

Focul vital al femeii

Lisa Marchiano

Regăsiți-vă energiile proscrise și scânteia feminină

În memoria mamei mele

Declinarea responsabilității

Toate materialele clinice din această carte sunt fie împărtășite în urma acordului celor implicați, fie un montaj. Toate detaliile de identificare au fost modificate.

Cuprins

Introducere – Izgonirea

Capitolul 1 – Distanțarea: pierderea focului

Capitolul 2 – Dezagreabilitatea: izbirea broaștei

Capitolul 3 – Istețimea: depășirea inocenței

Capitolul 4 – Șiretenia: deschiderea înspre neașteptat

Capitolul 5 – Dorința: acceptarea focului vieții

Capitolul 6 – Sexualitate: iubirea de sine

Capitolul 7 – Furia: atenția la limite

Capitolul 8 – Autoritate: trecerea pragului

Capitolul 9 – Asprimea: Asumarea agresivității

Capitolul 10 – Reîntoarcerea: acceptarea sorții

Epilog – Revenirea la sine

Mulțumiri

Note

Despre autoare

Introducere

Izgonirea

Înainte de Eva, a fost Lilith. Conform unui text medieval evreiesc, Dumnezeu a decis că nu era bine pentru Adam să fie singur, așa că a creat o femeie din același lut, și a numit-o Lilith. Dar ei au ajuns repede să se certe. Lilith a refuzat să se întindă sub Adam, iar Adam a insistat că locul său era deasupra. “Noi doi suntem egali”, a insistat Lilith, “de vreme ce suntem din aceeași țărână”¹. Dar Adam nu voia să asculte, așa că Lilith a fugit. Dumnezeu a trimis trei îngerii după ea, dar ea a refuzat să se întoarcă. După aceasta, Dumnezeu i-a creat o altă soție lui Adam, de data aceasta dintr-o coastă a acestuia, pentru a fi clar de la bun început că ea avea să-i fie supusă.

Spre deosebire de Eva, Lilith este una cu sine, completă și unică. Nu o interesează să se subordoneze altcuiva. Ea este, conform analistei jungiene Marie-Louise von Franz, imaginea unei “pofte neînfrânate de viață, care refuză să fie asimilată”². Pentru ea, autonomia și suveranitatea sunt mult mai importante decât relațiile. De vreme ce societatea umană depinde de bunăvoința femeilor de a-și lăsa propriile nevoi la o parte, pentru a avea grijă de alții, nu este de mirare că percepem independența feroce și dorința de egalitate a lui Lilith drept periculoasă, sau demonică. Se spune că Lilith așteaptă cu lăcomie lângă patul femeilor în travaliu, dornică să smulgă și să stranguleze bebelușul de îndată ce se naște. Probabil că acest lucru a oferit o în lumea preștiințifică o explicație pentru terifianta realitate a bebelușilor născuți morți, sau pentru mortalitatea infantilă. La un nivel mai profund, o putem înțelege ca pe opusul din umbră al iubirii și preocupării mamelor. Ea este imaginea a tot ce nu ar trebui să fie o femeie. Alungarea mitică a lui Lilith transmite un adevăr universal. Există calități precum bunătatea, empatia și agreabilitatea, care ne pot ajuta să stăm conectați unii cu alții, și există calități aprige, precum furia, șiretenia și forța, care ne pot ajuta să rămânem conectați cu noi înșine. În general vorbind, primul set de atribute ajută la creșterea relațiilor, în vreme ce al doilea set sprijină asertivitatea și împuternicirea personale. Ambele seturi sunt importante pentru sănătatea psihologică și dezvoltare. În general, femeilor din

¹Introducere

Sigmund Hurwitz, *Lilith, the First Eve: Historical and Psychological Aspects of the Dark Feminine*, ediția pentru Kindle (Einsiedeln, Switzerland: Daimon Verlag, 2012), 119.

² Marie-Louise von Franz, cuvânt înainte, *Lilith, the First Eve*, de Hurwitz, 13.

cultura noastră li se permite să acceseze și să-și dezvolte primele calități, în timp ce sunt descurajate să exprime sau să investească în celelalte. Natura aprigă a unei femei poate fi izgonită deoarece, precum în cazul lui Lilith, partenerul său așteaptă ca ea să se subjuge. Dar nu este singura situație în care femeile pot pierde accesul la “pofta lor nestăpânită de viață”. La muncă sau în cazul prietenilor, ori în cadrul căsătoriilor și parteneriatelor cu bărbați sau femei, avem adesea tendința de a ne concentra pe cealaltă persoană, uneori în detrimentul nostru.

Cele mai multe dintre noi suntem, așadar, îndepărtate de o parte esențială a naturii noastre destul de devreme în viață. În copilărie, poate ați cântat prea tare, ați spus glume, ați râs din toată inima – dar ați primit curând mesajul că ar trebui să fiți mai reținute și mai tăcute. Sau poate că v-ați exprimat gândurile cu ușurință la cină, dar mai târziu v-ați păstrat pentru voi istețimea și intuițiile, pentru că ați fost încurajate să fiți mai plăcute. Natura noastră aprigă, independentă, trece în fundal și este îngropată sub doi metri de drăgălășenie. Abilitatea noastră de a fi egoiste și dure este exilată în pădurile întunecate ale sufletelor noastre, de unde este greu de regăsit. Dar aceste trăsături nu dispar, chiar și atunci când le interzicem. Ele se manifestă ca dispoziții sumbre – iritabilitate, resentiment, sau amărăciune. Apar la suprafață sub forma acțiunilor haotice sau pasiv-agresive, care ne sabotează sau care sunt ineficiente – izbucniri de furie la muncă, nevoia misterioasă de a fura din magazine. Se manifestă ca simptome – anxietăți, atacuri de panică, sau depresie.

Focul central

Psihiatrul elvețian Carl Jung a numit odată acest impuls vital reprezentat de Lilith drept “focul central”³. El credea că o scânteie din acest foc central există în fiecare ființă vie. Dar pe măsură ce ne lovim de cerințele adaptării la viață, pierdem în mod inevitabil accesul la o parte din scânteia noastră. Ne deconectăm de calități potențial valoroase, pentru a ne dezvolta caracteristicile laudate de profesori, de îngrijitorii noștri, de cultura în care trăim. Învățăm să ne ascundem entuziasmul, și ne simțim rușinați de îndrăzneala noastră. Suntem învățați să nu fim critici, egoiști,

³ Murray Stein, *Jung's Map of the Soul: An Introduction* (Chicago, IL: Open Court, 1998), 11.

sau furioși. Procesul de sacrificare a potențialului nostru întreg original pentru a ne adapta la cerințele lumii este universal. Cu toții trebuie să ne trădăm, într-o anumită măsură, natura esențială, pentru a ne putea înțelege cu ceilalți și pentru a atinge niște obiective externe. Acest proces afectează însă în mod diferit bărbații și femeile.

În copilărie, fetele sunt laudate atunci când sunt bune, bine crescute, tăcute și ușor de plăcut. Suntem aplaudate pentru că urmăm regulile, așa că învățăm să ne reducem spiritul, gălăgia, îndrăzneala și agresivitatea. La vârsta adultă, femeile descoperă adesea că sunt acordate la nevoile și dorințele altora, cu care sunt în relații, deseori într-un fel care îngreunează cunoașterea propriilor lor nevoi și dorințe. Ne străduim să ne facem plăcute. Ne modelăm după preferințele partenerilor noștri, și ne subordonăm dorințele nevoilor copiilor noștri. Învățăm să fim agreabile în situații sociale și la muncă. Noi suntem pacificatoarele, îngrijitoare, facilitatoare. Noi facem cafeaua, muncile mărunte pe care alții nu vor să le facă, ne lăsăm la o parte aspirațiile creative și ajutăm la îndeplinirea proiectelor altcuiva. În virtutea naturii și construcției noastre, ne concentrăm asupra nevoilor și dorințelor altora.

Cercetările atestă faptul că, în general, bărbații sunt mai interesați de lucruri, iar femeile, de oameni. Deși socializarea și cultura joacă un rol, există dovezi că cel puțin o parte a acestei tendințe este înăscută. De exemplu, există diferențe similare bazate pe sex în comportamentul cimpanzeilor masculi și femele. Oamenii nou-născuți de sex masculin petrec mai mult timp uitându-se la un carusel decât la o față umană, în timp ce nou-născuții de sex feminin vor fi mai interesați de fețe⁴. Așadar, femeile vin pe lume predispuse să fie receptive la alte persoane. În 1982, psihologa Carol Gilligan a publicat cartea ei de căpătâi, *In a Different Voice*. Munca ei cataloghează diferențele din felul în care femeile și bărbații navighează prin lumile lor morale, arătând că femeile tind să fie mai constrânse de grijă, responsabilitate și raporturile relaționale⁵.

Cercetările în domeniul personalității arată în mod consecvent că femeile obțin scoruri mai ridicate la agreabilitate și sensibilitate, în timp ce

⁴ Jennifer Connellan et al., "Sex Differences in Human Neonatal Social Perception," *Infant Behavior and Development* 23, nr. 1 (January 2000): 113–18, doi.org/10.1016/s0163-6383(00)00032-1.

⁵ Carol Gilligan, *In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2016).

bărbații obțin scoruri mai ridicate la asertivitate. Cât anume se datorează factorilor înnașcuți sau modelării culturale este o întrebare fascinantă și încurcată, care depășește scopul acestei cărți. Ce ne preocupă este însă existența acestei discrepante. Din cauza acesteia, sarcina dezvoltării psihologice diferă între bărbați și femei.

În mediul lor, femeile sunt gardienii valorii sentimentelor. Aceasta este o sarcină sacră a femininului, și nu ar trebuie devalorizată, sau refuzată. Sacrificiile pe care le face o femeie în interesul relațiilor pot aduce dividende bogate și pot fi în interesul susținerii și îngrijirii altora, a organizațiilor, sau a culturii. Îngrijirea altora este adesea intrinsec plină de semnificații, și poate fi unul dintre cele mai pline de recompense lucruri pe care le facem. Abilitatea unei femei de a se acorda cu dragoste și de a împlini nevoile altcuiva este fundamentală pentru perpetuarea speciei. Dar dacă nu avem suficient acces la independență și la foc, tendința noastră de a ne concentra asupra celorlalți ne poate face să pierdem contactul cu noi și cu persoanele care ar fi trebuit să devenim. Ne putem aliena față de sufletele noastre, ceea ce ne face să ne simțim incomplete și neautentice. Atunci trebuie să ne reîntoarcem la noi, reunindu-ne cu natura noastră de tip Lilith, propria noastră “poftă nestăpânită de viață, care refuză să fie asimilată”.

Viața netrăită

Pentru femei, regăsirea lui Lilith va însemna reconectarea cu calitățile repudiate pe care le întruchipează aceasta. Va însemna că ne vom da voie să valorizăm autonomia, istețimea, și asertivitatea, pe lângă îngrijire și relații. Multe dintre noi ne vom fi petrecut primii ani de viață investind în capacitatea noastră de empatie, acordare și îngrijire. Acest focus ce ține de dezvoltare ne va fi ajutat probabil să găsim și să menținem o relație plină de iubire, să ne înțelegem cu colegii și, poate, să avem grijă de copii.

Dar, pe de altă parte, poate că am uitat ce înseamnă să fim aprige și poruncitoare. Aceste calități izgonite au așteptat în colțurile umbrite ale sufletelor noastre, unde au format un fel de viață netrăită.

Viața noastră netrăită poate fi foarte diferită de cea pe care o trăim, și poate că prima dată o întâlnim în cazul altor persoane. Poate că atunci când vedem o altă persoană curajoasă, isteță, sau plină de dorințe, ne simțim supărate, simțim repulsie sau chiar autosuficiență. Nu ne putem

imagina că ne-am putea purta astfel, și îi putem judeca pe ceilalți – mai ales pe femei – pentru că o fac. Dacă se întâmplă așa, poate că ar trebui să fiți curioase cu privire la această reacție. Sentimentele puternice pe care le avem ca răspuns la alții indică adesea că ei manifestă o trăsătură de care este posibil să avem nevoie și să o dezvoltăm în noi înșene. Fiți atente mai ales la sentimentele care sunt aseasonate cu judecată, precum ultrajul, indignarea, sau superioritatea morală. Atunci când apar acestea, reprezintă de obicei un semn bun că muncim din greu să ținem în frâu o parte renegată a noastră. Dacă încăpățânarea unei femei vă irită, întrebați-vă dacă nu cumva trebuie să vă reclamați propria voastră tendință de a nu ceda. Dacă pare egoistă în timp ce-și urmează scopurile, gândiți-vă ce s-a ales de ale voastre.

Nu putem sta despărțite de focul nostru vital fără să plătim un preț pe măsură. Mai devreme sau mai târziu, viața netrăită se manifestă. Produce simptome precum anxietatea, depresia, sau tulburări de natură fizică. Ne vizitează în vise pline de imagini tulburătoare. S-ar putea chiar să orchestreze accidente sau eșecuri spectaculoase, pentru a ne atrage atenția. Dacă o ignorăm în continuare, este probabil că vom deveni cinice, pline de resentimente, rigide. Când viața netrăită cere să fie cunoscută, putem simți teamă, pentru că ne sunt puse la încercare presupunerile anterioare despre viața și identitatea noastră. Ni se cere să recunoaștem că poate nu suntem persoanele care am crezut că suntem. E posibil să ni se pară tentant să rămânem mici și să ne agățăm de certitudinile noastre anterioare. Conexiunea cu focul nostru central poate fi palpitantă, dar poate fi și înspăimântătoare. “Fiecare știe cât de multă vitalitate poate tolera, și cât de mult trebuie să se anestezieze”, spune psihanalistul Adam Phillips⁶. Păstrarea distanței față de vitalitatea noastră constituie o formă de anestezie.

Dacă putem accepta provocarea reprezentată de viața netrăită, ne întoarcem nava și începem călătoria spre casă – reîntoarcerea.

Această parte a călătoriei poate cere inversarea valorilor la care am aderat anterior. Pentru a împlini promisiunea întregirii noastre inițiale, trebuie să avem grijă să dezvoltăm acele trăsături și atitudini care ne-au devenit străine, nefamiliare. Pot părea chiar înspăimântătoare și ciudate.

⁶ Paul Holdengraber, “Adam Phillips, The Art of Nonfiction No. 7,” *Paris Review*, nr. 208 (Spring 2014), theparisreview.org/interviews/6286/the-art-of-nonfiction-no-7-adam-phillips.

Ele ne-au așteptat în liniște în sălbăticia ținuturilor neexplorate din sufletele noastre. Găsirea lor ne va confrunta cu posibilitățile netrăite, și cu invitația de a le reclama. Conectarea cu părțile tăiate și nedezvoltate din noi ne poate întineri. Ne poate permite să devenim persoanele care ar fi trebuit să fim. Și ne poate ajuta să ne îndreptăm spre potențialul de a fi întregi, cu care am sosit în această lume.

Puterea poveștilor

Uneltele noastre pentru această călătorie înapoi către noi sunt poveștile și anecdotele populare. Poveștile reprezintă medicamente străvechi. Ele sunt cele mai vechi metode ale umanității de a transmite înțelepciunea. Perspectivile pe care le oferă sunt profunde și fără vârstă, și au de-a face cu piatra de temelie a naturii noastre. De-a lungul mileniilor, păstrătorii poveștilor și povestitorii au fost, în mare parte, femei. Așa că nu este surprinzător faptul că poveștile ar trebui să marcheze, cu maximă acuratețe și intensitate, stațiile principale ale călătoriei psihologice a femeilor.

Poveștile imaginează cu însuflețire regăsirea acelor părți netrăite din noi. Ele ne pot ghida în a ne recupera aceste valori nebăgate în seamă, sau date de-o parte. Ele vorbesc despre trădarea de sine și descoperirea de sine, despre pierderi dureroase și triumf. Ele sunt depozitarele experiențelor psihologice esențiale pe care le traversează femeile în timpul dezvoltării lor.

“Toate poveștile încearcă să descrie același fapt de natură psihică”, a scris Marie-Louise von Franz, “dar este vorba de un fapt atât de complex și de îndepărtat, atât de dificil de realizat în toate aspectele sale diferite, că este nevoie de sute de povești și de mii de repetiții, cu mici variații muzicale, pentru ca acest fapt să ne ajungă în conștiință; și chiar și atunci, tema nu este epuizată”⁷. Faptul la care se face referire este realitatea psihologică a potențialului nostru pentru deplinătate, un potențial pe care Carl Jung l-a numit Sine. Dacă am cunoscut poveștile doar prin intermediul filmelor din copilărie, am fi surprinse de întunecimea și brutalitatea lor. Poveștile din această carte sunt pline de frumusețe și magie, dar conțin și imagini ale violenței și terorii. Poate fi

⁷ Marie-Louise von Franz, *The Interpretation of Fairy Tales* (Boston, MA: Shambhala, 1996), 2.

important de reținut că poveștile își comunică mesajul prin metafore. Fie că sunt încântătoare sau sălbătice, ele dezvăluie adevăruri universale despre suflet, în limbajul elocvent al simbolurilor.

“Suntem participanți la un mister substanțial și trainic”, scrie jungianul Heinz Westman⁸. Poveștile dezvăluie acest mister clarificând substratul universal care ne unește pe toți. Când una din clientele mele, Christine, era mică, a ascultat de multe ori înregistrarea poveștii *Frumoasa și bestia*. “Cred că am uzat caseta aceea de tot”, mi-a spus ea. În adolescență, a devorat *Jane Eyre*, care a rămas de atunci una din cărțile ei preferate. În cadrul muncii noastre împreună, am ajuns să ne dăm seama că este vorba de aceeași poveste. Ambele se referă la același arhetip, vorbind despre dorul de o conexiune mai apropiată cu principiul masculin pe care o fată îl cunoaște inițial prin relația cu tatăl său. În copilărie, Christine își dorise să fie mai apropiată de tatăl ei, o figură distantă, adesea prins cu munca, pe care nu-l interesa foarte mult fiica lui cea mică. Povestea reprezenta un dor pe care ea nu și-l putuse înțelege conștient, și pentru care nu găsisese cuvinte.

Jung a numit “arhetipuri” tiparele atemporale care apar în povești și materiale similare. Straturile arhetipale ale psihicului sunt asemenea unui râu subteran care curge pe sub fiecare dintre noi, conectându-ne cu un rezervor inepuizabil de tipare eterne. Recunoaștem ceea ce este arhetipal din cauza răspunsului emoțional pe care îl evocă – fiorul de adevăr, frumusețe și uimire. Poveștile arhetipale ne mișcă și au potențialul de a vindeca, deoarece ne amintesc că suntem copii ai universului, scufundați și susținuți de cosmos. Poveștile din această carte vin de peste tot din lume. Ele prezintă eroine care își asumă sarcina dificilă de a găsi focul central. Toate poveștile sunt versiuni tradiționale, repovestite cu propriile mele cuvinte.

Aceste teme universale nu apar numai în povești. Apar în fiecare noapte în visele noastre. Visele și poveștile izvorăsc din aceeași sursă profundă a inconștientului, și de aceea visele pot fi pline de vrăjitoare și comori, de animale vorbitoare și transformări ciudate. Visele sunt comunicări din partea Sinelui – centrul călăuzitor al personalității. Ele ne spun când părem să ne pierdem echilibrul, sau când avem o atitudine greșită. Visele

⁸ Heinz Westman, *The Springs of Creativity* (London: Routledge & Kegan Paul, 1961), 12.

ne vorbesc în limbajul misterios al imaginilor și metaforelor. Pentru a mina înțelepciunea viselor, trebuie să ne acordăm urechile la limbajul lor simbolic.

Atunci când lucrăm cu visele, presupunem că, în majoritatea timpului, tot ce se întâmplă în vis reprezintă un aspect al psihicului nostru. Visele reprezintă unul dintre cele mai ușoare moduri de a arunca o privire asupra vieții netrăite. Acele părți din noi pe care le-am disprețuit și le-am blocat ne vor vizita în vise, adesea deghizate drept elemente care evocă dezgustul, dar, în același timp, sunt ciudat de atrăgătoare. Aspectele din noi de care ne-am deconectat, pentru că ne amenință echilibrul fragil, vor apărea în vise drept monștri înspăimântători care ne urmăresc sau ne atacă. Munca cu visele reprezintă o resursă importantă pentru a vedea unde anume ne-am îndepărtat de scânteia noastră vitală – și cum ne putem reconecta cu aceasta.

Atunci când vi se dăruiește un vis, întrebați-vă ce anume încearcă să vă indice acesta. Ce parte din voi ați lăsat în urmă, parte care acum încearcă să vă contacteze? Adesea, aspectul cel mai înspăimântător al visului, cel mai exasperant, sau cel mai ciudat, reprezintă o parte esențială a sufletului vostru, ce are nevoie să fie recunoscută.

Cărbuni scânteietori

Atunci când părțile repudiate din noi se întorc în inconștient, devin sălbatice – nedomesticite și nedezvoltate, dar totuși așteptând în cotloanele sufletului nostru cu toată energia și potențialul lor original. Pierderea deplinătății noastre inițiale este prețul pe care trebuie să-l plătim dacă vrem să creștem și să ne găsim un loc în lume, dar aceste părți uitate nu sunt pierdute pentru totdeauna. “Scopul social este atins numai cu costul diminuării personalității”, a scris Jung. “Multe – prea multe – aspecte ale vieții, care ar fi trebuit trăite, zac în magazine, alături de amintiri prăfuite; dar uneori ele sunt de fapt niște cărbuni scânteietori sub stratul gri de cenușă”⁹.

Anna Mary Robertson¹⁰ s-a născut în zona rurală a statului New York, în 1860. Tatăl ei era fermier, și ea a avut parte de prea puțină educație

⁹ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 8, *The Structure and Dynamics of the Psyche*, editat și tradus de Gerhard Adler și R. F. C. Hull, ediția a doua. (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1970), p. 772

¹⁰ Artistă populară americană, care a început să picteze cu adevărat la vârsta de 78 de ani

formală. În copilărie, i-a plăcut să picteze ceea ce ea numea “peisage”, folosind suc de lămâie sau de struguri drept culori¹¹. Își amintea cu încântare de momentele din copilărie, când tatăl ei venea acasă cu foi albe de hârtie. La doisprezece ani, a părăsit casa, ducându-se să lucreze pentru alte familii. Unul din angajatorii ei a observat cât de mult admira lucrările lui Currier și Ives, și i-a cumpărat creioane cerate și pasteluri¹². Anna s-a căsătorit în cele din urmă și a avut grijă de propria sa fermă. A născut zece copii, dintre care cinci au supraviețuit dincolo de copilăria mică. Întreaga sa viață, a iubit tot ce avea legătură cu arta. A decorat obiecte casnice și a brodat. Ajunsă în al șaptelea deceniu de viață, artrita a făcut ca broderia să devină prea dificilă, așa că a trecut la pictură. Picturile ei exuberante, pline de lumină, cu temele lor simple, legate de viața la țară, au intrat curând în atenția colecționarilor, iar ea a devenit cunoscută lumii drept Grandma Moses.

Anna Robertson s-a născut cu dorința arzândă de a deveni o artistă – un cărbune sclipitor ascuns sub cenușa gri de-a lungul decadelor în care a avut grijă de copii și a condus ferma. Abia târziu în viață flacăra aceasta s-a aprins suficient de tare pentru a fi văzută de întreaga lume. În 2006, tabloul ei numit *Sugaring Off* s-a vândut în cadrul unei licitații la Christie’s pentru 1,2 milioane de dolari.

Această carte dorește să descopere acești cărbuni sclipitori și să le facă vânt cu blândețe, până când ajung să ardă atât de puternic, încât să ne putem relua conexiunea cu focul central – pofta noastră nestăpânită de viață. Există nenumărate posibilități cu privire la ce anume ar putea fi acești cărbuni, și fiecare dintre noi va avea aspecte diferite ale personalității lăstate undeva în umbră. Fiecare avem propria noastră viață netrăită. Cu toate acestea, în viețile femeilor există câteva teme cuprinzătoare care ne permit să examinăm opt calități de care este posibil să ne fi îndepărtat, și pe care trebuie să ni le recunoaștem. Acestea sunt istețimea, dezagreabilitatea, șiretenia, dorința, sexualitatea, furia, autoritatea și asprimea.

Istețimea, dezagreabilitatea și șiretenia ne permit să avem grijă de noi și

¹¹ Necrolog: “Obituary: Grandma Moses Is Dead at 101; Primitive Artist ‘Just Wore Out,’” *New York Times*, 14 decembrie, 1961, timesmachine.nytimes.com/timesmachine/1961/12/14/118526623.html?pageNumber=1

¹² Arnold B. Cheyney, *People of Purpose: 80 People Who Have Made a Difference* (Parsippany, NJ: Good Year Books, 1998), 110

să ne protejăm, să răspundem pericolelor, și să ne găsim caracterul jucăuș și umorul. Dorința și sexualitatea ne învigoarează și au de-a face cu capacitatea noastră de a ne bucura și de a explora creativ. Ele ne ajută să ne simțim vii. Furia, autoritatea și asprimea au de-a face cu abilitatea noastră de a adopta o poziție și de a ne exprima punctul de vedere. Folosite eficient, ele ne împuternicesc. Împreună, aceste energii proscrie ajută femeia să își croiască propriul ei drum și să devină cea mai completă versiune a ei posibilă. În paginile următoare, vom explora fiecare dintre aceste atribute și cum dezvoltarea lor poate extinde personalitatea, aducând împlinire. În timp ce multe femei au dificultăți în a-și dezvolta o relație conștientă cu aceste calități, fiecare dintre noi le va resimți în mod diferit. Poate că o femeie nu are nici o greutate în a accesa furia, dar nu reușește să-și găsească adevărata autoritate. O alta se poate bucura de sexualitatea ei, abandonându-se, dar are dificultăți în a-și permite să fie dezagreabilă. Dezvoltarea oricăreia dintre aceste calități ne poate ajuta să le accesăm pe celelalte, dar este probabil să începem călătoria din locuri diferite să și mergem pe drumuri diferite spre deplinătate. Mai mult, aceste calități pot apărea în diferite moduri, în funcție de talentele și personalitățile noastre unice. O femeie poate demasca un trișor prin agerimea sa, în timp ce o alta o poate face prin manevre politice subtile. Dorința unei femei se poate exprima printr-o acțiune creativă, în timp ce o alta se poate simți impulsionată să urmeze o profesie sau o practică de natură spirituală. Avem fiecare experiențele noastre individuale de a învăța să ne reclamăm energiile proscrie. Nu va fi ușor. Pe măsură ce creștem înspre deplinătate, vor exista pierderi. S-ar putea să pierdem prietenii. Probabil va fi nevoie să sacrificăm conștient unele visuri și scopuri, pentru ca altele să poată înflori. Cel mai mult, vom pierde micimea plină de confort sau constrângătoare, care ne-a ajutat să ne simțim în siguranță și să primim aprobarea celor din jur timp de mulți ani. Dar vor exista și multe daruri – noi prieteni, orizonturi largi pline de aventuri extraordinare și neașteptate, și o viață infuzată de semnificații și scopuri.

Femeile din prezent beneficiază de eforturile remarcabile făcute de mișcarea feministă de-a lungul ultimului secol. Au existat avansuri semnificative în direcția egalității, și, drept rezultat, avem astăzi parte de un grad ridicat de alegeri și libertăți în toate domeniile vieții noastre. Dar de-a lungul anilor petrecuți în domeniul psihoterapiei, am văzut de

nenumărate ori că fiecare femeie trebuie să câștige o luptă interioară pentru libertate. Fie că suntem profesioniste, fie că suntem casnice, femeii care navighează prin crizele vârstei mijlocii sau tinere care abia au pornit în viață, toate trebuie să facem față forțelor interne care ne rețin, care ne taie legăturile cu instinctele, și care ne fac să avem îndoieli față de noi înșene.

Multe dintre noi suntem prinse într-un tipar în care căutăm compulsiv relații – cu prieteni, colegi, supervizori și membri ai familiei. Fără să ne dăm seama că o facem, ne orientăm spre conexiune și căutăm aprobare, mai degrabă decât o atitudine care să ne servească nouă. Deși putem fi laudate pentru grijă, serviciile noastre nu sunt de obicei răsplătite așa cum ne-am dori, și putem fi izolate de sentimentul nostru de merit. Munca interioară de conectare cu focul nostru vital ne va ajuta să ne reclamăm călătoria precum eroinele, să ne vindecăm rănilor, și să ne exprimăm puterea personală. Ne va permite să revenim la lucrurile pe care le iubim, să devenim cine ar fi trebuit să fim, să trăim deplinătatea potențialului nostru, și să ne facem auzită vocea unică. Multe dintre cele mai semnificative momente ale noastre izvorăsc din experiențele legate de iubire, atașament, relații, grijă. Împlinirea personală ne cere adesea să fim îndrăznețe, asertive și de neoprit. Pentru a trăi plin, trebuie să ne dezvoltăm ambele modalități de a exista în lume. Integrarea acestor două aspecte ne va permite să trăim o viață exuberantă.

Această carte este pentru toate femeile cărora le este greu să-și dea seama ce vor, sau să își exprime nevoile. Este pentru femeile care se simt deconectate de sursa lor profundă, a căror furie se adună undeva înăuntru, numai pentru a fi strangulată și redusă la tăcere înainte de a se putea exprima. Este pentru femeile care sunt adesea prea ezitante, smerite, sau nesigure. Dacă compensați neîncrederea în sine cu acțiuni frenetice, dacă vă simțiți adesea pline de resentimente sau prea sensibile, cartea aceasta este pentru voi. Este pentru femeia care și-a uitat înțelepciunea corpului, un corp care i-a devenit străin. Este pentru orice femeie care se chinuie să împace ceea ce simte în adâncul ei și ceea ce îi spune toată lumea din jur. Este pentru orice femeie care petrece prea mult timp scaldându-se în rușine, pentru că simte fie că nu este destul, fie că este prea mult. Este pentru femeia care nu simte că aparține nicăieri – pentru că încă nu-și aparține sieși. Și este pentru femeia care s-a străduit să-și asculte vocea interioară care-i vorbește cu o insistență

blândă, spunându-i ce este cu adevărat bine pentru ea.

Jung a notat că atunci când suntem în comuniune cu noi, găsim un “partener interior; mai mult decât atât, o relație ce seamănă cu fericirea unei iubiri secrete, sau cu o primăvară ascunsă, când semințele verzi ies din pământul sterp, oferind promisiunea recoltei viitoare”¹³. Atunci când ne primim înapoi sinele, putem reveni la viață, având sentimentul că facem cu adevărat parte dintr-un loc. Suntem acasă în propriul corp, bucurându-ne de înțelepciunea și de capacitatea sa pentru plăcere. După o viață de îngrijorare cu privire la ce cred alții despre noi, se străduința de a plăcea, de îngrijirea nevoilor celorlalți, ne putem urma propriul sfat, putem râde la propriile glume, și ne putem regăsi ancorate în dorințele noastre autentice. Putem învăța să ne auzim tăcerea, în loc de a simți nevoia să o umplem, pentru a-i face pe alții să se simtă în largul lor.

Atunci când latura noastră aprigă se dezvăluie, sălbatică și asertivă, expansivă și onestă, îi putem cere să se comporte corespunzător, sau putem încerca să o domesticim. Ea-și ia atunci zborul într-o parte întunecată a sufletului nostru, unde ne așteaptă. Ajungem să credem că este un demon care trebuie ținut în frâu, dar asta numai pentru că am refuzat să o cunoaștem. Deși este puțin sălbatică și necivilizată, ea este de fapt cea mai bună parte a noastră, scânteia noastră cea mai strălucitoare. Ne așteaptă să revenim, pentru a-i putea accesa înțelepciunea, focul, viața.

Capitolul 1

Distanțarea: pierderea focului

Din fântâna vie a instinctului curge tot ce este creativ; așadar, inconștientul nu este condiționat doar de istorie, ci este însăși sursa impulsului creator.

C. G. Jung, *Collected Works*, volumul 8

¹³ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 14, *Mysterium Coniunctionis*, trad. Gerhard Adler și R. F. C. Hull (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1970), p. 623

Ajungem în lume conectați cu întregul nostru potențial, dar cei mai mulți dintre noi ne pierdem treptat accesul la focul vital. Nimeni nu ajunge necompromis la vârsta adultă. Toți avem părți care au fost date la o parte și zac în camera întunecată a vieții. Conform lui Jung, dezvoltarea conștiinței de sine care are loc pe măsură ce ne maturizăm produce în mod necesar o “diviziune a sinelui”¹⁴. Învățăm să ne distanțăm de aspectele esențiale ale sufletului nostru. Îngropăm acele trăsături care sunt neconforme, potrivit familiei și culturii noastre. Urmăm regulile convențiilor și încetăm să mai ascultăm vocile profunde, instinctuale, care ne-au ghidat străbunii. Aceste trăsături uitate, care au făcut parte inițial din deplinătatea noastră, cad în inconștient și devin ceea ce Jung a numit umbre – acele părți din noi pe care preferăm să nu le cunoaștem. Aspectele cu care pierdem legătura vor depinde, în mare măsură, de familia și cultura în care ne naștem. Pentru mulți dintre noi, există ceva ce nu ni se permite să fim în familie. Mie nu mi s-a permis niciodată să fiu lăudăroasă. Poate că familiile voastre v-au învățat să nu fiți niciodată o povară, sau nepoliticoși, sau leneși. Culturile noastre ne impun, de asemenea, așteptări care ne modelează pe măsură ce ne dezvoltăm. În Statele Unite, copiii sunt învățați adesea că este foarte dezirabil să fie extrovertiți și sociabili. Cei care se încălzesc mai greu ajung să se simtă rușinați sau inadecvați. Deși familiile și culturile le cer tuturor să se conformeze normelor, de obicei au cerințe diferite pentru femei și fete decât pentru bărbați și băieți. Drept rezultat, femeile tind să piardă accesul la alte părți decât bărbații, iar călătoria noastră înspre deplinătate este, așadar, diferită.

Acest capitol va oferi o hartă a teritoriilor pe care le vom acoperi pe parcursul cărții. După ce trecem pe scurt în revistă ce se întâmplă cu fetele și tinerele femei, lăsându-ne alienate de părți esențiale din noi, vom explora povestea antică a unei femei care a reușit să se reconecteze cu calitățile ei aprige. “Pasărea lui Fitcher” oferă un tipar esențial al dezvoltării psihologice feminine, pe scheletul căruia vor construi celelalte povești din carte.

De la copilărie la adolescență

¹⁴ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 8, *The Structure and Dynamics of the Psyche*, editat și tradus de Gerhard Adler și R. F. C. Hull, ediția a doua (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1970), p. 757.

Cum se întâmplă că femeile ajung să piardă contactul cu cele mai vitalizante calități ale lor? Deși în cazul copiilor mici există diferențe temperamentale bazate pe sex – fetele tind să experimenteze mai multe emoții negative decât băieții – acestea sunt mici. Pe măsură ce se apropie adolescența, băieții și fetele au traiectorii semnificativ diferite. În cartea sa *Reviving Ophelia*, psihologa Mary Pipher scrie emoționant despre pierderea încrederii în sine pe care o suferă fetele apropiindu-se de pubertate.

Fetelor li se întâmplă ceva dramatic în adolescența timpurie. Așa cum avioanele și vapoarele dispar în mod misterios în triunghiul Bermudelor, la fel și sinele fetelor scade vertiginos. Ele se prăbușesc și ard într-un Triunghi al Bermudelor Dezvoltării. În adolescența timpurie, studiile arată că există o scădere a coeficientului de inteligență al fetelor, iar rezultatele lor la matematică și științe scad și ele. Fetele își pierd reziliența și optimismul, devenind mai puțin curioase și înclinate să-și asume riscuri. Își pierd personalitățile asertive, energie și “băiețoase” și devin mai respectuoase, autocritice și depresive. Își exprimă nefericirea accentuată legată de corpurile lor¹⁵.

Eroinele prepubescente ale literaturii și filmului sunt pline de inițiativă și curaj – să ne gândim la Matilda, Pipi Șosețica¹⁶, sau Laura Ingalls¹⁷. Pe de altă parte, femeile protagoniste de la celălalt capăt al adolescenței au adesea dificultăți, așa cum se întâmplă în cazul naratoarei de nouăsprezece ani din *The Bell Jar*, de Sylvia Plath, sau de protagonista filmului din 2017, *Lady Bird*. Înainte de adolescență, fetele sunt adesea exuberante și pline de viață. Pentru unele, este ca și cum se sting toate luminile, pe măsură ce devin adolescente. Ajung să fie umile și tăcute. Ajung să aibă tulburări alimentare, anxietate, sau obsesii nesănătoase legate de aparența lor, alimentate de un sentiment disperat de inadecvare. Abandonul și bucuria lor lipsită de complexe se evaporă. Până când reușim să navigăm pe mările agitate ale adolescenței, ajungând să fim aruncate pe țărmul vârstei adulte, cele mai multe dintre

¹⁵ Mary Bray Pipher, *Reviving Ophelia: Saving the Selves of Adolescent Girls* (New York, NY: Riverhead Books, 2005), 19

¹⁶ Eroinele unor cărți pentru copii, scrise de Roald Dahl, Astrid Lindgren

¹⁷ Autoare a seriei de cărți Micuța căsuță din preerie

noi pierdem contactul cu părți vitale din noi. Devenim atât de concentrate să facem pe plac și să avem grijă de alții, încât pierdem contactul cu anumite părți ale noastre.

Tinerețea

Pe măsură ce ajungem la vârsta adultă, continuăm să avem dificultăți cu sentimentul de siguranță de sine. De exemplu, cercetări pe tema încrederii arată că, în timpul facultății, încrederea femeilor în ele însele scade, în timp ce încrederea băieților în ei, crește¹⁸. Cuvântul *încredere* provine din două cuvinte latinești, care înseamnă “cu credință”. A fi încrezător înseamnă a crede în noi. Nu putem avea cu adevărat încredere în noi dacă nu avem acces la calitățile focuse, precum istețimea, asertivitatea, dorința. Lipsa de încredere este un simptom al faptului că suntem deconectate de energiile noastre proscrise.

Când eram studentă, am urmat două seminarii cu același profesor de muzică – unul despre Beethoven și unul despre Mozart. Mi-au plăcut cursurile acelea. Profesorul era dinamic, pasionat, și amuzant. Am primit note maxime la ambele cursuri, și într-unul din ele, profesorul a ales să citească cu glas tare secțiuni din lucrarea mea de examen, prezentând-o celorlalți studenți drept un efort exemplar.

Ne făcea mereu să ne simțim bineveniți la orele lui de consultanță. O parte din mine tânjea să meargă. Mi-am văzut colegii bărbați vorbind și râzând cu el, atunci când am trecut pe lângă biroul său. Dar mă simțeam timidă, și nu-mi venea în minte ce aș fi putut spune, odată intrată. Nu aveam dificultăți cu materia pe care o învățam, și nu îmi veneau în minte întrebări istețe pe care aș fi putut să i le pun. Așa că nu m-am dus niciodată.

În ultimul an de facultate, m-am gândit să candidez pentru o bursă prestigioasă. Notele mele mi-ar fi acordat această șansă, dar aveam nevoie de niște recomandări. M-am hotărât să-l rog pe profesorul de muzică. L-am abordat în timpul orelor pentru consultații, și i-am prezentat cererea mea. Când și-a dat seama ce îi ceream, și-a împreunat sprâncenele.

¹⁸ Liz Dennerlein, “Study: Females Lose Self-Confidence Throughout College,” *USA Today*, 26 septembrie, 2013, usatoday.com/story/news/nation/2013/09/26/study-females-lose-confidence-college/2871111/

- Nu ai pe cine altcineva să rogi? a întrebat el iritat. Abia te cunosc! Nu ți-ai format legături cu alți profesori în cei patru ani în care ai studiat aici? Ce ai făcut cu timpul tău? Nu aș avea ce să scriu într-o astfel de scrisoare. Mi-a făcut vânt cu dispreț. M-am furișat afară, moartă de rușine, și cu mâna goală.

Muncisem din greu. Mă dusesem la fiecare curs, și luasem note bune la examene. Scrisesem cel puțin o lucrare extraordinară. Dar nu mi-am putut găsi neînfricarea și asertivitatea care m-ar fi făcut să mă simt confortabil abordând acest om ca pe un egal, așa cum făcuseră colegii mei bărbați. Îndrăzneala lor fusese răsplătită. Agreabilitatea mea, nu. Nu mi-am mai trimis candidatura pentru bursa respectivă.

Când intrăm în câmpul muncii, noi, femeile, continuăm să suferim de lipsa încrederii, și dovezile arată că acest lucru ne dăunează din punct de vedere profesional. Cercetătorii au descoperit că femeile vor candida pentru un anume post atunci când îndeplinesc 100% dintre criteriile de selecție. Bărbații, în schimb, se simt suficient de confortabil pentru a-și încerca norocul atunci când îndeplinesc aproximativ 60% dintre criterii. Studiile arată că bărbații își supraestimează calitățile și performanța, în timp ce femeile le subestimează pe ambele, și femeile sunt mult mai predispuse să-și exprime îndoiala cu privire la competența lor¹⁹.

Cultivarea încrederii are nevoie de calitățile lui Lilith. Atunci când nu le putem accesa, suntem prinse în tiparul îngrijirii și preocupării, care ne poate trage în spate, deoarece nu vrem să-i facem pe ceilalți să se simtă provocați, sau inconfortabil. Lipsa de încredere ne poate face timide și ineficiente. Implicațiile acestui lucru merg cu mult dincolo de locul de muncă. Atunci când nu avem acces la îndrăzneală, autoritate, și un sentiment sănătos de îndreptățire, suntem mai puțin capabile să ne protejăm, să ne simțim pline de viață, sau să ne reclamăm puterea. Ne va fi mai dificil să ne urmăm calea, să ne îngrijim de propria noastră creativitate, sau să ne gestionăm puterea de a-i apăra pe cei dragi nouă. O poveste întunecată dar satisfăcătoare, culeasă de frații Grimm, oferă un portret bogat al potențialelor costuri pe care le presupune separarea de Lilith – și ne arată cum ne putem reconecta cu ea.

¹⁹ Katty Kay și Claire Shipman, "The Confidence Gap," *The Atlantic*, Mai 2014, theatlantic.com/magazine/archive/2014/05/the-confidence-gap/359815/.

Pasărea lui Fitcher

A fost odată ca niciodată un vrăjitor hoț, care se deghiza și mergea cerșind din casă în casă. Într-o zi a bătut la ușa unei case în care locuiau trei surori. O tânără a deschis ușa și i-a oferit o bucată de pâine. Cu doar o atingere, el a făcut ca fata să intre în coșul său. A dus-o acasă la el, o casă mare și bine îngrijită. I-a dat tot ce și-a dorit, și, la început, ea a fost mulțumită să rămână cu el.

După câțva timp, el i-a spus că are de mers undeva departe, și că va lipsi câteva zile. I-a dat un ou și i-a spus să aibă mare grijă de el, ținându-l mereu asupra ei. I-a mai dat o cheie.

- Orice ai face, nu intra în camera pe care o descuie această cheie, dacă ții la viața ta, i-a spus el.

După plecarea lui însă, curiozitatea a copleșit-o pe fată. Aceasta s-a dus în camera interzisă, unde a văzut un bazin plin de femei moarte și tăiate în bucăți. A fost atât de oripilată, încât a scăpat oul în bazin. L-a scos imediat și l-a curățat, dar sângele reapărea imediat ce eat îl ștergea și, indiferent ce făcea, nu putea îndepărta petele.

Când vrăjitorul s-a întors acasă, a cerut imediat cheia și oul. Neștiind ce altceva să facă, fata le-a scos. Vrăjitorul a știut de îndată ce s-a întâmplat, văzând sângele de pe ou.

- Mi-ai nesocotit vrerea! a strigat el. Acum vei plăti cu viața, și vei locui și tu în camera însângărată!

Spunând acestea, o târî în cameră, o tăie în bucăți și o aruncă în bazin, alături de celelalte.

După un timp, bărbatul a mers din nou la cerșit la aceeași casă. A răpit-o pe cea de-a doua soră în același fel, și, în timp, aceasta a ajuns să aibă soarta surorii ei. A intrat în camera interzisă, a scăpat oul în bazin, și a fost tăiată în bucăți.

În cele din urmă, vrăjitorul a capturat-o pe cea de-a treia soră, dar ea era isteță. Când a venit rândul ei să fie lăsată singură cu oul și cheia, a lăsat oul în dulap înainte de a intra în camera interzisă. Când și-a văzut surorile în bazinul însângărat, a căutat și a căutat până când le-a găsit toate părțile. Apoi le-a pus la loc – brațe, picioare, corp. Astfel, cele două surori ale ei au revenit la viață.

Sora cea mică le-a condus afară din camera însângărată și le-a ascuns. Când vrăjitorul a venit acasă, a fost încântat că oul nu avea pete de sânge. I-a cerut celei de-a treia surori să devină soția lui. Ea a fost de

acord, dar a spus că, înainte de a se căsători cu el, acesta trebuie să ducă un coș cu aur la casa părinților ei. Apoi și-a ascuns surorile în coș și le-a acoperit cu aur.

- Nu întârzia! i-a spus ea vrăjitorului. Te voi privi de la fereastră și voi vedea dacă pierzi vremea.

Vrăjitorul a ridicat coșul în spate, dar era destul de greu. Când s-a oprit să se odihnească puțin, una dintre surori a strigat:

- Nu e timp pentru odihnă! Mergi mai departe!

Vrăjitorul a crezut că era vocea fetei care-l privea de la fereastră, așa că s-a ridicat și și-a continuat drumul, dar coșul era atât de greu încât a trebuit să se odihnească. Când a pus coșul jos, cealaltă soră a strigat:

- Te văd! Pornește mai departe!

Gândindu-se că mireasa lui îl privea de la fereastră, a ridicat din nou coșul în spate și a șchiopătat spre destinație.

Între timp, cea de-a treia soră a decorat un craniu cu bijuterii și alte lucruri fine. Apoi l-a pus la fereastră, pentru ca tuturor să li se pare că este o frumoasă fecioară ce-și așteaptă logodnicul. Ea s-a dezbrăcat și s-a acoperit cu miere. A tăiat una dintre saltele și s-a rostogolit prin pene, până a fost acoperită complet. Astfel, s-a deghizat în așa fel, încât nimeni nu ar fi recunoscut-o. Apoi a plecat din casă.

Pe drum, s-a întâlnit cu nuntașii care se îndreptau spre casa vrăjitorului, care au întrebat:

- O, pasăre a lui Fitcher, ce faci aici?

- Vin de la casa lui Fitcher, de aici de-aproape.

- Și ce face tânăra mireasă acolo?

- A măturat casa întreagă, și acum așteaptă la fereastră.

Mai apoi s-a întâlnit cu mirele, care se îndrepta încet spre casă. Ca și ceilalți, el a întrebat:

- O, pasăre a lui Fitcher, ce faci aici?

- Vin de la casa lui Fitcher, de aici de-aproape.

- Și ce face tânăra mireasă acolo?

- A măturat casa întreagă, și acum așteaptă la fereastră.

Mirele și-a ridicat privirea, a văzut craniul din fereastră și, gândindu-se că era mireasa lui, i-a făcut cu mâna. Dar când el și oaspeții săi au intrat în casă, frații și rudele miresei, trimiși să o salveze, au sosit și ei. Au încuiat casa cu vrăjitorul și nuntașii înăuntru, apoi i-au dat foc, și toată lumea din interior a ars.

Basmele ne vorbesc în limbajul misterios al simbolurilor și imaginilor, limbajul inconștientului. Pentru a înțelege o poveste din punct de vedere simbolic, trebuie să ne mijim puțin privirea, să ne-o împlânzim, și să ne scufundăm în poveste. Nu merge să fim prea grăbiți sau prea deștepți. Trebuie să ne luăm tot timpul, și să lăsăm imaginile să lucreze asupra noastră. Apoi ne putem deschide, pentru a ne schimba perspectiva.

Pornim de la asumția că fiecare element al poveștii este parte dintr-un singur spirit. Conform acestei înțelegeri, fiecare soră reprezintă un aspect diferit al tinerei femei care este eroina poveștii. De asemenea, și vrăjitorul este o parte din ea. La început poate fi greu să ne imaginăm acest lucru, dar această abordare ne salvează imediat din a ne simți blocați în polaritatea “bine-rău”, și ne deschide ușa către tărâmul subtilității psihologice.

Povestea ne spune despre relația dintre o femeie și un bărbat ca simbol al muncii pe care trebuie să o depunem pentru a ajunge la deplinătate. În cele din urmă, creșterea psihologică este o chestiune internă – și în lumea interioară există atât resurse bogate, cât și provocări periculoase. Parteneriatele intime sunt adesea oglinzi ale realității noastre interioare, așadar reprezintă niște scene pe care ne prezentăm cele mai profunde răni personale. Din acest motiv, multe povești se concentrează asupra cuplării romantice, și visăm adesea despre partenerii noștri intimi. Este important de reținut că, atât în vise cât și în povești, aceste relații pot fi înțelese simbolic. Ele reprezintă adesea dinamici aflate în activitate între diferite părți ale noastre.

Povestea începe cu o fată și cele două surori ale ei, dar povestea nu menționează părinții. Tânăra care deschide ușa pare singură și neprotejată. Ea îi deschide ușa vrăjitorului fără să se gândească. Compasiunea și naivitatea ei o fac susceptibilă la răpire. Când îi dă cerșetorului niște pâine, ea-i oferă de fapt energia psihică – puterea și autoritatea – și este astfel făcută să sară în coș printr-o simplă atingere.

Până când ajung la prima tinerețe, femeile din cultura noastră au fost deja învățate să fie bune și prietenoase. Dacă un străin vă vorbește pe un peron pustiu de metrou, s-ar putea să vă simțiți obligate să răspundeți politicos, deși vă simțiți inconfortabil. Vocea culturală din capul vostru care vă spune să fiți pline de curtoazie cântărește mai greu decât clopoțelul primar de avertizare. Atunci când simțim că nu avem

permisiunea de a spune nu, sau de a avea o limită, suntem precum surorile care nu se pot proteja cum trebuie de pericolul reprezentat de vrăjitor. Ne ignorăm instinctul pe pielea noastră.

Conștientizarea

Povestea ne spune că prima tânără a fost inițial mulțumită să stea cu vrăjitorul, deoarece acesta îi dădea tot ce își dorea. Speranțele că vom fi iubite și îngrijite ne fac să ne abandonăm cunoașterea interioară. Dorim atât de mult să fim prețuite, încât ne putem convinge să ne ignorăm intuiția. Sau ne putem simți neajutorate să facem altfel decât să ne supunem presiunilor și cerințelor. Fără înverșunarea de care avem nevoie pentru a ne îngriji și proteja pe noi, putem simți că nu avem de ales decât să depindem de alții și să sperăm că aceștia țin cont de interesul nostru. Când prima soră primește oul și cheia și este lăsată singură, are suficient curaj de a intra în camera interzisă. Această acțiune îndrăznească indică dorința de a crește înspre conștientizare. Cu toții avem camere interzise în suflete, lucruri pe care am prefera să nu le știm despre noi, sau despre alții. Clienta mea, Laura, a crescut cu un tată alcoolic. A venit să mă vadă după ce și-a dat seama cu șoc și oroare că soțul ei și tatăl celor doi copii ai lor avea o problemă cu băutura. Până atunci, ea reușise să nu vadă ce avea în fața ochilor. Era ca și cum ar fi primit o cheie pe care nu își permisese să o folosească. Cu toții facem astfel de eforturi, pentru a nu ști ce este dureros sau inconfortabil. Dorința de a arunca o privire în camera interzisă reprezintă un impuls sănătos de a depăși interdicția interioară de a nu vedea. Cheia, așadar, reprezintă o cheie spre o mai mare conștientizare și conștiință de sine.

Dar nu ar trebui să abordăm asemenea cunoștințe fără o pregătire adecvată. Primele două surori încalcă una dintre reguli – ele intră în cameră. Dar urmează întocmai o altă regulă – țin mereu oul cu ele. Incursiunea lor în camera însângerată este impulsivă, condusă de a curiozitate sănătoasă, dar imatură. Nu sunt conștiente de magnitudinea lucrului cu care se confruntă, și se apropie orbește de cunoașterea care le așteaptă în cameră, fără o pregătire suficientă. Aceasta duce la moartea și dezmembrarea lor.

Dezmembrarea reprezintă o metaforă puternică pentru starea de disoluție psihologică. Ne desfacem în bucăți. Ne disociem. Nu mai simțim că avem un sentiment coerent al sinelui nostru. Astfel de experiențe nu

sunt rare. Pot fi cauzate de traume, psihoze, consum de droguri, sau alte condiții extreme. Sunt terifiante și uneori pot duce la fisuri permanente. Cu toate acestea, pot vesti un proces profund de vindecare și creștere. Șamanii din diferite culturi raportează experiențe de dezmembrări înfiorătoare în timpul călătoriilor lor inițiatice. Acestea precedă experiențele re-membrării și restaurării, care aduc cu ele puterea de a-i vindeca pe alții.

A treia soră

Cele trei surori fac alegeri diferite și au câte o soartă diferită. Trei este un număr ce denotă o mișcare spre deplinătate. În povești, secvențele de trei implică adesea o dezvoltare temporală și oferă o imagine a ceva ce se modifică în timp. Conform acestei accepțiuni, cele trei surori sunt aspecte ale aceleiași persoane, dar în stadii diferite de conștientizare și dezvoltare. Pentru dezvoltarea psihologică, este esențial să putem eșua și să învățăm din aceste eșecuri. Jocurile video capturează acest adevăr arhetipal. Suntem mereu învinși în lupte până când abilitățile noastre se dezvoltă suficient pentru a câștiga. Și, la fel ca în povești, putem din fericire reînvia. Când suntem tinere și încă nu am învățat să ne protejăm, suntem ca niște începători într-ale jocurilor video. Ne comportăm precum cele două surori, oferindu-ne energia fără să ne gândim de două ori, lăsându-ne astfel pradă vulnerabilității. Cea de-a treia soră reprezintă imaginea a ce înseamnă să ne reclamăm calitățile de Lilith, în interesul creșterii și dezvoltării. Pentru a face aceasta, ea trebuie să găsească noi modalități de coping, diferite de modul ei obișnuit de a trece prin lume.

Ajungem cu toate la maturitate având un repertoriu îngust de comportamente și răspunsuri, care sunt bine exersate și devenite obișnuință. Avem strategii consecvente, pe care le punem în practică atunci când suntem dezamăgite, furioase, provocate, sau plictisite. Alte reacții ni se par imposibile, parțial pentru că am învățat că acestea ar fi inacceptabile. Suntem asemenea unui pictor care are o paletă vastă de culori dintre care poate alege, dar care folosește un număr redus de nuanțe în timp ce-și pictează pânzele. Când învățăm să lărgim spectrul comportamentelor noastre, putem face alegeri conștiente cu privire la modul în care gestionăm lucrurile. Atunci nu ne mai bazăm pe strategii reflexive, care ne sunt înmânate prin intermediul scenariilor vechi, inconștiente. Conștientiza-mărită ne permite să ne exprimăm mai mult pe

noi însene, și să negociem cu lumea cu un succes sporit. Învățarea din greșeli ne permite să achiziționăm noi răspunsuri comportamentale. Putem încerca lucruri noi – cum ar fi să fac *asta* de data aceasta, și nu ceea ce fac de obicei? Așa cum devenim mai buni la jocurile video, în cele din urmă învățăm ce greșeli să nu facem.

Cea de-a treia soră devine mai conștientă. Deși inițial este la fel de susceptibilă ca celelalte două, ea face de la început alegeri diferite. Cea de-a treia soră întrerupe tiparele habituale de răspuns, și acest lucru face ca lucrurile să fie foarte diferite. Ea este capabilă să acceseze cele opt calități pe care le vom examina în această carte. Își folosește istețimea pentru a proteja oul, în timp ce explorează camera interzisă. Nu-l ascultă pe vrăjitor – nu doar impulsiv, ci conștient și cu viclenie. Nu o deranjează să nu fie agreabilă. Cea de-a treia soră își accesează șiretenia, ascunzându-și surorile în coș, și convingându-l pe vrăjitor că îl privește de la fereastră. Se acordează la dorința ei de a se reuni cu surorile. Își valorifică furia împotriva vrăjitorului și o folosește pentru a se proteja pe sine și pe surorile sale. Și își reclamă suveranitatea asupra corpului și atractivității sale, schimbându-și veștmântul de fecioară cu unul din pene. Nu are nevoie să fie atractivă sexual pentru altcineva, și nu se străduiește să le prezinte celorlalți o persoană atractivă. Craniul decorat indică faptul că vechiul ei fel de a fi în lume, unde se baza pe șarm și frumusețe, devine desuet. Fata schimbă raportul de forțe cu vrăjitorul, reclamând autoritate și poruncindu-i *lui*, în loc să asculte ordinea acestuia. În cele din urmă, își accesează agresiunea și asprimea pentru a se proteja, ajutându-și frații și rudele să-l ardă pe vrăjitor și pe prietenii acestuia.

Vrăjitorul

Vrăjitorul are acces la puteri magice, dar este, de asemenea, un hoț care se deghizează în cerșetor. Un imperativ interior nefondat, care ne cere să punem pe primul loc nevoile altora în locul nevoilor noastre, poate deveni un sabotor tiranic, care ne fură puterea și ne retează legăturile cu noi. Multe femei simt un sentiment constant de vinovăție din cauză că o voce interioară severă le spune că nu sunt suficiente. Acest lucru le epuizează și le golește de energie. În cartea sa, *Women Who Run With the Wolves*, analista jungiană Clarissa Pinkola Estés scrie despre bine cunoscuta versiunea franțuzească a acestei povești, Barbă Albastră. Ea spune că

soțul ucigaș este o imagine a prădătorului interior – și că avem toate unul²⁰. În forma sa curentă, nu se poate negocia cu el, nu se poate face apel la el, nu se poate integra. Această dificilă energie întunecată trebuie transformată prin foc – o transmutare chimică completă.

Vrăjitorul interior poate ajunge să locuiască în psihicul nostru din mai multe motive. În primul rând, își poate găsi o casă acolo deoarece nu am fost niciodată învățate cum să ne protejăm adecvat în copilărie. În “Pasărea lui Fitcher”, se presupune că cele trei fete locuiesc cu părinții, dar nu-i vedem niciodată, și nimeni nu pare să observe că primele două surori dispar. Poate că am avut părinți absenți, sau neimplicați, care nu au văzut când traversam momente de stres. Astfel, am învățat că nu este în regulă să ne preocupăm de nevoile noastre. Cu toate acestea, vrăjitorul există în psihicul tuturor, chiar și în cazul celor care nu au avut greutăți în copilărie. Din cauza dorinței noastre de a fi plăcute și atrăgătoare, el este un pericol mereu prezent.

Barbă Albastră

Versiunea franțuzească a poveștii, cunoscută sub numele de “Barbă Albastră”, are câteva diferențe semnificative față de “Pasărea lui Fitcher”, și acestea ne spun ceva important despre ce este nevoie pentru a ne reconecta cu acele calități care ne dau putere. În “Barbă Albastră”, vrăjitorul este un nobil bogat, cu o stranie barbă albastră. El le curtează pe cele trei surori, dar toate refuză să se căsătorească cu el din cauza bărbii sale, și pentru că avusese nenumărate soții, care toate dispăruseră în mod misterios. În cele din urmă, sora cea mai mică este convinsă să se căsătorească cu el, din cauza averii sale. La câțiva timp după nuntă, el o lasă singură cu cheile tuturor camerelor din palat, instruind-o că poate intra oriunde – cu excepția unei camere mici. Sunt sigură că puteți ghici ce se întâmplă în continuare. Când ea intră în cameră, găsește trupurile soțiilor lui Barbă Albastră tăiate într-un bazin. Este atât de speriată, încât scapă cheia, care se pătează cu sânge și nu mai poate fi curățată. Cheia îi dezvăluie neascultarea. Barbă Albastră o prinde și o amenință că o duce în cameră pentru a o ciopârți. Ea îl întârzie câteva minute, în timp ce frații ei îi vin în ajutor. În cele din urmă ei îlucid pe Barbă Albastră, iar soția îi

²⁰ Clarissa Pinkola Estés, *Women Who Run With the Wolves: Myths and Stories of the Wild Woman Archetype* (New York, NY: Ballantine Books, 2003).

moștenește averea și, în cele din urmă, se căsătorește cu cineva mai potrivit.

În versiunea franțuzească, forța eliberatoare vine din afară, sub forma fraților tinerei. Putem spune că frații sunt o parte a psihicului ei – o energie interioară masculină, eliberatoare, care apare la momentul potrivit. Cu toate acestea, chiar și în această interpretare, tânăra nu posedă conștient această energie pozitivă. Tânăra din “Barbă Albastră” încă nu a învățat să-și reclame conștient agresivitatea, istețimea, viclenia, și celelalte calități care îi permit celei de-a treia surori din povestea fraților Grimm să se salveze și să-și salveze surorile.

Sabotorul interior

Lipsa de acces a unei femei la autoritatea și puterea sa o poate face să ajungă neajutorată și să se victimizeze. Victimizarea se poate manifesta în moduri foarte întunecate. Putem ajunge într-o relație cu cineva – femeie sau bărbat – care se hrănește cu energia noastră, sau este abuziv verbal, ori fizic. Dar există și moduri mai subtile de a ne trezi victimele unei energii interioare de tip Barbă Albastră.

Beth era cea mai mare dintre cinci frați. Familia ei era săracă, și ea își amintește că-i era frig întreaga iarnă, pentru că era prea scump să încălzească corespunzător casa. Tatăl ei era un alcoolic ce devenea adesea furios și periculos atunci când era beat. Beth își amintește că se ascundea într-un dulap cu frații ei mai mici, încercând să se dea la o parte din calea lui. Beth s-a descurcat bine la școală, și a primit o bursă pentru a studia la universitate, unde a excelat la matematică și științe. A terminat ingineria, și a avut succes în domeniul ei. Pe la douăzeci și ceva de ani, Beth a avut o relație pe termen lung cu un bărbat care se lupta cu dependența de droguri. Legătura lor a fost marcată de haos și drame. Când a venit la mine, la puțin peste treizeci de ani, trecuseră deja câțiva ani în care nu avusese nicio relație.

Viața socială a lui Beth se învârtea în jurul fraților ei. Simțea că trebuie să fie figura maternă și să fie puternică pentru familia ei, și își ajuta adesea frații mai mici, împrumutându-le bani, găzduind petreceri și având grijă de copiii lor. Se plângea că prietenii ei din facultate începeau cu toții să se căsătorească, în timp ce ea era în continuare singură. Am suspectat că acest lucru era cauzat de faptul că își rezerva cea mai mare parte a timpului și energiei pentru frații și surorile ei.

Beth a venit la mine la început de ianuarie, la puțin timp după vacanța de Crăciun. Era depresivă și extenuată, deși nu putea spune ce anume o deranja. A descris petrecerea elaborată de Crăciun pe care a pregătit-o pentru frații ei. Mi-a fost clar, în timp ce o ascultam, că avusese de gătit, făcut cumpărături și decorat foarte mult. Frații ei, pe de altă parte, se comportaseră destul de urât. Câțiva au sosit târziu, și nici unul nu a părut să aprecieze eforturile pe care le făcuse ea. Doar una dintre surorile ei o ajutase să strângă la finalul mesei, iar doi dintre frați făcuseră comentarii ironice despre mașina ei hibrid, și râseseră pe seama faptului că era “o protectoare sentimentală a mediului”.

La început, Beth nu a făcut legătura dintre dispoziția ei proastă de după sărbători cu dezamăgirea profundă și furia neexprimată pe care o simțea față de frații ei. Dar când i-am sugerat cu blândețe această legătură, a tăcut, apoi ochii i s-au umplut de lacrimi. În cele din urmă, am explorat felul în care s-a sacrificat pentru frații ei, așa cum o făcuse mereu. Deși tatăl lor murise când Beth era la facultate, un tată interior – furios, crud, și incapabil să i se facă pe plac – o bântuia în continuare. Îi cerea lui Beth să organizeze festinuri supraomenești și să le ofere fraților ei căldura și iubirea după care ea tânjise mereu. Când Beth încercase să iasă la întâlniri pe la douăzeci de ani, ajunsese într-o relație cu un bărbat plin de energia Barbă Albastră, la fel ca tatăl ei. Acum, Barbă Albastră din interiorul ei o păstra pentru sine – fără relații, și fără viață.

Barbă Albastră cel interior taie legătura femeii cu ea însăși. O seacă de energie. Profită de dorința femeii de a fi plină de compasiune, și o obligă să-și lase dorințele deoparte. O face să-și piardă echilibrul și încrederea în sine. Mai mult decât orice, o face să-i fie teamă. Se poate teme că ceea ce face este greșit, sau că nu va fi niciodată suficient de bună. Se poate teme că este o persoană rea, sau că nu a perceput corect lucrurile. Se poate teme de supărarea și judecățile celorlalți. Și se poate teme inclusiv că partenerul ei o va răni sau abuza fizic. Atunci când ajungem să trăim cu teamă, trebuie să ne întrebăm dacă nu este cumva opera unui Barbă Albastră interior.

Un oponent pe măsură

Un Barbă Albastră interior ne face mai predispuse să întâlnim persoane de tip Barbă Albastră în lumea reală. Similar, dacă sfârșim adesea în relații cu bărbați de tipul Barbă Albastră, ar trebui să ne întrebăm dacă

această forță prădătoare nu acționează cumva și înăuntrul nostru. Când un Barbă Albastră este prezent în viețile noastre, ne putem aminti lecțiile din “Pasărea lui Fitcher”. Cea de-a treia soră nu așteaptă neajutorată să fie salvată din afară. Își găsește în ea însăși toate calitățile acelea care o împuternicesc, și astfel își poate învinge opresorul.

Sentimentele și atitudinile noastre care ne conectează – empatia, grija, implicarea, și altele – nu ne vor ajuta atunci când devenim prada cuiva. Așa cum am văzut în cazul primelor două surori, prădătorii folosesc compasiunea și agreabilitatea noastră pentru a ne înălța. Dacă, atunci când suntem atacate, ne bazăm numai pe calitățile noastre care conectează, vom avea o plajă redusă de opțiuni. Putem spera în mod pasiv că cineva va veni să ne salveze, sau putem încerca să apărăm cât mai atrăgătoare în ochii atacatorului nostru, sperând să-i producem milă. Uneori, aceste strategii funcționează, dar alteori pot fi fatal de naive. Dacă ne putem accesa sentimentele și atitudinile care ne împuternicesc – viclenia, forța, autoritatea, egoismul, furia și așa mai departe – vom avea la dispoziție o plajă mai largă de strategii la care putem apela.

Dacă nu avem acces la calitățile noastre asertive, iar atitudinile de conectare se dovedesc insuficiente la a ne proteja, ne putem lăsa cuprinse de amărăciune, furie difuză, și căutarea pasiv-agresivă a atenției. Deoarece nu ne-am dezvoltat uneltele cu care să ne apărăm, lumea ni se pare un loc universal periculos. Dacă rămânem blocate în această perspectivă, aceasta poate deveni o parte a structurii caracterului nostru, pregătindu-ne pentru o viață de retragere și resentimente. Prin contrast, când o femeie își dezvoltă energiile proscrie, poate deveni un oponent pe măsură, în loc de o victimă.

Găsirea puterii personale

Vrăjitorul din “Pasărea lui Fitcher” nu este doar rău. El este puternic și bogat, cu o casă frumoasă. Vrăjitorul are acces la bogății și-i dă surorii un ou și o cheie, ambele simboluri potente ale totalității. Oul simbolizează potențialul de deplinătate psihologică, pe care Jung l-a numit Sine, scopul unui proces îndelungat de descoperire. Analista jungiană Marie-Louise von Frantz notează că vrăjitorul este conectat cu tărâmul morților²¹. El

²¹ Marie-Louise von Franz, *The Collected Works of Marie-Louise von Franz: Archetypal Symbols in Fairytales*, vol. 3, *The Maiden's Quest* (Asheville, NC: Chiron Publications, 2021).

cunoaște secretele morții și renașterii – într-o versiune a poveștii, cea de-a treia soră își readuce surorile la viață folosind un balsam magic pe care îl găsește undeva în casa vrăjitorului. Vrăjitorul reprezintă imaginea posibilității de creștere și dezvoltare psihospirituală în cadrul psihicului unei femei. Mai poate reprezenta accesul la potențialul transpersonal de care suntem inadecvat legate, și care joacă așadar un rol distructiv în viețile noastre. De exemplu, fascinația față de diferite sisteme de credințe, practici religioase sau mișcări politice ne poate pune în legătură cu niște enorme forțe arhetipale, care ne conectează cu ceva mai mare decât noi. Astfel de experiențe pot fi înălțătoare și pline de semnificații, dar dacă ne lăsăm fără chibzuială în seama lor, aceste forțe ne pot duce în locuri întunecate, producând stricăciuni însemnate atât în viețile, cât și în culturile noastre. Îndemnul secret al vrăjitorului este ca noi să ne reclamăm puterea personală, și să nu ne predăm gândirea sau percepția critică celorlalți, care să aibă grijă de noi.

Relația lui Gwen cu Mark era adesea tumultuoasă. El era, de fapt, un fel de vrăjitor – un astrolog capabil, care organiza adesea sesiuni de instruire la el acasă, și care era urmărit de un număr constant de adepți. Depășise greutatea însemnate, ținând la standardele sale, și impunându-i-le într-un mod destul de crud lui Gwen. Nu credea în empatie, și putea fi un critic destul de dur. Când era repezit și tăios, Gwen își pierdea adesea avantajul. Nu se putea apăra fără să cadă în brațele autocompătimirii, lucru care îi aducea și mai mult dispreț din partea lui Mark. Rezultatul era că ea se simțea frecvent nefericită, dar, în același timp, se simțea blocată și incapabilă să ia decizia de a pleca.

Într-o săptămână, Gwen i-a împărtășit lui Mark frustrarea ei cu privire la o interacțiune recentă cu o prietenă. Mark a certat-o cu răceală pentru atitudinea ei, care i se părea indulgentă cu sine. Gwen s-a văzut devenind tot mai tulburată de felul în care el îi enumera defectele. A crezut că o percepe greșit, dar nu a găsit un mod de a se apăra. Schimbul de replici a urmat tiparul deja familiar, care apăruse de nenumărate ori de-a lungul anilor. Dar de data aceasta, ceva s-a schimbat în cazul lui Gwen. Când nu și-a putut găsi cuvintele de care avea nevoie, Gwen a ieșit tăcută din casă și a condus la casa unei prietene, unde a rămas timp de câteva zile.

Ea a rezistat impulsului de a-l suna pe Mark pentru a lămurilucrurile, așa cum o făcuse de atâtea ori înainte. În schimb, și-a luat libertatea de a-și imagina toate posibilitățile. Ce s-ar întâmpla dacă ea și Mark s-ar

despărți? Gândindu-se la această întrebare, și-a dat seama că o despărțire ar fi fost dureroasă și provocatoare, dar că ea ar fi fost în regulă. Și-a dat seama că, în mod similar, despărțirea ar fi dificilă pentru Mark, dar că și el ar fi fost bine. Nu a cedat tentației de a-l demoniza pe Mark, sau de a-i atribui întreaga vină pentru greutățile pe care le avuseseră. Deși Gwen era recunoscătoare pentru sprijinul primit de la prietenele sale în timpul zilelor în care fusese plecată de acasă, i s-a părut că verdictul lor, “părăsește-l”, era prea simplist. Cumva, știa că situația cerea o transformare mai profundă.

Gwen a așteptat până s-a simțit mai sigură, înainte de a-l contacta pe Mark. Ca de obicei, acesta s-a purtat ca și cum nu se întâmplase nimic, ignorând conflictul și urmările sale. Dar Gwen nu a mai fost de acord de data aceasta. I-a spus că dorește să discute despre ceartă, dar numai când se simțea pregătită. Apoi, când i s-a părut că este, i-a spus lui Mark ce simțise înainte, în timpul și după ceartă – iar Mark a ascultat. I-a răspuns cu empatie și curiozitate, în loc să o reducă la tăcere cu un dispreț ironic. Gwen devenise un oponent pe măsură, și acest lucru îi permisesse lui Mark să găsească noi moduri de a interacționa cu ea.

În acest moment, ea avea o serie de două vise importante:

Mă aflu într-o librărie gotică, cu lambriuri întunecate. Diavolul se află aici, și o femeie vrea să fie cu el. Diavolul vrea să o ia pe femeie. Nu o face, însă. Încearcă să o învețe, dar ea e prostuță și își închipuie că vrea să o seducă. Diavolul știe că o poate ucide, și crede că e proastă.

Femeia încearcă să-i spună diavolului:

- Oh, te iubesc; vreau să fiu cu tine!

Iar diavolul îi rânjește disprețuitor. Mai este acolo un tub din care iese ceva colorat în culorile curcubeului. Femeia poate alege să sară în tub sau să fie luată de diavol. Femeia spune că a sări în tubul colorat va fi salvarea ei când va ști că este aproape de moarte. Este condamnată. Este tragic și trist, dar ea nu vede nici o scăpare, și poate că nici nu există.

Femeia din vis a scăpat oportunitatea de a fi învățată de către diavol. Crede că acesta vrea să o seducă, când de fapt el vrea ca ea să se apere și să se prezinte ca o oponentă pe măsură – cineva pe care îl poate instrui în căile întinericului. Ea a înțeles greșit natura acestui conținut psihic semnificativ, și așadar se raportează incorect la acesta. Crede că

opțiunile ei sunt fie evitarea, sărind într-un tub colorat, fie cedarea la seducție. Visul reflectă felul în care Gwen se raporta la multe aspecte din viața ei, inclusiv la relația cu Mark. Situațiile erau fie “cu totul rele” și trebuiau evitate, fie erau magice și transformatoare, dar îi cereau puțin efort. Tubul curcubeu reprezintă un mecanism rigid de apărare psihologică – un optimism agresiv care nu permite pătrunderea cunoașterii despre întuneric, pe care vrea să o transmită diavolul.

În noaptea următoare, a avut un alt vis:

Am ajuns sub influența unui magician care folosește magia neagră, așa că mi-am făcut o programare să-l întâlnesc și să devin “inițiată”. Mark mă duce undeva cu mașina, și-mi dau seama că mi-am asumat întâlnirea asta. Îi spun lui Mark și mă duce acolo. Mă simt protejată de Mark. Magicianul nu mă poate “lua” dacă este și el acolo.

Când ajungem, magicianul ne salută. Este foarte amabil și blând. Mai sunt și alți oameni cu el, toți îmbrăcați în robe. Mark pare să se simtă confortabil alături de ei.

Pe degetul de la mână stângă am un inel pe care mi l-a dat magicianul mai devreme. Deasupra lui, a apărut un model ciudat, sângieru. Șterg sângele și-mi scot inelul. Un tânăr îmi spune că “a căutat” și știe că modelul acela înseamnă că locul meu este acolo.

Fac o baie într-o cadă mare, în mijlocul băii. Trag un vânt în apă, și iese o mică bucată de rahat. Mă simt prinsă într-o dilemă – vreau să le arăt magicianului și oamenilor săi disprețul meu, dar mă tem, de asemenea, să las ceva în urma mea, de teamă că ar putea face vrăji. Așa că golesc cada, mă uit după rahat și găsesc o mică boabă de porumb.

Mă duc să-l caut pe Mark și-l conving să plecăm. El începe să vorbească despre ce trebuie să-i dea magicianului, ca și cum ar fi făcut o înțelegere cu el. Spune:

- Cred că el va conduce ceremonia la înmormântarea mea.

Asta mă înspăimântă, și cred că Mark este sub vraja lui.

O parte din Gwen este pregătită să fie inițiată în artele întunecate oferite de diavol/magician. Însă o altă parte este încă temătoare.

A înțeles greșit ceea ce oferă magicianul și ce anume îi cere. Sângele de pe deget indică faptul că aparține acolo, așa cum sângele de pe oul din “Pasărea lui Fitcher” relevă complicitatea morală și implicarea în lumea

vrăjitorului. Cu toate acestea, Gwen cea din vis rezistă inițierii. Simte dispreț față de magician și companionii săi. Cu alte cuvinte, partea conștientă a lui Gwen crede că este superioară forțelor umbrite din subconștient. Ea vrea să devină inviolabilă în fața acestor forțe puternice, asigurându-se că nu lasă nimic în urma sa. Își imaginează că este posibil să rămână neatinsă.

Gwen din vis crede inițial că Mark o va proteja. Acest lucru reflectă cum Gwen își proiectează partea întunecată asupra lui Mark, pentru a continua să se vadă pe sine ca “pură” și “bună”. Credința că Mark posedă toate calitățile întunecate în relație o proteja de a-și cunoaște propria tendință spre rigiditate, aroganță, și alte atribute. Dar Mark din vis se poate alătura magicianului, făcând un târg cu el. Deși acest lucru o înspăimântă pe Gwen din vis, el de fapt reflectă abilitatea lui Mark cel din viața reală de a-și reclama calitățile de magician în slujba creșterii sale psihologice.

Relațiile apropiate tind să evoce dorința primară de a cădea într-o uniune în care să fim îngrijiți cu iubire, fără nici un efort din partea noastră. Această fantezie edenică rememorează experiențele din bebelușie, când, să sperăm, am fost îngrijiți în această manieră. Dar odată ce ajungem la vârsta adultă, adevărul este că trebuie să ne asumăm responsabilitatea pentru împlinirea propriilor nevoi. Chiar și în cele mai bune relații, nu ne putem aștepta ca partenerul să facă acest lucru. La fel ca vrăjitorul din “Pasărea lui Fitcher”, diavolul/magicianul din visele lui Gwen îi cere ca ea să-și reclame puterea personală și să devină un oponent pe măsură, în loc să se predea fanteziei că altcineva îi va îndeplini dorințele.

Atunci când nu păstrăm contactul cu energiile noastre proscrise, căutăm inconștient pe alții care să aibă grijă de noi. Atunci suntem ca primele două surori, sau ca eroina din “Barbă Albastră”. Așteptăm neajutorate să fim salvate. Chiar și persoanele decente pot eșua, dacă așteptăm în mod implicit să ne facă fericite, fără să ne asumăm răspundere pentru noi înșene. Atunci când nu ne putem împlini nevoile, riscăm să ajungem victime, și oricine este un potențial Barbă Albastră.

O poveste dramatică din experiența mea clinică ilustrează ce înseamnă să devii un oponent pe măsură. Destul de devreme în cariera mea, am lucrat cu victime ale violenței domestice. Ca pregătire pentru această muncă, fusesem învățată că dacă un bărbat folosește violența o dată, o va face din nou, și violența va escalada, inevitabil. Am folosit aceste

informații pentru a ajuta femeile să își evalueze siguranța în cadrul relațiilor lor abuzive, și să determine dacă este momentul să plece. Câțiva ani mai târziu, am lucrat în cadrul unui centru de reabilitare pentru persoanele dependente de droguri, într-un cartier sărac din Philadelphia. Femeile din centru erau în principal dependente de cocaină sau heroină. Multe dintre ele trăiseră vieți de extremă sărăcie, traume și greutăți de tot felul. Într-o zi, o femeie a împărtășit grupului despre cum soțul ei obișnuia să o bată în mod repetat. Încă era căsătorită cu el, dar nu o mai bătea. Experiența ei contrazicea ceea ce știam eu despre violența domestică. Am fost curioasă să aflu mai multe. Femeia a împărtășit că se săturase de abuz. Într-o zi, când soțul ei a vrut să o lovească, ea a scos un pistol încărcat și l-a îndreptat către el.

- Dacă mă mai lovești vreodată, i-a spus ea, te omor.

După spusele pacientei mele, violența a încetat atunci.

Nu vreau să spun că încurajez folosirea pistoalelor pentru reglarea disputelor interpersonale, și cu siguranță nu sugerez ca femeile aflate în relații abuzive să rămână acolo și să-și confrunte abuzatorii. Acest lucru ar putea fi foarte periculos. Și nu vreau să diminuez spaima reală pe care ar simți-o orice ființă umană după ce ar fi abuzată fizic de cineva în care a avut încredere. Cu toate acestea, povestea de față m-a lovit atunci – și a continuat să rămână în mintea mea – deoarece spune ceva important despre dinamica relațiilor. Uneori, apărarea propriei persoane într-un mod dramatic poate aduce o schimbare profundă. Gwen și-a găsit pistolul metaforic și a reușit să aibă o confruntare cu Mark. A devenit un oponent pe măsură, ducând la apariția unor noi posibilități în cadrul relației.

Ex machina

Filmul SF din 2014 *Ex Machina* relatează povestea lui Barbă Albastră. Urmărește dezvoltarea a două femei care își găsesc viclenia, agresiunea, istețimea și alte calități proscrise, devenind oponenți pe măsură.

Filmul începe cu un tânăr programator, Caleb (Domhnall Gleeson), care câștigă un premiu râvnit – șansa de a petrece o săptămână cu șeful său genial, Nathan (Oscar Isaac), inventatorul celui mai mare motor de căutare din lume. Caleb este dus cu elicopterul la casa retrasă a lui Nathan, undeva în sălbăticie. Singura persoană aflată acolo, în afară de Nathan, este o tânără frumoasă și tăcută, pe nume Kyoko (Sonoya

Mizuno), care lucrează ca servitoare. Aflăm că ea nu înțelege engleza. Încă de la început, Nathan iradiază pericol. Îl face pe Caleb să se simtă descumpănit, cu un amestec de familiarități, batjocură, eforturi de a controla și vagi amenințări. La sosirea lui Caleb, Nathan îi dă un card de acces și îi explică că acesta nu va deschide anumite camere interzise. În plus, un sistem de camere video omniprezent monitorizează deplasările lui Caleb. Pe măsură pe filmul progresează, Nathan devine tot mai amenințător, și natura sa sociopată se dezvăluie tot mai mult.

Nathan i-o prezintă lui Caleb pe Ava (Alicia Vikander), un robot umanoid cu inteligență artificială, creat de Nathan. Acesta explică că motivul pentru care l-a adus pe Caleb aici a fost pentru a testa inteligența artificială a robotului. Îl putea Ava convinge pe Caleb de umanitatea ei? În fiecare zi, Caleb are o sesiune de lucru cu Ava. Ea este ținută în spatele unui ecran de sticlă, prizonieră în micul ei apartament. Caleb este imediat cucerit de Ava, și în fiecare zi discuțiile lor devin tot mai intime. Ava este plăcută, știe să facă conversație și se mișcă cu grația unei balerine. Cu corpul ei diafan și frumusețea delicată, Ava reprezintă o irezistibilă domnișoară aflată la ananghie.

Deși Nathan le monitorizează conversațiile prin intermediul sistemului video, Ava declanșează cu istețime pene de curent care le permit să vorbească neobservați timp de câteva minute. În timpul unui astfel de episod, Ava îi spune lui Caleb că nu trebuie să aibă încredere în Nathan. Curând își face cunoscute sentimentele pentru Caleb, și-i spune că vrea să fie cu el.

De-a lungul filmului, o vedem pe Kyoko în fundal, îndeplinind diverse sarcini, ca de exemplu tăind peștele pentru sushi cu un cuțit mare. Ea reprezintă o prezență tăcută în timp ce cei doi bărbați discută despre sesiunile cu Ava, disecând întrebări despre inteligența artificială și natura conștiinței. Camera se focusează ocazional asupra lui Kyoko. Poate ea înțelege ceea ce spun cei doi? Într-una din scene, Nathan începe să o sărute, și este evident că ea este partenera lui sexuală. O tratează ca pe un obiect, sau ca pe o posesiune. Când Kyoko varsă vinul pe Caleb, în timp ce le servește celor doi cina, Nathan reacționează cu brutalitate verbală, spunându-i proastă. Fie că o ia în râs, o sărută, sau dansează cu ea, Kyoko îndeplinește în mod pasiv ceea ce-i cere Nathan. Când Caleb o abordează, întrebând unde este Nathan, ea începe să se dezbrace ca un robot, ca și cum ar îndeplini o rutină. Este lipsită de expresie, și tăcută.

Caleb devine tot mai atașat de Ava și-și pierde încrederea în Nathan. Află că acesta se gândește să-i facă un upgrade Avei – o procedură ce ar ucide-o, de fapt. Când Nathan își pierde cunoștința după ce a băut prea mult, Caleb îi fură cheia și intră în camerele interzise. Acolo găsește dovezi că Nathan a creat – și a distrus – câteva alte prototipuri umanoide. În plus, există dovezi video care îl arată pe Nathan purtându-se cu brutalitate cu acești androizi. Într-o scenă care amintește puternic de “Barbă Albastră”, Caleb găsește uși succesive în spatele cărora atârână trupurile dezmembrate ale acestor femei roboți. Kyoko îi dezvăluie apoi, tăcută, că și ea este un android. La scurt timp, Kyoko o vizitează pe Ava pentru prima dată.

Caleb plănuiește să o salveze pe Ava, reprogramând protocolul de blocare, astfel încât toate ușile să se deschidă în timpul unei pene de curent. În ultima sa sesiune cu Ava, îi spune acest lucru și o instruiește să întrerupă curentul la ora 10 seara. Nathan află despre plan, dar este prea târziu pentru a-l opri. Ava este în sfârșit liberă, și o vedem înaintând pe holurile casei lui Nathan. Kyoko se apropie de ea, și camera ne arată cum Ava îi șoptește ceva la ureche.

Cele două femei stau una lângă alta, atingându-se, când Nathan intră în hol cu o armă. Îi ordonă Avei să se întoarcă în camera ei, dar ea fuge spre el. După o luptă, el îi smulge cu brutalitate o parte din braț. Cât timp ea este căzută, o prinde de picioare și începe să o târască înapoi spre celula ei, dar Kyoko îl înjunghie pe Nathan în spate cu cuțitul pentru sushi. Nathan o lovește peste față, aparent omorând-o, dar Ava are timp să se ridice în picioare. Îi ia cuțitul din spate și i-l împlântă în abdomen. El se clatină, apoi cade.

În timp ce au loc aceste lucruri, Caleb este încuiat în biroul lui Nathan. Ava îi spune să aștepte acolo, apoi intră în dulapul cu androizi dezactivați. Folosind părțile lor componente, își repară brațul, se acoperă cu pielea lor și iese îmbrăcată și coafată, fără să se mai vadă deloc că nu este o ființă umană. Îl lasă pe Caleb închis, bătând cu disperare în ușa biroului, cerând ajutor. În ultimele minute ale filmului, o vedem întâmpinând elicopterul care sosește. Apoi o vedem pe o stradă aglomerată, amestecându-se în mulțime.

Ex Machina urmărește povestea a două femei, pe care Nathan le creează pentru a îndeplini nevoile și dorințele altora, dar care, la finalul filmului, își dezvoltă pe deplin personalitatea. Nathan a creat înfățișarea Avei pe

baza preferințelor pornografice ale lui Caleb, după căutările acestuia pe internet. A creat-o pentru a fi destinatară perfectă a proiecțiilor lui Caleb. Numele este o variație a numelui Eva. Ca și adevărata Eva, ea pare gata să se supună partenerului. Dar Ava sfidează așteptările, atât ale lui Nathan, cât și ale lui Caleb. Cine a manipulat pe cine? Nathan a creat-o pe Ava pentru a-l păcăli pe Caleb, dar, la final, ea le subminează așteptările, își proclamă suveranitatea asupra lui Caleb și Nathan, și devine autoarea propriei sale sorți. Pentru a-l manipula pe Caleb să o ajute să scape, ea face pe ingenua. Seducătoare și flatantă, pare să nu fie altceva decât un receptacol al dorințelor lui.

Dezvoltarea personalității lui Kyoko este și mai izbitoare. Creată de Nathan pentru a-i servi ca jucărie sexuală, bucătăreasă și menajeră, lui Kyoko par să-i lipsească propriile gânduri și dorințe. Ea există numai în relație cu alții, și numai în contextul serviciilor pe care le poate oferi. De-a lungul filmului, ajungem să înțelegem că privirea ei mută, lipsită de expresie, nu este la fel de goală pe cât își închipuie Nathan. O vedem uitându-se ținută la pictura de Jackson Pollock pe care Nathan o folosește pentru a-i explica lui Caleb natura spontaneității. O vedem uitându-se la sistemul video cum Caleb, tulburat și dezorientat, își taie brațul cu o lamă de ras, poate dându-și seama că ea și Caleb sunt diferiți – și învață ce poate face unei ființe umane un obiect ascuțit. În acest moment, o caută pe Ava pentru prima dată.

- Cine ești?²² Întreabă Ava când Kyoko intră în spațiul ei.

Ava își poate accesa cruzimea pentru a-și atinge scopurile. Ajungem de asemenea să ne dăm seama că este o manipuloare iscusită. Încă de la bun început a intenționat să manipuleze. Dar Ava este la fel de rece și calculată ca și Nathan. Deși Kyoko îi vine în ajutor, Ava nu se oprește să o repare pe Kyoko, ci evadează singură, fără să se mai gândească la altcineva. Ava reprezintă poate o avertizare a faptului că, pe măsură ce ne reclamăm calitățile de Lilith, este important să nu pierdem legătura cu capacitatea noastră pentru empatie, grijă și conectare, riscând altfel să ne transformăm exact în lucrul împotriva căruia luptăm.

Ca și Ava, Kyoko rupe lanțul orientării asupra celorlalți, dezvoltându-și gândirea independentă și propriile scopuri. Dar ea ajunge să simtă

²² *Ex Machina*, regizat de Alex Garland (Santa Monica, CA: Universal City Studios Productions, 2014), 1 oră 48 minute.

compasiune pentru Ava, și recurge la agresiune pentru a împiedica planurile sociopate ale lui Nathan. Kyoko reflectă asupra întrebărilor profunde despre natura conștiinței și personalității, și răspunde dintr-un sentiment de responsabilitate etică. Dintre personajele din film, ea poate fi în serviciul a ceva mai mareț. Finalul filmului este ambivalent; deși Kyoko dezvoltă o legătură atât cu partea ei plină de compasiune, cât și cu calitățile sale asertive, nu triumfă la sfârșit.

Vindecarea rupturii

Lilith a fost o oponentă pe măsură pentru Adam. Nu era interesată să se supună, pur și simplu, preferințelor acestuia. Faptul că relația nu a putut supraviețui provocărilor ei spune ceva despre costul pe care-l aduce cu sine afirmarea femeilor. Apărarea propriei persoane va sfârși cel mai probabil în conflict – nu doar cu partenerii noștri romantici, dar și cu părinții, frații, colegii de serviciu, prietenii, vecinii, etc. Multe dintre noi descoperim că astfel de conflicte sunt inconfortabile. Pentru noi, armonia are valoare, și adesea facem eforturi pentru a păstra pacea și afinitatea. Și totuși, dacă putem tolera dezacordurile și neînțelegerile, vom fi capabilă să acționăm autentic, nu dintr-un impuls constrângător de a evita conflictul.

A învăța cum să devenim un oponent pe măsură ne va solicita să reclamăm părțile interzise din noi. Atunci când suntem în fața conflictului, există momente în care un răspuns îndrăzneț, asertiv, este cel mai potrivit. Există momente în care un apel timid la milă ar putea fi varianta potrivită. Și există momente în care folosirea manipulării și vicleniei reprezintă cel mai eficient mod de a depăși un impas. Nici unul din aceste moduri de a naviga prin lume nu este mai bun ca celelalte. Dificultatea apare atunci când o întreagă gamă de răspunsuri și sentimente este interzisă, căzând în inconștient, de unde nu o putem găsi.

Avem nevoie de acces la calitățile care conectează, precum empatia, bunătatea și compasiunea, cât și la calitățile asertive, ca istețimea, agresiunea și viclenia. Dacă am pierdut legătura cu calitățile asertive, reclamarea lor ne va readuce la sinele nostru mai bogat. Analistul jungian Edward Edinger a notat nevoia de a ne accepta trăsăturile mai puțin plăcute, atunci când vine vorba de a ne reclama puterea.

În experiența mea, baza majorității problemelor psihologice este relația

nesatisfăcătoare cu impulsul fiecăruia spre individualitate. Iar procesul de vindecare implică adesea acceptarea a ceea ce se numește în mod curent egoism (...) sau căutare de putere (...). Majoritatea pacienților care fac psihoterapie au nevoie să învețe cum să fie mai egoiști în mod eficient și mai eficienți în a-și folosi puterea personală; au nevoie să își asume responsabilitatea pentru faptul că sunt centre de putere și eficiență²³.

Vindecarea diviziunii din noi înseamnă că ne asumăm responsabilitatea pentru noi înșine. Acest lucru ne asigură un acces înnoit la scânteia animatoare din focul central. Ne extinde repertoriul de alternative, lărgindu-ne lumea și îmbibându-ne cu încredere și cu abilitatea de a ne proteja. Știm când ceva nu se simte așa cum trebuie și ne putem fi propriii avocați, ceea ce ne oferă libertate față de cererile și așteptările care nu ne ajută. Putem spune nu și putem stabili limite, ceea ce ne permite să lăsăm impulsurile noastre creative să aibă spațiul de care au nevoie. Atunci când ne putem accesa calitățile care conectează și pe cele asertive așa cum avem nevoie, avem în viață tot ce ne trebuie pentru a ne trăi tiparul esențial, crescând cât mai deplin posibil în persoanele care am fost menite să fim. Avem mai mult spațiu pentru bucurie, spontaneitate și voioșie. Iar flacăra cu care ne-am născut în această lume poate străluci în voie.

Întrebări pentru reflecție

1. În "Pasărea lui Fitcher", prima soră îi dă cerșetorului ceva de mâncare, iar acest lucru se pare că îi oferă acestuia putere asupra ei. Gândiți-vă la un moment în care ați dat o parte din voi cuiva care s-a dovedit a nu fi de încredere. Ce s-a întâmplat pentru a vă determina să deveniți vulnerabile în acest fel? Care au fost presiunile – interne și externe – care au încurajat acest act de trădare de sine?
2. Primele două surori încalcă o regulă, intrând în camera interzisă,

²³ Edward F. Edinger, *Ego and Archetype* (New York: Pelican Books, 1973), 160–61.

fără a fi pe deplin pregătite pentru acest lucru – nu se gândesc să laseoul în urmă. Adesea, creșterea rezultă în urma aceleiași greșeli repetate înainte de a deveni conștiente, realizând că există alte moduri de a răspunde. Când anume în viață ați avut parte de nenumărate înfrângeri, înainte de a deveni mai înțelepte, alegând o altă abordare a unei provocări?

3. Vrăjitorul este o imagine complexă, dificilă – este capabil să facă mult rău, dar este în același timp bogat și are acces la puteri magice. El poate reprezenta posibilitatea conectării la o autoritate transpersonală, dar una care poate fi distructivă. V-ați trezit vreodată prinse în ceva despre care v-ați dat seama că nu este la fel cum părea la început? Poate că a fost o relație personală intensă, o credință religioasă sau politică puternică, sau chiar un obicei care a început sănătos, dar a ajuns obsesiv. Ce aspect din această experiență a fost vindecător sau benefic? Ce puteți spune despre motivul pentru care a devenit negativ?
4. Dacă primele două surori s-au pierdut sub influența vrăjitorului, cea de-a treia soră se regăsește. Are încredere în istețimea ei, și este așadar capabilă să se salveze pe sine și pe surorile sale. Gândiți-vă la un moment în care ați ajuns într-o situație dificilă. Ce aspecte din voi au fost importante în a vă ajuta să faceți față provocării? Care dintre calități au făcut vreo diferență?
5. A treia soră apelează la ciudata deghizare, acoperindu-se cu pene. Uneori, pentru a întoarce o situație în avantajul nostru, nu trebuie să ne pese cât de prostești sau ciudate le-am putea părea celorlalți. V-ați ascuns vreodată calitățile valoroase? De ce ați făcut-o? Cum a funcționat acest lucru? care au fost costurile?
6. Povestea nu ne spune prea multe despre ce se întâmplă cu surorile după ce casa vrăjitorului arde, dar într-o poveste similară, "Barbă Albastră", soția moștenește bogățiile. Când ați reușit să ieșiți dintr-o situație dificilă sau amenințătoare, care au fost comorile pe care le-ați câștigat în urma acestui lucru? În ce fel ați devenit mai puternice, mai înțelepte, sau mai reziliente?

Dezagreabilitatea: izbirea broaștei

Opusul bunătății reflexive nu este răul, ci mai degrabă autenticul.

James Hollis, comunicare personală

Când aveam douăzeci și ceva de ani, am avut o prietenă mai în vârstă, pe nume Terry. Avea peste cincizeci de ani și era un spirit liber. Lui Terry îi plăcea să gătească și ne invita să împărțim mâncarea ei delicioasă pe terasa de pe acoperiș. Prima dată când am participat la una din cinele ei, ne-am bucurat de o mâncare delicioasă, și ajunseserăm la desert. Îmi savuram paharul de vin și conversația plăcută de sub stele, când Terry a anunțat – abrupt, dar cu un zâmbet pe buze – că era timpul să plecăm.

- A fost minunat, dar sunt gata să mă pregătesc de culcare, așa că trebuie să plecați.

Odată ce am trecut peste surpriza inițială, și peste ușorul sentiment incomfortabil că sunt scoasă afară, am simțit admirație. Terry nu trebuia să fie agreabilă și primitoare. Când a simțit nevoia să se odihnească, ne-a spus pur și simplu de ce are nevoie, fără să se îngrijoreze de reacția noastră. La următoarele întâlniri, am fost pregătită ca seara să se încheie cu trimiterea noastră acasă.

Pentru a ne întoarce la noi, trăind ceea ce este netrăit în interiorul nostru, va trebui să sfidăm acele voci interne și externe, care ne cer să fim agreabile – să ne conformăm așteptărilor, să fim primitoare și plăcute. Cercetările asupra trăsăturilor de personalitate arată în mod consecvent că femeile obțin scoruri mai mari decât bărbații la măsurarea agreabilității²⁴. Oamenii cu scoruri mai mari în ceea ce privește această trăsătură tind să se înțeleagă bine cu alții. Ei pun valoare pe armonia din relații, și sunt plăcuți. Arată repede empatie și grijă pentru ceilalți. Sunt persoane sensibile, în acord cu alții, pline de încredere, și tind să le ofere celorlalți prezumția de nevinovăție. În general, femeile pun valoare pe cooperare și armonie mai mult decât pe competitivitate și agresiune.

Ce parte din această diferență este dată de factorii înnașcuți versus factorii sociali, reprezintă o întrebare interesantă. Deși mediul joacă fără îndoială un rol, aceste diferențe sunt notate de-a lungul diferitelor culturi.

²⁴ Yanna J. Weisberg, Colin G. DeYoung, și Jacob B. Hirsh, "Gender Differences in Personality Across the Ten Aspects of the Big Five," *Frontiers in Psychology* 2 (August 2011): 178, doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00178.

Sunt stabile pe parcursul vieții, făcând plauzibilă ipoteza că, parțial, diferențele se datorează factorilor înnăscuți²⁵. Acceptând tendința noastră de a fi agreabile poate însemna confruntarea unor stereotipuri limitatoare, dar poate însemna și recunoașterea unui lucru esențial despre natura noastră.

Dacă tendința unei femei de a fi compliantă și primitoare este, într-o anumită măsură, înnăscută, cultura o întărește, cu siguranță. Într-o seară recentă la un restaurant local, am observat două familii cu fete sub zece ani. Ambele fete purtau tricouri cu o versiune a sloganului “Fii bună”. Bunătatea, desigur, este o valoare de o importanță extremă. Ne determină să fim generoși, receptivi și plini de compasiune. Dar bunătatea nu este același lucru cu falsa drăgălășenie, care cere o capitulare completă în fața dorințelor altora. Iar bunătatea nu este răspunsul corect în toate situațiile. Îndemnarea tinerelor fete să fie bune înainte să aibă șansa să-și consolideze poziția le poate face să ajungă neajutorate mai târziu în viață.

O tânără femeie cu care am lucrat a fost abordată de un bărbat în stare de ebrietate într-un parc public, care a suspus-o agresiv presiunii de a-i da numărul de telefon, fără să dea înapoi după ce ea l-a refuzat politicos de câteva ori. Fata era speriată, deoarece el flutura o sticlă goală, dar, în același timp, se simțea presată și de expectanțele sociale.

- Te-ai gândit să strigi la el, să te ridici și să pleci de acolo? am întrebat eu.
- Nu am vrut să par nepoliticoasă, a răspuns ea.

O prietenă a mers la dentist pentru a-și plomba o carie dintre doi dinți, dar dentistul a început să-i lucreze asupra unui dinte sănătos. Prietena mea a fost atât de preocupată să nu-l facă pe dentist să se simtă inconfortabil, încât nu a spus nimic, lăsându-l să continue cu plumbarea dintelui greșit. Prea multă bunătate poate lucra împotriva noastră.

Beneficiile agreabilității sunt semnificative. A fi plăcută pe scară largă este o monedă profitabilă în viața socială și la muncă. Multe cariere și-au luat avânt datorită disponibilității tinerei persoane de a spune da la orice i se cerea. Femeile agreabile sunt adesea primele care ridică mâna atunci când trebuie făcută o treabă, și sunt adesea lăudate pentru abilitatea lor de a se înțelege cu ceilalți și de a fi “jucătoare de echipă”. Cele care sunt

²⁵ Christian Jarrett, “Do Men and Women Really Have Different Personalities?” BBC Future, 12 octombrie, 2016, bbc.com/future/article/20161011-do-men-and-women-really-have-different-personalities.

agreabile la serviciu sfârșesc adesea prin a fi evaluate pozitiv, prin a primi mărituri de salariu și promovări – până la un punct.

Când femeile sunt “persoane-care-spun-mereu-da” la serviciu, pot ajunge adesea să facă o mare parte din munca de jos, în timp ce proiectele mai interesante sunt atribuite celor care își susțin mai bine cauza. (Și foarte adesea, aceștia sunt bărbații). Lor li se poate părea dificil să-și exprime nevoile și preferințele, și pot descoperi că alții își asumă creditul pentru munca lor grea. Pot fi orientate, de asemenea, înspre a împlini așteptările externe, făcându-le pe plac superiorilor, și oferindu-se prea ușor pe tavă.

A învăța să fie dezagreabilă este o sarcină enormă pentru unele femei. Tolerarea neplăcerii sau dezaprobării celorlalți, riscul ca cineva să se supere pe noi, conștientizarea faptului că am dezamăgit sau am făcut pe cineva să se simtă inconfortabil reprezintă ceva neplăcut. Unele dintre noi suntem atât de orientate spre sentimentele și nevoile celorlalți, că ne este greu să discernem propriile noastre preferințe și dorințe. În terapie, întreb adesea clienta ce și-ar dori, iar ea îmi răspunde de cele mai multe ori cu ce și-ar dori cei din jurul ei. Deși acest lucru se întâmplă uneori și în cazul bărbaților, se întâmplă mult mai frecvent în cazul femeilor.

Suntem în primejdie să trecem prin lume preocupate de ce anume i-ar face pe ceilalți fericiți, fără să avem o idee despre ce vrem noi. Sau, știm ce vrem, dar nu simțim că merităm să ne urmăm aceste dorințe, mai ales dacă, făcând acest lucru, producem disconfort altcuiva. Această orientare ne poate face să ne simțim golite și neautentice. Ne răpește bucuria și ne face pline de resentimente, fără măcar să știm de ce. Și, dacă trece neobservată, ne poate face să ajungem să ne simțim pline de amărăciune. Încercarea de a le face pe plac tuturor va duce la apariția efectului opus în cazul nostru. Pe dinafară, vom părea plăcute și amabile, în timp ce, inconștient, intrăm în rolul tiranului meschin, impunându-ne asupra celor din jur și cerându-le, prin manevre pasiv-agresive, să ne ofere ceea ce ne negăm noi însene.

“Regele broască” este o poveste care ne ghidează să ne îmbrățișăm poziția autentică, chiar dacă acest lucru înseamnă să fim dezagreabile. Abia când eroina răspunde din interior poate avea loc o transformare autentică.

Regele broscui

A fost odată ca niciodată o prințesă care stătea pe marginea unei fântâni,

jucându-se cu o minunată minge aurie, jucăria ei preferată. Îi plăcea să o arunce în aer și să o prindă, dar la un moment dat a scăpat mingea, care a căzut în apă și s-a scufundat. Prințesa s-a întristat. Când s-a uitat în fântână, a văzut că era atât de adâncă, încât nu i se zărea fundul. S-a așezat lângă fântână și a început să plângă, lamentându-se:

- Aș da orice să-mi pot lua mingea înapoi! striga ea.

În timp ce plângea, un broscoi și-a scos capul din apă și a spus:

- De ce plângi?

- Oh, a răspuns prințesa. Nu mă poți ajuta, broscoi urât! Mi-a căzut mingea în apă.

Broscoiul s-a oferit să-i scoată mingea, cu condiția ca ea să-l accepte drept companion și să-l lase să stea lângă ea, să mănânce din farfuria ei, să doarmă în patul ei, și să promită că-l va iubi și prețui. Prințesa s-a gândit că toate cerințele broscoiului erau niște prostii, și nu-și imagina că acesta ar ieși vreodată din apă, așa că i-a promis repede totul, în speranța că el îi putea recupera mingea.

Broscoiul a dispărut în apă și s-a întors un moment mai târziu cu mingea în gură. Prințesa i-a luat-o repede, încântată că și-a recuperat jucăria. Apoi, fără să se mai gândească, s-a grăbit să se întoarcă la castel.

- Așteaptă, prințesă! a strigat broscoiul în urma ei. Ai promis să mă iei cu tine!

Dar prințesa l-a ignorat.

În ziua următoare, prințesa stătea la masă, când a auzit ceva urcând pe scările de marmură. *Pleosc, pleosc, pleosc!* Apoi s-a auzit un ciocănit la ușa, și o voce care striga:

- Hei, prințesă! Deschide ușa, te rog!

Prințesa a fugit la ușa și a deschis-o. În prag a văzut broscoiul, de care deja uitase. Oripilată, a trântit ușa și s-a întors la masă, purtându-se ca și cum nu s-ar fi întâmplat nimic. Însă tatăl ei, regele, a văzut că era tulburată și a întrebat-o ce s-a întâmplat.

- Afară este un broscoi oribil, a spus ea. Mi-a scos mingea aurie din apă, și i-am promis că poate locui cu mine, dar nu am crezut că vorbește serios. Acum stă în fața ușii și vrea să intre.

În timp ce a spus aceste cuvinte, la ușa s-a auzit o nouă bătaie, însoțită de vocea broscoiului.

- Trebuie să-ți ții promisiunea, a spus regele. Du-te și deschide ușa.

Prințesa a deschis ușa, iar broscoiul a sărit înăuntru, urmând-o până la

masă. Prințesa s-a așezat și a reînceput să mănânce.

- Ridică-mă lângă tine, a strigat broscoiul.

Prințesa ura ideea aceasta, dar regele, tatăl ei, i-a poruncit să o facă. Cu repulsie, ea a ridicat micul corp bălos și l-a pus pe masă.

- Acum împinge farfuria puțin mai aproape, i-a spus el, să putem mânca împreună.

Prințesa a fost forțată să asculte, și după ce broscoiul s-a săturat, i-a comandat să îl ducă în pat, pentru că era obosit și voia să doarmă. Prințesa s-a simțit terifiată la gândul că trebuie să împartă patul cu broscoiul cel umed și rece. A început să plângă, dar tatăl ei s-a înfuriat și i-a ordonat să-și țină promisiunea. Așa că prințesa a ridicat broscoiul cu două degete și l-a dus în camera ei. Era atât de înfuriată de ideea de a-i pune micul trup vâscos pe perna ei, încât l-a trântit cu toate puterea de perete.

- Lasă-mă în pace, broscoi dezgustător! a strigat ea.

În momentul în care broscoiul s-a lovit de perete, s-a transformat într-un tânăr prinț fermecător. Prințesa a fost șocată și apoi încântată. Cei doi au început să stea de vorbă, iar ea l-a prețuit, așa cum îi promisese. Apoi, în încântarea lor, au adormit împreună.

În dimineața următoare a sosit o trăsură frumoasă, trasă de opt cai și condusă de servitorul prințului, Credinciosul Henry. Când Credinciosul Henry a aflat că dragul său stăpân se transformase în broască, a trebuit să-și întărească inima cu trei doage din fier, pentru ca aceasta să nu-i pleznească de durere.

Prințesa și prințul au urcat în trăsură și au călătorit până în regatul prințului. Pe drum au auzit trei trosnituri puternice. La început, prințul s-a speriat că trăsura se strica, dar Credinciosul Henry i-a explicat să benzile de fier din jurul inimii sale se rupseseră din cauza bucuriei că vraja fusese desfăcută.

O prințesă stătea lângă o fântână, aruncând cu inocență o minge aurie în aer. Pe măsură ce povestea progresează, aflăm că este răsfățată, și se gândește numai la propria persoană. Și totuși, la debutul poveștii există câteva elemente care ne alertează la posibilitățile de extraordinară creștere psihologică. Fântâna este o imagine puternică a unui punct de acces către inconștient. Fântâna se întinde spre adâncuri, unde se găsește apa dătătoare de viață. Prințesa are drept jucărie o frumoasă

minge aurie. Din cauza formei sale sferice și a culorii, mingea simbolizează potențialul deplinătății psihologice, prezent în fiecare dintre noi, ceea ce Jung a numit Sine.

Chiar de la început, vedem că această prințesă drăguță și răsfățată, inocentă și fără nici o grijă, are o relație cu Sinele și potențialul de a atinge adâncimile. Și totuși, atitudinea ei față de centrul sacru al personalității este una mult prea lejeră. Îl tratează ca pe o jucărie. Nimeni nu ar trebui să se joace cu o minge lângă o fântână. În cele din urmă, mingea cade înăuntru. Fata s-a purtat neglijent cu ceva de o valoare extremă.

Atunci când am fost iubite și protejate, putem deveni neglijente cu ceea ce este prețios. Complexul “mamei prea bune” conferă un sentiment de “eu merit tot”, dar nu ne pregătește cu adevărat pentru lumea adevărată. Inocența ne poate face vulnerabile. De asemenea, ne poate face neglijente cu cele mai prețioase daruri ale vieții.

Pierderea predictibilă a mingii în fântână vine ca un șoc oribil pentru prințesă. Este ca un fel de inițiere. O trezește pe prințesă, dezvăluindu-i existența adâncimii sale – fântâna – pe care a luat-o până acum de bună. O alertează asupra faptului că lucrurile nu vor merge întotdeauna așa cum i-ar plăcea, și că trebuie să dezvolte o relație conștientă cu profunzimile ei, sau să riște pierderea conexiunii cu Sinele. Jung notează că legătura cu lumea interioară este vitală, și că o viață prea ușoară sau plină de succes pune în primejdie această conexiune și ne face să uităm de dependența noastră de inconștient. În “Regele broscui”, prințesa ajunge să aprecieze această dependență.

Când își pierde jucăria preferată, trebuie să se bazeze pe broscuiul cel urât. Broasca simbolizează un aspect al ei însăși care se simte bine în adâncimi și poate, de asemenea, ieși la suprafață. Broaștele reprezintă misterul transformării. Ele își încep viața ca mormoloci acvatici, care se metamorfozează în mod miraculos în broaște care pot înota în apă și pot merge pe uscat. Broaștele, așadar, sunt *psihopompe*, sau spirite călăuzitoare. Precum Hermes, singurul zeu din mitologia grecească ce putea călători între Tartar și Olimp, broaștele pot călători între târâmurii. Partea-broască din fiecare din noi are acces la lumea interioară – acele părți secrete din noi care există înlăuntrul nostru – dar pot aduce aceste conținuturi la suprafață, în personalitatea conștientă.

Atitudinea prințesei față de broscui relevă un fel de îndreptățire ascunsă.

Desigur, broscoiul ar trebui să-i aducă mingea fără ca ea să facă nimic. Mulți dintre noi avem o astfel de atitudine față de viață, și nici măcar nu ne dăm seama de acest lucru. Cumva, ne așteptăm ca lucrurile să iasă cum vrem noi. Când suntem puși în fața disconfortului sau dezamăgirii, ne simțim trași pe sfoară, ca și cum nu pentru asta ne-am fi târguit.

Când aveam douăzeci și opt de ani, una din relațiile mele importante a eșuat. Inima mi-a fost zdrobită, dar eram, în același timp, și iritabilă și bosumflată. Nu puteam să accept faptul că lucrurile pur și simplu nu mergeau, doar pentru că era ceva ce-mi doream atât de mult. Ca și prințesa, până atunci nu avusesem parte de prea multe dezamăgiri în viață. Nu mi se părea corect că nu primeam ceea ce îmi doream atât de mult. Așa cum prințesei i se părea că broscoiul îi era dator, și eu simțeam că viața îmi era datoare. Egoul nostru este adesea copilăros și încăpățânat.

Confruntarea cu noi înșine

Întâlnirea cu broasca și recuperarea mingii este o întâlnire cu un aspect necunoscut al ei. Iar partea broască din ea dorește să fie recunoscută, acceptată, și chiar prețuită. Dar după întâlnirea lor remarcabilă, prințesa se retrage în siguranța și familiaritatea castelului. Jung a numit acest proces "restaurarea regresivă a persoanei"²⁶. După o experiență expansivă, care provoacă modul nostru îngust de a vedea lumea, ne retragem adesea în loc să ne lansăm mai departe în necunoscut. Prințesa ar prefera să uite întâlnirea cu partea broască din ea, continuând să cunoască numai lumea ei perfectă, din castel. Din fericire pentru ea, lucrurile nu rămân așa.

Rolul regelui este important și complex. Regele este un simbol bogat, care apare în multe povești. În această poveste, regele reprezintă aspectul organizator, care cere ascultarea regulilor, din arhetipul tatălui. Tatăl pozitiv aduce ordinea și este preocupat de dreptate și justiție. Regele din această poveste face tocmai acest lucru. El este partea din psihicul nostru care ne reamintește că trebuie să ne onorăm promisiunile și să ne tratăm unii pe alții egal și cu respect. Este un lucru bun că prințesa are acces la această energie în ea însăși. Dacă nu, ar fugi de întâlnirea critică,

²⁶ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 7, *Two Essays on Analytical Psychology*, trad. R. F. C. Hull, a doua ediție (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1972), p. 254.

transformatoare, care o așteaptă.

Regele interior este, ca orice alt conținut psihic, ambivalent. Ne ține cu tălpile la foc și ne face să ne îndeplinim datoria, dar dictatele lui ne pot face, în același timp, să ne simțim constrânși. Putem ajunge să fim guvernați de valorile colective, să pierdem legătura cu instinctele, și să ne comportăm într-o manieră neautentică. Regele interior este vocea lui “ar trebui”. Returnăm apelurile telefonice, ne plătim impozitele la timp, ne spălăm pe dinți, mergem la sport, și trimite cadouri profesoarei de pian a copiilor cu ocazia sărbătorilor. Dacă nu am gestiona eficient acești “ar trebui”, probabil că nu am funcționa bine, sau nu am împlini scopurile lumii exterioare. Dar, ca în cazul oricărui rege, “ar trebui”-urile din viața noastră au potențialul de a se transforma în tirani, sabotându-ne reacțiile autentice și transformându-le în slujitori ai convențiilor.

Vizibilitatea

Regele broscui nu este interesat ca prințesa să fie drăguță, amabilă, perfectă, sau politicoasă. El are nevoie ca ea să fie autentică, chiar dacă acest lucru este urât sau lipsit de amabilitate. Înainte ca ea să arunce broscuiul de perete, prințesa se frământă, fără să accepte cu adevărat broscuiul, dar și fără să fie onestă cu privire la cât de mult îl detestă. Din momentul în care îl întâlnește pentru prima dată, este dezgustată de el, și totuși se prefacă. Îl minte și promite să-l ia cu ea dacă îi recuperează mingea. Deschide fără tragere de inimă ușa și-l ridică la masă, pentru că o pune tatăl ei. Îi pare rău pentru sine și începe să plângă pentru a evita să-l ducă în dormitorul ei. În nici un moment nu este prezentă și complet autentică în relațiile ei cu micul amfibian.

Există o similitudine între broscui și rege. Ambii îi spun prințesei ce să facă. Dar regele este interesat ca ea să împlinească așteptările convențiilor, în timp ce broscuiul este interesat să împlinească cerințele mai profunde ale Sinelui. Povestea arată în mod elocvent cum pot fi legate aceste aspecte. Adesea, întâlnirea cu noi are loc deoarece am muncit pentru a ne îndeplini datoriile în lumea exterioară. Analistul jungian James Hollis scrie “fiecare dintre noi are o întâlnire cu sine, deși cei mai mulți dintre noi nu apărem la această întâlnire”²⁷. Prin intermediul broscuiului, prințesa este invitată la o asemenea întâlnire. Ea o evită în

²⁷ James Hollis, *Mythologems: Incarnations of the Invisible World* (Toronto, Canada: Inner City Books, 2004), 62.

același fel în care o facem cei mai mulți dintre noi – evită lucrurile, pretinde că nu se întâmplă, sau se preface că totul este în regulă. Dar în cele din urmă, se conectează cu esența ei de tip Lilith și descoperă ce anume este fierbinte și vital în interiorul ei. Acest lucru face diferența.

Broscoiul reprezintă potențialul interior cu care nu se poate conecta conștient decât atunci când își găsește înverșunarea de a-și reclama atitudinea autentică. Pentru ca prințesa să aibă acces conștient la profunzimile sale, ea trebuie să se comporte conform naturii sale esențiale, nu conform dictatelor lui “ar trebui”.

Ca multe alte femei, prințesa a trecut prin viață conștientă de nevoia de a le face pe plac altora, comportându-se conform convențiilor. Trântitul broscuiului de perete este prima ocazie din viața ei perfectă în care prințesa face ceva transgresiv, și acesta este un moment de transformare. Încalcă regulile. Merge împotriva valorilor colective și spune “nu”, deși tatăl ei i-a ordonat să asculte. Când cerința interioară de a fi agreabilă ne blochează autenticitatea, suntem sufocate. Atunci când ne dăm seama că nu putem continua să fim plăcute, are loc un progres. Atunci trebuie să încercăm să acționăm din centrul nostru – să trântim broasca de perete. Vraja este ruptă, iar noi ne transformăm.

Controlul

Katherine era o femeie cu care am lucrat, care adoptase o strategie de acomodare în fața îngrijorărilor semnificative. Faptul că era mereu de ajutor îi oferea un oarecare control în situațiile haotice. Tatăl ei alcoolic era un bărbat rănit profund de propria sa copilărie dificilă. Muncea doar sporadic, în timp ce mama ei avea trei slujbe pentru a putea acoperi cheltuielile familiei. Katherine este în mod natural pasionată și energică, dar aceste calități au trebuit înăbușite. Își amintește că i se spunea să nu-l supere pe tatăl ei, pentru că acest lucru “l-ar putea face să bea”. Katherine era cea mai mare dintre trei surori, și-și aduce aminte că era foarte conștientă de greutatea prin care trecea mama ei. De câteva ori pe an, astmul mamei ei se înrăutățea atât de mult, încât ambulanța s-o ia de acasă pentru a o duce la spital. Katherine își amintește că era foarte speriată de fiecare dată când se întâmpla acest lucru. A gestionat haosul și precaritatea de care avea parte acasă făcând tot ce putea pentru a ușura povara mamei sale. A fost eleva ideală și ajutorul de neprețuit în casă, cu surorile ei mai mici. Și-a ignorat propriile dorințe pentru a putea

fi o jucătoare de echipă și rezolvitoare de probleme. Katherine a învățat să-și îngroape atât tristețea, cât și furia. Era mereu bine dispusă și zâmbitoare în fața oricărei provocări.

După cum s-a dovedit, Katherine a fost bine răsplătită pentru această atitudine. Performanțele ei academice superioare i-au adus o bursă completă, la o școală bună. Acolo, a ales să studieze subiecte practice, în loc de cele care o interesau. Profesorii au apreciat atitudinea ei pozitivă și munca sa neobosită. După terminarea facultății, Katherine a avut oportunitatea de a se muta în Europa pentru a studia în continuare, dar a optat pentru o slujbă în domeniul financiar, pentru a ajuta cu taxele de facultate a surorilor ei mai mici. În mod predictibil, s-a descurcat bine în carieră, primind cu ușurință promovări. A ajuns să câștige bine în cadrul companiei, deși nu a simțit niciodată că alesese cu adevărat să lucreze acolo. Când a venit să mă vadă, Katherine se apropia de patruzeci de ani. Lucra cu normă întreagă, în timp ce avea grijă de doi copii și de părinții ei în vârstă, care locuiau în apropiere. Se simțea golită de energie de serviciul său, dar nu-și putea imagina ce altceva ar fi putut face, pentru că nu-și permisesese niciodată să-și exploreze interesele și dorințele.

A spune “nu” tatălui

Unul din subiectele care a apărut devreme în cadrul sesiunilor noastre a fost furia ei neașteptată față de tatăl său. Katherine se străduia să gestioneze aceste izbucniri inconfortabile, care-i scăpau, în ciuda eforturilor sale de a fi o fiică iubitoare. Aceste erupții o făceau pe Katherine să se simtă perplexă și tulburată. Nu le înțelegea.

Katherine nu găsisese încă un mod de a-i spune “nu” tatălui – nici tatălui ei, nici tatălui arhetipal. În eforturile sale lăudabile de a avea grijă de familie, mama lui Katherine facilitase alcoolismul tatălui prin supra-funcționare, permițându-i să bea cu prea puține consecințe. Așa cum se întâmplă adesea în cazul dependențelor, familia era structurată în jurul abuzului de substanțe al tatălui. Alcoolismul său determina majoritatea deciziilor familiei – unde să locuiască, ce activități extrașcolare să facă Katherine, și cum anume să-și petreacă sărbătorile. Eforturile lui Katherine de a fi de ajutor și de a-și lăsa dorințele la o parte au sprijinit și ele tirania pasivă a tatălui. Pentru Katherine, a-i spune “nu” tatălui ar fi însemnat refuzul de a colabora la starea de lucruri. Ar fi însemnat explorarea propriilor interese și dorințe în timpul facultății și după aceea, în loc de

sacrificarea acestora pentru asumarea unor responsabilități care ar fi trebuit să-i aparțină tatălui său. Ea ar fi avut nevoie să trântască broasca de perete.

Katherine simțea că timpul pentru a-și explora interesele îi scăpa printre degete. Voia să plece de la firma unde lucrase încă de la absolvire, dar avea îngrijorări legate de modul în care acest lucru ar fi afectat situația financiară a familiei. Mai mult, Katherine a început să-și dea seama că recrease o dinamică similară în cadrul propriei sale căsnicii. Soțul ei era o persoană mult mai bună decât tatăl ei, dar și el avea unele comportamente compulsive care puneau în pericol situația financiară a familiei, lăsând-o pe Katherine în familiarul rol de a fi nevoită să țină lucrurile laolaltă. Într-un moment în care se simțea blocată și fără opțiuni, a avut următorul vis:

Mă aflu într-un cartier nesigur, aproape de locul în care am crescut, și trebuie să plimb câinele, pe Juniper. Îmi dau seama că nu am lesa. Aceasta este la mama. O sun pe mama și-i cer să-mi aducă lesa. Mama nu vrea, dar spune că o va face. Apoi câinele fuge, și eu fug după el. Câinele fuge într-o peșteră, și eu sunt foarte îngrijorată. Ar putea fi orice acolo! În timp ce stau, gândindu-mă ce aș putea face, din peșteră iese un crocodil, urmat de Juniper. Juniper prinde crocodilul în gură și cumva reușește să-i taie gâtul! Crocodilul începe să sângereze încet, cu labelle rășchiate. Sunt tristă și tulburată, și văd suferința crocodilului. Pe măsură ce sângerează, începe să se transforme într-o ființă umană, până când are trupul unui om și capul unui crocodil.

În visul său, Katherine era speriată pentru Juniper, un câine de talie medie, pe care familia îl adoptase de la adăpostul pentru animale, și de care Katherine era foarte atașată. Fusesse înspăimântată să-l vadă intrând în peșteră, și uimită să-l vadă luând cu îndemănare crocodilul în gură, tăindu-i gâtul. A simțit, de asemenea, tristețe și supărare pentru moartea crocodilului.

Juniper pare să știe exact ce face. Știe unde este peștera și ce trebuie să facă acolo. Câinii sunt loiali, protectori și instinctuali. Au un excelent simț al mirosului și pot intui pericolul sau oportunitatea cu mult înaintea noastră. Se pot adapta mediului, inclusiv dispozițiilor și nevoilor stăpânilor lor. În mitologie, câinii păzesc granița dintre tărâmul viilor și

tărâmul morților. În vise, ei pot reprezenta un fel de înțelepciune directă, instinctuală, care este loială și protectoare. Când egoul nostru este copleșit sau nesigur, partea câine din noi știe adesea ce este de făcut.

Sacrificiul și misterioasa transformare a crocodilului a provocat sentimente puternice pentru amândouă. Ca toate animalele din vise, crocodilii sunt imaginea instinctului, dar un alt fel decât cel reprezentat de câine. Instinctele crocodilului sunt primare, oarbe și irelevante. Crocodilii reprezintă o specie antică, construită pentru supraviețuire. Ca reptilienii vânători cu sânge rece, par să aibă prea puține capacități pentru relaționare sau afecțiune, și totuși mamele crocodil rostogolesc cu tandrețe ouăle în gură, își transportă și își protejează nou-născuții. De vreme ce s-au schimbat prea puțin în 200 de milioane de ani, crocodilul din vis ar putea reprezenta partea aceea a persoanei care trebuie să treacă printr-o evoluție.

Partea Juniper din Katherine părea să înțeleagă că este nevoie de o transformare profundă. Unele dintre impulsurile antice către supraviețuirea brută trebuiau sacrificate și umanizate. Preocupările legate de supraviețuire coloraseră întreaga copilărie a lui Katherine. Se temea că mamei ei, de care depindea, avea să i se întâmple ceva. De aceea, și-a petrecut mare parte din timp și energie încercând să-și protejeze și să-și ajute mama. Faptul că și-a asumat rolul de părinte i-a pus piedici în dezvoltarea deplină a persoanei care fusese la naștere, alienând-o de calitățile importante pe care le aduce Lilith. Drept rezultat, a ajuns la mijlocul vieții cu multe visuri nerecunoscute, pasiuni necultivate, și dorințe neexplorate.

Când a avut acest vis, Katherine începea să exploreze noi posibilități, dar acest lucru i se părea transgresiv și chiar periculos. Visul arată că partea conștientă a personalității sale încă simțea nevoia de a ține în lesă câinele interior. Este semnificativ faptul că, în vis, mama are lesa, dar nu vrea să o înapoieze. În Katherine există dorința veche de a avea grijă de mamă (de a-l ține pe Juniper în lesă), și o cerință interioară de a se separa psihologic de mamă (a-l lăsa pe Juniper să alerge). Mama sa interioară ar putea ține în frâu instinctele sănătoase, dar alege să nu o facă. Câinele interior al lui Katherine depășește ambivalența. Câinele recunoaște instinctiv că atitudinea aceasta primordială, orientată spre supraviețuire, trebuie sacrificată.

În vise, animalele sunt întotdeauna sacre. În acest vis, există o tensiune

între doi zei diferiți – două instincte diferite. Dilema este găsirea unui curs acceptabil între cerințele celor doi zei²⁸. Vechiul principiu al supraviețuirii trebuie să cedeze în fața instinctului de autoconservare reprezentat de micul câine.

Pe măsură ce crocodilul își pierde sângele, devine uman. La fel ca broasca din poveste, apare o transformare. Ceva ce se întâmpla la nivel inconștient, instinctual, devine încet tot mai conștient. În cele din urmă, ajunge să aibă un trup omenesc și cap de crocodil. În Egiptul antic, crocodilii erau venerați drept reprezentanții pământeni ai zeului Sobek, zeitatea fioroasă cu trup de bărbat și cap de crocodil. Sobek era cunoscut drept un zeu protector, care lupta cu răul și proteja inocenții. La templul său principal din Crocodilopolis, crocodilii decedați erau mumificați și expuși ritualic. Unii dintre acești crocodili mumificați au fost găsiți cu pui mumificați în gură sau pe spate, poate subliniind aspectele protectoare și benefice ale acestui zeu fioros²⁹.

Familia lui Katherine se concentrase doar asupra supraviețuirii timp de câteva generații. Femeile care îndrăzniseră să se preocupe mai mult de ele avuseseră o soartă nefericită. Povestea ancestrală era una despre auto-sacrificiu și auto-deprecieri. Ca și broasca din poveste, crocodilul reprezintă un potențial divin, existent într-un stadiu primitiv, unde nu putea fi accesat în mod conștient. Amândoi aveau nevoie să fie sacrificați în mod violent înainte de a se putea transforma. Trântind broscioiul de perete, prințesa a renunțat la dragăalășenia sa. Katherine a trebuit să renunțe la constrângerea reflexivă, profund inconștientă, de a-și ignora propriile dorințe, concentrându-se exclusiv asupra supraviețuirii. Pentru a face acest lucru, a trebuit să se conecteze mai mult cu focul său vital.

Katherine trebuie să jlească această atitudine. Focusul copilăriei ei pe supraviețuire a reprezentat un mod de a trece prin lume care a ajutat-o să depășească greutățile. I-a permis să devină persoana care este astăzi și, în multe feluri, reprezintă ceea ce prețuiește ea cel mai mult la sine – iubirea și grija pentru ceilalți. Și totuși, această atitudine și-a depășit

²⁸ Safron Rossi, *The Kore Goddess: A Mythology and Psychology* (Arroyo Grande, CA: Winter Press, 2021).

²⁹ Natalia Klimczak, "2,500-Year-Old Mummified Crocodile Yields Surprises," *Ancient Origins*, adus la zi în 18 noiembrie, 2016, ancient-origins.net/news-history-archaeology/2500-year-old-mummified-crocodile-yields-surprises-007031

utilitatea, și trebuie să i se permită să se transforme. Visul ne spune că se transformă în ceva puternic, fioros și divin.

În viața sa exterioară, Katherine a început procesul descris de către vis. A devenit mai conștientă de furia ei față de tată. Este mai conștientă de nevoia ei habituală de a fi de ajutor, și de dorința ei pentru armonie, și de felul în care acestea o fac să-și sacrifice unele dintre propriile dorințe.

Concentrarea excesivă a lui Katherine asupra ajutorii și rezolvării problemelor altora a reprezentat, de fapt, abandonul propriei persoane, ceea ce a făcut-o să se simtă epuizată și disperată la mijlocul vieții. O astfel de trădare de sine ne poate pune în pericol atât în moduri directe, cât și mai subtile. O poveste portugheză în care apar multe dintre temele din "Pasărea lui Fitcher" ne ajută să examinăm acest lucru. În această poveste, tatăl își lasă cele trei fiice acasă și le previne să aibă grijă. Doar una dintre fete rezistă tentației de a fi amabilă și plăcută.

Micuța fată înțeleaptă

A fost odată ca niciodată un negustor care avea trei fete. Mama lor murise, iar el le creștea singur. A fost nevoit să călătorească departe cu treburi, și era îngrijorat pentru faptul că rămâneau acasă singure. Ele l-au asigurat că aveau să fie bine în absența lui.

- Cum puteți fi sigure? a întrebat negustorul. Sunt mai bătrân și mai înțelept decât voi, și știu câte necazuri se pot abate asupra voastră. Hoții și tâlharii ar putea profita de absența mea, pentru a mă jefui și a vă face rău.

Fetele au promis să se încuie în casă și să nu lase pe nimeni să intre.

- Asigurați-vă că nu lăsați pe nimeni înăuntru! a spus negustorul.

Ele i-au promis, iar el a plecat în călătorie, dar cu inima grea.

Când negustorul ieșea din oraș, o ceată de tâlhari îl văzu, hotărând să meargă la casa lui în acea noapte și să-l jefuiască. La venirea serii, conducătorul bandei se îmbracă ca un cerșetor și bătu la ușa negustorului.

- Aveți milă de un biet nefericit! strigă el. Afară plouă, o persoană miloasă n-ar avea inima să lase pe cineva afară. Lăsați-mă să petrec noaptea sub acoperișul vostru!

Sora cea mare se uită de după perdea.

- Afară e o furtună groaznică. Cred că ar trebui să-l lăsăm să intre.

Cea de-a doua soră s-a uitat și ea afară.

- Este bătrân și sărac. Tatăl nostru ne-a învățat mereu să arătăm milă și bunătate față de cei în vârstă!

Dar sora cea mică a fost mai precaută.

- I-am promis tatei că nu lăsăm pe nimeni în casă. Îi putem da câte ceva fără să deschidem ușa, și să-l trimitem în drumul său, cu binecuvântări.

Dar cele două surori mai mari au fost iritate de îngâmfarea ei.

- Soră, suntem mai mari decât tine! Tata ne-a învățat mereu să fim miloase și generoase cu cei aflați în nevoie!

În ciuda protestelor surorii mai mici, cele două fete au descuiat ușa și l-au invitat pe cerșetor în casă. I-au dat de mâncare și i-au pregătit un pat.

- Sunt atât de bucuroasă că se va simți confortabil peste noapte! a spus sora cea mare.

- Cred că tata ar fi îngrijorat să vadă cât de repede ne-am încălcat promisiunea, a spus sora cea mică.

Când cerșetorul a terminat de mâncat, a scos trei mere ca desert, peste care presărase pulbere de adormit. Surorile mai mari au mâncat merele și au adormit curând, dar sora cea mică era prea neliniștită pentru a mânca, și atât de înspăimântată, că nu a putut închide un ochi.

L-a auzit pe cerșetor sculându-se și venind în camera lor. Acesta a luat un ac și a înțepat-o pe sora cea mare în picior. Când ea nu a scos nici un sunet, a știut că pulberea își făcuse efectul. A făcut la fel cu a doua soră. Pe cea mică a durut-o groaznic când a făcut la fel, dar a avut grijă să nu miște sau să scoată vreun sunet.

Sora cea mică a pândit printre gene și a văzut cum cerșetorul își scoate haina. Pe dedesubt, era înarmat cu săbii și pistoale și pumnale. Fata s-a simțit groaznic de speriată.

Îl putea auzi prin casă, examinând bunurile negustorului, și alegând pe cele pe care dorea să le fure. Apoi l-a auzit mergând jos și descuind ușa grea care ducea către depozit. S-a ridicat repede și s-a dus tăcută în cealaltă cameră.

Acolo i-a găsit sabia, pe care el și-o dăduse jos și o lăsase pe masă. Curând, fata a auzit ușile exterioare ale depozitului deschizându-se. Tâlharul se dusesse să cheme restul bandei. Fata a alergat jos și a încuiat ușa interioară a depozitului. Acum tâlharii nu mai puteau intra în casă.

A auzit pași afară, și apoi un blestem, când hoții descoperiră că ușa era încuiată.

- Este fiica cea mică! Am bănuț-o de la bun început.

- Poate că încă o mai poți păcăli! a spus un alt hoț.

Cerșetorul veni la ușa din față și ciocăni.

- Bună domniță! Ai milă de mine!

Sora cea mică nu a răspuns, dar el a continuat să o cheme, până când l-a întrebat ce vrea.

- Mi-am lăsat amuleta înăuntru! Lasă-mă să intru să o iau. Promit că nu-ți fac rău!

- Nu am încredere în promisiunile tale, a spus fata cea mică.

- Atunci dă-mi tu amuleta, a spus hoțul.

Se întâmplă că ușa avea o gaură suficient de mare pentru pumnul unui bărbat. Era gaura prin care cerșetorii își vârău brațul când cereau pomană.

- Bagă-ți mâna prin ușă. Apoi îți dau amuleta.

Fata a fugit să aducă sabia cea mare pe care o lăsase hoțul în urmă, pe masa din sufragerie. Când s-a întors, brațul hoțului atârna prin ușă. L-a lovit cu toată puterea, tăindu-l cu sabia.

De dincolo de ușă s-au auzit urlete groaznice. În furia lor, tâlharii au încercat să dărâme ușa, dar fără succes. Ușa era puternică și le ținu piept. Curând s-a ivit soarele, iar tâlharii au trebuit să fugă.

Dimineața, efectul pulberii de somn s-a terminat, iar cele două surori mai mari au fost uimite să audă povestea celei mici.

- Nu cred nici un cuvânt! a spus cea mare.

Dar când sora cea mică le-a arătat brațul și sabia, ele au știut că spunea adevărul.

Când negustorul s-a întors în cele din urmă acasă, a fost încântat să-și găsească casa și fiicele în siguranță. Surorile cele mari au recunoscut că încălcaseră promisiunea făcută, și că sora cea mică le salvase.

Când negustorul a auzit întreaga poveste, a spus:

- După toate astea, trebuie să ascultăm cu toții cuvintele ei.. Este mai înțeleaptă decât anii ei.

La fel ca în povestea cu Regele Broscoi, tatăl este o figură importantă și pozitivă. El și-a învățat fetele să fie blânde și pline de compasiune, dar nu este naiv, așa că le instruește cu privire la mersul lumii.

- Sunt mai bătrân și mai înțelept decât voi, și știu câte necazuri se pot abate asupra voastră, le spune el fetelor, atunci când ele îl asigură că totul va fi bine. Deși el prețuiește mila și generozitatea, nu este nesăbuit.

Prețuiește, de asemenea, siguranța. Are uși solide, cu închizători puternice, și le pune pe fete să promită că le vor folosi. Acest tată este mai dezvoltat din punct de vedere psihologic decât tatăl din “Regele Broscoi”. El recunoaște că există un timp pentru milă și generozitate, și un timp pentru a încuia ușile pentru toată lumea.

Seducția milei

Surorile mai mari exemplifică atitudinile adoptate de multe femei. Atunci când nu suntem sigure, de cele mai multe ori recurgem la amabilitate. Când vine vorba de ceva ipotetic, surorile promit să nu lase pe nimeni înăuntru. Cu toate acestea, când surorile mai mari sunt puse în fața unui cerșetor bătrân, care stă în ploaie, hotărârea lor cade și este depășită de impulsul de a face o prioritate din relații și empatie față de ceilalți. Această tendință de a avea grijă de alții a fost întărită de învățăturile primite anterior – ca în cazul fetițelor pe care le-am văzut în restaurant, ele au fost instruite să fie bune.

La fel ca în “Pasărea lui Fitcher”, personajul negativ se îmbracă în cerșetor. Atunci când suntem confruntate cu cineva care are nevoie de îngrijire, tindem să ne lăsăm garda jos. Mila ne înmoaie inimile și ne încurajează să acționăm fără să ne gândim la noi. Dar, așa cum se arată în ambele povești, acest lucru poate fi periculos. Povestea de față ilustrează dilema morală pe care noi, femeile, este probabil să o înfruntăm. Când este corect să arătăm milă și compasiune, și când este mai bine să ne protejăm, chiar dacă acest lucru înseamnă să nu împlinim nevoile altora? Cum judecăm dacă cineva este un cerșetor sau un răufăcător?

Dacă cerșetorul ar fi fost sincer, atunci atitudinea celor două surori mai mari ar fi fost potrivită. De unde să știm ce este corect? Povestea imaginează o dilemă arhetipală cu care trebuie să ne confruntăm toate. Pentru tinerele femei, a învăța să facă diferența dintre un hoț și un cerșetor reprezintă un stadiu de dezvoltare care trebuie parcurs. Există multe situații în care trebuie să discernem dacă este bine să ne lăsăm garda jos și să fim bune și încrezătoare, sau dacă ar trebui să fim reci, precaute, auto-protectoare și vehemente. Celor mai multe tinere le va fi mai ușor să adopte prima atitudine.

Când eram tânără, am avut vise frecvente în care am fost confruntată cu această dilemă. Aveam optsprezece ani și eram în primul an de facultate

când am avut următoarele două vise.

Conduceam noaptea, printr-un loc izolat. Mergeam să mă întâlnesc cu o prietenă. Prin parcare mergea un om fără adăpost. Arăta obidit și posac. Pentru că aveam nevoie ca el să înainteze ca să pot parca, m-am simțit agresivă, ca și cum i-aș fi cauzat și mai multe greutăți. M-am simțit vinovată. În loc să stau în mașină, am ieșit pentru a părea mai prietenoasă și a-i semnaliza că nu mă tem de el, deși mă temeam. Am ieșit și i-am spus ceva, iar el m-a prins și am știut că mă va ucide. Am strigat după prietena mea, dar am știut că nu va ajunge la timp.

Câteva săptămâni mai târziu, am avut un vis similar.

Era un bărbat murdar, cu păr șaten și patru ochi – cu doi în plus sub cei normali, și toți globii oculari erau rostogoliți în sus, așa că irisul închis la culoare era abia vizibil. La început, am simțit dezgust, dar am luptat împotriva acestui sentiment, pentru că am simțit că ar trebui să-mi fie milă. Am insistat să-l aduc cu mine în sala de mese. Atunci m-am trezit, dar cu un sentiment de pericol, ca și cum el ar fi putut să se întoarcă spre mine și să mă omoare în orice moment.

Nu înțelesesem mesajul de la psihicul meu din primul vis, așa că a fost nevoie de al doilea, care să-mi ofere o imagine mult mai tulburătoare. Visele încercau să-mi comunice că, în lumea interioară, confundam hoțul cu un cerșetor, și că moartea psihică era aproape inevitabilă. Capacitatea mea agresivă era atât de proscrisă, încât devenise fără adăpost în lumea interioară. Am văzut-o ca periculoasă și distructivă, când de fapt mi-ar fi oferit abilitatea de a naviga prin situația nouă cu mai mare autoritate și încredere, dacă m-aș fi putut conecta corect la ea. Când ne separăm de conținutul interior, acesta apare personalității conștiente ca ceva periculos și străin. Cu toate acestea, este de fapt un cărbune încins, plin de potențial și așteptând să i se facă vânt și să se trezească din nou la viață.

Cheia rezolvării dilemei cerșetorului sau hoțului este discernământul, abilitatea de a cântări cu grijă opțiunile, ajungând la judecata corectă. *Discernământ* vine din cuvântul latin care înseamnă "să separi două lucruri". În chestiuni de natură psihologică, discernământul implică

adesea un proces, și are nevoie de timp. Oamenii ajung adesea la terapie deoarece au nevoie de un proces de discernământ, un loc în care să-și examineze sentimentele fără judecăți externe. Este dificil să ne angajăm în discernământ atunci când suntem supuse presiunii. Surorile din poveste sunt supuse unui element de presiune, deoarece cerșetorul stă în ploaie. Ele recurg imediat la atitudinea lor amabilă, în loc să poată sta să analizeze valorile aflate în contradicție.

Sora cea mică și isteță din poveste sugerează o cale de mijloc, care oferă un compromis între compasiune și autoprotecție. Discernământul ei o face precaută, și ea le sugerează surorilor să-i dea cerșetorului pomană, dar să nu deschidă ușa. Surorile ei sacrifică un principiu pentru altul. Ele adorm și rămân inconștiente la pericol, dar energia și istețimea surorii mici o ajută să câștige.

A fi plăcute în ochii bărbaților

În poveste, sora cea mică atrage furia tâlharilor. Ea nu a fost amabilă și maleabilă, iar hoțul afirmă că a avut suspiciuni cu privire la ea încă de la început. Multe femei simt nevoia de a fi plăcute bărbaților. Femeile caută adesea să se poziționeze acolo unde întâlnesc cele mai multe aprobări din partea acestora, fiindcă asta le asigură, de obicei, o mai mare siguranță. Când bărbații sunt cei care asigură accesul la resursele necesare – fie că este vorba de bani, siguranță, putere, sau orice altceva – femeile pot ajunge să se dea peste cap pentru a se face plăcute de ei. Adesea, aceste eforturi de a fi plăcute vin cu costuri legate de conexiunea femeii cu alte femei.

În poveste, sora cea mică riscă să fie dezagreabilă, în timp ce surorile ei preferă să fie văzute de tâlhar ca bune și virtuose. Căutând să câștige aprobarea cerșetorului, surorile mai mari nu iau în seamă avertismentele celei mici, și o ceartă pentru lipsa ei de caritate. Își afirmă superioritatea asupra ei, și-i critică precauția. Acolo unde bărbații controlează accesul la putere și resurse, femeile se percep unele pe altele ca rivale, subminând astfel solidaritatea feminină. Atunci când vedem alte femei doar ca rivale, tindem să ne simțim nesigure și să ne îndoim de noi înșine. Acest lucru îngreunează și mai mult găsirea focului nostru interior.

Filmul din 1991, *Raise the Red Lantern*, regizat de Zhang Yimou, prezintă într-un mod tulburător modul în care nevoia femeilor pentru aprobarea unui bărbat le poate întoarce una împotriva alteia. Acțiunea filmului are

loc în China anului 1920. Songlian (jucată de Gong Li) are doar nouăsprezece ani și pleacă la universitate, dar tatăl ei moare și nu mai sunt bani. Mama ei vitregă o forțează să se căsătorească cu un bărbat bogat. Ea devine a patra lui amantă și intră într-un cămin guvernat de dorințele capricioase ale stăpânului. În fiecare zi are loc un ritual în care stăpânul anunță în care casă își va petrece noaptea. Companioana lui din fiecare seară primește mâncărurile preferate, masaje senzuale, și o ceremonie elaborată în cadrul căreia în apartamentul ei sunt aprinse minunate lămpioane roșii. Cele neselectate pentru seara respectivă sunt tratate mai puțin plăcut de către servitori, și trebuie să se supună dorințelor companioanei. Femeile sunt așadar asmuțite una împotriva alteia într-o competiție fără sfârșit, pentru puținele capricii care li se permit. Songlian nu este niciodată sigură în cine poate avea încredere. Femeile caută să se submineze sau să se rănească una pe alta. La finalul filmului, după ce stăpânul se mai căsătorește cu o tânără concubină, o vedem pe Songlian plimbându-se fără țință prin complex, aparent nebună.

Când suntem tinere, ne vedem așa cum ne imaginăm că ne-ar vedea un bărbat, și ne întrebăm *Mă ridic la înălțimea așteptărilor? Sunt suficient de slabă? Suficient de drăguță?* Monitorizăm cu atenție ceea ce dezvăluim despre noi și încercăm să fim atrăgătoare și neamenințătoare. Poate că faptul că bărbații se simt amenințați de femeile inteligente și realizate este un clișeu, dar este un clișeu născut din cel puțin câteva cercetări³⁰.

În facultate, am participat la o petrecere unde câțiva dintre noi stăteam de vorbă. Bărbații din grup își împărtășeau fără modestie realizările. Am observat bărbații în timp ce făceau acest lucru, și am observat că femeile din grup erau relativ tăcute. Realizările bărbaților erau admirate și sărbătorite de noi toți. Apoi, unul dintre cei care vorbiseră m-a fixat brusc cu privirea, măsurându-mă de sus până jos. S-a întins și m-a prins de încheietura mâinii, privind-o cu admirație.

- Uite ce mult ai slăbit! a spus el, încercuindu-mi încheietura cu degetele. Arăți minunat!

³⁰ Lora E. Park, Ariana F. Young, și Paul W. Eastwick, "(Psychological) Distance Makes the Heart Grow Fonder: Effects of Psychological Distance and Relative Intelligence on Men's Attraction to Women," *Personality and Social Psychology Bulletin* 41, no. 11 (2015): 1459–73, doi.org/10.1177/0146167215599749.

Îmi amintesc că m-am gândit *Și iată că este adevărat. Bărbații sunt admirați pentru realizările lor, pentru că sunt mai mari. Femeile sunt admirate pentru felul în care arată și pentru că sunt mai mici.*

Parțial, a învăța să fim dezagreabile înseamnă să trecem de nevoia de a fi atrăgătoare. Maturizarea ajută în acest sens. Filmul de animație *Castelul umblător al lui Howl* începe cu prezentarea lui Sophie, o tânără simplă care evită să petreacă timpul în oraș cu colegii ei de serviciu, pentru a munci într-un magazin de pălării. Pe măsură ce celelalte tinere pleacă, discuția se îndreaptă spre fermecătorul vrăjitor Howl, care are reputația unui seducător. Se spune despre el că poate smulge inima unei femei – dar că nu caută decât frumuseți. Încă de la începutul filmului se subliniază faptul că Sophie se vede pe sine ca simplă și nemeritând atenția unui bărbat. O vedem încercând o pălărie și pozând scurt în fața unei oglinzi, înainte de a deveni dezamăgită la vederea reflexiei din fața sa. Când sora ei o avertizează împotriva pericolului reprezentat de Howl, Sophie insistă că este în siguranță, de vreme ce acesta țintește doar femei frumoase. Sora lui Sophie remarcă tendința acesteia de a-i pune pe ceilalți pe primul loc.

- Este viața ta, Sophie. Fă odată și ceva pentru tine!³¹.

La puțin timp după aceasta, o vrăjitoare o transformă pe Sophie într-o bătrână. Acum este corpolentă, adusă de spate, și are părul cărunț. De vreme ce vraja o împiedică să-și pomenească blestemul, Sophie își dă seama repede că nu mai poate rămâne alături de familia ei. Așa că se aventurează singură în necunoscut, unde întâlnește Castelul umblător al lui Howl, mergând de colo-colo. Înfrigurată și având nevoie de un loc unde să stea, intră și se așază lângă foc.

- Sunt sigură că Howl nu ar mânca inima unei bătrâne zgribulite ca mine, își spune ea³².

Odată cu transformarea lui Sophie într-o bătrână, a avut loc și o transformare interioară. Nu mai este timidă și excesiv de agreabilă. Este hotărâtă, vicleană și insistentă. Odată înăuntrul castelului lui Howl, începe imediat să-i comande lui Calcifer, demonul focului, responsabil de sănătatea și vitalitatea castelului, și de Howl însuși. Asistentul lui Howl – și mai apoi chiar acesta – sunt surprinși de faptul că demonul Calcifer

³¹ *Castelul umblător al lui Howl*, regizat de Hayao Miyazaki (Tokyo, Japan: Studio Ghibli, 2004), 1 oră 59 minute.

³² *Castelul umblător al lui Howl*

urmează ordinele lui Sophie. Acum că ea s-a conectat cu propria sa scânteie vitală, demonul focului nu-i poate sta în cale. Bătrânețea și urâtenia o fac mai puțin conștientă de eșecurile ei percepute. Când Howl se întoarce, Sophie este arogantă.

- Cine ești? o întreabă el.

- Poți să-mi spui bunică Sophie, răspunde ea. Sunt noua ta menajeră.

Ca femeie bătrână, Sophie nu se teme că ar putea ofensa.

- Ei bine, își spunea ea, un lucru bun este faptul că la bătrânețe nimic nu te mai sperie³³.

Pe măsură ce înaintăm în vârstă, ne putem simți asemeni lui Sophie, eliberate de povara de a trebui să fim atractive și plăcute ochiului. Atunci putem păși confortabil în dezagreabilitatea noastră. Suntem libere să spunem ce vrem, și să ne urmăm dorințele. La fel ca prietena mea Terry, care ne dădea afară de la petreceri atunci când simțea că au durat destul, putem fi generoase – oferindu-le prietenilor mese bogate – dar și atente la nevoile noastre, pentru că nu ne îngrijorăm prea mult cu privire la cât de agreabile suntem.

Pentru multe femei, eliberarea de nevoia de a fi agreabile este unul dintre cele mai mari daruri ale bătrâneții. Poeta Dorothy Parker surprinde acest lucru în poezia ei din 1926.

Vară indiană

În tinerețe-aveam un dor de a plăcea,

Schimbându-mă la fiecare nou iubit.

Dar știu acum știu ce știu și fac ce fac,

Și de nu-ți plac, iubite, tot un drac.³⁴

Multe dintre noi avem un impuls puternic, înăscut, de a fi atrăgătoare și agreabile. Flexibilitatea noastră este lăudabilă, dar dacă vrem să rămânem conectate cu sufletele noastre, va trebui să avem capacitatea ca uneori să fim îngrozitoare, opoziționiste, sau ofensatoare. Vigoarea și convingerea care ne permit să dăm cu broasca de perete, sau să tăiem

³³ *Castelul umblător al lui Howl*

³⁴ Dorothy Parker, *Enough Rope: A Book of Light Verse* (Bristol, UK: Ragged Hand, 2022), 72.

brațul tâlharului ne poate ajuta să străpungem barierele care s-au ridicat timp de ani de zile între noi și sinele nostru vital, autentic. Când ceața sau falsa drăgălășenie se disipează, rămânem în fața adevărului. Sinele nostru nestăpânit ne face să ne simțim inconfortabil. Nu este rușinos sau timid. Este legat de pământ și animalic, aspru și subpământean. Este nedrăguț și neplăcut. Dar este plin de vitalitate și energie. Îi pasă de noi și de dezvoltarea noastră, și nu se preocupă de ce ar putea gândi alții. Atunci când ne reclamăm energiile proscrie, devenim prietenele noastre loiale. Știm lucrurile pe care le știm și facem ceea ce facem, și putem pune pe lista de priorități nevoile unice ale sufletelor noastre.

Întrebări pentru reflecție

1. Prințesa din “Regele broscui” promite să aducă broscuiul acasă dacă acesta îi găsește mingea, dar nu are de fapt intenția de a face acest lucru. Când anume în viața voastră ați crezut, în mod naiv, că ați putea primi ceva fără să dați nimic în schimb? Când ați simțit că ați fost tratate incorect de viață, pentru că lucrurile nu au ieșit așa cum ați vrut? Ce ați făcut în legătură cu acest lucru? Ce ați învățat?
2. Prințesa este forțată de tatăl ei să își țină promisiunea. Trebuie să sufere confruntarea cu partea broască din ea însăși. Când ați fost forțate să recunoașteți ceva despre voi, ce nu voiați să știți? Ce ați învățat, ca urmare a acestei confruntări?
3. Prințesei i se pare dezgustător broscuiul, dar continuă să încerce să-i facă pe plac tatălui ei, luându-l în dormitor. Abia după ce-și dezlănțuie furia își exprimă adevăratele sentimente, și trânteste broasca de perete. Când ați ales autenticitatea în fața agreabilității? A fost dificil de făcut, și dacă da, de ce? Care a fost rezultatul final?
4. În “Micuța fată înțeleaptă”, sora cea mare este motivată să-și încalce promisiunea făcută tatălui atunci când cerșetorul bate la ușă în timpul unei furtuni. Uneori, mila sau îngrijorarea noastră pentru alții ne orbesc în fața potențialelor pericole. Când anume în viață ați fost seduse de milă, într-un fel care ulterior s-a dovedit a fi dăunător? Ce v-a făcut susceptibile la implorările celeilalte persoane, făcându-vă să alegeți neînțelept?
5. Cele două surori mai mari din poveste sunt conduse de dorința lor

de a fi caritabile. Ne-am putea imagina că ele se concentrau pe a părea bune și pline de virtuți. Societatea noastră răsplătește în general comportamentele bune și virtuozitatea în cazul femeilor. A existat un moment recent în care ați identificat că înclinați într-o anumită parte pentru că doreați să păreți bune, generoase, sau cu inima mare?

6. Sora cea mică ridică sabia și taie brațul tâlharului. Acest lucru seamănă puțin cu trântitul broscuțului de perete. Uneori, trebuie să apelăm la capacitatea noastră pentru violență pentru a stabili niște limite ferme. Ați fost nevoite vreodată să fiți foarte aspre – poate chiar să folosiți forța fizică – pentru a vă proteja? Ați fost surprinse că ați putut face acest lucru? Ce ați învățat despre voi din această întâmplare?

Capitolul 3

Istețimea: depășirea inocenței

Întotdeauna deslușim misterele cu prețul inocenței.

Robertson Davies, *Fifth Business*

Când aveam unsprezece ani, mama m-a lăsat să economisesc bani pentru a-mi cumpăra un inel de argint tip puzzle, pe care mi-l dorisem. Mi-a plăcut la nebunie. După câteva săptămâni, când am avut ocazia să-l dau jos și să le arăt unor fete mai mari, pe care le admiram, cum se dezassemblează și se assemblează la loc, am fost încântată. M-am simțit norocoasă să fi fost inclusă în invitația de a petrece după-masa acasă la Melissa. Deși era doar cu un an mai mare, părea să se descurce mult mai bine în lume decât mine. Avea părul blond, iar părinții ei erau divorțați. Locuia împreună cu mama ei într-o casă mică, în care erau adunate în mod plăcut o mulțime de lucruri interesante. Pe pervazul ferestrei de la bucătărie se afla un borcan cu maia, iar între camere atârnavă perdele din mărgelă. Mama ei o învățase să dea mașina cu spatele și să o întoarcă pe alee. Eram uluită de această abilitate de adult. Când am terminat demonstrația cu inelul meu minunat, Melissa m-a întrebat dacă l-ar putea împrumuta pentru un timp. I l-am dat de îndată, bucuroasă să-i fi stârnit

interesul. A dispărut într-o altă cameră, dar a revenit repede alături de noi. În timp ce ne pregăteam să plecăm, mai târziu, i-am cerut Melissei să-mi returneze inelul. A negat că i-l dădusem, sugerând că probabil îl pusesem altundeva. Știam că nu era adevărat, dar toate prietenele Melissei au susținut același lucru, și am simțit că nu am suficientă putere pentru a-i contrazice afirmațiile. Nu mi-am recuperat niciodată inelul.

Atunci când i-am dat Melissei inelul, am fost prea naivă și încrezătoare. Nu mi-am putut accesa instinctele despre ce s-ar putea întâmpla de fapt. Istețimea este abilitatea de a vedea lucrurile așa cum sunt, nu așa cum sperăm sau credem că ar trebui să fie. Dicționarul ne spune că *șiret* (schrewd în limba engleză) înseamnă “a avea sau a demonstra o putere subtilă de judecată”. Termenul provine de la un mic rozător, the shrew (chițcan), care are un bot alungit și ochi mici. Inițial, cuvântul avea sensul “cu o natură sau un caracter răutăcios”. În prezent, cuvântul *shrew(d)* are două semnificații. Se referă la micul mamifer, dar înseamnă, de asemenea, “femeie cu o dispoziție proastă, sau agresiv asertivă” (scorpie).

Acest cuvânt relevă, așadar, un adevăr cultural profund. Femeile cu o judecată sănătoasă sunt considerate a fi prost dispuse sau agresiv asertive. Pentru a evita să fie o scorpie, o femeie nu trebuie să fie prea isteță. Nu trebuie să vedeți ceea ce este în fața ochilor. Rămâneți inocente și naive. Și totuși, atunci când nu ne putem accesa istețimea, riscăm să fim incapabile să ne protejăm.

În mod frecvent, știm mai multe decât credem. Putem fi conștiente de ceva, dar alegem să nu recunoaștem asta, dintr-un motiv sau altul. Lăsăm nevoia de a rămâne inocente să ne taie legătura cu această cunoaștere care altfel ne-ar fi accesibilă. Analistul jungian Mark Winborn arată că analiștii aflați în formare pot avea dificultăți în a-și accesa propria înțelepciune, deoarece evită să-i confrunte pe alții sau să abordeze subiecte care i-ar putea face pe pacienții lor să se simtă inconfortabil. Poate fi uimitor de lămuritor să ne oprim în timpul unei interacțiuni tensionate – clinică sau personală – și să ne întrebăm “Ce știi în acest moment?”³⁵. Adesea, răspunsul care ne vine în aceste momente este surprinzător și plin de înțelepciune.

³⁵ Mark Winborn, *Interpretation in Jungian Analysis: Art and Technique* (New York, NY: Routledge, 2019).

Atunci când nu putem afirma că știm, pierdem accesul la istețime și putem deveni prizonierele complexului inocenței. Acest lucru ne poate afecta în moduri mai puțin semnificative, ca atunci când mi-am pierdut inelul, dar poate avea și consecințe mai serioase. Dacă nu suntem capabile să ne imaginăm că alții s-ar putea să nu fie preocupați de binele nostru, ne deschidem spre a se profita de noi de către colegi, parteneri, și chiar instituții.

Odată am lucrat în departamentul de asistență socială al unui spital. Supervizoarea mea fusese șefa acestui departament pentru mai mult de douăzeci de ani. Nu se căsătorise niciodată și nu avusese copii. Slujba fusese viața ei. Când spitalul a angajat un nou administrator, care se concentrase asupra reducerii costurilor, a fost concediată fără preaviz, i s-a acordat o jumătate de oră pentru a-și strânge lucrurile din birou, și a fost escortată în afara proprietății de către paznici. După ce-și dedicase întreaga carieră spitalului, nu i s-a acordat nici măcar oportunitatea de a-și lua rămas bun, sau de a i se organiza o petrecere de către colegii care și-ar fi dorit să-și exprime aprecierea pentru contribuția sa. În mod evident, șefa mea presupusese că putea avea încredere în angajatorul său. Încrederea ei a fost prost plasată, iar slujba de care depinsese pentru traiul de zi cu zi îi fusese luată fără nici un preaviz, destul de târziu în viața ei profesională.

A avea prea multă încredere poate fi periculos. În "Barbă Albastră", eroina a avut un sentiment ciudat față de pețitorul ei – ceva nu i se părea în regulă. Cu toate acestea, și-a lăsat instinctul la o parte. Cultura noastră le cere în mod frecvent femeilor să-și reducă la tăcere vocea interioară, mai ales atunci când aceasta șoptește adevăruri pe care alții le găsesc neconvenabile. Când ne conformăm acestor cerințe, întoarcem spatele puterii care ar fi însoțit o mai mare conștientizare. "A interzice unei femei să-și folosească cheia spre autocunoașterea conștientă înseamnă a-i nega natura intuitivă, instinctul ei natural spre curiozitate, care o conduce spre descoperirea a ceea ce se ascunde dedesubt, și dincolo de evident", scrie Clarissa Pinkola Estés. "Fără aceste cunoștințe, femeii îi lipsește protecția adecvată"³⁶. Lipsa abilității de a ne accesa istețimea ne poate lăsa vulnerabile în fața celor care în mod evident nu se preocupă de

³⁶ Clarissa Pinkola Estés, *Women Who Run With the Wolves: Myths and Stories of the Wild Woman Archetype* (New York, NY: Ballantine Books, 2003), 47.

binele nostru. Când nu ne dezvoltăm puterea de a judeca corect și discernământul, ne lăsăm deschise victimizării și manipulării.

Termenul *gaslighting* provine din lumea cinematografului. Filmul din 1944, *Gaslight*, portretizează o formă insidioasă a abuzului psihologic; un domn aparent gentil, din epoca victoriană, caută să-și convingă soția că este nebună, pentru a putea fura din moștenirea ei. Atunci când o lasă singură, reduce lumina felinarelor din casă, apoi neagă că ar fi făcut-o, ceea ce o determină pe femeie să se îndoiască de percepțiile sale și de sănătatea sa mintală. Atunci când ne acordăm încrederea altora în mod necritic, abandonându-ne istețimea și discernământul, le dăm acestora puterea de a ne face să ne chestionăm integritatea propriei noastre minți. Atunci când ne identificăm prea mult cu a fi inocente, putem deveni oarbe la lumea din jurul nostru într-un fel care ne lasă fără protecție și ușor de transformat în victime. Bine cunoscuta poveste "Albă ca Zăpada" ilustrează în mod izbitor acest adevăr. Această poveste familiară ne arată pericolul care pândește atunci când suntem prea inocente și demonstrează cum putem trece peste tendința de a rămâne naive și copilăroase. Versiunea originală a fraților Grimm conține câteva diferențe minore, dar semnificative, față de versiunile ulterioare, care sunt mai familiare.

Albă ca Zăpada

A fost odată ca niciodată o frumoasă regină care stătea la fereastră, cosând, în timp ce afară ninge. Fereastra avea o ramă neagră de abanos, și în timp ce cosea, regina s-a înțepat la un deget cu acul, iar trei stropi de sânge au căzut pe zăpada imaculată. Sângele roșu arăta atât de frumos pe zăpadă, încât regina s-a gândit: "Mi-aș dori să am o fiică cu pielea albă ca zăpada, părul negru ca abanosul, și buzele roșii ca sângele!". Curând după aceea, a dat naștere unei fetițe albe ca zăpada, roșie ca sângele și neagră ca abanosul, căreia i-a pus numele Albă ca Zăpada.

Regina era foarte frumoasă și mândră. Avea o oglindă magică, pe care o consulta în fiecare dimineață.

- Oglindă, oglinjoară, cine-i cea mai frumoasă din țară?"

Iar oglinda îi răspundea:

- Tu, măria ta.

Iar inima reginei se încălzea de fericire, știind că era cea mai frumoasă din tot regatul.

Însă pe măsură ce fata reginei creștea, devenea tot mai frumoasă, până când, într-o zi, când regina i-a pus aceeași întrebare oglinzii, aceasta i-a dat un răspuns diferit.

- Frumoasă ești, regină, dar Albă ca Zăpada este și mai frumoasă”.

Regina a fost cuprinsă de invidie, și din acel moment, și-a urât fiica. A descoperit că nu putea avea liniște cât timp fiica ei o întrecea în frumusețe, așa că a chemat un vânător și l-a instruit să o ducă pe Albă ca Zăpada în pădure, să o omoare, și să-i aducă înapoi plămânii și ficatul, drept dovadă.

- Apoi le voi găti și le voi mânca cu sare, i-a spus ea vânătorului.

Vânătorul a făcut așa cum i se poruncise, și a dus copila în pădure, dar când a venit vremea să o înjunghie cu cuțitul său, nu a putut. Mica Albă ca Zăpada a promis să fugă departe în pădure, și să nu se întoarcă niciodată. Vânătorul și-a spus că animalele sălbatice aveau oricum să o mănânce. La întoarcere, a ucis un porc mistreț, i-a scos plămânii și ficatul, și i le-a adus reginei. Ea le-a fiert și le-a mâncat cu sare, și a crezut că mâncase organele Albei ca Zăpada.

Între timp, Albă ca Zăpada a fugit în adâncul pădurii. În cele din urmă, a ajuns la o căsuță în care locuiau șapte pitici. Aceștia nu erau acasă, așa că ea a intrat și s-a uitat în jur. A gustat câte puțin din fiecare din cele șapte farfurii, și a băut câte un strop de vin din fiecare dintre cele șapte pahare. Când a obosit, a încercat fiecare dintre cele șapte paturi, și cel de-al șaptelea a fost cel mai comod, așa că a acolo a și adormit.

Când piticii s-au întors de la mină, au observat că cineva mâncase din farfuriile lor, băuse din cupele lor, și umblase în paturile lor. Apoi au găsit-o pe Albă ca Zăpada adormită în al șaptelea pat, și au fost vrăjiți de frumusețea ei. În ziua următoare, când ea s-a trezit, le-a spus piticilor povestea ei. Lor li s-a făcut milă de ea și s-au oferit să o lase să stea cu ei, dacă era de acord să le îngrijească căsuța.

- Când plecăm la mină, i-au spus ei, vei fi aici singură. Trebuie să ai grijă la regină, pentru că ea va ști să te caute aici!

Regina credea acum că era din nou cea mai frumoasă din țară, dar în dimineața următoare, oglinda i-a spus altfel, dezvăluindu-i că Albă ca Zăpada era vie și locuia cu piticii. Regina a fost furioasă.

Plină de furie, s-a deghizat într-o negustoreasă ambulantă, a căutat căsuța piticilor și a bătut la ușă.

- Deschide, drăguță! Am mărfuri frumoase de vânzare! a strigat ea.

Albă ca Zăpada s-a uitat pe fereastră.

- Ce ai de vânzare? a întrebat ea.

Bătrâna a scos șireturi de mătase în culori bogate.

Cu siguranță că-i pot deschide bătrânei, s-a gândit Albă ca Zăpada când a văzut minunatele șireturi. Arată cinstită.

Albă ca Zăpada a deschis ușa și a cumpărat șireturi. Regina s-a oferit să o ajute, iar fata a consimțit. Dar regina a strâns atât de tare șireturile corsetului, încât Albă ca Zăpada nu a mai putut respira și a căzut jos, nemișcată. Apoi regina a plecat în grabă.

Când piticii s-au întors acasă în acea seară, au fost șocați să o găsească pe Albă ca Zăpada întinsă pe jos, ca moartă. Au lărgit imediat șireturile, iar fata a revenit la viață.

- Cu siguranță că regina a fost cea care a vândut șireturile acestea! au avertizat-o piticii. Trebuie să ai mai multă grijă! Nu lăsa pe nimeni în căsuță!

Întoarsă acasă, regina a fost din nou satisfăcută că era cea mai frumoasă din regat, dar în ziua următoare, oglinda i-a dezvăluit că Albă ca Zăpada era încă în viață. Regina s-a infuriat din nou. Și-a creat o altă deghizare și s-a întors la căsuța piticilor cu un pieptene otrăvit. De data aceasta, când a bătut la ușă, Albă ca Zăpada a răspuns că nu are voie să lase pe nimeni să intre. Regina a scos totuși pieptenele, și când Albă ca Zăpada a văzut cât era de strălucitor, s-a gândit că nu era vorba de aceeași bătrână. A deschis ușa, a lăsat-o pe regină să intre, și a cumpărat pieptenele.

- Vino, lasă-mi să-ți pieptăn părul, a spus regina.

De îndată ce a trecut pieptenele prin părul fetei, aceasta a căzut jos, nemișcată. Când piticii s-au întors în acea seară acasă, au îndepărtat pieptenele din părul ei, și Albă ca Zăpada s-a trezit la viață. Ca și mai înainte, i-au spus să nu lase pe nimeni înăuntru.

Încă o dată, însă, oglinda a alertat-o pe regină că Albă ca Zăpada supraviețuise. Auzind acestea, regina s-a înnegrit de mânie și a început să tremure.

- Albă ca Zăpada va muri! a exclamat ea.

Apoi s-a închis într-o cameră secretă și a creat un minunat măr roșu, plin pe jumătate cu o otravă mortală. După aceea s-a deghizat în cerșetoare și a revenit la căsuța piticilor.

- Nu pot lăsa pe nimeni înăuntru! a spus Albă ca Zăpada când cerșetoarea a bătut la ușă.

- Cum vrei, a spus regina. Dar nu ai vrea măcar să guști din minunatul meu măr roșu? Uite, îl împărțim!

Regina a tăiat mărul în două, oferindu-i partea mai roșie fetei, pentru că aceea conținea otrava. Când Albă ca Zăpada a văzut că regina mușca cu poftă din jumătatea ei de măr, și când a văzut ce roșie și zemoasă era jumătatea pe care i-o oferise ei, nu a mai putut rezista. A lăsat-o pe regină să-i dea jumătatea pe fereastră și a mușcat-o cu poftă, căzând de îndată moartă la pământ.

Când regina s-a întors acasă și consultat oglinda, aceasta i-a confirmat că era, din nou, cea mai frumoasă din țară.

Piticii s-au grăbit să o învie pe Albă ca Zăpada când au găsit-o, la întoarcerea lor acasă, dar nu au reușit. Au întins-o pe un catafalc și au plâns, și au plâns. Voiau să o îngroape, dar arăta mai mult vie decât moartă, iar obrații ei erau atât de drăguți și de roșii. Așa că i-au făcut un sicriu din sticlă și au pus-o în el, să o poată admira. Unul din pitici rămânea mereu acasă, să o vegheze. Timpul a trecut, și Albă ca Zăpada a rămas în sicriul de sticlă, fără să putrezească. Stătea întinsă acolo, ca și cum ar fi dormit, la fel de frumoasă ca întotdeauna.

Într-o zi, un prinț călărea prin apropiere, și a cerut să petreacă noaptea la căsuța piticilor. Când a văzut-o pe Albă ca Zăpada, a fost atât de vrăjit de frumusețea ei, încât i-a implorat pe pitici să i-o dea lui, și a promis să aibă grijă de ea. Piticilor li s-a făcut milă de el și i-au dat sicriul de sticlă. El l-a dus la castelul său și l-a pus în camera lui, unde stătea zi după zi, uitându-se la ea, și dacă era despărțit de ea, se întrista. Așa că și-a pus servitorii să o care dintr-o cameră în alta, pentru a fi mereu alături de el. În cele din urmă, servitorii au devenit nemulțumiți din această cauză, și unul dintre ei a deschis sicriul, ridicând-o pe Albă ca Zăpada în aer.

- De ce trebuie să ne batem atât de mult capul din cauza unei fecioare moarte! a spus el, și i-a dat drumul fetei să cadă înapoi.

Când a făcut asta, bucata de măr otrăvit care se blocase în gâtul fetei a sărit, iar Albă ca Zăpada a revenit la viață. S-a dus imediat la prinț, care a fost copleșit de bucurie să o vadă vie și sănătoasă, și a stabilit imediat data nunții.

Mama Albei ca Zăpada a fost invitată la nuntă. Când a sosit, a primit o pereche de pantofi din fier înroșiți în foc. Aceștia i-au ars picioarele, dar a trebuit să continue să danseze până când a ars cu totul.

Imaginea inițială pregătește scena și subliniază că povestea va fi despre inocență și umbre. Albul zăpezii indică puritatea, negrul ferestrei reprezintă umbrele și întunericul, iar roșul sângelui simbolizează pasiunea, sexualitatea, și forța vitală. Este semnificativ faptul că numele *Albă ca Zăpada* se referă numai la primul atribut, deși ea le conține pe toate trei încă de la început.

În această poveste, inocența și calitățile proscrise de Lilith sunt despărțite. Regina întruchipează toate atributele întunecate. Ca și Lilith, ea nu este deloc maternă și este capabilă să își ucidă și să își mănânce copilul. Pe de altă parte, Albă ca Zăpada nu are nici o relație *conștientă* cu calitățile sale negative. Ea este pură și inocentă.

Dar părul ei ca abanosul și buzele roșii ca sângele sugerează calitățile ei de tip Lilith, care sunt evidente încă de la începutul poveștii. Ea le fură piticilor mâncarea din farfurie, și vanitatea o face susceptibilă la ademenirile reginei, când vine să-i vândă șnururile și pieptenul. Capacitatea ei pentru concupiscentă este simbolizată de mărul cel roșu – o imagine puternică a păcatului și tentației. Mărul are obraji roșii, la fel ca Albă ca Zăpada. Obrajii înroșiți pot fi o consecință a excitației emoționale, sau chiar sexuale.

Povestea clarifică faptul că problema nu ține de vanitate, dorință, sau agresivitate per se. Aceste calități își au locul lor. Ele devin o problemă numai atunci când ne identificăm, sau devenim posedate de ele, așa cum se întâmplă în cazul reginei – sau atunci când suntem atât de deconectate de el, încât nici nu vedem că le avem, așa cum se întâmplă în cazul lui Albă ca Zăpada.

Deschiderea ușii

Unul din elementele notabile ale poveștii este naivitatea fetei, care deschide în mod repetat ușa mamei ei, deși piticii o avertizează împotriva acestui lucru. Nu pare să învețe, și este enervant de dispusă să o lase pe mama ei cea rea să intre din nou. Naivitatea ei arată o dorință aproape conștientă de a nu ști sau a nu recunoaște posibilitatea că cineva ar putea dori să-i facă rău. Este blocată în mod iritant într-un complex al inocenței.

Există multe motive pentru care ne putem trezi acaparate de o viziune mult prea inocentă asupra lumii. Recunoașterea faptului că alții ar putea să nu aibă cele mai bune intenții față de noi poate să provoace credințele

noastre fundamentale cu privire la lume. Când se întâmplă acest lucru, putem descoperi că preferăm să ne agățăm de iluzii. Putem fi hotărâte să ne vedem ca pure și naive. Poate că virtuozitatea și inocența reprezintă o parte importantă din ceea ce suntem. În cele din urmă, faptul că rămânem inocente ne absolvă de a ne asuma responsabilitatea pentru noi înșene. Dacă ignorăm ceea ce se întâmplă în jurul nostru, nu ne putem aștepta, nici noi, nici alții, să facem față acestor lucruri. Atunci ne așteptăm de la alții să ne îngrijească și să ne protejeze.

Agățarea încăpățânată de inocență și refuzul de a ne reclama istețimea și de a ne permite să știm ceea ce știm ne păstrează într-un mindset centrat pe sine, care ne împiedică să dăm piept cu soarta. Când făceam formarea de analistă, am participat la un colocviu condus de un analist senior. Pentru a progresa, trebuia să mă descurc bine în cadrul colocviului, dar fusesem mereu o studentă bună și mi-am imaginat că acest analist avea să mă placă și să-mi aprobe munca. Atunci când el nu mi-a admirat munca imediat, în schimb provocându-mă cu bruschețe, mi-am pierdut încrederea și am devenit defensivă. Această reacție, desigur, l-a făcut să devină și mai ostil față de mine.

Răspunsul meu inițial a fost să mă simt autosuficientă și, în același timp, să-mi pară rău pentru mine. Atunci când am putut să reflectez mai mult asupra situației, mi-am putut da seama că complexul meu de studentă bună și inocență însemna că mă concentrasem pe faptul că dorisem ca acest analist să mă placă și să mă aprobe. Nici măcar nu luasem în considerare cum anume se simțise situația din perspectiva lui. De fapt, am ajuns să înțeleg că el era oarecum intimidat de sarcina de a conduce acel colocviu. Se simțea nesigur pe sine și se temea că va fi demascată. Nerăbdarea mea de a-i arăta cât de deșteaptă și competentă eram nu l-a făcut să mă placă, ci l-a făcut să se simtă amenințat. Atunci când am putut să schimb focusul de la nevoia mea centrată pe sine pentru afirmare și am luat în considerare perspectiva sa, am reușit să-mi dau seama că el avea nevoie de reasigurare și admirație din partea noastră. Recunoașterea acestui fapt și răspunsul corespunzător a schimbat periculoasa dinamică negativă care începuse să se dezvolte. Am primit feedbackul potrivit și am reușit să progrez.

Atunci când m-am concentrat prea mult pe propriile mele nevoi în cadrul acestei reacții, am fost puțin ca Albă ca Zăpada. Ca și eroina poveștii, naivitatea mea încăpățânată ascundea o așteptare inconștientă că

lumea ar trebui să mă trateze într-un anumit fel. Analistul care a condus colocviul era evident diferit de mama criminală a lui Albă ca Zăpada, și totuși atât eu, cât și Albă ca Zăpada suferiserăm de o anumită lipsă de putere în situațiile în care ne aflam, pentru că avuseserăm așteptări prea naive să fim iubite și tratate bine, și pentru că ne lipseau abilitățile care ne-ar fi permis să luăm în considerare perspectivele și motivațiile celui alt.

Trauma

Experimentarea traumei devreme în viață ne poate afecta, de asemenea, abilitatea de a ne dezvolta istețimea, făcându-ne mai susceptibile la viitoare răni. Conștientizarea dinamicii traumei poate aprofunda felul în care înțelegem povestea. Psihanalistul scoțian Ronald Fairbairn observă că, în cazul copiilor abuzați sau neglijăți, aceștia au două alegeri. Fie pot crede că părinții lor nu-i iubesc, și că sunt singuri și lipsiți de apărare într-o lume înspăimântătoare, fie pot presupune că ei înșiși au lipsuri, că nu merită iubire, sau că sunt răi, și merită așadar tratamentul la care sunt supuși. Cea de-a doua credință este mult mai puțin înspăimântătoare, deoarece ne oferă un oarecare sentiment al controlului într-o situație haotică și terifiantă. Credem că dacă depunem mai mult efort și încercăm tot ce putem pentru a fi mai buni, părinții noștri ne vor iubi. Dacă problema este la noi, încă există speranța că putem primi ceea ce avem nevoie, deoarece putem repara ceea ce nu funcționează corect. Cu toate acestea, credința aceasta pune în mișcare o dinamică familiară multora dintre noi. Deși nu avem nici un motiv pentru a crede că ceva s-a schimbat, revenim la aceleași relații sau situații dezamăgitoare, sperând că de această dată ceva va fi diferit. O astfel de atitudine a fost numită "speranță neobosită".

Odată am lucrat cu un bărbat care avea spre șaiszeci de ani și a cărui mamă de optzeci de ani fusese critică față de el întreaga sa viață. În fiecare săptămână o lua de la căminul pentru bătrâni și o ducea la cumpărături. A recunoscut față de mine că în fiecare săptămână avea o speranță abia conștientă că *de data aceasta* ceva avea să fie diferit. Poate că ea se împlânzea și-și exprima dragostea și aprecierea. În schimb, săptămână după săptămână, rezultatele erau aceleași. Era irascibilă și se plângea mereu, arătând doar dispreț și nerăbdare față de fiul ei, așa cum o făcuse întotdeauna. Speranța lui irațională că ea avea

să se schimbe făcea aceste întâlniri și mai dureroase.

Poate ne-o putem imagina pe Albă ca Zăpada suferind de o speranță persistentă, alimentată de încăpățânata și naiva credință că, undeva adânc, mama ei trebuia să fie bună, că mama ei trebuia să o iubească. La fel ca și clientul meu care continua să abordeze fiecare excursie săptămânală la magazin cu speranța inconștientă într-un gest eliberator, Albă ca Zăpada a continuat să deschidă ușa, sperând că de această dată mama ei venea cu daruri adevărate.

Eu, Tonya

Dinamica speranței neobosite este reprezentată într-un mod emoționant în filmul din 2017, *Eu, Tonya*, care se bazează pe viața patinatoarei olimpice Tonya Harding. Speranța încăpățânată a Tonyei că mama ei are să demonstreze în sfârșit că este iubitoare o face incapabilă să-și acceseze propria înțelepciune – și istețime. În timp ce se agață de speranța naivă că poate câștiga iubirea mamei ei, nu-și poate reclama cu adevărat puterea. De-a lungul filmului, o vedem pe mama Tonyei, LaVona (jucată de Allison Janney) abuzând-o verbal și fizic pe Tonya (jucată de Margot Robbie). Într-una din scene, LaVona își bate fiica mică în mod repetat cu o perie de păr. Într-o altă scenă, împinge scaunul Tonyei peste ea cu piciorul. Abuzul este crud și fără sfârșit, dar o vedem pe Tonya sperând în reparații și răscumpărare de-a lungul întregului film. De exemplu, la nunta sa cu Jeff, o vede pe mama ei privind-o din celălalt capăt al încăperii. Tonya își aranjează rochia și se apropie de mama ei cu un zâmbet ezitant, timid, sperând la o caldă întâlnire reconciliatorie.

LaVona:

- Nu știu ce să-ți spun. (*Tonya îi zâmbeste mamei ei, care o prinde de umeri*). Te căsătorești cu primul idiot care îți spune că ești drăguță. Cu proștii ți-o tragi, nute căsătorești cu ei. (*LaVona se îndreaptă spre masa cu mâncare. Tonya rămâne locului, uluită*)³⁷.

Într-o scenă puternică, spre finalul filmului, Tonya stă în casă, cosând paiete pe un costum de concurs. Reporterii îi înconjoară casa, sperând să o vadă pe Tonya, în mijlocul scandalului provocat de atacul asupra colegei patinatoare, Nancy Kerrigan. Soțul Tonyei, Jeff, a fost implicat în atac, și

³⁷ *Eu, Tonya*, regizat de Craig Gillespie (Los Angeles, CA: Lucky Chap Entertainment, 2017), 1 oră, 59 minute.

lumea vrea să știe dacă Tonya a fost și ea implicată. Aceasta este prizonieră în propria sa casă, fără sprijinul prietenilor. La ușă se aude o bătaie insistentă. Când Tonya deschide în cele din urmă ușa, o vede pe LaVona. Ca și Albă ca Zăpada, ea nu poate rezista bătăii la ușă a mamei ei. O vedem pe Tonya stând un moment în tăcere, înainte de a o trage pe mama ei înăuntru. În tăcerea stânjenitoare care urmează, LaVona îi spune primele lucruri blânde pe care le-am auzit de la ea.

LaVona:

- Îmi place cum îți stă cu părul prins așa. Te face să arăți tânără.

Tonya:

- Am douăzeci și trei de ani, mamă.

LaVona:

- Pari să reziști bine. Să-i ia naiba, corect?

Tonya:

- Știu.

LaVona:

- Nu mi-a plăcut niciodată de Jeff.

Tonya:

- Mamă.

LaVona:

- Nu sunt aici să-ți spun că ți-am spus eu. Nu de asta am venit.

Tonya:

- De ce ai venit?

LaVona:

- Vreau să știi... nu știu. Sunt de partea ta. Vreau să știi (*Tonya o privește. LaVona își ferește privirea*). E o mulțime mare afară. Mulți oameni te sprijină. (*Tonya rămâne tăcută*). Te-ai descurcat bine. Sunt mândră de tine. (*Ochii Tonyei se umplu de lacrimi*)³⁸.

De-a lungul acestui schimb de replici, vulnerabila și singuratica Tonya răspunde expresiilor oarecum calde ale mamei sale cu o suspiciune care se topește într-un dor disperat. În sfârșit, are dovada că mama ei chiar o iubește. A așteptat întreaga viață să o audă pe mama ei spunând că este mândră de ea. Tonya se aruncă în brațele mamei ei, cu ochii plini de lacrimi. LaVona încearcă să o îmbrățișeze, dar nu reușește. În timp ce

³⁸ Eu, Tonya.

Tonya își cuprinde mama în brațe, plină de emoție, LaVona o întreabă încet dacă știuse despre atac. Expresia Tonyei se schimbă dintr-o dată. Vraja s-a destrămat. Pipăie haina mamei ei, până găsește un mic reportofon în buzunarul acesteia. Tonya își scoate mama afară din casă, și aflăm că cele două nu mai au nici o legătură.

Antidotul speranței neobosite este să devenim mai apropiate față de energiile noastre proscrise, precum egoismul, agresiunea și vanitatea. Odată ce ne cunoaștem potențialul pentru întunecime, va fi mult mai ușor să recunoaștem aceste calități în cazul altora. Sarcina Albei ca Zăpada implică, așadar, să-și cunoască umbrele. Din fericire, piticii o pot ajuta cu acest lucru. Piticii sunt creaturi ale pământului, care lucrează în subteran, în mine. Ei știu cum să se descurce în întuneric. În alte câteva versiuni ale poveștii, ca de exemplu una din Franța, numită “Mama vitregă”, Albă ca Zăpada se refugiază nu alături de niște pitici mineri, ci alături de o bandă de tâlhari³⁹. Eroina primește așadar protecție din partea unor părți nedezvoltate din ea însăși, care au o relație cu pământescul, viclenia și transgresiunea.

Trezirea

Alături de naivitate și inocență încăpățânată, Albă ca Zăpada mai este caracterizată de pasivitate. Asemenea unor femei, Albă ca Zăpada își croiește drum prin lume cerând ajutorul celor din jur și bazându-se pe frumusețe.

Îl imploră pe vânător să-i cruțe viața, și reușește parțial datorită frumuseții ei. Se lasă la mila piticilor, care o primesc datorită frumuseții sale. În cele din urmă, prințul o ia cu el, deși este un proiect greoi, pentru că este atât de frumoasă.

Lungul ei somn în sicriul de sticlă subliniază tema pasivității. Ca și Frumoasa din pădurea adormită, starea prelungită de odihnă aduce cu sine transformarea. Dar, în timpul somnolenței sale, ceva important se întâmplă cu Albă ca Zăpada. Ea digeră buzățica aceea de măr otrăvit pe care l-a primit de la mama sa. Psihologic vorbind, înțelegem că ea își metabolizează propria capacitate pentru întunecime.

Este potrivit faptul că învierea ei este produsă prin intermediul

³⁹ Heidi Anne Heiner, *Sleeping Beauties: Sleeping Beauty and Snow White Tales from Around the World* (Nashville, TN: SurLaLune Press with CreateSpace, 2010).

servitorului iritat. Cu excepția mamei ei răuvoitoare, servitorul este singura persoană din poveste care simte o iritare justificată față de pasivitatea și neajutorarea ei. Pentru el, ea nu reprezintă decât o povară, și în cele din urmă își adună furia suficient de mult pentru a o scutura puțin, eliberând-o din înghețarea ei.

Putem fi scoase din atitudinea noastră plină de milă față de noi însene printr-o întâlnire dură sau neplăcută cu onestitatea. La facultate, am devenit deprimată după încheierea unei relații. Deși viața mea interioară era plină de chinuri și melancolie, în exterior funcționam destul de bine – până la statistică. Cursul acesta nu mi s-a părut deloc ușor; am eșuat în îndeplinirea primelor sarcini și am luat o notă mică la examenul parțial. Am devenit bosumflată și plină de resentimente, ca și cum universul mi-ar mai fi aruncat intenționat în spate cursul acesta imposibil, pe lângă despărțirea dureroasă. Nu îmi era greu doar în cadrul cursului; pe lângă asta, îmi părea rău pentru mine că îmi era greu.

Am mers la profesor, solicitând ajutor suplimentar, dar eram îmbufnată și recalcitrantă. El mi-a spus acest lucru în mod direct, și m-a luat prin surprindere. În acest caz, prea multă bunătate sau înțelegere mi-ar fi împiedicat creșterea. A fost nevoie să fiu tratată mai dur pentru a reveni într-o stare în care îmi puteam asuma corect responsabilitatea pentru mine însămi.

La puțin timp după aceasta, în mine s-a trezit ceva princiar și activ, aducând cu sine o schimbare de atitudine. Mi-am dat seama că puteam continua să simt milă față de mine, sau să rezolv cumva lucrurile. Dacă alegeam prima variantă, probabil că aveam să cad examenul de statistică. Nimeni nu avea să-mi sară în ajutor. Așa că mi-am schimbat tactica de studiu. Acest lucru a solicitat o oarecare viclenie. Profesorul ne interzisese să învățăm împreună (simțea că am fi înțeles mai bine materialul dacă l-am fi studiat singuri), dar eu am început să-mi dau seama că încălcarea acestei interdicții era singura mea speranță. Câțiva dintre noi am format un grup de studiu și, pe măsură ce discutam împreună, materialul a început să fie tot mai ușor de înțeles. În cele din urmă m-am descurcat bine la curs, și am legat o prietenie de durată cu colegii din grupul meu de studiu.

La finalul poveștii, Albă ca Zăpada scapă în sfârșit de bunătatea și inocența ei și integrează o parte din întunecimea necesară a mamei ei. Nu doar că Albă ca Zăpada este gata să facă un parteneriat cu calitățile ei

princiare, dar se poate comporta și agresiv atunci când este nevoie. Scena finală a poveștii este reprezentată de nuntă – o imagine simbolică a uniunii cu calitățile ei princiare și reclamarea agresiunii, în timp ce o pedepsește pe regină.

Inocența și capcana autosacrificiului

Suzanne este o clientă a mea care își definise întotdeauna valoarea prin bunătatea și serviciile făcute celorlalți. Crescuse ca cea mai mică dintre trei frați, cu un tată alcoolic, și până la sosirea ei, familia era deja într-o stare de haos și disfuncționalitate. Fratele mijlociu, Carl, se născuse cu paralizie cerebrală, din cauza unui accident de natură obstetrică. Era în scaun cu roțile, și avea nevoie de o mulțime de îngrijiri. Părinții ei au divorțat când ea avea opt ani, și de atunci încolo, resursele s-au împuținat. Pe măsură ce mama ei devenea tot mai absentă și mai copleșită, Suzanne și-a găsit un loc în acest haos ca persoana care avea grijă de Carl. Era mereu alături de el. Adulții din jurul ei o lăudau pentru ajutorul dat. Între timp, familia extinsă își concentra atenția asupra fratelui cel mare al lui Suzanne, Tony. Pentru un timp, el a locuit cu bunicii bogați ai lui Suzanne, care îl duceau vara cu iahtul, și l-au trimis la o școală cu internat în Europa.

Când cei trei frați au ajuns la vârsta adultă, Suzanne a rămas aproape de casă și a continuat să fie foarte implicată în îngrijirea lui Carl. A lucrat ca asistentă, s-a căsătorit și a avut doi copii. Dar lucrurile păreau întotdeauna mai grele decât ar fi trebuit să fie. Căsătoria ei nu a fost una bună, și a sfârșit cu un divorț. Deși era foarte deșteaptă, talentată și muncitoare, era adesea în relații încordate cu colegii ei.

Între timp, Tony se mutase la New York, și lucra în domeniul financiar, descurcându-se foarte bine. Rareori se implica în greutățile familiei. Suzanne făcea totul când venea vorba de îngrijirea părinților lor tot mai în vârstă. Simțea resentimente față de acest lucru, dar cumva continua să spere că eforturile și valoarea ei aveau să fie recunoscute și apreciate. Ca în cazul lui Albă ca Zăpada, speranța neobosită caracteriza viața lui Suzanne.

Suzanne lupta împotriva sentimentului că viața o tratase incorect. Era ca și Albă ca Zăpada; recursese la o atitudine plină de blândețe și bunătate încă din copilărie, de când își găsisese rolul de îngrijitoare a fratelui ei. Deși dragostea pentru el era reală și admirabilă, adulții din jurul ei îi

permiseseră să se sacrifice pe ea și copilăria ei, deoarece le făcea viațile mai ușoare. Ca în cazul multora dintre noi, martiriul lui Suzanne fusese binevenit.

Amărăciune

Aceste experiențe timpurii modelaseră orientarea lui Suzanne către viață. Catolicismul și quakerismul îi modelaseră spiritualitatea, și ea practica ceea ce predica, punând adesea nevoile altora înaintea nevoilor sale. În mod inconștient, se așteptase ca această strategie să dea roade. În inocența ei, presupusese că munca ei grea și sacrificiul de sine aveau să fie văzute, apreciate și răsplătite, dar nu se întâmplase așa. În schimb, oamenii profitau în mod obișnuit de ea, și odată cu trecerea anilor, ea-și dezvoltase o latură plină de amărăciune și un sentiment de furie ascunsă, care puteau fi simțite de ceilalți. Suzanne avea uneori dificultăți interpersonale la muncă, și impresia mea era că ceilalți răspundeau atât la înțelegerea inconștientă a faptului că Suzanne nu se apăra eficient pe sine, cât și la conștientizarea amărăciunii ei. Era o combinație proastă, ce invita disprețul.

Amărăciunea este partea umbroasă a inocenței. Deoarece naivitatea ne lasă expuse exploatării și atacurilor, este probabil să ajungem să simțim amărăciune dacă inocența noastră rămâne netemperată de istețime, care ne oferă uneltele și cunoștințele de care avem nevoie pentru a stabili limite eficiente. Dacă nu ne dezvoltăm capacitatea de discriminare care ne trebuie pentru a identifica potențialele amenințări, ni se poate părea că întreaga lume este împotriva noastră. Drept rezultat, ne închidem față de viață și devenim fragile. În acest fel, inocența încăpățânată poate duce la paranoia. Deoarece nu putem deosebi prietenii de dușmani, în cele din urmă întreaga lume ajunge să arate ca și cum ar fi gata să ne atace. Prin contrast, maturizarea și depășirea inocenței ne oferă înțelepciunea de care avem nevoie pentru a ne apăra atunci când este necesar, lăsându-ne să experimentăm lumea cu inima deschisă.

Ca și Albă ca Zăpada, Suzanne poseda calitățile proscrise încă de la început, dar avea o relație nepotrivită cu ele. De exemplu, atunci când se simțea dată la o parte într-o situație familială, cu copiii ei adulți, putea deveni furioasă, tinzând să recurgă la pedepse. Când se simțea izolată la serviciu, ajungea să facă comentarii răutăcioase în cadrul ședințelor, sau

să “împrumute” din materialele de papetărie de la birou. Sentimentul sănătos de merit de care se deconectase devreme în viață revenea, exprimându-se pe căi ocolite.

Jelirea fanteziei

Sarcina lui Suzanne era să iasă din complexul ei de inocență, în cadrul căruia se aștepta ca, dacă era “bună”, lumea avea să o trateze corect, recompensând-o. Sarcina aceasta cerea să-și formeze o relație conștientă cu umbra, pentru a-și putea accesa istețimea.

Un moment critic a avut loc odată cu logodna nepoatei ei. Născută la aproximativ zece ani după nașterea celui mai mic copil al lui Suzanne, Dora era singura fiică a lui Tony, și Suzanne muncise din greu pentru a fi o mătușă iubitoare și conectată.

Suzanne își făcuse un obicei din a merge la New York în fiecare an, de ziua Dorei, pentru a o duce la un spectacol pe Broadway. De asemenea, o invita pe Dora la ea pentru un weekend în fiecare an înainte de Crăciun, și ele două făceau împreună prăjituri și se uitau la vitrinele decorate de sărbătoare de la Longwood Gardens. Dorei îi făcuse plăcere să petreacă timpul cu mătușa ei în copilărie, dar Tony și soția lui păruseră mereu să aibă o părere mai puțin măgulitoare despre Suzanne, descurajând subtil atașamentul Dorei față de mătușa sa.

- Îmi amintesc că am sunat-o cu câteva săptămâni înainte de a treisprezecea ei aniversare, pentru a-i spune că am cumpărat bilete pentru *Mamma Mia* pe Broadway, mi-a spus Suzanne. Era iritată și distantă, și mi-a spus că nu va reuși să meargă.

Odată ajunsă la adolescență, Dora nu mai voia să petreacă timp cu mătușa ei, dar Suzanne nu a renunțat. A continuat să țină legătura cu Dora, trimițându-i mici cadouri de ziua ei și de Crăciun. Suzanne a fost fericită să afle de logodna nepoatei sale, și abia aștepta să participe la nuntă și la celelalte festivități.

Apoi Suzanne s-a întâlnit cu o cunoștință din cartier, care era prietenă cu fratele ei. Persoana aceasta a menționat în trecere o petrecere de logodnă ce avea să aibă loc în Manhattan. Suzanne a fost uluită, pentru că nu auzise de aceste planuri. Ea nu fusese invitată. Ce s-a întâmplat în continuare a fost crucial. S-a văzut pe sine negând adevărul. O parte din ea – Albă ca Zăpada cea inocentă – a insistat că nu putea fi adevărat.

- Nu cred că este așa, i-a spus ea acelei persoane.

Dar o altă parte din ea a înțeles atât trădarea din partea fratelui și a nepoatei ei – doar încă una dintr-un lung șir – și tendința ei de a refuza să știe ceva dureros. Acest moment a ajutat-o să vadă un tipar familiar de a ascunde adevăărurile inconfortabile de ea însăși, pentru a-și menține credința că lumea era, în esență, un loc bun și corect. Deoarece lucrase deja atâtea luni pentru a-și accepta și integra calitățile mai întunecate, putea vedea comportamentul crud și egoist al fratelui său pentru ceea ce era.

Suzanne a putut jeli fantezia că munca și sacrificiul său pentru ceilalți vor fi recompensate și apreciate. Acest lucru a pavat drumul către reclamarea istețimii, conștientizarea limitărilor și defectelor celorlalți. În acest fel se putea proteja la nevoie, cultivându-și, în același timp, inima deschisă.

Cunoașterea propriei întunecimi

Cu toții trebuie să ne sacrificăm inocența copilăriei, dacă vrem să trăim deplin. Un astfel de sacrificiu poate fi dureros deoarece, așa cum am văzut la Suzanne, poate însemna că ne permitem să știm că nu am fost iubite și îngrijite așa cum ar fi trebuit. Mai înseamnă, de asemenea, că trebuie să recunoaștem față de noi că putem face lucruri rele atunci când am prefera de fapt să nu știm asta despre noi. Poate fi înspăimântător să devenim conștiente de puterea noastră distructivă. Cu toate acestea, a fi istețe înseamnă să ne sacrificăm atitudinea excesiv de inocentă pentru a putea vedea ce se află în fața ochilor noștri. Acest lucru include să fim capabile să percepem cu claritate propria noastră capacitate pentru lăcomie, agresiune, egoism și viclenie. Faptul că suntem alerte la calitățile noastre întunecate ne va face mai puțin vulnerabile la a fi victimizate de aceste calități din partea celorlalți. “Cunoașterea propriei întunecimi”, a remarcat Jung, “este cea mai bună metodă de a face față întunecimii altor persoane”⁴⁰.

Cu toții avem predispoziția pentru egoism, duritate și chiar cruzime. Dacă ne agățăm de complexul nostru de inocență – dacă refuzăm să ne permitem să devenim familiarizate cu aceste capacități – creștem probabilitatea ca aceste calități întunecate să ne intre în viață într-un mod nedorit, făcându-și apariția în feluri care scapă controlului nostru

⁴⁰ C. G. Jung, *C. G. Jung Letters*, vol. 1, 1906–1950, ed. Gerhard Adler și Aniela Jaffé (New York: Routledge, 1973), 237.

conștient. V-ați putea trezi făcând un comentariu tăios unui prieten care inspiră invidie, sau răspunzând întrebărilor partenerului cu o iritare exagerată. Dar tăierea legăturii cu calitățile noastre întunecate ne poate costa și în moduri mai directe. Dacă nu formăm o legătură conștientă cu capacitatea noastră pentru egoism, lăcomie, sau agresiune, nu vom fi capabile să valorificăm aspectele pozitive, protectoare și promotore ale dezvoltării ale acestor calități. Vor exista momente când împlinirea nevoilor noastre va cere să ne punem pe noi pe primul loc, sau să rănim ori să dezamăgim pe altcineva. Cultivarea istețimii înseamnă că primim și acceptăm aceste calități întunecate în noi înșine, și nu ne retragem în fața cunoașterii faptului că și noi suntem capabile de egoism sau de acte ambigue din punct de vedere moral.

Prețuirea darurilor noastre

A conștientiza prezența calităților întunecate din noi și din ceilalți reprezintă jumătate din ceea ce este necesar pentru a ne dezvolta istețimea. Cealaltă jumătate ne cere să ne vedem și să ne acceptăm pe deplin darurile. Prea adesea, avem dificultăți în a ne recunoaște puterile. Dacă avem îndoieli cu privire la ele, le desconsiderăm, temându-ne poate să nu-i facem pe alții să se simtă inconfortabil. Povestea americană modernă *Vrăjitorul din Oz* o prezintă pe Dorothy (Judy Garland), o fată îmbrăcată în carouri, din Kansas, care, ca și Albă ca Zăpada, trebuie să devină conștientă de capacitatea ei pentru întunecime, și să învețe despre talentele și darurile sale.

De la început, vedem că Dorothy este capabilă de agresiune – este acompaniată de câinele ei Toto, care latră plin de îndrăzneală la răutăcioasa Miss Gulch (Margaret Hamilton). Cu toate acestea, instinctele agresive, protectoare, prezintă o problemă pentru Dorothy, așa cum se întâmplă în cazul multor fete și femei. Toto are obiceiul de a intra în grădina lui Miss Gulch, fugărind pisica bătrânei. Aceasta este o imagine simbolică a instinctelor neîmblânzite și protectoare ale lui Dorothy. Vedem de asemenea capacitatea agresivă a lui Dorothy, manifestată la sosirea ei în Oz – deși inconștient. Fără să știe, casa coboară pe vrăjitoarea cea rea din est. Deși pare un accident, puterea distructivă a lui Dorothy este mare, și cetățenii din Munchkinland o știu. Glinda sosește în globul ei de lumină și întreabă imediat:

- Ești o vrăjitoare bună? Sau o vrăjitoare rea?⁴¹

Glinnda presupune, în mod corect, că Dorothy este puternică și are capacitatea de a fi distructivă.

Dar Dorothy nu-și cunoaște puterea. Este prea obișnuită să se vadă ca fiind inocentă și bună.

- Cine, eu? Întreabă ea drept răspuns la întrebarea Glindei. Dar nu sunt deloc o vrăjitoare! Sunt Dorothy Gale din Kansas⁴².

Când vrăjitoarea cea rea din vest o confruntă cu privire la uciderea surorii sale, Dorothy răspunde că a fost un accident. Cu toate acestea, Dorothy devine proprietara de drept a puternicilor pantofi roșii, pentru că a ucis-o pe vrăjitoarea cea rea din est.

Pe măsură ce Dorothy călătorește pentru a se întâlni cu vrăjitorul, vrăjitoarea cea rea din vest o vânează, sperând să-i ia pantofii roșii. Când vrăjitoarea o aruncă în închisoare și amenință să-l omoare pe Toto, Dorothy îi oferă de îndată pantofii.

- Ce fetiță cuminte!⁴³, răspunde vrăjitoarea, întinzându-se către picioarele lui Dorothy.

Dar pantofii nu ies din picioarele fetei cât timp ea este în viață, iar vrăjitoarea este curentată când îi atinge. Agresiunea și puterea lui Dorothy se manifestă prin acțiunea pantofilor, în timp ce, la nivel conștient, ea își neagă această parte.

- Oh, îmi pare rău, spune Dorothy. Nu eu am făcut-o! Primesc totuși câinele înapoi?⁴⁴

Dorothy îi cere scuze vrăjitoarei, își neagă din nou puterea, și se comportă naiv, așteptându-se ca vrăjitoarea să joace corect și să-și țină promisiunea.

Într-un moment pivotal, vrăjitoarea îi dă foc sperietoarei de ciori, iar Dorothy o stropește repede cu apă. O parte din apă ajunge pe vrăjitoare, care începe să se topească.

- Cine ar fi crezut că o fetiță bună ca tine ar putea distruge frumoasa mea răutate?⁴⁵ strigă vrăjitoarea, în timp ce dispare în nimicnicie.

Dorothy se identifică drept "o fetiță bună", și este constant surprinsă de

⁴¹ *Vrăjitorul din Oz*, regizat de Victor Fleming (Beverly Hills, CA: Metro-Goldwyn-Mayer, 1939), 1 oră, 42 minute

⁴² *Vrăjitorul din Oz*

⁴³ *Vrăjitorul din Oz*

⁴⁴ *Vrăjitorul din Oz*

⁴⁵ *Vrăjitorul din Oz*

propria ei putere. Este blocată în complexul inocenței, și nu și-a dezvoltat viclenia necesară pentru a-și cunoaște întunecimea și propria putere nestăpânită. Când Winkies, care lucrează pentru vrăjitoare, își exprimă șocul că Dorothy a ucis-o, ea își neagă din nou puterea.

- Nu am vrut să o omor, chiar nu am vrut! replică ea⁴⁶.

Dar, ca și Albă ca Zăpada înaintea ei, Dorothy își poate depăși inocența, familiarizându-se cu capacitatea ei pentru agresiune și distrugere. Cere și i se dă mătura vrăjitoarei, și o duce cu ea înapoi în Oz. Reclamarea măturii simbolizează integrarea unora dintre puterile vrăjitoarești.

Ca și Albă ca Zăpada, Dorothy are o putere pe care la început nu o recunoaște, deoarece este blocată în complexul inocenței. O temă comună a ambelor povești este faptul că eroina devine obiectul invidiei, și nu se poate proteja de aceasta, deoarece nu-și poate imagina că alții ar putea vrea să o rănească.

Invidia

Dacă nu suntem conștiente de darurile noastre, nu ne putem proteja de invidia cea otrăvitoare. Invidia este o forță puternică, distrugătoare. Dacă vă gândiți la un moment dat în care cineva v-a invidiat, s-ar putea să vă puteți aminti sentimentul palpabil de răutate în câmpul energetic dintre voi. Invidia nu este o glumă. Este o emoție puternică, care poate provoca reacții urâte în cazul celorla pe care-i lovește. Ea poate motiva critica și atacurile, atât deschise cât și subtile. Este vorba de discuția neoficială dintre șefi, care înseamnă că nu suntem luate în considerare pentru promovare, sau minciuna care se împrăștie, discreditându-ne sau învăluindu-ne de neîncredere.

Atunci când avem un dar pe care nu-l recunoaștem sau nu-l reclamăm, suntem mai susceptibile la atacurile de invidie ale celorlalți. Pantofii roșii reprezintă o imagine puternică a talentului sau a unei trăsături care ne aparține, dar pe care încă nu am învățat să o reclamăm sau să o stăpânim. Alte persoane o pot vedea, dar dacă nu o vedem noi însene – dacă trecem prin viață fiind excesiv de modeste și bune, subestimându-ne pe noi și abilitățile noastre, vom deveni cu ușurință ținte pentru alții. Cultivarea istețimii ne poate ajuta să ne protejăm împotriva acestei vulnerabilități, deoarece ne lăsăm să conștientizăm darul care ar putea provoca invidie.

⁴⁶ *Vrăjitorul din Oz*

Îmi aduc aminte de prima dată când am întâlnit-o pe clienta mea, Alison, după ce am discutat cu ea la telefon. A venit la întâlnirea noastră inițială, și m-am întâlnit cu ea în sala de așteptare. Când am văzut-o, am fost uimită. Era statuară, cu o figură și postură pline de eleganță. Avea o frumusețe clasică, și un zâmbet minunat. Părul îi era coafat perfect, și avea o manichiură îngrijită. Hainele îi erau la modă, fără a fi extravagante. Prima mea reacție a fost să mă simt intimidată și acut de conștientă de înfățișarea mea mult mai puțin îngrijită, prin comparație.

Mama lui Alison fusese o femeie rece și controlatoare, care rareori manifestase căldură față de copiii ei, și care fusese o critică înverșunată a fiecărui aspect din înfățișarea lui Alison. Atunci când nevoile noastre nu sunt împlinite în copilărie, internalizăm acest lucru drept rușine și ură de sine, iar Alison suferea de o teribilă ură de sine, care își găsisese expresie în sentimentele ei legate de înfățișare. Nu suporta să se vadă în nici o suprafață reflectorizantă. O privire accidentală aruncată asupra propriei persoane în trecere pe lângă oglinda retrovizoare o arunca într-o disperare profundă. Programările la coafor erau tensionate, deoarece ea se temea că avea să urască rezultatul, căzând într-o spirală de rușine și dezgust față de sine.

Pe lângă faptul că era frumoasă, Alison era deșteaptă, amuzantă și caldă. Avea o personalitate spumoasă, care o făcea imediat plăcută. Cu toate acestea, devenea adesea ținta agresiunilor răutăcioase din partea altor femei. Avea un grup de prietene cu care ieșea lunar la cină, dar și-a dat seama că ele o bârfeau pe la spate, devenind treptat ostracizată. A fost rănită profund de acest lucru, și nu putea înțelege de ce se întâmplase. De-a lungul timpului cât am lucrat împreună, ceva similar s-a întâmplat de câteva ori, și fiecare incident a fost misterios, din punctul de vedere al lui Alison. Am discutat despre cum reușea să-și găsească în lume mama critică, care o respingea, recreând inconștient aspecte ale experiențelor sale din copilărie.

Am suspectat că din acest amestec făcea parte invidia. Mama lui Alison fusese o femeie care a stabilit un standard ridicat prin înfățișarea ei. Deși Alison nu-și putea închipui că mama ei ar fi putut fi invidioasă pe ea, pentru mine nu a fost greu să presupun că această femeie excesiv de critică ar fi avut dificultăți, precum mama lui Albă ca Zăpada, să-și vadă fiica devenind tot mai frumoasă, pe măsură ce ea îmbătrânește. Simțise mama lui Alison invidie pentru frumusețea și tinerețea lui Alison? M-am

gândit la prima mea reacție atunci când am întâlnit-o pe Alison. Provocarea ea invidie în cazul celorlalte femei, însoțită de sentimentele de inadecvare și intimidare pe care le trăisem și eu?

Deoarece Alison nu era conștientă de frumusețea ei, nu își putea închipui că cineva i-ar fi putut invidia înfățișarea. Așa că Alison trecea prin viață cam așa cum se dusesse Dorothy în Oz – având un dar pe care îl putea vedea toată lumea, în timp ce ea nu-l conștientiza. Și dacă nu poți conștientiza pe deplin ceea ce este special la propria persoană și atrage admirația altora, ca în cazul lui Dorothy, poți fi mereu la mila celor care ar vrea să-ți ia acel lucru sau care s-ar bucura să te vadă că eșuezi, sau că ți se întâmplă ceva rău. Dezvoltarea istețimii ne întărește abilitatea de a ne proteja de atacurile pline de invidie, deoarece devenim conștiente de darurile noastre și putem anticipa reacțiile celorlalți la ele, în loc să rămânem blocate în naivitatea și inocența noastră autodenigrantă.

Când copiii mei erau mici, am avut o prietenă pe nume Maura, care avea un fiu de aceeași vârstă cu al meu. Era deșteaptă, ambițioasă și amuzantă, și suferea de o boală incurabilă ce avea să fie în cele din urmă fatală. În timp ce îmi dezvoltam cariera de scriitoare și analistă, Maura a trebuit să-și ia concediu pentru diferite tratamente. Într-o zi, Maura mi-a spus în trecere ceva despre fiul meu, care mi s-a părut foarte dureros. Era o acuzație usturătoare la adresa lui – și a stilului meu de parenting – pe care o auzise de la o cunoștință comună. Pentru orice eventualitate, a adăugat și aprecierile ei usturătoare la adresa fiului meu. Am fost rănită. O admiram și aveam încredere în ea. Ca mama unuia dintre prietenii buni ai fiului meu, credeam că-l cunoaște și-l apreciază. Împărtășirea acestor informații m-a făcut să am îndoieli față de propria persoană și de felul în care îmi creșteam copiii. De asemenea, mi s-a părut o răutate gratuită. Nu există nici o îndoială că a intenționat să mă rănească, iar lovitura își atinsese ținta. Câteva ore mai târziu, a început să mă doară foarte tare spatele. După câteva zile, când mi-am întrebat mama dacă avea impresia că mă descurc bine ca părinte, am izbucnit în plâns.

Și apoi s-a întâmplat ceva surprinzător. După încă o zi sau două, m-am trezit într-o dimineață, și era ca și cum aș fi fost transportată spontan în trupul Maurei. Am experimentat agonia de a ști că probabil nu îmi voi vedea copiii ajungând la maturitate. Puteam simți adunându-se în mine furia față de o soartă ce-mi furase această oportunitate. Sentimentele mele față de Maura s-au clarificat și îndulcit de îndată. Eram sigură

dincolo de orice dubiu că atacul ei fusese motivat de invidie – și cine ar fi putut-o învinui? Nu doar că mă puteam concentra asupra carierei – ceva ce ea-și dorea să fi putut face – dar asupra timpului petrecut cu copiii mei nu atârna spectrul mortalității. În acel moment, îndoielile cu privire la stilul meu de parenting au dispărut, deoarece am înțeles adevărata motivație din spatele criticilor ei. Am iertat-o pe Maura, dar am știut că trebuie să devin mai grijulie, și să nu îmi iau siguranța drept garantată în cadrul relației.

Cum să ne protejăm de invidie

De-a lungul anilor petrecuți în practica clinică, am descoperit că multe femei au dificultăți în a se proteja de invidie. A face acest lucru implică dezvoltarea istețimii – trebuie să fim conștiente că cineva ne-ar putea invidia. Multe femei se subestimează pe ele și realizările lor astfel încât, ca și în cazul lui Alison, nici nu le trece prin cap că ar putea stârni o asemenea emoție. Trebuie de asemenea să avem grijă atunci când avem nevoie de aprobarea celor care ne-ar putea invidia. Acest lucru le oferă putere asupra noastră, pe care o pot folosi pentru a ne răni. Critica Maurei m-a rănit parțial pentru că deja aveam insecurități legate de stilul meu de parenting, și o priveam pe ea ca un model. Îmi doream aprobarea ei, iar ea a înțeles implicit acest lucru și l-a folosit pentru a mă răni.

Trebuie să avem grijă unde ne punem încrederea. Nu ar trebui să ne ascundem talentele; și, oricum, unele nu pot fi ascunse. Dar trebuie să fim înțelepte atunci când ne împărtășim bucuriile. Lăudăroșenia fără nici o discriminare poate stârni invidie. Atunci când descoperiți că sunteți subiectul invidiei, trebuie să manifestați stăpânire de sine. Când alții sunt invidioși, nu merge să fim “drăguțe”. Nu putem ține piept invidiei încercând să câștigăm persoana invidioasă de partea noastră. Unele femei răspund invidiei cu autodeprecieri. Comentariile autoironice în fața invidiei pot părea o strategie bună pentru a opri atacul, dar rareori funcționează. În schimb, o astfel de strategie ne face și mai vulnerabile în fața unor atacuri viitoare. Conștiința propriei valori, încrederea în sine și conștientizarea faptului că alții încearcă să ne doboare ne vor ajuta să ne îndepărtăm de efectele dăunătoare ale unui asemenea atac.

Un sentiment de vinovăție sau nevrednicie pot îngreuna acțiunea noastră de a ne apăra. Oricare ar fi darul – sănătate, succes, sau bogăție – probabil că am ajuns la el (cel puțin parțial) din noroc. Dacă suntem

frumoase, inteligente, talentate, am fost norocoase să ne naștem cu astfel de atribute. Chiar dacă am muncit din greu pentru a ajunge unde suntem, probabil că norocul ne-a surâs pe drum. Așadar, nu trebuie să ne simțim ca și cum am merita aceste daruri. Lipsa sentimentului de legitimitate ne poate face să ne simțim ca și cum ar trebui să ne subestimăm darurile, să renunțăm la ele, sau să muncim din greu pentru a ridica persoana care simte invidie. Desigur, compasiunea pentru cei mai puțin norocoși este admirabilă. Dar și noi trebuie să simțim că merităm să ne reclamăm darurile, oricare ar fi ele, și oricum am fi ajuns să le avem. Acceptarea norocului face parte din deschiderea inimilor către părțile interzise din noi.

Nu trebuie să privim lumea cu naivitate. Alison avea dificultăți în a-și recunoaște frumusețea, deoarece fusese rănită profund în copilărie. Când creștem într-o familie unde suntem iubite și adorate, putem deveni vulnerabile în alt fel; acest lucru ne poate face să luăm de bun faptul că și ceilalți ne vor iubi și prețui. Deși o astfel de așteptare ne poate influența în mod puternic viețile într-o direcție pozitivă, ne poate predispune la a fi excesiv de naive. Ne poate crea dificultăți în a înțelege că alții nu se bucură la fel de mult ca părinții noștri de triumfurile și talentele noastre.

A deveni înțelepte

Impulsul de a ne proteja de invidie este unul profund. Multe culturi au interdicții împotriva unor comportamente, pentru a nu stârni mânia zeilor. De exemplu, obiceiurile evreiești descurajează oferirea de cadouri pentru bebeluși mamelor însărcinate. Acest obicei își are originea în temerile străvechi că sărbătorirea unui copil nenăscut poate atrage spiritele malefice. Astfel de temeri sunt adânc înrădăcinate în psihicul nostru, și este posibil să fi fost învățate devreme să ne ascundem talentele, pentru a evita să-i facem pe alții să se simtă rău, sau să le stârnim invidia. Astfel de mesaje primite de la cei care ne îngrijesc ne pot face să ne deconectăm de talentele noastre, ceea ce ne face vulnerabile sau naive.

Este normal pentru copiii mici să treacă printr-un stadiu pe care psihanalistii îl numesc *narcisism primar*. Dacă petreceți timp cu copiii mici, veți vedea că au o părere foarte bună despre ei. Vă vor spune, plini de încredere, că sunt cei mai buni artiști, sau cei mai rapizi alergători. Părinții noștri trebuie să abordeze cu grijă acest aspect atunci când ne aflăm în acest stadiu de dezvoltare. Copiii mici trebuie să aibă aceste

sentimente pozitive față de ei înșiși oglindite și afirmate – până la un punct. Prea multă afirmare a talentului perceput al unui copil poate transforma acest narcisism normal și sănătos din copilărie într-unul de tip malign, pe care îl vedem în cazul unor adulți⁴⁷. Însă rușinarea repetată a unui copil pentru că gândește sau vorbește bine despre sine poate produce o rană ce va dura toată viața. Lumea este un loc aspru, și cei mai mulți dintre noi vom avea parte destul de repede de readucerea brutală cu picioarele pe pământ. A avea un loc cald unde să ne putem vedea ca speciali pentru un timp, și a avea această credință reflectată în ochii părinților noștri ne permite să integrăm un sentiment pozitiv față de noi înșine. Dacă am fost făcuți să simțim rușine față de stima noastră de sine normală, sănătoasă și pozitivă din copilărie, am învățat că trebuie să lăsăm la o parte sentimentele de mândrie și apreciere față de noi. Aceste sentimente devin atinse de rușine și intră în umbră. Ne pierdem relația conștientă cu ele.

Dacă este să ne dezvoltăm istețimea, va trebui să ne reclamăm abilitatea de a simți apreciere neabătută față de propria persoană. A ne simți bine față de noi într-un mod realist ne ajută să ne protejăm. În timp ce o parte a istețimii implică faptul că ne vedem cu ochi clari slăbiciunile și limitările, cealaltă parte cere o apreciere practică a abilităților pe care le posedăm. Ne recunoaștem valoarea, punctele tari și realizările. Nu trebuie să ni le strigăm în gura mare, dar nici nu trebuie să ni le ascundem. Valorizarea propriei persoane va necesita exercițiu, dacă am fost învățate o viață întreagă să fim modeste și la locul nostru. Există însă pași practici pe care îi putem face.

Permisiunea de a ne sărbători

Ca femei, tindem să ne anulăm realizările. Hannah a început o afacere în peisagistică, după ce a stat acasă câțiva ani cu copiii ei. În primul an, compania a avut câteva lucrări importante, iar Hannah a apărut într-o revistă de specialitate. A fost încântată să-mi împărtășească acest lucru, dar a trecut repede la alte subiecte. Am oprit-o. Fusesem alături de ea în perioada de incubație a acestei afaceri. Fusesem alături de ea când afacere fusese doar o idee, și atunci când fusese cuprinsă de dubii, în

⁴⁷ David Kealy, George A. Hadjipavlou, și John S. Ogradniczuk, "On Overvaluing Parental Overvaluation as the Origins of Narcissism," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 112, nr. 23 (2015): E2986, doi.org/10.1073/pnas.1507035112.

primele zile. Văzusem provocările și disperarea temporară. Fusesem martora riscurilor, muncii grele și temerilor că nu avea să reușească. Fusesem alături de ea într-o călătorie spre vârf. În cele din urmă ajunseserăm sus, privind o întindere nemărginită. Era ca și cum Hannah ar fi ridicat din umeri după un minut, spunând:

- În regulă. Destul cu asta! Acum trebuie să vedem cum coborâm.

Dacă nu ne permitem să ne recunoaștem succesul, nu ne putem vedea pe noi și situația cu claritate. Cu alte cuvinte, ne împiedică să fim la fel de istețe și pricepute pe cât am putea fi. Atunci când ajungem la un prag, sau realizăm ceva deosebit, trebuie să ne permitem să ne bucurăm de aceasta, în loc să trecem grăbite peste. Putem face acest lucru sărbătorind și onorând în mod conștient realizarea. Nu contează cum anume o facem, cât timp intenția este acolo. Ați putea deschide o sticlă de șampanie, ați putea cumpăra un tort sau organiza o petrecere, dar la fel de bine funcționează o oră de plimbare prin pădure sau crearea unui mic ritual de sărbătorire. Permiteți-vă să aveți gânduri plăcute cu privire la realizarea voastră de-a lungul zilei. Dacă monitorizați fluxul dialogului vostru interior, ați putea descoperi că vă feriți de gândurile pozitive. Pentru mulți dintre noi, antrenarea în reveria pozitivă cu privire la realizările noastre se simte ca ceva interzis sau chiar periculos, pentru că pare ceva centrat pe sine. Dar a ne permite să ne scăldăm luxuriant în realizările noastre – cel puțin pentru scurt timp – joacă un rol cheie în reclamarea sentimentului de îndrăzneală, care, la rândul său, ne ajută să fim istețe când avem de-a face cu alții.

Recunoașterea realizărilor noastre la nivel interior este mult mai importantă decât lauda pe rețelele de socializare, sau discutarea reușitelor cu prietenii, sau familia. Împărtășirea publică a succesului nostru ne pune inevitabil în poziția precară de a căuta feedback. În loc să ne concentrăm asupra victoriei, ajungem să ne monitorizăm rețelele de socializare, pentru a vedea câte aprecieri și comentarii primim. Și, desigur, atunci când ne expunem reușitele lumii, riscăm să stârnim invidia. Ce vreau să spun este că trebuie să ne dezvoltăm o apreciere profundă a noastră și a triumfului nostru. La urma urmei, noi știm mai bine decât oricine de câtă muncă a fost nevoie. Cu această autoapreciere solidă, putem alege cu înțelepciune cu cine să ne împărtășim realizările. Dacă avem o imagine corectă a noastră, putem îndepărta atacurile produse de invidie și ne putem evalua pragmatic punctele tari și pe cele

slabe.

Atunci când ne dezvoltăm istețimea, ne vedem cu ochi clari. Nu avem iluzii cu privire la inocența sau puritatea noastră. Ne apreciem punctele tari și darurile în mod realist. De asemenea, vedem cu o mai mare claritate lumea. Instinctele ne vorbesc, iar noi le ascultăm. Ne permitem să știm ceea ce știm. Vedem în cine să avem încredere și pe cine ar trebui să ținem la distanță. Această cunoaștere ne permite să facem manevre cu o mai mare libertate, deoarece putem percepe la timp potențialele amenințări. De asemenea, ne ajută să devenim familiare cu destinul nostru. Atunci când sacrificăm o atitudine exagerat de inocentă, ne confruntăm cu adevărul despre noi însene, ne conectăm cu natura noastră esențială, și descoperim tiparul pe care ne-am născut să-l trăim. A fi istețe nu înseamnă a deveni pesimiste sau nihiliste. Din contră, adevărata înțelepciune ne face să ne deschidem mai ușor inimile înspre bucurie. “Nu este dificil să fii un idealist orb, nici un realist cinic”, spune Marie-Luise von Franz. “Dar este dificil și dezirabil să vezi, fără iluzii, realitatea așa cum este ea, și totuși să-ți hrănești flacăra interioară, menținând-o aprinsă”⁴⁸. A deveni istețe nu ne va transforma în persoane închise și suspicioase. Dimpotrivă, ne va deschide lumea, permițându-ne să ne reînnoim conexiunea cu sursa, cu focul nostru central.

Întrebări pentru reflecție

1. În “Albă ca Zăpada”, regina este invidioasă pe fiica ei frumoasă. Invidia între mame și fiice nu apare doar în povești. Sunteți conștiente de cum este posibil să vă fi invidiat mamele voastre? Cum credeți că au gestionat această invidie? Cum v-a afectat invidia lor? Dacă sunteți mame, v-ați simțit vreodată invidioase pe copiii voștri? Pentru ce motiv, și când ați devenit conștiente de acest sentiment? Ați fost surprinse de acest sentiment? Cum i-ați făcut față?
2. Invidia este tema majoră a poveștii. Gândiți-vă la viața de acum. Ce anume ar putea invidia alții la voi? Adesea, când alții sunt răutăcioși la adresa noastră și nu înțelegem de ce, este pentru că

⁴⁸ Dieter Baumann, “Quo Vadis, Helvetica?” în *The Rock Rabbit and the Rainbow*, ed. Robert Hinshaw (Einsiedeln, Switzerland: Daimon Verlag, 1998), 110.

ne invidiază. Cum anume ați putea fi acum obiectul invidiei? Cum v-ați putea proteja?

3. Vânătorul și piticii sunt buni față de Albă ca Zăpada pentru că este atât de frumoasă. Dacă avem o astfel de calitate precum frumusețea, care face ca alți oameni să ne placă de îndată, anumite aspecte ale vieții sunt ușoare pentru noi, dar acest lucru înseamnă că nu dezvoltăm alte aspecte din noi însene. Ce calități aveți pentru a câștiga ușor aprecierea celor din jur? Cât de conștiente sunteți de aceste calități? Cât de mult vă bazați pe aceste trăsături?
4. Unul dintre cele mai frapante aspecte ale poveștii este cât de ușor deschide Albă ca Zăpada ușa de fiecare dată când apare regina. Când anume în viața voastră ați fost atât de pline de încredere, sau naive? Cum ați învățat în cele din urmă să nu fiți atât de inocente? De ce credeți că v-a fost dificil să învățați că nu ar trebui să vă puneți toată încrederea în ceva sau cineva?
5. Transformarea Albei ca Zăpada apare în timpul unui somn prelungit, asemănător cu moartea. Aceasta poate fi o imagine a pasivității, sau chiar a depresiei. Poate că ați trecut prin perioade proaste în viață – poate a fost o perioadă în care chiar ați dormit mult. Privind înapoi la un astfel de moment, care sunt indicațiile pe care le vedeți acum că un proces de transformare avea loc în timp ce lucrurile păreau fără speranță? Cum v-a ajutat o asemenea experiență să vă transformați?
6. Servitorul cel iritat joacă un rol important în poveste. El nu este fermecat de frumoasa fată care a devenit o povară atât de mare. Când ați fost tratate brutal, într-un fel care v-a trezit sau v-a redat sentimentul de putere? Când v-ați săturat de propria pasivitate sau letargie, și ați revenit la viață? Cum au fost acele experiențe?

Capitolul 4

Șiretenia: deschiderea înspre neașteptat

Există posibilitatea ca inconștientul să se manifeste oricând, într-un mod neașteptat.

A fi un păcălici necesită îndrăzneală și curaj. Am fost de curând martora unui astfel de moment, într-un oficiu poștal. Coadă era destul de lungă și se mișca înnebunitor de încet. Dincolo de tejghea se afla un singur angajat. La rând, oamenii își mutau greutatea de pe un picior pe altul, încercând să-și ușureze durerea de picioare. Mamele care încercau să-și țină copiii ocupați arătau obosite și exasperate. Apoi, o femeie de vârstă mijlocie, care nu ieșea cu nimic din comun, s-a întors și ne-a șoptit să nu ne alarmăm. A început să joace rolul unei persoane aflate într-un plin episod psihotic. A început să vorbească cu glas tare cu ea însăși, pe un ton agitat. În încăpere s-a făcut liniște, și cei aflați mai la distanță, care nu o auziseră șoptind, arătau extrem de inconfortabil, în timp ce noi, aflați mai aproape, încercam să ne ascundem zâmbetele. Într-un moment, la tejghea a mai apărut un angajat, iar coada a început să se miște mai repede! Ce s-ar fi întâmplat dacă unul sau mai mulți dintre noi am fi rugat politicos primul angajat să mai cheme pe cineva? Mă îndoiesc că am fi primit un răspuns pozitiv. Dacă am fi strigat, nepoliticoși, lucrurile ar fi luat probabil o turnură neplăcută. Dar improvisația acelei femei a funcționat – și m-a făcut să zâmbesc.

Odată ce ne-am cultivat istețimea, vom avea o percepție mai sobră a noastră, a altor oameni, și a situațiilor în care ne găsim. Istetețimea ne ajută să vedem cum stau lucrurile. Când vedem o situație cu claritate, putem avea mai multe alegeri în ceea ce privește răspunsul – putem opta inclusiv pentru a ne folosi viclenia sau șiretlicurile pentru a răspunde indirect unei provocări. Viclenia și șiretenia ne oferă mai multe opțiuni pentru cum să facem față situațiilor. Pe măsură ce creștem și ne obișnuim să respectăm regulile, putem pierde contactul cu capacitatea noastră de spontaneitate, liminalitate, spirit jucăuș, râs și transgresiune. Aceste trăsături sunt niște drepturi ale ființelor umane, și sunt energizante și vitalizatoare. Energia de tip păcălici poate fi îndrăzneată, jucăușă, și vicleană. Ea compensează rigiditatea și hubrisul. Păcăliciul ne invită să nu ne luăm prea în serios. În mitologie, păcăliciul este o figură care răstoarnă regulile normale și sfidează convenția. El arată minusurile societății și reînnoiește cultura. Călătorește între târâmurii, adesea capabil să ajungă acolo unde alții nu pot. El face loc adevărilor inconfortabile, pentru a fi expuse.

Păcăliciul ne invită la joacă. Ne distrăm la gândul farselor pe care le putem face familiei și prietenilor, care ne vor face să chicotim. Păcăliciul ne încurajează să îndoim regulile și să vedem oportunitățile unice de a rezolva probleme. Pune pe primul loc scopurile, nu mijloacele, și adesea ne cere să depășim limitele și așteptările normale. Atunci când accesăm viclenia păcăliciului, suntem șirete și înșelătoare în mod deliberat. Manipulăm o situație pentru a ne atinge scopurile. Energia de acest tip ne invită să gândim strategic și să punem rezultatul dorit înaintea unor valori relaționale precum empatia și bunătatea. Șiretenia este o energie proscrisă, care ne ajută să ne conectăm cu dorințele noastre și să ne protejăm pe noi și pe cei dragi.

Multe dintre noi creștem învățând că trebuie să muncim din greu pentru a ne atinge scopurile, și, deși aceasta este o lecție valoroasă, ne poate face să credem că nu putem spera vreodată să obținem ceva bun fără muncă îndelungată. Pentru multe dintre noi, munca grea și urmatul regulilor reprezintă o negociere zilnică, inconștientă, cu universul. Este ca și cum am spune: "Eu îmi fac partea mea aici, și, în schimb, te rog nu mă anihila". Dacă aceasta este asumția de bază conform căreia operăm, orice îndepărtare de la această cale dreaptă și îngustă poate aduce cu sine teama de pedeapsă.

Încrederea

O atitudine de tip păcălici ne permite să ne confruntăm soarta cu o încredere impasibilă. Păcăliciul este zeul scurtăturilor și al ideilor inteligente. Păcăliciul găsește o soluție pe care nu a mai găsit-o încă nimeni. Păcăliciul ne învață că viclenia și o atitudine curajoasă sunt uneori mai potrivite decât munca grea și abordarea rigidă, conform regulilor. A fi vicleană și șireată înseamnă a fi propriile noastre stăpâne. Nu așteptăm ca altcineva să ne rezolve problemele, și putem fi extrem de creative în găsirea unei soluții.

Energia de acest fel contrazice credința conform căreia, pentru a ajunge la succes, este nevoie de trudă. Păcăliciul scoate apă din piatră seacă. Acolo unde înainte nu era nimic, acesta găsește o modalitate de a construi o afacere, de a descoperi o soluție inovatoare, sau de a câștiga avantajul în urma unei mișcări surprinzătoare.

Una din poveștile mele preferate din copilărie a fost "Supa de pietre". Soldații care se întorc de la război ajung într-un sat unde nimeni nu este

dornic să le ofere de mâncare. Ei fac focul și pun la fiert o oală mare, în care pun o piatră. Când sătenii curioși întreabă ce fac, le explică că gătesc o supă de pietre. Îi asigură pe săteni că va fi delicioasă, și că nu are nevoie decât de câțiva morcovi, puțină ceapă, și un pumn de fasole. Fiecare țaran aduce de bună voie ce are pe-acasă, și în acea seară, întregul sat se bucură de o delicioasă supă de pietre.

Pentru a folosi șiretenia, trebuie însă să avem încredere în noi și în univers. Sentimentele de rușine și inadecvare stau în calea încrederii în sine de care este nevoie pentru a accesa șiretenia. În primul an de după facultate, am lucrat ca profesoară de istorie și pedagogă la un internat de fete. Într-o zi am ieșit din cameră să-mi fac cafea în micuța chichinetă a internatului, doar pentru a descoperi că ușa de la camera mea era încuiată. Credeam că avusesem grijă să o las descuiată, dar, aparent, făcusem o greșeală. Mi-am consumat energia cu reproșuri față de propria persoană. Cum putusem fi atât de neglijentă? Îmi era rușine. A trebuit să folosesc telefonul internatului pentru a contacta firma de pază a campusului, și să rog pe cineva să vină să mă ajute. Între timp, am așteptat în camera comună, unde fetele au descoperit că mă încuiasem pe dinafară. M-am simțit umilită. Rânjeau și erau pline de dispreț, așa cum poate numai fetele de cincisprezece ani pot fi.

După cum vă puteți imagina, am avut mare grijă să nu mai repet aceeași greșeală. De fiecare dată când am mai ieșit din camera mea fără să-mi iau cheile, verificam de câte două-trei ori ca ușa să nu fie încuiată. Și totuși, într-o zi, s-a întâmplat același lucru. De data aceasta, însă, am avut o atitudine cu totul diferită. Eram convinsă că nu era vina mea, și acest lucru mi-a permis să gândesc creativ. Mi-am strecurat cardul de identitate din plastic de la universitate între tocul ușii și mecanismul de închidere, iar ușa s-a deschis. Fiind puțin vicleană, am economisit timp și am scăpat de umilință. Dar fusesem incapabilă să accesez această atitudine în timp ce eram scufundată în rușine pentru deficiențele mele percepute.

Adesea nu ne plac trișorii. Credem că ei aleg calea cea ușoară. Avem resentimente față de succesul lor aparent fără efort, față de aroganța și îndrăzneala lor. Vedem că ne-o iau în față pe baza subterfugiilor și păcălelilor, și credem că nu este corect. Dacă descoperim că avem această reacție, poate fi o invitație să intrăm în contact cu propria noastră viclenie. De ce urmăm regulile cu obstinație, când o intervenție strategică ar putea pune lucrurile în mișcare?

Protejarea propriei persoane

Poate că elementul fundamental al energiei de tip păcălici este credința fundamentală că noi suntem autoritatea finală în ceea ce ne privește. Drept rezultat, apare o suspiciune sănătoasă asupra experților din afară, și certitudinea că, în ultimă instanță, putem avea încredere în noi mai mult decât în oricine altcineva. Această atitudine este puternică și eliberatoare.

Am cunoscut un american care lucra pentru un ONG într-o țară africană. Fusesse acolo în timpul unui război civil. Se afla în capitală în momentul unei răskoale, când un camion plin cu tineri localnici a venit la biroul său, cerându-i să meargă cu el. Prietenul meu era un fin observator al naturii umane și și-a dat seama repede că se afla într-un pericol semnificativ. În același timp însă, a văzut o oportunitate. A perceput, în mod corect, că tinerii nu aveau nici un plan. Erau pur și simplu luați pe sus în haosul general, acționând impulsiv. Prietenul meu știa că răspunsul lor putea fi modelat de comportamentul lui. A încercat să fie cât mai calm posibil. A început să vorbească și să glumească cu ei, și le-a mulțumit că se asigurau că ajunge acasă în siguranță. Tinerii l-au lăsat mai târziu într-adevăr acasă, fără să-i facă vreun rău. Într-un moment de adevărat pericol și teamă, prietenul meu nu a presupus că altcineva îi va sări în ajutor, nici nu a presupus că tinerii aveau intenții pașnice. În schimb, a folosit energia de tip păcălici pentru a le direcționa subtil intențiile.

Prin contrast, iată o altă poveste. Ca tot restul lumii, am privit evenimentele din 11 septembrie 2001 cu oroare și fascinație. Un detaliu pe care l-am aflat mai târziu mi s-a părut semnificativ. După ce turnul nordic a căzut, mulți oameni din turnul sudic au încercat să plece, dar angajatorii și paznicii le-au spus să se întoarcă. Povestea aceasta m-a făcut să mă cutremur. Încrederea în autoritate poate înăbuși instinctele noastre profunde, uneori cu rezultate tragice. Energia de tip păcălici nu se bazează pe alții să ne mențină în siguranță. Ea este, în acest sens, profund optimistă. Ne spune *Știu că pot să am grijă de mine*.

Faimoasa poveste a celor "O mie și una de nopți" este o versiune fermecătoare a poveștii unei femei șirete, în care protagonista trebuie să-și folosească istețimea pentru a rămâne în viață.

O mie și una de nopți

Regele Șahriar descoperă că soția sa i-a fost necredincioasă. Drept răzbunare, regele jură să se căsătorească cu câte o fată virgină în fiecare zi, pe care să o decapiteze a doua zi dimineață. Când vizirul nu îi mai poate găsi virgine de viță nobilă, fiica lui, Șeherezada, se oferă de bună voie să se căsătorească cu regele. Odată ce cuplul rămâne singur în apartamentul regelui, Șeherezada spune o poveste, iar regele o ascultă fermecat. O ascultă întreaga noapte. Dar Șeherezada de oprește în mijlocul poveștii, explicând că răsare soarele, și va trebui să continue în noaptea următoare.

Regele și-a dorit atât de mult să asculte sfârșitul poveștii, încât a lăsat-o să mai trăiască o zi. A doua noapte, ea a terminat prima poveste și a început o alta, încă și mai interesantă decât prima. Din nou, regele a stat treaz întreaga noapte, ascultând-o, și ea s-a oprit din nou în mijlocul poveștii, odată cu răsăritul soarelui. Astfel, ea l-a păcălit pe rege să o lase să trăiască o mie și una de nopți. Abia atunci i-a spus că nu mai are povești, dar deja îi dăruise trei fii, iar el se îndrăgostise de ea.

Șeherezada are o mare încredere în abilitatea ei de a scăpa de o soartă aparent inexorabilă, prin folosirea vicleniei. Planul ei isteț funcționează, și nu doar că supraviețuiește – dar devine regină. Povestea arată că viclenia poate funcționa uneori, atunci când alte abordări eșuează. Cruzimea regelui nu poate fi domolită prin apeluri la milă, sau chiar amenințări cu forța. Când lucrurile par lipsite de speranță, un șiretlic ingenios le salvează.

Șiretenia este energia care vede o porțiță când totul pare pierdut. În filmul bosniac din 2020 *Quo Vadis, Aida?*, o femeie își folosește șiretlicurile pentru a încerca să-și salveze familia. Acțiunea filmului are loc în Srebrenița, în 11 iulie 1995. Aida Selmanagić este o profesoară care lucrează ca traducătoare pentru batalionul olandez al ONU. Este căsătorită și are doi copii, unul de șaptesprezece ani și unul ceva mai mare. Aida este isteță. La începutul filmului, ea traduce în timpul unei întâlniri tensionate între comandantul batalionului olandez și primarul orașului Srebrenița. Forțele sârbești din Bosnia, sub comanda lui Ratko Mladić, încearcă să captureze orașul, care a fost declarat ca zonă ONU sigură. Prin intermediul traducerii Aidei, comandantul ONU promite primarului că vor fi atacuri aeriene dacă sârbii nu se retrag, dar vedem în ochii ei că ea nu crede cu adevărat ceea ce spune. Au existat prea multe

promisiuni încălcate înainte.

Când atacurile aeriene promise nu se materializează, iar trupele lui Mladić intră în oraș, mii de refugiați se năpustesc asupra campusului ONU înconjurat de ziduri și păzit de soldați, în care lucrează Aida. Primele câteva mii reușesc să intre, dar soldații olandezi închid poarta, lăsând pe dinafară zeci de mii de oameni. Căutându-și disperată familia, Aida află că unul din fiii ei a intrat în bază, dar soțul și celălalt iu au rămas afară. Când apelurile ei de a-i lăsa să intre rămân fără rezultat, își folosește istețimea. Ratko Mladić a cerut ca trei voluntari să iasă și să negocieze cu el soarta civililor. Nimeni nu vrea să meargă. Aida îi convinge pe olandezi să-l lase pe soțul ei să meargă drept unul dintre negociatori. Îl găsește în mijlocul mulțimii și-l aduce în interiorul bazei, alături de celălalt fiu al ei.

Familia este acum reunită în interiorul bazei, dar acest moment trecător de siguranță relativă nu durează mult. Trupe sârbești armate cer să fie lăsate să intre în bază, sub pretextul că trebuie să verifice că nu sunt soldați înăuntru. Olandezii capitulează, arătând astfel clar cine conduce. Aida nu este naivă cu privire la ce înseamnă acest lucru. Își ia familia din mijlocul civililor și îi ascunde adânc în interiorul bazei, printre birourile ofițerilor olandezi. Când află că se face o listă cu personalul ONU căruia i se va permite să plece după retragerea olandezilor, își mituiește colegul cu o țigară pentru a adăuga numele membrilor familiei sale. Încearcă să facă ecusoane ONU pentru ei, pentru a le fi mai ușor să plece. Când fiecare dintre aceste șiretlicuri eșuează – olandezii scot de pe listă numele lor, iar mașina de făcut ecusoane este stricată – Aida încearcă cu tot mai multă disperare să găsească o soluție. Imploră un muncitor să-i lase familia să se ascundă în mașina sa; întreabă dacă familia ei se poate ascunde printre echipamentele pe care le împachetează olandezii; își ascunde familia într-un container din interiorul bazei; minte un ofițer care insistă că familia ei nu se află pe listă; și imploră doctorul să-i ia familia în convoiul de răniți care părăsește baza.

- Îi împușc în picior, propune ea⁴⁹.

Când totul eșuează, imploră. La final, eforturile ei nu duc nicăieri.

Deși Aida nu are succes, atitudinea ei de-a lungul filmului demonstrează energia de tip păcălici. În timp ce unul dintre fii ei cadă pradă spaimei

⁴⁹ *Quo Vadis, Aida?*, regizat de Jasmila Žbanić (Sarajevo, Bosnia și Herzegovina: Deblokada Film, 2020), 1 oră, 41 minute.

paralizante, iar soțul îi este cuprins de apatie, Aida nu renunță. Când eforturile directe de a-și salva familia eșuează, încearcă orice altceva, inclusiv minciuna, furișatul și ascunsul. Deși speră că batalionul olandez o va ajuta să-și protejeze familia, nu are încredere oarbă în ei.

Când disperarea se împletește cu caracterul jucăuș

Răspunsurile șirete sunt adesea născute din disperare. Recurgem la șiretlicuri atunci când nu avem nici o putere, sau când toate celelalte căi au fost epuizate. O soluție șireată este întotdeauna metoda preferată pentru cei lipsiți sau deposedați de drepturi. Fără alte moduri mai directe de a accesa puterea, artificiile și înșelăciunea devin modalitatea primară prin care persoana oprimată câștigă un avantaj. Poveștile în care eroina recurge la trucuri de acest tip tind să fie sumbre. În "Pasărea lui Fitcher", a treia soră folosește viclenia pentru a expune vrăjitorul și a-și salva surorile. Aida recurge la șiretlicuri când toate celelalte opțiuni eșuează. La fel și în viața reală, putem observa că, în situațiile disperate, recurgem la viclenie.

În timp ce lucram în cadrul unui ONG, într-un program pentru refugiați în fosta Iugoslavie, în anii 90, o prietena a mea și cu mine eram singure acasă când soldați înarmați cu puști Kalașnikov ne-au intimidat paznicii și au cerut să intre. În timpul întâlnirii care a urmat, nu era clar ce voiau acești oameni de la noi. Ne-au dus într-un dormitor și ne-au pus să ne așezăm pe pat, în timp ce stăteau cu puștile ațintite asupra noastră. Momentan am fost paralizată de frică, și se părea că avem să fim fie violate, fie executate, fie ambele. În momentul în care totul părea într-un echilibru fragil, prietena mea s-a uitat la paznicii noștri și a spus simplu:

- Mărci germane?

Aceste simple cuvinte au schimbat interacțiunea, modificând un atac potențial periculos într-o simplă tâlhărie. Cu puștile ațintite asupra noastră, ne-am golit buzunarele, ne-am dat jos bijuteriile, și chiar le-am oferit cheia de la mașinile noastre înmatriculate pe numele ONU. Ca și americanul din Africa, prietena mea a fost suficient de isteată pentru a vedea că poate influența mersul lucrurilor, chiar și cu o pușcă ațintită asupra ei. În timp ce situația era în desfășurare, prietena mea a văzut oportunitatea de a scăpa. A reușit să fugă din casă, iar atacatorii noștri au urmat-o. A ajuns în siguranță, iar eu am putut încuia din nou ușa, până când au sosit ajutoarele.

Faptul că atât de multe povești despre femeile șirete se centrează asupra folosirii șiretlicurilor pentru a se proteja demonstrează vulnerabilitatea femeilor. Din cauza fiziologiei noastre și a rolului în reproducere, femeile sunt susceptibile la violență din partea bărbaților. În “Pasărea lui Fitcher” și “O mie și una de nopți”, eroina trebuie să-și folosească vioiciunea minții pentru a se proteja împotriva unui mascul prădător. Poveștile subliniază potențialul pentru victimizarea sexuală și importanța ca femeia să folosească viclenia pentru a rămâne în siguranță.

Deși poveștile de tip păcălici pot începe ca pline de disperare și sumbre, ele pot fi și jucăușe și pline de umor. Acest lucru este adevărat atât în povești, cât și în viața reală. Uneori, un vicleșug transformă o poveste întunecată într-una plăcută, cum se întâmplă în “O mie și una de nopți”. Alteori, caracterul jucăuș și vicleșugurile sunt folosite pentru a rezolva o situație mai puțin urgentă, ca în exemplul cu coada lungă de la oficiul poștal. Poveștile care implică eroi masculini sunt adesea pline de farmec și comedie. Eroul păcălici profită adesea de pe urma unei aventuri delicios de improbabile, ca de exemplu în “Motanul încălțat”, sau “Jack și vrejul de fasole”. Multe povești de tip păcălici au drept eroine femei, dar cele mai multe le prezintă folosindu-și istețimea pentru a se salva pe ele sau pe altcineva. Exemple de povești care prezintă eroine jucăușe, care își folosesc șiretlicurile nu pentru a se proteja, ci pentru a accede la aventuri și bogății sunt mai greu de găsit, dar există câteva. Una dintre preferatele mele este povestea englezească “Molly Whuppie”. Micuța eroină își folosește energia de tip păcălici pentru a se proteja pe sine și surorile sale, dar și pentru a-și îmbogăți viețile. Deși este pusă în fața unui uriaș, viclenia ei este una jucăușă.

Molly Whuppie

Un cuplu avea prea mulți copii și nu-i putea hrăni pe toți, așa că le-au dus pe cele trei surori mai mici și le-a lăsat în pădure. Cei trei copii au mers toată noaptea, obosiți, înfometați și înspăimântați. Apoi, în sfârșit, au văzut o geană de lumină și au mers într-acolo, până au ajuns la o casă.

Copiii au bătut la ușă și le-a deschis o femeie. Au rugat-o să-i lase să intre și să le dea ceva de mâncare, dar femeia le-a explicat că soțul ei era un uriaș care i-ar fi mâncat, și că avea să ajungă acasă imediat. Dar copiii au implorat și au implorat, și au promis că stau puțin, așa că femeia i-a lăsat înăuntru și le-a dat lapte și pâine.

Tocmai atunci însă, uriașul a ajuns la ușă.

- Ce miroase aici? a spus el, cu o voce înfiorătoare. Cine-i aici?

Soția uriașului i-a explicat că surorile erau obosite și înfometate, și l-a rugat să le lase să stea doar o noapte, și să nu le facă rău. Uriașul nu a spus nimic, ci s-a așezat la masă.

Uriașul și soția lui aveau trei copii, iar cele trei surori aveau să doarmă în pat cu copiii uriași. Cea mai mică dintre cele trei se numea Molly Whuppie, și era foarte isteță. Ea a observat că, înainte de culcare, uriașul le pusese copiilor săi la gât coliere din aur, iar ei și surorilor sale, coliere din paie. În timp ce toată lumea a adormit repede, Molly Whuppie a rămas trează. Apoi a schimbat colierele de aur cu cele din paie.

În mijlocul nopții, uriașul a luat pe fiecare din copiii cu coliere de paie și i-a lovit cu ghioaga până au murit, crezând că le ucisese pe Molly Whuppie și pe surorile sale. Dar, desigur, își ucisese propriii copii. Când uriașul s-a întors în pat, Molly și-a trezit surorile. Cele trei s-au strecurat în liniște afară din casă. Au fugit până când au ajuns la o casă mai mare. Se întâmplă că acolo locuia un rege. Molly i-a spus regelui povestea.

- Ai făcut bine, a spus el. Dar ai face și mai bine dacă te-ai întoarce și ai fura sabia care atârna deasupra patului uriașului. Dacă reușești, îl voi căsători pe fiul meu cu sora ta cea mare.

Molly a spus că va încerca.

Așa că Molly s-a întors la casa uriașului. S-a strecurat în liniște și s-a ascuns sub pat. Uriașul s-a întors acasă, a mâncat o cină uriașă, și s-a culcat. Când sforăia, Molly a ieșit de sub pat, s-a cățărât și a luat sabia de pe perete, unde era agățată deasupra patului uriașului. Dar sabia a zăngănit când a luat-o, iar uriașul s-a trezit. Molly a alergat și uriașul a urmărit-o, până au ajuns la Podul Firului de Păr. Molly a putut trece podul, dar uriașul nu. El a blestemat și a strigat la ea, amenințând-o că avea să regrete dacă se întorcea, dar Molly a continuat să alerge. I-a dat sabia regelui, iar sora ei cea mare s-a căsătorit cu fiul acestuia.

- Te-ai descurcat bine, Molly, dar te-ai putea descurca și mai bine, i-a spus regele. Dacă furi punga plină cu aur care este ascunsă sub perna uriașului, îl căsătoresc pe cel de-al doilea meu fiu cu sora ta.

Molly a spus că va încerca.

S-a întors la casa uriașului și, din nou, s-a ascuns sub pat, așteptând până când uriașul a adormit. Apoi a ieșit de sub pat, și-a strecurat mâna sub pernă și a tras punga. A început să alerge, dar uriașul s-a trezit și a

alergat după ea. Molly fugea cât de repede putea, dar uriașul începea să o ajungă din urmă. Când au ajuns la Podul Firului de Păr, Molly l-a putut traversa, dar uriașul nu. Uriașul s-a înfuriat și a blestemat, dar Molly a continuat să alerge. I-a dat regelui punga, și sora ei mai mare s-a căsătorit cu cel de-al doilea fiu al regelui.

- Ești o fată deșteaptă, Molly, dar dacă vrei să te descurci și mai bine, fură inelul de pe degetul uriașului, a spus regele. Fă asta, și te voi căsători cu cel mai mic fiu al meu.

Așa că Molly s-a întors la casa uriașului și s-a ascuns sub pat. A așteptat până când uriașul sforăia. Apoi a tras și a tras de inelul de pe degetul lui. Dar tocmai când era pe cale să-l scoată, uriașul s-a trezit și a apucat-o. A îndesat-o într-un sac pe care l-a cusut strâns la gură, apoi s-a dus în pădure să caute un ciomag gros cu care să o lovească până la moarte. În timp ce era plecat, Molly a strigat:

- O, dacă ai putea vedea ce văd eu!

Soția uriașului a fost intrigată și a întrebat ce vedea Molly. Aceasta nu a răspuns, ci a spus doar încă o dată:

- O, dacă ai putea vedea ce văd eu!

Soția uriașului a devenit tot mai curioasă și a insistat ca Molly să-i spună ce vedea.

- Ia o foarfecă și fă o gaură în sac, să poți vedea.

Soția uriașului a tăiat o gaură în sac și a urcat înăuntru. Molly a ieșit și a cusut din nou sacul, cu soția uriașului înăuntru. Nu a avut de așteptat mult până să se întoarcă uriașul, care a început să lovească sacul cu ciomagul. Soția lui a strigat, dar câinele lătra, iar el nu a putut-o auzi. A lovit și a lovit până când femeia a murit. Apoi Molly a ieșit din ascunzătoare. Uriașul a văzut-o și a urmărit-o, dar nu a putut trece Podul Firului de Păr. Molly s-a căsătorit cu fiul cel mic al regelui și nu l-a mai văzut niciodată pe uriaș.

Povestea începe cu o scenă deprimantă, de sărăcie și lipsă de noroc. Familia este atât de săracă, încât trebuie să renunțe la trei dintre copii. Mulți dintre noi am crescut în familii sărace psihologic – dacă nu și financiar. Poate că părinții noștri erau prea ocupați pentru a avea prea mult timp pentru noi, mai ales dacă aveam mulți frați. A crește într-o familie numeroasă poate implica o anume neglijare. Deși există, fără îndoială, familii care reușesc să crească mulți copii, acordându-le căldură

și iubire în cantitate suficientă, am întâlnit numeroși adulți în practica mea clinică, ce proveneau din familii cu șase, șapte sau chiar zece frați. Adesea, copilăriile lor au fost marcate de haos și lipsuri.

O astfel de copilărie poate avea o parte pozitivă surprinzătoare, pe care o putem vedea în această poveste. Oamenii care nu au fost cocoloșiți în copilărie pot să-și dea seama uneori devreme că ei sunt responsabili pentru propriile persoane. Drept rezultat, nu suferă de iluzia că lumea va avea grijă de ei, și vor deveni repede pricepuți la a se îngriji de ei. Pot astfel să-și acceseze istețimea cu ușurință.

Molly nu este prea încrezătoare în alții. Este atentă și observă lucruri, ca de exemplu atunci când uriașul le dă coliere diferite copiilor. Când surorile ei adorm, Molly rămâne trează. Nu își permite să cadă în inconștiență față de ce se întâmplă în jurul ei, și nu presupune că uriașul are intenții bune. O doză sănătoasă de scepticism cu privire la motivele altor persoane ne ajută să ne menținem în siguranță.

În prima parte a poveștii, Molly se comportă ca multe eroine-păcălici, folosindu-și istețimea pentru a se salva pe sine și surorile sale. După ce ajung însă în siguranță, se întâmplă ceva diferit. Regele îi face o ofertă lui Molly, motivând-o să se pună din nou în pericol pentru a încerca să câștige o recompensă. Molly se întoarce de bunăvoie la casa uriașului, asumându-și un risc pentru a obține mai mult. Prin aceasta, ea se aseamănă cu Jack din povestea cu vrejul de fasole. Ca și Jack, Molly nu este satisfăcută doar să fie în siguranță. Știe că uriașul are acces la bogății însemnate, și este dispusă să riște pentru a le reclama pentru sine.

Podul Firului de Păr este o imagine importantă și curioasă. Într-o versiune scoțiană similară a poveștii, eroina construiește un pod dintr-un fir de păr de-al său. Ea poate trece, dar uriașul nu. Detaliul subliniază micimea lui Molly în contrast cu mărimea impresionantă a uriașului. Din nou, atitudinea de tip păcălici ne ajută să ne transformăm slăbiciunile în avantaje.

A căuta mai mult

Grace a crescut într-o familie în care nimeni nu avea timp pentru ea. Tatăl ei era alcoolic, iar mama era copleșită de sarcina de a avea grijă de copii, și preocupată de îngrijorările ei. Nici unul din părinții lui Grace nu mersese la facultate. Deși mama ei o susținea pe Grace să ajungă la

facultate, nu-i putea oferi ajutorul cu selectarea opțiunilor sau cu procesul de înscriere. Mama lui Grace nu a dus-o în vizită la vreo universitate, dar când familia unei prietene a vizitat o universitate prestigioasă, la o distanță de câteva ore, s-a dus și Grace. A fost uimită de campus, cu clădirile sale istorice impunătoare. S-a simțit copleșită de sentimentul că locul acesta făcea parte dintr-o lume mai largă, plină de noi posibilități. O parte din ea știa că aparținea acolo.

Grace s-a înscris și a fost acceptată, dar a fost prea speriată văzând cât de mult costă. Tatăl și mama ei nici măcar nu au întrebat. Grace știa vag că școala avea să fie scumpă, dar nu putea risca să i se spună că familia ei nu-și permitea, așa că nu spusese nimic. Mama ei a scris un cec pentru o mică sumă ce avea să-i confirme locul, iar Grace a început să se pregătească de mers la universitate din toamnă. Pe măsură ce data se apropia tot mai mult, a început să se teamă din ce în ce mai tare de ce avea să se întâmple odată cu primirea facturii, dar a păstrat secretul. A ajuns în campus într-o zi fierbinte de sfârșit de august, cu mama ei și cu mașina plină de lucruri. Când și-au spus numele, au fost direcționate înspre casierie, și abia acolo a aflat mama lui Grace cât avea să coste această faimoasă universitate. În acel moment, nu mai avea cum să o împiedice pe Grace să meargă la facultate, și au fost făcute diferite aranjamente care i-au permis să ceară un împrumut și să se înscrie. Grace s-a descurcat bine la facultate și a reușit să se înscrie și la master. Riscul asumat – dictat de către centrul personalității ei – s-a dovedit a fi unul meritat.

Sentimentul profund al lui Grace, care-i spunea că destinul ei era să scape din lumea mică a familiei ei disfuncționale a făcut-o să folosească energia de tip păcălici pentru a face acest lucru posibil. Ca și în cazul lui Molly, micimea și aparenta lipsă de însemnătate în cadrul familiei s-au dovedit a fi avantaje. Mama ei nu se concentrase asupra lui Grace și a experienței sale universitare, așa că trecuse cu totul cu vederea să întrebe despre costuri. Grace a știut instinctiv acest lucru și a ținut informația secretă.

Viclenia lui Grace a izvorât din disperare. Ca și Molly, avea prea puțină putere și resurse. Avea doar o dorință arzătoare de mai mult, îndrăzneala de a încerca ceva negândit, și șiretenia de a încerca ceva puțin îndrăzneț. Atât Grace cât și Molly scapă la un fir de păr. În fiecare din cazuri, lucrurile ar fi putut lua o întorsătură urâtă, dar nu au făcut-o.

O zonă gri din punct de vedere moral

Poveștile de tip păcălici vin sub o varietate de forme, dar o temă comună este aceea că eroul sau eroina păcălici sunt dispuși să renunțe la valorile convenționale pentru viață și creștere. De exemplu, Molly păcălește uriașul, făcându-l întâi să-și ucidă propriii copii și apoi soția. În plus, Molly nu ezită să mintă, să fure, sau să recurgă la violență atunci când este nevoie. Acest comportament aparent imoral servește scopurilor mai înalte de protecție și îmbogățire. Aceasta este ierarhia valorilor pe care Lilith ne invită să o adoptăm. Putem crede în noi suficient, până în punctul în care suntem dispuse să facem excepții de la reguli? Putem să lăsăm ca propria noastră dezvoltare să fie atât de importantă pentru noi? La fel a fost cu subterfugiul lui Grace. O parte din ea tânjea după o existență mai mare, mai largă, dar pentru a se întinde mai mult, a trebuit să se angajeze într-un comportament dubios din punct de vedere etic. Această ambiguitate morală reprezintă, parțial, motivul pentru care energia de tip păcălici este atât de dificil de accesat de multe femei. A fi păcălici înseamnă a încălca regulile. Grace nu era obișnuită să mintă – și de data aceasta a mințit, prin omisiune. De asemenea, nu era obișnuită să ceară mult, și, în acțiunea ei disperată, a cerut mult. Le-a cerut părinților și universității ajutor financiar. Dar a cerut, de asemenea, ceva semnificativ și la nivel psihospiritual. A cerut sprijin pentru a-și întinde aripile și a zbura.

Născut din disperare și lipsa altor opțiuni, un răspuns de tip păcălici poate fi lucrul care salvează ziua și deschide chiar noi orizonturi, așa cum a făcut-o în cazul lui Grace. Uneori a fi un păcălici înseamnă a adopta o atitudine jucăușă într-o situație care pare disperată, sau fără nici o ieșire. Caracterul jucăuș și umorul pot ajuta la dizolvarea obstacolelor, sau la detensionarea unei situații caracterizate de prea multă rigiditate. Păcăliciul este o rudă apropiată a nătărăului, și atunci când apelăm la viclenie, putem face pe altcineva să arate nesăbuit, sau ne putem asuma noi acest rol. Nu ne îngrijorăm că am putea părea nesăbuite, în schimb ne bucurăm de libertatea pe care ne-o permite această nesăbuintă.

Viața din tinerețe a lui Lucille Ball a fost plină de dificultăți. Iubitul ei tată a murit de febră tifoidă când ea avea trei ani. Alte tragedii au însemnat că familia a avut puțini bani. Ca studentă, profesorii ei i-au spus cu bruschete că nu avea să cunoască succesul. Cariera timpurie a lui Ball a fost caracterizată de roluri în filme de categorie B. Avea aproape patruzeci de

ani, iar faima încă o ocolea.

Apoi, Ball a convins directorii executivi ai unui studio să o distribuie alături de soțul ei din viața reală, Desi Arnaz, într-un spectacol de televiziune, și așa s-a născut *I love Lucy*. Serialul a făcut istorie. Reprezenta unirea dintre o americană get-beget cu un soț de origine latino, și a fost primul serial filmat în fața unei audiențe live, în studio. Când au început să apară complicațiile în privința producerii serialului, Ball și Arnaz au pus bazele Desilu Production, iar Ball a devenit prima femeie care să conducă o companie de producție de televiziune.

Mai târziu, Ball a condus Desilu de una singură. Pe lângă *I love Lucy*, Desilu a fost cunoscut pentru *Mission: Impossible* și *Start Trek*. Geniul lui Ball în privința umorului de natură fizică, figura ei incredibil de expresivă și neînfricarea ei de a recurge la orice, oricât de prostesc, a făcut din *I love Lucy* unul dintre cele mai urmărite și îndrăgite seriale de televiziune din toate timpurile.

Personajul lui Ball din acest serial reprezintă păcăliciul perfect. Ea nu este interesată să fie constrânsă de așteptările convenționale. Soțul ei, Ricky, anunță că vrea o soție care să-i aducă în fiecare seară papucii de casă și să-i crească copiii, dar Lucy vrea să fie o vedetă. Nu încearcă niciodată să se oprească din a găsi o modalitate de a intra în show biz. Nu se teme să încalce regulile, să disimuleze, sau să se ascundă pentru a obține ce vrea. Când află că va costa prea mult să transporte acasă o bucată de brânză fină din Europa, decide să o deghizeze ca bebeluș. Din păcate, este așezată lângă o tânără mamă băgăcioasă, care vrea să compare informațiile cu privire la bebeluși⁵⁰. În culturile timpurii, păcăliciul era cunoscut drept "încântătorul", iar *I love Lucy* este, într-adevăr, încântător. Ball pare să fi întruchipat și în viața personală o parte din acest spirit îndrăzneț. Au existat zvonuri că Ball putea fi o femeie dificilă. Richard Burton a scris în jurnalul său că era "un monstru cu o lipsă îngrozitoare de farmec și o lipsă monumentală de simț al umorului"⁵¹. Energia de tip păcălici nu este una drăguță. Este îndrăzneță, jucăușă și expansivă. Își asumă riscuri și caută mereu un unghi nou, neabordat, ciobitura

⁵⁰ *I Love Lucy*, "Return Home From Europe," regizat de James V. Kern, scenario de Jess Oppenheimer, Madelyn Davis, și Bob Carroll, cu Lucille Ball, Desi Arnaz, și Vivian Vance, difuzat în 14 mai, 1956.

⁵¹ Richard Burton, *The Richard Burton Diaries*, ed. Chris Williams (New Haven, CT: Yale University Press, 2012), 352.

neașteptată din armurile celorlalți. Fie lui Ball, Lucie, își amintește că mamei ei îi plăcea mereu să glumească atunci când socializa.

Unul din lucrurile preferate ale mamei mele, atunci când un mic grup de oameni era implicat într-o conversație oarecare, era să aștepte până când una din persoane ieșea din cameră, și, la întoarcerea sa, să spună, pe un ton convingător, “la uite-o! De ce nu-i spuneți asta direct în față?”. Exclamația ei era mereu urmată de o tăcere înghețată, și apoi ea începea să râdă (cu râsul ei gros, profund) de expresia persoanei care, timp de o secundă oribilă, crezuse că cineva spusese lucruri îngrozitoare despre ea cât timp lipsise⁵².

Păcăliciul jucăuș este mai interesat să rotească lucrurile în minte, să le vadă într-o lumină nouă, să zguduie căruța și să provoace hohote de râs decât să acorde importanță sentimentelor altora. Păcăliciul este nedomesticit, îndrăzneț și aspru.

Din nou, discernământul

Energia de tip păcălici este mereu ambivalentă din punct de vedere moral. Folosirea vicleniei de către Grace a fost în sprijinul creșterii și dezvoltării ei. Când este energia de acest tip în serviciul creșterii sau înnoirii, și când în serviciul a ceva mai întunecat? Este nevoie de discernământ în folosirea energiei de tip păcălici. Cel mai bine este să fie folosită conștient, alegând un astfel de mod de a gestiona o problemă deoarece știm că are cea mai mare șansă de succes într-o situație caracterizată de prea multă blocare. De exemplu, femeia din oficiul poștal știa exact ce făcea. Rolul păcăliciului poate deveni o unealtă în trusa noastră psihică de unelte – o alegere. Nu ar trebui să devină modul primar prin care ne mișcăm în lume.

Atunci când recurgem la metode de acest gen pentru a rezolva un impas sau o problemă dificilă, lăsăm deoparte temporar valorile precum corectitudinea, empatia și relațiile, pentru a pune pe primul loc siguranța, sau urmarea unor scopuri mai înalte. Când Grace a recurs la viclenie pentru a ajunge la facultate, a răspuns cererii profunde a sufletului ei, în loc să fie atentă la nevoile familiei sale. Dacă nu putem pune uneori deoparte ceea ce ne cer ceilalți, urmându-ne cu fervoare propriile dorințe – dacă nu ne putem accesa focul vital – nu vom fi capabile să hrănim minunatul lucru care dorește să ajungă în lume prin intermediul nostru.

⁵² Lucille Ball, *Love, Lucy* (New York: Berkley, 2022), vii

Dacă am crescut învățând mereu să fim “bune” și să urmărim fiecare regulă, se poate să fi pierdut legătura cu energia înviorătoare și înnoitoare a păcăliciului. Aceasta poate să ne fi ieșit din zona conștientă, așteptând undeva să fie redescoperită. Autorul Lewis Hyde a remarcat că acest păcălici reprezintă “sacra amoralitate”⁵³. Când impulsurile de tip păcălici se trezesc din centrul călăuzitor al sufletului nostru, va fi întotdeauna în serviciul a ceva mai mare. Hyde continuă: “Când minte și fură, nu este atât pentru a scăpa de ceva sau a se îmbogăți, cât pentru a clătina categoriile stabilite ale adevărului.... și, făcând așa, deschide drumurile către noi posibile lumi”⁵⁴. Grace nu încerca să vadă cu ce anume poate scăpa. Ea își urma cu disperare destinul.

Energia de tip păcălici este întotdeauna oarecum umbroasă, dar este mereu plină de viață. Este zburdalnică, animată, provocatoare. Ne invită să încălcăm tabuurile și să defidăm așteptările. Este plin de potențial înnoitor și apare în serviciul a ceea ce este sacru. Ne poate ajuta să ne protejăm, dar poate ajuta și la crearea unei viziuni mai spațioase asupra noastră și a vieților noastre. Aduce cu sine spiritul amuzamentului și a distracției care este vital pentru a ne simți pline de viață. Păcăliciul întruchipează neașteptatul care apare fără nici un avertisment din inconștient, aducând cu sine o nouă perspectivă și noi oportunități. Păcăliciul este exuberant de netemător să încalce regulile, reprezentând, așadar, un aspect fundamental al flăcării noastre interioare, al scânteii noastre vitale.

Întrebări pentru reflecție

1. Șeherezada trebuie să fi avut o mare încredere în abilitățile sale, de vreme ce nu s-a temut să se căsătorească cu regele. Atunci când avem o așa încredere în abilitățile noastre, putem aborda probleme care le par insurmontabile altora. Viclenia și șiretlicurile sunt resurse importante, care ne pot ajuta să ne simțim pline de încredere în situații foarte dificile. Când v-a ajutat energia de tip păcălici să faceți față unei situații dificile?
2. Molly Whuppie vine dintr-o sărăcie abjectă – părinții ei au

⁵³ Lewis Hyde, *Trickster Makes This World: Mischief, Myth, and Art* (New York: Farrar, Straus and Giroux, 2010), 9

⁵⁴ Hyde, *Trickster*, 13

renunțat la ea pentru că nu suficientă mâncare. Acest lucru le face pe Molly și pe surorile ei vulnerabile, și ele ajung curând în casa unui uriaș. Cu toate acestea, Molly se bazează pe sine. Rămâne trează atunci când ceilalți se culcă. Când anume ați “adormit” într-o situație potențial periculoasă? Când ați fost, asemenea lui Molly, cele care ați rămas de veghe?

3. Molly și surorile ei ajung în siguranță, dar Molly află că poate câștiga bogății dacă se întoarce. Când ați reușit să vă înfrunțați fricile? Ce v-a ajutat să o faceți? Ce s-a întâmplat când v-ați înfruntat fricile, și ce anume ați învățat din această experiență?
4. Molly este capabilă să îl întreacă pe uriaș în mod repetat, în parte din cauza mărimii sale reduse. Putem fi mici de statură, sau mici în termenii spațiului psihologic pe care ne permitem să-l ocupăm. A fi mic în oricare dintre aceste sensuri reprezintă adesea un dezavantaj, dar Molly îl folosește în avantajul său. Când ați reușit să obțineți un avantaj într-o situație, pentru că ați transformat o slăbiciune într-o oportunitate?
5. Viclenia lui Molly duce la moartea violentă a copiilor și soției uriașului, deși ea nu recurge în mod direct la violență. Molly pur și simplu aranjează lucrurile astfel încât uriașul suferă de pe urma propriilor sale păcate. Când ați văzut oportunitatea de a lăsa pe cineva să suporte consecințele naturale ale propriilor sale acțiuni? Ați reușit să faceți acest lucru? De ce, sau de ce nu?
6. Molly trebuie întâi să fure sabia de deasupra patului, apoi punga cu aur de sub pernă, și în cele din urmă, inelul de pe degetul uriașului. Fiecare obiect este mai apropiat uriașului, și cere un contact mai direct. Cu cât de înfruntăm mai mult temerile, cu atât mai multe recompense câștigăm, până când punem mâna pe marele premiu. Molly este mult mai ambițioasă și netemătoare decât ne-am putea imagina, date fiind începuturile ei dificile. Cum ați reușit să triumfați în cazul unor circumstanțe dificile? În ce fel v-au ajutat aceste greutăți să deveniți mai reziliente?
7. Energia de tip pământ poate fi jucăușă, distractivă, desfătătoare. Ea combate rigiditatea și prea multă seriozitate. Cum anume îi faceți loc în viața voastră? Cum ați putea adăuga mai multă astfel de energie?

Capitolul 5

Dorința: îmbrățișarea focului vieții

Suntem aici, ținându-ne echilibrul pe sârma tuturor viitorurilor noastre posibile, și aici aparținem. Zeii ne vor aici pentru că vor ceva mai mult de la noi decât confortul și certitudinile egourilor noastre timorate.

James Hollis, *Hauntings*

Când Frances Gumm avea doar doi ani, a participat la un concert al formației Blue Sisters – trei fete cu vârste între cinci și doisprezece ani. Când cea mai mică dintre ele a făcut un pas în față și a început să cânte solo, sora mai mare a lui Frances își amintește că aceasta era transfigurată.

- Când s-a terminat totul, s-a întors la tati și – n-o să uit niciodată – a spus: “Pot să fac asta, tati?”⁵⁵.

Micuța Frances se născuse cu dorința de a cânta. A debutat nu la mult timp după acest eveniment, și în cele din urmă a ajuns să fie cunoscută în lume drept Judy Garland, una dintre cele mai iubite cântărețe ale secolului XX.

În cel mai primar aspect, dorința ne conectează cu viața. Evoluția ne-a dăruit apetituri care ne asigură supraviețuirea continuă. Ne bucurăm de mâncare, de sex, de activitate, și devenim atașați unii de alții. Împlinirea acestor dorințe este extrem de plăcută și satisfăcătoare. Le-am putea face numai de dragul lor, dar angajarea în aceste activități duce și la satisfacerea imperativului biologic ce ne susține pe noi și specia noastră.

În mod similar, ne putem simți conduși de impulsuri profunde, care vin din interiorul nostru, și care își cer fără drept de apel împlinirea. Poate că simțim nevoia de a crea o grădină, sau de a învăța o altă limbă. Nu putem reduce la tăcere dorul profund de a călători, sau de a locui undeva lângă

⁵⁵ David Shipman, *Judy Garland: The Secret Life of an American Legend* (New York: Hyperion, 1994).

apă. “Dorințele voastre”, conform cabaliștilor, “sunt promisiunile pe care vi le face Dumnezeu”. Această minunată afirmație stabilește că dorințele noastre profunde sunt însămânțate în noi de transpersonal. Ceva mai mare decât noi ne cunoaște scopul secret, și dorința ne trage înspre acesta.

Dorința reprezintă unul dintre cele mai mari motoare care sprijină creșterea și dezvoltarea psihologică. Este una dintre cele mai clare expresii ale focului nostru vital. Este o forță care ne poartă dincolo de pragul complacerii, în viață. Ea ne îndeamnă să ne urmăm destinul. Și totuși, este posibil să fi fost descurajate din a ne onora, sau chiar cunoaște, dorințele. Ni se spune că ele sunt egoiste, grandioase, prostesti, sau nepotrivite. Ca femei, suntem deosebit de susceptibile la a ne pierde legătura cu a ști ce vrem. Poate că nici nu știm că nu știm ce vrem. Multe femei își dezvoltă un tipar al ignorării propriilor dorințe și nevoi, atât cele mari cât și cele mici. Deoarece femeile se orientează adesea înspre îngrijirea celorlalți, dorințele și cerințele noastre pot fi ușor trecute cu vederea. Ignorarea dorințelor ne poate face să ne simțim golite și pline de resentimente. Atunci când ne neglijăm dorințele, nu avem acces la energia dătătoare de viață a focului vital. Este vital să învățăm să ascultăm bătaia insistentă a dorințelor inimii noastre, pentru a putea căuta cărbunii aceia încinși de sub cenușă.

Tiparul nostru interior

Păstrarea legăturii cu dorințele noastre autentice este esențială pentru a ne angaja în viață cât mai deplin posibil. Nu mă refer la apetitul superficial al egoului. O dorință profundă se ridică din adânc. Vine ascunsă în noi, o sămânță secretă pe care o purtăm încă de la naștere. Poate părea irațională, sau contrară lucrurilor pe care le-am așteptat întotdeauna de la noi. Ne zgândăre. O dăm la o parte, și ne spunem că nu este cazul să ne purtăm ridicol, dar continuă să se întoarcă.

Dorința inimii este întotdeauna un lucru cu o semnificație spirituală. Fie că ne dorim o dragoste mare, o fermă la cotitura unui râu, sau faimă și glorie, dorința inimii noastre vorbește de obicei de dorul pentru transcendent și împlinirea destinului. Una dintre ideile centrale ale lui Jung este aceea că dezvoltarea psihologică se desfășoară misterios către un scop suprem. El s-a referit la acest lucru numindu-l *telos*, un cuvânt grecesc ce înseamnă “sfârșit”, “capăt”. Conform acestei înțelegeri, cu toții

avem un scop înnăscut spre care ținim, deși este posibil să nu ne dăm seama de aceasta. Metafora ghindei oferă o modalitate de a ne imagina acest tipar interior. O ghindă este suficient de mică pentru a ne încăpea în palmă, și totuși conține tot ce trebuie pentru a se dezvolta într-un stejar uriaș.

Jung are multe de spus despre nevoia de a ne îngriji de acest scop înnăscut, pe care a numit-o *individuaare*. "Individuarea... este atunci când cineva devine ceea ce este, când își împlinește destinul, este suma tuturor determinărilor date sub forma unei semințe; este dezvoltarea acesteia și devenirea aceluia tipar primitiv cu care ne-am născut"⁵⁶. Atunci când trăim conform acestui tipar interior, devenim stejarii cu al căror potențial am venit pe lume. Când nu trăim conform acestui tipar interior, viața ni se poate părea searbădă și goală. Simțim că ceva nu este în regulă. Putem descoperi că suntem pline de resentimente ascunse. Jung vorbește despre aceasta într-un limbaj însuflețit, plin de metafore, într-una din conferințele sale.

Dacă împlinești tiparul specific ție, te-ai iubit, ai acumulat și ai parte de abundență; dăruiești virtute, pentru că ai strălucire. Radiezi; din abundența ta, o parte dă pe dinafară. Dar dacă te urăști și te disprețuiești – dacă nu ți-ai acceptat tiparul – atunci.... în constituția ta există animale sălbatice care îți atacă vecinii ca muștele, pentru a-și satisface apetitul pe care nu l-ai satisfăcut tu⁵⁷.

Pentru a ne trăi tiparul, trebuie să ne ascultăm dorința. Dacă aceasta se alimentează de undeva din adânc, ne va conduce spre casă. Acest lucru nu înseamnă că trebuie să avem încredere în orice impuls puternic, și nu reprezintă o scuză pentru a lăsa la o parte responsabilitățile față de relațiile și înțelegerile curente. Mai degrabă, o dorință puternică reprezintă o invitație de a ne asculta și de a aborda acest dor cu compasiune și curiozitate, în loc de rușine și judecată. Despre ce este de fapt dorul acesta? Ce anume cere de la noi?

⁵⁶ C. G. Jung, *Visions: Notes of the Seminar Given in 1930–1934*, vol 2., ed. Claire Douglas (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1997), 758.

⁵⁷ C. G. Jung, *Nietzsche's Zarathustra: Notes of the Seminar Given in 1934– 1939*, vol 2., ed. James L. Jarrett (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1988), 801.

Povestea iraniană “Prințul Perlă Roz” ilustrează creșterea semnificativă care poate apărea atunci când ne identificăm și ne reclamăm dorința. În poveste, semnificația dorinței este la început obscură, dar eroina are încredere și nu șovăie.

Prințul Perlă Roz

Un negustor bogat din Persia avea trei fiice, Razia, Fawzia și Nazneen. Într-o zi, negustorul și-a chemat fiicele și le-a spus că este timpul să facă pelerinajul sfânt la Mecca, și le-a întrebat ce daruri își doresc de pe Pământul Sfânt. Razia a cerut cercei cu diamante, iar Fawzia a vrut un ac cu diamant. Nazneen a cerut o perlă roz.

- Dacă nu mi-o aduci, nu te voi lăsa să intri în casă, a spus ea.

Negustorul a pornit în călătorie. După multe zile, a ajuns la Mecca. Odată ce și-a încheiat ritualul religios, le-a cumpărat daruri fiicelor sale. A găsit repede cerceii și acul cu diamante pentru fetele mai mari, dar nu a găsit o perlă roz pentru Nazneen.

A plănit să revină acasă pe mare, dar corabia nu a putut porni, oricât de mult a încercat echipajul. În cele din urmă, căpitanul a anunțat că vasul nu putea pleca, deoarece cineva de la bord nu-și respectase o promisiune. Negustorul și-a dat seama că el era sursa problemei. A debarcat și a început să caute din nou o perlă roz. În cele din urmă, a întâlnit un om care l-a informat că Perla Roz nu era altul decât fiul regelui. Negustorul s-a dus direct la palat, a cerut prințului o audiență, și i-a spus întreaga poveste. Prințul i-a dat negustorului trei cutii pe care să le ducă fiicei sale. Negustorul s-a îmbarcat din nou pe vas, și de data aceasta corabia a putut pleca fără probleme.

Când negustorul a ajuns acasă, fiicele lui l-au întâmpinat cu căldură. El i-a dat cerceii cu diamante lui Razia, acul cu diamant lui Fawzia, iar lui Nazneen i-a dat cele trei cutii. Dar negustorul îi purta pică lui Nazneen pentru însărcinarea pe care i-o dăduse aceasta. După ce i-a dat cutiile, a dat-o afară din casă.

- Mi-ai dat multe bătăi de cap, a spus el. Pleacă și să nu te mai văd vreodată la față.

În lacrimi, Nazneen a plecat de acasă, cărând cu ea cele trei cutii. A mers kilometri întregi. În cele din urmă, epuizată, și-a lăsat povara jos.

- Mă întreb ce este în aceste cutii, de am fost alungată din casă, a spus ea, și a deschis prima cutie.

În mod miraculos, în fața ei s-a ridicat un palat. Când a deschis cea de-a doua cutie, un anturaj de servitori a apărut, ducând-o în palat. Totul sclipea de frumusețe. A explorat castelul, bucurându-se de tot ce vedea în fața ochilor. Nu s-a grăbit să deschidă a treia cutie, dorindu-și să păstreze surpriza pentru mai târziu.

După ce a trecut un timp, s-a gândit că ar trebui să deschidă și ultima cutie. Când a făcut-o, în fața i-a apărut un minunat pod, care se arcuia pentru un râu. Pe pod venea un tânăr frumos, călare pe un armăsar splendid. Nu era altul decât prințul Perlă Roz! El a salutat-o pe Nazneen și a avertizat-o ca, dacă închide cutia în timp ce el este pe pod, el avea să moară. Nazneen și prințul s-au dus apoi să se bucure împreună de palat. Erau foarte îndrăgostiți.

Între timp, Razia și Fawzia duceau dorul surorii lor mai mici, și s-au dus să o caute. După o lungă călătorie, ele au ajuns la un minunat palat și au hotărât să se odihnească acolo peste noapte. Nu era altul decât palatul lui Nazneen. Când ele au bătut la ușă, servitorii le-au lăsat să intre, iar Nazneen a fost încântată să-și vadă dragile surori. Surorile ei au fost tratate bine de către servitori, și au explorat fiecare centimetru din palat. Fawzia a găsit două cutii deschise și una închisă. A deschis-o, dar nu a găsit nimic înăuntru, așa că a închis-o din nou. După un timp, surorile au plecat acasă cu multe daruri bogate.

Nazneen nu-l văzuse pe prinț timp de multe zile. A deschis cutia, dar de data aceasta podul nu a apărut, și nici iubitul ei. Și-a dat seama ce s-a întâmplat, și s-a speriat. A alergat afară, neștiind ce să facă. După un timp, s-a așezat sub un copac. Acolo, a auzit conversația a două păsări aflate pe ramurile de deasupra capului ei.

- Uleiul din părul demonului care stă la baza acestui copac ar fi bun pentru Perlă Roz! a spus una dintre ele.

Nazneen știa limba păsărilor. A găsit de îndată demonul și l-a ucis, luând niște ulei din părul lui. Apoi, deghizându-se în medic, a călătorit la palatul prințului Perlă Roz. Mama prințului a chemat doctorul înăuntru, explicând că fiul ei era bolnav de moarte. Nazneen l-a uns pe prinț peste tot cu uleiul, iar el s-a vindecat. Regele și regina au fost bucuroși peste poate să-și vadă fiul viu și sănătos. Au vrut să răsplătească doctorul. Nazneen a cerut doar inelul și colierul de logodnă.

S-a dus înapoi la palatul ei cu aceste daruri. Acolo, a deschis cea de-a treia cutie, iar podul a apărut din nou, împreună cu prințul Perlă Roz, călare pe

calul său. Apoi ea a luat colierul și și l-a pus la gât, iar inelul de logodnă și l-a pus pe deget. Prințul a întrebat de unde le avea, iar ea i-a povestit totul.

Nazneen și prințul s-au logodit oficial. Nunta lor a fost sărbătorită cu mare bucurie, iar cei doi au trăit fericiți până la adânci bătrâneți.

Povestea lui Nazneen are câteva paralele evidente cu “Frumoasa și bestia”. În binecunoscuta poveste franceză, sora mai mare cere daruri costisitoare, în timp ce Belle cere doar un trandafir. Pare ca și cum cererea lui Belle ar fi modestă, dar de fapt nu este așa. Este aproape la fel cu dorința lui Nazneen de a avea o perlă roz. Nici trandafirul, nici perla roz nu sunt lucruri oarecare, ci mai degrabă reprezintă ceva de o valoare supremă, transpersonală. Nici Belle și nici Nazneen nu sunt satisfăcute de o soartă oarecare, chiar dacă încrustată cu diamante. Amândouă îndrăznesc să dorească mai mult, și în ambele cazuri, dorința lor prezintă o provocare pentru tată.

Am putea înțelege în ce fel colierul cu diamante al lui Razia și acul cu diamant al lui Fawzia sunt dorințe care vin de la nivelul egoului, în timp ce perla roz este dorința care izvorăște din centrul călăuzitor al personalității, pe care Jung l-a numit Sine. Imaginea perlei în pasajul biblic din Matei personifică, de asemenea, setea pentru ceva de o valoare transcendentă. “Regatul Raiului este ca un negustor care caută perle frumoase, și care, atunci când găsește o perlă de o valoare inestimabilă, a vândut tot ce avea și a cumpărat-o”⁵⁸. Atunci când recunoaștem ceva cu adevărat prețios, merită să dăm tot ce avem.

Atât în povestea persană, cât și în “Frumoasa și bestia”, tatăl din poveste întâlnește greutăți în timp ce încearcă să îndeplinească cerința fiicei. În ambele povești, tatăl este negustorul concentrat asupra comerțului din lumea materială. El are o atitudine prea destinsă față de inconștient. În povestea noastră, tatăl urcă la bordul corabiei fără să-și fi îndeplinit promisiunea, dar nu poți înșela Sinele. Dacă încercăm să mergem înainte cu scopurile egoului, fără să acordăm importanța cuvenită dorințelor sufletului, vom descoperi că vânturile vieții nu sunt favorabile călătoriei noastre.

Exilul

⁵⁸ Matthew 13:45–46.

Nazneen primește în final ceea ce a cerut, dar este exilată drept rezultat. Alungarea este o temă comună în povești similare, și subliniază un important fapt psihic. Urmarea dorinței inimii ne va cere să lăsăm siguranța convenției și să riscăm totul. Cea care își urmează dorința inimii va trebuie să lase confortul copilăriei și să-și caute norocul în lumea largă. Nu ne putem urma destinul fără să lăsăm în urmă versiunile mai mici, familiare, ale noastre.

Acest fapt psihologic profund a fost portretizat de multe ori, dar unul dintre cele mai cunoscute exemple este acela din nuvela lui Dickens, *Oliver Twist*. Soarta l-a selectat pe Oliver drept băiatul care cere mai multă mâncare când copiii termină de mâncat terciul subțire. Copil fiind, simte o foame disperată, și este nesăbuit din cauza suferinței. Se ridică de la masă; și, avansând către director, cu bolul și lingura în mână, spune, cumva uimit de propria sa temeritate:

- Vă rog, domnule, mai vreau.

Directorul era un bărbat gras, sănătos; dar s-a făcut deodată palid. Privirea lui împietrită de uimire se ațintește asupra micului rebel câteva secunde, apoi se sprijină de căldare pentru a nu-și pierde echilibrul. Asistenții sunt paralizați de uimire; băieții sunt paralizați de frică.

- Poftim? spune el în cele din urmă, cu o voce sfârșită.

- Vă rog, domnule, replică Oliver, mai vreau⁵⁹.

Îndrăzneala lui Oliver nu dă roade. El este bătut, izolat, și exilat, dat primei persoane care-l vrea, groparul, domnul Sowerberry. Așadar, vedem că odiseea lui Oliver începe în lumea de dincolo, alături de morți. Când intră în conflict cu celălalt ucenic, Oliver fuge la Londra, unde ajunge să facă parte dintr-o altfel de lume de dincolo – aceea a lui Fagin și a bandei lui de criminali și hoți. Aventurile lui Oliver îl duc de la o nefericire la alta, dar în cele din urmă îl conduc înspre destinul său – o reuniune cu adevărata sa familie.

Belle și Nazneen sunt puse în fața unei călătorii similare prin lumea de dincolo după ce sunt exilate din cauza urmării dorinței inimii, deși cea a lui Nazneen este de scurtă durată. Belle trebuie să meargă să locuiască cu un monstru îngrozitor, iar Nazneen trebuie să rătăcească singură, fără

⁵⁹ Charles Dickens, *Oliver Twist*, Townsend Library ed. (West Berlin, NJ: Townsend Press, 2007), 12.

prieteni. Motivul subliniază realitatea psihologică conform căreia dorințele noastre ne vor iniția, și că primul pas al inițierii cere să lăsăm familiarul în urmă și să facem o călătorie în lumea de dincolo.

Transgresiunea

Urmarea dorinței inimii este întotdeauna transgresivă. A face acest lucru trebuie să sfidăm dictatele convenționale, să dezamăgim așteptările părinților, și să luptăm cu vocile interioare și exterioare care ne spun să stăm la locul nostru și să împlinim așteptările și cerințele plasate asupra noastră din exterior. Căutarea dorinței inimii le pare adesea un act egoist multor femei.

Deși Nazneen își găsește dorința inimii cu relativă ușurință după standardele poveștilor, ea îi este luată în mod tragic. Sora care închide cutia reprezintă simbolic modul limitat sau prea concret de a vedea lumea – partea aceea din noi care crede că visele sunt prea mari sau nepractice, și ar trebui așadar puse deoparte. Astfel de atitudini ne pot face să ne îndoim și să ne trădăm pe noi însene, cât și căutarea dorințelor noastre. În mod semnificativ, remediul presupune o cantitate de ulei din părul unui demon. Vindecarea relației noastre cu dorințele profunde presupune puțină energie demonică de tip Lilith.

Nazneen știe în mod misterios despre prinț; știe că îi este destinat. Prințul poate fi înțeles nu ca o relație exterioară efectivă, ci ca o energie interioară care exemplifică aspirațiile mai înalte. Așadar, căsătoria cu prințul este un fel de nuntă interioară, reclamarea sinelui. Nazneen are o atitudine pozitivă față de această căutare interioară, exemplificată prin felul în care tratează cutiile miraculoase. În primul rând, ea nu este dezamăgită că primește cele trei cutii în locul perlei dorite. Apoi, nu se grăbește să deschidă cea de-a treia cutie. Vrea să se bucure un timp de primele două. Inconștientul ne oferă rareori cadouri împachetate așa cum ne-am așteptat. Deschiderea lui Nazneen arată că este dispusă să primească darurile pe care le oferă inconștientul.

De multe ori, putem ieși în lume căutându-ne dorința inimii cu o imagine destul de clară a ceea ce vrem. Acea imagine ne conduce, așa cum viziunea Graalului i-a inspirat pe cavalerii regelui Arthur să își urmeze misiunea. Ne imaginăm cu ce fel de persoană vrem să ne căsătorim, în ce fel de casă ne-ar plăcea să locuim, sau ce fel de carieră credeam că ne-ar face fericite. Un astfel de scop reprezintă un stimulent puternic pentru

viață, și totuși rareori ajungem să ne împlinim dorințele în felul în care ni le-am imaginat. Recuperarea cărbunilor încinși de sub cenușă ne va cere să acceptăm darul care este oferit, chiar dacă inițial ne dezamăgește, sau pare altceva decât a planificat egoul nostru.

Un detaliu aparte introdus mai târziu în poveste este acela că Nazneen cunoaște limba păsărilor. Când sau cum a învățat acest lucru? Suspectez că această abilitate este legată de cunoștințele ei misterioase despre prințul Perlă Roz. Cunoașterea limbii păsărilor este înrudită cu abilitatea de a asculta vocea subtilă a intuiției. Atunci când știm limba păsărilor, ne permitem să știm lucruri pe care nici nu știam că le știm.

Dorința uitată

Carol era una din clientele mele, o artistă talentată. Carol a crescut fiind confidenta mamei ei. Chiar și atunci când era mică, mama ei i se plângea adesea, cu amărăciune, cu privire la nefericirea din căsnicie. În plus, fratele mai mic al lui Carol suferea de o boală cronică ce atrăgea mare parte din atenția părinților. Odată, când părinții ei au stat în spital câteva zile cu fratele ei, Carl, care avea șapte ani, a rămas cu o mătușă mai tânără, al cărei iubit a abuzat-o pe Carol. Își amintește că nu a vrut să spună nimic, îngrijorată că părinții ei aveau destule pe cap. Așadar, Carol a învățat devreme câteva lucruri – să rămână mică, să nu atragă prea multă atenție asupra ei și să aibă grijă de alții. Pe măsură ce creștea, Carol petrecea ore întregi făcând schițe într-un caiet. Umplea pagini după pagini cu imagini care se nășteau în bogata ei viață fantastică. Cu toate acestea, nu a dus niciodată desenele dincolo de paginile caietului ei privat.

Carol nu a urmat o școală de specialitate, preferând ca desenele ei să facă parte din lumea ei interioară. După absolvire, s-a căsătorit și a avut trei copii. Căsătoria lui Carol a fost, în multe feluri, o continuare a strategiei de supraviețuire pe care o adoptase. Târgul inconștient fusese acela că el avea să aibă grijă de finanțele familiei și de problemele practice, în timp ce Carol avea să îngrijească copiii. Acest aranjament i-a permis lui Carol să rămână mică și să protejeze, dar a pus-o, de asemenea, în postura unui copil. Carol a continuat să deseneze uneori, și din când în când a făcut câte un curs de pictură, dar arta a rămas ca o întrebare fără răspuns în viața ei.

Apoi a avut un vis remarcabil, care a scuturat-o până în adâncul ființei, și

ale cărui efecte i-au schimbat viața pentru totdeauna. Mi-a povestit despre acest vis la câțiva ani după ce l-a avut, când a început să lucreze cu mine.

Sunt în vechiul meu liceu, într-o clasă de la etaj. Soarele apune, și este ultima oră a zilei. Este și ultima oră din semestru, recapitularea finală. Este lecția finală, care va pune totul în ordine. Profesoara mea este o tânără inteligentă, pasionată, pe care o admir din tot sufletul, iar subiectul este unul care mă interesează mult. Ea vorbește în fața clasei. Colegii mei sunt cu toții adunați în jurul ei, încercând să ajungă cât mai aproape și să-i atragă atenția, strigând. Eu stau în cea mai îndepărtată bancă, în colțul stâng al clasei, în spate. Mă uit la colegii mei și simt disperare că nu pot fi ca ei. De aici, nu pot auzi ce spune profesoara. Îmi mijesc ochii, dar nu pot vedea la tablă.

Dintr-o dată îl văd pe Peter peste drum de mine, un băiat pe care l-am cunoscut în școala generală. Acum este un tânăr frumos, cu un zâmbet minunat și ochi negri, profunzi. Își împinge caietul cu notițe înspre mine, să pot vedea. "Notițele" sunt de fapt un desen cu cercuri concentrice, cu tipare naturale și geometrice. Când le văd, mă cuprinde un val de înțelegere. Aceasta ESTE lecția. Copiez desenul, dar când mă uit la al meu, este un cerc cu un șoim zburând spre partea stângă. În ochii șoimului, văd nenumărate alte păsări, toate zburând spre stânga, fiecare cu câte o panglică roșie în cioc. Apoi ora se termină, și mă ridic pentru a pleca. Îi sunt recunoscătoare lui Peter.

Îi mulțumesc, dar mă simt stânjenită și tulburată.

Afară, colegii mei o iau cu toții la dreapta și se îndreaptă către scări. Eu o iau la stânga și merg de-a lungul holului nesfârșit. Duce către scări, apoi jos, înspre întuneric, și către și mai multe holuri. Școala este mai întunecată și mai goală pe măsură ce înaintez. O iau mereu în stânga și în jos, până când nu mai pot înainta. Aceasta este aripa cea mai îndepărtată a școlii. O ușă din sticlă duce afară. Este o noapte întunecată și nu știu ce să fac. Sunt paralizată de anxietate și frică. Dintr-odată, îmi dau seama că Peter vine prin spatele meu. Nu vreau să mă vadă. Mă simt atât de rușinată, și mă ascund repede în umbră.

Peter trece pe lângă mine. Acum este un bărbat înalt. Ajunge la ușă și este pe cale să plece; nu m-a văzut. Mă simt ușurată! A fost pe-aproape. Dar în timp ce pune mâna pe ușa din sticlă, se întoarce, și privirile ni se

întâlnesc. Știe că sunt aici. Tremur, și mă simt atât de mică. Dar zâmbetul lui este cald și bun, și-mi oferă mâna. Fac un pas către el și îl iau de mână.

Când pășim peste prag în întuneric, mă simt inundată de ceva. Mâinile noastre formează o legătură, ca un fel de conductă deschisă. Prin ea curge în el toată rușinea și frica mea, cu toate rădăcinile lor, cu toată istoria, tot despre mine. El vede totul. Îl văd cum se gândește la ceea ce experimentează, cu deschidere, cu iubire și fără să judece. Fluxul acela descrie un cerc între noi, și când se întoarce la mine, totul este schimbat. Toate lucrurile dureroase din mine se întorc într-o lumină nouă. Se realiniază și-și găsesc locurile potrivite. Nimic nu s-a schimbat, dar totul, totul este diferit.

Carol s-a trezit din acest vis cu un sentiment profund de iubire. Își amintește că s-a simțit zdrobită că fusese nevoită să revină la realitate. Visul i-a arătat cât de plină de teamă și rușine fusese, și cum, drept rezultat, își petrecuse viața ascunzându-se. Pentru Carol, experiența din vis, când a fost văzută și acceptată de Peter, a fost profund vindecătoare. De-a lungul următorilor câțiva ani, s-a gândit tot timpul la acest vis.

- Era ca o insulă unde puteam merge pentru a culege o bucățică din sentimentul acela de vindecare și acceptare – și sentimentul că există ceva mai mare și divin.

În acest timp, își creștea copiii și lucra în cadrul unei mici afaceri, făcând felicitări personalizate, pe care le vindea online. Își cumpărase niște creioane ieftine și un mic caiet de schițe. S-a trezit făcând cercuri pe paginile acestuia, folosind bolurile pentru cereale, și creând mandale delicate și colorate, pe care le-a descris drept "auto-terapie". Carol nu știa că, în momentele de intensă tulburare psihică, Jung desena tipare circulare complicate – mandale – pe care el le înțelegea drept o expresie a sufletului lui care tânjea să revină în centrul său. Deși petrecea timp desenând în fiecare zi, nu se gândea la ea ca la o artistă. Nu își împărtășea munca cu nimeni.

La doi ani după acel vis, a revenit în orașul natal pentru a-și vizita părinții cu ocazia sărbătorii de 4 iulie, și a dat pe neașteptate cu ochii de Peter, băiatul din vis.

- Îmi amintesc tot în legătură cu ziua aceea. Nu-l văzusem pe Peter de când aveam treisprezece ani. Habar n-aveam unde era, sau ce făcea. L-am

văzut, dar el nu m-a văzut. Am intrat în panică. Trebuia să plec. Mă uitat la focurile de artificii din port, dar nu mă puteam gândi decât la cum să plec de acolo.

În ziua următoare s-a trezit, s-a îmbrăcat cu niște haine vechi, mari, în care se simțea ascunsă. Mai târziu, și-a dus copiii la o cafenea – și Peter a intrat înăuntru. În timp ce se gândea cum să plece, el s-a apropiat și a salutat-o. Carol își amintește că a intrat într-un fel de transă. I-a venit dificil să vorbească și să răspundă întrebărilor despre ce făcea și de ce revenise în oraș.

- Era ca și cum căzusem într-un puț, își amintește ea.

În timp ce vorbeau, el i-a spus că este artist și a invitat-o să-i viziteze studioul, care era la o distanță de câteva străzi. Carol nu avusese nici un contact cu el din școala generală, și nu știa că el urmase o carieră artistică. În acea dupămasă, Carol și familia ei au vizitat studioul lui Peter, situat într-o clădire în stil Tudor, din centrul orașului. Peter și soția lui i-au arătat lui Carol picturile, desenele și sculpturile la care lucra el, sau pe care le terminase recent. La un moment dat, grupul era așezat în jurul unei mese acoperite cu desene de mandale – strat peste strat de tipare circulare complexe, care arătau exact ca și imaginile din vis. Carol a fost uluită. S-a simțit stânjenită peste măsură când soțul ei s-a lăudat că și ea era artistă. Și-a amintit că Peter fusese drăguț, athletic și popular în școala generală – toate lucrurile pe care le dorise și ea, fără să poată fi așa niciodată. Acum, lucra ca artist într-un studio minunat, cu un portofoliu semnificativ de lucrări.

Carol a navigat întreaga zi ca într-un vis.

- M-am simțit ca și cum căzusem atât de adânc, că nu mă mai puteam întoarce să vorbesc cu alți oameni. Era ca și cum puțul se umpluse de apă, dărâmand tot ce construise în mine. Peretele meu interior a fost doborât la pământ. Odată căzut, am găsit o deschidere nouă.

În mașină, în drum spre casă, Carol s-a luptat cu ceea ce simțea. Visul fusese atât de important, și acum se reconectase cu persoana din vis, care făcea exact ceea ce ea credea că nu ar fi putut face niciodată, deși își amintea că era mai bună decât el la artă în școala generală. Avea sentimente intense de gelozie. Peter își devotase timpul artei, în timp ce Carol lăsase interesul ei pentru artă să se ascundă în umbră. Simțea împunsătura ascuțită a regretului. Dacă Peter putea face asta, nu putea și ea?

- Am intrat în contact cu viziunea despre ce-mi doream cel mai mult să fac, și era ceva atât de diferit de ce făceam de fapt. În cele din urmă am izbucnit în mașină, fără a mă adresa cuiva anume: Nu mă poți opri! Am avut această reacție incredibil de intensă, și era plină de viață. Mi-am dat seama că până atunci nu trăisem.

Șase luni mai târziu, se simțea mult mai plină de viață. Era inundată de un flux de energie care nu fusese acolo înainte. Își amintește cum cânta și dansa în bucătărie, și a început să deseneze cu voracitate.

- Eram atât de fericită! Mă simțeam liberă. Țin minte că stăteam în fața chiuvetei, spălând vasele; totul era atât de frumos. Era ca și cum aș fi fost îndrăgostită. Eram atât de fericită să fiu acolo. Și toată lumea observa.

Reconectarea cu Peter a catalizat potențialul vindecător al visului. Carol a descoperit că nu se mai reținea în cadrul interacțiunilor sociale. Alergiile și durerile sale de cap au dispărut. Și a început să picteze.

- Pot face asta! s-a trezit ea gândind.

Carol s-a dedicat artei. A început să studieze intensiv desenul și pictura. S-a alăturat unei cooperative artistice locale și a început să-și expună și să-și vândă arta.

Ca și în cazul lui Nazneen, Carl a avut de-a face cu greutate și obstacole. Soțul ei o sprijinea, dar uneori se simțea amenințat de noua ei pasiune și de schimbările din personalitatea ei. Ca și Nazneen, Carol a trebuit să renunțe la anumite aspecte din fosta ei viață. Relațiile cu prietenii s-au schimbat, și a avut mai puțin timp de petrecut cu copiii, acum că era ocupată cu altceva. Uneori, aceste schimbări o umpleau de tristețe și vinovăție, și se întreba dacă făcea ceea ce trebuie. A trebuit să integreze o anume energie aprigă, asertivă, pentru a-și declara loialitatea către dorința inimii sale, împotriva acestor responsabilități importante, concurente.

Pe măsură ce Carol a devenit tot mai loială artei, a continuat să se simtă provocată de ceea ce i se cerea pentru a-și putea urma dorința inimii. Uneori, era plină de îndoieli și nu putea vedea drumul înainte. În timpul unei asemenea perioade, a avut următorul vis.

Sunt într-un loc înșorit. Acolo este un cerc de persoane. Stau ușor într-o parte. Un bărbat are un bol de sticlă plin cu mii de bilețele împăturite. Bagă mâna să scoată unul, și știu imediat că va fi al meu. Scoate o hârtie și citește numărul 4D. Este numărul meu. Fac un pas în față. Un alt

bărbat are un vas plin cu noroi și mângă. O toarnă în mâinile mele. Îmi țin palmele căuș, și, odată cu noroiul, în ele cade un inel de aur.

Visul reprezintă întâlnirea cu destinul ei. Ea își amintește că se simțea foarte agitată în timpul visului. Nu știa ce avea să se întâmple când îi strigau numărul, sau ce conținea noroiul. Atunci când ne reclamăm dorința inimii, ni se va cere să înfruntăm necunoscutul. A face acest lucru necesită curaj.

Când era tânără, destinul lui Carol de a fi artistă fusese deturnat și exilat în pădurea întunecată a peisajului ei interior. În timp ce Carol era ocupată cu viața reală, viața sa netrăită aștepta în liniște; nu a permis ca dorința ei să moară. Când a sosit timpul potrivit, i-a pus în față această dorință sub forma unui vis remarcabil și a sincronicităților care au urmat.

Puterea visatului cu ochii deschiși

A avea o recunoaștere profundă a dorinței inimii reprezintă un dar minunat. Deși putem suferi din cauza dorurilor neîmplinite, conștientizarea acestei dorințe ne ghidează și ne motivează, adesea oferindu-ne un principiu important de ordonare și structurare. Ne știm prioritățile și, ca rezultat, uneori ne este mai ușor să luăm decizii importante de viață. Urmărirea dorinței inimii se poate simți asemenea unei aventuri, adesea incitantă și plină de semnificație, chiar când este tensionată.

Multe persoane care vin la terapie duc lipsă de o conștientizare clară a dorinței inimii lor. A ajunge să știm ce anume ne dorim cu aviditate poate fi, în parte, o problemă de temperament. Unii dintre noi se nasc pur și simplu cu un impuls puternic spre autoactualizare. Alții se pot simți mulțumiți să plutească. Ambele aceste temperamente au avantaje și dezavantaje. Unul nu este mai bun sau mai potrivit decât celălalt.

Cu toate acestea, unii dintre noi avem parte de sentimentul sâcâitor că există ceva ce ar trebui să facem, dar nu știm prea bine despre ce este vorba. O astfel de experiență poate fi însoțită de sentimente de plictiseală, goliciune, sau o dezamăgire cronică față de viață. Cunoașterea dorinței inimii necesită abilitatea de a ne asculta. Unele dintre noi nu am fost întrebate niciodată în copilărie ce ne dorim. Dacă părinții noștri voiau să fim într-un anume fel, sau să vrem anumite lucruri, este posibil ca abilitatea noastră de a ne acorda la dorința ce

izvorăște din străfundurile ființei noastre să nu fi avut șansa să se dezvolte.

Oamenii care au dificultăți în a ști ce își doresc cu adevărat sunt adesea disprețuitori în mod subtil la impulsurile interioare, deși de obicei nu sunt conștienți că fac acest lucru. Dacă tânjiți să luați legătura cu dorințele voastre profunde, observați ce anume vă atrage, chiar dacă pare prostesc, sau nu vedeți cum anume ar putea fi important. Ce anume are energie pentru voi? În ce direcție plutesc gândurile voastre atunci când nu aveți nimic în minte?

Am întâlnit-o pe Katherine într-un capitol anterior, în care am discutat despre visul ei cu crocodilul care se transforma. Katherine a crescut într-o familie în care lucrurile nu erau simple. La vârsta de șaisprezece ani, deja câștiga bani pentru a-și cumpăra haine, pentru a nu fi o povară pentru părinții ei. La terminarea facultății, a ales o slujbă aproape de casă, pentru a-și ajuta părinții, în loc să meargă să studieze în străinătate. Când a venit la mine, la treizeci și nouă de ani, Katherine avea o meserie bine plătită, dar pe care nu o alesese cu adevărat. Deoarece fusese mereu concentrată pe imediata supraviețuire, nu putuse niciodată să-și acorde timp pentru a-și imagina cum ar putea fi viața ei. Simțea că este menită să facă altceva, dar nu știa ce anume era acest altceva. Simțea o oarecare disperare odată cu trecerea timpului și la gândul că nu avea să aibă niciodată șansa de a descoperi care anume era scopul pentru care se născuse.

Katherine nu a fost niciodată încurajată să viseze la ce ar vrea să facă sau să devină. Dacă viețile noastre sunt pline de greutate și traume, s-ar putea să ne fie dificil să simțim că avem permisiunea de a intra în contact cu dorințele noastre profunde. Copiii au nevoie ca părinții lor să aibă o imaginație bogată și fantezistă pentru ei. Astfel de imaginații sunt transmise inconștient drept permisiuni de a visa îndrăzneț. Greutățile financiare pot împiedica aceste vise, dar nu întotdeauna; în mod similar, bogăția și viața ușoară nu le garantează automat.

Am petrecut mult timp sondând împreună cu Katherine cum ar putea arăta viitorul ei, dar progresul nostru era lent. Apoi, într-o zi, a menționat că s-a surprins visând cu ochii deschiși și era preocupată de faptul că folosea aceste fantezii ca un mod de a scăpa de viața ei cotidiană. Când am întrebat despre conținutul acestor vise cu ochii deschiși, Katherine a fost directă.

- Mă văd luându-mi doctoratul într-un oraș străin, ca Madridul sau Bruxellesul, mi-a spus ea. Îmi imaginez că fac cercetări importante și scriu lucrări în domeniul științelor politice. Lucrez alături de colegi străluciți, și facem o diferență!

În aceste fantezii, în loc să-și folosească abilitățile profesionale pentru a ajuta alte persoane să-și rezolve problemele, ea căuta răspunsuri la propriile sale întrebări fascinante. Visele ei cu ochii deschiși era pline de detalii colorate despre viața ei într-un oraș nou.

Katherine ignorase aceste vise, considerându-le irelevante sau semn de slăbiciune. Se îngrijora că acestea o distrăgeau de la viața sa reală, dar nu am fost de acord. Aceste fantezii ne ofereau informații bogate despre ceea ce i se părea cu adevărat interesant. Visele cu ochii deschiși sunt de obicei despre lucrurile care ne lipsesc în viața "reală". Ele tind să ne arate ce anume lipsește. Dacă zilele noastre sunt pline de aventuri și sunt ocupate, am putea visa că ne cuibărim în fața focului, cu o carte în mână. Visele lui Katherine despre studiul într-un oraș străin nu însemnau că trebuia să-și lase copiii și să se înscrie într-un program doctoral în Dublin. Sugerau, însă, că avea nevoie de ceva mai mult în viața sa – mai multă explorare, mai multă învățare, și mai multă implicare în întrebările complexe, alese de ea. Discuțiile noastre despre visele cu ochii deschiși ne-au condus la discuții despre continuarea studiilor. Nu era o opțiune pe care își permisese să o ia cu adevărat în considerare până atunci, deoarece nu părea să fie una practică. Acum măcar se gândea conștient la acest lucru – și Katherine a descoperit că era cu adevărat entuziasmată de această idee.

O parte din Katherine avea o idee destul de clară despre ce anume voia, dar nu își permisese să recunoască că știe, deoarece acest lucru i se părea nepractic, sau în afara discuției. Ca și Nazneen, o parte din ea probabil știuse mereu ce anume îsi dorea cu adevărat, dar această parte se desprinsese de ea. Era ca și cum dorința ei adevărată fusese îngropată cu mult timp în urmă. În aceeași săptămână în care Katherine mi-a povestit despre visele ei cu ochii deschiși, a relatat următorul vis.

Este ceva în neregulă cu casa mea – poate o problemă de natură electrică. Vine un bărbat să mă ajute. Poate că este electrician. Ne plimbăm pe afară, în jurul casei, și acolo sunt câteva utilaje de construcție, care blochează cu totul strada mea. Muncitorii sunt toți

femei, și au săpat trotuarul din fața casei mele. Mă uit în tranșeea pe care o sapă. Văd țevi și o baltă de apă. Îmi explică că este o femeie care a dispărut, și că o caută. Una dintre ele îmi spune că s-ar putea ca problema cu casa să mi se pară una importantă, dar că adevărata problemă este aici. Eu îmi spun în sinea mea că femeia trebuie să fie moartă, dacă a fost îngropată dedesubt, dar ele îmi spun că au auzit-o, așa că este clar că este în viață. Mă ofer să le ajut să o caute. Ele îmi spun că ar trebui să văd întâi o fotografie, să știu cum arată. Pentru a vedea fotografia, trebuie să mă întâlnesc cu prietenul meu, Gary. Îl găsesc, dar îmi explică că, de fapt, nu are fotografia. Va trebui să merg altundeva pentru a o vedea. Mă trezesc înainte să văd fotografia, dar cumva știu că, atunci când o voi vedea, va fi o fotografie de-a mea.

Dorințele profunde ale lui Katherine au fost îngropate, dar nu sunt încă moarte! Și mai bine încă, există o echipă de femei muncitoare determinate să o dezgroape, și Katherine însăși este dispusă să ajute. Katherine mi-a spus că Gary era o cunoștință care avea o parte intelectuală și filozofică, dar care lucra ca avocat pentru a-și plăti facturile și a-și întreține familia. Încercase diferite variante de compromis, inclusiv să lucreze ca avocat pentru o societate nonprofit, dar încă era destul de nesatisfăcut. Gary cel din vis nu o putea ajuta. Visul o încuraja să aibă o imaginație și mai expansivă cu privire la viitorul ei, dincolo de micile compromisuri care păreau practice.

Gelozia și rușinea

Destinul lui Carol s-a exprimat inițial sub forma unei gelozii amare. Când suntem despărțite de visele și dorințele noastre, gelozia este adesea cea care ne face din nou cunoștință cu ele. Putem avea un vis în care apare cineva care pare să aibă tot ce ne dorim noi, în timp ce noi ne simțim triste și alienate. Sau, ca și în cazul lui Carol, cineva din viața reală ne poartă aceste dorințe, iar gelozia față de această persoană ne face cunoștință cu noi însene. Aceste emoții pot fi extrem de dureroase. Simțim că am aruncat o privire asupra dorinței inimii noastre, dar nu ne putem imagina cum am atinge-o vreodată. O astfel de experiență intensă de gelozie ne poate fi de ajutor. Ea aruncă o lumină puternică asupra a ceea ce ne dorim cel mai mult pe lume. Dacă ați avut vreodată greutăți în a vă identifica dorința inimii, trebuie să vă întrebați: “pe cine sunt cel mai

geloasă?”.

Atunci când investigăm ce stă între noi și reclamarea dorinței inimii, răspunsul este adesea rușinea. Ne este rușine să recunoaștem după ce tânjim, pentru că adesea ni se pare prea îndrăzneț să ne dorim acel lucru. Interviuul meu pentru un program de formare jungian a reprezentat punctul culminant al anilor de efort puși în slujba dorinței inimii mele. Terminasem un master, am studiat în cadrul unui seminar despre Jung, completasem anii de analiză și trecusem de un interviu preliminar. Ca și călătoria mea metaforică, drumul către locul interviului final a fost lung și obositor. Am ajuns seara târziu pe aeroportul din Denver și de acolo am călătorit înspre Boulder, Colorado, unde organizația respectivă își programase conferința semi-annuală. Era aproape miezul nopții când am ajuns, în sfârșit, la hotel. Când am intrat în hol și am văzut semnele care anunțau conferința jungiană, am fost cuprinsă de un val copleșitor de rușine. Ce făceam acolo? Cine credeam eu că sunt? Dacă aș fi putut să mă întorc și să plec în acel moment, poate că aș fi făcut-o.

Sindromul impostorului

În 1978, psihologele Pauline Clance și Suzanne Imes au publicat o lucrare intitulată “Fenomenul impostorului în cazul femeilor bine realizate”. De atunci, observațiile lor că femeile inteligente și competente se simt adesea ca și cum ar fi niște impostoare au intrat în cultura de masă, unde au devenit cunoscute drept “sindromul impostorului”. Deși și bărbații se pot simți asemeni unor impostori, fenomenul este asociat în principal cu femeile – mai ales cu cele talentate și pline de succes. Eminentă autoare Maya Angelou a remarcat o dată “Am scris unsprezece cărți, dar de fiecare dată mă gândesc Oho, de data asta vor afla adevărul. Am reușit să-i păcălesc pe toți, dar acum mă vor descoperi!”⁶⁰.

Sentimentele de acest tip pot sta în calea luării în serios a dorințelor. V-ați putea întreba, așa cum am făcut-o eu, dacă nu este hilar de impertinent din partea voastră să vă imaginați aspirând la ceva atât de ambițios. Dacă descoperiți că sindromul impostorului vă oprește din a face pașii spre îndeplinirea dorinței inimii, poate fi de ajutor să-l etichetați drept ceea ce este. Numirea acestor sentimente dureroase de înșelătorie sub forma

⁶⁰ Leslie Jamison, “Why Everyone Feels Like They’re Faking It,” *New Yorker*, 6 februarie, 2023, [newyorker.com/magazine/2023/02/13/the-dubious-rise-of-impostor-syndrome](https://www.newyorker.com/magazine/2023/02/13/the-dubious-rise-of-impostor-syndrome).

sindromului impostorului le va diminua din energie, deoarece așa știm că ele nu reflectă în mod necesar realitatea. În loc să ascultăm cuvintele denigratoare ale sindromului impostorului, ne putem aminti realizările și talentele noastre. De asemenea, poate fi de ajutor să ne aducem aminte că numai persoanele capabile, talentate tind să experimenteze sindromul impostorului.

Sindromul impostorului este doar o experiență a rușinii – rușinea și vulnerabilitatea pe care le simțim atunci când ne lăsăm să visăm îndrăzneț. Brené Brown descrie nefericirea pe care o simțim după ce ne arătăm pe deplin drept “mahmureală de vulnerabilitate”⁶¹. Rușinea ne desparte adesea de dorurile noastre. Nimic nu ne lasă simțindu-ne atât de vulnerabile sau expuse ca dorințele noastre profunde. A recunoaște ceea ce ne dorim cel mai mult înseamnă a ne dezvălui sufletul. Ne temem că inadecvarea și lipsa noastră de merit vor fi expuse în văzul tuturor, și această teamă ne poate face să renunțăm la ceea ce ne dorim cu disperare. Așa că ne negăm dorințele, uneori ascunzându-le de noi însene. Ajută să ne amintim de încrederea de neclintit a lui Lilith. Sunteți egalele oricui, ne amintește ea, pentru că sunteți făcute din același lut. Vocea ei ne poate ajuta să ne îmbrățișăm cele mai profunde doruri. Ne poate ajuta să reînviem focul nostru vital.

Întrebări pentru reflecție

1. În “Prințul Perlă Roz”, Nazneen îi cere ceva foarte specific tatălui său. Ea pare să știe că perla roz este destinul ei, chiar fără a înțelege pe deplin despre ce este vorba. Mulți oameni înțeleg acest lucru, știind devreme în viață că există ceva după care tânjesc, deși nu știu de ce, sau poate că uneori nici nu au putut exprima acest lucru în cuvinte. Poate că au avut o intuiție a ceva ce trebuia să ajungă la ei. Când anume în viață ați simțit un dor arzător după ceva anume? Cum s-a simțit acest lucru? Cum ați răspuns?
2. Surorile lui Nazneen caută bogății materiale, dar dorința lui Nazneen o conectează cu ceva dincolo de simpla bogăție. Atunci când nu suntem în contact cu dorințele noastre, tindem să ne

⁶¹ Brené Brown, “Listening to Shame | Brené Brown,” TED, March 16, 2012, YouTube video, 20:38, [youtube.com/watch?v=psN1DORYYV0&ab_channel=TED](https://www.youtube.com/watch?v=psN1DORYYV0&ab_channel=TED).

umplem golul pe care îl simțim cu mâncare, cumpărături, alcool, folosirea telefonului, sau alte lucruri care ne amortesc. Când anume în viață ați recurs la dependențe și compulsii, în loc să vă ascultați dorința inimii? Cum faceți acest lucru în prezent?

3. Corabia tatălui lui Nazneen nu poate pleca, deoarece el nu și-a ținut promisiunea. Atunci când nu ne ținem promisiunile față de noi, vânturile vieții nu ne vor umfla pânzele. Cum anume ați eșuat să vă îndepliniți promisiunile față de voi însevă?
4. Nazneen este dată afară din casă atunci când tatăl ei se întoarce. Urmarea dorinței inimii îi poate face pe ceilalți să se simtă inconfortabil, ca și cum ar pune sub semnul întrebării alegerile lor. Cum ați fost privite atunci când v-ați urmat dorințele inimii?
5. Cadoul lui Nazneen constă în trei cutii. Probabil că nu se aștepta la asta, și totuși își primește darul cu grație. Uneori, tânjim după ceva anume, dar viața ne oferă un alt dar. Când ați primit dorința inimii sub o formă neașteptată? Cât de mult timp v-a luat să recunoașteți darul pe care vi l-a oferit viața? Ce ați făcut pentru a-l primi și a-i face loc?
6. Nazneen reușește să-l salveze pe prinț pentru că știe limba păsărilor. Acest lucru este similar cu a fi atente la intuiția noastră și ne ajută să înțelegem de ce Nazneen cere perla roz la începutul poveștii. Cum anume vă ascultați intuiția? Poate vă puteți nota visele, sau scrieți în jurnal. Când anume v-a ghidat intuiția către o soluție pe care mintea voastră conștientă nu a găsit-o?

Capitolul 6

Sexualitatea: iubirea de sine

Acesta este trupul tău, cel mai minunat dar, plin de înțelepciune pe care nu o auzi, jale pe care ai crezut-o uitată, și bucurie pe care nu ai cunoscut-o.

Marion Woodman, *Coming Home to Myself*

Multe femei au avut parte de răni profunde la nivelul sinelui lor sexual. Trupurile femeilor sunt adesea expuse pentru beneficiul și plăcerea

bărbaților. Ca femei, ne putem simți constant judecate. Suntem suficient de drăguțe? Suficient de slabe? Se ridică trupurile noastre la înălțimea așteptărilor? Ne găesc bărbații atrăgătoare? Pentru multe dintre noi, o apreciere sănătoasă a corpurilor noastre și a abilității lor de a experimenta plăcerea se blochează din cauza nesiguranței paralizante. Femeile sunt adesea atente la nevoile și dorințele partenerilor lor atât de mult, încât dorințele lor mai subtile pot fi ușor ignorate. Ascultarea indiciilor corpurilor noastre despre ce anume găesc plăcut poate deveni unul din acele lucruri care rămân nedezvoltate în viața unei femei. Așteaptă să fie descoperit, integrat și reclamat în cadrul unei relații conștiente cu noi însene.

Pentru multe femei, partea principală în ceea ce privește sexul este să fie atractive și plăcute partenerilor. O parte din aceasta se datorează diferențelor dintre răspunsurile sexuale ale femeilor și ale bărbaților. Plăcerea sexuală masculină este relativ directă, în timp ce răspunsul femeilor la stimularea sexuală este mult mai individual și misterios. Femeile au adesea nevoie de decade întregi pentru a-și cunoaște corpurile și a se bucura de sexualitate în termenii lor. Drept rezultat, tindem să ne concentrăm asupra cererilor imediate ale împlinirii sexuale a partenerilor. Nu acordăm aceeași prioritate timpului și spațiului necesare pentru a explora ce anume ne-am dori noi.

Lilith a cerut reciprocitate în cadrul relațiilor ei sexuale. Nu era dispusă să se supună și să se întindă sub soțul ei. Ea a stabilit că dreptul ei la plăcerea sexuală ar trebui să fie la fel de important ca al soțului ei. Ea nu s-a abătut de la căutarea plăcerii.

Trezirea spre plăcere

Descoperirea dorinței sexuale este una dintre cele mai pure și mai depline expresii ale focului nostru vital. Este vorba despre eros, sau principiul universal al conectării, care se manifestă în mod primar prin intermediul ființei noastre fizice.

Impulsurile sexuale exprimă dorul nostru de a fi în lume, în corpurile noastre, și într-o comuniune profundă unii cu alții. Ele reprezintă încarnarea iubirii noastre profunde pentru viața însăși. Sexualitatea este profund personală. Ceea ce ne excită este adesea sălbatic și ciudat, și poate varia extrem de mult față de ceea ce vedem la televizor, în filme sau pornografie. Fanteziile noastre sexuale sunt ale noastre, păstrate în secret

sau împărtășite așa cum alegem. Ele reprezintă limbajul nostru secret de încântare senzuală.

Pentru ca o femeie să ajungă să-și aprecieze trupul și frumusețea pentru ea însăși, nu pentru că aduce plăcere unui bărbat, ea trebuie să se reconecteze cu energiile proscrise, de care s-a îndepărtat. Așa s-a întâmplat în cazul clientei mele Emily, o femeie cu care am lucrat mulți ani. Emily predă filozofia la universitate, și avea realizări importante. Fusesse căsătorită cu soțul ei timp de aproape treizeci de ani, și aveau doi copii mari. În timpul sesiunilor noastre, sexul a fost rareori subiect de discuție – până într-o zi. Emily s-a așezat în locul său obișnuit, pe canapea, în fața mea, dar zâmbetul și salutul ei obișnuit erau absente.

- S-a întâmplat ceva, a anunțat ea.

Se simțea perturbată.

Emily a început să descrie relația ei cu o tânără studentă. Lilian se transferase la universitatea la care predă Emily după ce o tulburare de alimentație o făcuse să piardă câteva semestre. Emily a povestit că a observat-o imediat pe Lilian.

- Stătea în fundul sălii de seminar. Țin minte că m-am gândit că nu am mai văzut-o înainte. Privirea ei avea ceva anume. Arăta atât de serioasă și de tristă, dar cumva și mai *vie*, mai *acolo* decât orice alt student din sală. Intensitatea și inteligența lui Lilian i-au sărit imediat în ochi lui Emily. Lilian a început să participe la toate sesiunile de meditație, iar Emily a descoperit curând că abia aștepta să o vadă. După spusele lui Emily, eforturile lui Lilian de a face față unui mediu nou, luptându-se în același timp cu tulburările sale mintale, o captau.

- Țin minte că mă gândeam că nu este de mirare că nu își făcea prieteni cu ușurință. Ceilalți studenți nu sunt la nivelul ei. Are una dintre cele mai ascuțite minți cu care am avut de-a face.

Emily mi-a mărturisit că era conștientă, la un anumit nivel, că Lilian devenea dependentă de ea, și că relația lor depășea, din punct de vedere emoțional, limitele unei relații normale profesor/elev, dar era prea implicată pentru a da înapoi.

Lilian a început să-i spună lui Emily lucruri personale. A împărtășit că anorexia ei devenise acută atunci când prietena ei s-a despărțit de ea. Relația aceea fusese prima dragoste a lui Lilian, și finalizarea ei a trimis-o în brațele disperării. A început o lungă perioadă de singurătate și suferință intensă. Emily a descoperit că era subjugată de povestea

tinerei.

Emily mi-a împărtășit că avusese întotdeauna limite scrupuloase la muncă. Era o profesoară bună și grijulie, dar nu se implicase niciodată în viața vreunui student. Cu Lilian, aceste limite au devenit flexibile. Când Lilian s-a simțit deosebit de rău într-o zi, Emily i-a dat tinerei numărul ei de telefon mobil. Cele două au pornit obiceiul de a-și scrie zilnic mesaje text. Când Lilian a solicitat o întâlnire pentru a discuta despre lucrarea ei de licență, iar Emily nu i-a găsit loc în orele ei obișnuite de consultanță, s-a oferit să o întâlnească pe Lilian la prânz.

- O parte din mine știa că am lăsat ca lucrurile să meargă prea departe, mi-a spus ea. Dar vedeam că legătura noastră o ajută. Devenea tot mai plină de încredere și relaxată. A început să-și facă prieteni și chiar s-a alăturat unui club.

În timp ce prietenia lor o ajuta pe Lilian, făcea ceva și pentru Emily. Aceasta a recunoscut că nu mai simțise așa ceva până atunci.

- Mă gândesc la ea tot timpul, mi-a spus. Mă simt profund vie datorită prezenței ei în viața mea.

Devenise o obișnuință pentru ele se să întâlnească singure în timpul orelor de consultanță ale lui Emily, programate dupămasa târziu, când majoritatea departamentului era gol. Stăteau pe două fotolii mari, în timp ce soarele ce apunea lumina biroul lui Emily. Lilian vorbea, iar Emily în general asculta și reflecta cele auzite. Într-o astfel de dupămasă, Lilian i-a mărturisit lui Emily că era îndrăgostită, și că se simțea fizic atrasă de ea.

Emily mi-a spus că mărturisirea lui Lilian o atinsese, și că recunoscuse că sentimentele ei pentru Lilian erau de o natură similară. Emily i explicase cu blândețe acesteia că, deși îi era extrem de dragă, orice relație între ele avea să fie imposibilă din nenumărate motive. De asemenea, a recunoscut în fața lui Lilian că ea nu mai era o persoană sexuală. Emily trecuse prin menopauză cu câțiva ani în urmă. Din câte știa ea, acest lucru adusese cu sine lipsa de interes pentru sex. Cu toate acestea, după ce Lilian a plecat, la finalul acestei conversații, Emily a fost uimită să-și dea seama că se excitase sexual destul de mult.

- Nu mi s-a mai întâmplat așa ceva. Niciodată.

Și-a amintit că în toți anii în care a ieșit la întâlniri cu bărbați, a făcut sex cu bărbați și s-a căsătorit cu un bărbat, nu se simțise niciodată atât de excitată în mod spontan. A fost șocată de capacitatea corpului ei de a se trezi după ce ani de zile nu avusese nici o senzație sexuală. A mărturisit

că avea prea puține momente intime cu soțul ei – de natură sexuală sau emoțională – și că acest lucru dura de ani de zile.

- Nu cred că mi-am dat seama înainte, a spus ea, dar cred că am fost destul de singură în cadrul căsătoriei mele.

După această mărturisire, sentimentele ei pentru Lilian s-au intensificat, iar limitele au continuat să se frângă. A observat, spre marea ei șoc, că devenea excitată sexual ori de câte ori se afla în prezența lui Lilian. A discutat despre aceasta în timpul sesiunilor noastre. Era minunat să se simtă vie din nou, dar ce însemna? Era lesbiană? Fusesse mereu lesbiană? Ar fi trebuit să-și părăsească soțul și să fie cu Lilian? Munca noastră împreună crease un spațiu în care își putea pune întrebări cu privire la aceste lucruri, explorând posibilitățile în imaginație, fără să le pună în aplicare.

Iubirea ei pentru Lilian era profundă și sinceră, deși oarecum inexplicabilă. Existau momente în care era atât de cuprinsă de iubirea și dorința pentru Lilian, încât îi venea să își dea peste cap întreaga viață pentru a fi cu tânăra sa studentă. Cu toate acestea, când revenea cu picioarele pe pământ, își dădea seama că nu ar fi fost înțelept să acționeze pe baza acestor sentimente. Și-ar fi pierdut cariera pentru care muncise din greu. Și-ar fi pierdut căsnicia, și ar fi riscat să-și piardă relația cu copiii săi adulți. Și știa că această iubire nu avea să supraviețuiască în lumina dură a realității de zi cu zi, în care trebuia dus gunoiul și plătite facturile. Ar fi fost o trădare a ceea ce Emily vedea ca fiind datoria ei sacră de profesor și mentor. Mai presus de toate, ar fi fost o trădare la adresa lui Lilian. Deși Emily nu încălcase nici o limită fizică, violarea raporturilor profesor/elev făcuse deja rău. Emily era conștientă că experiența aceasta fusese destabilizatoare și îi produsese lui Lilian confuzie, și simțea un regret profund că-i cauzase tinerei studente și mai multă suferință. Știa că orice alte transgresiuni aveau să o rănească și mai mult pe Lilian.

Emily a reușit înc ele din urmă să transforme relația cu Lilian într-una de mentorat și prietenie, fără componentele erotice și romantice. Dar rămăsese cu întrebări cu privire la această experiență. Pentru Emily, iubirea ei pentru Lilian reprezentase o trezire profundă a propriei atractivități și senzualități. Nu se gândise niciodată la ea ca fiind atractivă. Văzându-se prin ochii lui Lilian, primise darul de a se vedea frumoasă. A fi atractivă pentru Lilian era foarte diferit de a fi atractivă

pentru altcineva.

- Atunci când un bărbat își exprima interesul față de mine, mă simțeam nesigură și tulburată, pentru că mă așteptam ca, în cele din urmă, să mă găsească inadecvată. Cu Lilian, frica aceasta de inadecvare nu este provocată la fel. Avem încredere și ne simțim confortabil cu atracția noastră comună în fanteziile pe care le am cu noi două împreună.

Iubirea și atracția împărtășite cu Lilian au ajutat-o pe Emily să vindece o rană profundă a sinelui său sexual – o rană pe care nici măcar nu o conștientizase.

- Nu știam că așa se simte să te simți atras de o persoană, sau să fie o persoană atrasă de tine.

Deși rareori discutasem despre sex în cursul întâlnirilor noastre, acum mi-a împărtășit că sexul i se păruse mereu dur și impersonal. Totul se schimbase însă din cauza atracției sale față de Lilian. Emily mi-a spus că fanteziile care o implicau pe studentă erau blânde și tandre.

- În imaginația mea, sexul cu Lilian este minunat, mi-a spus ea. Sexul nu mi s-a părut niciodată mai frumos.

Emily experimentase sexualitatea cu bărbații ca pătată de rușine și inadecvare. Nou descoperita ei abilitate pentru plăcere și pasiune, descoperită la apusul sexualității ei, i-a permis să-și descopere un nou mod de a fi sexuală. Un vis pe care l-a avut în această perioadă subliniază acest lucru.

Sunt într-o casă cu multe camere. Lilian rămâne peste noapte. O aduc în pat, și facem dragoste acolo. Îmi oferă plăcere până când ajung la orgasm, și apoi ne odihnim una în brațele celeilalte. Îmi place să mă simt lipită de ea. Apoi pleacă, și eu mă ridic să o conduc. Îi ating brațul și o întreb dacă este bine. Răspunde că este foarte fericită. Îmi cuprinde fața cu mâinile, mă privește în ochi, și-mi spune că a fost frumos, referindu-se la orgasmul pe care mi l-a doferitat. Îmi place să aud asta, este ca un antidot la rușinea profundă. Ne îmbrățișăm, și mi se pare atât de bine să o simt în brațele mele.

Emily mi-a împărtășit experiența sa – că indiferent de cât de mult începeau întâlnirile sexuale cu bărbații ca un exercițiu comun de plăcere, mereu sfârșeau relaționându-se la imperativul orgasmului partenerului. Ca multe alte femei, Emily nu ajungea la orgasm prin penetrare. Când

soțul ei încerca să îi ofere un orgasm, adesea dura mult, iar ea se simțea tensionată și sub presiune, așa că de multe ori îl oprea din a mai încerca. De aceea, viața ei sexuală a fost mereu prea puțin satisfăcătoare. Prin intermediul fanteziilor luxuriante pe care le-a avut despre Lilian și prin iubirea adevărată pe care o simțeau una pentru cealaltă, Emily își descoperea pentru prima dată abilitatea de a-și experimenta sentimentele sexuale în termenii săi.

Virginitatea

În multe povești și tradiții, virginitatea a fost mult timp un simbol al deplinătății fizice neatinse. Deși definiția obișnuită a cuvântului se referă la cineva care nu a avut relații sexuale, putem înțelege că de fapt conceptul este mult mai bogat din punct de vedere simbolic. Psihologic vorbind, o virgină își aparține sieși. Analista jungiană M. Esther Harding a fost o proeminentă susținătoare a experiențelor psihologice ale femeilor, și a scris elocvent despre semnificația simbolică a virginității.

În același fel în care o femeie care este virgină, una cu sine, face ceea ce face – nu din cauza vreunei dorințe de a plăcea, nu pentru a fi apreciată, sau aprobată, nici chiar de ea însăși; nu dintr-o dorință de a câștiga putere asupra altcuiva, pentru a-i suscita interesul sau iubirea, ci pentru că ceea ce face este adevărat. Acțiunile ei pot, într-adevăr, fi mai puțin convenționale. Poate fi nevoită să spună nu, când ar fi mai ușor, cât și mai adaptat, convențional vorbind, să spună da. Dar ca virgină, ea nu este influențată de considerațiile care fac femeile non-virgine, fie că sunt căsătorite sau nu, să se adapteze la așteptări. Spun fie căsătorite, fie nu, deoarece folosirea termenului *virgină* cu conotația sa psihologică, se referă nu la circumstanțe externe, ci la o atitudine internă⁶².

Soția mult încercată a lui Zeus, Hera, apare de obicei în mitologia greacă drept zeița geloasă, care caută să pedepsească numeroasele iubite ale soțului ei. Dar una din poveștile despre ea ne spune despre vizita ei la izvorul magic din Argos, pe nume Kanathos. Făcând baie în acest izvor, ea își restaurează virginitatea, sentimentul original de apartenență la propria

⁶² M. Esther Harding, *Woman's Mysteries Ancient and Modern* (Boston, MA: Shambhala Publications, 1971), 125.

persoană. Christine Downing, cercetătoare a miturilor, leagă reînnoirea Herei de experiența lesbienei "târzii", care ajung să-și aparțină lor sexual, poate după zeci de ani în care au fost cu un bărbat⁶³.

Când am discutat acest mit cu Emily, ea a rezonat puternic cu acesta. Iubirea și atracția ei pentru Lilian reprezentase un front reînnoitor care-i redase sentimentul demult uitat al deplinătății și jurisdicția exclusivă asupra corpului și dorințelor ei.

Emily și-a petrecut multe luni chestionând orientarea ei sexuală. Am discutat cu ea că nu este rar ca femeile de vârstă mijlocie să descopere brusc că sunt atrase de alte femei, și fac trecerea în "cealaltă echipă". Era aceasta povestea ei? Dar în final, atracția lui Emily nu a fost una legată de orientarea sexuală. Emily a recunoscut că această remarcabilă otheadă aruncată înspre sexualitatea înfloritoare în mijlocul unei peisaj altfel tomonic părușe legată exclusiv de conexiunea ei specială cu Lilian. A ajuns să vadă această experiență ca pe un minunat dar care i-a permis să devină mai intimă și mai iubitoare față de corpul ei și de sentimentul ei de plăcere și dorință.

- Abia acum am ajuns aici, a spus ea. Dar în sfârșit m-am îndrăgostit de corpul meu.

Această descoperire a fost plină de dulceață, dar și de o oarecare amărăciune. În viața reală nu a cunoscut niciodată delicioasa reciprocitate pe care o experimentase în fanteziile și visele legate de Lilian.

În cele din urmă, Emily a descoperit că întotdeauna s-a simțit dezamăgită de egoismul soțului ei în timpul momentelor lor de intimitate. Pe măsură ce timpul a trecut, iar sentimentele ei pentru Lilian s-au înmuiat, a putut vedea că și Lilian fusese egoistă, în felul ei. Intimitatea sexuală poate scoate la lumină fantezii puternice în cadrul cărora suntem îngrijite, și toate nevoile ne sunt împlinite de către partener. Dar este posibil ca cea mai profundă formă de dragoste pe care o vom găsi să fie aceea pe care ne-o oferim noi însene. Emily așteptase, fără să-și dea seama, ca soțul ei să-i dea ceva, și atunci când el nu a făcut-o, a căutat ce avea nevoie în relația ei cu Lilian. Dar nu avea să găsească niciunde ceea ce căuta.

Când sentimentele inițiale pentru Lilian s-au răcit, ea și-a dat din nou

⁶³ Christine Downing, *Myths and Mysteries of Same-Sex Love* (Lincoln, NE: Authors Choice Press, 2006), 205.

seama că trupul ei tot mai în vârstă nu se mai excita și nu-și mai dorea eliberarea orgasmului. Lui Emily nu-i lipseau excitația sau dorința sexuală. Dar încă tânjea după fluxul zemos al erosului. Și l-a găsit în locuri interesante. Emily fusese întotdeauna tipul de femeie practică, ce nu investise prea mult în îngrijire, dar acum a început să schimbe felul în care își trata corpul. Când avea nevoie de așternuturi noi, cheltuia puțin mai mult, cumpărând unele extrem de fine. A început să-și cumpere loțiuni parfumate de corp și se bucura să și le întindă pe piele după duș. A început să facă băi săptămânale, și a descoperit că-i place să bea ceaiuri aromate de-a lungul zilei, în locul obișnuitei ei cafele decofeinizate. Bucuria ei nou găsită pentru simplele plăceri senzuale a surprins-o.

- Cine ar fi crezut că lucrurile astea contează pentru o bătrână ca mine? a râs ea.

Dar conta.

Dacă descoperiți că tânjiți pentru mai multă poftă de viață, s-ar putea să vă ajute să vă amintiți că acest lucru se poate manifesta în multe feluri de-a lungul vieții unei femei. O experiență savuroasă de plăcere sexuală – fie alături de un partener, fie de una singură – este unul din modurile evidente, dar îngrijirea corpurilor noastre și tratarea lor cu respect, într-o manieră care să stimuleze toate simțurile, este un altul. Încercați să faceți pauze de-a lungul zilei și să vă întrebați *Ce vrea corpul meu? Ce anume s-ar simți bine acum?* Petrecem atât de mult timp amorțind semnalele pe care ni le dă corpul, muncind prea mult, mâncând prea mult, sau folosind prea mult tehnologia, alcoolul sau drogurile, că uneori pierdem legătura cu animalul vibrant care trăiește în noi.

Pentru Emily, sexul dintre un bărbat și o femeie avea un inevitabil element de cucerire și predare, în timp ce sexul între două femei părea să ofere o experiență de o reciprocitate profundă. O astfel de comuniune profundă este parte din ceea ce ne dorim în cadrul unei experiențe sexuale. Asta a căutat Lilith de la Adam când și-a reclamat egalitatea. Deși ne este disponibilă și în cadrul relațiilor heterosexuale, femeile trebuie să învețe să o ceară.

Povestea doamnei dezgustătoare datează din Evul Mediu și oferă un răspuns surprinzător la dorul nostru pentru reciprocitate.

Nunta lui sir Gawain și dame Ragnell

Regele Arthur era în pădure la vânătoare cu cavalerii săi, când pe lângă ei

a trecut un minunat cerb. Regele l-a urmărit singur, până când a ajuns departe de locul în care își lăsase oamenii. Și-a ridicat arcul și a tras în cerb. Pe când se pregătea să-și recupereze prada, un cavaler bine înarmat s-a apropiat de el.

- Rege Arthur, mă bucur să te găsesc aici, singur și neînarmat! Mi-ai greșit, luându-mi pământuri care îmi aparțineau, și acum te voi uide! Numele cavalerului era Gromer Somer Joure. Arthur a negociat cu el; ar fi fost dezonorant pentru cavaler să-l ucidă atunci și acolo. Gromer Somer a fost până la urmă de acord să-l lase pe Arthur să plece, cu condiția să se întoarcă peste douăsprezece luni, singur și neînarmat, așa cum era acum. În cadrul acelei întâlniri, Arthur trebuia să-i spună lui Gromer Somer ce-și doresc cel mai mult femeile. Dacă nu putea răspunde corect la întrebare, renunța la viața lui.

Odată întors la curte, Arthur era abătut, deoarece știa că doar amânase iminenta moarte. Sir Gawain a observat preocuparea regelui și l-a implorat să i se destăinuie. Arthur i-a povestit așadar lui Gawain toată întâmplarea, iar acesta și-a anunțat de îndată intenția de a-l ajuta pe rege să descopere răspunsul la această misterioasă ghicitoare.

- Vom pleca dimineață, i-a spus Gawain lui Arthur. Eu voi călări într-o direcție, iar tu în cealaltă. Vom ruga fiecare bărbat și femeie întâlniți în drum să ne spună răspunsul la ghicitoare. Cu siguranță că într-un an vom găsi răspunsul corect.

Așa că au pus acest plan în aplicare, întrebând fiecare bărbat și femeie ce își doresc cel mai mult femeile. Unii au spus că femeilor le place să fie bine îmbrăcate. Alții au spus că le place să fie curtate. Câțiva au spus că le plac bărbații iubăreți, care să le sărute și să le îmbrățișeze. În cele din urmă, după ce au trecut unsprezece luni, Arthur și Gawain s-au întâlnit din nou la curte. Amândoi aveau câte un catastif gros plin cu răspunsuri, dar nu erau mai aproape de rezolvarea ghicitorii – iar anul era aproape gata.

Arthur a hotărât să meargă în pădure și să mai caute o dată răspunsul. În timp ce călărea singur, a întâlnit o femeie hidoasă. Fața ei era roșie, și îi curgea nasul. Avea o gură mare, plină de dinți imenși, galbeni. Ochii ei apoși se bulbucau ca niște mingi mari. Avea spatele curbat, gâtul gros, iar mijlocul îi era cât un butoi. Părul rar de pe cap era lipsit de strălucire și gras.

Cu toate acestea, călărea un cal cu cele mai fine harnașamente. Se

apropie de Arthur și-i spuse că numai ea îl putea salva de la moarte.

- Ce vrei să spui? a întrebat Arthur. Cum mă poți ajuta?

Femeia cea urâtă i-a explicat că știa răspunsul la ghicitoare, și că i-l putea spune dacă promitea să o căsătorească cu Sir Gawain.

- Ce soartă crudă pentru Gawain! Știu că nu ar spune nu. Dar nu am văzut niciodată o femeie atât de urâtă, și nu știu ce să fac.

- Nu contează că sunt urâtă, a replicat femeia. Chiar și o bufniță își găsește perechea. Acum du-te la sir Gawain. Spune-i că dame Ragnell îi așteaptă răspunsul. Asta este singura ta șansă.

- Nu pot vorbi în numele lui sir Gawain, a spus Arthur. Dar îi voi spune despre situația mea și voi lăsa totul în mâinile lui.

Arthur îi dezvălui totul cu inima grea cavalerului și prietenului său, sir Gawain. După cum prezisese regele, prietenul său a fost de acord să se căsătorească cu femeia cea urâtă pentru a salva viața lui Arthur. Așadar, Arthur a călărit înapoi în pădure în ziua următoare și i-a dat veștile lui Ragnell, că avea să devină soția frumosului și curajosului sir Gawain.

- Acum îți voi da răspunsul pe care îl cauți, a spus femeia cea urâtă. Unii cred că femeile vor să fie frumoase, sau să facă mult sex. Alții cred că vrem să fim flatate și fermecate. Dar aceștia nu înțeleg nimic. Ceea ce doresc toate femeile – bogate sau sărace – este suveranitatea. Când îi vei spune acest lucru lui sir Gomer, va fi furios, pentru că va trebui să te elibereze!

Se întâmplă că nu peste mult timp sosi data în care Arthur promisese să se întoarcă în pădure în locul în care îl întâlnise pe Gomer prima dată. Sir Gomer îl aștepta pe Arthur, așa cum spusese că o va face și, așa cum prezisese dame Ragnell, Gomer a fost infuriat când regele i-a dat răspunsul corect. Dar și-a ținut promisiunea și l-a lăsat pe rege să plece.

Apoi a sosit timpul pentru nunta lui sir Gawain cu dame Ragnell. Arthur a implorat-o pe femeia cea dezgustătoare să permită ca nunta să se facă în secret, fără martori, dar ea nu a vrut să audă.

- Mă căsătoresc în văzul lumii, sau deloc, altfel mă voi simți rușinată, a spus ea.

Așa că a călărit până la curte alături de rege. Oamenii au fost uimiți să-i vadă urâtenia, și nu puțini au vărsat lacrimi, gândindu-se la blândul sir Gawain sortit să-și petreacă viața alături de ea. Dar sir Gawain s-a apropiat de ea de bunăvoie și i-a luat mâna într-a lui.

Și iată cum dame Ragnell a ajuns la biserică în fața întregii curți,

îmbrăcată în lucruri fine, dar frumusețea hainelor sale nu servea decât pentru a-i accentua extrema urâțenie. După căsătorie, toată lumea s-a grăbit la ospățul nupțial. Dame Ragnell stătea singură, consumând cantități imense de mâncare. Era necioplită și vulgară, tăindu-și carnea cu unghiile lungi și lăsând zeurile să-i curgă pe bărbie.

Abia după ce luă sfârșit ospățul și sosi timpul ca noua familie să se retragă în dormitor, sir Gawain arăta puțin abătut. Își târa picioarele și nu părea să vrea să meargă. Când erau amândoi dezbrăcați, în pat, sir Gawain rămase întins nemișcat pe partea lui de pat.

- De ce nu-mi arăți puțină curtoazie în noaptea nunții, bărbate? Spuse dame Ragnell. Cel puțin sărută-mă.

- Voi face mai mult de atât, doamna mea, a replicat sir Gawain, și când s-a întors spre ea, a văzut că era cea mai frumoasă ființă pe care o văzuse vreodată.

Sir Gawain a strigat și a întrebat cine este, iar ea a confirmat că este soția lui. El a îmbrățișat-o și, după cum vă puteți închipui, au petrecut de minune.

- Sir, a spus ea, sunt legată cu o vrajă, și frumusețea mea nu va rezista. Trebuie să alegi dacă vrei să fii frumoasă ziua și urâtă noaptea, sau urâtă ziua și frumoasă noaptea.

- Ah, a exclamat sir Gawain, asta este o alegere grea! Dacă ești frumoasă numai noaptea, mi-aș pierde reputația și aș fi trist, dar dacă ești frumoasă ziua, nopțile mele vor fi grele. Alege ce crezi că este mai bine, draga mea. Las alegerea în mâinile tale.

- Mulțumesc, dragă soțule, pentru că, lăsându-mi mie alegerea, ai rupt vraja! Acum voi fi frumoasă și ziua, și noaptea!

Apoi s-au bucurat într-adevăr.

În ziua următoare, sir Gawain și mireasa sa s-au trezit greu, pentru că petrecuseră întreaga noapte. Cavalerii lui Arthur au început să se îngrijoreze. Se temeau că femeia cea urâtă i-a făcut ceva lui Gawain, și s-au hotărât să meargă să verifice. Imaginați-vă surpriza lor când au văzut că bunul sir Gawain și frumoasa lui soție se odihneau fericiți unul în brațele altuia. Dame Ragnell le-a explicat că mama ei vitregă aruncase asupra ei o vrajă care o deformase, și că Gawain o salvase, acordându-i suveranitate.

Există ceva comic și totuși tulburător în călătoria pe care o întreprind

regele și prietenul său pentru a afla răspunsul la o întrebare atât de simplă. Cei doi bărbați abordează extrem de stângaci descoperirea misterului dorinței femeilor. Ei o transformă într-un proiect academic, adunând o cantitate semnificativă de însemnări. Faptul că este nevoie de un efort monumental și este atât de greu de descoperit spune ceva despre distanța de neacoperit dintre bărbați și femei, mai ales în dormitor. Femeia își poate închipui că iubitul ei a învățat ceva despre dorințele sexuale și modul de funcționare al femeilor – dar aceste cunoștințe sunt distante și teoretice, și nu au nimic de-a face cu trupul ei și tendința acestuia spre plăcere. Multe femei se plâng că bărbații persistă adesea în ideile lor ciudate despre ceea ce le place femeilor, chiar și după ce li se spune altfel. Fiecare dintre noi are propria sa experiență legată de plăcere. Ceea ce contează este suveranitatea și abilitatea de a ști și decide pentru sine.

Căutarea reciprocității

Whitney este una din clientele mele care era frecvent dezamăgită de viața sa sexuală alături de soțul ei.

- Îmi doresc ca momentele de intimitate să fie cu adevărat întâlniri între noi. Vreau să-i simt prezența și conectarea cu mine în acel moment, mi-a spus ea.

După cum i-a explicat Whitney soțului ei, o astfel de conexiune imediată și tandră ar putea reprezenta debutul unei explorări jucăușe și al plăcerii reciproce. În schimb, a descoperit că abordarea sexului din perspectiva lui era una mecanică, deconectată. Indiferent de cât de des îi cerea Whitney soțului ei mai mult romantism și mai multă joacă, simțea că pentru soțul ei excitarea sexuală era ca și cum ar fi apăsător pe un întrerupător.

- Devine excitat foarte repede. Și atunci când el e excitat, crede că și eu sunt la fel.

Din nefericire, lui Whitney i se părea adesea mai ușor să se ralieze dorinței soțului ei pentru sex, chiar și atunci când nu avea parte de pregătirea prealabilă necesară pentru ca experiența să i se pară la fel de plăcută.

- Este finalul zilei. Sunt obosită. Uneori vreau doar să se termine.

Poate că sexul este partea cea mai plină de dezamăgiri din întreaga viață. În prea puține alte domenii ne simțim la fel de vulnerabile, sau tânjim la fel de mult după reciprocitate și conectare. Deși există cupluri care au

parte de cele mai multe ori de sex plăcut, pozitiv, cu reciprocitate, cred că ele reprezintă totuși o minoritate. Puține cupluri sunt cu adevărat acordate în ceea ce privește nivelul dorinței. Chiar dacă sunt sincronizate, nivelurile de dorință pot varia în funcție de starea de sănătate, stres, nașterea copiilor, sau alte motive. Nu este neobișnuit pentru cuplurile căsătorite să facă sex puțin, sau deloc. Un studiu din 2017 a arătat că 15,6% dintre persoanele căsătorite nu au făcut sex în anul anterior. În plus, 13,5% nu au făcut sex în ultimii trei ani⁶⁴.

Natura ne-a jucat o festă urâtă. În timp ce bărbații au parte de o descărcare ușoară prin sexul penetrant, doar o minoritate a femeilor găsesc acest tip de sex satisfăcător în sine. Este ușor, așadar, ca sexul să se concentreze pe nevoile bărbaților, desfășurându-se în ritmul lor. Bărbații trebuie să se asigure că nu se întâmplă așa, iar femeile trebuie să-și exprime nevoile. Bărbații care își iau informațiile cu privire la sexualitatea femeilor din filme artistice sau filme porno, s-ar putea să nu-și dea seama ce anume le place cu adevărat femeilor. Ei ar trebui să se acordeze la nevoile subtile de natură emoțională și senzuală ale partenerelor lor. Cercetările arată că, în cazul femeilor căsătorite, satisfacția sexuală pare să aibă o corelație semnificativă cu sentimentul general de conectare și căldură din cadrul relației. Femeile căsătorite ai căror soți se concentrează pe oferirea de orgasme au raportat o satisfacție sexuală mai mare. Cercetările arată că femeile din cadrul relațiilor lesbiene au mai multe orgasme decât cele din cadrul relațiilor heterosexuale, ceea ce poate fi cauzat de faptul că partenerele își iau timpul pentru a se satisface unele pe altele⁶⁵. Pentru ca sexul să fie satisfăcător pentru femei – și, așadar, pentru partenerii lor – ambii trebuie să ia în considerare dorința și ritmul fiecăruia

Suveranitatea are două nuanțe în ceea ce privește înțelesul termenului. Se poate referi la puterea deținută asupra altcuiva, sau se poate referi la autonomie, autogovernare și independență. Când Gawain cedează

⁶⁴ Jean H. Him, Wilson S. Tam, și Peter Muennig, "Sociodemographic Correlates of Sexlessness Among American Adults and Associations with Self-Reported Happiness Levels: Evidence from the U.S. General Social Survey," *Archives of Sexual Behavior* 46, nr. 8 (Noiembrie 2017): 2403–15, doi.org/10.1007/s10508-017-0968-7.

⁶⁵ Joanne Bagshaw, "Why Do Lesbians Have More Orgasms than Straight Women?" *Psychology Today*, 16 februarie, 2016, psychologytoday.com/us/blog/the-third-wave/201602/why-do-lesbians-have-more-orgasms-straight-women.

decizia legată de frumusețe lui Ragnell, el îi oferă cadou suveranitatea în cel de-al doilea sens al cuvântului. Povestea se schimbă pe baza unei decizii, și este o decizie care, la început, pare să îi aparțină lui Gawain. Ar trebui ea să fie frumoasă noaptea, pentru a-i oferi plăcere în dormitor? Sau frumoasă în timpul zilei, pentru a-l face să arate bine în ochii celorlalți? Ce ar fi mai bine pentru el? Prea des, sexul li se pare așa femeilor, prea mult despre ce este mai bine pentru egoul *lui* sau pentru plăcerea *lui*.

Gawain inversează această tendință. El îi oferă decizia lui Ragnell. Ce ar prefera *ea*, fără nevoia de a se preocupa de nevoile lui? Acesta a fost spațiul care s-a deschis pentru Emily în cadrul atracției ei reciproce față de tânăra ei studentă. În fanteziile sale, în care era cu Lilian, Emily putea simți o libertate sexuală expansivă de a-și imagina plăcerea într-un mod plin de bucurie și fără nici o presiune.

Ceea ce Lilian i-a oferit lui Emily în fanteziile sale a fost delicioasa experiență a suveranității asupra propriei sale sexualități. Emily a fost suficient de înțeleaptă pentru a ști că o relație reală cu o altă persoană ar fi inevitabil mult mai complexă decât o fantezie. Darul a fost o relație schimbată cu ea însăși și o conectare cu corpul ei și cu dorința sa, pe măsură ce sexualitatea ei apunea.

Artemis

Imaginea virginei a simbolizat adesea experiența de a fi suverană asupra propriei plăceri și sexualități, iar zeița greacă Artemis reprezintă acest sentiment de autonomie și independență feminină. Sora geamănă a lui Apollo i-a cerut tatălui ei Zeus să-i acorde “virginitate eternă”. Ca zeiță a vânătorii, purta un arc de argint și era asociată cu luna. Mai era, de asemenea, zeița moașelor și a nașterilor, și protectoarea femeilor și fetelor. Deoarece era virgină, Afrodita, zeița dorinței și a iubirii, nu avea nici o putere asupra ei.

Rămânând virgină, Artemis este liberă, neîmblânzită de căsătorie și de nevoia de a se supune cerințelor unei relații. Ea este “una cu sine”, întreagă și independentă. Christine Downing sumarizează în mod elocvent acest aspect al zeiței.

Artemis nu este dispusă să-și ascundă sexualitatea, așa cum o face Atena – nici să se supună ei. Nu are de gând să se lase violată, cum a fost mama

ei, Leto siluită de către Zeus; nici nu va fi cooptată în a-și nega sexualitatea, pentru a ușura lucrurile pentru bărbații care ar putea simți dorință pentru ea. Este problema lor, nu a ei. Ea nu este nici seducătoare față de bărbați, nici protectoarea lor. Refuză să se lase definită, ea și sexualitatea ei, de sexualitatea lor. Pasiunea lui Artemis nu este reprimată, ca în cazul Herei, nici sublimată ca în cazul Atenei, nici trăită în cadrul relației, precum face Afrodita. Artemis este stăpâna lucrurilor sălbatice – incluzând aici sălbăticia din interiorul său. Sălbăticia ei este una asumată, aleasă; o preferință, nu un dat. Ea este zeița instinctualului, nu a raționalului, sau civilizației. Deși Artemis alege să trăiască în păduri, nu în Olimp, nu este o zeiță a pământului, precum Gaia, ci o zeiță care trăiește în afara civilizației. Semnificația pasiunii, pe tărâmul lui Artemis, este cunoașterea propriei sălbăticii, a instinctualității, a dorințelor și răspunsurilor trupești. A-ți cunoaște corpul, emoțiile, dorurile – asta reprezintă Artemis⁶⁶.

Miturile fac aluzie la faptul că Artemis și-a găsit o iubită. Callisto era cea mai frumoasă dintre toate nimfele lui Artemis, și preferata ei. Când Zeus a văzut-o, s-a umplut de dorință, dar știa că nimfa ar fi refuzat avansurile unui bărbat, deoarece nimfele lui Artemis făcuseră jurământul virginității. Așa că a abordat-o deghizat ca Artemis însăși, și, sub această formă, sărutările și mângăierile lui au fost bine primite, semnalând că Artemis și Callisto erau probabil iubite.

Artemis și-a luat foarte în serios suveranitatea sexuală. Când Acteon, vânătorul, a spionat-o în timp ce făcea baie, l-a transformat într-un cerb, care a fost apoi sfâșiat în bucăți de o haită de câini de vânătoare. De asemenea, l-a ucis pe Orion după ce acesta a încercat să o violeze fie pe ea, fie pe una dintre nimfele ei. A avut pretenția ca fecioarele care vânau alături de ea sau o serveau să rămână virgine cât timp erau în serviciul ei. Când Callisto și-a încălcat jurământul de castitate și s-a împreunat cu Zeus – deși acesta era deghizat – Artemis a transformat-o într-un urs pentru a o pedepsi pentru insolență. Când Komaitho și-a luat un iubit în templul lui Artemis, zeița a trimis o molimă groaznică și a cerut un sacrificiu uman anual pentru a putea fi înduplecată.

Artemis supraveghea inițierea fetelor care deveneau femei, iar tinerele fete jucau un rol important în cultul său. Adoratorii lui Artemis din

⁶⁶ Downing, *Myths and Mysteries*, 210

Brauron, Attica, participau într-un ritual cunoscut drept Arkteia, în care fete între cinci și zece ani erau consacrate zeiței. Erau îmbrăcate în costume de urs, venerând-o pe Artemis drept Marea Ursoaică, și petreceau un interval de timp în sălbăticie. Cercetătorii cred că “jocul de-a ursul” era menit să pregătească fetele pentru a fi mame.

“Jocul de-a ursul” în copilărie părea să fie menit pentru a sacraliza și proteja sălbăticia instinctivă și naturalețea fetelor, creând un spațiu ritualic pentru acestea, pentru a-și regăsi locul în existența de mai târziu a soțiilor și mamelor. Probabil era o experiență la care femeile puteau reveni odată ce erau “îmblânzite” de căsătorie, amintindu-și de timpul în care fuseseră consacrate zeiței care se servea doar pe sine, și pe nimeni altcineva. Ar fi avut, așadar, un punct de referință pentru un timp în care nu erau legate de așteptările vreunui bărbat despre cum trebuie să arate, sau să se poarte.

Cercetătoarea Christine Downing a scris despre Artemis și posibilul ei rol în consacrarea fetelor către ele însele.

Nu știm dacă Artemis, zeița implicată în tot ceea ce ține de misterele femeiești – menstruație, deflorare, căsătorie, naștere, moarte – a fost imaginată și drept zeița care putea iniția fetele în misterele propriei lor sexualități. Își sacrificau tinerele virginitate pentru zeița virgină – așadar păstrându-și-o? Învățau ele, cu alte cuvinte, că sexualitatea lor era a lor, că scopul principal al sexualității lor nu era nici gratificația masculină, nici producerea de copii pentru ca viața polisului să poată continua?⁶⁷.

Poate că toate femeile au nevoie de un templu metaforic dedicat lui Artemis, chiar și în cadrul căsătoriei lor. În acest loc, pot fi una cu sine, fără a trebui să se îngrijească de nevoile soților sau copiilor. Pentru Emily, spațiul sacru al atracției pentru Lilian a fost, pentru scurt timp, un astfel de templu. O legendă medievală din Franța subliniază importanța existenței unui loc privat pentru femei.

Melusina

Un cavaler pe nume Raymond vâna în pădure, când și-a ucis accidental prietenul. Rătăcea prin pădure, gândindu-se ce să facă. S-a așezat lângă o fântână, unde s-a întâlnit cu o femeie extrem de frumoasă și

⁶⁷ Downing, 197

fermecătoare, numită Melusina. Ea l-a ajutat să ascundă accidentul și a consimțit să fie a lui, cu condiția să-și poată petrece sâmbetele într-o izolare completă, fără să fie deranjată de el. Cuplul a avut șase fii, și toți erau desfigurați într-un fel sau altul. Au crescut, ajungând cu toții eroi puternici sau luptători.

În toți anii în care au trăit împreună, Raymond nu a deranjat-o niciodată pe soția sa în timpul izolărilor ei de sâmbătă, până când într-o zi fratele lui i-a împărtășit că bârfitorii împrăștiau zvonuri urâte. Tulburat, Raymond s-a dus la camerele soției sale. Acestea erau goale, dar una din uși era încuiată. Când s-a uitat pe gaura cheii, a văzut-o în baie, cu picioarele transformate într-o coadă de pește.

Raymond a fost înnebunit – nu de dezgust, ci de gândul că avea să-și piardă frumoasa soție. Dar ea nu părea să știe că el o văzuse, și, pentru un timp, totul a continuat ca înainte. Însă atunci când a aflat că un fiu al lor atacase și ucisese pe altcineva, el a strigat către Melusina, care venea să-l aline:

- Dispari, șarpe odios! Mi-ai contaminat rasa onorabilă!

Atunci, Melusina a strigat că o să plece și n-o s-o mai vadă niciodată, și așa s-a și întâmplat.

Există ceva ciudat și sinistru în legătură cu Melusina. Ea naște copii care sunt impresionanți și realizați, dar și monștruoși. Ea-l poate primi pe Raymond cu păcatul și întunecimea sa, deoarece nici ea nu este pe deplin întregă. Este o puternică zână a apelor, aliniată cu lumea naturală și cu forțele inconștientului. Ca și Lilith, Melusina nu este pe deplin civilizată, și are contact cu natura sa sălbatică. Pentru a-și păstra integritatea, trebuie să mențină această conexiune, care se reînnoiește în fiecare sâmbătă. Tot la fel ca Lilith, nu are intenția de a-și sacrifica instinctualitatea sălbatică pentru un bărbat. Sexualitatea feminină nu poate fi niciodată îmblânzită cu adevărat. Femeile au o dilemă. Cum putem continua să ne aparținem nouă și în același timp să fim partenerele cuiva? Povestea oferă o posibilă soluție acestei probleme spinoase.

Margaret se considerase întotdeauna o seducătoare, artistă și muză. Și-a petrecut tinerețea în cadrul unor legături tumultuoase și intense cu diverși bărbați. Pendula între frica de a fi abandonată și frica de a fi sufocată, așa că-și sabota adesea relațiile. În cele din urmă, la treizeci și

cinci de ani, a intrat într-o relație cu Max. Max era un partener stabil, solid. Era cu picioarele pe pământ și știa ce dorea de la viață.

- Ne distrăm împreună – legătura noastră era bazată pe prezent, pe lumea materială. Râdeam și ne plăcea să mâncăm, să bem și să călătorim împreună, am avut o relație foarte fizică, își amintește Margaret. Dar nu simțeam că este interesat de partea mea mai profundă, mai întunecată, mai misterioasă și mai creativă – o parte pe care am idealizat-o întotdeauna, și pe care am așteptat ca bărbatul să o valideze pentru mine. Voiam să atrag bărbatul și să-l captivez. Dar el nu era interesat de această parte a mea. Așa că m-am opus mult timp acestei relații, chiar i-am pus capăt un timp, crezând că el nu mă vedea drept cine eram, și că nu aveam cum să fiu fericită într-o asemenea dinamică. În acea perioadă, a avut următorul vis.

Sunt într-o mică barcă din lemn cu Max, în mijlocul oceanului. El ține vâslele în mâini, iar apa este calmă și placidă. Mă uit peste marginea bărcii la apa albastră, și vreau atât de tare să mă scufund. Mă uit la Max, pe care nu-l interesează deloc ce este în afara bărcii; ochii lui sunt ațintiți asupra orizontului. Hotărâsc să intru în apă. La început, sunt speriată. Apa este rece și întunecată, dar cu cât cobor mai mult, văd tot mai bine, și, dintr-o dată, îmi dau seama că pot respira sub apă. O întregă lume mi se dezvăluie sub apă, cea mai frumoasă și mai plină de serenitate lume, și deși sunt singură, nu simt singurătate, ba dimpotrivă. Înot și înot. În cele din urmă decid să ies la suprafață. Mă întorc la barcă și la Max, care este acolo, încă vâsbind – la fel de mulțumit ca întotdeauna, ca și cum nu aș fi plecat. Simt impulsul de a-i povesti ce am văzut, dar știu că nu ar înțelege, sau nu ar fi interesat, așa că nu o fac. Mă bucur doar de faptul că sunt în barcă, la suprafață. Apoi simt din nou impulsul de a mă scufunda, și o fac, dar de data asta înot mai departe ca înainte, și când revin, mă aflu pe o insulă pustie. Sunt goală și liberă. Sunt neînhibată și plină de viață. Din nou, după un timp mă satur să fiu de una singură și înot înapoi la Max și la mica barcă. Este ceva reconfortant în prezența lor acolo, plutind la suprafață, păstrând acest loc sigur și uscat pentru mine, între rai și adâncimile de dedesubt.

Foarte important, Margaret a perceput visul ca însemnând că partea aceea sălbatică, instinctuală, din ea era pentru ea, nu pentru un bărbat.

Ca și Melusina, putea avea sejururi apoase, care o hrăneau și reînnoiau, dar nu înspre beneficiul vreunui bărbat. Acest vis era o inițiere în cultul lui Artemis.

- Am crezut că acest vis înseamnă că trebuie să rămân deschisă posibilității că pot fi cu bărbatul care iubește părțile mai cotidiene și mai mundane din mine, dar care îmi oferă spațiul pentru a-mi trăi părțile mai misterioase și incitante. De asemenea, mi-am dat seama (de când m-am căsătorit cu acest bărbat și am avut un copil împreună) că de fapt proiectam asupra bărbaților nevoia de validare a părților întunecate, misterioase și creative, dar că această nevoie de validare era de fapt *a mea*. Sunt adesea recunoscătoare pentru acest parteneriat ciudat și neașteptat, și pentru cum o parte mai adâncă a mea a ocolit dorința egoului meu de a mă aduce față în față cu dorul sufletului meu după sine. Sâmbăta este ziua care îi aparține lui Saturn, distrugătorul, zeul limitărilor, al timpului și al morții, și al spiritului întunecat ținut captiv în materie. Din cauza biologiei, femeile au o experiență mai specială a limitărilor, a timpului și a îmbătrânirii, față de bărbați. Trupurile noastre numără lunile, și noi suntem conștientede momentul în care potențialul nostru de a avea copii începe (în adolescență), și când ia sfârșit (la menopauză). Melusina are o zi numai pentru ea, pentru a se conecta cu natura sa profundă, instinctuală, pentru a reveni la sinele său acvatic, pentru a se simți în deplinătatea sa, care aduce cu sine recunoașterea profundă a trecerii timpului și conștientizarea mortalității.

Povestea ajunge la inevitabilul său sfârșit atunci când soțul nu-și mai poate ascunde disprețul pentru aspectul ei șerpesc. Poate că natura esențială a unei femei nu poate fi niciodată conținută în vasul căsniciei. Există o parte de tip Lilith în senzualitatea nedomesticită, crudă, a femeii, care are nevoie de spațiu pentru a-și trăi propria viață – cel puțin o zi pe săptămână. Natura de tip Lilith, feminin, a femeii nu se poate adapta pe deplin în viața conștientă de zi cu zi.

Povestea subliniază faptul că în sufletul femeii există o parte care nu poate fi conținută în cadrul unei relații cu altcineva. Dacă ajungem să ne simțim dezamăgite în cadrul parteneriatelor noastre, este posibil să avem nevoie să ne găsim un spațiu emoțional privat, în care să putem reveni la sentimentul suveran de sălbăticie și viață, reclamându-ne senzualitatea. Ne putem alege pe noi, așa cum a făcut-o Melusina. Viața noastră de vis reprezintă o întindere nesfârșită în care ne putem descoperi pe noi

însene. Atunci când scriem în jurnale, dansăm la lumina lumânării atunci când suntem singure, sau ne plimbăm singure în natură, fără a fi distrase de podcasturi, muzică, sau apeluri telefonice, putem avea parte de câteva momente în care să ne conectăm cu natura noastră profundă, instinctuală. Acestea sunt toate niște daruri prețioase pe care ni le putem oferi nouă.

Deoarece instinctualitatea ei nu ar fi fost niciodată acceptată, Melusina trebuie să-și caute un spațiu inviolabil pentru a-și onora deplinătatea. Poate că așa ar trebui să facă toate femeile. Cele mai multe dintre noi devenim active din punct de vedere sexual în adolescență sau în tinerețe. Ne putem petrece ani întregi făcând sex cu parteneri serioși sau întâmplători, fără a ajunge la o experiență profund satisfăcătoare de comuniune. La fel ca și clienta mea, Emily, putem să ne concentrăm atât de mult pe nevoile partenerilor, încât nu mai găsim spațiu pentru Lilith sau Melusina din noi. Dacă capacitatea noastră pentru trăirea profundă și neînhibată a sexualității este parte a ceea ce am lăsat ascuns în camera din umbră, reclamarea acesteia poate fi plină de plăcere și bucurie, oferindu-ne oportunitatea de a ne cunoaște și accepta la un nivel mai profund. Christine Downing notează că “Artemis nu spune “alege-mă”, sau “alege femeile”, ci “alege-te”⁶⁸”. O experiență deplină a sexualității ne cere, în primul rând, să ne iubim pe noi.

Întrebări pentru reflecție

1. În “Nunta lui sir Gawain cu dame Ragnell”, regele Arthur trebuie să descopere ce anume își doresc femeile. Bărbații și-au pus adesea această întrebare, dar de câte ori o fac femeile? Când a fost ultima dată când v-ați întrebat cu adevărat ce vă doriți? Ce ați făcut pentru a onora răspunsul?
2. Dame Ragnell este hidoasă. Dacă nu suntem frumoase în mod convențional, ne putem simți invizibile. Care este relația voastră cu felul în care arătați? Vă simțiți frumoase și aveți încredere în înfățișarea voastră? Cum s-a schimbat aprecierea propriei atractivități de-a lungul timpului?
3. Dame Ragnell îi dezvăluie lui Arthur că femeile își doresc

⁶⁸ Downing, 211.

suveranitatea. Suveranitatea înseamnă, în parte, abilitatea de a ne lua propriile decizii. Sunteți de acord cu Ragnell, că asta își doresc femeile? De ce, sau de ce nu? Care a fost relația voastră cu suveranitatea? În ce feluri ați căutat suveranitatea în viețile voastre?

4. Dame Ragnell nu este de acord să se căsătorească cu Gawain în cadrul unei ceremonii private. Vrea ca toată lumea să fie martora căsătoriei, și nu se rușinează de înfățișarea sa grotescă. Atunci când ne simțim în vreun fel inadecvate, puteam avea dificultăți în a lua atitudine. Ne putem dori să rămâne mici și ascunse, deoarece ne simțim rușinate. Când anume ați insistat să fiți vizibile, chiar dacă a fost dificil?
5. Dacă ar trebui să alegeți între a fi frumoase ziua și hidoase noaptea sau viceversa, ce ați alege? De ce?
6. Melusina cere să aibă o singură zi pentru sine. Când anume vă găsiți timpul sau spațiul pentru a răspunde doar în fața voastră?
7. Când Melusina este singură, devine sirenă. Cum vă conectați cu natura voastră instinctuală?

Capitolul 7

Furia: atenția la limite

Este important să recunoaștem diferența dintre furia personală, în cadrul relațiilor intime, și furia transpersonală care erupe de la nivel arhetipal, nivelul la care intră Zeița. Când se face această diferență, iar furia este eliberată în mod corespunzător, Zeița își poate întoarce celălalt obraz. Atunci sufletul își poate lua locul în casa sa mult mai mare, văzându-și de propria sa viață creativă.

Marion Woodman, *The Pregnant Virgin*

Lumea s-a temut întotdeauna de furia femeilor. Lilith și-a putut vocaliza întreaga mânie în cearta sa cu Adam, și nu a fost placată de cei trei îngeri care au căutat să o înmoaie. Prin contrast, multe dintre noi pierd accesul la această emoție vitalizantă. Ca și copii, am fost poate învățate că furia, mai ales în cazul fetelor, este inacceptabilă. Când ne-am pierdut controlul

în mijlocul furiei, poate că am fost copleșite de vinovăție, sau îngrijorate că alții ne vor evita. Când furia intră în viața unei femei, efectele sale pot fi distructive, dar apare întotdeauna în serviciul autenticității. Furia reprezintă un răspuns imediat, neguvernabil, care conține înțelepciune și putere. Este întruchipat. Furia ne alertează că ne-au fost încălcate limitele. Reprezintă un semnal de avertizare către sistemul nostru nervos că am fost violate.

Furia lui Lilith a fost una din trăsăturile cheie ale zeiței. O prezentare babiloniană mai timpurie descrie acest aspect al său.

Natura sa este sălbatică și de temut. Înfocată, de temut, înfricoșătoare, violentă, rapace, dezlănțuită, răutăcioasă, diabolică, ea răstoarnă și distruge tot ce atinge. Faptele ei sunt teribile. Oriunde vine, oriunde apare, aduce cu ea răul și distrugerea. Bărbați, fiare, copaci, râuri, drumuri, clădiri – ea distruge tot. Este un monstru mâncător de oameni, însetat de sânge⁶⁹.

Exprimată de o femeie neinițiată, furia poate fi stridentă, inefficientă, sau poate răni fără discriminare. Putem sfârși în lacrimi atunci când ne exprimăm furia, sau putem exploda într-o tiradă nereținută de insulte. Izbucnirile nestăpânite ne pot lăsa simțindu-ne vinovate sau rușinate după ce trec. Și totuși, coloana aceasta de furie topită, care ne curge prin vine, ne amintește de legătura cu scânteia vitală care ne înviorează și ne susține pe noi și forța vitală din sufletul nostru. Furia ne poate ajuta să păstrăm contactul cu noi înșine și nevoile și dorințele noastre autentice, deoarece reprezintă un aspect al focului vital.

Furiile

Furiile, sau Eriniile, din mitologia greacă, erau imagini ale furiei feminine, o forță ambivalentă care nu putea fi stăpânită în întregime. Ele erau niște femei urâte, înaripate, cu șerpi încolăciți în jurul brațelor. Aceste zeițe primitive îi pedepseau pe cei care comiteau crime.

Furia feminină este pământoasă, antică, urâtă și subterană. Furiile sunt fiicele nopții (Nyx), ele locuiesc în adâncuri. Nu pot fi niciodată pe deplin

⁶⁹ Sigmund Hurwitz, *Lilith, the First Eve: Historical and Psychological Aspects of the Dark Feminine* (Einsiedeln, Switzerland: Daimon Verlag, 2012), 36.

civilizate. Spre deosebire de furia unui bărbat, care poate fi ușor asimilată în viața publică, furia feminină este primară și de obicei nu este binevenită în societatea binecrescută. Conform lui Eschil, Erinii sunt “lipsite de aripi, negre, dezgustătoare; respirația lor otrăvitoare iese în sforăituri repulsive; din ochii lor curge o scursură murdară; portul lor este de nevăzut în statuile zeilor sau în casele oamenilor. Sunt creaturi care aparțin unei rase nemaivăzute”⁷⁰.

Cea mai cunoscută poveste despre Erinii vine din ciclul de piese cunoscute sub numele de *Oresteia*, de Eschil. Agamemnon este regele din Micene, și soțul Clitemnestrei. Când Agamemnon se pregătește să lupte în războiul troian, corabia sa nu poate pleca, pentru că el a ofensat-o pe zeița Artemis, vânând și ucigând unul din cerbii ei sacri. Drept răzbunare, ea oprește vânturile. Profetul Calchis declară că numai sacrificarea fiicei lui Agamemnon, Ifigenia, o poate îndupleca pe zeiță. La început, Agamemnon refuză, dar când este presat de comandanții săi, cedează. Agamemnon le aduce pe Clitemnestra și pe Ifigenia la Aulis, sub falsul pretext al căsătoriei fetei. În unele versiuni ale poveștii, Ifigenia nu conștientizează iminenta ei moarte, crezând până în ultimul moment că este dusă la altar pentru a se căsători.

Clitemnestra are inima zdrobită și este furioasă din cauza sacrificării fiicei ei. Agamemnon pleacă în Troia, și în timp ce el luptă în războiul troian, Clitemnestra își ia un amant pe nume Egistus, și plănuiește răzbunarea ei pe Agamemnon. Când acesta se întoarce, zece ani mai târziu, Clitemnestra și Egistus îl omoară. Fiul lui Agamemnon, Oreste, este înfuriat de uciderea tatălui său, și în cele din urmă îi omoară pe Clitemnestra și pe Egistus pentru a răzbuna crima lor, la indicațiile lui Apollo. Decedata Clitemnestra cheamă Furiile pentru a o răzbuna și a-l pedepsi pe fiul ei. Zeițele părăsesc tărâmul de dincolo și încep să-l chinuie pe Oreste. El este ajutat de zeul Apollo, în timp ce fantoma Clitemnestrei le îmboldește pe Erinii.

La îndrumarea lui Apollo, Oreste pleacă la Atena și o roagă pe zeița Atena să îi judece cazul. Atena se teme să nu le înfurie pe Erinii, dar este de acord să supravegheze judecata. Prima dramă juridică a literaturii începe cu Atena prezidând completul de judecată. Erinii reprezintă acuzarea, în

⁷⁰ Aeschylus, *The Oresteian Trilogy*, trans. Philip Vellacott (New York: Penguin Books, 1956), 149.

timp ce acuzatul Oreste este ajutat de zeul Apollo. Furiile susțin că viața Clitemnestrei valorează la fel de mult ca a lui Agamemnon, dar Apollo replică că viața unui bărbat valorează mai mult decât viața unei femei. Juriul este împărțit, iar Atena oferă votul decisiv, achitându-l pe Oreste de crima sa.

Restul piese reprezintă discuția dintre Atena și Furiile. Acestea sunt oripilate și simt că puterea lor a fost uzurpată, dar Atena le îmbunează promițându-le o casă în orașul Atena, unde vor fienerate. Piesa se sfârșește cu zeițele care sunt însoțite către templele lor, departe sub pământ.

Interzicerea furiei femeilor

Oresteia descrie puterea antică, primară, a furiei femeilor și felul în care era lipsită de încredere și înlocuită de atitudini mai patriarhale, reprezentate de Apollo și sora sa, Atena. La urma urmei, Atena se născuse din capul tatălui ei. Apollo citează acest fapt drept dovadă:

- Mama nu este cu adevărat părintele copilului pe care îl numește al ei. Ea este sora care se îngrijește de creșterea seminței plantate de adevăratul părinte, tatăl⁷¹.

Contribuția femeilor este minimizată. Alte povești antice descriu izgonirea furiei echitabile a femeilor, inclusiv cea a lui Lilith.

În *Oresteia*, tragicul ciclu începe cu păcatul lui Agamemnon împotriva zeiței Artemis. Crima declanșează un lanț de conflicte care atârnă bărbații și femeile unii împotriva altora. Agamemnon își trădează fiica și soția, sacrificând-o pe Ifigenia pentru a-și atinge scopurile legate de război. Clitemnestra îl ucide pentru a răzbuna moartea fiicei sale, iar Oreste își omoară mama pentru a răzbuna moartea tatălui.

În conflictul dintre valorile masculine și feminine, masculinul triumfă. Deși piesa se termină într-o notă sărbătorească, soarta finală a Furiilor este ambivalentă. Au fost cumpărate cu promisiunea de a fi slăvite în Atena, și totuși sunt conduse către casa lor, adânc sub pământ. Zeii mai vechi, pământoși, ai emoțiilor primitive fac loc zeilor mai noi, ai gândurilor și rațiunii, precum Atena și Apollo. Trebuie să ne alungăm furia, deodată cu Lilith și Eriniile, dar dacă facem aceasta, ne pierdem legătura cu flacăra și puterea noastră interioară. Putem simți că furia

⁷¹ Aeschylus, *Oresteian Trilogy*, 169.

noastră este nejustificată, sau ne este greu să o exprimăm din cauză că ne temem să nu fim înțelese greșit. Furia ne rămâne atunci înăuntru, unde fermentează și se adună, uneori otrăvindu-ne cu resentimente, sau chiar cauzându-ne durere fizică sau boli. Furia poate erupe în izbucniri incontroabile și distructive. Atunci când se întâmplă astfel, cei din jurul nostru pot fi șocați, pentru că nu știau ce se pregătea înăuntru nostru timp de luni de zile. O astfel de furie poate mătura din calea sa atitudinile și așteptările rigide, poate eliberând calea pentru unele noi care să le ia locul.

Furia feminină are o rădăcină arhetipală. Se ridică atunci când femininul a fost dat la o parte. Are un simț neliniștitor, tulburător, ca și cum s-ar ridica, precum Furiile, din adâncul Tartarului, nefiind cu totul umană. Este înspăimântătoare. Ne copleșește și ne mătură din cale, umplându-ne trupurile cu putere și furie, transformându-ne temporar în Erinii. Atunci când suntem pline de furie, suntem momentan preluate de aceste zeițe antice, arhetipale. Ne putem pierde temporar accesul la abilitatea de a ne guverna impulsurile. Furia este o santinelă care ne spune că granițele noastre au fost încălcate. Poate fi clarificatoare și protectoare, dar când ne copleșește, este ca și cum aceste zeițe arhaice au sosit din adâncuri, preluând controlul asupra noastră. Acest lucru ne poate lăsa cu sentimentul că nu mai deținem nici un control.

O poveste liberiană ne oferă imaginea evocativă a felului în care furia ne poate poseda, făcându-ne să acționăm în moduri surprinzătoare. Atunci când suntem într-o astfel de stare, putem fi în pericolul de a izbucni, rănindu-i pe cei pe care îi iubim. Cu toate acestea, atunci când eroina poveștii experimentează transformarea adusă de furie, este capabilă să stabilească limite, asigurându-se că acestea nu sunt uitate.

Femeia leopard

O femeie și un bărbat făceau o călătorie dificilă printr-o pădure deasă. Femeia căra un copil în spate. Nu aveau mâncare, și li se făcea din ce în ce mai foame. Apoi, pe neașteptate, au ajuns la o poiană largă, acoperită de iarbă, pe care pășteau multe animale.

Femeia se putea transforma în orice voia, așa că soțul ei i-a spus:

- Transformă-te într-un leopard și ucide unul din animalele astea, să pot mânca ceva.

Femeia s-a uitat cu subînțeles la soțul ei.

- Chiar vrei asta? a întrebat ea.

- Da! a replicat bărbatul, căruia îi era foarte foame.

Femeia și-a luat bebelușul din spate și l-a pus jos. Pe tot corpul a început să-i crească păr. Și-a scos hainele, și fața i s-a modificat. Degetele de la mâini și de la picioare s-au transformat în gheare. În câteva momente, în fața bărbatului stătea un leopard fioros, ținându-l cu ochi înfometați. Bărbatul s-a speriat de moarte și s-a cățărât într-un copac, pentru a se proteja. Când a urcat în copac, a văzut că bebelușul era aproape în fălcile leopardului, dar a fost prea speriat pentru a coborî să-l salveze.

Când leopardul a văzut că și-a înspăimântat soțul bine de tot, a fugit la vânătoare, așa cum îi ceruse acesta. A capturat un tânăr cerb și l-a târât înapoi unde erau soțul și copilul său. Soțul a strigat, implorând-o să se transforme înapoi în femeie.

Încet, părul a dispărut, iar ghearele s-au transformat din nou în degete. În cele din urmă, a redevenit femeie. Soțul ei a fost atât de înspăimântat, încât nu a coborât din copac decât după ce ea s-a îmbrăcat din nou și și-a legat copilul în spate. Apoi, ea i-a spus:

- Nu mai cere niciodată unei femei să facă munca unui bărbat.

Această poveste simplă este plină de imagini evocative, care ilustrează enorma putere inerentă în cadrul furiei unei femei. Această putere are atât un aspect distructiv, cât și unul dătător de viață, dar odată dezlănțuită, poate fi dificil de controlat. Povestea începe cu prezentarea cuplului care face o călătorie lungă împreună cu copilul lor mic, dar rezervele le sunt epuizate – nu mai au de mâncare. Putem asemăna aceasta cu stadiul căsătoriei în care există copii mici și resurse insuficiente. Ambii părinți muncesc din greu, și există prea puțin timp sau energie pentru distracție și relaxare. Putem regresa la un sentiment de îndreptățire copilărească, că partenerul nostru trebuie să aibă grijă de noi. Putem căuta îngrijire emoțională, atenție, sau afecțiune. Desigur, acestea sunt toate nevoi esențiale și legitime în orice relație, dar atunci când ambii parteneri sunt epuizați, fiecare poate cere inconștient ca nevoile sale să fie puse pe primul loc.

Asta se întâmplă și în cazul cuplului din poveste. Atât soțul cât și soția sunt înfometați și le este greu. Soția are grijă de copil. Este egoist din partea soțului să îi ceară să vâneze pentru el. Povestea pare să reflecte realitatea faptului că femeilor li se cere adesea să care mai mult decât

partea lor din relație. “Travaliul emoțional” este un termen stabilit de către sociologul Arlie Russell Hochschild, pentru a descrie munca invizibilă depusă pentru a stabili și împlini nevoile celorlalți, pentru a face ca lucrurile să curgă lin. Această muncă este adesea făcută de către femei. În familii, de obicei femeia este cea care știe că copilul de doisprezece ani este agitat din cauza testului la istorie de a doua zi, în timp ce copilul de opt ani este supărat că nu a fost invitat la o zi de naștere. În acest timp, tatăl poate să fie neștiutor cu privire la aceste dinamici complicate. Femeile își pot asuma travaliul emoțional și pentru partenerii lor, lăsându-și la o parte nevoile pentru a-și îngriji soții după o zi lungă de lucru. Dacă un membru al cuplului este mereu cel care liniștește anxietățile celuilalt, ajutând la pansarea unui ego rănit, sau calmând conflictele dintre celălalt soț și copii, acea persoană face cea mai mare parte a travaliului emoțional. În cadrul unei relații heterosexuale, este posibil ca bărbatul să-și asume acest rol, dar de cele mai multe ori, femeia este cea care o face.

Ne putem imagina că această poveste ne arată o astfel de dinamică, prin intermediul limbajului simbolic. Ambii parteneri sunt epuizați, și li se cere să care poveri grele, dar soțul și le impune în mod nedrept pe ale sale în fața soției. El îi cere, cu egoism, să facă mai mult decât partea ei. Un aspect al oricărei relații devotate este economia griji reciproce. Întotdeauna există o oarecare negociere cu privire la cine oferă grijă și atenție, și cine le primește. Cerințele lui nedrepte dezvăluie furia ei – și ea devine un leopard feroce. Transformarea reprezintă o imagine a întruchipării furiei și revenirea la un mod instinctual de a fi. Când furia ne cuprinde atât de total, devenim consumați de această forță instinctuală, arhetipală. Devenim ceva ce nu mai este chiar uman. Accesăm o parte primară din noi însene, și valorile după care ne conducem în mod normal sunt momentan răsturnate. În forma sa de leopard, femeia reprezintă un potențial pericol chiar și pentru copilul său. Și totuși, aspectul leopard al femeii este puternic și capabil să facă rost de mâncare pentru familie.

Dacă ne dăm seama că noi facem cea mai mare parte a travaliului emoțional în cadrul relației noastre, putem începe să adresăm acest dezechilibru devenind mai conștiente de tendința de a ne asuma responsabilitatea pentru disconfortul altcuiva. Pe măsură ce devenim mai conștiente, vom fi mai ușor capabile să stabilim limite în jurul acestui impuls. Chiar dacă partenerul are cerințe nedrepte, avem puterea de a

decide dacă le îndeplinim sau nu. Declarația finală a femeii, de la sfârșitul poveștii – Nu mai cere niciodată unei femei să facă munca unui bărbat – este un “nu” clar! Acest lucru ne poate servi ca un memento pentru a crea limite ferme în jurul a ceea ce suntem dispuse să ne asumăm.

Poetul David Whyte notează că “furia simțită cu adevărat, în centrul său, este flacăra esențială de a fi pe deplin în viață și pe deplin aici”⁷². Furia ne pune în contact cu capacitatea noastră antică de a ne autoproteja. Ne oferă acces imediat la flacăra vitală din noi. Ne conectează cu substratul primordial al sistemului nervos simpatic. Inima ni se zbate în piept. Presiunea sângelui crește. Simțim un val de adrenalină. Furia ne alertează cu privire la istețimea crudă, needitată, a corpului, o cunoaștere profundă a limitelor și granițelor noastre, pe care le-am uitat, dar pe care Lilith și le amintește bine. Furia noastră poate marca revenirea ei ocazională, adesea deloc binevenită.

Revenind la poveste, femeia nu refuză cerința soțului ei. În loc să spună nu, ea face ceea ce i se cere, devenind feroasă și potențial distructivă. Femeile pot fi predispuse să-și înghită resentimentele, asumându-și prea multe. Dacă facem mai mult decât partea noastră de sarcini fizice, emoționale sau practice, rezultatul poate fi furia care se acumulează. Acesta a fost cazul clientei mele, Elle.

Furia amânată

Elle avea cincizeci și unu de ani când a venit la mine, și deja se gândea la cuibul gol de peste câțiva ani. Destul de timpuriu în cadrul relației noastre, am auzit despre frustrarea și resentimentele pe care le avea față de soțul ei, deși când i-am reflectat acest lucru, s-a oprit și s-a uitat la mine surprinsă. Nu conștientizase că se simțea atât de furioasă. Soțul ei era loial, de încredere și implicat. Cu toate acestea, era oarecum depresiv, și nu-și asumase niciodată responsabilitatea pentru propria sa fericire. Drept rezultat, avea resentimente și se simțea îndreptățit să aibă mereu o dispoziție proastă. De-a lungul celor douăzeci de ani de căsătorie, Elle se obișnuise să facă față acceselor sale constante de morocănire.

- Imaginea pe care o am, mi-a spus ea, este că am făcut o lungă călătorie cu trenul, așezată lângă un străin care a adormit cu capul pe umărul

⁷² David Whyte, *Consolations: The Solace, Nourishment, and Underlying Meaning of Everyday Words* (Langley, WA: Many Rivers Press, 2021), 19.

meu. Pe măsură ce călătoria a progresat, și-a lăsat tot mai mult din greutate pe mine. La început, nu am observat acest lucru, sau mi s-a părut că pot face față. Dar acum îmi dau seama că mă simt destul de incomfortabil.

Ca și femeia din poveste, lui Elle i se ceruse să facă mai mult decât ar fi fost partea ei. Ea era părintele principal, și lucra cu normă parțială în afara casei. De-a lungul anilor, îngrijirea numeroaselor anxietăți și temeri legate de muncă ale soțului, și a tulburărilor lui minore de ordin fizic ei deveniseră parte din rolul ei. Deoarece soțul ei era cronic deprimat și obosit, angajarea copiilor în activități distractive, sau planificarea ieșirilor plăcute împreună căzuseră în sarcina ei. Absorbit de slujba sa provocatoare și epuizantă, soțul lui Elle avea prea puțină energie sau timp pentru a se interesa de copii, și mai puțin încă de viața profesională sau emoțională a lui Elle.

Situația a ajuns într-un impas atunci când Elle a fost diagnosticată cu o boală autoimună, care o incapacita temporar din când în când, și pentru care era nevoie de tratamente dureroase, care interferau cu rutina sa. Soțul lui Elle și-a luat concediu pentru a o duce la programările de la medici, și, fără prea mult chef, și-a asumat sarcina de a-i ajuta pe copii cu pregătirile de admitere la facultate. Când Elle era întinsă în pat și nu putea găti, se ocupa el de mese, sau comanda de mâncare. Dar ea nu a simțit niciodată că-i oferă confort, sau că o poate ajuta să treacă peste teama și durerea care însoțiseră diagnosticul ei.

- Era practic acolo, mi-a spus ea. Dar emoțional, nu era prezent.

Într-o zi, când Elle avea dureri mari și se simțea deosebit de rău și de înspăimântată, soțul ei a venit acasă de la serviciu. A început o poveste lungă despre o întâlnire tensionată cu un coleg, fără să o întrebe pe ea nimic despre cum se simte. Elle a simțit că soțul ei căuta ajutor pentru a-și gestiona iritarea, supărarea și anxietatea, dar ea nu era în măsură să ofere confort, așa că a izbucnit. S-a întors către el și, cu o voce rece ca gheața, l-a întrerupt. După un exil îndelungat, Lilith se întorsese. Decadele de nevoi neîmplinite s-au ridicat din adâncurile Tartarului, cerându-și locul. L-a făcut praf, iar furia ei a surprins-o și a speriat-o.

În acea noapte, a avut visul următor:

Sunt în mașină cu soțul meu. El conduce. Mergem la un restaurant în suburbii. El conduce repede, așa cum o face de obicei. La început, mă

simt tulburată, dar apoi îmi reamintesc că este un șofer bun și că mă pot relaxa. Ajungem la restaurant și mâncăm. Este o sală mare, deschisă. Nu sunt prea multe alte cupluri acolo. Vorbim despre o bandă de zurbagii care terorizează comunitatea, intrând prin efracție în casele oamenilor și omorându-i. În vis, mi se pare că această bandă seamănă cu armata lui John Brown, din Bleeding Kansas. Sunt plini de o furie îndreptățită, dar nu discriminează atunci când folosesc violența. În timp ce discutăm despre aceasta, auzim în depărtare focuri de armă. Mă uit la soțul meu și îi spun că ar trebui să plecăm imediat. Mă simt prost că lăsăm nota neplătită, dar îmi spun că voi suna la restaurant în ziua următoare, și le voi da datele cardului meu de credit. Ieșim în parcare, și pentru moment mă simt ușurată că plecăm. Apoi mă uit pe deal și văd banda de răufăcători ieșind dintre copaci, apropiindu-se de noi. Acum sunt aproape. Știu că nu vom reuși să ajungem la mașină. Mă întreb pentru un moment scurt dacă nu ar trebui să intrăm din nou în restaurant, dar este prea târziu. Conflictul este inevitabil. Conducătoarea bandei este o femeie, plină de furie.

Visul reprezintă o declarație elocventă despre starea căsniciei sale, despre cum a ajuns acolo, și unde s-ar putea îndrepta. Asocierea lui Elle cu suburbiile era că acestea sunt locuri neautentice, unde oamenii merg pentru a scăpa de tensiunile lumii adevărate, din oraș. Așadar, cina în suburbii reprezenta o evitare a conflictului din căsătoria ei. Vorbea despre tendința ei de a lua lucrurile cum sunt, pretinzând că totul era bine – o strategie pe care o adoptase pentru mult timp în cadrul căsătoriei.

Elle a descris scena din restaurant drept plină de serenitate și elegantă, chiar dacă puțin rigidă. Acest lucru oferă un contrast notabil cu ceea ce urmează. Restaurantul oferă o imagine a ceea ce devenise mariajul ei. La suprafață, lucrurile păreau calme și plăcute, dar erau și lipsite de îndrăzneală, sau de autenticitatea sentimentelor. În vis, există zvonuri despre forțe care vor schimba totul.

Răzbunarea

Lui Elle îi plăcea istoria, și recent citise o carte despre John Brown și rolul său din episodul Bleeding Kansas, perioada care a dus la războiul civil american. Ea a explicat că în mai 1856, abolitionistul John Brown a mărșăluit prin teritoriul statului Kansas, alături de alți câțiva bărbați, ca

răspuns la Sack of Lawrence, un atac dintr-un alt oraș, comis de către un grup pro sclavie. Într-o noapte, John Brown a târât cinci bărbați din casele lor și i-a ucis. El simțea că are misiunea divină de a împărți dreptatea lui Dumnezeu.

Asocierea lui Elle cu John Brown a deschis o discuție bogată, în cadrul căreia complexitățile istorice rezonau cu starea sa psihică. Cauza lui John Brown era una dreaptă. El era implicat profund în abolirea sclaviei și în justiția rasială. Păstra legătura cu Harriet Tubman și colabora cu Frederick Douglass. Și totuși, dădea semne de zelotism și extremism. Din punct de vedere psihologic, putem spune că era activat. Se vedea ca un instrument al lui Dumnezeu, și credea că munca sa în slujba eliberării din sclavie era o obligație sacră. Deoarece credea că Dumnezeu îl însărcinase să dea o lovitură sclaviei, scopul scuza mijloacele, așa că a cedat în fața excesului și a fanatismului. După timpul petrecut în Kansas, a organizat un raid asupra Harper's Ferry, care a dus în cele din urmă la capturarea și executarea sa. Unii și-l amintesc drept un vizionar și un martir, iar alții ca pe un nebun și terorist.

Tipul acesta de furie îndreptățită este, așadar profund ambivalent. Brown a simțit că violența era necesară, deoarece alte mijloace de a adresa injustețea rasială nu funcționaseră. Astfel de abordări extreme ale unei probleme pot duce la deblocarea lucrurilor, scuturându-le, creând noi posibilități. Cu toate acestea, ele sunt de asemenea distructive într-un mod nediscriminant. Mulți oameni au murit în timpul activităților din Kansas ale lui John Brown, și în timpul atacului de la Harper's Ferry. Acțiunile lui John Brown și atenția excesivă pe care a primit-o procesul lui au fost catalizatori importanți ai războiului civil – războiul cu cele mai multe victime în care au luptat Statele Unite vreodată, și care a dus la sfârșitul sclaviei.

Sclavia fusese un episod greșit prezent încă de la fondarea națiunii, și care în cele din urmă ceruse răzbunare – și încă una violentă. Psihicul lui Elle a perceput această poveste ca o metaforă pentru căsătoria ei. La începutul uniunii lor, ea luase decizia inconștientă de a-și sacrifica nevoile în interesul armoniei. Ca și infamul Compromis de trei cincimi din Constituția Statelor Unite, renunțarea lui Elle a permis prezența armoniei pe termen mediu, dar a reprezentat doar un mod de a întârzia un eventual conflict.

Brutalitățile din Kansas ale lui John Brown au prefigurat enormele violențe

și pierderi aduse de către războiul civil, cu doar un deceniu mai târziu. Impulsul eliberator reprimat, odată dezlănțuit, nu a fost moderat sau circumspect, ci plin de o furie îndreptățită. Visul a făcut-o pe Elle atentă asupra faptului că un proces similar avea loc în psihicul ei. Nevoile pe care și le ignorase zilnic, miile de feluri în care capitulase cu privire la lucrurile mărunte, care totuși însemnau mult, toate acestea au cuprins-o ca un vârtej. Acest tip de furie nu este potrivit pentru a face modificări de finețe. Ca în vis, folosirea "violenței" nu discriminează.

Desigur, suferințele la care au fost supuși sclavii sunt de neconceput, și nu pot fi comparate în mod realist cu greutățile pe care le avea Elle în mariaj. Un adevăr despre vise este acela că adesea ne vorbesc în hiperbole. Tendința inconștientului de a exagera lucrurile nu minimizează violența extrem de reală și injuste rezultate în urma sclaviei.

În locul lui John Brown, banda este condusă de o femeie – o imagine izbitoare și înspăimântătoare a zeiței însăși. Ca și Furiile chemate din Tartar de către Clitemnestra, ea a apărut pe scenă pentru a pune în aplicare răzbunarea și a da o lovitură pentru eliberare din propriile atitudini. Și totuși, la fel ca John Brown, ea este ambivalentă. Aduce cu sine energia și dreptatea morală ce forțează o răfuială, și pune capăt modurilor vechi, blocate, de a funcționa în cadrul relației. Și este înspăimântătoare.

În vis, Elle caută să evite conflictul cu această energie furioasă. Strategia din vis reflectă strategia din viața reală de a evita conflictele. În timpul căsătoriei sale, a pus adesea capăt discuțiilor pentru a evita o ceartă, sau a folosit raționalizarea pentru a-și reduce la tăcere iritarea sau dezamăgirea. Lăsarea notei neplătite vorbește elocvent despre datoriile emoționale pe care le-a acumulat de-a lungul anilor, din cauza acestei abordări. Mereu gata să evite conflictele și să plătească costurile a doua zi, adunase multe astfel de note neplătite. Visul arată că încearcă din nou să evite un conflict, dar este prea târziu. Zeița furiei a ajuns la ea. Va exista o răfuială. Unele atitudini vechi vor muri, și unele versiuni ale ei și ale căsătoriei ei vor fi executate în mod brutal.

O vizită a zeiței

În citatul cu care începe acest capitol, analista jungiană Marion Woodman arată clar că o izbucnire a furiei arhetipale, ca cea trăită de Elle, reprezintă o vizită din partea zeiței. Când i se face față în mod potrivit, o

astfel de vizită ne poate crea o “casă mult mai mare”.

Dar cum eliberăm în mod potrivit această furie? Așa cum am văzut, este capabilă de mari distrugerii, și de înnoiri dătătoare de viață. Sedna, una din principalele zeități ale inuiților, este o altă zeiță îndepărtată și plină de furie, a cărei poveste ne poate oferi înțelepciune cu privire la modul în care putem aborda această dilemă. Deși există multe variante ale acestei povești, elementele importante sunt consistente de-a lungul tuturor versiunilor.

Sedna

Sedna era o tânără femeie frumoasă, cu mulți pețitori, pe care însă i-a respins. Într-o zi, un bărbat pe care nu-l întâlnise niciodată a venit să-i facă curte. Era excesiv de frumos și bine îmbrăcat. Sedna a fost repede de acord să se căsătorească cu el. El a dus-o departe, pe insula pe care locuia, unde i-a dezvăluit că nu era un om, ci o pasăre acvatică. Ea a fost forțată să trăiască alături de el și să mănânce pește, pentru că numai asta putea el prinde. Lui Sedna îi era dor de familia ei. Îi era dor de carne și de blănuri călduroase.

Primăvara, când gheața a început să se topească, tatăl lui Sedna a urcat în caiac și s-a dus să-și viziteze fiica. Când a aflat cum fusese păcălită, și a văzut ce fel de viață ducea, s-a înfuriat la culme. I-a ucis soțul pasăre, și-a pus fiica în caiac și a ponit spre casă. Dar când prietenii omului pasăre s-au întors, și l-au găsit pe el mort și pe soția lui absentă, au zburat la caiac și au dat din aripi, provocând o furtună puternică. Micuța barcă s-a legănat periculos pe coama valurilor. Tatăl lui Sedna a știut că sunt pe cale să moară, dacă nu se putea gândi la ceva care să-i salveze. S-a gândit că păsările l-ar putea cruța dacă își arunca fiica peste bord. La urma urmei, ea era vinovată de această situație, pentru că refuzase să se căsătorească cu oricare din pețitorii locali care îi ceruseră mâna. A aruncat-o peste bord, dar ea s-a agățat cu disperare de marginea caiacului. Tatăl ei a scos o secure și i-a tăiat degetele până la prima falangă. Vârfurile degetelor ei s-au preschimbat în focuri. Totuși, ea s-a ținut în continuare. Tatăl ei i-a tăiat degetele până la a doua falangă, și aceste părți au devenit lei de mare. Și totuși, ea s-a ținut în continuare de marginea bărcii. În cele din urmă, tatăl ei i-a tăiat restul degetelor, care au devenit balene. Atunci, Sedna s-a scufundat în adâncul oceanului.

Sedna a devenit zeița lumii de dedesubt, cât și zeița dătătoare de viață

care controla accesul la animalele de care inuiții depindeau pentru a putea supraviețui. Atunci când se înfurie, poate provoca furtuni însemnate și ascunde animalele de vânători. Apoi, un șaman trebuie să călătorească în adâncime și să o înduplece, pieptănându-i părul.

Sedna este imaginea femininului arhetipal, deposedat. Ea a fost pedepsită și respinsă din cauza lipsei ei de umilință și obediență. Furia care rezultă este lipsită de cuvinte și elementară. La fel cum Eriniile sunt conduse către o casă subterană de sub Atena, iar Lilith se îndepărtează de Rai, la fel și Sedna se scufundă într-o obscuritate lipsită de cuvinte, la fundul oceanului. Acolo, ea este dătătoarea de viață și furnizoarea hranei. Nu este posibil să o reînviem sau să o salvăm. Este prea primitivă pentru așa ceva. Dar poate fi onorată, și poate fi îngrijită cu iubire atunci când este tulburată.

Resentimentele de durată

Furia se poate naște din resentimentele vechi, iar relațiile intime produc zilnic mii de motive de iritare. Armonia în relațiile apropiate cere compromisuri, ceea ce înseamnă că trebuie să ne adaptăm la lucrurile care ne irită sau ne dezamăgesc. De exemplu, pentru a face o căsătorie să meargă, va trebui să trecem cu vederea anumite lucruri. Poate fi în interesul păstrării intimității și sentimentului de bine să ne distragem atenția de la dezamăgirile sau iritățile minore. Cu toate acestea, iritarea poate fi prima notă de avertizare, subtilă, a faptului că ceva nu este chiar cum trebuie, că suntem ignorate, devalorizate, sau discreditate. Ignorarea acestor avertismente reprezintă un act de trădare de sine, dar trupurile noastre nu ne lasă să uităm acest lucru nici dacă am vrea. Resentimentul se adună cam în același fel ca tăciunii stinși, așa cum s-a întâmplat în cazul lui Elle. Poeta Dorha Hayes a surprins pericolul resentimentelor nerezolvate în poemul său.

Pericol de foc

Plină de fleacuri amestecate

O scânteie poate da foc unui om.

Ce-i adunat grămadă printre gunoaie va izbucni pe dată

În flăcări.

Nimeni nu știe cât de inflamabil este,

Cât de ușor poate cădea pradă furiei fără control,
Dacă nu știe ce are adunat în sine
Și nu poate evalua unde este pericolul de explozie.
Un om lipsit de structură și principii
Trăiește în pericolul de a fugi din calea flăcărilor purtate de vânt.
Pare acum că vreau profunzime?
Stau pe un morman de cenușă fumegând și pe pământul pârlolit.⁷³

Resentimentele neadresate se pot aduna – în viețile și în căsătoriile noastre – ca un fel de gunoi combustibil. Când se întâmplă așa, scânteia vitală a furiei noastre poate declanșa o conflagrație.

Așa s-a întâmplat cu Elle. Cearta ei din acea seară cu soțul său a declanșat o confruntare mult amânată, în cadrul căreia ea s-a luptat să își exprime durerile și resentimentele adunate de-a lungul anilor, și să-și asume responsabilitatea pentru nevoile și dorințele ei. Furia temută, anunțată de vis, era una distructivă, dar mai cu seamă la adresa atitudinilor vechi și a modurilor depășite de a reacționa. Distrugerea lor era necesară. Conflictul fusese inevitabil.

Când resentimentele de durată se adună între două persoane, funcționează ca un fel de carapace groasă care ne împiedică să simțim căldura și conectarea. Aerul dintre aceste două persoane se răcește treptat, până devine ca gheața. Pentru ca sentimentele să se încălzească, trebuie ca resentimentele să fie aerisite. Trebuie să putem vorbi cu partenerul despre durerile și dezamăgirile noastre, și să știm că acestea sunt primite cu compasiune – și trebuie să putem face același lucru pentru partener. Momentul în care începem să discutăm despre resentimente, însă, este plin de pericole, așa cum a fost în cazul lui Elle. Când resentimentele se aprind, pot arde totul în calea lor, dacă flacăra scapă de sub control. O asemenea sarcină trebuie îndeplinită într-un mod controlat, în vreme ce încercăm, în același timp, să revenim la vulnerabilitate și la conexiunea cu

⁷³ Dorsha Hayes, *The Bell Branch Rings* (New York: W. L. Bauhan, 1972), p. 26.

partenerul. Atunci durerea și furia din trecut pot fi aerisite fără a face prea mult rău ireparabil. Dacă resentimentele vechi vă înăbușă relația, la fel ca deșeurile inflamabile din poezia lui Hayes, poate fi de ajutor să vizitați un terapeut de cuplu experimentat, care să vă ghideze. El sau ea vă poate ajuta la crearea unui spațiu în care durerile vechi să poată fi auzite, și la dozarea focului care altfel ar putea scăpa de sub control.

Când a fost înființat Parcul Național Yellowstone, armata Statelor Unite a muncit pentru a suprima focurile izbucnite în mod spontan, din cauza trăsnetelor. Cu toate acestea, ecologiștii au ajuns să înțeleagă focul drept un element important și necesar al schimbărilor dintr-o pădure. Când focurilor li se permite să ardă în mod natural, ele consumă crengile moarte, frunzele și alte resturi, ajutând pădurea să împiedice alte conflagrații mai mari, mai distructive. Focul redă solului factorii nutritivi, și deschide spațiul, astfel încât lumina soarelui poate ajunge între copaci, permițând creșterea copacilor noi, tineri. Semințele pinului de mal sunt sigilate bine în conuri, cu o rășină rezistentă, care se topește numai la temperaturi extrem de ridicate. Acești minunați copaci depind de foc pentru a-și putea împrăști semințele, permițând noii vieți să crească.

Furia nu este o emoție ușor de îmblânzit sau civilizat. Este posibil să fie eliberată într-o manieră lentă, controlată, sau i se poate permite să-și aibă propriul tărm, la fundul oceanului nostru psihic. Îi putem recunoaște importanța, capacitatea de protecție și chiar cea dătătoare de viață. Ne putem aprecia abilitatea de a ne înfuria, și atunci când apare furia, îi putem onora intenția de a ne proteja și pune la adăpost, și de a ne scăpa sufletele de crengile vechi, făcând loc noii vieți. În loc de a renega furia, sau de a ne simți rușinate din cauza ei, o putem vedea drept ceea ce este – o conduită pentru înțelepciunea ancestrală ce doarme în noi. Această abilitate adormită reprezintă unul din aspectele zeiței neîmblânzite, vie în fiecare dintre noi, și ne putem întoarce spre ea cu tandrețe și grațitudine, pieptănându-i părul în adâncime, recunoscătoare pentru darurile pe care ni le oferă.

Întrebări pentru reflecție

1. În "Femeia leopard", cuplul face o călătorie dificilă. Cum ați

gestionat relațiile atunci când viața a fost plină de provocări? Ați dus o parte mai mare din povară, sau ați căutat îngrijire?

2. În poveste, femeia se transformă într-un leopard periculos. Ce se întâmplă atunci când vă enervați? Unde simțiți furia în corp? Cum o exprimați, și cum se manifestă de obicei în relațiile voastre apropiate?
3. Atunci când intrăm în contact cu furia noastră arhetipală, ne putem teme că vom pierde controlul sau vom răni pe cineva. Când v-a făcut furia voastră să vă temeți? Ce ați făcut în aceste circumstanțe?
4. Femeia leopard poate fi periculoasă pentru soțul și copilul ei, dar și vânează pentru a le potoli foamea. Furia poate fi dătătoare de viață, ajutându-ne să stabilim limite și să ne urmăm dorințele. Când anume a fost furia benefică pentru voi? Când v-a ajutat să vă îndepliniți un scop?
5. Când Sedna se înfurie, naște furtuni în lumea de deasupra. Furia se ridică întâi în corpurile noastre, și îi putem simți efectele la suprafața abia după un timp. Cum știți când sunteți furioase? Ce senzații subtile – sau mai puțin subtile – observați?

Capitolul 8

Autoritatea: trecerea pragului

...Trezirea autorității interioare cere supunere față de autoritatea adevărată a altora. Problemele legate de autoritate pot fi rezolvate numai prin dezvoltarea autorității interioare autentice. "Autoritatea autentică" și supunerea merg mână în mână; nu se poate învăța una fără cealaltă. Michael Meade, *The Water of Life: Initiation and the Tempering of the Soul*

Copilăria lui Eleanor Roosevelt a fost marcată de greutate. Tatăl ei era un alcoolic, și până la zece ani, ea și-a pierdut ambii părinți și un frate. În copilărie, Eleanor era timidă, nesigură și stângace. Trei ani de studiu în Anglia, în adolescență, au ajutat-o să devină mai plină de încredere, și au

expus-o problemelor sociale și lumii ideilor. Implicarea ei în mișcarea adăposturilor din New York City i-a deschis ochii asupra cauzelor progresiste. Dar căsătoria cu vărul său îndepărtat, Franklin Delano Roosevelt a pus brusc capăt intereselor sale de acest gen. Mama lui Franklin, Sara, controla fiecare aspect al vieții lui Eleanor, și tânăra femeie a ajuns să se străduiască că placă, și să-și piardă încrederea în abilitățile și ideile sale.

Când au început să sosească copiii, Sara a muncit din greu pentru a uzurpa rolul de mamă al lui Eleanor, insistând să comande ea totul și sugerând cu fiecare ocazie că Eleanor era incompetentă. "Eu am fost adevărata voastră mamă", le-a spus ea copiilor. "Eleanor doar v-a născut"⁷⁴. Sara a supravegheat planul și construcția celor două case unite – una pentru Eleanor și Franklin, cealaltă pentru ea. Între cele două case existau pasaje de trecere, la fiecare nivel, astfel încât Sara putea veni și pleca după voie în casa fiului și a nurerii sale.

Sub influența soacrei sale atât de controlatoare, Eleanor și-a abandonat interesele în subiectele progresiste și a adoptat vederile înguste ale femeii mai în vârstă. S-a retras din activitățile în care fusese implicată, și s-a concentrat pe a fi o mamă și o soție convențională. "Rareori își exprima opinia, nu se contrazicea niciodată cu ceilalți, și nu arăta care sunt adevăratele ei sentimente față de o chestiune sau alta. Dar deseori se simțea mizerabil"⁷⁵.

Lucrurile s-au schimbat pentru Eleanor când Franklin a intrat în politică. Ea și-a încurajat și și-a sfătuit plină de entuziasm soțul. Când el a câștigat un loc în senatul Statelor Unite, cuplul s-a mutat în Albany, iar Eleanor s-a bucurat de distanța fizică față de soacra ei, care i-a permis să devină stăpâna propriei case pentru prima dată. Aici, era capabilă să-și exercite autoritatea. În anii care au urmat, Eleanor Roosevelt a fost o sfătuitoare importantă a soțului ei președinte, o susținătoare pe față a drepturilor civile pentru americanii de origine africană, și o avocată a refugiaților, femeilor și săracilor. Este considerată a fi cea mai mare și mai influentă primă doamnă a Americii.

Autoritatea interioară vine nu din putere, poziție sau titlu, ci dintr-o

⁷⁴ Blanche Wiesen Cook, *Eleanor Roosevelt: Volume One: 1884–1933* (New York, NY: Penguin, 1993), 179.

⁷⁵ Cook, *Eleanor Roosevelt*, 179.

cunoaștere profundă, tacită, a cine suntem. Venim pe lume cu capacitatea necesară pentru această cunoaștere, dar ne putem separa de ea pe măsură ce alții ne spun cine ar trebui să fim, sau ce ar trebui să dorim. În cultura noastră, reclamele și alte mesaje ne bombardează și ne manipulează în a vrea lucruri. Temerile noastre ne vorbesc și ne spun să alegem siguranța, și să ignorăm vocile care ne șoptesc despre doruri străvechi. Autoritatea se referă la a reclama ceea ce știm noi despre noi. Ea ne cere să ne conectăm cu înțelepciunea noastră profundă, care nu a pierdut niciodată legătura cu cele mai autentice adevăruri ale noastre.

Ca și Eleanor Roosevelt, putem lăsa în spate rolul de fecioară care face pe plac, devenind matroane puternice pe măsură ce înaintăm în vârstă. Pentru a atinge acest prag, trebuie să ne reclamăm autoritatea. A face acest lucru va prezenta în mod obligatoriu o provocare pentru toți acei care au fost deasupra noastră. Conflictul dintre o femeie și soacra sa reprezintă expresia arhetipală a concursului pentru dominare între generații. Femeile vor trebui să facă față acestei lupte fie că au sau nu o soacră. Provocarea celor care au avut autoritatea asupra noastră ne va cere putere, îndrăzneală și curaj. Dezvoltarea acestor potențiale ne va ajuta să facem trecerea de la tinerele fetișcane la femeia puternică.

Există un motiv pentru care glumele despre soacre sunt atât de omniprezente. Soacrele teribile apar frecvent în filme și spectacole TV. Soacrele apar, de asemenea, în multe basme și mituri, unde adesea își oprimă și subminează nurorile. Povestea din Vechiul Testament, despre relația tandră dintre Ruth și soacra sa, Naomi, este una din excepțiile notabile. În viețile noastre, problemele dintre soacre și nurori pot apărea într-un miliard de permutări. Multe tinere soții s-au simțit certate sau respinse de soacre. Femeile mai în vârstă se pot adesea simți nerespectate sau date la o parte de nurorile care nu le apreciază înțelepciunea sau poziția. Pe de altă parte, relațiile din lumea reală dintre două femei pot fi calde, pline de iubire și sprijin.

Poveștile cu soacre apar peste tot în lume, deoarece tensiunea intergenerațională reprezintă un tipar universal. Cu alte cuvinte, conflictul dintre mama și soția unui bărbat sunt arhetipale. Soacra este un aspect al arhetipului mamei, care ne stă în cale în timp ce navigăm înspre a ne reclama autoritatea. Negocierea dintre soacră și noră este o reprezentare simbolică a provocării prin care trebuie să treacă toate femeile.

Deoarece este vorba despre un tipar arhetipal, acesta poate apărea în

multe locuri din viețile noastre – nu doar în cazul interacțiunilor cu soacrele. Camilla a lucrat într-o mică firmă de design în cea mai mare parte a carierei sale. Fondatoarea firmei o angajase pe Camilla când aceasta fusese tânără, și îi fusese un mentor important. Dar pe măsură ce Camilla și-a dezvoltat abilitățile și autoritatea, a descoperit că vechea relație care i se părea plină de sprijin, acum o irita.

- Nimeni nu a făcut nimic rău, mi-a spus ea. Dar am descoperit că am cunoștințele și opiniile mele și propriul meu fel de a face lucrurile, și mă loveam puțin cam mult de unele din femeile cu autoritate.

În cele din urmă a plecat din firmă pentru a lucra pe cont propriu. Deși a păstrat relații bune cu fosta șefă și cu colegii, pentru ea venise timpul să-și reclame autoritatea interioară și să stea pe propriile sale picioare.

Un mit din Grecia antică ne spune povestea lui Psyche, care a trebuit să treacă prin multe încercări înainte de a-și exercita autoritatea sa interioară, profundă. Din nefericire, ea a avut nenorocul de a avea probabil cea mai rea soacră din lume – pe Afrodita.

Eros și Psyche

Trăiau odată un rege și o regină care aveau trei fete frumoase. Cele două mai mari erau minunate dincolo de cuvinte, dar cea mai tânără, Psyche, era atât de frumoasă, încât chiar și zeițele erau invidioase. Oamenii din acel regat au început să-i ofere lui Psyche onorurile rezervate de obicei pentru însăși Afrodita. Aceasta s-a umplut de mânie văzând acest lucru. Și-a trimis fiul, pe Eros, la Psyche, pentru ca el să o facă să se îndrăgostească de o ființă josnică și dezgustătoare. Dar când Eros a văzut-o pe frumoasa Psyche, s-a îndrăgostit de ea și a ales să nu-și asculte mama.

Între timp, tatăl lui Psyche plecase să consulte oracolul din Delphi, pentru a înțelege de ce Psyche nu avea pețitori. Bărbații erau fericiți să o admire, dar nici unul nu venise să o ceară de soție. Oracolul i-a oferit cea mai groaznică profeție: tatăl lui Psyche urma săfie instruit să-și îmbrace fiica în negru și să o lase singură pe un munte să-și aștepte pețitorul, un șarpe înaripat ce avea să o ia cu el.

Așadar, Psyche a fost lăsată singură și înspăimântată pe munte; familia ei a plâns-o ca și cum ar fi murit. În timp ce stătea acolo, tremurând, o briză blândă a sosit și a transportat-o într-o frumoasă vale, lângă un palat. O voce i-a spus că palatul era al ei, și a invitat-o să se simtă ca acasă. În

timpul zilei, era slujită de mâini invizibile. S-a îmbăiat, a mâncat, era mereu însoțită de sunetele blânde ale unei harpe. Deși nu a văzut pe nimeni altcineva, știa că soțul ei avea să vină noaptea. În întuneric, el a venit la ea. I-a vorbit cu iubire și ea a cunoscut o mare fericire.

Psyche își petrecea zilele plimbându-se prin frumosul palat și fiind servită de slujitori nevăzuți, iar nopțile, în brațele soțului ei iubitor. Timp de multe luni, a simțit o mare bucurie. Dar după ce a trecut un timp, a început să se simtă plictisită și singură în timpul zilei, și tot mai nesatisfăcută de faptul că nu știa cum arată soțul ei, deoarece acesta venea numai în întunericul nopții. Mai mult, îi era dor de familia sa și știa că ei erau îngrijorați cu privire la soarta ei. În cele din urmă, și-a întrebat soțul dacă surorile ei puteau veni să o viziteze și să le spună părinților că era bine. La început, soțul ei a spus nu, dar Psyche s-a întristat atât de mult, încât până la urmă el a cedat. Dar a avertizat-o să nu se lase influențată de surorile ei, altfel relația lor s-ar fi sfârșit.

În ziua următoare, cele două surori ale lui Psyche au fost transportate de briza blândă din vest până la palat. Ele au fost copleșite de frumusețea și bogăția de care avea parte sora lor mai mică. S-au bucurat de muzica blândă și de vinurile delicioase, iar invidia li s-a cuibărit în inimă. Întreaga zi, au potopit-o pe Psyche cu întrebări despre cine era soțul ei. Doar un rege sau chiar un zeu putea avea o asemenea bogăție. Cine era? Cum arăta? Psyche nu avea nici un răspuns. Copleșite de invidie față de poziția lui Psyche, cele două surori au născocit un plan. Ele au plantat semințele fricii și îndoiiilor în inima fetei. I-au spus lui Psyche că soțul ei trebuie să fie într-adevăr șarpele înaripat pe care îl prezisese oracolul. Poate că era dezgustător și urât, sau chiar periculos.

- Cum poți dormi cu o creatură atât de oribilă? au întrebat-o ele.

Din acea zi încolo, sentimentele lui Psyche față de soțul ei au fost otrăvite de îndoieli amare. De ce nu o lăsa să-l vadă? Ce motiv putea avea, în afară de acela că era un monstru hidos? Astfel de gânduri au bântuit-o zile întregi, până când în cele din urmă a hotărât să-l deconspire. După ce soțul ei a adormit, ea a aprins pe tăcute o lumânare. Psyche a icnit. Pata de lumină care a căzut peste chipul soțului ei adormit a dezvăluit nu un monstru, ci cel mai frumos bărbat pe care îl văzuse vreodată. Dar în timp ce îl mângâia cu privirea, o picătură de ceară a căzut pe spatele lui. El s-a trezit speriat. Dându-și seama pe dată ce se întâmplase, a ieșit în grabă din cameră.

Psyche și-a dat seama că soțul ei nu era altul decât Eros, zeul iubirii și fiul Afroditei. Cuprinsă de tristețe și disperare, a început să-l caute peste tot, dar în zadar. Chiar și Hera și Demetra au refuzat să o ajute, temându-se să nu o supere pe Afrodita, care era încă geloasă pe frumusețea lui Psyche, și furioasă că fiul ei nu o ascultase. În cele din urmă, Psyche nu a avut de ales decât să meargă la templul Afroditei și să se confrunte cu soacra sa.

Zeița infuriată a prins-o pe Psyche de păr și i-a sfâșiat hainele.

- Ah... ai venit în cele din urmă să-i arăți respect soacrei tale, nu-i așa? a spus ea.

A jignit-o pe Psyche pentru nesăbuiința ei. Apoi și-a trimis cei doi servitori, Tristețea și Durerea, să o chinuie pe tânăra femeie, dându-i niște sarcini aproape imposibile. Ca primă sarcină, Afrodita a amestecat o mare cantitate de grâu, mei, semințe de mac, mazăre, linte și fasole. A instruit-o pe Psyche să separe toate semințele în grămezi diferite, într-o singură zi. Psyche a fost copleșită de sarcina ce i se întindea în față, și a început să plângă. O furnică a auzit-o și i s-a făcut milă de ea. Și-a chemat celelalte furnici și ele au sortat repede grămezile de semințe.

Zeița nu s-a îmblânzit, și i-a dat lui Psyche o altă sarcină. O turmă de oi ucigașe, cu coarne ascuțite, aveau lâna de aur. Afrodita a însărcinat-o pe Psyche cu adunatul lânii de aur de la aceste oi. Din nou, Psyche a fost cuprinsă de disperare. De data aceasta, o trestie care creștea pe malul râului i-a cântat un cântec duios, sfătuind-o să aștepte până când oile adormeau, în căldura zilei, și apoi să culeagă smocurile de lână prinse în scaieți. Psyche a făcut așa cum i s-a spus și a adus grămezi de lână pe care le-a pus în poala Afroditei, dar zeița nu a fost satisfăcută.

Ea i-a înmănat lui Psyche un borcan și i-a spus că trebuie să se întoarcă cu borcanul plin cu apă de la izvorul râului Styx. Psyche s-a cățărât pe stânci alunecoase pentru a ajunge în locul de unde izvora râul, pe o pantă abruptă. Pe ambele maluri pândeau dragoni. Psyche era sigură că avea să moară. Dar atunci, vulturul lui Zeus a văzut-o din ceruri. Pasărea îi era datoare lui Eros cu o favoare, așa că a coborât, a luat borcanul de la Psyche, l-a umplut înainte ca dragonii să-l atace, și i l-a înapoiat fetei.

Când aceasta s-a întors cu borcanul plin de apă din Styx la Afrodita, zeița a fost mai hotărâtă ca niciodată să-i dea o sarcină care să o termine. Afrodita i-a spus lui Psyche să călătorească în lumea de dincolo și să umple o cutie cu frumusețea zeiței Persefona, apoi să i-o aducă Afroditei.

Dar tânăra nu trebuia să deschidă cutia cu nici un preț.

Acum, Psyche era cu adevărat disperată, deoarece și-a dat seama că putea călători în Tartar doar ca o persoană moartă. Trebuia să se sinucidă pentru a putea îndeplini această sarcină? S-a urcat într-un turn înalt, pregătindu-se să se arunce, dar turnul i-a vorbit. I-a spus cum putea să intre în lumea de dincolo. A instruit-o să ia monede cu care să-l plătească pe Caron, cel care transporta cu barca sufletele, peste Styx. Turnul i-a mai spus să mai ia două bucăți de pâine înmuiate în miere pentru Cerber, câinele cu trei capete care păzește intrarea în Tartar.

Turnul a mai avertizat-o că un cadavru avea să plutească pe lângă barcă, implorând să fie luat sus, în timp ce ea avea să traverseze Styxul. Psyche nu trebuia cu nici un chip să arate milă pentru această persoană. Trebuia să-și acopere urechile și să-i ignore rugămințile. Turnul i-a spus că, odată ajunsă la țărm, avea să întâlnească trei femei ce țeseau, și care aveau să-i ceară ajutorul, dar că trebuia să le refuze. În cele din urmă, turnul a instruit-o cum să folosească pâinea înmuiată pentru a-l îmblânzi pe Cerber. Urmând instrucțiunile turnului, Psyche a reușit să-și îndeplinească sarcina, și a ajuns pe drumul de întoarcere spre lumea de deasupra, având asupra ei cutia. Dar în ultimul moment, curiozitatea a învins-o.

- Aș fi o nesăbuită să car cutia aceasta plină cu o frumusețe divină, și să nu iau puțină pentru folosința mea, și-a spus ea.

Așa că a deschis cutia și a fost cuprinsă pe dată de un somn adânc. A căzut jos și a rămas nemișcată, ca un cadavru.

De când o părăsise pe Psyche, Eros fusese ținut prizonier de mama sa furioasă. Dar nu mai putea suporta să fie despărțit de Psyche. A zburat la aceasta și a dat la o parte norul de somn de deasupra ei. A închis cutia și i-a dat-o, spunându-i să ducă la bun sfârșit sarcina pe care i-o dăduse mama lui. Apoi a zburat în Olimp și l-a implorat pe Zeus să binecuvânteze căsătoria lui cu Psyche, ceea ce Zeus a făcut bucuros. Pentru a alina furia Afroditei, Zeus a invitat-o pe Psyche în Olimp și i-a dat să bea din nectarul zeilor, pentru a deveni astfel nemuritoare. În acest fel, Afrodita nu mai avea motive să fie supărată că fiul ei se căsătorise cu cineva sub demnitatea sa.

Nunta lui Psyche cu Eros a fost sărbătorită cu mare bucurie. Chiar și Afrodita a dansat. La timpul potrivit, Psyche a dat naștere unei fiice, pe care a numit-o Plăcere.

De la începutul acestei povești, conflictul central este între Psyche și Afrodita. Femeia mai tânără reprezintă o provocare la adresa supremației celei mai în vârstă – frumusețea lui Psyche este venerată chiar mai mult decât cea a zeiței iubirii înseși. O femeie puternică, ce se percepe ca atractivă, plină de încredere și capabilă, se poate simți amenințată de sosirea unei femei mai tinere, plină de promisiune și frumusețe. Această situație psihologică se poate desfășura în sfera personală sau profesională – are o fundație arhetipală. În viață există un moment în care ne putem reclama puterea și autoritatea. Cu toate acestea, în alte momente, trebuie să le cedăm generației care urmează. Povestea lui Psyche și Eros ilustrează scheletul universal al acestei situații și relevă sarcinile considerabile pe care le poate avea femeia mai tânără atunci când navighează prin acest transfer generațional de putere.

Psyche atrage invidia Afroditei prin ceva ce nu reprezintă vina ei. În prima parte a poveștii, ea este pasivă, zburând purtată de briză. Nu caută laudele care vin către ea, nici nu răspunde prin acțiuni ținute. Ea este, pur și simplu, victima inocentă a atacurilor pline de gelozie ale Afroditei. Mai târziu, devine mireasa secretă a lui Eros. Nici măcar nu este curioasă cu privire la locul în care se află, la cum a ajuns acolo, sau cine este bărbatul misterios care o vizitează în fiecare noapte.

Pasivitatea lui Psyche duce la un punct culminant temporar în mijlocul poveștii. Este foarte fericită în palatul ei frumos, cu soțul său misterios. Cu toate acestea, începe să se simtă singură și plictisită. Singurătatea și plictiseala sunt sentimente pe care le trăim atunci când recunoaștem că ne-am blocat. Ne simțim neliniștite, nu mai suntem în largul nostru. Uneori nu știm exact ce anume este în neregulă, dar simțim că ceva nu este așa cum trebuie. Aceste sentimente ne îndeamnă adesea să acționăm, uneori impulsiv. Chiar dacă pasul nu este bine gândit, uneori poate pune ceva în mișcare, deblocându-ne.

Așa se întâmplă și în cazul lui Psyche. Sentimentele ei de neliniște aduc cu ele dorința de a-și vedea surorile. Din punct de vedere psihologic, putem spune că o parte din ea recunoaște că este nevoie de schimbare și de distrugere. Partea aceea este aliniată la surorile sale. Acestea sunt motivate de gelozie și plănuiesc să aducă sfârșitul fericirii lui Psyche. Dar le putem vedea și ca pe niște factori psihici care intenționează să spargă blocajul sau să distrugă modurile prea rigide de a acționa. Surorile nu îi

vor permite lui Psyche să rămână pasivă și inconștientă.

Când Psyche aprinde lumânarea, ea aduce situația la nivel conștient. Există un moment în care ne săturăm de negat și alegem să nu mai rămânem în întuneric. În poveste, acest moment aduce cu sine claritate și înțelegere – Psyche știe acum că este căsătorită cu însuși Eros. Dar, în același timp, reprezintă și o tragedie. Psyche și-a trădat iubitul, și făcând asta, îl pierde.

Conștientizarea situației ei precipită căutarea plină de tristețe a iubirii pierdute și îi cere confruntarea cu soacra sa. La început, Psyche trebuie să recunoască puterea și autoritatea femeii mai în vârstă, supunându-se cu umilință pedepselor acesteia. Pe măsură ce înaintăm pe drumul reclamării autorității, o atitudine plină de mândrie nu se potrivește. Nu ajungem la autoritate denigrând autoritatea altora. Psyche trebuie să o onoreze pe cealaltă femeie. Ea își îndeplinește fiecare sarcină pe care i-o încredințează zeița.

Dar așa cum Psyche îi arată respect soacrei ei, este la fel de vital ca, la momentul potrivit, să pună sub semnul întrebării supremația acesteia. Îndrăzneala lui Psyche de a deschide cutia este necesară pentru transformarea ei și concluzia poveștii. În acest moment, ea îndrăznește să ceară ceva pentru sine. Aici își afirmă *conștient* statutul ca egal cu cel al soacrei sale. Se conectează cu scânteia sa vitală și își descoperă abilitatea de a fi oarecum egoistă, cerând ceva. La începutul poveștii, ea trezește furia Afroditei deoarece ceilalți o consideră cel puțin la fel de frumoasă ca ea, dar Psyche nu susține ea însăși acest lucru. Deschiderea cutiei este un act de rebeliune, care aduce cu sine un sfârșit fericit și o eliberează pe Psyche din statutul ei de petiționară. Ea devine cu adevărat egala soacrei sale divine. Povestea reprezintă o rețetă importantă despre cum se ajunge la autoritate. Ne spune că la început trebuie să recunoaștem cu umilință înțelepciunea și dominanța celor mai în vârstă ca noi, și să fim dispuse să le respectăm. Dar când sosește momentul potrivit, trebuie să fim gata să facem pașii necesari.

Cine are puterea?

Când Josie a venit prima dată la mine, tocmai născuse cel de-al doilea său copil. Era o minionă cu bucle blonde și multă autoironie. Josie se căsătorise cu iubirea vieții ei – un chirurg înalt, elegant, care o făcea să râdă și îi împărtășea dragostea pentru gătit. Familia soțului ei era din

Nigeria și emigrase în Statele Unite când el era copil mic. La puțin timp înainte să vină să mă vadă, ea și soțul ei s-au mutat într-o altă zonă, pentru a fi mai aproape de părinții lui, așa că Josie s-a trezit într-un oraș necunoscut, înconjurată de familia extinsă a soțului ei.

Soțul lui Josie era fiul cel mai mare. Așa cum se întâmplă adesea într-o astfel de configurație, el era “prințul” familiei, foarte iubit de către mama sa, care simțea că nimeni nu este suficient de bună pentru el.

Josie avea o carieră plină ca designer de textile, dar asta nu-i asigura deloc respectul familiei soțului, care pune accentul pe rezultatele academice și carierele intelectuale mai presus de orice. Josie era conștientă de faptul că soacra sa nu o plăcuse de la început. Situația aceasta devenise un subiect de glumă între ea și soțul ei, deoarece foloseau adesea umorul pentru a ieși din situațiile tensionate inconfortabile. Dar acum că trăia în mijlocul familiei lui, râul constant de critici – atât explicite, cât și implicite, o făceau să se simtă stresată și izolată.

Soacra lui Josie îi găsea defecte în privința gătitului, a curățeniei, și a felului în care își creștea copiii. În plus, ea revenise la școală pentru a-și da doctoratul, și făcea adesea comentarii disprețuitoare cu privire la munca lui Josie. Cel mai rău era că o critica deseori pe Josie în fața copiilor acesteia. Josie era formidabilă în felul ei, și avea sprijinul absolut – chiar dacă pasiv – al soțului ei, dar în fața unui asemenea flux de negativitate, a simțit că stima de sine îi scade vertiginos.

În cadrul unei sesiuni pline de lacrimi, și-a împărtășit temerile că soțul ei va ajunge să creadă că nu este potrivită pentru el, și că cei mici au să ajungă să împărtășească disprețul soacrei sale față de ea. Până în acel moment, Josie se apăraseră de disprețul soacrei ei prin umor. De fapt, nu făcuse față acestor atacuri în mod direct, nici nu le luase în serios. După ce am empatizat cu durerea pe care o simțea, i-am spus în mod direct că de fapt ea avea întreaga putere în această situație. Această simplă propoziție a făcut-o să se oprească brusc. A tăcut un moment, apoi m-a întrebat ce vreau să spun.

- Ai alături fiul acestei femei, care îți este loial în primul rând ție. Mai ai și nepoții ei.

Reinterpretarea situației a schimbat atitudinea lui Josie. A trecut de la ignorarea criticilor soacrei ei la angajarea într-o confruntare cu aceasta, prin care a onorat înțelepciunea și puterea femeii mai în vârstă, precum și

talentul, poziția și autoritatea ei. Așa cum Psyche a abordat-o pe soacra sa cu respect înainte de a se impune, Josie a început să aibă conversații serioase cu soacra sa, în cadrul cărora a recunoscut realizările remarcabile ale acesteia. Dar a făcut acest lucru reclamându-și în același timp poziția de putere, și stabilind limite. De exemplu, i-a spus cu calm că nu va tolera să fie criticată sau insultată în fața copiilor ei.

Josie a trebuit să îndeplinească propria sa versiune a sarcinilor lui Psyche. Deși avea sprijinul soțului ei, a trebuit să-și negocieze relația cu soacra sa aproape singură, la fel ca Psyche. Ea și cu mine am lucrat împreună pentru a discerne ce-i aparținea doar lui Josie și ce aparținea situației care se dezvoltase între ea și soacra ei. Împreună, săptămână după săptămână, am pus fiecare sămânță în locul ei potrivit. Lucrurile nu au mers întotdeauna ușor. Soacrei lui Josie nu i-a venit ușor să-i fie uzurpată poziția de autoritate supremă, și au existat mai multe confruntări urâte. Dar Josie nu a mai apelat niciodată la poziția autoironică, nici nu a renunțat să o trateze pe soacra ei cu respect, chiar și atunci când stabilea limite ferme. A fost nevoie de câțiva ani, dar până la urmă s-a ajuns la un armistițiu. Era clar că soacra lui Josie o respecta, chiar dacă nu declarase în mod direct acest lucru. În cele din urmă, soacra lui Josie a ajuns să ceară sfatul fiului ei în probleme medicale, dar apela la Josie pentru ajutor și ghidaj în multe alte probleme – iar Josie îl oferea cu bucurie.

La fel ca Josie, câteodată avem o soacră împotriva căreia trebuie să ne regăsim puterea de a ne afirma. Dar uneori, ceea ce ne reține să facem un pas în față și să nu ne asumăm mai multă autoritate în ceea ce privește munca, relațiile personale, sau chiar viața, implică o soacră *interioară*, care face să ne fie dificil să adoptăm o poziție matură.

Capitularea

Când aveam douăzeci și doi de ani, și predam la internatul de fete – același unde am învățat că pot intra prin efracție în camera mea, păcălind încuietoarea cu actul de identitate – încă nu-mi dezvoltasem o atitudine fermă. Eram tânără și nesigură pe mine. Ca pedagogă a unui mic dormitor, aveam autoritatea conferită de poziția mea în cadrul școlii, dar nu aveam un sentiment consolidat al puterii personale. O parte a rolului meu era să asigur respectarea regulilor și a regulamentelor. Fumatul era strict interzis, dar, deloc surprinzător, pe măsură ce anul se apropia de sfârșit, puteam simți miros de fum de țigară venind de la etajul superior al

dormitorului, unde se găsea un mic pod. În aceste ocazii, mășăluiaam gălăgios în sus pe scări, pentru ca fetele să mă audă și să stingă țigările înainte să ajung la ele. Fumatul venea cu pedepse severe și cu o însemnare permanentă în catalog, așa că nu voiam să le surprind. În schimb, le certam și pretindeam că sunt supărată că nu le-am prins asupra faptului. După câteva săptămâni de astfel de șarade, ajunseseam să știu destul de bine cine fumează și când și unde o făceau.

Într-o zi, am fost chemată în biroul directoarei. Dr. Houston era o femeie severă, neabordabilă, mai în vârstă. Stătea în spatele unui birou impozant, într-o încăpere cu pereții îmbrăcați cu panouri din lemn de stejar, împreună cu o altă administratoare a școlii, iar eu m-am așezat vizavi de ea, pe un fotoliu din piele cu spătarul înalt. Cele două femei mai în vârstă mi-au spus că au dovezi că Alice, o fată din dormitorul meu, le aproviziona pe celelalte cu țigări. Conform dr. Houston, unele dintre eleve recunoscuseră, aducând dovezi incontestabile. Dr. Houston și cealaltă administratoare erau serioase și hotărâte. Ele plănuiau să ia măsuri disciplinare împotriva lui Alice.

Am ezitat.

- Cine o acuză? am întrebat.

- Nu-ți putem spune asta, a răspuns dr. Houston.

Ceva nu mi se părea în regulă cu întreaga poveste. Alice era din Louisiana, ceea ce o făcea o străină în cadrul acestei școli din New England. Întregul an se luptase cu dorul de casă. Știam că celelalte fete nu o plăceau. Eram destul de sigură că, deși era una dintre fetele pe care aproape le prindeam mereu fumând, nu ea era furnizoarea. În sinea mea, știam că ceva nu era în regulă, dar nu eram suficient de puternică pentru a exprima această cunoaștere interioară. Am cedat și am fost de acord cu planul lor de a o pedepsi pe Alice. Aceasta a fost tulburată, în mod evident, și și-a proclamat cu tărie nevinovăția. După o lună sau două, s-a dovedit că lucrurile stăteau așa cum suspectasem. Alice fusese acuzată de unele fete din dormitor, și nu era principala vinovată în scandalul fumatului în internat, deși ea a fost cea care a fost pedepsită.

Instinctul meu fusese corect. Cunoșteam fetele și situația din teren mai bine decât dr. Houston și personalul său administrativ din birourile cu tavane înalte și draperii de catifea. Și totuși nu o apăsasem pe Alice – sau pe mine. Nu eram încă pregătită să țin piept generației anterioare. Încă eram plină de considerație și presupuneam că cineva atât de calificat și

respectat ca dr. Houston știa mai bine decât mine.

A ne putea asculta intuiția poate fi un aspect important în găsirea autorității. Aveam propria mea părere despre ce se întâmpla, dar nu am reușit să mi-o exprim. Intuiția ne oferă claritate, nu neapărat certitudine. Ne vorbește fără insistență și anxietate, chiar și atunci când ne avertizează. A spune ceea ce știam că era corect mi-ar fi cerut să fiu în contact cu intuiția mea, și să-mi găsesc autoritatea de a exprima ceea ce știam, dar eram încă la ani distanță de a putea face acest lucru.

Dincolo de ingenuitate

În timpul interacțiunilor cu soacra ei, Psyche devine mai mult decât o tânără femeie frumoasă – ceea ce analista jungiană Linda Leonard numește “fata eternă”⁷⁶ - și devine puternică. Când actrița Reese Witherspoon avea treizeci și ceva de ani, a descoperit că nu își mai putea alege rolurile, deși câștigase câteva premii pentru rolurile anterioare. Sfătuitorul său financiar i-a sugerat să înceapă să economisească, deoarece probabil că după patruzeci de ani avea să lucreze și mai puțin. Ca în cazul multor actrițe dinaintea ei, Witherspoon avea dificultăți în a naviga tranziția dintre ingenuă și femeia matură.

Ca răspuns la această criză, Witherspoon și-a fondat propria companie de producție, la vârsta de treizeci și șase de ani. Pacific Standard a fost fondată cu scopul de a crea filme cu personaje feminine puternice. Compania a produs filmul din 2014, *Wild*, nominalizat pentru premiile Oscar, în care Witherspoon a jucat rolul principal al unei femei de vârstă mijlocie, care caută să se reconecteze cu sine după o perioadă de depresie și abuz de substanțe, care i-au făcut viața țândări. Witherspoon și-a creat propriul drum, de la tână blondă la actriță matură și experimentată, care joacă roluri psihologice complexe. În ultimii ani, cariera ei a continuat să înflorească, atât în fața camerei cât și în spatele acesteia.

Asumarea autorității înseamnă a fi dispuse să lăsăm în urmă vechile moduri de a fi în lume, și de a adopta abilități noi. Înseamnă să reluăm contactul cu energia creativă a zeiței, fără să ne temem de partea

⁷⁶ Linda Schierse Leonard, *The Wounded Woman: Healing the Father-Daughter Relationship* (Athens, OH: Swallow Press, 1982).

întunecată. În timp ce ingenua este dulce și modestă, femeia matură are acces la autoritatea care poate curge numai din adâncurile întunecate ale personalității. Povestea indiană care urmează ne arată cum o noră hărțuită își poate asuma autoritatea după ce reia contactul cu divinul feminin înfocat.

Nora cea isteță

A fost odată ca niciodată o soacră tiranică. Ea își punea nora să facă toată treaba din casă, să aibă grijă de animale, și să care apă de la fântână. Apoi soacra și fiul său mâncau mese bogate, dându-i tinerei doar resturile sleite. Dacă femeia îndrăznea să se plângă, soacra o bătea cu o mătură. Dacă plângea, bătrâna o înjura și o blestema, spunându-i că este o stricăță și multe alte lucruri. Soțul era umil și nu spunea niciodată nimic pentru a-și proteja soția.

În curtea din spate a casei creștea o plantă de dovleac șarpe. Tinerei îi lăsa gura apă când se uita la fructul care se tot lungea. Pe jumătate moartă de foame, se gândea la un bol plin cu mâncare delicioasă de dovleac.

Într-o zi, s-a întors de la piață cu noutăți importante pentru soacra ei. Sora bătrânei se îmbolnăvisese, și și-a chemat familia să-i fie aproape. Soacra a plecat în grabă, dar i-a cerut nurorii să termine de gătit tocana de dovleac.

Nora era entuziasmată. A făcut mai multă tocană. A mai făcut câteva feluri de mâncare și i-a servit soțului ei o masă bogată, delicioasă. Apoi, a dus un bol mare de tocană la templul zeiței Kali – singurul loc unde-și găsea pacea. A închis ușa în urma ei și s-a așezat să mănânce. A mâncat atât de multă, că zeița a fost șocată și și-a pus mâna pe gură, uimită. Tânăra era atât de ocupată cu mâncarea, că nu a văzut acest lucru. A golit bolul, a scos un râgâit plin de satisfacție, și s-a dus la râu să spele bolul.

Când s-a întors acasă în acea seară, soacra ei era foarte furioasă. Din ochii săi țâșneau flăcări. În mână avea un băț, și pe spatele tinerei au început să curgă loviturile, până când ea a căzut la pământ, plângând în hohote.

- Cățea ce ești, cât timp ai așteptat să mă înșeli în halul ăsta? Ai înghițit un bol de tocană, ca o vacă, târfă murdară! a țipat bătrâna, și i-a mai dat câteva lovituri. Când soțul a ajuns acasă, s-a alăturat și el mamei sale.

Între timp, întregul oraș fremăta din cauza veștii că acum statuia zeiței Kali din templu avea mâna peste gură. Oamenii din alte orașe au venit să

vadă acest miracol, și fiecare avea propria sa interpretare. Toată lumea era speriată că putea fi un semn rău. Ceva groaznic avea să se întâmple cu satul, se gândeau ei, cutremurându-se. S-au îndeplinit ritualuri peste tot prin sat.

- Cineva a supărat-o pe zeiță. De aceea și-a dus mâna la gură. Este furioasă. Nu va mai ploua. Nu se vor mai naște copii în sat, au spus ei, loviți de groază.

Au organizat festivaluri și au sacrificat capre. Dar nimic nu părea să o îmbuneze pe zeiță. Așa că bătrânii satului au trimis crainicul să promită o mare recompensă pentru cine o putea face pe zeiță să-și îndepărteze mâna de la gură. Nimeni nu se oferă.

Nora privi toate acestea și veni la soacră într-o zi, spunând:

- Soacră, spune bătrânilor că eu voi face zeița să-și ia mâna de la gură. Știu cum să o fac.

La început, soacra a fost furioasă.

- Uită-te la ea! Vrea să mă fac de râs în fața satului. O face pe deșteapta, ca și cum ar fi o sfântă. Ce nu poate face nimeni, ea spune că va face. Slabe șanse! a pufnit ea disprețuitor.

Dar nora a insistat și a convins-o că știa ceva ce nu mai știa nimeni.

În ziua stabilită, a luat o mătură și un coș de gunoi plin, și s-a dus la templu. A scos pe toată lumea afară și a încuiat ușa. A pus coșul jos în fața zeiței negre, și, fluturând mătura, a provocat-o pe Kali:

- Femeie geloasă! Ce te-a deranjat pe tine că mi-am mâncat tocana? De ce îți ard ochii? Dacă mi-ai fi cerut, ți-aș fi dat și ție! Să-ți ardă fața, să ți se umfle și să-ți puște obraji, iar ochii să ți se scufunde și să orbească! Îți iei mâna de la gură acum, sau trebuie să te bat cu mătura? Acum!

Kali nu a răspuns nimic. Nora era furioasă și arăta ea însăși ca zeița neagră. S-a apropiat de statuie și a lovit de câteva ori fața lui Kali cu mătura. Kali a scâncit și a plâns. Și-a îndepărtat mâna de la gură, iar statuia arăta din nou ca întotdeauna.

- Așa-i mai bine, a mormăit nora.

Și-a luat coșul și mătura, și s-a întors acasă cu vestea că a reușit să o facă pe Kali să-și ia mâna de la gură.

Întregul sat a fost cuprins de bucurie la auzul veștilor. Toată lumea a alergat la templu, să vadă cu ochii lor. Au lăudat-o pe noră, numind-o drept cea mai castă soție, a cărei virtute i-a oferit puteri miraculoase. I-au oferit o recompensă însemnată și multe daruri.

Acum, soacra era terifiată de acest incident. Simțea că nora ei avea puteri ciudate și avea să se răzbune pentru toate lucrurile oribile pe care i le făcuse de-a lungul anilor. Probabil că tânăra avea cunoștințe de magie, și cine știe ce putea face?

Într-o noapte întunecoasă, mama și fiul își șopteau unul altuia. Ea i-a spus:

- Fiule, fata asta a înspăimântat-o până și pe Kali, zeița mamă, și a făcut-o să-și ia mâna de la gură. Nu ne va lăsa nevătămați. Am bătut-o, am înfometat-o, și i-am făcut tot felul de necazuri. Se va răzbuna. Ne va termina. Ce e de făcut?

- Nu-mi trece nimic prin minte. Spune-mi tu, a răspuns bărbatul cel laș.

Ea a spus:

- Acum doarme. Hai să o strângem în salteaua ei, să o ducem pe câmp și să-i dăm foc acolo. Îți voi aduce o mireasă nouă și frumoasă.

- În regulă, hai să facem asta acum, a spus el, și au legat-o repede, rulând-o în așternuturi și saltea.

Nora s-a trezit, dar s-a prefăcut că doarme. Ei au cărat-o până la câmpul din afara satului și au ascuns-o în spatele unui tufiș, apoi s-au dus să caute surcele și lemne de foc. De îndată ce au plecat, ea s-a rostogolit, făcându-și loc să iasă din saltea. Și-a rupt legăturile de la mâini și de la gură, și a găsit în apropiere un buștean pe care l-a înfășurat în locul ei în saltea. Apoi s-a îndepărtat, s-a cocoțat într-un copac și s-a ascuns printre ramurile lui.

Mama și fiul s-au întors în grabă, au împrăștiat crengile și ramurile în jurul asaltei, au pus deasupra bușteni, și i-au dat foc. Au acoperit totul cu paie uscate. Apoi au stat și au privit cum flăcările strălucitoare cuprindeau rugul. Când nodurile lemnului au pocnit, ei au spus:

- Sunt oasele, sunt oasele care se rup.

Când bușteanul din interior s-a aprins, nodurile sale au explodat ca niște focuri de armă. Ei au fost satisfăcuți, crezând că explodase craniul femeii, așa cum se întâmplă în timpul incinerării. Era aproape zi, așa că s-au întors acasă.

Nora s-a ghemuit printre ramuri. În noaptea aceea, sub copac stăteau patru tâlhari, împărțindu-și prada. Tocmai jefuiseră casa unui bărbat bogat, și aveau la ei bijuterii, aur și bani. În timp ce stăteau jos, au văzut un foc mare care ardea la o oarecare distanță. Așa că unul din ei s-a cățărat în copac, să vadă dacă este cineva lângă foc. A ajuns până la

ramura unde era ascunsă nora. Când a văzut pe cineva stând acolo, a spus încet:

- Cine e acolo?

Ea și-a întins cu îndrăzneală mâna, i-a închis gura, și a șoptit:

- Sst, nu așa tare. Sunt o ființă celestă. Caut un bărbat frumos și bun. Mă voi căsători cu tine și te voi îmbogăți peste poate. Dar trebuie să taci!

Hoțului nu-i venea să creadă ce i se întâmpla. O luă de mână, întrebând:

- Ești adevărată?

Ea a spus:

- Hmmm.

Apoi a scos ușor un săculeț cu frunze și nuci de betel, i-a dat câteva lui, i apoi a pus o frunză în propriu gură. El s-a apropiat să o sărute. Ea s-a întors, spunând:

- Uite, nu suntem căsătoriți încă. Dar îmi poți pune frunza ta de betel în gură, cu limba. Dacă mănânc din gura ta, sunt ca și soția ta, bine?

El a fost cuprins de bucurie. Și-a scos limba, cu frunza mestecată de betel, și s-a apropiat de gura ei. Ea și-a închis cu putere fălcile, mușcându-i limba. Urlând de durerea de nesuportat, el și-a pierdut echilibrul și a căzut. Hoții de jos s-au împrăștiat, cuprinși de panică. Bărbatul care a căzut își pierduse limba, și nu putea decât bolborosi și scuipa sânge, scoțând sunete neinteligibile, în timp ce fugea, și el, după însoțitorii săi. Zgomotele lui i-au speriat și mai tare, făcându-i să se grăbească mai mult, cu el pe urmele lor.

Când sosiră zorile, nora a coborât cu grijă din copac și a văzut, spre uimirea ei, o grămadă de aur, bijuterii și bani. Le-a adunat repede și s-a dus direct acasă. Când a bătut la ușă, strigând:

- Mamă soacră, mamă soacră, te rog deschide ușa!,

Soacra sa a deschis ușa ezitând, cu fața albită de frică. Acolo, în fața ei, era nora ei zâmbitoare. Soacra a leșinat. Nora a cărat-o în casă, a stropit-o cu apă rece, și a făcut-o să-și revină. Fiul ei stătea acolo, neștiind ce să creadă.

Când soacra și-a revenit și a deschis ochii, a întrebat-o:

- Cum ai... Cum de ești aici?

Nora i-a răspuns cu voioșie:

- După ce m-ai incinerat, mesagerii lui Yama, zeul morții, m-au dus la el. Ochii lui aruncat flăcări, ca ai lui Kali, zeița satului nostru. De îndată ce m-a văzut, a spus: "Trimiteți-o înapoi. Soacra ei este o păcătoasă.

Aduceți-o pe *ea* și puneți Cioara de Fier să o chinuie, să o rupă în bucăți cu ciocul. Scufundați-o în cazane cu ulei încins”. A continuat așa un timp. Am căzut la picioarele sale și l-am implorat: “Nu face asta soacrei mele. Este o femeie bună. Dă-mi mie ce pedeapsă vrei. Te rog cruț-o pe soacra mea”. El a fost îmbunat, chiar a zâmbit, și a spus: “Poți pleca acum. Vom face cum spui. Dar dacă soacra ta te mai deranjează, o vom târî aici. Mesagerii mei vor veghea mereu”. Apoi mi-a dat tot aurul și bogățiile acestea, și m-a trimis acasă. Oamenii spun lucruri rele despre zeul morții. Dar a fost atât de bun cu mine.

Soacra a îmbrățișat-o cu teamă și tremurând din toată inima.

- Ești cu adevărat îngerul acestei case. M-ai salvat din fălcile mesagerilor morții. Așa că, de acum încolo, voi face cum spui. Doar iartă-mă pentru tot ce am făcut. O vei face, draga mea noră? a spus ea, atingând cu blândețe bărbia nurerii.

Nora era acum șefa din casă. Soacra și soțul ei îi urmau toate dorințele, și toată lumea a fost mulțumită.

Multe povești indiene vorbesc despre relele tratamente din partea soacrelor. Această temă reflectă practica comună în India ca mireasa să-și părăsească familia, locuind cu părinții mirelui. De asemenea, reflectă tiparul arhetipal pe care l-am explorat în acest capitol – transferul autorității de la o generație la alta.

Nora începe povestea supunându-se fără nici o întrebare ordinelor soacrei, așa cum era la început și Psyche. Tranziția ei spre poziția de cap al familiei începe atunci când își satisface, pe furiș, o dorință profundă. Așa cum Psyche deschide cutia cu frumusețe, eroina acestei povești se furișează la templul lui Kali pentru a mânca în voie tocana. În ambele povești, o dorință aprinsă o face pe eroină să treacă peste o limită. Reclamarea autorității va implica adesea punerea sub semnul întrebării a unei norme colective sau a unui tabu.

Ambele povești implică arogarea unei puteri divine. La început, Psyche o provoacă fără să vrea pe zeița Afrodita, fiind mai frumoasă decât ea. Mai târziu, ea alege în mod conștient să ia pentru sine o parte din frumusețea Persefonei. În povestea indiană, norocul nurerii se schimbă în bine atunci când o confruntă în mod direct pe zeița Kali, amenințând-o și lovind-o. Mai târziu, îl păcălește pe hoț, spunându-i că este o ființă celestă. În final, se prezintă la soțul și soacra ei ca și cum ar avea cu sine autoritatea

zeului morții. În poveștile mitologice, unul dintre cele mai rapide moduri de a cădea pradă unei pedepse teribile era să provoci supremația unui zeu sau zeițe. Cu toate acestea, pe Lilith nu o deranjează atunci când o confruntăm. Ea a fost exilată prea mult timp, și este bucuroasă să se întoarcă la noi. Ne aclamă atunci când îi cerem să fim tratate ca egalele sale. Reconectarea cu ea nu va fi plină de mândrie sfidătoare; va fi dătătoare de viață.

Se pare că îndrăzneala de a reclama o parte din autoritatea divină este necesară pentru ca o femeie să crească și să devină puternică. Autoritatea ne pune întotdeauna pe umeri un bias transpersonal – majoritatea regilor au pretins că puterea lor vine de la zei. Găsirea autorității personale ne va cere să ne conectăm cu principiul divin, sau ce ceea ce este mai mare decât sinele. Conexiunea vie cu zeița ne ajută să ne cunoaștem locul în cosmos. Nu suntem nici prea arogante, nici prea umile, ci ne reclamăm locul care ni se cuvine, deoarece relația cu divinul ne sprijină în acest demers.

Kali și Lilith ar putea fi surori. Kali este mama divină, și manifestarea finală a lui Shakti, sau energia cosmică primordială. Ea mai este zeița timpului, a schimbării, a puterii și a distrugerii, și este adesea reprezentată ca având un aspect terifiant. Pielea ei este de un albastru închis, iar limba îi atârna afară din gură. Poartă un colier de capete omenești tăiate, iar în jurul taliei are o centură din brațe de oameni. Faptul că nora din poveste o poate domina pe zeiță indică faptul că contactul reînnoit cu această energie este binevenit și potrivit. Nora a fost drăguță și supusă prea mult timp.

Nora cea isteață a venit la templul lui Kali pentru a se hrăni și pentru a-și îndeplini nevoia profundă de subzistență. Atunci când ne urmărim nevoile cu claritate și intenție, ne întâlnim destinul. Nora o șochează pe zeiță cu cantitatea de mâncare pe care o consumă. Când suntem atente la nevoile și dorințele noastre, apetitul nostru crescut pentru viață poate fi un plus, punându-ne în contact cu energia divină. Într-un asemenea caz, zeița ne va ajuta. Îndrăzneala noastră este răsplătită. În povestea indiană, eroina trebuie să se confrunte cu zeița înainte de a se confrunta cu soacra sa. Odată ce stă de la egal la egal în fața zeiței, este invincibilă. Pentru ca o femeie să-și exprime autoritatea, trebuie să o cunoască pe Kali sau Lilith din interiorul său. Încercările de a ne exprima fără acest contact interior profund vor eșua. Nora cea isteață intră în templul lui Kali

pentru a avea întâlnirea sa secretă cu hrana. Asumarea nevoilor reprezintă un act sacru. Îngrijirea acestor nevoi o pun în relația corectă cu zeița și cimentează legătura lor. Atunci când ne onorăm nevoile, intrăm în comuniune cu zeița. Povestea ne spune că întâlnirea acestei energii este facilitată de exprimarea celor mai adânci dorințe și doruri ale noastre. Destinul nurorii este să devină matriarhă. Există întotdeauna ceva divin în împlinirea destinului nostru.

Nora este blândă cu soacra ei la finalul poveștii. Nu caută răzbunare, și este un bun manager. Nora a reușit să răstoarne autoritatea opresivă a soacrei, asumându-și locul cuvenit fără să devină și ea, la rândul său, tiranică.

Puterea convingerii

Autoritatea autentică înseamnă a avea încredere în percepțiile și analizele noastre, chiar când nimeni altcineva nu vede ce vedem noi, sau când ceea ce vedem ne amenință status quo-ul. Ivana a crescut în fosta URSS, și are amintiri vii despre cum arătau abuzul de putere și reducerea la tăcere. Deși inițial a venit la mine din cauza problemelor cu fiul său adolescent, în cele din urmă au apărut alte situații care au devenit centrale în cadrul sesiunilor noastre. Ea a început să suspecteze că clinica în care lucra ca asistentă era implicată în practici neortodoxe. În timpul întâlnirilor noastre săptămânale, mi-a împărtășit aceste suspiciuni. Acestea au devenit până la urmă convingeri că ceva nu era în regulă. A discutat despre observațiile ei cu superiorii, și a fost șocată că aceștia au acuzat-o că a înțeles greșit lucrurile și i-au sugerat că ar fi mai bine să renunțe la aceste suspiciuni. La început, s-a îndoit de sine. Oare înțelesese greșit? Eforturile superiorilor ei de a-i submina încrederea în propriile percepții reprezintă un alt exemplu al fenomenului de gaslighting pe care l-am explorat în capitolul 3. Dar deoarece crescuse în fosta URSS, era conștientă că astfel de tactici erau des folosite pentru a reduce la tăcere și a descuraja pe cei care îndrăzneau să ridice anumite probleme. Atunci când a evaluat cu calm faptele, așa cum le observase, a ajuns din nou la convingerea că putea avea încredere în percepțiile sale, și la curajul care rezulta din aceasta. Ivana s-a frământat în legătură cu ce să facă, și am cântărit împreună opțiunile. Putea continua să lucreze acolo și să păstreze tăcerea, să demisioneze și să plece fără să se uite înapoi, sau să raporteze neregulile organelor competente.

Ivana a respins cu repeziciune prima opțiune. Era o persoană conștiincioasă, și continuarea muncii acolo, unde ar fi trebuit să-și încaseze salariul prefăcându-se că nu vede nimic din practicile lipsite de etică ce aveau loc, nu era ceva ce ar fi putut suporta. S-a gândit să demisioneze, pur și simplu. Abilitățile ei erau la mare căutare, și ar fi fost ușor să-și găsească un alt loc de muncă. Cu toate acestea, nu i se părea corect să plece fără să spună nimic. I se părea că era corect din punct de vedere etic să informeze organele competente despre ceea ce se întâmpla, și totuși această opțiune prezenta destule pericole și dezavantaje. Ar fi putut ajunge să se piardă printre procedurile administrative și legale, ceea ce i-ar fi dăunat carierei, deoarece alți potențiali angajatori ar fi putut ezita în a o angaja. Raportarea clinicii însemna, de asemenea, să-și trădeze supervizorii, pe care anterior îi respectase, și față de care încă simțea o oarecare loialitate.

Ivanei îi plăcea să fie asistentă. Punerea în pericol a carierei sale nu era puțin lucru pentru ea. În multe zile, era plină de îndoială de sine. Oare interpretase în mod greșit dovezile? Dar a continuat să revină la ceea ce știa. În cele din urmă, a decis să aibă încredere în ea însăși. Știa că era corect să facă un pas spre autoritate. În ciuda riscurilor, Ivana a raportat încălcarea de etică a clinicii. Procedurile subsecvente au arătat că evaluarea ei a fost corectă. A avut parte de un timp plin de provocări, și au existat multe pierderi și greutăți. Cu toate acestea, odată ce a făcut acest pas, a simțit că este cel corect. A simțit o ușurare profundă.

- Dorm mai bine, mi-a spus ea.

Și-a exprimat cu încredere convingerile, puterea și autoritatea. I s-a cerut să depună mărturie și a apărut frecvent în mass-media după ce scandalul a fost descoperit. Siguranța ei în aceste situații tensionate au surprins-o până și pe ea. Se simțea plină de viață și în posesia puterii, deși unii încercau să o discrediteze în mod public. Vizibilitatea de care a avut parte și încrederea în sine au adus-o în cele din urmă spre o poziție de conducere în domeniul sănătății, unde a înflorit.

Ivana se temuse să facă un pas atât de îndrăzneț. Îmbrățișarea și acceptarea autorității a adus cu sine haos și distrugere. Ivana și-a pierdut prieteni. A văzut cum unele persoane pe care le plăcea și le admira, și-au pierdut locurile de muncă. Relația cu soțul ei a avut de suferit, ea devenind tot mai preocupată. Au existat momente în care a fost cuprinsă de îndoieli. Și totuși, a avut claritatea că făcuse lucrul corect. Apăruse

dreptatea, chiar și cu prețul atâtor riscuri, și acest lucru s-a simțit pentru ea ca o reclamare plină de triumf a puterii, asumării și autorității. A fost o recunoaștere a faptului că putea avea încredere în instinctul ei și că, dacă făcea acest lucru, viața ei se dezvoltă.

Trecerea pragului spre autoritate vine cu un cost. Trebuie să renunțăm la iluzii și să facem față adevărilor incomode despre noi și despre lume. Trebuie să sacrificăm credințele reconfortante și să facem totul corect. Trebuie să ne asumăm responsabilitatea pentru propria noastră putere considerabilă, de care ne putem teme, în secret. Scânteia vitală ne invită să ieșim din umbra obedienței și să ne luăm locul în centrul vieților noastre. Ne invită să devenim propriile noastre stăpâne, să ne conectăm cu ceea ce știm în profunzime și să ne reclamăm conștient puterea și bucuria de a trăi.

Întrebări pentru reflecție

1. La începutul poveștii “Psyche și Eros”, Psyche este foarte pasivă. Abia după ce se confruntă cu soacra sa începe să-și găsească puterea. Când anume în viață ați fost pasive? Când anume în viață ați fost mai degrabă reactive decât să acționați cu putere?
2. Psyche este fericită cu nopțile petrecute cu soțul său misterios. Cum anume ați rămas inconștiente în legătură cu lucruri importante? Poate că i-ați permis partenerului să se ocupe de finanțe, sau ignorați aspecte importante, cu care veți avea de-a face într-o bună zi. Care credeți că este costul când rămâneți inconștiente față de aceste situații?
3. Afrodita nu o place foarte mult pe Psyche, și-i dă sarcini imposibile de îndeplinit. Aveți vreo Afrodita în viață? Poate că este vorba despre o altă persoană cu autoritate – un șef, un membru al familiei, sau chiar soacra. Poate că este vorba de o instituție în fața căreia sunteți răspunzătoare, și care vă cere mult. Care este atitudinea pe care o aveți față de aceste persoane sau lucruri?
4. Psyche trebuie să reziste tentației de a arăta milă față de cadavru, dacă vrea să-și îndeplinească sarcina. Autoritatea înseamnă adesea că trebuie să luăm decizii dificile, și să punem preț pe structură și corectitudine, în defavoarea cazurilor individuale. Când anume stă mila în calea luării deciziilor importante în viața voastră?

5. Psyche deschide cutia cu frumusețe, iar nora cea isteță mănânce pe ascuns tocana. Poveștile ne arată că reclamarea unui lucru pentru noi face parte din asumarea autorității. Când anume în viață ați fost îndrăzneți și ați luat ceea ce ați vrut? cum anume v-a ajutat acest lucru să aveți o mai mare autoritate?
6. Nora din povestea indiană este tratată rău de soțul și soacra sa, dar nu încearcă să iasă din această situație sau să caute răzbunare. În schimb, își folosește istețimea pentru a deveni o adversară pe măsură, și, astfel, câștigă. Deși ieșirea dintr-o situație necorespunzătoare este uneori cel mai bun lucru pe care îl putem face, putem avea mai multă putere de a face schimbări, decât credem inițial. Gândiți-vă la un moment în care ați fost tratate rău. Cum ați reușit să deveniți un adversar pe măsură, susținându-vă cauza, sau făcând schimbări?

Capitolul 9

Asprimea: asumarea agresivității

Numai noi înșine putem lupta pentru viețile noastre, asumându-ne complet responsabilitatea pentru ceea ce întâlnim în drum.

Aldo Carotenuto, *Eros and Pathos*

Shirley Chisholm a fost prima negresă care a fost aleasă în Congresul Statelor Unite. Prima ei însărcinare a fost în cadrul subcomitetului pentru păduri și sate. Chisholm a încălcat tradițiile congresului, refuzând această însărcinare – voia ceva mai relevant pentru comunitatea urbană din Bedford-Stuyvesant, pe care o reprezenta. Președintele Camerei Reprezentanților, John McCormack, a încurajat-o să fie “un bun soldat”, dar Chisholm nu a dat înapoi. În cele din urmă a fost înlocuită din acel subcomitet și mutată la cel privitor la situația veteranilor⁷⁷. Shirley Chisholm nu s-a îngrijorat că-i calcă pe ceilalți peste degete. Când a văzut că trebuie făcut ceva, a

⁷⁷ Susan Brownmiller, “This Is Fighting Shirley Chisholm,” *New York Times*, 13 aprilie, 1969.

făcut-o, chiar dacă acest lucru i-a supărat pe unii. În cadrul interacțiunilor politice care au dus până la urmă la convenția democraților din 1972, conducătorii comunității african-americe favorizau diferite abordări, fără să cadă de acord asupra unei abordări unificate. În mijlocul acestei confuzii, Chisholm a preluat conducerea și și-a anunțat candidatura pentru Președinția Statelor Unite. Mai târziu, unul dintre ajutoarele ei scria că “toată lumea stătea în jur, făcând pe ei... așa că Shirley le-a dat naibii pe toate și a pornit campania”⁷⁸. Chisholm a fost cunoscută pentru faptul că era inteligentă și o oratoare remarcabilă, dar accesul ei la agresiunea care nu dă înapoi a fost una dintre cele mai cunoscute calități ale sale. Sloganul ei de campanie a fost “necumpărată și necondusă”.

În timp ce compasiunea și mila sunt calități admirabile, dacă ne bazăm prea mult pe ele ne putem îndepărta de nevoile și dorințele noastre autentice, stingând cărbunii noștri scilipitori. Uneori, viața ne cere asprime. Accesarea asprimii și a agresiunii atunci când este necesar ne va permite să ne găsim o poziție autoritară. În engleza de acum multe secole, “reuthe” însemna “milă”, sau “compasiune”. A fi aspru, așadar, înseamnă a nu avea milă. Înseamnă că ne putem întoarce spatele nevoilor altora. Găsire asprimii nu va fi ușoară pentru multe dintre noi. Pentru a face acest lucru, trebuie să o cunoaștem pe Lilith în cel mai întunecat și înfricoșător aspect al său. Întâlnirea acestei părți a spiritului nostru înfocat înseamnă să stăm față în față cu natura noastră intransigentă și lipsită de milă – cea care ne cere fără cruțare să ne acceptăm responsabilitatea pentru noi și, făcând astfel, ne ajută să creștem. Dacă putem onora această zeiță întunecată și ne putem oferi drept ucenicele ei, putem reclama o parte din puterea sa.

Agresiunea și asprimea sunt calități pe care multe dintre noi găsim că este dificil să le recunoaștem și să le dezvoltăm. Ele sunt interzise în mod deosebit, sunt temute și potențial periculoase. Ni se poate părea inconfortabil chiar și să recunoaștem că avem capacitatea de a fi aspre. Recunoașterea agresiunii poate fi provocatoare dacă am avut o relație cu un părinte care a fost aspru cu noi. Poate că am

⁷⁸ Evelyn M. Simien, *Historic Firsts: How Symbolic Empowerment Changes U.S. Politics* (New York, NY: Oxford University Press, 2016), 32.

supraviețuit copilăriei spunându-ne că nu vom fi niciodată ca mamele noastre. Se poate ca sentimentul nostru de “a nu fi ca mama” să fi devenit o credință esențială despre noi, pe care trebuie să o păstrăm. În astfel de situații, deschiderea către posibilitatea că și noi avem capacitatea de agresiune poate părea amenințătoare față de însuși sinele nostru. Este important să ne amintim că agresiunea la care ne raportăm în mod conștient nu înseamnă cruzime gratuită, sau căutarea egoistă a puterii. Însoțită de conștientizare, agresiunea și asprimea devin unelte care pot fi folosite cu grijă în serviciul creșterii. Nu ne putem dezvolta dacă nu suntem dispuse, uneori, să ne exprimăm dorințele, uneori chiar în defavoarea altora. Cele care sunt incapabile să învețe această lecție se epuizează și-și consumă energia în eforturile lor nesfârșite de a avea grijă de alții. Deși par lipsite de egoism, ele ajung inevitabil să aibă resentimente. Nevoile lor negate și amărăciunea rezultată tind să se infiltreze în moduri subtile, adesea otrăvind relațiile cu alții. Pentru a evita acest lucru, trebuie să ne împrietenim cu partea întunecată a zeiței – cea care este de neclintit și capabilă să-și folosească capacitatea pentru agresiune în slujba scopurilor sale.

Agresiunea

Una din semnificațiile agresiunii este “disponibilitatea de a ataca sau confrunta”. Accesul la capacitatea noastră agresivă nu înseamnă că ne implicăm în lupte la întâmplare, sau ne eliberăm frustrările când vrem. În schimb, înseamnă că am integrat conștiința puterii noastre și a abilității de a rămâne pe poziții. Așa cum implică definiția din dicționar, suntem gata să ne luptăm atunci când contează. Alții simt acest lucru implicit la noi, și această conștientizare alterează în mod subtil felul în care ne răspund.

Accesul la capacitățile noastre agresive tinde să se scufunde în adolescență, când fetele devin orientate înspre nevoile și așteptările celorlalți. De vreme ce nu dezvoltăm o relație conștientă cu această abilitate, se poate simți în afara controlului și oarecum înspăimântătoare atunci când se manifestă. Dacă agresiunea noastră a fost negată și nefolosită timp de o decadă sau două, s-ar putea să ni se pară incomodă, stângace, inconfortabilă și înspăimântătoare. Atunci când revenim la ea, ni se poate părea că este o unealtă prea

mare pentru noi. Agresiunea neintegrată se exprimă adesea într-o manieră greoaie, crudă, sau inefficientă.

Ținutul sub papuc este un exemplu de agresiune care nu este bine direcționată. Poate apărea în cadrul unei căsătorii, când nu ne-am integrat corespunzător agresiunea, învățând să o gestionăm. Când o femeie își ține sub papuc soțul sau partenerul, ea este constant critică, împletind aceasta cu dispreț. Deși și bărbații își pot trata cu dispreț partenerele, se pare că femeile sunt cele care se angajează cel mai des în acest tip de comportament. Atunci când ținem sub papuc, energia noastră vitală asertivă nu este bine canalizată. Putem avea motive întemeiate pentru a ne simți iritate, supărate, sau dezamăgite de partener, dar plângerile și certurile zilnice nu sunt eficiente în a produce schimbările pe care le vrem, și ele subminează intimitatea și conectarea. Dacă descoperiți că vă supuneți adesea partenerul la critică și tachinări răutăcioase, vă puteți oferi credit pentru impulsul sănătos de a vă exprima, dar luați în considerare natura potențial distructivă a felului în care faceți acest lucru. Integrarea capacității pentru agresiune cere muncă. Ne cere să acceptăm că suntem capabile să facem rău și să ne asumăm responsabilitatea pentru acest lucru. Ne invită să devenim conștiente de puterea noastră. Și ne cere să o cunoaștem intim pe Lilith și pe surorile ei mitologice.

Pe măsură ce ne străduim să ne familiarizăm cu puterea noastră întunecată, feminină, nu putem rămâne naive cu privire la potențialul său distrugător. Dacă o tratăm prea relaxat, putem fi rănite – sau putem răni pe altcineva. O poveste a fraților Grimm ne avertizează despre pericolele care ne pot pândi dacă ne subestimăm puterea.

Frau Trude

A fost odată ca niciodată o fetiță foarte încăpățânată. Orice îi spuneau părinții ei, ea nu-i asculta.

Într-o zi, le-a spus:

- Am auzit atât de multe despre Frau Trude. Într-o zi vreau să merg la ea. Oamenii văd lucruri minunate acolo, și se întâmplă lucruri ciudate, așa că sunt foarte curioasă.

Părinții i-ai interzis cu desăvârșire, spunând:

- Frau Trude este o femeie rea, care comite acte diavolești. Dacă mergi acolo, ne temem că ți se vor întâmpla lucruri groaznice.

Dar fata nu le-a dat atenție, și s-a dus oricum la casa lui Frau Trude. Când a ajuns acolo, Frau Trude a întrebat:

- De ce ești atât de palidă?
 - Oh, a răspuns ea, tremurând, am văzut ceva ce m-a înspăimântat.
 - Ce ai văzut?
 - Am văzut un om verde pe scările tale.
 - Era un vânător.
 - Apoi am văzut un om negru.
 - Era un cărbunar.
 - Apoi am văzut un om roșu ca sângele.
 - Era un măcelar.
 - Oh, Frau Trude, m-am speriat când m-am uitat prin fereastră și nu te-am putut vedea, dar am văzut în schimb un diavol cu cap de foc.
 - Aha! spuse femeia. Așadar ai văzut vrăjitoarea sub adevărata ei înfățișare. Te-am așteptat și am vrut să te văd de mult timp. Acum luminează-mi calea!
- Cu acestea, a transformat fetița într-un buștean, pe care l-a aruncat în foc. Când bușteanul ardea, s-a așezat lângă el și s-a încălzit, spunând:
- Dă o lumină atât de puternică!

Această scurtă poveste ne surprinde. Nu are un final fericit, așa cum ne-am aștepta de la un basm. Probabil că a avut rolul de a servi drept avertisment pentru copiii neascultători. Dar conține, de asemenea, adevăruri psihologice profunde. Frau Trude este imaginea zeiței întunecate – al aspectului său distructiv. Experimentăm această putere distructivă atunci când îmbătrânim, ne îmbolnăvim, sau murim. Suntem martorii ei în cadrul inundațiilor, cutremurelor, dezastrelor naturale de toate felurile (deși multe din acestea au și componente umane). Jung a arătat că inconștientul este și el o manifestare a naturii. Putem vedea elementele distrugătoare ale naturii la treabă în cadrul psihicului atunci când inconștientul copleșește conștiința, așa cum se întâmplă în cazul psihozelor sau al altor stări mentale extreme.

Am un mic iaz în curtea casei, care găzduiește nenumărate creaturi, inclusiv pești, broaște, libelule. De câteva ori în fiecare vară, broaștele depun ouă aproape de mal. Atunci pot observa sutele de

punctișoare negre devenind mormoloci care se eliberează în final de masa gelatinoasă în care au crescut. Pe măsură ce săptămânile trec, micii mormoloci cresc. Din când în când, observ câte o nimfă feroce de libelulă cum îi mănâncă. Îmi plac broaștele – ochii lor sunt ca niște nestemate, și îmi cântă în dupămesele de vară. Sunt mereu entuziasmată când văd câte o tură nouă de ouă, deoarece acest lucru înseamnă mai multe broaște. Văzând cum nimfele de libelule prind și mănâncă mormolocii, sufăr, dar acesta este planul naturii. Se produc prea multe ouă de broască – mai multe decât ar putea cuprinde iazul, dacă ar ajunge toate la maturitate. Carnagiul și distrugerea mormolocilor la care sunt martoră fac parte din inexorabilul cerc al vieții și al morții, din care facem cu toții parte. Pentru natură, viața unui individ este doar o altă bucată din lemnele de foc ale lui Frau Trude.

Fetița este fascinată de poveștile pe care le-a auzit despre Frau Trude. Exemplele de dezastre naturale, precum tornadele sau erupțiile vulcanice ne farmecă, deoarece sunt hrănitoare într-un fel întunecat. Abilitatea naturii de a distruge este lipsită de pasiune și impersonală. Boala și moartea ne vizitează fără discriminare. În poveste, părinții sunt conștienți de potențialul distructiv ale acestei energii, și îi spun fetei să stea departe.

Aceasta însă este insuficient de respectuoasă față de zeița întunecată. Ea are atitudinea nepotrivită față de inconștient. Se ia pe sine de bună, și presupune, plină de mândrie, că aspectul distructiv al naturii nu o poate atinge, sau că acesta apare pentru amuzamentul său propriu.

Ca aspect al naturii, femininul întunecat este neiertător și lipsit de sentimentalism. Natura nu ne cocoloșește și nu arată milă, ci ne cere să dăm vieții toate eforturile, așa cum face cu fiecare dintre sutele de mormoloci. Nu face compromisuri și așteaptă totul de la noi. Ne cere să ne acceptăm responsabilitatea pentru noi însene, și să ne dezvoltăm în cele mai bune versiuni ale noastre.

O întâlnire cu zeița întunecată va fi una inițiativă, ce ne cere să ne reclamăm capacitatea pentru întunecime și agresiune. O temă similară este explorată într-o poveste rusească, în care eroina are o atitudine diferită față de cea a fetei din povestea cu Frau Trude.

Vasilissa cea frumoasă

Într-un țarat de departe, locuia un negustor. El și soția lui aveau o fiică, pe Vasilissa cea frumoasă, și o iubeau nespuse. Când fetița avea opt ani, mama ei s-a îmbolnăvit, și era clar că avea să moară. Ea și-a chemat fiica și i-a spus, pe un ton solemn:

- Draga mea fiică, acestea sunt ultimele mele cuvinte. Ascultă cu atenție la ce am să-ți spun, și îndeplinește-mi dorințele. Sunt pe moarte, și ți dau această păpușă, alături de binecuvântările mele. Protejeaz-o, nu o arăta niciodată nimănui, și poart-o cu tine mereu, pentru că nu mai există o păpușă la fel în lume. Ori de câte ori ești chinuită de tristețe sau greutăți, du păpușa într-un colț, dă-i ceva de mâncat și de băut, și apoi spune-i necazurile tale. Îți va spune ce trebuie să faci în vremurile grele.

Apoi mama a sărutat-o pe Vasilissa pe frunte și și-a dat ultima suflare. Micuța Vasilissa a jelit-o pe mama sa, și în lungile nopți care au urmat, nu a putut dormi, stând doar întinsă în pat. Apoi, într-o noapte, și-a amintit de păpușă. A scos-o din buzunar și i-a dat ceva de mâncat și de băut.

- Oh, micuță păpușă, a plâns ea. Ascultă-mi durerea. Draga mea mamă a murit și îmi este dor de ea!

Ochii păpușii au început să strălucească precum niște cărbuni încinși, și păpușa s-a trezit la viață. A mâncat și a băut puțin, apoi a început să vorbească.

- Nu plânge, mică Vasilissa. Durerea e mai adâncă noaptea. Întinde-te, închide ochii, alină-te și culcă-te. Noaptea este un sfetnic bun.

Așa că Vasilissa cea frumoasă s-a întins în pat și a adormit, iar a doua zi durerea ei nu mai era la fel de adâncă, iar lacrimile nu mai erau la fel de amare.

După ce a trecut un timp, negustorul s-a gândit să se recăsătorească. În satul vecin era o văduvă ce avea două fiice. Negustorul s-a gândit că i-ar fi o companioană potrivită și o mamă vitregă bună pentru Vasilissa. Așa că s-a căsătorit cu ea și a adus-o acasă, dar Vasilissa a aflat curând că femeia nu era așa cum sperase tatăl ei.

Era rece și crudă, și se căsătorise cu negustorul numai pentru că acesta era bogat. Nu avea decât invidie și dispreț pentru Vasilissa, deoarece aceasta era tot mai frumoasă pe măsură ce creștea, în timp ce fiicele mamei vitrege erau slabe și banale. Mama și surorile vitrege

îi dădeau sarcini nesfârșite fetei, sperând că avea să fie epuizată și obosită. Între timp, ele leneveau prin casă, răsfățându-se. Dar lucrurile nu au mers așa cum sperau. Surorile vitrege au rămas banale și neatractive, în timp ce Vasilissa se făcea cu fiecare zi mai frumoasă. Motivul era că Vasilissa avea păpușa, fără de care nu ar fi putut suporta cruzimea mamei și surorilor ei vitrege. În fiecare seară, după ce toată lumea adormea, Vasilissa se ascundea într-un dulap, scotea păpușa din buzunar, îi dădea ceva de mâncat și de băut, și apoi îi spunea necazurile ei. Ochii păpușii străluceau, păpușa mânca și bea puțin, apoi îi spunea fetei ce să facă. Apoi, în timp ce Vasilissa dormea, păpușa curăța bucătăria, aducea apă din fântână, plivea grădina și încălzea soba, așa că a doua zi fata nu avea altceva de făcut decât să se odihnească la umbră.

Se întâmplă că negustorul a avut de călătorit într-un țarat îndepărtat. Cât a lipsit, mama vitregă a născocit un plan care să o scape definitiv de fiica vitregă. Seara, i-a dat fiecărei fete câte o sarcină. Cea mare avea de făcut o bucată de dantelă, a doua a avut de tricotat o pereche de ciorapi, iar Vasilissa a avut de tors in. Le-a ordonat să nu se oprească înainte să termine. Apoi a aprins o singură lumânare, a stins toate focurile din casă, și s-a culcat. După ce fetele au lucrat câteva ore, cea mare s-a prefăcut că vrea să îndrepte fitilul lumânării, dar a stins-o, așa cum o instruisese mama ei, și altă lumină nu mai era nicăieri în casă.

- Nu e nici un foc în casă, și nu ne-am terminat treaba. Vasilissa, du-te să iei foc de la casa vecinilor.

Cea mai apropiată casă era coliba groaznicei Baba Yaga, care locuia în mijlocul unei păduri întunecoase. Surorile vitrege au încuiat-o pe Vasilissa afară din casă și i-au spus să nu se întoarcă dacă nu aduce foc.

Vasilissa s-a așezat pe treptele casei și a plâns. Apoi și-a scos păpușa din buzunar și i-a dat ceva de mâncat și de băut.

- Oh, păpușică! Trebuie să mă duc la casa groaznicei vrăjitoare, Baba Yaga, și să-i cer foc, și mă tem că mă va mânca! Ce să fac?

După ce păpușa a mâncat și a băut, a vorbit.

- Nu te teme, Vasilissa! Du-te acolo unde ai fost trimisă. Nu ți se va întâmpla nimic rău.

Așa că Vasilissa a pus păpușa înapoi în buzunar și a început să

meargă spre adâncurile pădurii.

A mers întreaga noapte, iar drumul era greu. După multe ore de mers, a auzit zgomot de copite. Un bărbat îmbrăcat în alb a trecut în galop, pe un cal alb. De îndată ce a trecut, pe cer au apărut zorile reci. Ea a continuat să meargă. Multe ore mai târziu, un bărbat îmbrăcat în roșu, călare pe un cal roșu, a trecut pe lângă ea, și soarele a ajuns la zenit.

A mers și a mers, și, la căderea serii, a ajuns la o pajiște verde. În mijlocul acesteia era o micuță colibă, ridicată pe picioare de găină. Un gard din oase omenești înconjura pajiștea cea verde. În capul fiecărui par al gardului se vedea câte un craniu omenesc. Balamalele porții erau făcute din oase de la picioare, iar încuietorea, dintr-un maxilar. Vasilissa s-a oprit și a împietrit de frică. În acel moment, un bărbat îmbrăcat în negru, călare pe un cal negru, a trecut în galop pe lângă ea. S-a făcut noapte, iar ochii craniilor de pe gard au început să strălucească, roșii. Dintr-o dată, s-a auzit un zgomot puternic. Baba Yaga a venit zburând prin pădure, într-un mojar uriaș, făcându-și vânt cu pistilul și acoperindu-și urmele din spate cu o mătură. Când a ajuns la gard, a spus:

- Colibă, colibă! Întoarce-te cu fața, cum te-a pus mama!

Atunci coliba s-a rotit pe picioarele sale de găină și a ajuns cu fața la gard. Baba Yaga era pe cale să deschidă poarta și să intre, când s-a oprit locului, amușinând.

- Simt miros de rus! a spus ea.

Vasilissa era înspăimântată, dar și-a amintit de cuvintele încurajatoare ale păpușii. S-a apropiat de Baba Yaga, a făcut o plecăciune adâncă, și a spus:

- Sunt doar eu, bunică, Vasilissa. Surorile mele vitrege m-au trimis să împrumut foc, pentru că toate luminile noastre s-au stins.

- Ei bine, le cunosc pe surorile tale vitrege. Dacă vrei să împrumuți foc de la mine, trebuie să stai și să muncești pentru mine. Dacă nu, te mănânc la cină!

Baba Yaga s-a întors și i-a poruncit porții să se deschidă. Vrăjitoarea a intrat fluierând, iar Vasilissa a urmat-o, timidă. Poarta s-a trântit în urma lor, încuindu-se.

Odată înăuntru, Baba Yaga s-a întins pe sobă și i-a ordonat fetei să îi aducă toată mâncarea din cuptor. Vasilissa a adus suficientă mâncare

pentru a hrăni trei bărbați puternici. I-a mai adus bere, vin, și miere din pivniță. Baba Yaga a mâncat și a băut tot, lăsând pentru Vasilissa numai o coajă de pâine și niște supă de varză.

După ce a mâncat, Baba Yaga a devenit somnoroasă, dar i-a vorbit cu severitate fetei, înainte de a adormi.

- Măine, după ce plec, curăță și mătură curtea. Apoi ia o măsură de grâu din magazie și alege toate mizeriile din ea. Apoi, pregătește o masă bogată pentru când mă întorc. Dacă nu faci asta, te voi mânca la cină!

Apoi bătrâna s-a întors cu fața la perete și curând a început să sforăie atât de tare, că Vasilissa a știut că este adormită profund. Atunci, Vasilissa a scos păpușa, i-a dat să mănânce și să bea, și i-a spus despre sarcinile imposibile pe care le primise de la Baba Yaga.

- Nu te teme, Vasilissa. Spune-ți rugăciunile și culcă-te, pentru că noaptea este un sfetnic bun.

Așa că Vasilissa s-a întins pe podea și a adormit.

Când Vasilissa s-a trezit a doua zi, era încă întuneric. S-a uitat pe fereastră și a văzut călărețul cel alb în galop pe lângă gard, tocmai când se iveau zorii. Baba Yaga plecase deja. Fetița s-a minunat de coliba vrăjitoarei, plină cu tot felul de lucruri minunate. Apoi și-a amintit de sarcinile pe care le avea de îndeplinit. Imaginați-vă ușurarea ei, când a văzut că deja curtea fusese curățată și aranjată, și când și-a văzut păpușa alegând ultimele mizerii din măsura de grâu. Vasilissa nu a mai avut decât de făcut de mâncare pentru Baba Yaga, și s-a apucat de asta cu mare grabă.

Pe măsură ce se apropia seara, Vasilissa a văzut călărețul cel negru pe calul său negru, galopând și sărind peste gard. Imediat după aceea s-a auzit un fluierat zgomotos, și Baba Yaga a apărut din pădure. Vrăjitoarea a inspectat curtea, coliba și grâul, spunând că dacă găsește ceva în neregulă, o va mânca pe Vasilissa la cină. Dar păpușa îndeplinise sarcinile atât de perfect, încât Baba Yaga nu a găsit nici o buruiănă în toată curtea, nici un fir de praf în grâu. A fost furioasă, dar a încercat să nu o arate. În schimb, a bătut din palme de trei ori și și-a chemat servitorii credincioși. Imediat, au apărut trei perechi de mâini, au luat grâu și au început să-l macine.

Apoi Baba Yaga s-a așezat, iar Vasilissa i-a servit o cină enormă, suficientă pentru patru bărbați voinici. Dar Baba Yaga a mâncat tot,

inclusiv oasele. După cină, i-a ordonat fetei să îndeplinească aceleași sarcini și a doua zi, dar, în plus, trebuia să curețe o măsură de boabe de mac, una câte una. Apoi s-a întors către perete și a început de îndată să sforăie.

Vasilissa a scos mica păpușă din buzunar și s-a dus într-un colț. Ca în seara precedentă, păpușa a liniștit-o.

- Du-te la culcare acum, Vasilissa, pentru ca noaptea este un sfetnic bun.

Așa că Vasilissa și-a spus rugăciunile, s-a întins și a adormit.

În dimineața următoare, a descoperit că păpușa făcuse totul, iar ei nu-i mairămânea decât să gătească cina pentru Baba Yaga. La apus, a auzit încă o dată zgomotul făcut de apropierea vrăjitoarei, tocmai când bărbatul în negru trecea în galop pe-acolo. Soarele a apus, iar ochii craniilor au început să sclipească, roșii. Baba Yaga a venit și a început să inspecteze cu atenție totul. Dar, ca și în ziua de dinainte, nu a putut găsi nimic în neregulă. Din nou, bătut din palme și și-a chemat servitorii, iar cele trei perechi de mâini au apărut, luând cu ele măsura de mac și presând semințele pentru a face ulei.

Apoi Vasilissa i-a servit cina pe care o pregătise, suficientă pentru cinci bărbați în putere, și a mai pus pe masă bere și miere. Baba Yaga a mâncat tot, în timp ce Vasilissa stătea în picioare lângă ea.

Când a terminat de mâncat, Baba Yaga s-a răstit la ea.

- De ce stai acolo, ca și cum nu poți vorbi?

- Nu am vrut să vorbesc fără permisiunea ta, bunică, dar dacă mă lași, îți pun câteva întrebări.

- Ei bine, doar ține minte că nu toate întrebările duc la ceva bun. Dacă știi prea multe, vei îmbătrâni prea repede.

- Pe când mergeam prin pădure, am văzut un bărbat călare, îmbrăcat tot în alb, pe un cal alb ca laptele. Cine era?

- Este ziua mea albă, strălucitoare. Este un slujitor al meu, dar nu-ți poate face rău. Mai întreabă.

- Mai târziu, am văzut un bărbat în roșu, care călărea un cal roșu strălucitor. Cine era?

- Acela este soarele meu rotund și roșu. Și el este slujitorul meu, dar nu-ți poate face rău. Mai întreabă, a spus ea, scrâșnind din dinți.

- Am văzut un al treilea călăreț, îmbrăcat în negru, pe un cal negru ca abanosul. Cine era?

- Este slujitorul meu, noaptea cea neagră. Nu-ți poate face rău. Mai întreabă! a cerut ea, devenind tot mai furioasă.

Dar Vasilissa a rămas tăcută.

- Mai întreabă! Întreabă de cele trei perechi de mâini care mă servesc!

Dar Vasilissa a văzut nerăbdarea din comportamentul vrăjitoarei.

- Trei întrebări sunt suficiente pentru mine. Nu vreau să fiu bătrână prea repede, știind prea multe.

- E bine pentru tine că ai întrebat numai despre ce ai văzut afară din colibă. Dacă m-ai fi întrebat despre cele trei perechi de mâini, ele te-ar fi prins și te-ar fi dus departe, transformându-te în mâncare pentru mine, așa cum au făcut cu grâul și cu macul. Acum am eu o întrebare pentru tine. Cum se face că ai reușit să îndeplinești tot ce ți-am cerut?

Vasilissa era atât de speriată, văzând cum vrăjitoarea scrâșnește din dinți, încât aproape că i-a spus despre păpușă, dar s-a gândit repede și a spus:

- Mă ajută binecuvântarea mamei mele moarte.

Baba Yaga a țâșnit de pe scaun și a început să strige:

- Ieși imediat din casa mea! Nu vreau aici pe nimeni care poartă binecuvântări! Pleacă de îndată!

Vasilissa a ieșit în fugă din colibă, în curte. În spatele ei, a auzit-o pe Baba Yaga strigând la poartă să se deschidă. Apoi Baba Yaga a luat unul din craniile de pe gard și l-a aruncat după Vasilissa.

- Ai aici focul pentru mama și surorile tale vitrege! Du-l la ele, ca ele să se bucure!

Vasilissa a pus craniul pe un băț și a fugit prin pădure cât de repede a putut. Era noapte, dar și-a găsit drumul la lumina ochilor lucitori ai craniului, care s-au stins doar la ivirea zorilor. A mers toată ziua, și seara a ajuns din nou la casa mamei vitrege. S-a gândit că, până acum, cu siguranță că găsiseră o altă sursă de lumină, și a aruncat craniul într-un tufiș, dar acesta i-a vorbit:

- Nu mă arunca, frumoasă Vasilissa. Du-mă la mama ta vitregă.

Așa că Vasilissa a dus craniul înăuntru, la mama ei vitregă. Când i l-a dat, ochii craniului au început să strălucească fioros, iar privirea sa le-a urmărit pe mama și surorile vitrege până când acestea au ars și au murit.

La începutul basmului, aflăm că Vasilissa are o mamă bună. Păpușa reprezintă imaginea elocventă a abilității interne de a ne autoliniști și de a ne găsi resursele interioare. O astfel de capacitate este un dar pe care îl primim atunci când avem mamele potrivite. Dacă mamele sau îngrijitoarele noastre ne-au oferit alinare atunci când sufeream, internalizăm această abilitate, reușind să o facem noi singure atunci când este nevoie. O astfel de mamă bună interioară aduce un fel de magie în viețile noastre, o fântână nesecată de înțelepciune și alinare. Păpușa magică a fetei reprezintă imaginea perfectă pentru această capacitate interioară de autoliniștire. O purtăm mereu cu noi, dar putem să nu fim conștiente de existența sa decât atunci când avem nevoie de ea. Capacitatea noastră de a ne îngriji cu iubire atunci când suntem tulburate se manifestă în principal în felul cum vorbim cu noi, sau în vocea noastră interioară. Există însă și un aspect negativ atunci când avem o mamă bună. Când suntem iubite și îngrijite, ne poate fi mai greu să ne accesăm agresiunea. O mamă "suficient de bună" ne poate învăța să avem încredere în noi, să ne reglăm emoțiile, și să ne așteptăm ca lumea să ne trateze corect, dar ne poate lăsa fără accesul important la cruzime de care am putea avea nevoie, dacă lucrurile iau o întorsătură neplăcută.

Vocea interioară

Cele mai multe dintre noi nu suntem atente la conversațiile din interior, dar vocea aceasta are un impact enorm asupra dispozițiilor noastre, asupra felului în care ne evaluăm, și asupra rezilienței noastre generale. Dacă ne subestimăm constant, sau ne lăsăm pradă fricilor și dubiilor, această voce va avea un efect coroziv asupra sufletelor noastre. Dacă ne vorbim cu blândețe și compasiune, vom fi alinate și întărite, gata să facem față potențialelor provocări.

Ceea ce avem nevoie atunci când suntem supărate – de la mame, de la parteneri, sau de la noi însene – este o ureche care să ne asculte. Sentimentele noastre trebuie auzite și acceptate. E groaznic atunci când suntem tulburate, iar persoana căreia îi facem confidențe ne spune că reacționăm exagerat, sau ne minimizează îngrijorarea. Păpușa îi oferă această ascultare receptivă fetei, care poate astfel să-și verse necazurile.

Odată ce am fost auzite, adesea ne simțim deja mai calme. Apoi, poate fi de ajutor să avem pe cineva care să ne conducă de-a lungul procesului de rezolvare de probleme, sau să ne ajute să avem o perspectivă corectă asupra situației. Păpușa face pentru Vasilissa ceea ce o mamă bună face pentru copilul său, și ceea ce persoanele reziliente fac pentru sine.

Psihologii numesc acest lucru *decatastrofizare*. Când suntem puși în fața unei probleme, cu toții avem tendința de a ne simți copleșiți. Uneori presupunem că rezultatul va fi cel mai rău posibil. O astfel de atitudine induce sentimente de panică și chiar ne paralizează. Nu doar că ne simțim mai rău atunci când ne angajăm în acest tip de gândire, dar ne și speriem și ne simțim prea neajutorați pentru a acționa în mod eficient. Oboseala sau senzația de foame crește șansele să răspundem unei provocări prin catastrofizare.

Păpușa îi amintește fetei că “noaptea este un sfetnic bun”. Această zicătoare este un mod minunat și poetic de a afirma un adevăr esențial – problemele arată adesea mult mai gestionabile odată ce ne odihnim peste noapte. Nu are sens să ruminăm la necazurile noastre târziu în noapte, când nu mai dispunem de energie. Ne putem oferi darul odihnei, știind că probabil vom reuși să facem față provocării cu o energie reînnoită, odată ce ne trezim. Când amânăm gestionarea unei greutăți până dimineața, îi putem oferi inconștientului această problemă, în timp ce dormim. Ca și păpușa care lucrează, rezolvând noaptea sarcinile pe care le primește Vasilissa, inconștientul lucrează la problemele noastre în timp ce ne odihnim.

Atunci când avem o mamă interioară bună, reușim să ne bazăm pe inconștient ca pe o sursă de confort și înțelepciune, la care putem apela în situațiile stresante. Complexele parentale pozitive au un impact puternic asupra vieții unei persoane, deoarece internalizăm abilitatea de a ne liniști și de a ne gestiona emoțiile stresante. Cu toate acestea, experiențele pozitive cu părinții noștri ne pot lăsa nepregătite pentru lume în alte feluri. Dacă părinții ne-au îngrijit cu dragoste în copilărie, am putea să nu ne dăm seama cât de aspră este lumea. Nu ne așteptăm ca alții să fie manipulatori, sau lipsiți de bunătate. Și este posibil să nu ne fi mobilizat agresiunea pentru a ne lua ceea ce dorim, ori pentru a ne proteja. Dacă am avut norocul de a avea mame bune, va fi nevoie să învățăm să servim zeița întunecată

înainte de a putea fi inițiate în a ne folosi agresiunea. Vasilissa trebuie să meargă la Baba Yaga pentru a găsi foc, pentru că ea încă nu are contact cu acest aspect al focului său vital.

Învățarea cruzimii

Baba Yaga este complexă și ambivalentă. Nu este doar îngrozitoare, periculoasă și înspăimântătoare, este și corectă și înțeleaptă. Ea îi dă fetei focul promis și recunoaște că Vasilissa va avea nevoie de craniu pentru a le face față mamei și surorilor ei vitrege. În alte povești rusești, Baba Yaga este prezentată ca o figură plină de înțelepciune. De exemplu, în "Marya Morevna", eroul Ivan o caută pe Baba Yaga pentru a-i cere ajutorul – Koșcei cel fără de moarte a capturat-o pe soția lui Ivan, prințesa războinică Marya Morevna. Ivan trebuie să meargă la Baba Yaga și să caute un cal fermecat, altfel nu îl poate înfrânge pe Koșcei. După ce îl face pe Ivan să-i dovedească că este vrednic, Baba Yaga îi oferă calul fermecat.

Precum Kali, Baba Yaga este o soră a lui Lilith – neînfricată, nu se străduiește să placă și nu face compromisuri. Ea are jurisdicție asupra soarelui, zorilor și nopții. Ea este păstrătoarea secretelor antice și a înțelepciunii. Este mai mult decât o vrăjitoare. Ea este zeița arhaică a naturii, o zeităte slavică primordială, care a persistat de-a lungul secolelor. Când Vasilissa i se prezintă cu curaj și este de acord să lucreze pentru ea, Vasilissa devine un fel de acolită a acestei zeițe întunecate. Lilith și Baba Yaga știu amândouă cum să fie nemiloase. Capacitatea aceasta pentru cruzime este abilitatea de care are nevoie Vasilissa. Ea a fost bine crescută, dar nu are acces la focul său.

Când Baba Yaga îi dă craniul, cu instrucțiunea de a i-l oferi mamei vitrege, ea îi împărtășește darul agresiunii, un dar pe care fata nu l-ar fi putut primi de la mama sa. Odată acasă, Vasilissa are impulsul de a reveni la "fata drăguță" și aruncă craniul, dar acesta îi vorbește, amintindu-i că Baba Yaga i-a spus să-l ducă mamei vitrege. Așa cum păpușa este o imagine a capacității alinătoare, pe care Vasilissa a primit-o de la mama sa bună, la fel craniul poate fi văzut ca vocea mamei întunecate, Baba Yaga, pe care acum o poartă cu ea.

Abilitatea noastră de a fi agresive – de a ne apăra, de a stabili limite, și, atunci când este nevoie, de a ne direcționa agresivitatea nestăvilită spre cineva care altfel ne-ar răni – este un dar de la zeiță. Are o

calitate divin întunecată, nu tocmai din lumea aceasta. Este periculoasă și nu ar trebui folosită fără discriminare, la întâmplare. Povestea are câteva finaluri diferite, dar în cele mai multe, Vasilissa îngroapă craniul după ce mama și surorile ei vitrege mor. Vasilissa pare să recunoască faptul că această capacitate divină este ceva care nu prezintă siguranță. Actul de a îngropa craniul este o imagine a ceea ce așteaptă societatea de la femei. Am fost învățate să ne îngropăm agresivitatea. Faptul că basmul are acest sfârșit relevă cât de ambivalent este pentru femei să acceseze acest tip de potențial interior.

Un film din 2006 explorează o poveste similară a unei tinere inocente care trebuie să devină ucenica zeiței întunecate. Ea trebuie să descopere ce contează cu adevărat pentru ea și să învețe să fie nemiloasă în serviciul celor mai profunde valori ale sale.

Diavolul se îmbracă de la Prada

Diavolul se îmbracă de la Prada o prezintă pe frumoasa ingenuă Andy Sachs (Anne Hathaway) care lucrează la o revistă de modă, ca asistentă a șefei sale impozante, Miranda Priestly (Meryl Streep). Povestea lui Andy o copiază pe cea a Vasilisei. Andy este o proaspătă absolventă de facultate, care tocmai a ajuns în New York. Deși CV-ul ei este impresionant, are dificultăți în a-și găsi o slujbă în domeniul jurnalismului. În cele din urmă, rămânând fără opțiuni, candidează pentru postul de asistentă a editoarei de la *Runway*, o prestigioasă revistă de modă. Sentimentul ei de dreptate socială și lipsa de cunoștințe în domeniul modei sunt contrare atenției excesive asupra înfățișării și atmosferei de tipul “care pe care” de la *Runway*, dar primește postul.

Miranda Priestly, șefa lui Andy, este recunoscută pentru aparența ei de gheață și temperamentul dificil. Miranda este o forță considerabilă. Poate usca cu o privire. Miranda este mai mult decât o imagine a competiției lipsite de milă și a importanței de sine. Ea este o manifestare a zeiței întunecate. Ca și Baba Yaga, ea este o imagine pură a naturii – neiertătoare, lipsită de sentimentalism, uneori nemiloasă, și uneori dătătoare de viață. Deși Andy nu a auzit niciodată de ea, toată lumea îi reamintește în mod constant că “un milion de fete ar ucide pentru postul acesta”, și că o recomandare din

partea Mirandei îi poate deschide orice uşă.

Ca şi Vasilissa, Andy trebuie să îndeplinească o serie de sarcini aparent imposibile. Trebuie să comande şi să aducă prânzul şefei ei de la un restaurant, şi să-l livreze la ora exactă. Miranda îi cere chiar să îi facă rost de manuscrisul nepublicat al următoarei cărţi din seria *Harry Potter*, pentru cele două fiice ale sale – o încercare la fel de provocatoare ca oricare din sarcinile îndeplinite de Vasilissa.

Ca şi Baba Yaga, Miranda pare să fie (sau se imaginează) pe tărâmul supereroilor. O scenă o arată bătând-o la cap pe Andy să-i găsească un zbor din Florida. Devine clar că Miranda se află în mijlocul unui uragan, şi că de acolo nu zboară nici un avion, dar ea se referă la furtună ca la o “problemă absurdă legată de vreme”⁷⁹. Prin fereastra camerei de hotel, vedem copacii legănându-se violent, în timp ce Miranda îi cere lui Andy să găsească cum să se întoarcă acasă. Aşa cum Baba Yaga controlează dimineaţa, ziua şi noaptea, Miranda crede că vremea ar trebuie să-i asculte comenzile.

Iniţierea lui Andy în lumea modei este plină de momente comice. Uşorul ei dispreţ şi sentimentul de superioritate morală nu îi scapă Mirandei. În timp ce aceasta inspectează ţinutele pentru o şedinţă foto ce urmează, deliberează cu voce tare ce curea să aleagă, iar Andy chicoteşte audibil. În tăcerea absolută care urmează, ea explică tulburată că “încă învaţă despre chestiile astea”. Miranda se întoarce spre ea, furioasă.

Chestiile... astea? În regulă, înţeleg. Crezi că asta n-are nimic de-a face cu tine. Te duci la dulap şi-ţi iei, să zicem, puloverul acesta albastru scămoşat, pentru că încerci să spui lumii că te iei prea în serios pentru a-ţi păsa ce pui pe tine. Ce nu ştii este că puloverul acesta nu este albastru. Nu este nici măcar de culoarea cerului, este azuriu...

*Culoarea aceasta valorează milioane de dolari şi multe slujbe. Şi iată-te aici, crezând că ai făcut o alegere care te diferenţiază de industria modei. Adevărul este că porţi un pulover care a fost ales pentru tine de persoanele din această încăpere. Dintr-o grămadă de chestii*⁸⁰.

⁷⁹ *Diavolul se îmbracă de la Prada*, regizat de David Frankel (Los Angeles, CA: Fox 2000 Pictures, 2006), 1 oră, 49 minute

⁸⁰ *Diavolul se îmbracă de la Prada*

Andy trebuie să învețe să respecte puterea Mirandei și să i se adreseze reverențios, înainte de a experimenta partea folositoare a acestei energii nemiloase.

Progresul

Un moment de cotitură apare atunci când Andy nu reușește să o aducă pe Miranda înapoi din Florida în timpul uraganului, pentru ca aceasta să poată ajunge la recitalul de pian al fiicei sale. Miranda o face cu ou și cu oțet pentru eșec. Andy aleargă în lacrimi la colegul său, Nigel, care este editor senior al revistei și este un coleg apropiat al Mirandei. El își exprimă un dezinteres stoic pentru tulburarea lui Andy. O acuză că se plânge și o încurajează să demisioneze dacă nu face față.

*Te-am putea înlocui în cinci minute cu cineva care chiar dorește slujba asta... Vrei să spun, săraca fată, Miranda se ia de tine? Își face treaba. Trezește-te!... Habar n-ai câte legende au pășit pe aceste holuri și, ce-i mai rău, nici nu-ți pasă. Pentru tine, acest episod reprezintă doar un mijloc pentru a-ți atinge scopul. Locul acesta, pentru care unii ar muri să poată lucra aici, pentru tine reprezintă doar ceva ce catadicsești să faci. Și vrei să știi de ce nu te pupă pe frunte și nu-ți pune o steluță în caietul cu teme?*⁸¹

Reproșul lui Nigel trezește ceva în Andy. El îi spune că natura – că viața – nu ne recompensează pentru eforturile călduțe, pentru care ne felicităm singuri. Ne cere totul, o implicare totală într-o dezvoltare. Andy s-a purtat ca o fetiță, dorindu-și să fie lăudată pentru că este o bună elevă. Până în acest moment al filmului, nu și-a asumat întreaga responsabilitate pentru sine. Inconștient, nu și-a trăit cu totul viața. În acest moment, lucrurile se schimbă.

Andy vede că s-a ținut la distanță de Miranda și de misiunea revistei, disprețuind în secret moda. Acum se implică. Îi cere lui Nigel să o ajute să schimbe modul în care se îmbracă, și o vedem transformându-se dintr-o studentă simplă, care se îmbracă modest, într-o fashionista elegantă. Andy nu se dă înapoi de la nimic. Lasă ca

⁸¹ *Diavolul se îmbracă de la Prada*

disprețul defensiv și judecățile să dispară, și începe să vadă lumea prin ochii Mirandei. Inițierea ei a început.

Opusul lui Andy, de-a lungul filmului, este asistenta senioară a Mirandei, Emily Charlton (jucată de Emily Blunt). Emily este mereu încordată și obsedată de modă. Aflăm că, în calitate de asistentă a Mirandei, trebuie să o însoțească pe aceasta la Săptămâna Modei în Paris, și că această călătorie are o importanță deosebită pentru ea. Își petrece tot timpul pregătindu-se, ținând regim pentru această călătorie, și anticipând-o. După ce Andy devine loială Mirandei, aceasta îi oferă craniul cu ochi strălucitori și o îndeamnă să nu îl refuze.

Miranda:

- Parisul reprezintă cea mai importantă săptămână a anului meu. Am nevoie de cea mai bună echipă cu mine. Aceasta nu o mai include pe Emily.

Andy:

- Stai. Vrei ca eu – oh, nu, nu. Nu, nu. Emily ar muri. Parisul este întreaga ei viață.

Miranda o privește fix. Nu-i pasă.

Andy:

- Nu a mâncat de câteva săptămâni. Nu pot face asta, Miranda. Nu pot.

Miranda:

- Dacă nu mergi, voi presupune că nu ai intenții serioase cu privire la viitorul tău la *Runway* sau oricare altă publicație.

Andy se uită la ea.

Miranda:

- Decizia este a ta⁸².

Andy alege să meargă la Paris, luând cuțitul pe care i l-a oferit Miranda și înfigându-l între umerii lui Emily. Miranda a provocat-o să-și recunoască excelența, să renunțe la drăgălășenia ei rurală și să-și pună pe primul loc nevoile și dorințele, chiar și atunci când acest lucru înseamnă să fie nemiloasă. Aceasta este o lecție pe care Andy avea nevoie să o învețe.

⁸² *Diavolul se îmbracă de la Prada*

Mai târziu în film, Andy dovedește că se poate folosi de proaspăt regăsită ei capacitate pentru agresiune. În Paris, își dă seama că lumea modei de înaltă clasă nu este locul potrivit pentru ea. Valorile ei nu sunt aliniate cu cele ale Mirandei. În mod paradoxal, acum este nevoie să o înjunghie pe Miranda pe la spate. Plină de încredere, o părăsește pe Miranda într-un moment critic. Aruncă într-o fântână telefonul mobil care o lega de șefa ei și lasă acea viață în urma sa. Își poate folosi agresiunea în serviciul destinului său unic, și nu mai are nevoie să fie asistenta Mirandei.

La finalul filmului, o vedem pe Andy la un interviu pentru o slujbă în domeniul jurnalismului. Editorul o întreabă despre munca ei de la *Runway*, și Andy admite că “a dat-o în bară”.

Editorul:

- Eu nu am auzit asta. Am sunat să cer referințe, am lăsat vorbă unei fete cu nasul pe sus, și apoi am primit un fax de la însăși Miranda Priestly, spunând că, dintre toate asistentele pe care le-a avut, tu ai fost, de departe, cea mai mare dezamăgire. Și că, dacă nu te angajez, sunt un idiot⁸³.

Andy trece testul. A câștigat aprobarea Mirandei nu pentru că a fost dornică să placă, sau conștiincioasă, ci pentru că și-a putut folosi agresiunea în serviciul său și al dezvoltării sale. Andy a reușit tocmai pentru că a dezamăgit-o pe Miranda. De-a lungul uceniciei sale, a învățat să-și cunoască nevoile și dorințele, și să găsească cruzimea necesară pentru a pune pe primul loc dezvoltarea sufletului ei.

Ceea ce cerem pentru noi

Grace este femeia care, fără să știe, a folosit energia păcăliciului pentru a intra la facultatea dorită. Când a venit prima dată la mine, am fost uimită de blândețea vocii sale și de nesiguranța pe care o exprima atunci când vorbea. Micuță și subțire, s-a așezat pe un capăt al canapelei, ca și cum ar fi vrut să ocupe cât mai puțin loc posibil. Crescută într-o familie în care nevoile ei nu au fost luate în considerare, Grace avea greutate în a face lucruri care puteau răni sau dezamăgi alte persoane.

⁸³ *Diavolul se îmbracă de la Prada*

Prin natura sa, Grace era focoasă și puternică. Fusese binecuvântată cu multe calități de tip Lilith, dar pierduse accesul la acestea în copilărie, care fusese marcată de alcoolismul tatălui ei și depresia mamei sale. Parte din munca noastră s-a centrat în jurul carierei sale. Era prinsă într-o slujbă nesatisfăcătoare, și dorea să demisioneze și să stea acasă cu cei doi copii mici. Grace simțea însă că nu ar fi putut face acest lucru, în parte pentru că se simțea îndatorată față de șefa ei, Cate. Aceasta era o femeie mai în vârstă, fără copii, care o luase pe Grace sub aripa sa, angajând-o din cadrul unei alte agenții, și o pregătise pentru a deveni înlocuitoarea sa. Grace era mișcată de afecțiunea lui Cate, dar uneori găsea că așteptările care însoțeau această atenție, erau sufocante. Pe măsură ce Grace și-a dat seama că nu voia să continue să lucreze, sfaturile lui Cate au început să se simtă tot mai inconfortabile și pline de presiunea. Grace știa că șefa ei avea să fie devastată dacă demisiona. Urmarea dorinței inimii sale ar fi însemnat rănirea altcuiva.

În timp ce se gândea să-și dea demisia, Grace a avut un vis în care o femeie mai în vârstă, pe nume Jane, i-a spus că trebuie să termine odată cu “complexul ăsta afurisit”. Jane era o femeie pe care Grace o cunoștea de la biserică. Grace mi-a împărtășit că Jane era dură și centrată pe sine. Nu se preocupa prea mult de ce credeau ceilalți despre ea. Jane avea, așadar, unele din calitățile agresive pe care trebuia să le găsească Grace. “Complexul afurisit” se referea la tendința lui Grace de a experimenta îndoieli copleșitoare și vinovăție atunci când făcea ceva ce i se părea egoist. Împlinirea propriilor nevoi o făcuse mereu să se simtă mizerabil.

“Le cerem altora numai ceea ce nu ne dăm noi înșine”, spune analistul jungian Edward Edinger⁸⁴. Când calitățile ei de tip Lilith erau încă înăbușite, Grace avea nevoie de permisiunea șefei ei pentru a-și urma inima, dar aprobarea aceasta nu avea să vină de bunăvoie. Trebuia să-și sancționeze singură planurile, știind că șefa ei se putea simți rănită și trădată.

În cele din urmă, Grace și-a găsit curajul și claritatea necesare pentru a-și depune preavizul. Previzibil, Cate a fost furioasă și supărată, și a

⁸⁴ Edward F. Edinger, *Ego and Archetype* (New York: Pelican Books, 1973), 161

tratat-o pe Grace cu răceală pentru restul timpului petrecut acolo. Pentru Grace însă, găsirea cruzimii necesare pentru a face ce dorea, în loc ce doreau toți ceilalți, a adus cu sine schimbarea vieții sale. Așa cum se întâmplă întotdeauna, un pas făcut înspre deplinătate și autenticitate duce la un sentiment general de bunăstare. Aprinzându-și cărbunii uitați sub cenușă, Grace s-a conectat cu focul ei vital. La câteva luni după ce a plecat de la serviciu, a avut următorul vis.

Am descoperit izvorul apei din oceanul Arctic. Mergeam cu cineva cu caiacul, și am călătorit tot mai înspre nord. A durat foarte puțin să ajungem acolo. Era un loc magnific și sacru, și, în același timp cotidian, în sensul că se afla lângă o șosea circulată, și avea gunoi în el, era ca un râu murdar. M-am rugat ca umanitatea să găsească un mod mai bun de a ne trata apa.

Grace a fost mișcată de acest vis. Ea a înțeles că, deși încă mai era de lucru, devenise ferm conectată cu sursa ei interioară, înnoitoare. Abilitatea de a fi agresivi fără milă este unul dintre cele mai întunecate aspecte ale naturii umane. Aceasta poate fi folosită pentru a amenința, răni, sau umili pe alții, pentru a câștiga putere asupra lor, și atunci când suntem în contact cu această agresivitate, tentația de a o folosi pentru a pedepsi este mereu prezentă. Există motive întemeiate pentru a fi prudente când vine vorba de această abilitate. Cu toate acestea, nu ne vom putea trăi tiparul dacă nu putem folosi agresiunea în beneficiul nostru.

Când aveam treizeci și ceva de ani, mergeam la un psiholog care nu era potrivit pentru mine. Știam că trebuie să încetez colaborarea, dar eram îngrijorată cu privire la sentimentele sale. În acea perioadă, am avut următorul vis.

Sunt într-o mașină, pe scaunul pasagerului. La volan este Tony Soprano.

Tony Soprano este un criminal de carieră și, probabil, un sociopat, deși unul simpatic. Dar nu se dă niciodată înapoi de la a face lucrurile dificile. Dacă trebuie să omoare pe cineva pentru a-și ține familia sau

afacerea în siguranță, o va face. Deși pentru mine a fost greu să-l accept pe Tony Soprano al meu interior, visul m-a încurajat să mă împrietenesc cu el, pentru a găsi cruzimea de care aveam nevoie pentru a pune capăt unei relații care nu era potrivită pentru mine.

Baba Yaga nu ne va oferi steluțe aurii pentru că suntem ascultătoare. Ea vrea să ne arătăm în deplina noastră vitalitate. Acest lucru poate însemna că vom lupta pentru a câștiga, lăsând la o parte compasiunea pentru competitor. Poate însemna că nu ne dăm înapoi de la a lua o atitudine despre care știm că va produce disconfort sau chiar durere altora, atunci când situația o cere. A ne regăsi agresiunea, folosind-o în slujba propriei noastre creșteri și dezvoltări, poate reprezenta o sarcină dificilă pentru femei. Dacă este să dăm naștere la ceea ce vrea să vină în lume prin intermediul nostru, va trebuie să învățăm ferocitatea, agresiunea și cruzimea. Când acestea se împletesc cu înțelepciunea, ne oferă puterea de a ne împlini destinul.

Întrebări pentru reflecție

1. Fetița din "Frau Trude" nu ascultă avertismentele părinților și devine lemn de foc pentru vrăjitoare. Când anume în viață ați fost prea încrezătoare în voi? Poate nu ați acordat atenție semnalelor care vă avertizau că o situație nu vi se potrivește. Ce s-a întâmplat? Ce ați învățat?
2. Când Vasilissa este tulburată, are o resursă interioară care o ajută să păstreze lucrurile în perspectivă și să facă față greutăților. Când sunteți în fața unei provocări, cum este dialogul vostru interior? Cum vorbiți cu voi? Ce aveți tendința de a face atunci când sunteți la pământ, sau puse în fața unei dificultăți?
3. Vasilissa are două surori vitrege rele, care sunt egoiste și lipsite de bunătate. Când anume în viață sunteți la fel ca Vasilissa, la mila răutății altcuiva? Și când sunteți ca surorile vitrege, insistente și arogante?
4. Vasilissa trebuie să călătorească în adâncurile pădurii pentru a o întâlni pe Baba Yaga. Fata este înspăimântată, dar știe că are de partea ei păpușa din buzunar. Ați avut vreun moment în viață care vi s-a părut asemenea unei călătorii printr-o

pădure întunecată? Poate că erați în doliu, sau deprimare. Ce resurse interioare ați avut la îndemână în acest timp?

5. Baba Yaga este imaginea unei energii puternice, arhaice, transpersonale. Trăind alături de ea, Vasilissa vine în contact cu înțelepciunea crudă, instinctuală, pe care o poartă Baba Yaga. Când ați avut contact cu Baba Yaga voastră interioară? Cum a fost?
6. Vasilissa folosește craniul pentru a-și lumina drumul spre casă, dar aproape îl aruncă atunci când ajunge. Atunci când suntem adulte, putem ajunge să vedem cu claritate tiparele dezadaptative din familiile noastre de origine. Cu toate acestea, ne trezim ajungând în aceleași tipare atunci când revenim acasă, în vizită. Care sunt tiparele pe care tindeți să le reluați atunci când vizitați membri ai familiei?
7. Vasilissa reușește să ducă craniul înăuntru – acum își poate accesa agresiunea. Când anume în viață ați reușit să fiți agresive în mod potrivit? Ce anume este dificil pentru voi?

Capitolul 10

Reîntoarcerea: acceptarea sorții

Impulsul de a deveni ceea ce suntem este unul extrem de puternic, și putem mereu conta pe el, dar acest lucru nu înseamnă că lucrurile vor ieși mereu bine. Dacă pe noi nu ne interesează propria soartă, inconștientul nostru este interesat de ea.

C. G. Jung, *C. G. Jung Speaking*

Ne putem aclama calitățile aprige revenite din exil, oferindu-le un loc confortabil în viețile noastre. Putem vedea că aceste aspecte ale noastre nu sunt demonice sau periculoase, ci niște aliați de nădejde în drumul nostru spre deplinătate. Jung a spus despre inconștient că “reflectă fața pe care i-o arătăm. Ostilitatea îi oferă un aspect amenințător, în timp ce prietenia îi îndulcește trăsăturile”⁸⁵. În cazul

⁸⁵ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 12, *Psychology*

multora dintre noi, aceste energii proscrie au fost îndelung neglijate, devalorizate și prost înțelese, așa că am ajuns să ne temem de ele. Dar ele reprezintă un depozit important de cărbuni scânteietori.

Atunci când le primim înapoi, aceste calități ne ajută să revenim acasă la noi însene. Atunci vedem valoarea calităților noastre feminine de conectare, compasiune și emoționalitate, dar ne putem accesa și istețimea, păcăleala, agresiunea și autoritatea, în serviciul scopurilor și dorințelor noastre autentice. Ne cunoaștem inimile. Ne putem adapta și avea grijă de nevoile altora, dar putem face și alegerea conștientă de a nu face acest lucru. Din acest motiv, iubirea și grija noastră sunt oferite de bunăvoie și cu bucurie, nu pentru că urmăm un scenariu demodat, sau suntem impulsionate de obligații nediferențiate.

Iepurele cel drăguț

Când Lucie a venit prima dată la mine, era teribil de nefericită.

- Mă simt furioasă tot timpul, a mărturisit ea în lacrimi. Mă înfurie până și gândul că trebuie să mă spăl pe dinți.

Lucie își petrecuse întreaga viață urmând regulile și făcând ceea ce-i spuneau ceilalți. Fiind o "fată bună" avusese destule avantaje – era bine realizată în multe domenii. Dar existau și costuri. Se simțea prinsă într-o căsnicie nefericită și avea câteva relații de prietenie pe care le găsea epuizante, dar de care nu putea scăpa. Era o scriitoare extrem de talentată, și avusese un oarecare succes publicând. Cu toate acestea, îi venea greu să își susțină cauza și să aibă grijă de cărțile ei prin eforturi promoționale adecvate. Furia suprimată a lui Lucie era abia ținută în frâu. Deși încercase din greu să facă față vieții cu personalitatea ei drăguță, furia ei ieșea prin toți porii, infectând relațiile sale cu alte persoane, care-i puteau simți iritabilitatea și vulnerabilitatea. Deoarece oamenii puteau simți inconștient că furia ei considerabilă era îndreptată doar asupra ei, adesea profitau de ea, ceea ce înrăutățea și mai mult lucrurile pentru Lucie.

Familia ei pusese accent pe datorie și modestie. Mama ei fusese strălucită, dar nu se realizase și fusese nefericită. Sora mai mică a lui Lucie avea probleme comportamentale semnificative, care ocupau

atenția mamei lor. Lucie a fost distribuită în rolul îngrijitoarei, ajutând la liniștirea anxietăților constante ale mamei sale, și ridicându-i moralul atunci când acesta era la pământ. Când a ajuns la cabinetul meu, pe la mijlocul vieții, petrecuse decenii întregi îndeplinind așteptările altora și jucând după reguli. Își pierduse destul de devreme legătura cu focul ei vital. Aspectele ei aprige protestau acum împotriva exilului, ducând la apariția unor simptome – depresie, iritabilitate, și dispoziții întunecate.

Destul de devreme în munca noastră împreună, Lucia a avut un vis care a povestit elocvent despre instinctele ei rănite.

Într-o cușcă se află un iepure maro, ghemuit într-un colț. Cușca nu este închisă. Ar putea ieși dacă ar vrea, dar nu pare să știe cum. Pe blana lui este prinsă o bucată de hârtie pe care scrie "Acesta este un iepure drăguț". Mama mea este și ea acolo. Ea întinde mâna, bucata de hârtie cade, și dă la iveală o rană urâtă dedesubt. Iepurele sare spre mine, înspăimântat. Mă aleg cu nasul însângerat.

Lucie trăise ca un "iepure drăguț" timp de mulți ani, cu rănila abia ascunse de eforturile declarative făcute pentru a se prezenta drept "drăguță". Era atât de orientată înspre a se conecta și a avea grijă de ceilalți, că se deconectase de ea însăși și avea dificultăți în a-și recunoaște rănila semnificative. Exista o interdicție interioară atât de puternică să nu cumva să fie egoistă sau îndreptățită, încât nu vedea că această cușcă în care se simțea prinsă era una din care se putea evada ușor, de fapt.

În viața sa cotidiană, Lucie se găsea adesea în situații în care se simțea nedreptățită sau simțea că cineva profită de ea, dar, asemenea iepurașului cel drăguț, nu știa cum să scape. Lucie era prietenă cu o femeie pe nume Margaret, care îi solicita timpul. Margaret lua în mod repetat decizii proaste, care rezultau în drame și haos. O suna frecvent pe Lucie, insistând să petreacă timp împreună. Apoi umplea tot acest timp plângându-se despre situațiile oribile din viața ei, pe care și le făcuse singură, și se aștepta ca Lucie să o compătimească. Margaret nu era interesată de ceea ce se petrecea în viața lui Lucie, și nu era sensibilă la nevoile acesteia. Dacă Lucie nu-i acorda atenția și simpatia în mod corespunzător, Margaret devenea disprețuitoare.

Relația cu Margaret nu-i aducea lui Lucie decât iritare, dar atunci când i-am sugerat că ar putea pune câteva limite în cadrul acestei relații, Lucie a dat înapoi. Era atât de deconectată de calitățile ei de tip Lilith – de sentimentul de îndreptățire cu privire la poziția sa, de furia sănătoasă și justificată – că stabilirea limitelor cu Margaret i se părea neconceput. În schimb, își internaliza furia și nefericirea, mâncând frecvent cantități însemnate de înghețată după ce petrecea timp cu Margaret.

Situații similare apăreau și în alte ocazii din viața lui Lucie – în relațiile cu mama și sora sa, la serviciu, și în cadrul căsătoriei. Cheltuia o energie considerabilă pentru a-și suprima calitățile aprige, minunate, care i-ar fi adus vitalitate. Mare parte din munca noastră împreună era desfășurată pentru a o încuraja să se împrietenească cu aceste calități interioare, pentru a putea da la o parte “iepurele cel drăguț”, reclamându-și ferocitatea.

De-a lungul anilor în care am lucrat împreună, Lucie a vorbit adesea despre o altă scriitoare pe nume Kira, care părea să întruchipeze multe din calitățile la care Lucie renunțase. Kira era prolifică și era adepta autopromovării. Lucie nu avusese niciodată suficient timp pentru a se dedica scrisului, și nu producea cât ar fi vrut. Deși Lucie abia o cunoștea pe Kira personal, devenea distantă și arogantă în scurtele lor interacțiuni. Kira devenise imaginea a tot ceea ce ura Lucie – egocentrism, aroganță, îndreptățire și egoism. Aceste calități urâte erau exact cele care îi lipseau cel mai mult. Săptămână după săptămână, sesiunile noastre erau otrăvite de invidia și resentimentele pe care le avea față de Kira. Kira apărea frecvent în visele lui Lucie, unde se comporta fără nici un fel de respect pentru sentimentele lui Lucie cea din vis.

Cumva, energiile proscrise pe care le întruchipa Kira i se păreau de neatins lui Lucie, care se percepea ca fiind deconectată absolut de aceste oportunități dătătoare de viață. După ce am lucrat împreună câțiva ani, a venit la mine cu acest vis:

Caut ceva pierdut într-o apă puțin adâncă – niște șlapi, sau papuci de apă. La o mică distanță de țărm, se află două insule mici, nelocuite. Cred că este Pacificul de nord-vest. Insulele arată luxuriante, frumoase. Mă simt tristă că nu am fost niciodată la mare. Cred că nu

am fost niciodată la mare și nu am vizitat insulele acelea, dar trebuie să fi fost acolo, de vreme ce lucrurile pe care le caut sunt ale mele. Am crezut că vor fi greu de găsit, dar erau chiar acolo.

În vis, Lucie se uită cu dor înspre apă și insule, presupunând că sunt dincolo de atingerea ei. Visul îi spune că, de fapt, a mai fost acolo. Când a avut acest vis, Lucie nu putea simți că această scenă liniștită era una la care putea avea acces regulat, așa cum nu putea vedea că acele calități pe care le invidia la Kira puteau fi reclamate și de ea. De-a lungul sesiunilor noastre, invidia și chiar ura pe care le simțea Lucie pentru Kira s-au dizolvat treptat într-un fel de curiozitate intensă și tânjire dureroasă. Am încurajat-o să se aplece asupra acestor sentimente, și Lucie a făcut acest lucru, cu curaj, atât în imaginație, cât și în viața reală.

Oportunitățile de conectare cu Kira s-au prezentat de la sine, iar Lucie a profitat de ele. A ajuns să o cunoască mai bine pe Kira – pe Kira cea adevărată – și a descoperit că o plăcea foarte tare. Legătura aceasta exterioară corespundea cu o apropiere de Kira sa interioară. Și-a descoperit curajul de a ieși din căsnicie. A devenit mai îndrăzneță și mai puțin retrasă în ceea ce privea scrisul, și s-a dedicat unor proiecte mai mari și mai ambițioase.

Sentimentele ei pentru Kira s-au împlânzit și s-au transformat într-o admirație autentică, alături de un dor continuu pentru o mai mare apropiere. După mai mulți ani, a avut următorul vis.

Kira mi-a scris o scrisoare. Știu că este specială și că este vorba despre cât ține la mine, deși nu am citit-o. Mi-o lasă într-o grămadă de alte lucruri – artă, haine – toate la fel de speciale. Dar nu reușesc să găsesc scrisoarea. Nu renunț, mă întorc în locul acela de mai multe ori, căutând. Nu mă simt învinsă; sunt hotărâtă – într-un fel care pare “blând”, gentil, nu plin de stres sau presiune – să revin și să o caut.

“Mereu ne redescoperim conținuturile psihice inconștiente în alții”, a scris Jung⁸⁶. În Kira, Lucie și-a descoperit energiile proscrise de

⁸⁶ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 10, *Civilization in Transition*, editat și tradus de Gerhard Adler și R. F. C. Hull, a doua ediție. (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1970), p. 374.

autoprotejare și autoexprimare, de care fusese complet deconectată de vreme în viață. Lucie a descoperit un mod de a accesa acest aspect inițial interzis al vieții ei, și a descoperit că, de fapt, aceste trăsături nu sunt distructive. Deși încă eluzivă, Kira ei interioară este o prietenă iubitoare.

Atunci când ne putem întoarce către părțile proscrise din noi, viețile ni se schimbă. Un basm grecesc ilustrează acest lucru, și ne poate ajuta să înțelegem mai bine povestea lui Lucie.

Prințesa nenorocoasă

A fost odată ca niciodată o regină ce avea trei fiice, pentru care nu putea găsi soți. Într-o zi, o cerșetoare a venit la palat. Ea a văzut disperarea reginei, și i-a oferit sfatul:

- Te pot ajuta, dar trebuie să faci așa cum îți spun. La noapte, când fiicele tale se culcă, observă cum dorm, și spune-mi dimineață.

Regina a făcut așa cum i s-a spus, și a observat că fiica cea mare dormea cu mâinile pe cap, fiica cea mijlocie dormea cu mâinile pe piept, iar fiica cea mică, cu mâinile în poală. Regina i-a raportat toate acestea cerșetoarei.

- Ascultă cu atenție! Fiica ta cea mică, care doarme cu mâinile în poală, este cea ghinionistă. Soarta ei potrivnică le afectează și pe surorile sale.

Regina a fost tulburată de aceste vești și nu a știut ce să facă. Dar fiica cea mică a venit la ea.

- Am auzit totul, mamă, și știu că soarta mea nenorocoasă le împiedică pe surorile mele să se căsătorească. Știu ce trebuie să fac. Pune să-mi coasă aurul din zestre în tivul rochiei, și lasă-mă să plec.

Mama ei a încercat să o facă să se răzgândească, dar fata era hotărâtă. Și-a împachetat câteva lucruri, s-a îmbrăcat cu haine simple și și-a luat rămas bun de la mama și surorile ei. Pe când pleca, doi miri s-au apropiat de palat, călare pe cai.

Fata a mers și a mers, și la căderea nopții, a ajuns la un negustor de haine dintr-un sat. A întrebat dacă poate petrece noaptea acolo, și i s-a oferit un loc în pivniță. În noaptea aceea, soarta ei a venit și a început să sfâșie toate pânzeturile aflate în pivniță. Soarta a răsturnat baloturile cu țesături și a sfâșiat totul. Prințesa a implorat soarta să se oprească, dar aceasta a amenințat să o sfâșie și pe prințesă.

Dimineața, negustorul a fost tulburat peste măsură.

- Ce se va alege de mine! M-ai adus la ruină!

Dar prințesa a luat câteva monede de aur din tivul rochiei și i le-a dat. Apoi a plecat și i-a urat numai bine. Noaptea, a ajuns la casa unui negustor de sticlă, și l-a rugat să o lase să petreacă noaptea acolo. S-a întâmplat același lucru ca și în prima noapte. Soarta ei a venit și a spart toată sticla din magazin, țipând și scrâșnind. Când negustorul de sticlă s-a trezit și a văzut ce s-a întâmplat, și-a ieșit din minți, dar prințesa i-a dat câteva monede de aur din tivul rochiei și a pornit la drum.

A mers până când a ajuns la palatul regal al țării. A căutat-o pe regină și i-a cerut de lucru. Regina era o femeie înțeleaptă și a văzut că fata era de origine nobilă, în ciuda hainelor sale simple. Regina a pus-o pe prințesă să stea lângă ea și să brodeze perle, dar când fata s-a apucat de lucru, tablourile au căzut de pe pereți, iar perlele s-au împrăștiat peste tot. Cât timp prințesa a rămas cu regina, noaptea farfuriile zburau de pe rafturi, iar servitorii se plângeau, dar regina le-a spus să aibă răbdare.

- Este o prințesă, dar are o soartă potrivnică. Fie-vă milă de ea!

Într-o zi, regina i-a spus prințesei:

- Nu mai poți continua așa, cu soarta potrivnică mereu pe urmele tale. Trebuie să găsești un mod să-ți schimbi soarta.

Dar prințesa nu știa cum să facă acest lucru, așa că regina i-a explicat. Undeva departe, pe un munte înalt, locuiau toate sortile. Prințesa trebuia să călătorească până acolo și să-și caute soarta.

- Dă-i o bucată din pâinea pe care ți-o voi da eu, a explicat regina, și spune-i "Soartă care mi-ai stabilit soarta, schimbă-mi soarta". Nu pleca până când nu a luat pâinea.

Prințesa a făcut așa cum a instruit-o buna regină. A luat pâinea și a mers și a mers, până când a urcat pe muntele cel îndepărtat, ajungând la o poartă. Când a bătut, în fața ei a apărut o femeie frumoasă, îmbrăcată cu haine fine. Femeia s-a uitat o clipă la prințesă, a spus:

- Nu ești a mea, și apoi a plecat.

După câteva minute, o altă soartă a apărut, la fel de frumoasă.

- Nu te cunosc, i-a spus prințesei.

Lucrurile au continuat la fel un timp, până când o femeie frumoasă, cu

părul nepieptănat și încâlcit și trăsături diforme s-a apropiat de poartă. Fata a tremurat, dar era hotărâtă.

- Ești soarta mea? a întrebat, anticipând răspunsul.

Femeia cea urâtă a râs cu cruzime, iar prințesa a știut că și-a găsit soarta. I-a întins pâinea, și a spus:

- Soartă care mi-ai hotărât soarta, schimbă-mi soarta!

Dar femeia i-a aruncat pâinea înapoi și a scuipat-o, strigându-i să plece. Însă prințesa nu a renunțat. De fiecare dată când soarta îi arunca pâinea înapoi, o ridica și i-o dădea înapoi, cerându-i să-i schimbe soarta. În cele din urmă, soarta a smuls pâinea.

- Ascultă-mă! a spus ea și a scos un ghem de mătase din buzunar. Ia ghemul ăsta și ține-l cu tine până găsești pe cineva care-l caută. Atunci, cere-i greutatea lui în aur.

Fata a luat ghemul de mătase și s-a întors la regină. Acum, nu mai erau vase sparte sau broderii stricate.

S-a auzit că regele țării vecine era gata să se căsătorească, dar rochia miresei nu putea fi gata fără un anumit fir de mătase. Oamenii regelui căutau această mătase peste tot, și au aflat despre prințesa din regatul vecin, care avea un ghem de mătase. Au trimis un mesager, cerându-i să vină la palat cu ghemul. Când prințesa a venit și a arătat ghemul, toată lumea a putut vedea că se potrivea perfect cu rochia. Prințesa a spus că le vinde ghemul pentru greutatea lui în aur. Ei au pus mătasea pe un braț al cântarului și o cantitate de aur pe celălalt, dar cântarul nu s-a mișcat. Atunci prințul, fiul regelui, s-a urcat pe cântar, și acesta s-a echilibrat perfect!

- Dacă vrem mătasea, trebuie să mă iei pe mine, a spus el.

Și astfel, prințesa și prințul s-au căsătorit și au trăit restul zilelor în fericire și mulțumire.

Din punct de vedere psihologic, soarta potrivnică a fetei este capacitatea ei de distrugere, furie, ură și alte calități întunecate, cu care nu are o relație conștientă. "Când o situație interioară nu este conștientizată, apare în exterior ca soartă", după cum spune Jung⁸⁷. Deoarece prințesa nu are o relație cu energiile ei interioare proscrise,

⁸⁷ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 9, partea 2, *Aion*, editat și tradus de Gerhard Adler și R. F. C. Hull, a doua ediție. (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1979), p. 126.

acestea se manifestă într-o manieră incontrolabilă și distructivă. Într-un mod similar, agresiunea și furia exilate ale lui Lucie păreau să i se întâmple din afară.

Fata joacă rolul de țăp ispășitor al familiei. Ea este motivul pentru care surorile ei nu-și pot vedea de viață, așa că trebuie sacrificată. Acolo unde există un anumit grad de disfuncționalitate în familie, adesea unul din membrii familiei poartă greutatea de a fi conștient de acest fapt. Mama lui Lucie își putea împacheta lipsa de satisfacție față de viață într-un milion de plângeri cu privire la starea de sănătate a câinelui ei. Sora lui Lucie făcea pe diva familiei la adunările acesteia, scăldându-se în atenție, în timp ce evita să se concentreze asupra problemelor reale. Numai Lucie părea să sufere conștient trauma familiei. Ca și fata din poveste, țăpul ispășitor este adesea persoana însărcinată cu transformarea și răscumpărarea durerii familiei prin suferință conștientă.

Pentru ca povestea să aibă un final fericit, fata trebuie să plece de-acasă. Confruntarea calităților de tip Lilith ne cere separarea psihologică de familia de origine. Părinții sunt, cel mai probabil, complici în a ne încuraja să tăiem legăturile cu instinctele noastre asertive. Chiar și când nu se întâmplă așa, integrarea acestor calități din umbră ne cere întotdeauna să devenim versiuni ale noastre pe care încă nu le cunoaștem. Nu putem rămâne copiii părinților noștri, devenind, în același timp, persoanele care ar trebui să fim. Așa cum scrie mitologul Michael Meade, "Este dificil pentru părinți să vadă prin vălul propriilor așteptări natura interioară a copilului lor. Fiecare copil poartă ceva ce așteaptă să ne nască în lume dincolo de ușa părinților săi"⁸⁸. Fata din poveste trebuie să plece de acasă pentru a-și întâlni soarta. La fel, Lucie a trebuit să muncească din greu pentru a se separa de identitatea pe care i-a pus-o pe umeri mama sa. Părăsirea casei – separarea valorilor noastre de cele ale familiei – reprezintă primul pas către maturitatea psihologică.

Eroina basmului suferă imens până o întâlnește pe regină, care îi vede adevărata natură și o încurajează să își întâlnească soarta pe munte. Deși o putem vedea pe regină drept o figură interioară – o sursă de înțelepciune și încurajare interioară – uneori întâlnim astfel

⁸⁸ Michael Meade, *The Water of Life: Initiation and the Tempering of the Soul* (Seattle, WA: Greenfire Press, 2006), 35.

de persoane și în lumea de dinafară. Astfel de persoane văd caracterul nostru esențial și ne îndeamnă să-l reclamăm. Prințesa din poveste își găsește curajul de a-și confrunta aspectul întunecat și chiar de a se împrieteni cu acesta. Nu este o sarcină ușoară. Atunci când am petrecut o viață evitând să ne cunoaștem capacitatea pentru urâtenie, poate fi terifiant, umilitor și chiar destabilizant să o privim în ochi.

În cadrul sesiunilor mele cu Lucie, uneori i-am reflectat ideea că, de fapt, nu era o persoană foarte drăguță. Adevărata ei natură era una aprigă, pasională, acerbă și incisivă. Acestea erau calități minunate, dar nu erau cele pe care se lăsa ea să le recunoască. Pentru ea nu era confortabil să mă audă că nu credeam că este drăguță și blândă în mod natural. În timp, Lucie a început să simtă că are permisiunea de a-și exprima aceste alte aspecte ale sale.

Schimbarea sorții nu este un proces simplu, liniar. Nu există o rețetă pentru transformare. Adesea, persoanele care fac analiză ajung să-și conștientizeze "soarta nefastă" - atitudinile interioare și constelațiile de răni ale trecutului și ordinele defensive care îi constrâng și-i rețin. Atunci întreabă cu oarecare disperare, "Ce știu despre asta?". Răspunsul este imaginat în acest basm. Pentru a face schimbări psihologice de durată, trebuie să fim pregătite să confruntăm acele părți din noi care ne trag în spate, și apoi trebuie să fim dispuse să ne păstrăm relația cu acestea. Prințesa aruncă pâinea cu răbdare și consecvență, fără să renunțe. Nu are dorința de a domina sau de a se preda, ci doar dorința de a fi recunoscută și primită. Atunci când tânjim să schimbăm anumite aspecte dureroase ale vieții noastre, va trebui să dăm dovadă de perseverență – să ne observăm în fiecare zi tiparele, să avem curiozitate față de ceea ce ne motivează, și să căutăm moduri noi de a aborda situațiile vechi. Va trebui să ne întoarcem spre aceste părți întunecate din noi cu o față prietenoasă, dorind să le cunoaștem. Le vom întâlni în vise, și ele ne vor da ocazia să învățăm. Vom avea nevoie de încredere că lucrurile se schimbă, chiar și atunci când acest lucru este greu de văzut.

Poetul Rainer Maria Rilke i-a oferit altui tânăr poet sfaturi care surprind natura procesului de transformare imaginat de aruncarea pâinii.

Ai răbdare cu tot ce nu este încă rezolvat în inima ta... încearcă să iubești *întrebările* ca pe niște camere încuiate și ca pe niște cărți scrise în limbi străine. Nu căuta acum răspunsurile, care nu-ți pot fi date pentru că nu le-ai putea trăi. Și ideea este că trebuie să trăim totul. Întrebarea de acum se referă la *a trăi*. Poate că atunci vei ajunge într-o bună zi, treptat, fără să-ți dai seama, la răspuns⁸⁹.

Atunci când căutăm pe bâjbăite să ne găsim drumul, și nu suntem sigure ce să facem, trebuie să continuăm să aruncăm pâinea sorții, să continuăm să trăim și să ne iubim întrebările.

Filozofii Greciei antice vorbeau despre iubirea propriei sorți, sau amor fati. A ne iubi soarta ne cere să găsim loc pentru toate părțile noastre, chiar și pentru cele dezagreabile. Când ne petrecem viața negând o parte din sufletul nostru, aceasta devine sălbatică. Nu poate fi ușor îmblânzită. Integrarea nu are loc atunci când facem un efort superficial. Tentativa noastră de a ne conecta cu partea sălbatică, cu ferocitatea, trebuie să fie sinceră. Trebuie să fim dispuse să oferim ceva ce merită. Când sora cea mare din "Pasărea lui Fitcher" i-a oferit vrăjitorului pâine, ea își dă forța vitală pe mâna unei energii sabotoare, care o poate copleși, preluând controlul asupra ei. Când prințesa îi oferă pâinea sorții sale, ea îngrijește o legătură cu o parte vitală și de mult uitată cu ea însăși, primind-o la ea.

Calitățile aprige ale lui Lucie i se păreau la început atât de interzise, încât le putea experimenta doar ca aparținându-i Kirei, față de care inițial simțea doar invidie și ură. Lucie a muncit din greu pentru a se împrieteni cu calitățile sale grotești, odioase. O parte a acestei munci a fost apropierea de Kira. În timp, a ajuns să iubească aceste calități atât la Kira, cât și, în cele din urmă, la ea. Această schimbare a modificat centrul de gravitate al personalității ei. Nu mai simțea nevoia să fie drăguță în mod compulsiv. Reușea să pună limite în relații cu oamenii din jur și în situațiile pe care le găsea epuizante, și și-a putut alocă mai mult timp pentru scris. Și-a cultivat relațiile care o hrăneau și a devenit mai bună în a se lăsa să simtă plăcere. Lucie

⁸⁹ Rainer Maria Rilke, *Letters to a Young Poet*, trad. M. D. Herter Norton (New York: W.W. Norton & Co., 1993), 18–19.

și-a schimbat într-adevăr soarta.

Atunci când avem acces atât la calitățile care conectează, cât și la cele asertive, aprige, felul în care suntem în lume se va schimba. Nu ne vom mai simți atât de obidite. Ne vom simți mai confortabile cu noi însene. Vom experimenta mai puțin dubii și mai multă bucurie. Când suntem puse în fața greutăților, vom avea resurse interioare mai bogate pe care să ne bazăm. Orice ne aruncă soarta în cale, vom face față cu curaj și reziliență.

Întrebări pentru reflecție

1. Nimic nu pare să meargă bine pentru eroina din basmul "Prințesa nenorocoasă". Când anume în viață ați simțit că nimic nu merge așa cum doriți, ca și cum ați fi ghinioniste? Cum înțelegeți această situație? Ce ați făcut pentru a încerca să vă schimbați soarta?
2. Când prințesa își dă seama că ea este motivul pentru care surorile ei nu se pot căsători, decide că trebuie să plece. Pleacă de acasă pentru a-și întâlni soarta. Când anume în viață ați luat decizia îndrăznească de a lăsa lucrurile familiare în urmă? Cum au funcționat aceste experiențe în cazul vostru?
3. Prințesa lucrează pentru o regină care îi înțelege situația și o poate ajuta. Ea nu a găsit aceeași înțelegere și același ajutor acasă, la mama sa. Uneori, trebuie să găsim pe cineva din afara familiei care ne poate ajuta să ne înțelegem soarta și să învățăm ce anume putem face. Sarcina dificilă de a ne schimba soarta ne cere întotdeauna să ne separăm psihologic de părinți. Când anume în viață ați găsit ajutorul necesar pentru a vă înțelege pe voi însevă, pe care nu l-ați putut primi în familiile de origine?
4. Prințesa trebuie să-și găsească soarta și să o convingă să primească un dar. Confruntarea cu soarta înseamnă că suntem capabile să recunoaștem atât punctele tari cât și pe cele slabe, inerente în noi și în situațiile noastre de viață. Când anume vi s-a cerut să vă confrunțați soarta? Care a fost rezultatul acestei confruntări?
5. Soarta prințesei îi dă acesteia un ghem de mătase, dar la început nu este clar cum anume îi va folosi acest lucru. Uneori,

viața ne oferă daruri improbabile, și nu știm cum anume ne-ar putea folosi. Care sunt talentele sau întâmplările fericite despre care, inițial, nu ați știut la ce vă sunt bune? Cum s-au dezvoltat ele în timp?

Epilog

Revenirea la sine

Focul arde prin tine. Ceea ce te ghidează, te forțează să alegi drumul.
C. G. Jung, *The Red Book*

Focul este un simbol antic al transformării. Purifică, arzând ceea ce nu mai servește la nimic. Topește ceea ce a devenit rigid, și alterează natura lucrurilor pe care le atinge. Dacă anumite părți din noi se simt amorțite, sau golite de semnificații, reaprinderea focului vital poate aduce căldură, vitalitate și autenticitate incandescentă

Este dificil să ne menținem conexiunea cu focul central. Intensitatea sa poate fi prea mare, așa că ne distanțăm și ne căutăm distrageri. Ni se pare mai ușor să ne concentrăm asupra lucrurilor pe care ni le cere lumea exterioară, uitând astfel să ne îngrijim de flacăra din interior. Recuperarea cărbunilor sclipitori pe care i-am lăsat în camera întunecată reprezintă un proiect pentru întreaga viață. Când o parte a noastră ne devine străină, rechemarea ei acasă ni se va părea dulce amăruie. Va trebui să recunoaștem anii pierduți. Va trebui să renunțăm la fanteziile reconfortante. Dar vom reveni la noi însene. Vom fi reînnoite.

Este destinul nostru să fim consumate de flăcările vieții; putem alege dacă ne îmbrățișăm acest destin sau ne ferim de el. Reclamarea capacității noastre de a simți agresiunea creativă, sexualitatea înfocată, dezagreabilitatea încurajatoare, manipularea inteligentă, dorința arzândă, istețimea perspicace, furia care împuternicește și autoritatea îndrăznească ne va permite să ne aprindem viețile. Când aceste trăsături sunt încorporate în conștiință, nu mai apar pe nepregătite, în moduri ineficiente și pasiv agresive, ci ne sunt la

dispoziție, ajutându-ne să creștem. Devin parte a repertoriului nostru, alături de acele calități care ne ajută să avem grijă de alții – empatia, bunătatea, blândețea și generozitatea. Când avem acces la ambele seturi de trăsături, ne putem mișca prin lume cu mai multă conștiință, putere și curaj.

Integrarea acestor trăsături va fi dificilă. Ne va cere să creștem dincolo de concepțiile limitate, dar sigure, despre cine suntem. Ne va provoca să explorăm camere interzise, să dăm glas gândurilor prohibite, și să ne găsim noi arme. Chemarea spre a învăța viclenia, convocarea senzualității, și ordinul de a ne reclama dorințele vor rupe cusăturile veșmintelor prea strâmte pe care ni le-am cusut. Va trebui să ne obișnuim să creștem.

Jung a vorbit despre avantajele de a trăi pe deplin, al celor care “și-au umplut ulciorul vieții... și l-au băut până la fund”. Jung a prezis că, în astfel de cazuri, “ei nu au rețineri, tot ceea ce poate arde ia foc, iar liniștea bătrâneții va fi binevenită”⁹⁰. Regăsindu-ne cărbunii scânteietori acoperiți de cenușa gri, ne putem trăi viețile cu mai mult foc, aprinzând tot materialul combustibil pe care ni l-a oferit natura. Putem bea viața până la fund, nelăsând deloc combustibil neconsumat. Și putem reveni acasă, la natura noastră esențială. Ne putem întoarce.

Mulțumiri

Cartea aceasta este un fel de tocană. În ea, am combinat diferite ingrediente din surse variate. Am tăiat, tocat și asezonat, dar multe din ideile din această carte sunt cele învățate de la profesorii mei, inclusiv de la autorii jungieni și de la instructorii din programul jungian de instruire, cât și de la C. G. Jung însuși. Alte idei s-au născut în urma discuțiilor cu colegii și prietenii, sau în procesul muncii analitice alături de pacienții mei. Atât de multe persoane au contribuit într-un fel sau altul la dezvoltarea acestei cărți, că nu le-aș putea

⁹⁰ C. G. Jung, *The Collected Works of C. G. Jung*, vol. 8, *The Structure and Dynamics of the Psyche*, editat și tradus de Gerhard Adler și R. F. C. Hull, a doua ediție (Princeton, NJ: Princeton University Press, 1970), p 789.

menționa pe toate, dar sunt câteva cărora le sunt îndatorată.

Vocile lui Joseph Lee și Deb Stuart sunt țesute în fiecare pagină. Ei sunt partenerii mei de discuții, și prieteni dragi. Îi sunt recunoscătoare lui Anne Walsh pentru ghidaj și idei, mai ales în ultimii câțiva ani. Îi sunt îndatorată lui Julie Bondanza pentru toți anii de predare și supervizare. Secțiunea despre Furii nu ar fi fost scrisă fără ea, și a fost suficient de generoasă pentru a-și lua suficient timp să discutăm din nou acest material. Alisson Colby m-a ajutat să-mi formeze ideile atât ca prietenă, cât și ca una din primele cititoare ale manuscrisului. Hanne Steen m-a sprijinit în scrierea primei cărți, și a avut contribuții importante pentru cea de față. Parand Maysami și Manijeh Rabiei-Roodsari mi-au oferit sfaturi prețioase cu privire la basme. Deși povestea loc nu a ajuns în versiunea finală a cărții, sunt profund recunoscătoare pentru înțelegerea ei profundă.

Sunt recunoscătoare clientelor mele, de la care am învățat atât de mult. Le apreciez mai ales pe cele care, cu generozitate, mi-au permis să folosesc materialul despre ele. Le sunt recunoscătoare femeilor care mi s-au alăturat în taberele în care am lucrat cu câteva dintre poveștile din această carte. Revelațiile și experiențele pe care le-am împărtășit au ajutat la modelarea ideilor mele, și sunt recunoscătoare.

Bea Gonzalez și Lewis LaFontaine au fost, amândoi, resurse importante. Conturile de pe rețelele sociale ale lui Bea, "SophiaCycles, oferă un stoc generos de citate jungiene, și ea a fost mereu dispusă să mă ajute să găsesc unul, atunci când am avut nevoie. Pagina web a lui Lewis, carljungdephthpsychologysite.blog mi-a venit în ajutor de nenumărate ori când căutam citate, și el m-a ajutat cu generozitate să caut sursele acestora. Roxy Runyan a fost flexibilă, încurajatoare, și fermă ca publicistă. Faith Tillery creează minunate pagini web pentru autori, și este mereu bine dispusă și de ajutor atunci când sunt groaznic de dezorganizată. Sunt plină de recunoștință pentru sprijinul inestimabil al consultantei mele în literatură, film și jocuri video, fiica mea.

Nu există suficiente cuvinte pentru a-i mulțumi adecvat Adrianei Stimola. Ea a văzut valoarea cărții mele și a avut mereu timp pentru a mă încuraja. Încă nu sunt sigură ce am făcut într-o viață anterioară pentru a merita să o am pe Haven Iverson ca editoare. Este mereu

caldă, încurajatoare, și oferă sprijin, dar, în același timp, are un ochi editorial neșovăitor. Ea întruchipează combinația puternică de calitate pe care am încercat să o descriu în această carte. De asemenea, sunt recunoscătoare întregii echipe de la Sounds True. A fost casa perfectă pentru cărțile mele.

În cele din urmă, mii de mulțumiri lui Dom pentru răbdarea și sprijinul său. Sunt atât de recunoscătoare că ai făcut această călătorie împreună cu mine.

Despre autoare

Lisa Marchiano, asistentă socială licențiată, este analistă jungiană, autoare de cărți și de podcasturi. Este una din gazdele podcastului popular de psihologie *This Jungian Life*. Face parte din corpul profesoral al C. G. Jung Institute of Philadelphia, unde ține conferințe și predă. Lisa este autoarea cărții *Motherhood: Facing and Finding Yourself*, publicată de Sounds True în 2021. Locuiește și lucrează în Philadelphia.

Despre Sounds True

Sounds True a fost fondată în 1985 de Tami Simon, cu o misiune clară: de a disemina înțelepciunea spirituală. De la începuturile sale, ca proiect al unei femei cu reportofonul său, am crescut, ajungând o companie multimedia cu un catalog de mai mult de 3000 de titluri publicate de unii dintre profesorii de top și vizionarii prezentului, și o familie mereu în creștere de clienți dragi de peste tot din lume. În mai mult de trei decenii de evoluție, Sounds True și-a menținut în vizor scopul și misiunea: de a trezi lumea. Oferim cărți, programe audio, experiențe de învățare online și evenimente față în față, pentru a sprijini creșterea și trezirea personală, și pentru a debloca capacitățile noastre umane de a iubi și servi. La SoundsTrue.com veți descoperi o bogăție de resurse care să vă îmbogățească călătoria,

inclusiv podcastul nostru săptămânal, *Insights at the Edge*, materiale gratuite și informații despre ONG-ul Sounds True Foundation, unde ne străduim să doborâm barierele financiare către materialele pe care le publicăm prin intermediul burselor și donațiilor din lumea întreagă. Pentru a afla mai multe, vizitați [SoundsTrue.com/freegifts](https://www.soundstrue.com/freegifts) sau sunați-ne la 800.333.9185. Împreună, putem trezi lumea.

Note