

Bennünk élő Istennők - Női archetípusok

Mindannyiunkban él egy istennő. Ám egyáltalán nem mindegy, melyik - a féltékeny feleség Héra, a szerelemmágus Aphrodité, netalán a független amazon Artemisz ül-e a „főnöki székhelyben”.

Az egyik legsikeresebb, kifejezetten nőkre szabott mélylélektani karakterisztikát a jungi pszichoanalitika művelője, Jean Shinoda Bolen alkotta meg a kilencvenes évek végén *Bennünk élő istennők* című könyvében. Jean személyiségelemzése szórakoztató és érdekes, emellett tényleges segítséget nyújt a nőknek visszatérő problémáik megoldásához, a mai napig egyéni szinten és női terápiás csoportokban is sikerrel hasznosítják az istennői intelmeket.

A módszer a görög és római mitológia nőalakjait archetípusokként, tudatalatti viselkedésmintákként kezeli. Ezek az archetípusok minden nőben jelen vannak, meghatározó női szerepeket jelentenek, és több-kevesebb hangsúllyal szabnak irányt cselekedeteinknek, sőt, harcolnak is egymással. Kimunkálásukkal egy olyan egyensúlyi helyzetet lehet elérni, amiben felszínre kerülnek és tudatossá válnak az erősségek, oldódnak a görcsök, és az életben megtalálva a helyünket valóban földi istennőkké válhatunk.

A karakterisztikában hét mitológiai nőalak szerepel, három csoportban:

1. A szűz, más néven érinthetetlen istennők: Hesztia, Artemisz és Pallasz Athéné
2. A sebezhető (megsebzett) istennők: Démétér és lánya, Perszephoné, valamint Héra
3. Az alkimista istennő, Aphrodité pedig egy egyszemélyes klub tagja

„Istennő gyorsteszt” – Melyik istennő lakozik bennem?

1. Pillanatnyilag a legértékesebb számomra:

- Beszélgetés egy spirituális vezetővel
- Tökéletes szexuális kapcsolat
- Magasra ívelő karrier
- Sportbeli győzelem

- Egy családtagom személyes tárgya
- Egy befolyásos személy partnerének lenni

2. Van egy kis szabadidőm. Ilyenkor...

- Meditálok, vagy a természetbe megyek
- Hazahívom a páromat egy kis délutáni hancúrozásra
- Elmegyek edzeni
- Bevonulok a kuckómba egy jó könyvvel
- Főzök valamit, vagy a hobbimnak áldozok
- Elvégzem az utolsó simításokat a párom üzleti vacsoráján

3. Melyik állattal tudok azonosulni?

- Bagollyal
- Tigrissel
- Hallal
- Kutyával
- Macskával
- Sassal

4. A legfontosabb tulajdonság egy társban...

- Spiritualitás
- Szenvedélyesség
- Vezetői képességek
- Intelligencia
- Hűség
- Hatalom

5. Így szeretek kikapcsolódni:

- Csendes vacsora a barátaimmal
- Romantikus vacsora a szerelmemmel
- Vacsora a pillanat hatására
- Szeretem a vacsorát munkával kombinálni
- Családi vacsora
- Egy jól szervezett estély, ahol a párom vagy a saját kapcsolataimat építgethetem

6. Az ideális nyaralás:

- Egy jógatábor.
- Egy lakatlan szigeten tölteném a kedvesemmel
- Kalandos túra a vadonban
- Bánom is én, - bárhol!
- Egy szervezett társasutazás
- Egy nagy múltú városban tölteném, ahol sok a látnivaló

A teszt eredménye:

1-6 pont – Az istennőd Perszephoné

Perszephoné az alvilág görög istennője. Ő Démétér és Zeusz lánya, Hádész felesége. Perszephoné a holtak nagylelkű és gyöngéd királynője, de ő jeleníti meg az újjászületés körforgását. Mindent tud az élet és a halál folyamatairól. Szimbóluma a gránátalma, mert ebben a gyümölcsben benne van a teremtés magja, és így az élet-halál és újjászületés körforgását jelképezi.

Megjelenése

Perszephoné úgy öltözködik, ahogy éppen a hangulata diktálja, és csak olyan színeket hajlandó viselni, amelyek személyes jelentéssel bírnak a számára. Csinosan fest feketében, bár ha borús a kedve, kicsit túlzásba is viszi. A színek általában segítenek a Perszephoné-lányoknak, hogy

jobban a külvilág felé forduljanak. A divat nemigen érdekli, viszont szívesen húz magára olyasmit, amit mások sosem mernének felvenni. Nem csoda, ha sokan habókosnak tartják. Szívesen jár turkálókba és antikvitas boltokba is, hátha ott olyan kincsekre lel, amelyek jól illenek az egyéniségéhez. Öltözékét gyakran feldobja egy-egy bolondos kiegészítővel. Smink terén a mindent vagy semmit elvét vallja: vagy művészi maszkot varázsol az arcára, vagy teljesen natúr a megjelenése – hangulatától függően.

7-12 pont – Az istennőd Aphrodité

Aphrodité a szerelem és a szépség ógörög istennője, aki a tenger habjaiból emelkedett ki. A szexualitást és a vonzerőt testesíti meg – mindazt a vonzalmat, amely köteléket képez két ember között. Ezen kívül Aphrodité a művészetek, az írás, a mesterségek és a kultúra patrónusa is.

Megjelenése

Az Aphrodité-lánynak jó a stílusérzéke, bátran kombinálja a szokatlant az elegánssal, és van néhány „drága, de muszáj megvenni” típusú tervezői darabja. A fehérenemű-vásárlás számára szakrális aktus, és soha nincs elég fűzője, harisnyája, melltartója. Mindent szeret, ami szexi. Az Aphrodité-lány imád vásárolni, és ismeri az összes outlet center címet (bár senkinek nem árulja el, hogy márkás cuccait leértékelve vette). Igazi divatőrült, de azért sosem hagyja, hogy a divat bolondot csináljon belőle. Nem akar feltétlenül divatguru lenni, bár tisztában van azzal, hogy mi áll jól neki. Lényegében az Aphrodité-lány számára a rucik és a parfümök a vágykeltést és a szerelmet szolgálják.

13-18 pont – Az istennőd Artemisz

Artemisz a vadászamazon. Ő a tisztaság, a szüzesség, a vadászat, a Hold és a természet istennője. Bár szűz, mégis ő felügyeli a gyermekszületést. Holdistennő, minden állat anyja. Ha egy nő Artemisz jóindulatába ajánlotta magát, akkora haját levágta, és áldozatként felajánlotta az istennőnek.

Megjelenése

Laza, sportos cuccok, farmer és lezser, letisztult vonalú ruhák illenek hozzá. Az Artemisz-lányt divatőrültnek nem lehet éppen nevezni, csak az csigázza fel, aminek köze van a testmozgáshoz. Nem szeret vásárolni, így ha véletlenül betéved egy boltba, rögtön kettőt-hármat is vesz a neki tetsző darabokból. Acélszerű, gyakorlatias öltözködés híve, azonban

minimalista stílusa miatt így is kirí a tömegeből. Alig, vagy egyáltalán nem visel sminket, de rendszeresen használ bőrápolási termékeket, amelyek közül a természetes, de hatásos márkákat részesíti előnyben.

19-24 pont – az istennőd Athéné

Athéné a bölcsesség ógörög istennője. Athéné az értelmet képviseli mind békében, mind háborúban, ezen kívül az aktív intelligenciát, az aktivitást és az irodalmat társítják hozzá. Általában sisakban ábrázolják, kezében lándzsával, és pajzzsal. Athéné nem igazán harcos, inkább bölcs tanácsadó.

Megjelenése

Az Athéné-lány csak kosztümben lép ki az utcára: inkább legyen túl elegáns, mintsem alulöltözött. Divatos, de a maga öntörvényű módján. Ruhásszekrényének elmaradhatatlan darabja a kis fekete ruha hozzá illő cipővel, és a legújabb, legtrendibb táska, amit egy ismerősével szereztetett be külföldön, vámmentesen, hogy beelőzze a divatmajmokat. Kedveli a természetes anyagú, letisztult szabású ruhákat és az egyszerű, de szexi fehérneműt. Elegáns kosztümjei alatt többnyire pamut bugyit és trikót visel. Szereti a modern, sikkes és rafinált ékszereket, de a kézitáskákat, a kalapokat és a cipőket is. Mindenben a minőséget keresi.

25-30 pont – Az istennőd Démétér

Démétér görög anyaistennő. Démétért gabonaanyaként is számon tartják. Ő a föld, a mezőgazdaság és általában a termékenység istennője. Számára minden szent, ami a földben növekszik, és valamennyi élőlényt védelmezi.

Megjelenése

Gyakorlatias a stílusérzéke, ezért Démétér mindig tudja, melyik alkalomra milyen ruhát kell felhúznia. Öltözködésétől idegen minden hűhó vagy extrémítás, mindig úgy néz ki, mintha csak lezseren magára dobott volna valamit. Ettől függetlenül ruhásszekrényéből nem hiányoznak az alapvető darabok. Ha például túrázni megy, ő mindig a megfelelő ruhákat pakolja be, így a többiek nyugodtan kölcsönkérhetnek tőle ezt-azt. Lőre megtervezi, hogy melyik nap mit fog felvenni a munkahelyére. Hétfőn kék nadrágkosztüm, kedden kék blúz tengerészkek szoknyával stb., így sosem késik el. Jobban érzi magát melegítőben, mint nagyesztélyiben, de a

látszat ne tévesszen meg senkit. Ha arra van szükség, hogy kicsípje magát, gondoskodni fog arról, hogy mindenki utána forduljon. Jellemző rá, hogy egyetlen táskát használ, míg teljesen el nem nyúvi, bár a szekrény mélyén akad néhány tartalék.

31-36 pont – Az istennőd Héra

Héra az ógörög istennők királynője. Zeusznak az istenek királyának felesége, a házasság intézményének védelmezője. Leginkább féltékenységről ismeretes – amire meg is volt minden oka, mivel állandóan rajta kellett tartania szemét férjén, aki más isteni és halandó menyecskék után kajtatott. Héra az emberi kapcsolatokat irányítja, legyenek akár üzleti, akár magánjellegűek.

Megjelenése

Konzervatív és divatos, mint egy királynő, aki előkelő tartással viseli elegáns ruháit. Stílus tekintetében mindenevő, amitől néha kissé csiricsárénak tűnhet. A Héra-lány azonban mintha nagystélyiben jött volna a világra. Mindenféle társasági eseményhez a megfelelő toalettet ölti magára, kalappal, táskával, meg ami még kell. Sokféle kiegészítővel rendelkezik, de kedvencei a fülbevalók: minden alaklomhoz, és ruhához van egy. Mértékkel sminkeli magát, és jó szemmel észreveszi az értékeset, ami még jobban kidomborítja az értékeit. Hajlamos arra, hogy mindent megvegyen, amit a reklámokban lát.

A bennem lakozó istennő(k):

.....

Istennők vetélkedése

A mindennapi életben meglehetősen ritka, hogy egy nő személyiségét egyetlen istennő határozza meg. Minden nőben több istennő lakozik. Az istennők voltaképpen személyiségünk részeit, legfontosabb vágyainkat, értékeinket jelképezik. Minden istennőnek vannak pozitívan és negatívan megélhető oldalai.

Azt remélem, hogy valamennyien felismerted a személyiségedet meghatározó 2-3 istennőt. A legfontosabb, amit ezután tehetünk, ha elfogadjuk őket. Ismerjük fel domináns istennőink a pozitív oldalait, támaszkodjunk képességeikre, de ismerjük fel, és amennyire tudjuk,

küszöböljük ki a negatívakat. Arra is módunk van, hogy más istennőket is "megidézzünk", azaz fejlesszük személyiségünk eddig háttérbeszorult oldalait. Ahhoz, hogy egy nő teljes életet éljen, képes legyen kreatív munkára, őszinte, mély szerelemre, elköteleződjön egy monogám kapcsolatban, átélje az anyaság minden kínját és örömét, és önnön lelkébe is betekintsen, minden istennőnek - kisebb nagyobb mértékben - szerepet kell kapnia az életében.

Az istennők ugyanis - ha szükségünk van rájuk - meg is idézhetők.

Ahogy különbözök az erősségeik, minden őstípusnak más és más okoz gondot. Ahhoz, hogy túllépjenek saját árnyékukon egy másik istennő siethet a segítségükre.

Valahányszor fontos döntés, válaszút előtt állunk, viszály támad a lelkünkben a domináns istennők között. És egyáltalán nem mindegy, ki és hogyan simítja el a viszályt. Sok nő hajlamos átengedni a döntést, és mások elvárásai szerint cselekszik. Legyünk főszereplők a saját életünkben! Legjobb, ha fontos döntéseink előtt, vagy akkor, ha nem vagyunk elégedettek az életünkkel, és úgy érezzük, változásra van szükségünk, egy kerekasztal-beszélgetésre hívjuk meg az istennőket - vagyis voltaképpen személyiségünk részeit, különböző, egymásnak gyakran ellentmondó - vágyainkat, igényeinket. Egységes, egészséges énünk (egónk) legyen a vitavezető. Fontos, hogy előítéletek, részrehajlás nélkül vezesse a vitát, amelyben minden istennő szót kaphat. Ha egyik vagy másik istennő veszi kezébe az irányítást, és maga alá gyűri az egész személyiséget, az szükségképpen egyoldalúsághoz, vágyaink, késztetéseink elnyomásához vezet. Ez pedig idővel megbosszulja magát, az elnyomott istennő esetleg testi panaszok szervi betegség formájában jelentkezik.