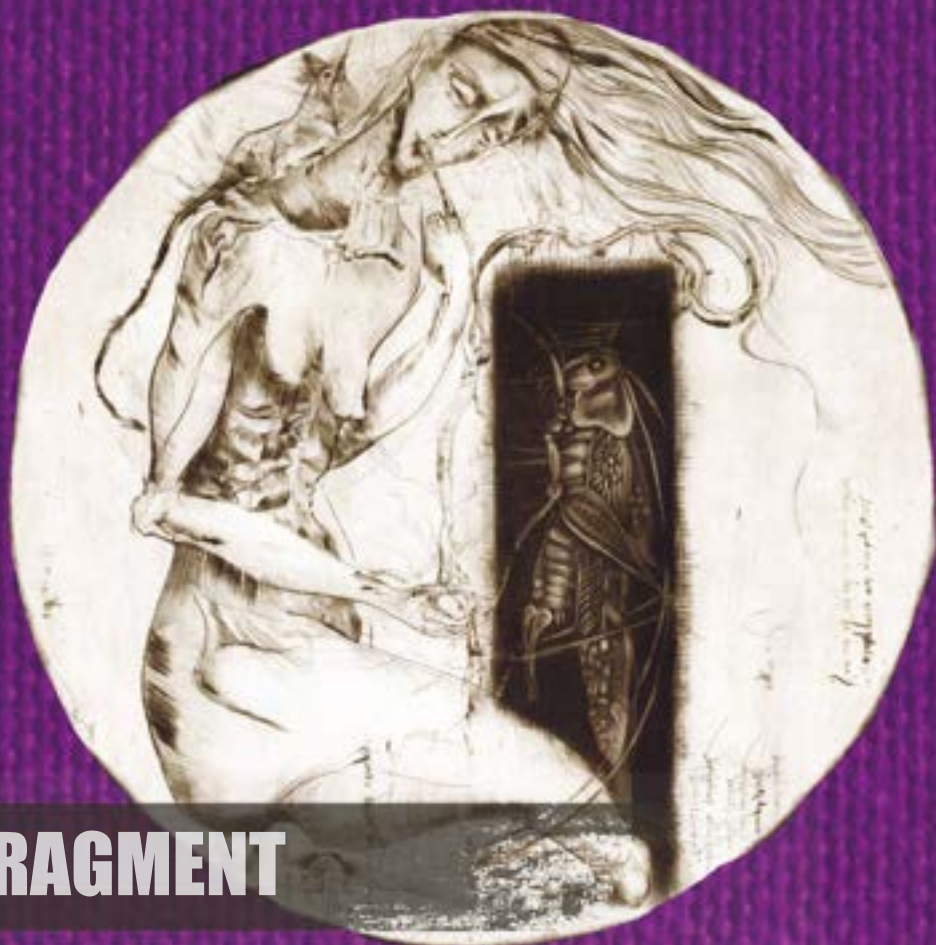


MARION
WOODMAN



FRAGMENT

UZALEŻNIENIE
OD DOSKONAŁOŚCI

MARION WOODMAN

UZALEŻNIENIE OD DOSKONAŁOŚCI

PRZEKŁAD MAŁGORZATA KALINOWSKA



Spis treści

Słowo wstępne do wydania polskiego	7
Wstęp	11
Rozdział 1. Wprowadzenie	19
Rozdział 2. Rytuał: uświęcony i demoniczny	41
Rozdział 3. Uzależnienie od doskonałości	77
Rozdział 4. Na chude i tłuste czasy	97
Rozdział 5. Uznanie Bogini	127
Rozdział 6. Mit współczesnej kobiety	187
Rozdział 7. Gwałt i demoniczny kochanek	213
Rozdział 8. Świadoma oblubienica	255
Słownik pojęć jungowskich	309
Bibliografia	315
Indeks	322

SŁOWO WSTĘPNE
DO WYDANIA POLSKIEGO

Gdy *Uzależnienie od doskonałości* ukazało się po raz pierwszy drukiem trzydzieści osiem lat temu, dla wielu kobiet i mężczyzn stało się książką przełomową, niosącą w sobie niewyrażoną opowieść o ograniczeniach i źródłach ich psychicznego życia. Analiza uzależnieniowych wzorców kultury zachodniej – w tym zaburzeń odżywiania – poprowadziła Marion Woodman ku poszukiwaniu głębokich źródeł pierwiastka kobiecego, które w dalszych pracach rozwinęła poprzez pojęcia świadomej kobiecości, archetypu Dziewicy i Czarnej Madonny.

Główna metafora *Uzależnienia od doskonałości* zbudowana jest wokół relacji pomiędzy kobiecością i męskością. Do jej ilustracji posłużył Autorce poemat Johna Keatsa zatytułowany *Oda do urny greckiej* oraz zawarty w nim obraz niepokalanej oblubienicy (*unravished bride*), który symbolizuje jej zdaniem jednostronność pierwiastka kobiecego w kulturze zachodniej. W konsekwencji kobieta pozostaje nieświadoma energii płynących zarówno w jej psychice, jak i ciele, identyfikując się z nimi i przywiązując do zbiorowych zasad i ideałów patriarchalnej kultury. Woodman przeciwstawia jej zniewoloną innością świadomą oblubienicę (*ravished bride*) – zdolną do przyjęcia męskości, przy jednoczesnym zachowaniu własnej tożsamości. Wykreśla tym samym różnicę pomiędzy kobiecością zidentyfikowaną z pierwiastkiem męskim, uwięzioną w ideale doskonałości, a kobiecością, która ma relację do wewnętrznego dziewiczego aspektu psychiki. To spotkanie jest źródłem dojrzewania obu wymiarów – kobiecości i męskości.

Jak wiedzą czytelniczki i czytelnicy *Ciężarnej Dziewicy* (wyd. Znak, 2006), Marion Woodman używa pojęcia dziewicy w innym znaczeniu niż tradycyjnie chrześcijańskie, gdzie wiąże się ono z seksualną czystością. Odwołuje się do prac Esther Harding, gdzie dziewicza bogini jest „jednością w sobie samej”, „niesie swą boskość na własnych prawach” (por. s.138), a jej tożsamość wynika z doświadczenia wewnętrznej prawdy. Ten wymiar pierwiastka kobiecego, osadzonego mocno w swej wizji, jest według Woodman zdolny do przyjęcia *inności* męskości, konfrontacji z nieświadomym, w procesie, w którym „doświadczenia własnego biologicznego, kulturowego i duchowego dziedzictwa wyłania się autentyczna kobieta” (s. 139).

Metafory te pozostają wciąż ważne i dla nas, poszukujących nowej relacji pomiędzy kobiecością a męskością. Główne pojęcie psychologii analitycznej – indywiduacja rozumiana jako proces integrujący przeciwieństwa i prowadzący do urzeczywistniania pełni swej unikalnej tożsamości – przenika karty tej książki i zachęca do prób godzenia tego, co czasami wydaje się być nie do pogodzenia w otaczającym nas świecie. Drogę przeciera nam sama Marion Woodman, łącząc w swym pisarskim stylu czułość ze stanowczością i stawiając przed nami wyzwania, z którymi musimy się zmierzyć, a jednocześnie z miłością wyjaśniając złożone źródła naszych ograniczeń. Jej książka mówi zarówno do naszego ciała, jak i intelektu oraz wyobraźni, zachęcając do poszukiwania nowych definicji kobiecości i męskości, uwolnionych z identyfikacji z patriarchalnymi wzorcami opartymi na ideale doskonałości i władzy.

Małgorzata Kalinowska

WSTEP



Gustav-Adolf Mossa, *Kobieta ze szkieletami (Lady Makbet)*, 1906.

...bądź niewinnym kwiatem,
Pod którym kryje się żmija.

William Szekspir, *Makbet*

*Posłubiona milczeniu, wciąż niepokalana!¹
Wychowana przez wolny bieg czasu i ciszę:
Kroniko lasów, w której kwitnąca polana
Pachnie prawdziwiej, niż to późny rym opisze:
O czym jest ta śródlistna legenda prastara:
O bogach? Śmiertelnikach? Czy kształt twój pamięta
Wzgórza Arkadii, Tempe, czy innej doliny?
Kim są owi mężczyźni? kim dumne dziewczęta?
Kto się w tę pogoń puszcza? kto umknąć się stara?
Czym ekstazom grają fletnie, tamburyny?*

John Keats, *Oda do urny greckiej*²

Książka ta opowiada o ścinaniu głowy złej wiedźmie. Za przykład kobiety obrabowanej z kobiecości w pogoni za męskimi celami, które stają się parodią tego, czym w istocie jest męskość, posłuży nam postać Lady Makbet. Jej żądzy władzy nic nie jest w stanie zaspokoić, prędzej odrzuci samo życie, niż uzna porażkę. I choć w tragedii Szekspira to Makbet zostaje ścięty, to jego głowa i tak już wcześniej była zatruta kłutwą trzech wiedźm. Oboje stają się metaforami męskiego i kobiecego pierwiastka, zarówno na osobowym, jak i kulturowym poziomie, a ich niszcząca relacja pokazuje dynamikę zła rozgrywającą się, gdy pierwiastek męski traci oparcie w rzeczywistości, a kobiecy pierwiastek miłości oddaje się wykalkulowanej i wyintelektualizowanej ambicji. Ścięcie głowy

¹ Oryg. *Thou still unravished bride of quietness.*

² Keats J., *Oda do urny greckiej*, [w:] *Od Chaucera do Larkina. 400 nieśmiertelnych wierszy 125 poetów anglojęzycznych z 8 stuleci*, przeł. Barańczak S., Kraków: Wydawnictwo Znak, 1993, s. 313.

nikczemnemu bohaterowi Szekspira w całościowym kontekście sztuki staje się symbolem uleczenia królestwa.

To książka o ścinaniu głowy, wykuta w twardej skale uzależnienia od doskonałości. Pisząc ją, musiałam wielokrotnie toczyć batalie z czarnym krukiem siedzącym na moim ramieniu i skrzeczącym mi do ucha: „To nie jest wystarczająco dobre. Nic masz nic nowego do powiedzenia. Nie piszesz wystarczająco dobrze”. *Uzależnienie od doskonałości* pozostawało nieukończony, a ja nieustannie musiałam powstrzymywać się od poprawiania zdań i całych akapitów. Gdyby nie terminy ukończenia książki, które wisiały mi nad głową, nigdy bym jej nie wydobyła ze skały, w której spoczywała. A wtedy kruk zaczynał krakać: „Wielkie mi co”. Odpierałam jego zaczepki zainteresowaniem publiczności, która słyszała już wcześniej moje wykłady poświęcone tej tematyce, a także wsparciem przyjaciół i analizantów, którzy otwierali przede mną hojnie swe dusze, umożliwiając powstanie tej książki. I tak płynęłam między Scyllą a Charybdą sztywnych metod naukowych i wirem materiału, z którym pracowałam, aż bezpiecznie dostarczyłam na ląd moje toporne dzieło, bez popadania w jakieś uzależnienie.

Z natury lubię pracę z miniaturami. Lubię wypracowywanie szczegółów, udoskonalanie ich, całkowite opadanie z sił, a potem wyczekiwanie, czy nie pojawi się na horyzoncie kolejna miniatura. Pisanie książki w niczym nie przypomina takiej pracy, a pokazanie światu topornej skały jej treści nie jest łatwe dla perfekcjonistki. Gdy ją teraz czytam, niektóre fragmenty mnie nudzą, inne wydają się gnać w kompulsywnym rytmie, jeszcze inne zaś są nadmiernie najeżone szczegółami. Mogłabym je przerobić, ale gdy je pisałam, były dla mnie ważne jako część całego procesu wymagającego nieskończonej cierpliwości, gdy cofałam się lub gnałam do przodu, patrząc wstecz.

Liniowe myślenie nie przychodzi mi łatwo, czuję, że zabija moją wyobraźnię. Nic się nie dzieje. Nie dzwoni żaden

dzwon, nie żyję TU i TERAZ. Nie czuję wielkiego TAK. Bez takich momentów nie jestem w pełni żywa. Dlatego od działania ukierunkowanego na cel wolę przyjemność spiralnego wędrowania. Proszę więc was, moja czytelniczko, mój czytelniku, abyście się rozluźnili i wędrowali ze mną po spirali tekstu. Nie martwcie się, jeżeli nie zauważycie czegoś za pierwszym okrążeniem. Będzie czekało na was za drugim, trzecim czy dziewiątym. Nic się nie stanie. Najważniejsze, abyście czuli się swobodnie na tyle, by usłyszeć dźwięk dzwonu rezonującego z wszystkimi okręgami waszej wewnętrznej spirali. Aby zaczął rezonować świat kobiecego pierwiastka. Najważniejsze jest wycucie czasu. Jeżeli nie słyszycie tego brzmienia, to znaczy, że podróżujecie po złej spirali, w złym czasie, albo nie ma żadnego dzwonu.

Wiele z moich analizantek i analizantów cierpi z powodu zaburzeń odżywiania i dlatego materiał ilustrujący tę książkę, a szczególnie jej pierwszą część, dotyczy głównie otyłości i anoreksji. Są one jednak tylko pewnymi objawami fatalnej kondycji naszego zachodniego społeczeństwa, i choć udręka zdeformowanego kobiecego ciała konfrontuje nas z tym problemem, jego psychologia nie stosuje się jedynie do otyłych czy anorektycznych osób. Gdy weźmie się go w pełni pod uwagę, w snach pojawiają się obrazy pustki, więzień, szklanych trumien, które wskazują na seksualne czy duchowe problemy powszechnie występujące u współczesnych kobiet. Poświęcona jest im dalsza część książki. Dodam tylko, że skrzek więdźmy, który przenika większość prezentowanego materiału, z łatwością może zostać rozpoznany również przez mężczyzn.

*

Grecka wersja motywu więdźmy przejawia się w postaci Meduzy, pięknej kobiety, która obraziła boginię Atenę (zrodzoną „w pełnej zbroi z walecznym okrzykiem” z głowy Zeusa po tym, gdy połknął jej ciężarną matkę Metydę)³. W odwecie

3 Graves R., *Mity Greckie*, przeł. Krzeczkowski H., Kraków: Wydawnictwo

Atena zamieniła włosy Meduzy w węże, a jej twarz uczyniła tak odrażającą, że wszyscy, którzy w nią spoglądali, zamieniali się w kamień. Dopiero bohaterski Perseusz stawił czoła Meduzie dzięki boskim atrybutom: zakrzywionemu mieczowi i sandałom Hermesa oraz wypolerowanej miedzianej tarczy Ateny i hełmowi Hadesa, który czynił go niewidzialnym. Tak wyposażony Perseusz zgładził Meduzę, kryjąc się za wypolerowaną tarczą i unikając w ten sposób skamienienia. Z ciężarnej szyi Meduzy narodzili się Pegaz i Chryzaor. W drodze powrotnej Perseusz uratował przykutą do skały księżniczkę Andromedę, więzioną przez potwora morskiego, któremu została złożona w ofierze, a potem ją poślubił.

Jeżeli przyjrzymy się współczesnym Atenom rodzącym się z głów ich ojców, niekoniecznie zobaczymy wyzwolone kobiety. Wiele z nich dowiodło ponad wszelką wątpliwość, że są równe mężczyznom, a nawet lepsze od nich: doskonałe lekarzki, doskonali mechanicy, doskonałe konsultantki biznesowe. Ale jednocześnie bardzo często są one nieszczęśliwe. „Mam wszystko”, mówią. „Doskonałą pracę, dom, ubrania, i co z tego? Co z tego wynika? Musi być coś więcej. Urodziłam się, a gdy umrę, będzie tak, jakbym nigdy nie żyła”. Często za kulisami codzienności przykute są do jakiegoś rodzaju uzależnienia: jedzenia, alkoholu, nieustannego sprzątanía, doskonałości i tak dalej. Jak już wspomniałam, w większej części tej książki koncentruję się na zaburzeniach odżywiania, ale jestem przekonana, że ten sam problem leży u źródeł wszelkich uzależnień. Przejawia się różnie u różnych osób, ale w każdym przypadku u podstaw kryją się zbiorowe wzorce i postawy, które nieświadomie kształtują ich zachowania.

Jednym z nich jest okrutna zemsta Ateny na niegdyś pięknej Meduzie, której węzowe loki skręcają się w nieustannym pobudzeniu, sięgając i żądając wciąż więcej i więcej. Czy to możliwe, że współczesna Atena nie ma kontaktu ze swą Meduzą, bo ta dawno temu, w patriarchalnych wiekach, została

zamknięta w głębinach jaskini? Nasze pokolenie rzadko zdaje sobie sprawę z jej istnienia, ale jej obecność staje coraz wyraźniejsza w nienasyconym pożądaniu *czegoś*. Czym to *coś* jest, zależy od osobowej historii. Jeżeli próbujemy walczyć z Meduzą bezpośrednio, jesteśmy skazani na pewną porażkę, bo jej twarz paraliżuje nas lękiem, jak opisała to Margaret Laurence z druzgocącą, a jednocześnie głęboko poruszającą dokładnością w *Kamiennym aniele*⁴. Musimy odnaleźć własnego Perseusza, odpowiednio go uzbroić w zapewniające niewidzialność hełm czy pelerynę i pozwolić działać tak, aby mógł odciąć udręczoną głowę. Nie odważy się on spojrzeć Meduzie prosto w oczy, ale też nie oderwie od niej wzroku w lustrze. Gdy głowa zostaje ścięta, rodzi się Pegaz, symbolizujący twórczość uskrzydłony koń, oraz Chryzaor wraz ze złotym mieczem. Dopiero wtedy bohater w pełni chwały może odnaleźć poświęconą morskemu potworowi dziewicę, uwolnić ją z okowów i poślubić.

Chcę tu powiedzieć, że wielu z nas – dotyczy to kobiet i mężczyzn – jest w ten czy inny sposób uzależnionych, bo nasza patriarchalna kultura kładzie nadmierny nacisk na specjalizację i doskonałość. Starając się robić wszystko najlepiej jak się tylko da w szkole, w pracy, w relacjach – w każdym, nawet najmniejszym zakątku naszego życia – próbujemy zamienić się w dzieła sztuki. Pracując tak ciężko nad stworzeniem doskonałej wersji samych siebie zapominamy, że jesteśmy istotami ludzkimi. Z jednej strony staramy się być niczym skuteczna, zdyscyplinowana bogini Atena, z drugiej – zmuszeni jesteśmy stawić czoła żarłocznej stłumionej energii Meduzy. Obie są nierozzerwalnie ze sobą połączone. Jeżeli wpadamy w pułapkę boskich skrajności, trafiamy w rejony, które do nas nie należą. Tymczasem zapomniana dziewicza Andromeda tkwi przykuta do nadmorskiej skały, i może zostać poświęcona potworowi z głębin nieświadomości. Zapomniana w naszej

4 Laurence M., *Kamienny anioł*, przeł. Pasicka D., Kraków: Wydawnictwo Bona, 2014.

kulturze *poślubiona milczeniu niepokalana*. Dopóki przykuta jest do skały, pozostaje w bezruchu i nieskalana. Jest niczym postać z greckiej urny Keatsa – pełna pasji żywotność zastygła w marmurowym bezruchu.

*Więcej, i jeszcze więcej rozkoszy kochania!
Więcej miłości, której żar nigdy nie stygnie,
Która trwa wiecznie młoda, zdyszana i dzika;
Niech ludzka pasja głębie niebios nam odsłania,
Choćby za cenę serca w dręczącej malignie,
Rozpalonego czoła, wyschłego języka!*⁵

Książka ta zagląda w serca przepełnionej determinacją Ateny i wijącej się w udręce Meduzy, i pokazuje sposoby uwolnienia dziewiczej energii, tak aby mogła ona wkroczyć w pełnię dojrzałej kobiecości, zanim zostanie poświęcona doskonałości śmierci. Jedynie kochając naszą wewnętrzną dziewicę i pozwalając jej odnaleźć pogrzebaną głęboko pasję, możemy otworzyć się na gniewną boginię kryjącą się u korzeni naszego uzależnienia. Jedynie poprzez miłość może ona doświadczyć przemiany i przemienić nas samych.

Gdy moja dziewicza Andromeda chwieje się, dodaję jej odwagi koanem zen:

*Prowadź swego konia po ostrzu
miecza
Ukryj się pośród
płomieni
Pąki drzewa owocowego
zakwitną w ogniu
Słońce wschodzi o zmierzchu*⁶

⁵ Keats J., *Oda do urny greckiej*, op. cit.

⁶ Merton T., *Zen i ptaki żądzy*, przeł. Szostkiewicz A., Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX, 1988, s. 7.



Marion Woodman (1928-2018) – analityczka jungowska i pisarka, inicjatorka ruchu BodySoul Rythms. Studiowała na Uniwersytecie Zachodniego Ontario, następnie przez ponad dwadzieścia lat uczyła literatury angielskiej, jednocześnie prowadząc zajęcia teatralne. Wystawiane przez jej grupę sztuki stały się legendarne i do dziś ich uczestnicy wspominają, że stanowiły dla nich transformacyjne doświadczenie. Po między dwudziestym a trzydziestym rokiem życia Woodman cierpiała na anoreksję, co w późniejszym czasie stało się inspiracją dla jej terapeutycznej pracy z zaburzeniami odżywiania i podłożem dla stworzonego przez nią pojęcia uzależnienia od doskonałości.

Na początku lat siedemdziesiątych stanęła przed ważnym punktem zwrotnym w życiu – poszukując rozwiązania dla problemów zdrowotnych, pojechała najpierw do Indii, a później rozpoczęła analizę jungowską u analityka Edwarda Armstronga Benneta w Wielkiej Brytanii (autora znanej książki *Meetings with Jung: Conversations Recorded During the Years 1946-1961*). Doświadczony w Indiach szok kulturowy zapoczątkował w jej życiu zmianę i reorientację świadomej postawy, wcześniej ukierunkowanej na osiągnięcia, kontrolę i doskonałość. Analiza z Bennetem otworzyła ją na głębokie doświadczenie ciała i emocji, stając się inspiracją do podjęcia studiów w Instytucie C. G. Junga w Zurychu, gdzie kontynuowała analizę u Barbary Hannah (znanej analityczki z bliskiego kręgu Junga).

Woodman ukończyła studia w Instytucie Junga w 1979 roku, uzyskując tytuł analityczki jungowskiej, a jej praca dyplomowa o zaburzeniach odżywiania *The Owl was a Baker's Daughter* została wydana nakładem Inner City Books – wydawnictwa założonego przez jej przyjaciela Daryla Sharpa.

W kolejnej książce, zatytułowanej *Uzależnienie od doskonałości*, pogłębiła tematykę zaburzeń odżywiania w kontekście kobiecej identyfikacji z patriarchalnym wzorcem doskonałości i uzależnieniowej kondycji kultury zachodniej. Oba tytuły szybko stały się bestsellerami, podobnie jak jej następne prace dotyczące wymiarów kobiecości i męskości, relacji pomiędzy ciałem i psychiką oraz uzależnień.

W 2012 roku znalazła się na setnym miejscu w rankingu osób o największym wpływie na współczesne życie duchowe magazynu „Mind Body Spirit”. Jej wykłady i warsztaty cieszyły się niesłabnącym powodzeniem, a jej postać budziła i nadal budzi zarówno zainteresowanie, jak i miłość czytelniczek i czytelników.

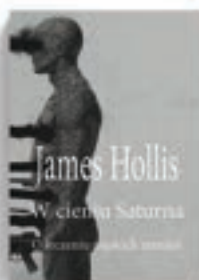
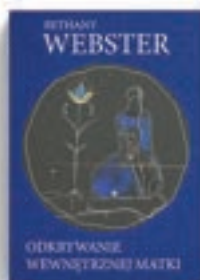
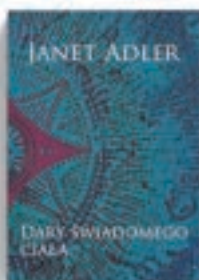
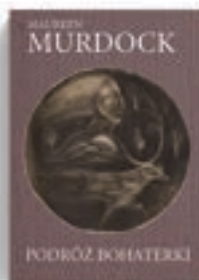
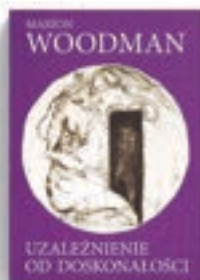
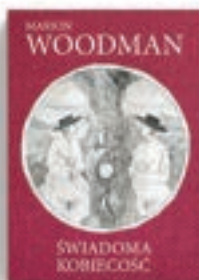
Woodman w charakterystycznym dla siebie stylu pisarskim oraz z perspektywy psychologicznej opisuje zmaganie z patriarchalnymi warstwami doświadczenia, szczególnie z pierwiastkiem władzy i jego wpływem na psychikę. Zgłębia dążenie do odkrycia mądrości płynącej z ciała i wyobraźni, która pozwala na zintegrowanie różnych aspektów doświadczenia. To sprawia, że jej teksty są nie tylko źródłem wiedzy – same stają się źródłem transformacji. Przez jej prace przewija się powtarzalny motyw – świadoma kobiecość jako konieczna ewolucyjna zmiana postawy, zarówno na indywidualnym, jak i zbiorowym poziomie.

W języku polskim ukazały się:

Ciężarna Dziewica (2006)

Świadoma kobiecość (2019)

Uzależnienie od doskonałości (2020)



Do kupienia na www.sklepraven.edu.pl