



ANN I BARRY ULANOV

FRAGMENT

TRANSFORMUJĄCA  
SEKSUALNOŚĆ

ARCHETYPOWY ŚWIAT ANIMY I ANIMUSA

TOM I



### **Ann Belford Ulanov**

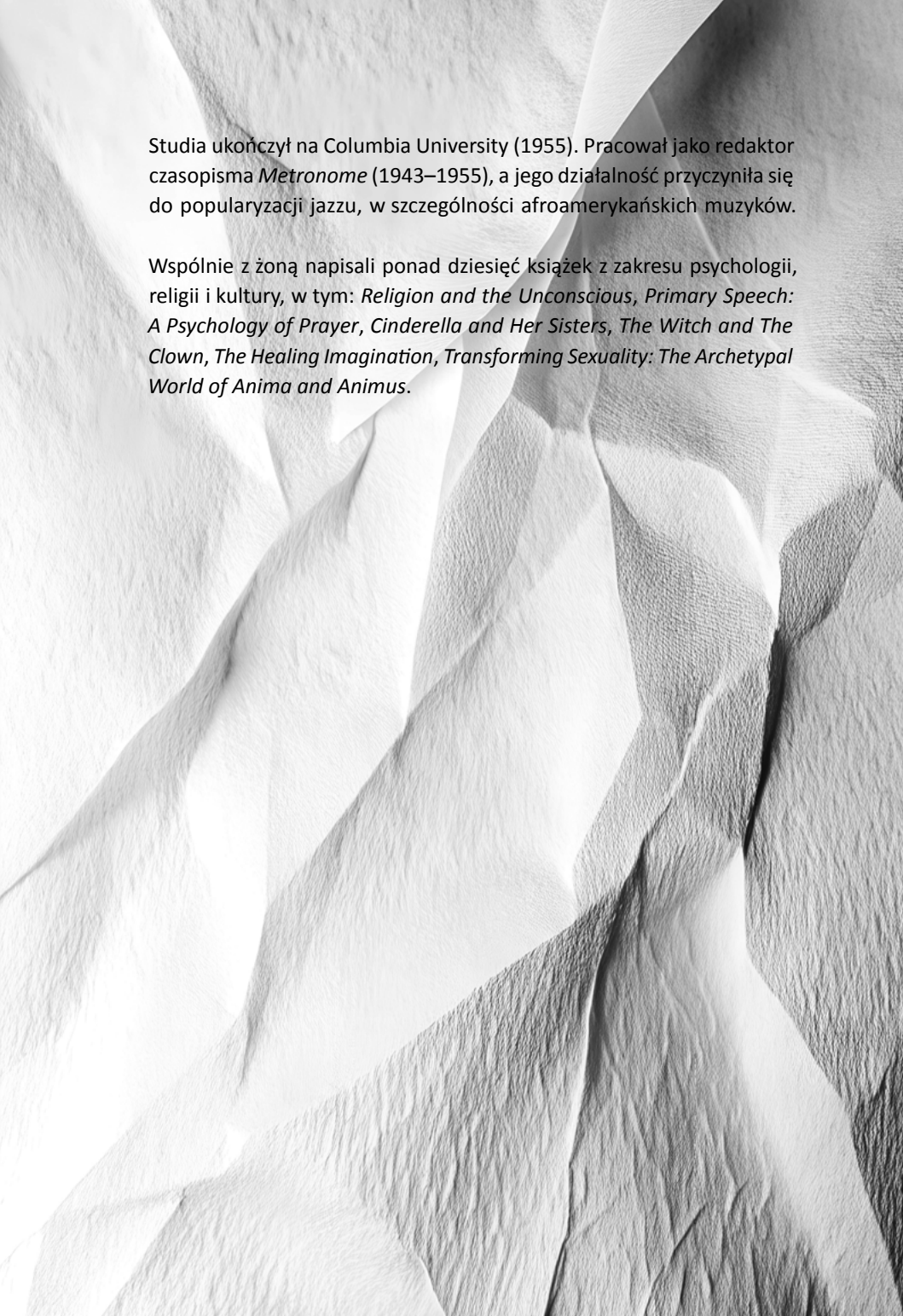
(ur. 1 stycznia 1938, Princeton, New Jersey) – amerykańska psychoanalityczka jungowska, teolożka i profesorka psychiatrii i religii. Ukończyła psychiatrię i religioznawstwo na Union Theological Seminar, a analityczne wykształcenie zdobyła w C.G. Jung Training Center w Nowym Jorku w latach 1963–1967. Wykładała w Union Theological Seminary, gdzie pełniła funkcję Christiane Brooks Johnson Memorial Professor oraz była

członkinią Jungian Psychoanalytic Association. Od ponad 50 lat prowadzi prywatną praktykę psychoanalityczną w Nowym Jorku.

Specjalizuje się w jungowskiej psychologii głębi, zajmuje się problematyką kobiecości i męskości, tożsamości, fantazji, symboliką snów i archetypami, a także agresją i lękiem. Jest autorką książek z obszaru psychologii analitycznej i duchowości, m.in.: *The Feminine in Christian Theology and in Jungian Psychology*, *Receiving Woman: Studies in the Psychology and Theology of the Feminine*, *Finding Space: Winnicott, God, and Psychic Reality*, *Spiritual Aspects of Clinical Work*, *Madness & Creativity*, *Cinderella and Her Sisters* (wspólnie z mężem), *Religion and the Unconscious*.

Jest laureatką prestiżowych nagród, m.in. Oskar Pfister Award za dorobek w dziedzinie psychologii głębi i religii oraz Gradiva Award za książkę *Finding Space: Winnicott, God and Psychic Reality*.

**Barry Ulanov** (ur. 10 kwietnia 1918, zm. 30 kwietnia 2000) – amerykański krytyk jazzowy oraz profesor literatury angielskiej na Barnard College, Princeton University, Barnard College i Union Theological Seminary. Autor wielu książek i artykułów na temat muzyki, sztuki, religii i psychologii.



Studia ukończył na Columbia University (1955). Pracował jako redaktor czasopisma *Metronome* (1943–1955), a jego działalność przyczyniła się do popularyzacji jazzu, w szczególności afroamerykańskich muzyków.

Wspólnie z żoną napisali ponad dziesięć książek z zakresu psychologii, religii i kultury, w tym: *Religion and the Unconscious*, *Primary Speech: A Psychology of Prayer*, *Cinderella and Her Sisters*, *The Witch and The Clown*, *The Healing Imagination*, *Transforming Sexuality: The Archetypal World of Anima and Animus*.

ANN I BARRY ULANOV

TRANSFORMUJĄCA SEKSUALNOŚĆ

ARCHETYPOWY ŚWIAT ANIMY I ANIMUSA

TOM I

PRZEŁOŻYŁA EMILIA TOŁKACZEW



**Tytuł oryginału:** *Transforming Sexuality. The Archetypal World of Anima and Animus.*

Copyright © 1994 by Ann Belford Ulanov.

Copyright © for the Polish edition and translation by Instytut Studiów Kulturowych Raven, Czeladź 2025.

**Przekład:** Emilia Tołkaczew

**Redakcja naukowa:** Małgorzata Kalinowska

**Redakcja:** Agnieszka Rachwał-Chybowska

**Korekta:** Joanna Rączkowiak

**Projekt graficzny, skład, łamanie:** Jacek Kobiński

**Projekt okładki:** Jacek Kobiński

**Ilustracja na okładce:** Kuba Żeligowski, belka jodłowa, farby olejne  
*Jak często patrzysz w niebo?*

**Druk:** Drukarnia Pozkał, [www.pozkał.pl](http://www.pozkał.pl)

**ISBN:** 978-83-977615-0-6

**Wydawca:** Instytut Studiów Kulturowych RAVEN

**Adres wydawcy:** ul. Żabia 12, 41-250 Czeladź

tel: 734461053

e-mail: [contact@raven.edu.pl](mailto:contact@raven.edu.pl)

[www.raven.edu.pl](http://www.raven.edu.pl)

[www.sklepraven.edu.pl](http://www.sklepraven.edu.pl)

Wydanie I, Czeladź 2025

## Spis treści

<b>Część I</b>	
<b>Pomost animy–animusa</b>	<b>7</b>
<b>Rozdział 1</b>	
<b>Anima i animus</b>	<b>8</b>
Przykłady	14
Pomost	21
Archetyp a stereotyp	26
<b>Rozdział 2</b>	
<b>Anima–animus jako kompleks</b>	<b>42</b>
Mapa: anima–animus jako kompleks	43
Pochodzenie	48
Struktura	48
Sposoby wyrazu w ciele	54
Pułapka psychoanalizy	62
Sposoby wyrazu w obrazach	66
Transformacja	69
<b>Część II</b>	
<b>Anima–animus i tożsamość</b>	<b>73</b>
<b>Rozdział 3</b>	
<b>Tożsamość</b>	<b>74</b>
Zmienność i ciągłość	75
Tożsamość jako maniera	78
Tożsamość i złożoność	91
<b>Rozdział 4</b>	
<b>Anima i animus a inni ludzie</b>	<b>98</b>
Gramatyka psyche	99
Nieprzeżyte życie rodziców	107
Anima i animus a zawiść	118

<b>Rozdział 5</b>	
<b>Jak kształcimy siebie nawzajem</b>	126
Zagrożenia związane z posiadaniem dzieci	127
Brak partnera	135
Różnica między mężczyzną a animusem; kobietą a animą	137
Wzajemna edukacja	148
Odzyskiwanie chthonicznego życia w seksualności i celibacie	149
<b>Rozdział 6</b>	
<b>Transformujący animus i anima</b>	156
Transformacja, nie sublimacja	164
Spektrum archetypu	169
Kontirseksualne ego	172
To, co osobiste	182
<b>Rozdział 7</b>	
<b>Anima–animus a doświadczenie religijne</b>	194
Podobieństwa	196
Różnice	211
<b>Rozdział 8</b>	
<b>Anima–animus w pościgu</b>	228
Animus a menopauza	231
Barth, Freud, Jung, Tillich i rozszczepiona anima	242
Animus oraz przodkinie Chrystusa	254
<b>Bibliografia</b>	260
<b>Indeks</b>	282
<b>O tłumacze</b>	295



ROZDZIAŁ 1

ANIMA I ANIMUS

*Słowo „system” budzi mój sprzeciw. Gdybym wynalazł system, z pewnością powinienem był stworzyć lepsze oraz bardziej filozoficzne idee niż te, którymi się posługuję. Spójrz na przykład na animusa i animę. Żaden filozof przy zdrowych zmysłach nie ukułby tak irracjonalnych, niezgrabnych koncepcji. Gdy poszczególne elementy pasują do siebie nawzajem, nie zawsze mamy do czynienia z systemem filozoficznym; czasami pasują do siebie fakty. Motywy mitologiczne są faktami; nigdy się nie zmieniają; zmieniają się jedynie teorie<sup>1</sup>.*

[Jung 1975b, s. 192]

Rozpoczynamy od tych właśnie słów, by zwrócić uwagę na zagrożenia związane z tematem, który poruszymy. Skoro sam Jung uważa swoje teorie za niezgrabne, o ile większe niebezpieczeństwo czyha w tym obszarze na innych, zarówno autorów, jak i czytelników? Jeżeli, jak zauważa Jung, teoria nieustannie się zmienia, po co zajmować się nią tak dogłębnie?

Jedna z możliwych odpowiedzi jest oczywista. Każda, nawet najbardziej elegancka teoria z dziedziny psychologii, zakorzeniona jest w niedookreślonym gruncie. Opisywany przez nią materiał ulega zmianom, podobnie jak osoba, która stara się wyciągnąć z tego materiału wnioski. W naszej książce zaproponować możemy mapy,

---

1 Przekłady cytatów pochodzących z dzieł niepublikowanych dotąd po polsku pochodzą od tłumaczki (przyp. red.).

które pomogą zorientować się w przeżywanych doświadczeniach; nie więcej, lecz również nie mniej. Kraina, do której wiedzie teoria animy–animusa, jest gwałtowna, a przenika ją cisza; często wybuchowa, lecz niemożliwa do wyrażenia; zarówno indywidualna, jak i sięgająca poza świat ego, by otworzyć nas na wyzwania wobec samych siebie, w imię których może ono ponieść najwyższą ofiarę. Na takim terenie mapy są niezbędne.

Doświadczenie przywoływania teorii animusa i animy podczas wykładów, lekcji oraz we względnym bezpieczeństwie relacji klinicznych, w których funkcjonuje ona raczej jako milcząca mapa niż temat do dyskusji, nauczyło nas, jak delikatnym może być zagadnieniem. Dotyka ona treści tak intymnych i przeszywających, że szybko sięga dawno pogrzebanych, czułych punktów. Pomieszczenia wypełniają się tłumem ewokacji nieświadomości. Wyczuwamy poruszenie dokładnie tych obszarów, w których czujemy się najbardziej zranieni i zdradzeni. Budzą się nasze najhańsliwsze obrony przed poczuciem winy lub, co gorsza, chaosem. Uspiona gorycz przemienia się w gniew. Zajmujemy zdecydowane stanowiska, wypowiadamy deklaracje. Równocześnie temat ten rozpala w nas ekscytację związaną z możliwością bycia żywym, w pełni przytomnym. W imię życia miłością oraz pasją dla tego, co naprawdę ważne, zostajemy wciągnięci w sam środek naszych ideałów, naszych pragnień związanych ze zjednoczeniem i pojednaniem.

W epoce wielkich zmian zachodzących wszędzie wokół reakcje te nie są zwyczajnie indywidualne, lecz zbiorowe. Słyszymy brzmienie milenijnych gongów<sup>2</sup>. Cały nasz niepokój zbiera się w lęk związany z płcią: czujemy się zdezorientowani, podekscytowani, wyzwoleni, wściekli; uwolnieni i swobodni dzięki odejściu dawnych stereotypów dotyczących płci i seksualności, ale też poważnie zmartwieni wyłanianiem się nowych. Ponownie obwieszcza się nam złożoność istoty ludzkiej, która nie pozwala zamrozić się w anatomicznych definicjach. To właśnie w obecności wielkich zmian wpływających na nasze doświadczanie ciała, duszy oraz

---

2 Premiera książki miała miejsce w roku 1994 (przyp. tłum.).

relacji z innymi, z rządem oraz Bogiem – Jung podsuwa swoje „niezgrabne koncepcje” animy i animusa.

W rzeczywistości idee, które Jung zebrał pod hasłem archetypów animy i animusa, są nie tyle „niezgrabne”, co z konieczności niezręcznie wyrażone. Opisują bowiem serię nadzwyczajnych argumentów skierowanych przeciwko społecznym koncepcjom płci oraz seksualności – postawę odrzucającą to, co powszechne, oraz potwierdzającą rosnącą wciąż złożoność doświadczeń i ich rozumienia. Śmiałe uogólnienia w temacie ludzkiej sprawności seksualnej pękają pod lupą analizy w kontekście animy–animusa. Pomimo skłonności Junga do typologicznego redukcjonizmu teoria ta uniemożliwia stworzenie jasnych, jednoznacznych list „męskich” oraz „kobięcych” cech; nawet kategoriyczne rozróżnienie na umiejętności ze sfery „logosu” dla mężczyzn i sfery „erosa” dla kobiet, od tak dawna uświęcone w podejściu jungowskim, jest w praktyce niewykonalne<sup>3</sup>.

Co prawda językiem animy i animusa rozmawiamy o męskich oraz kobiecych sposobach bycia, jednak żaden z tych pierwiastków nie jest dla autorów tej książki wyłączną własnością mężczyzn czy kobiet. Podkreślamy fakt występowania niezaprzeczalnie męskich cech i sposobów bycia oraz działania w kobiecie, jak również istnienia podobnej kontrseksualności w mężczyźnie, gdzie bujna kobiecość, nieważne jak skrupulatnie wypierana czy odrzucana, pojawia się aż nazbyt wyraźnie. Dwoistość ta nie tworzy jednak istot androgynicznych. Im więcej udaje nam się zrozumieć z obszaru animy i animusa, tym łatwiej i bardziej świadomie żyje nam się w jego obrębie; tym bezpieczniej czujemy się, potwierdzając definiującą nas tożsamość płciową i seksualną. Mężczyźni są bardziej męscy a kobiety bardziej kobiece, jeżeli nie tylko akceptują złożoność kontrastujących ze sobą tożsamości płciowych, bezustannie ukazującą się im w wewnętrznym dialogu, który charakteryzuje życie animy–animusa – ale też czerpią z niej przyjemność.

3 Dla Junga *logos* symbolizuje porządek u źródła. Jego archetypowy charakter sugerują pierwsze słowa Ewangelii według św. Jana: *In principium erat verbum* – „Na początku było Słowo”. *Eros* symbolizuje natomiast zasadę psychicznej relacyjności.

Stworzenie zewnętrznych opisów życia animy i animusa jest dla nas trudne – czasami tak trudne, że stajemy przed oszałamiająco niedefiniowalnymi aspektami tego życia – ponieważ olbrzymią jego część określa właśnie wewnętrzny dialog. Znaleźliśmy się w świecie Wittgensteinowskich gier słownych, całkowicie pozbawionym jakiegokolwiek stałego zbioru zasad czy języka o jasnej gramatyce oraz syntaksie. Co więcej znaczna część tej gry wykracza poza język słów, ustalonych gestów, postaw czy innych nawykowych zachowań, które zredukować moglibyśmy do opisu. Wciąż jest to jednak świat możliwy do odkrywania. Jung go odwiedził. Wielu praktyków oraz teoretyków podążyło za nim zarówno w mroczne zakątki, jak i czyste, jasno oświetlone obszary krainy animy i animusa, dokonując własnych odkryć na tym monumentalnym terytorium, dodając własne przypisy, podważając tę czy tamtą definicję, szlifując (o ile to możliwe) naszą znajomość tamtejszej geografii i martwiąc nas nieuniknioną konkluzją, iż część świata tożsamości seksualnej jest po prostu niemożliwa do zmapowania.

Biorąc pod uwagę wszystkie te trudności, niektórzy po prostu się poddają. Dochodzą do wniosku, że za dużo z tym problemów. Cała teoria animy i animusa oraz wszystko, co się z nią wiąże, nadają się do wyrzucenia. Inni, nie odczuwając aż tak wielkiego zniechęcenia, proponują rewizję dawnych map, zachowując animę oraz animusa jako znaczące kategorie tożsamości i praktyki seksualnej, pozbawione jednak szczególnych różnic między kobietami a mężczyznami. W takich przypadkach wszystkich nas opisać by można jako kłębki cech animy–animusa. Mężczyzna nie doświadczałby więc względem swojej animy emocji innych niż w stosunku do animusa, którego – w myśl tej rewizjonistycznej doktryny – teraz również posiada; kobieta natomiast odczuwałaby równy pociąg tak do animy, jak i animusa. W rezultacie, chociaż podejście to dostarcza nam paru użytecznych spostrzeżeń, nie ma ono większej wartości dla rozwoju teorii archetypów kontrseksualnych; przypomina nam jedynie, że w przypadku każdej teorii o tak dużej skali problemy narastają proporcjonalnie do poziomu zrozumienia. W przypadku tej konkretnej koncepcji problemy te muszą wciąż się pojawiać, ponieważ skupia się ona jak żadna inna na świadomych

oraz nieświadomych światach, w których doświadczamy najbardziej intensywnej radości, najgłębszego smutku i wszelkich niemalże stanów pośrednich.

Pomimo to teoria Junga dorównuje freudowskiemu odkryciu kompleksu Edypa, koncepcji pozycji depresyjnej Melanie Klein, idei fałszywego oraz prawdziwego self Winnicotta oraz stworzonemu przez Kohuta opisowi jaźni poprzedzającej doświadczenie popędów instynktownych. Za pośrednictwem obrazu, symbolu oraz konstruktu teoretycznego Jung otwiera dostęp do naszej seksualności – nie tego, jaka powinna ona być, czy nawet jak chcielibyśmy ją postrzegać, ale tego, jak rzeczywiście dotyka ona jądra naszej osoby. Jung pokazuje, że nie możemy zadać sobie pytania o to, jaką kobietą lub jakim mężczyzną jesteśmy, a tym bardziej odpowiedzieć na takie pytanie, jeżeli równocześnie nie zastanawiamy się nad tym, w jaki sposób *inny* żyje wewnątrz nas z seksualnego punktu wyjścia przeciwnego względem naszej świadomej tożsamości płciowej. Anima i animus to obraz stworzony przez nieświadomość, zwykle odnoszący się do płci przeciwnej i zawsze przeciwstawny do naszej świadomej tożsamości płciowej. Łączy nas z życiem wewnętrznym. Osoba zmierzająca ku pełni jest osobą kontrseksualną, starającą się połączyć w sobie energie zarówno kobiecego, jak i męskiego sposobu bycia człowiekiem. Nie jesteśmy jednym lub drugim, lecz połączeniem siebie oraz innego, tego samego oraz przeciwnego. Tak właśnie z perspektywy teoretycznej wyglądają anima i animus. Jak odczuwamy je jednak w naszym wnętrzu? Jakiego rodzaju „motywy” oraz „fakty”, używając jungowskiego żargonu, „wzajemnie do siebie tutaj pasują”?

Rozmowa o animusie i animie jest równocześnie rozmową o wielkim bałaganie, w jaki wpadamy zarówno w przestrzeni seksualnej, jak i duchowej. Dotyczy też wszystkich kamieni milowych naszego życia. Poruszamy kwestie kompulsywnego przywiązania do innych; ostatecznej, jak może się zdawać, utraty połączenia z kobietą głębią, przez co czujemy, że musimy przekopać się przez uzbieraną w toku całego życia górę postaw, by dotrzeć do spokojnego miejsca w odmętach starożytnej puszczy lub na brzegu morza, w odległym mitologicznym obrazie sumeryjskiej Bogini

Kukurydzy lub w potężnych fałdach oraz pełni Venus z Willendorfu. Wspominamy o poszukiwaniu pogrzebanej męskości we współczesnych lasach, w agresywnej aktywności czy bardziej stonowanych, spokojniejszych próbach osiągnięcia połączenia, jakie wiąże nas z innymi mężczyznami.

Nasza dyskusja dotyczy intymnych relacji seksualnych ze stałym partnerem lub stałą partnerką, w których staramy się nauczyć, jak walczyć o najlepsze ja drugiej osoby, zamiast zawsze stawać w obronie własnego. Pytamy, w jaki sposób możemy żyć w długotrwałym kontakcie z ogniem namiętności, jak uniknąć grzęźnięcia w płaskich, oziębłych schematach współzależnej nudy. Wynosimy na światło dzienne analizę relacji z księdzem, nauczycielem lub terapeutą, która nawet w zwyczajnych warunkach nacechowana jest intymnością, a nagle przesyca ją seksualne pobudzenie. Jak w takiej sytuacji trzymać się tego, co dobre? Jak poradzić sobie z zagrożeniem spłonięcia? Każdy doświadczył chwil, gdy poczuł się wezwany do odpowiedzi na drugiego człowieka w taki sposób, że otworzył się szeroko, gotów na wszystko. Wiemy też, jak źle sobie w takich chwilach radziliśmy: bawiąc się nimi, nie podążyliśmy w pełni za tym, co ze sobą niosły, wystawiając się na coraz to słabsze powtórzenia tego samego schematu, aż cynizm zatruł w nas nadzieję na realny, głęboki kontakt z inną osobą. Nie musimy tutaj uogólniać: życie codzienne i praktyka kliniczna dostarczają nam niezliczonych przykładów interakcji animy–animusa zarówno pomiędzy dwiema osobami, jak i we wnętrzu jednostki<sup>4</sup>.

#### PRZYKŁADY

Pewna gospodyni domowa, która niedawno wróciła na studia, by zdobyć wyższe wykształcenie, narzeka przy śniadaniu z przyjaciółmi na trudności w nauce astronomii. Jej mąż, który pracuje w tej profesji, stara się jej pomóc. Kiedy jednak zaczyna coś

---

4 Wszystkie opisane w książce przypadki pochodzą z praktyki psychoanalitycznej Ann Ulanov i zostały przytoczone za zgodą pacjentów, którym jesteśmy wdzięczni.

tłumaczyć, żona protestuje i macha rękami; po prostu nie jest w stanie zrozumieć jego wyjaśnień. Jej oczy szklą się: nie chce przyjąć tego, co słyszy, ani nad tym pracować. Mąż próbuje wszystkich możliwych sposobów na przełamanie jej obrony, lecz mu się to nie udaje. Kobieta wycofuje się. Rozdrażniony mężczyzna podnosi miskę płatków na mleku i krzyczy, jak gdyby próbował wepchnąć się żonie do głowy lub ją spenetrować: „To jest planeta!”. Żona na to odpowiada: „Zawsze trudno było ci wyrażać uczucia”. Ta uwaga sprawia mu ból; dąsa się. Ona natomiast czuje się głupia.

Kobieta po osiemdziesiątce po raz pierwszy poddaje się analizie. Chociaż cieszyła się „łatwym życiem”, mówi, że wewnątrz było jej trudno:

Jest we mnie ktoś większy, większe żądanie, do którego nie potrafię sięgnąć. Coś we mnie zamarzło – coś związanego z miłością lub znaczącą pracą. Nie mogę do tego dotrzeć.

Przynosi na sesję sen, w którym zgubiła portfel oraz wszystkie znajdujące się w nim dokumenty. Jakiś mężczyzna wskazuje jej szafę, mówiąc, że to tam znajduje się zguba, po czym wręcza jej pęk kluczy. Kobieta we śnie protestuje: „Przecież nie wiem, który to klucz!”. W ten sposób ujawnia pasywność, która pochwyciła ją z taką siłą, że nie potrafi przyjąć ani wykorzystać tego, co otrzymuje.

Pewna aktorka twierdzi, że w swoim zawodzie odgrywa „męską część siebie” i najlepiej radzi sobie, kiedy pracując nad rolą, żyje w dobrej relacji z mężczyzną. Uważa, że w takim układzie jej kobieca część „również ma gdzie mieszkać”. Jej życie zawodowe pogarsza się, gdy jest sama, ponieważ nie pozwala sobie wtedy osiągać sukcesów: boi się, że mogłoby to zabić jej kobiecą część, że „stanie się mężczyzną”. W ten sposób łączy powtarzające się porażki – ciągłe unikanie głównych ról – z doświadczaną przez siebie paniką w obliczu kosztów, jakie musiałaby w związku z tym ponieść.

Zastanawiając się nad własną orientacją seksualną, pewien mężczyzna zauważa, że w relacji z osobą tej samej płci realizuje „kobieca część siebie”. Jednak martwi się wtedy, czy „wystarczy

miejsca” dla jego męskiej części. W relacjach z kobietami czuje z kolei, że musi odgrywać rolę mężczyzny, co jest dla niego wyczerpujące. Inny mężczyzna, nie akceptując własnych homoseksualnych tendencji, pragnie męskości, której nie musiałby „przejmować”, a którą odnajduje w młodszych, atrakcyjniejszych, bardziej umięśnionych mężczyznach.

Mężczyzna po trzydziestce odkrywa kompulsywny pociąg do nastolatek. Bardzo ciężko pracował na obecny poziom życia, zawód, małżeństwo, wysoką pozycję społeczną. Mówi, że „utracił nastoletnie lata”: pozostawił za sobą rozmarzoną, idealistyczną część siebie, aby przetrwać oraz oprzeć się pokusie uzależnienia od narkotyków i alkoholu prześladowającego całą jego rodzinę. Odniósł zwycięstwo i zbudował wystarczająco silne ego. Teraz jednak utracone fragmenty życia domagają się uwagi; pociągające go młode dziewczęta są dokładnie w tym samym wieku, w którym on sam odciął się od swojej duszy.

Pewna kobieta wzbrania się przed przyjęciem własnego autorytetu, pragnąc pozostać w dziewczęcym trybie niemalże do czterdziestki. Zakochuje się jednak w mężczyźnie o połowę młodszym od siebie. Doświadczenie to wyrывa ją z zależnej postawy małej dziewczynki i zmusza do zaakceptowania autorytetu należnego jej z racji wieku.

Badaczka pracowała ciężko nad trudnym eksperymentem z poczuciem, że haruje „jak mężczyzna” i teraz oczekuje za to „nagrody” od swojego przyjaciela. On jednak nie dostrzega słanych przez nią sygnałów. Gdy kobieta mierzy się z napadami złego nastroju i pragnie, by przyjaciel ją z nich wyciągnął – by zabił w niej smoka depresji i ocalił z izolacji w zamku – mężczyzna ponownie przynosi jej zawód. Dobrze wie, że mogłaby się uwolnić, gdyby podążyła dalej sama. Wie, że nieważne, co zrobi jej przyjaciel, i tak nigdy nie będzie to dla niej wystarczające. Nie odchodzi jednak; zamiast tego nadskakuje mu, przez co przyjaciel czuje, że zachowuje się jak jego matka: zarzuca go upomnieniami i nieustannie czegoś od niego oczekuje.

Inna kobieta doskonale potrafi budzić w ludziach energię oraz idealizm, zachęcając ich, by stworzyli społeczność. Kiedy jednak

zaczyna chorować i potrzebuje wspierającej energii, zauważa, że jest ignorowana.

Przypomina mi to wygłaszającego mowę mężczyznę: zwraca się do słuchaczy, do innych, ale nigdy do mnie. Nigdy nie odwraca się w moją stronę, nie podaje mi pomocnej dłoni. Moje ideały pomagają jedynie innym, nie mnie.

Jeszcze inna kobieta wybucha gniewem, gdy mężczyzna, który chciał się z nią spotkać, zachowuje się, jak gdyby wymusiła na nim termin randki. Mężczyzna ten boi się wymagających kobiet, a ona właśnie taka staje się w jego oczach. Kiedy się spotykają, on wciąż narzeka na swoje zęby, na zmęczenie, na pracę, a później oskarża ją o zatwardziałość serca, gdy nie okazuje mu współczucia. Ostatecznie kobiecie udaje się zaakceptować własny gniew oraz fakt, że jego źródłem było zachowanie mężczyzny, a nie jej własne postępowanie.

Pewien mężczyzna odkrywa, że jego impulsywna, wręcz zarozumiała asertywność wycisza się i ukorzenia gdzieś głęboko wewnątrz w kontakcie z ciepłą, otwartą akceptacją ze strony żony. Ona z kolei dostrzega, że ta sama asertywność męża pobudza ją do wyrażania własnych poglądów oraz myśli. Z kolei w innym przykładzie ciepły, ciepły humor pewnej kobiety osusza rozmokłe ofiarnictwo oraz poczucie winy jej męża. Popularny program radiowy, wyśmiewając role stereotypowo związane z płcią, nawiązuje do sekretu przyjacielskiej wymiany tożsamości, znanego jedynie najbardziej żywym parom: „Jezioro Wobegon, gdzie wszystkie kobiety są silne, a mężczyźni atrakcyjni...”<sup>5</sup>.

Żyjącej w celibacie zakonnicy towarzyszy w czasie modlitwy poczucie, że zwraca się do niej Jezus. Jego wolą jest, by ona pragnęła

---

5 Chodzi o amerykański program radiowy „A Prairie Home Companion” tworzony przez Garrisona Keillora, nadawany od 1974 roku. Jednym z jego najbardziej rozpoznawalnych elementów były opowieści z fikcyjnego miasteczka Lake Wobegon. Program kończył się słowami: „Jezioro Wobegon, gdzie kobiety są silne, mężczyźni atrakcyjni, a wszystkie dzieci ponadprzeciętne” (przyp. red.).

go bardziej nawet niż własnej *pełni*, ponieważ chce, by była „dopełnioną, ognistą kobietą”. W ten sposób zakonnica natyka się na zaskakujący fakt, iż z perspektywy Boga *pełnia* oznaczać może więcej, niż nam się wydaje.

Mężczyzna doprowadza współpracowników do szału, wymyślając dla nich pozbawione sensu zadania. Pochłania ich czas oraz energię. „Jakby nie miał penisa!”, narzeka jedna z jego współpracownic. „Wystawia wielkie nic, tworzy próżnię i wsysa nas wszystkich w nicość”. We współpracownikach zbiera się gniew.

Kreatywna kobieta doświadcza blokady pisarskiej. Udaje się do swojego mentora z prośbą o pomoc. Opowiada sen, w którym pojawiają się trzy urządzenia podpięte do tego samego gniazdka, co doprowadza do przeciążenia. Uważa, że powinna usunąć jedno z urządzeń, czyli wyciąć jakiś element swojego życia, by zrobić więcej miejsca na pracę. Jej mentor wyczuwa w niej jednak atmosferę niechęci, uparty opór przed przyjmowaniem. „Zamiast porzucić jeden z kluczowych aspektów swojego życia, dlaczego nie zamontujesz dodatkowego gniazdka, nowego sposobu na podłączenie się do prądu?”. Kobieta natychmiast odpowiada: „Ale jak to zrobić?”. Następnie przerzuca na niego wszelkie wewnętrzne sugestie, by odnaleźć drogę prowadzącą od obserwacji do działania, jakby chciała powiedzieć: „Ty bądź tym gniazdkiem”. Mentor ma poczucie, że w rozmowie uczestniczą trzy osoby: ich dwójka oraz trzeci, krytyczny głos wewnątrz kobiety, który blokuje jakikolwiek dostęp do nowych pomysłów i ich ożywczej energii.

Pewien mężczyzna z bólem i zdumieniem opowiada, jak trudno mu uwierzyć, że wdał się w oszustwo, o jakim czytał dotąd tylko w gazetach: pozamałżeńskie eskapady Johna F. Kennedy’ego oraz Martina Luthera Kinga. Romans i okłamywanie własnej żony są wbrew wszystkiemu, w co wierzy. Mimo to czuje się zmuszony do odnalezienia zaginionej części siebie, która ulokowała się w relacji z obecną w jego życiu „drugą kobietą”. We wszystkich innych sytuacjach stracił do niej dostęp, również w małżeństwie. Ta część – młoda, wrażliwa i pozbawiona obron – niesie w sobie również połączenie z życiem. Myśl, że mógłby całkowicie ją stracić, sprawia, że zaczyna rozważać samobójstwo.

Dwie osoby odnajdują się wzajemnie, niczym zwierzęta, które wychodząc na polanę, dostrzegają po drugiej stronie partnera o tym samym umaszczeniu. Żadna z nich nie sądziła, że tak wielka miłość i pasja są możliwe. W imię tej miłości znoszą cierpienie oraz destabilizację całego życia; przyjmują ból poczucia winy z powodu krzywdy, jaką wyrządzają innym, nawet własnym dzieciom... wszystko, byle tylko być razem [Ulanov 1986a, s. 618–620].

Ludzie wchodzą w układy z rządem, który gromadzi coraz więcej władzy. Ich bierność koegzystuje z wiarą w proces demokratyczny [Winnicott 2011a/1950, s. 231–232]. Skąd bierze się w nich ta niechęć, by zmobilizować się do sprzeciwu? Istnienie zewnętrzne, obwarowane w fortecy władzy i znanego przeciwnika zwalcza w nas większy, rozproszony lub nawet nieświadomy lęk; pogrzebany w dzieciństwie i bez końca negowany strach przed wszechwładną Wielką Matką, od której jesteśmy całkowicie zależni. Totalitarny rząd równocześnie definiuje oraz ogranicza to, co nas w takim obrazie przeraża.

Moglibyśmy mnożyć takie przykłady w każdym gabinecie psychoanalizy, nie tylko jungowskiej. Znajdziemy je również w literaturze, sztukach wizualnych, filmie i teatrze. Nawet muzyka uzasadnia posługiwanie się teorią animy–animusa, i to nie tylko w kontekście biografii kompozytorów czy wykonawców. Mamy tutaj do czynienia z próbami wymacania jakiegoś rodzaju zrozumienia naszej seksualności, nadania jej sensu wszędzie, gdzie nas dotyka: w ciele, w psychice oraz w duszy, które znamy jako nośniki ego i jaźni. Kiedy przyglądamy się tym przykładom, widzimy, jak stosowne są tu określenia *anima* i *animus*, jak ich osobliwej mieszance wzniosłości i niedookreślenia udaje się (przynajmniej w szerokiej skali) uchwycić znaczenie życia seksualnego oraz pomóc nam zdefiniować teren, na którym to życie się toczy.

Historia słowa *anima* łączy je z pojęciem umysłu jako siedziby myśli i uczuć oraz z poruszeniami powietrza – od łagodnej bryzy po wichurę unoszącą ze sobą wszystko, co napotka. Animę rozumieć więc można jako oddech życia lub obdarzoną nim istotę. Ożywia nas: przemawia w imieniu żywej istoty oraz życia niesionego przez miłość – *vos meae carissimae animae*, pisał w listach

Cyceron, „moje najdroższe istoty”, używając pojęcia animy w niemalże wszystkich jego znaczeniach.

Słowo *animus* rezonuje z podobnymi znaczeniami. Przemawia również w imieniu ożywczej zasady – opisuje racjonalną duszę istot ludzkich będącą przeciwieństwem czy kontrastem dla ciała. Współdzieli wszystkie daleko idące implikacje hebrajskiego *ruach*, związane z życiem, duszą, umysłem, duchem, intelektem, wrażliwością, siłą woli, wyobraźnią, fantazją, osądem, czuciem, sumieniem, świadomością; wszelkie echa znaczeń oraz skojarzeń dotyczących poruszeń powietrza, wiatru, oddechu.

W zastosowaniu obu tych słów w kontekście naszej seksualności najważniejsze jest to, że łączą one świat materialny z niematerialnym. Podobnie jak my składają się zarówno z ciała, jak i ducha. Są archetypami, a co za tym idzie – sięgają daleko wstecz w naszą historię, w każdy dzień i każdą minutę naszego życia, jakie by ono nie było; w przód, choćby i w formie ledwie cienistej sugestii, ku temu, co nas czeka. Wszystkie archetypy określić możemy jako pierścienie drzewa, jakim jest ludzkość, lecz w szczególności dotyczy to właśnie animy i animusa. Możemy wyczytać z nich wiele informacji o naszej przeszłości: jak daleko sięga, jakie trwałe ślady pozostawiły w nas jej zawirowania i pasje. Widzimy w nich również okruchy możliwości, które dopiero nadejdą; naszych otwarć, zamknięć, dążeń, odłączeń.

W teorię animy i animusa zawsze wpleciona jest pewna teliczna<sup>6</sup> stronniczość, potrzeba uwzględnienia źródeł czy korzeni, podjęcia próby nazwania ich lub chociaż opisania. Nie ma ona na celu udzielenia rozstrzygających wyjaśnień, lecz stara się raczej uchwycić coś, co pachnie i smakuje domem. Jak w mistycznym nastroju pisał Jung [2014a/1934]:

Życie jest wręcz teleologią *par excellance*, jest samą celowością, a żywe ciało stanowi system celowości, które dążą do spełnienia.

[par. 798]

---

6 *Teliczna*, to jest mająca związek ze zmianą, celowością lub ograniczonością (przyp. tłum.).

Spełnienie istnienia animy–animusa może sprowadzać się jedynie do zadomowienia się w naszym ego – a jednak, jak doniosłe jest jego znaczenie! Dostrzegamy bowiem wtedy, że nasze imię, w relacji z wewnętrznym *innym*, jest samo w sobie drogowskazem do źródła, zakorzeniem – jeżeli tylko roszczenie naszego ego jest dostatecznie solidne, jeżeli imię, które uznajemy za własne, rzeczywiście do nas należy. Jest to niezbędne rozpoczęcie procesu samoakceptacji. Tak właśnie zaczynamy odnajdywać własne ja, porządkować je oraz się go trzymać. Wtedy wykonujemy pierwsze kroki wielkiego, długiego marszu przez pomost łączący ego z Jaźnią.

## POMOST

Każdy z nas jest podatny na przyciąganie archetypów animy i animusa; na wpływ ich działań, upodobań, zmagających oraz objawień, które inicjują. Dokonują się między nami oraz wewnątrz nas. Dotykają życia seksualnego i duchowych poszukiwań: przesycają naszą kreatywność i nadają energię patologiom. Mogą zakłócać lub ułatwiać relacje z dziećmi, znajomymi, postaciami ze snu, nawet całymi instytucjami. „Fakty” oraz „motywy”, które według Junga nigdy się nie zmieniają, to postaci animy–animusa przemawiające do nas z wewnętrznej głębi oraz zewnętrznej oddali.

Nasza kontrseksualność (anima lub animus) jest pomostem między ego – centrum naszej świadomej tożsamości – a Jaźnią będącą jądrem całej psychiki, zarówno świadomej, jak i nieświadomej. Anima i animus wytyczają ścieżki ku określonym formom doświadczania Jaźni, które wciągają nas głębiej w życie, umożliwiają nam zmierzenie się z rzeczywistością. Postaci animy–animusa pracują nad budową pomostu, za pośrednictwem którego treści Jaźni mogą przemówić do ego, postawić przed nami pytania dotyczące samej egzystencji. Kiedy mierzymy się z tymi pytaniami, wydają się pochodzić od innego, całkowicie odrębnego od nas istnienia. Mówi ono:

Musisz sobie ze mną poradzić, skonfrontować się ze mną, odpowiedzieć mi, przyjąć mnie lub nawet odrzucić – tak czy owak jestem tu i nie możesz przede mną uciec<sup>7</sup>.

Podobnie jak w przypadku mierzącego się z nieodpartym pociągiem do nastoletnich dziewcząt mężczyzny, czy też kobiety, której natchnienie pisarskie zostało zablokowane od wewnątrz – istnienia tych „postaci” nie da się zagadać ani zanegować intelektualnymi argumentami. Jak pisał Jung [2010a]:

Pojęcia czysto intelektualne [...] niosą coś gotowego i zamkniętego, podczas gdy obraz archetypowy nie ma w sobie niczego poza swą nagą pełnią, która intelektowi jawi się jako wprost niepojęta [...]. To pierwsze oznacza określoną, dającą się ustalić wartość, to drugie zaś oznacza życie.

[par. 220]

Nie możemy zwyczajnie oddalić od siebie obrazów animy–animusa, które płyną w podwodnych prądach życia społecznego i kulturowego lub wynurzają się, by stanąć z nami twarzą w twarz w prywatnym świecie naszych snów czy w intymnych spotkaniach natury seksualnej. Unoszą nas ku doświadczeniom Jaźni, dzięki którym czujemy, że życie naprawdę warte jest przeżywania. W takich momentach zabarwiają one nasze postrzeganie podziwem wobec czystego faktu *bytności*. Treści Jaźni dotyczą kwestii życia i śmierci; zadają nam fundamentalne pytania<sup>8</sup>.

7 Karl Barth poczynił podobne obserwacje, chociaż posłużył się w tym celu typologią płci zaprzeczającą jego silnym argumentom przeciw sztywnym typologiom [Barth 1961, s. 194–204].

8 Parę lat temu, wykładając ten temat w Chapel Hill w Karolinie Północnej, jeden ze słuchaczy zadał nam pytanie, co odróżnia treści Jaźni od, na przykład, treści cienia. Wyjaśniliśmy wtedy, iż treści Jaźni poruszają kwestie życia i śmierci. Alegorii pomostu używać można również w odniesieniu do cienia czy jakiegokolwiek innego większego kompleksu w psyche, jednak treści, które w takich przypadkach do nas docierają, wywołują zupełnie inne wrażenie. Gdy

Nieważne, z jakiej rasy, wiary czy klasy społecznej się wywodzimy, jaki jest nasz stan cywilny, czy żyjemy w celibacie, czy się rozwiedliśmy, czy jesteśmy heteroseksualni, homoseksualni, młodzi czy starzy. Wszyscy musimy stawić czoła oraz udzielić odpowiedzi Innemu, który konfrontuje się z nami z perspektywy seksualnego punktu wyjścia przeciwnego naszej świadomej tożsamości płciowej. Łączy nas wyzwanie, by połączyć te części siebie tak, aby stworzyć z nich rozpoznawalną dla nas osobę, która ma przed sobą pozytywne możliwości, jak i doświadcza nieuniknionych trosk.

Kiedy mierzymy się z tym wyzwaniem, każde z nas uświadamia sobie dzielące nas różnice – okoliczności, które nas spotykają, te wyjątkowe, przypadkowe, niecodzienne lub nam przeznaczone. Czy dorastaliśmy bez ojca? Wybraliśmy życie w celibacie czy może mieliśmy dzieci? Może zostaliśmy schwytani w kulturowe definicje tożsamości płciowej? W demokratyczne lub hierarchiczne koncepcje relacji damsko-męskich? Nie żyjemy w próżni. Historia naszej rodziny oraz rasy, czas i miejsce, w których żyjemy – każdy szczegół życia uczestniczy w tym wyzwaniu, wspiera nas lub hamuje, gdy nad nim pracujemy; umożliwia zrozumienie jego szczególnych warunków, jego wymagań, jego niesamowitych możliwości.

Skupiając się na pomocy animy–animusa, poszerzamy podejście Junga, który rozumiał te archetypowe postaci jako „intruzów” przyciągających naszą uwagę swym nieodpartym urokiem w snach i fantazjach oraz poprzez obsesyjne projekcje na otaczające nas osoby. Jung pisał, że kiedy wnosimy do świadomości personifikacje archetypów animy–animusa, „przekształcamy je w mosty prowadzące do nieświadomości” [Jung 1953b, par. 285–286; 2011b/1940, par. 238–239]. Przy innej okazji powiedział: „To dlatego, że nie używamy ich celowo jako funkcji, pozostają uosobionymi kompleksami”. W zależności od tego, na ile aktywnie i świadomie staraliśmy się zrozumieć archetyp animy–animusa, na tyle „uosobiona postać animy lub animusa zniknie”. I dalej: „Stanie się [wtedy]

---

zasoby z poziomu Jaźni przekraczają pomost animy–animusa, nie konfrontują nas z tym, co w nas złe (lub też dobre, w przypadku osób myślących źle na własny temat); poddają one w wątpliwość samą naszą egzystencję. Więcej szczegółów znajduje się w: Ulanov A.B. 1992.

funkcją relacji między świadomością a nieświadomością [Jung 1953b, par. 370; 1995, s. 42].

Dokąd prowadzi nas więc ten pomost? Wprost do Jaźni. Kiedy to, co w nas świadome, i to, co w nas nieświadome, zbliżają się do siebie nawzajem, spotykamy się z rzeczywistością, do której mamy dostęp jedynie wówczas, gdy nasza psychika w ten właśnie sposób się otwiera. Stajemy się wtedy plastyczni, otwarci na samych siebie. Wtłaczamy coś cennego w życie, które dzielimy z innymi. Spójrzmy na zdumiewający przykład kobiety, której przyśniła się męska postać wyłaniająca się z głębokiej wody po połowie ryb, niosąca lek na nieuleczalną dotąd chorobę. Podzieliwszy się swym odkryciem z wszystkimi wokół, mężczyzna pocałował śniącą, obiecując, że będzie ją kochał po wsze czasy [Ulanov A.B. 1971, s. 256–257]. Postać ta symbolizowała animusa otwierającego kobietę na samoleczenie. To właśnie poprzez wewnętrzne połączenie z tym, co nas leczy i kocha, uzdrowienie może wyłonić się w świecie zewnętrznym.

Wśród psychologów nie tylko Jung zaobserwował istnienie tych „faktów” oraz „motywów”, które opisał jako pomost animy–animusa. Freud zbliżył się do ich odkrycia, sugerując uniwersalną biseksualność, którą każdy przeżywa indywidualnie we własnej mieszaninie kobiecych oraz męskich identyfikacji, w rozwiązanych lub nierozwiązanych kompleksach Edypa [Freud 2009a/1923, s. 229–234; 1924, s. 108]. Klein odkryła męskie i kobiece pozycje, które każde z nas nie tylko przechodzi w procesie rozwoju, ale też zachowuje jako postawy wobec siebie oraz innych [Klein 2019, s. 85, 142–143, 179–179, 321–323]. Winnicott stworzył własną ideę męskich oraz kobiecych pierwiastków przynależnych każdemu człowiekowi; Guntrip przekonywał natomiast – posługując się przykładami – że to pierwiastek kobiecy zawsze rozpoczyna rozwój indywidualnej osobowości, niezależnie od płci [Guntrip 1969, s. 250 i 257; Chasseguet-Smirgel 1986, s. 42–43].

Wszyscy wymienieni teoretycy zwracali uwagę na potrzebę połączenia tych dwóch elementów. Na przykład rozwiązanie kompleksu Edypa miało dać nam wyobrażenie pełni. Pełnia według Winnicotta miała być rezultatem integrowania istniejących w nas

idei macierzyństwa, aż uda nam się zrozumieć kobiecą zdolność do bycia zarazem ekscytującą i godną zaufania, do utrzymywania pasji w długotrwałym napięciu.

Tego rodzaju teorie są potrzebne, byśmy mogli skoncentrować się na tym, co jest w naszym życiu najważniejsze – dla mężczyzn i kobiet, w wyobrażeniach oraz faktach, w ciele i duchu. Skupienie na teorii daje pewne poczucie bezpieczeństwa w rzeczywistych relacjach z innymi ludźmi, zarówno z dziećmi, jak i z dorosłymi. Pozwala dostrzec samych siebie w otaczającej nas kulturze, w poruszeniach świadomości i nieświadomości naszych czasów.

Teoria animy–animusa może jednak być wykorzystywana niezgodnie z jej przeznaczeniem. Może sprawić, że zaczniemy posługiwać się ulotnym językiem uogólnionych mitów, które przeobrażają kobiety w boginie a mężczyzn w bogów, gubiąc osobiste oraz historyczne wymiary ludzkiego życia w jego ziemskiej namacalności. Jungowska perspektywa animy–animusa niewzruszenie przeciwstawia się wszelkim próbom mitologizacji naszych wczesnych „relacji z obiektem”. Nie pozwala nam pomylić – jak ujmował to Winnicott [2018] – tego, co „wczesne” z tym, co „głębokie”. Postaci animy oraz animusa mają bardzo wyraźne źródło w psychice – Jung skłania nas do przyglądania się z wielką uwagą fantastycznym obrazom pojawiającym się w naszym wnętrzu. Są one potężne, ponieważ uosabiają nieobjęte czasem symbole, które zderzyć się mogą w naszym życiu z każdym wydarzeniem, przedmiotem lub osobą i przyczynić się do powstania traumy.

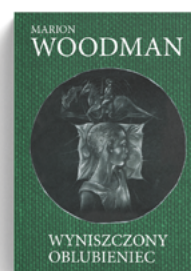
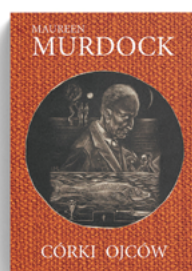
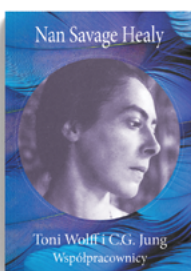
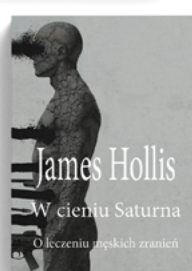
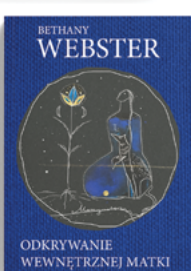
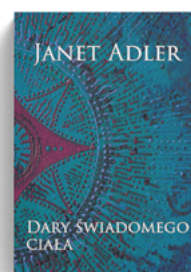
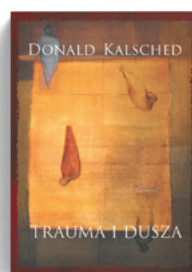
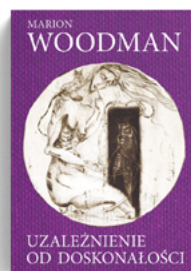
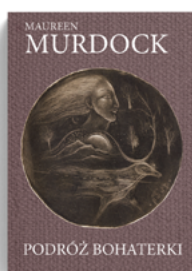
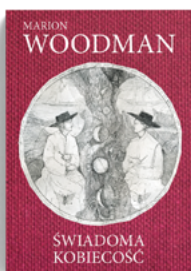
Celowe, przemyślane skupienie na własnych wyobrażeniach może uwolnić nas z niewoli tak zwanego „złego obiektu” [Seinfeld 1990]. Weźmy za przykład kobietę, która skarżyła się na mężczyzn traktujących ją jak towar – czy to seksualny, czy zapewniający jakąś formę komfortu, a czasami po prostu przydatny. Odważyła się odmówić rosyjską modlitwę do Jezusa, powtarzając, często nawet po sto razy: „Panie Jezu, miej litość dla mnie, grzesznicy”. Zszokowana i wytrącona z równowagi, ale też z uczuciem wyzwolenia, opowiadała: „Duch Święty wszedł we mnie jak ogień i wypalił mnie od środka”. Uświadomiła sobie, że sama postrzegала mężczyzn przedmiotowo:

Myslałam o nich jak o rzeczach: mieli mnie kochać, dodawać mi otuchy, dawać poczucie bezpieczeństwa. Cała ta sytuacja była odwrócona, postawiona na głowie. Uświadomienie sobie tego było jak objawienie.

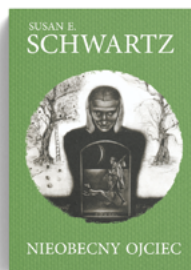
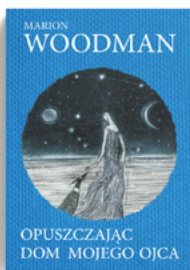
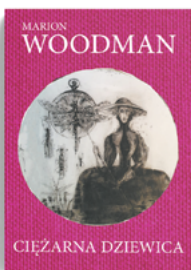
[Ulanov A.B. 1987, s. 21]

Jej wyobrażenia na temat mężczyzn w sposób nieunikniony karmiły jej rozczarowanie. Dostrzeżenie, że fantazja jest jedynie fantazją, nie czyni z nas automatycznie aniołów, jednak w znacznym stopniu zmniejsza ciężar, jaki nosimy na barkach.





Do kupienia na [www.sklepraven.edu.pl](http://www.sklepraven.edu.pl)



Do kupienia na [www.sklepraven.edu.pl](http://www.sklepraven.edu.pl)