

BERNARD CHAUMEIL

Echilibrarea energiei feminine prin eliberarea de trecut

39 de căi tămăduitoare

Traducere: Gina Belabed



NICULESCU

CUPRINS

INTRODUCERE	9
CE ESTE „CORPUL DE SUFERINȚĂ”?	9
CU CE SE HRĂNEȘTE ACESTA?	13
CUM ÎL PUTEAM VINDECA?	13
CUM POATE FI FOLOSITĂ ACEASTĂ CARTE CA INSTRUMENT DE TRANSFORMARE?	15
ELIBERAREA FORȚEI FEMININE	21

CAPITOLUL I

TRAUMELE ARHETIPALE	23
1. Identitatea feminină	24
2. E fată.....	28
3. E puterea moralei	31
4. Loialitățile familiale și culturale	36
5. Dorința	42
6. Teama de sexualitatea feminină	47
7. Fetița	52
8. Victimizarea	56

9. Curtezana	60
10. Feminismul	63
11. Legătura cu Luna.	67
12. Legătura cu Pământul Mamă	71
13. Femininul sacru	76

CAPITOLUL II

TRAUMELE SOCIETALE. 83

1. Adulterul	84
2. Pierderea copilului	88
3. Avortul spontan și avortul provocat	94
4. Copilul cu un handicap	98
5. Violul, abuzul	102
6. Prostițuția.	107
7. Abandonul	112
8. Divorțul	117
9. Atotputernicia tatălui sau a mamei	125
10. Femeia și relația homosexuală	130
11. Bărbatul și relația heterosexuală	134
12. Datoria, sacrificiul.	140
13. De la putere la tărie.	144

CAPITOLUL III

TRAUMELE TRUPEȘTI. 149

1. Uterul	150
2. Bolile identității feminine	154
3. Aspectul exterior, urâțenia și repararea	160
4. Infecția urinară	164
5. Migrena	167
6. Contracepția	171
7. Cezariana	175

8. Nașterea	179
9. Mama amantă	183
10. Histerectomia sau „marea operație”	188
11. Menstruația	192
12. Menopauza	198
13. Corpul, pur și simplu	201
CONCLUZIE	205
MULȚUMIRI	208

INTRODUCERE

Sunt terapeut și mă ocup cu vindecarea suferinței. Fac conexiuni între istoricul familial și traume pentru a înțelege și a elibera ceea ce se numește „corpul de suferință”. Acesta se formează foarte devreme, încă de la concepție sau din primele zile de viață, și se instalează în primii ani ai copilăriei, desfășurându-se în trei „straturi”: individual, familial și colectiv. Te invit să descoperi această noțiune atât de încărcată de semnificații. Eliberându-te de corpul tău de suferință, îți promit că vei redobândi toată puterea ta de femeie! Consideră această carte ca o pârgie pentru o transformare profundă, o explorare a cursului vieții tale și astfel îți vei îngădui, în sfârșit, schimbarea.

CE ESTE „CORPUL DE SUFERINȚĂ”?

| NE NAȘTEM CU EL...

Venind pe lume, aparții unei filiații și moștenești un istoric familial. Unele nașteri sunt mai dificile decât altele din mai multe motive: un travaliu lung și complicat, o cezariană, un context familial specific, cu decesul unui părinte, o sarcină care a fost neplanificată sau suportată greu... Tot atâtea situații care, până la urmă, par relativ obișnuite. Și totuși, tocmai

aceste situații pot provoca formarea unui „corp de suferință” încă de la naștere și chiar încă de la concepție. Aceste situații pot fi asemănată cu niște **traume** cu care va trebui să trăiești și să crești. De-a lungul întregii tale vieți, te vei confrunta cu ele și, mai mult, acestea vor putea reveni fără ca măcar să bagi de seamă asta. Prin urmare, moștenești un corp de suferință „personal”, specific fiecăruia dintre noi.

| EL SE REFERĂ LA LINIA EREDITARĂ...

Unele traume se transmit din generație în generație. Te-ai gândit vreodată la asta? Ți-ai pus vreodată întrebări despre linia ta ereditară feminină: verișoarele tale, mătușile tale, mama ta, bunicile și străbunicile tale? Observi vreo asemănare în viețile voastre? Pierderea copiilor sau a sarcinilor, avorturi, violență conjugală... Analizându-ți corpul de suferință, modelele repetitive pot căpăta un sens.

Fiecare femeie este purtătoarea unei moșteniri familiale compuse din experiențele ascendenței sale. Această moștenire constituie un potențial de dezvoltare și, în același timp, un corp de suferință familial, care se manifestă prin traume inconștiente pe care fiecare femeie din familie le va trăi într-un fel sau altul. Și asta se întâmplă de când lumea... Femeia va trece astfel prin aceste traume „ereditare” din viața ei cu scopul de a le depăși. Acest lucru se va repeta din generație în generație, până când una dintre femeile familiei se va descotorosi de ele. Acesta este scopul terapiei transgeneraționale.

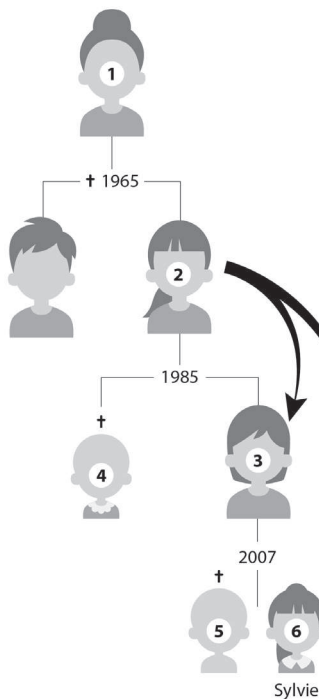
Să analizăm, spre exemplu, următoarea linie ereditară la femei (vezi caseta de la pagina 12).

| ȘI DACĂ ADN-UL NOSTRU AR FI IMPRIMAT ÎNTR-O MEMORIE COLECTIVĂ COMUNĂ MULT MAI EXTINSĂ?

Fiecare femeie poartă în ea o parte din corpul de suferință colectiv feminin, care se construiește în timp prin liniile de sânge ale femeilor din familie, dar și la un nivel mult mai larg, prin cele ale altor familii cu aceeași apartenență culturală. Este un corp de suferință care se formează din cele mai vechi timpuri, o memorie colectivă asociată cu factori culturali ai grupului sociocultural din care face parte femeia. De ce? Pentru că apartenențele familiale sau culturale instalează loialități la nivelul conștientului și inconștientului unui individ. Fiecare femeie, în parcursul său individual, se va confrunta, într-o zi sau alta, cu această memorie colectivă plină de emoții, experiențe și acțiuni.

**Încă de la naștere, fiecare fetiță este conectată
la această fabuloasă memorie identitară.**

**Corp de suferință
=
corp de suferință personal
+
corp de suferință familial
+
corp de suferință colectiv**



1965 Bunica = **Individul 1.**

Moare născând gemeni: 1 băiat și 1 fată = **Individul 2.**

1985 **Individul 2** aduce pe lume o fată = **Individul 3**, apoi rămâne însărcinată cu o fetiță care moare la naștere = **Individul 4.**

2006

Individul 3 are o sarcină gemelară = **Indivizii 5 și 6.**

La 5 luni de sarcină, una dintre gemene moare = **Individul 5**, iar medicul recomandă **Individului 3** să păstreze copilul mort până la nașterea celuiilalt, pentru că ar exista riscul ca, avortând **Individul 5**, să piardă și **Individul 6.**

2007

Individul 3 naște, înainte de termen, 2 copii, unul mort și unul viu. **Individul 6**, care primește numele candid de Sylvie (*si elle vit* – „dacă trăiește”), se află la terapie intensivă, fiind un bebeluș extrem de fragil.

4 generații aflate în aceeași istorie construită în jurul conflictului viață – moarte.

7 persoane implicate. Ultima dintre ele, Sylvie, este cea care poate elibera linia ereditară. Dar îi lipsesc puterea și dragostea, pentru că mama ei nu a uitat de moartea surorii ei și nici nu s-a bucurat de nașterea fiicei sale care acum trăiește. Arhetipul gemelar evidențiază conflictul viață – moarte.

Trauma nașterii tragice afectează trauma societală a pierderii copilului și face trimitere la trauma arhetipală a uterului familial. Ea se repetă pe parcursul a 4 generații identificate.

CAPITOLUL I

TRAUMELE ARHETIPALE

Traumele arhetipale sunt cele care marchează inconștientul colectiv și care, cu timpul, devin o moștenire. Ele sunt o parte integrantă a vieții pe pământ și se perpetuează de-a lungul evoluției speciei umane și a grupului societal căruia îi aparținem. Desigur, ele pot fi schimbate odată ce au fost identificate, acceptate și percepute altfel.



1 |

IDENTITATEA FEMININĂ

Orice entitate care se întrupează ca femeie pe planeta noastră scrie istoria femeii de-a lungul timpurilor. Corpul de suferință colectiv există chiar din acest moment. Dacă identitatea feminină este reprimată, refuzată sau rănită, dacă nu este acceptată, atunci apare un conflict existențial.

DESPRE CE ESTE VORBA

| INCARNAREA ÎNTR-UN CORP DE FEMEIE

În procesul de incarnare, predominanța feminină sau masculină se instalează încă din viața embrionară. Nu este o alegere a părinților și nici o alegere a științei, cel puțin deocamdată.

Și atunci această întrupare este oare o întâmplare sau, mai degrabă, o alegere a sufletului? Viața pe pământ și incarnarea, chiar și în cele mai vitrege condiții, ar putea fi o alegere responsabilă, valoroasă și fericită. Ea s-ar face pe baza experiențelor noastre trecute, potrivit experienței noastre de familie și, îndeosebi, a fiecăruia dintre părinții noștri. S-ar face cu scopul de a asigura evoluția omenirii și a modelelor comportamentale ale acesteia, modele alimentate de diferite epoci și de civilizații, care ar merita să fie schimbate. Aceste modele colective

universale sunt arhetipuri planetare care determină comportamentul, gândurile și emoțiile inconștientului colectiv. Alegerea identității feminine ar proveni dintr-o decizie de a opta pentru această predominantă, astfel încât specia umană să evolueze, și mai cu seamă femeia.

| FEMEIA POARTĂ ÎN EA MEMORIA TUTUROR FEMEILOR

Femininul este, deci, purtătorul întregii istorii a femeii de la începuturile existenței umane. Fiecare femeie acumulează în ea însăși toată evoluția femeii, a femeilor și îi păstrează toată memoria, atât pe cea bună, cât și pe cea rea.

În funcție de vremuri și de civilizații, femeia a suferit comportamente umane care au marcat-o „pe viață”. Unele civilizații, mai mult decât altele, au încărcat corpul femeii cu legi, acțiuni și idei care s-au instalat în memoria de bază a modelelor colective feminine.

Inconștientul colectiv a devenit purtătorul acestor tipare care acum fac parte din identitatea feminină, dar și din arhetipurile feminine. În prezent, ele constituie suportul corpului de suferință al femeii.

De la celți și până în timpurile moderne, istoria europeană a demonstrat că, în scurte perioade, a fost posibil să fii femeie și o persoană educată, să fii femeie și, în același timp, inteligentă, să fii femeie și savantă, să fii femeie și recunoscută de oamenii de seamă din această lume. Din păcate, în anii care au urmat după această recunoaștere temporară, gândirea și experiențele inovatoare au fost eradicate de îndată ce proveneau de la o urmașă a Evei.

Cei opt sute de ani de vânătoare de vrăjitoare, odată cu Inchiziția, reprezintă un bun exemplu al intenției masculine de a distruge, de a arde femininul sacru. Ar trebui oare să ignorăm că această perioadă a istoriei a reușit să marcheze memoria colectivă a tuturor femeilor terapeut din zilele noastre? Inchiziția, care a exterminat femeile așa-zise vrăjitoare, pe când ele erau, de fapt, vindecătoare și erboriste, a transmis astăzi femeii teama de a fi terapeută. În mod inconștient, femeia poate astfel să se teamă să trateze, întrucât această acțiune este viciată de interdicție și de sancțiune. În sens mai larg, teama de spiritualitate sau fie și numai deschiderea de spirit nu ar putea proveni și de aici?

Întruparea în identitatea feminină înseamnă, totodată, a lua în considerație, și uneori a-ți asuma, istoria femeilor din familie, istoria liniilor materne și paterne. Înseamnă, în cele din urmă, a adopta istoria culturală a propriei familii. În lumea de astăzi, căsătoriile mixte, de exemplu, acumulează atașamente culturale care, uneori, se ignoră sau se înfruntă pentru că s-au ignorat ori s-au înfruntat cu mult timp înainte. Acesta este un mare progres și, în plus, reprezintă o schimbare profundă. Așa că, astăzi, viața de femeie este o adevărată provocare. Ea presupune scăparea de ura acumulată de-a lungul timpului pentru a reconstitui iubirea originală. Aceasta este adevărata provocare, adevărata victorie: aceea a iubirii ființei umane și, prin urmare, a iubirii de sine.

| Exemplet de traumă feminină |

Am întâlnit odată o femeie de 50 de ani care se numea „Inutila”. Tatăl său, un țăran din Cantal, probabil un ales municipal și, fără îndoială, dezamăgit că avea o fiică, o numise așa cum o simțea: inutilă. Fata a crescut pe un tractor, încercând să devină bărbatul familiei, cu siguranță pentru a-i face pe plac tatălui ei și pentru a fi iubită. Și fiindcă nu se simțea în largul său cu ea însăși, a încercat să se iubească pe sine: a devenit șofer de camion, a căutat să fie iubită de semenii ei și a experimentat relația homosexuală.

Să se accepte ca femeie și, în sfârșit, să se iubească a însemnat pentru ea un drum lung. Dar cum să scape de rănilile din trecut când prenumele în sine îi amintește zilnic de trauma respingerii? Ar trebui să accepte insulta în fiecare zi? Să o îndure? Discuția pe care am avut-o cu aceasta i-a dat un răspuns: să-și schimbe prenumele, să reia totul de la capăt. Am îndrumat-o către o femeie avocat care a ajutat-o să se numească altfel.

CĂI DE VINDECARE

Alegerea propriei identități îți aparține. Este o alegere de suflet. Proiecțiile pe care alții le-au făcut asupra ta te-au îndepărtat de propriile planuri și au atras neînțelegeri. Găsește-ți propria realitate și dă-i viață. Ți place sau nu, viața ta este alegerea ta. În momentul incarnării tale, alegerea care îți aparține este fericită, responsabilă și valoroasă. Poți să redescoperi acest entuziasm primordial.

3 | E PUTEREA MORALEI

„O fetiță nefericită care, în cel mai nepotrivit moment, are șansa de a avea întâlniri fericite. Am dreptul, din punct de vedere moral, să ratez o asemenea șansă?”, ne spune Muriel Barbery în *Eleganța ariciului*. Exact despre asta este vorba în această traumă.

DESPRE CE ESTE VORBA

| MORALA NE CONDIȚIONEAZĂ

Morala a fost întotdeauna asociată cu ideile majore puse în aplicare în diferite civilizații. Ea ar însemna loialitate față de anumite ideologii. De exemplu, morala iudeo-creștină provine din ideile religioase înrădăcinate de-a lungul timpului.

Este vorba, așadar, despre un atașament, despre o convenție socioculturală care se poate schimba dacă se modifică conștiința colectivă. Ceea ce credeam că era moral într-o anumită epocă poate deveni absurd într-o alta. În perioada actuală, poate că ne aflăm în fața unei oportunități de schimbare de morală, de paradigmă. Fie că este familială, culturală sau religioasă, morala a manipulat întotdeauna mințile, astfel încât să le determine să respecte anumite idei, anumite persoane influente cu o autoritate abuzivă și manipulative: „Este bine, este rău!”, „Asta se face, asta nu se face.”, „Este greșit!”. Fiecare gest și fiecare cuvânt trebuie să fie urmate de o intenție

precisă, în conformitate cu dictatele societății. Ne folosim de ele pentru a învăța să iubim (mila creștină), să gândim (tabuul), să fim chibzuiți („Ascultă și aplică ceea ce ți se spune.”) și, mai recent, pentru a avea grijă de noi („Nu face asta, nu face aia, gândește-te la alții, poartă masca...”).

Morala este o modalitate de a exercita presiune și influență cu scopul de a-i conduce pe ceilalți. Curente de gândire ne determină să credem ceea ce este bine sau rău. Ele ne dau sentimentul că procedăm greșit și instalează noi valori care, de cele mai multe ori, nu sunt absolut deloc valori, ci constrângeri ce promovează o nouă stare de spirit.

Ele au fost atribuite, foarte adesea, manipulării masculine. Și totuși o simplă analiză a istoriei ne dovedește că nu este vorba despre bărbat sau femeie, ci despre control și putere. Arhetipurile maicii superioare, ale gardienței unei închisori, ale mamei dragon sau ale mamei vitrege ilustrează aceste figuri autoritare născute din morală. În experiențele mele terapeutice din Algeria, am avut de-a face cu acest tip de traumă, provocată de autoritatea abuzivă a unei mame vitrege (în acest caz, soacra) asupra unei tinere care, fără experiența maternității și lipsită de afecțiune pentru copiii altei femei, se trezește adesea în situația de a avea grijă de copiii primei soții care a decedat de foarte tânăr.

Morala creează, astfel, atașamente și loialități înrădăcinate în inconștient și greu de destrămat.

| PUTEREA MORALEI ÎN CONSTRUIREA IDENTITĂȚII FEMININE

Morala a fost aplicată de foarte timpuriu comportamentului feminin. Femeia a fost făcută să creadă că este necurată și lipsită de rațiune și că se folosește de ciclul său hormonal ca de o slăbiciune și nu ca de o forță. Cât despre sensibilitatea și intuiția ei, acestea erau considerate drept isterie sau semne ale inferiorității sale (vezi în carte **Legătura cu Luna**).

Frumusețea, senzualitatea și farmecul ei sunt, de asemenea, percepute deseori ca niște riscuri ale unui comportament nepotrivit. De exemplu, o adolescentă se confruntă frecvent cu privirea suspicioasă sau de-a dreptul critică a celor din jur, dat fiind că este o femeie în devenire. Percepției asupra pubertății sale îi poate fi, de asemenea, atribuită o conotație erotică, ceea ce o șperie, o influențează sau o blochează. Mama este, în primul rând, cea responsabilă de această percepție care o reduce la percepția propriei mame, dar și la experiența personală a sexualității. Atunci când își privește fiica devenind femeie, ea poate retrăi propriile interdicții, reprimări, fantasme.

Morala intră în joc mai precis în trauma fetei-mame, percepută ca un blestem. Este o povară inconștientă pe care orice mamă o poartă chiar și în zilele noastre, înscrisă în inconștientul colectiv. Statutul de mamă necăsătorită a fost, într-adevăr, condamnat de opinia colectivă, judecat și asociat cu o sexualitate iresponsabilă. Și totuși câtă vreme a trecut de la epoca în care a fi o mamă fără adăpost era o rușine sau o pedeapsă! Pe atunci, femeia era siluită, apoi rămânea însărcinată. Putea să fie părăsită, abandonată, repudiată sau chiar să

devină o femeie de moravuri ușoare, de vreme ce avusese relații sexuale înainte de căsătorie. Judecata celorlalți asupra acestui drum pe care femeile l-au străbătut de-a lungul vremii a proiectat o imagine întunecată asupra arhetipului mamă necăsătorită.

| Exemplu de traumă feminină |

Într-o zi am tratat, într-un centru de plasament, un sugar abandonat care aștepta să fie luat de o familie adoptivă. Mama sa, în vârstă de 15 ani, avusese o relație sexuală cu un instructor de schi. Acesta o lăsase însărcinată în timpul unei vacanțe școlare petrecute la munte. Părinții, catolici, nu au tolerat nici avortul, nici situația de mamă celibatară, ambele fiind incompatibile cu morala și valorile lor religioase. Așa că au ascuns sarcina fetei lor, au deposedat-o de naștere declarând-o drept „mamă necunoscută”, apoi au încredințat nou-născutul serviciilor de adopție.

Am simțit corpul de suferință al acestui copil abandonat care urma să aibă o viață ciudată. Acum se știe că fătul și sugarul simt emoțiile mamei și că aceste emoții constituie o parte a caracterului copilului. Bazele identității sale vor fi fost marcate de rușine, minciună, respingere și abandon. Și am simțit și mai puternic corpul de suferință al tinerei mame, prin copilul ei, și m-am întrebat în acel moment când va îndrăzni să-și trateze trauma. O va ascunde prin negare sau va trăi cu ea, în vinovăție? Când se va îngriji de aceasta? Copilul, înțeleș și iubit de timpuriu, se va descurca, dar mama?