt, a primi înapoi?

Așteptarea nu ne aduce nimic. Așteptăm să fim... să primim... să avem... dar nu facem nimic ca lucrurile să se întâmple. Toți vrem să găsim sensul vieții și pornim pe drumuri grele, fără să ne dăm seama că locul în care trebuie să căutăm este în noi. Ne uităm de jur împrejur, încercând să

ne agățăm de orice, mai puțin de noi. Toți ne dorim o viață ușoară și perfectă, dar câți o merităm? Toți! Toți cei care muncim pentru ea, evident. Dacă vrei să culegi flori, trebuie să știi ce și cum să plantezi, apoi cu siguranță vor răsări cele mai frumoase flori. Nu contează când o faci, important este să o faci! La un moment dat te vei plimba în propria grădină plină de culori, zâmbind cerului, recunoscător că ai reușit. Altfel, te vei plimba pe un câmp pustiu și plin de buruieni.

Nu știi de ce, dar omul nu poate învăța anumite lecții decât trăindu-le, în timp ce animalele știu deja de când se nasc ce au de făcut, deși ele nu au rațiune, iar noi, cei care o avem, ne trăim viețile haotic, ne complicăm simplitatea și ne rupem puțin câte puțin din noi și din ceilalți, ca apoi să ne adunăm bucată cu bucată. Oricât am ierta, nu putem șterge greșelile, ele rămân, la fel rămân și cicatricile, doar că nu mai dor așa cum dor rănilor rămase deschise. Vindecă tot și mergi mai departe, semnele sunt doar victoriile tale.

Înainte să facem un pas, ne gândim de zece ori dacă este nevoie. Dacă am fi asemenea animalelor, lipsiți de rațiune, ne-am lăsa ghidați de suflet, exact ca ele. Ele trăiesc pur și simplu. **Sunt!** Nu există diferențe între ele, pentru că ele au nevoie doar de corpul lor și de un adăpost pe care îl găsesc în sânul naturii. Noi, oamenii, vrem prea mult și nu ne mulțumește mai nimic. Oamenii cu adevărat fericiți sunt puțini, mult prea puțini. Sunt cei care au înțeles **secretul vieții**, atât de simplu și banal...

Privesc în mine, căutând un răspuns. Mi-e greu, plâng rătăcită și singură într-o lume a nimănui. Mi s-a pus o ceață urâtă pe ochi și pe suflet de la atâtea lacrimi și prea multe gânduri. Când râdeam, îmi erau toți aproape. Acum nu mai e nimeni lângă mine. Ce ușor este să iubești, când e ușor, și ce greu este să iubești, când e greu. Atunci îți dai seama dacă e iubire sau nu. Adevărata iubire rezistă în orice circumstanțe, indiferent că e iubire de mamă, soră, copil, iubită, soție sau prietenă.

Când viața mea atârna de un fir de ață, mi-am dorit să mor, dar moartea nu m-a vrut, ea a vrut doar să mă trezească și să mă învețe să trăiesc. Apoi mi-am dorit să trăiesc, să fiu puternică, să pot să trec peste toate și să mă bucur de viață. Mi-am promis că o să fiu mai bună! Am învățat să trăiesc fără MÂINE și să mă bucur de ASTĂZI, să spun azi și să fac azi, să nu mai aștept. Să uit de IERI. Să iubesc ACUM și să mă bucur de oamenii din viața mea. Uitându-mă la ceas, îmi dau seama că timpul îmi ia anii și nu vreau să-i dau goi. Am avut multe răni și nu am știut să le închid. Le-am acoperit și atât, până au început să sângereze iar. Atunci mi-am dat seama că un pansament nu e suficient. M-am străduit să mă vindec și, deși a fost greu, **am reușit!**

*Cum să vindeci ceva ce nu vezi? Cum să așezi trecutul la locul lui fără să doară și să-l privești cu iubire?
Tot cu iubire...*

Gânduri printre rânduri

Am avut nevoie de 28 de ani să înțeleg viața și sensul ei. Mai bine spus, după 28 de ani am înțeles, atunci când „m-am trezit”. 28, interesant număr, fiind ziua mea de naștere și numărul Lunii în același timp. Eu m-am născut noaptea, atunci când apare și ea să lumineze și să rupă puțin din întunericul care ne împiedică pașii. Mereu mi-am dorit să strălucesc ca ea, să fiu lumină pentru mine și pentru ceilalți. Încă o admir cu zâmbetul larg atunci când este plină, asemenea mie. Gol mi-a fost destul...

Fiecare număr are o semnificație și o vibrație care influențează viața și personalitatea omului. 28 este al doilea număr perfect după 6, descoperit de Pitagora, este egal cu suma divizorilor săi, din care se exclude numărul însuși: $1+2+4+7+14=28$. Sunt puține numerele perfecte, iar eu am onoarea să port două dintre ele. Sau norocul, pentru că 28 aduce noroc și cu siguranță sunt o norocoasă, pentru simplul fapt că am renăscut, iar 6 e numărul destinului meu! De fapt,

norocul reprezintă o alegere sau suma a ceea ce suntem, facem și ni se întoarce, iar nouă ne place să îl numim noroc. În numerologie, 28 este compus din vibrațiile lui 2 și ale lui 8. Primul rezonază cu atributele diplomației, ale cooperării, ale echilibrului și ale armoniei. Cifra 8 este asociată cu dorința de a fi sănătos, de a prospera, scopuri atinse cu succes prin intermediul tendinței de stabilitate, de înțelepciune și de cunoaștere. Prin alăturarea lui 2 și 8, rezultă 28, definit prin receptivitate, parteneriat, dualitate și realizări. Am început să scriu această carte într-o zi de 8, în luna februarie (02), cu gândul de a ajunge **sus** din toate punctele de vedere. Să fi fost întâmplătoare renașterea mea? Nu cred!

În viață, totul se rezumă la iubire și la a trăi liber. Deși acum înțeleg că trecutul a fost și nu va mai fi, la un moment dat am simțit nevoia să îmi răsfoiesc cartea sufletului, să o recitesc pagină cu pagină și să reaşez cu grijă filele înapoi. Am vrut să înțeleg! Am vrut să mă asigur că mi-am învățat lecțiile și că nu se vor repeta. Așa s-a născut cartea - privind înapoi. Am zâmbit, am râs cu poftă, m-am întristat și am plâns cumplit privind în urma mea. Nu am fost eu, ci ceea ce au vrut alții să fiu! Așa am crezut o perioadă lungă de timp, până mi-am dat seama că, de fapt, mi-a lipsit curajul de a alege ceea ce simțeam eu că este bine pentru mine. Nu am știut să-mi ascult inima! Nu am știut să spun **NU** și că uneori trebuie să faci asta!

Există o **voce interioară** care știe exact ce să-ți dicteze, iar tu nu trebuie decât să o ascuți! Acea este **intuiția**! Mult timp am fost confuză și am ales prost, ca apoi să plătesc fiecare pas greșit. Dar azi nu mai am regrete, azi mă iubesc așa cum sunt, cu tot trecutul meu! Azi știu să aleg. Sunt liberă! Am decis că sufletul meu merită să fie fericit, el are atâtea sentimente frumoase și mă iubește necondiționat. Eu nu am știut să îl iubesc, l-am chinuit prea mult și m-am oprit abia atunci când mi-am dat seama că distrug singurul lucru frumos pe care îl am. Și chiar atât am: un **suflet**! Cele

mai importante lucruri în viață nu pot fi cumpărate, iar acestea nu sunt vizibile, sunt acele lucruri care stau în noi și pe care doar le **sintim**. Singurele pe care le putem oferi necon condiționat. Să nu uităm că tot ceea ce oferim, primim cândva înapoi!

Azi sunt fericită, îmi iubesc sufletul, pur și simplu nu-mi mai pasă de micile răutăți din jurul meu. Mă iubesc așa imperfectă cum sunt, pentru că asta mă face unică! Nu-mi mai pasă cum sunt văzută, ce cred oamenii sau ce vorbesc despre mine. Nu e treaba mea. E problema lor! Eu sunt așa cum simt! **Sunt iubire!** Iubesc fără să mă gândesc că poate doare, iert fără să mă gândesc că poate voi fi rănită iar, dăruiesc fără să cer înapoi și nu am așteptări, iar asta mă face să mă simt împlinită și liberă! Îmi asum fiecare acțiune. De astăzi trăiesc EU, așa cum simt, nu cum vor alții! Am înțeles că trecutul nu poate fi schimbat, iar viitorul e departe.

Astăzi iubesc **PREZENTUL** și mă bucur de el! **Tot ce am este astăzi, acum și aici!** Trăiesc fiecare clipă ca și cum este singura pe care o am și este minunată! Acum am curaj să privesc în urmă și să-mi povestesc trăirile și emoțiile pe care le-am ținut ascunse în mine. Mi-am dat seama că sunt adevărate lecții de viață și nu am de ce să mă rușinez cu ele. Doar trăind ce am trait, am ajuns să fiu femeia minunată de acum, pentru că asta vreau să cred despre mine: că sunt minunată, iar **sufletul meu**, cel mai frumos **dar de la Dumnezeu!** El, complicele meu în toate!

Este bine să privești în urmă?

Da!

Este bine să te întorci?

Nu!

Trebuie doar să îți amintești lecțiile, nu să retrăiești durerile!