



Kořeny ženské (ne)splněnosti

Možná právě zažíváte fázi, kdy se vám nic moc nedaří, případně i daří, ale vaše pocity tomu příliš neodpovídají. Nejspíš se snažíte zorientovat v tom, co po vás současný svět chce, a především v tom, co chcete vy po něm. Co vlastně očekáváte od života?

U generací žen před námi jsme byly velmi často svědkyněmi příběhů nenaplněných snů, nevyužitých talentů, potlačení, ponížení, omezení, nepříteli šťastných a rovnoprávných partnerských vztahů. Naše předchůdkyně nejčastěji spojovalo především vzdání se autentického ženského hlasu, přirozenosti a síly (hrdinné výjimky samozřejmě prominou!). Naším maminkám, babičkám a prababičkám totiž v rámci přežití většinou nezbylo nic jiného než odevzdat samy sebe a (spolu)tvořit scénáře, které by mnohé z nás jen nerady opakovaly.

Koneckonců, ani dnes nemáme zdaleka vyhráno. Pořád se stává, že je na ženy pohlíženo s despektem, naše pocity jsou zlehčovány, tělesné obtíže bagatelizovány. Současná doba na jedné straně vyzdvihuje individualitu, na tu druhou dokáže její projevy, zejména pokud nejsou v souladu s pracovním procesem, velmi krutě potlačovat. Jen málokterá z nás v sobě nenese otisk takzvané hodné holky, předávaný z generace na generaci, kdy hlavním úkolem ženy bylo především nedráždit, neobtěžovat a neprojevovat samu sebe ve vlastní skutečné velikosti. Určitý zmatek a nejistotu posilují i digitální technologie,

kteří sice přináší nové možnosti a výzvy, ale také se pojí s mnoha obavami a závislostmi.

Není tak výjimkou, že se setkáváme se ženami, z nichž mnohé navenek perfektně fungují, v hloubi duše si však připadají horší než ostatní. Mnohdy jsou osamělé, nenaplněné, „odpojené“ a nespokojené. Necítí a nectí své potřeby, nedokážou skutečně vnímat své tělo, mnohé z nich jedou na autopilota... Není divu, často jsou „emočními nárazníky“ a manažerkami celé rodiny i domácnosti, kromě toho chodí do zaměstnání na plný úvazek, pečují o děti a často o stárnoucí rodiče. Řada z nich navíc žije zakletá v bublině neustálého porovnávání, z něhož nevycházejí ani trochu dobře. Tahle epidemie pochybností asi nikoho nepřekvapí. Jsme obklopené radami a návody, jak na sobě něco změnit, upravit, potlačit či vylepšit. Stačí se zamyslet nad tím, kolik firem a projektů by zkrachovalo, pokud by byly (nejen) ženy spokojené s vlastním životem a tělem.

Našemu bytí nedělá dobře ani zrychlené životní tempo a neustálá masáž informacemi, notifikacemi a podněty extrémně zahlcujícími a vyčerpávajícími nervový systém, který navíc bývá u většiny z nás zatížen a poznamenán nějakým nezpracovaným traumatem, nezdídkou i bolestivými zážitky. Realita bývá často tak rychlá, že si ji ani nestihneme vychutnat. Neustále čelíme novým stimulům i vjemům, a přesto, nebo právě proto, na nás doléhají zdánlivě bezdůvodné pocity prázdnoty a odpojenosti. Možná se nám nic zásadního neděje, ale v našem světě bývá i tak poněkud nevlídné. Nedokážeme samy se sebou navázat hlubší spojení, nerozumíme fungování vlastního těla, nepečujeme důsledně o jeho výživu a energii, a často tudíž krájíme den po dni s unaveným povzdechem: „Tak tohle je opravdu všechno?“

Jindy naopak nemáme na podobné stesky ani pomyslení, protože nás osud drtí výzvami, jejichž tíha nás zaskočí a zastihne nepřipravené. Jak z toho všeho ven?