

Ženski krug. Podrška. Znanje.

Jedan davno zaboravljeni temelj društva, koji napokon ponovno dobiva svoj "spotlight" je ženski krug. A što je to zapravo ženski krug i zašto je važan, pričamo danas i sljedeći put u mojim tekstovima

Ženski krug je pojam koji je star koliko mi kao ljudi postojimo na ovoj zemlji. Svaka kultura ima svoje običaje, prakse i pisanja o ženskom krugu. To je nešto duboko uvezano u naše biće i to s dobrim razlogom. Žene se tisućljećima okupljaju, dijele znanja, iskustva i podršku. Stvaraju prijateljstva, povjerenje i siguran prostor. Prostor za rast, za učenje, za rad na sebi, za pomaganje drugima.

U nekim kulturama su ta druženja i krugovi uključivali molitve, pjevanje ili meditacije. Ponekad im je jedina svrha bila razmjena znanja od jednog plemena do drugog. Neke su žene druženja ravnale prema mjesečevim mijenama ili su se organizirala posebna slavlja za posebne prilike unutar ženskog kruga (proslava prve mjesečnice, proslava trudnoće i slavljenje nove majke...). Ono što im je svima zajedničko je da su tvorile zajednicu u kojem su se žene mogle osjećati podržane, a to je nešto što nam svima treba i kronično nedostaje.

Zašto baš krug?

Krug se često proteže kroz simboliku ženstvenosti. A ženski krug se tako naziva iz razloga što u krugu nema hijerarhije. Nitko nije više ili manje bitan. Nitko nije diskriminiran ni prema godinama, poslu, preferencijama i životnim ulogama. Krug predstavlja jednakost svake osobe koja se u njemu nalazi i međusobnu potporu i povezanost koja ga stvara i zatvara. Svačije iskustvo je jednako bitno, svačija odluka jednako prihvaćena i svačije znanje jednako vrednovano. To su temelji ženskog kruga i temelji koje smo s vremenom gubili.

Ti krugovi mogu biti neformalni, u smislu žena koje se nalaze u vašem životu i u njemu igraju bitnu ulogu; žene s kojima razgovarate i tražite savjet ili razgovor. Mogu biti i okupljanja s određenom namjerom (dijeljenje iskustva/znanja, rad na emocijama itd.), a takvi su se tradicijski najčešće održavali jednom mjesečno. S vremenom su se ove tradicije izgubile, pogotovo kako su žene postojale potlačenije i kako su naša prava bila oduzeta.

Sada živimo u vremenu gdje smo postigle zaista mnogo za sebe i svoj spol, iako

imamo još dug put pred sobom, nikako ne smijemo umanjiti sve žrtve koje su žene prije nas napravile niti koliko smo toga kroz godine postigle. No s promjenama naše uloge došao je i set drugih promjena i otežanih okolnosti. U današnjem svijetu je uloga žena jako komplicirana. Očekivanja su nehumana i nerealna, a tereti tih očekivanja često budu previše.

S jedne strane ženu se i dalje gleda kao figuru majke i čuvarica kućanstva. Očekivanja od majčinstva naglo rastu, pogotovu u svijetu "savršenih" majki koje vidimo na TV-u i na društvenim mrežama. Pritisak je sve veći i sve oči su uprte u nas. U isto su vrijeme žene koje se ne odluče na majčinstvo često omalovažavane zbog svoje (posve legitimne i na kraju dana, isključivo privatne) odluke i često ih se opisuje kao sebične ili da nešto s njima nije uredu. Pak s druge strane imamo profesiju, edukaciju i uspjeh. Uz sva ostala očekivanja tu su i karijerna. Žena treba biti ambiciozna (ali ne preambiciozna), uspješna (ali ako je previše uspješna, to je sumnjivo) te naravno visokoobrazovana. Kriteriji se samo povisuju i društvena očekivanja samo rastu.

Zbog toga (a i drugih razloga, kompliciranijih i težih), od malena smo učene određenom ponašanju, kao i suptilnom "natjecateljskom duhu" i kompetitivnosti usmjerenoj prema drugim ženama, koje s vremenom znaju postati i toksične. Kako se tome oduprijeti? Kako promijeniti ploču i kako pronaći ravnotežu i sustav podrške koji ima veliku vrijednost za sve nas? Ženskim krugom. Podržavanjem jedna druge i radu na sebi da promijenimo percepciju (o drugim ženama, a i o sebi).

Istraživanja ukazuju na to da žene često pate od problema kao što su anksioznost i depresija te da češće ukazuju na duboki osjećaj usamljenosti. Baš zato nije ni čudo da ispitivanja pokazuju da potrebe za ženskim krugovima jako rastu zadnjih godina, što je potvrdila studija iz 2017. "Women's Circles and the Rise of the New Feminine - Centre of Research on Culture and Gender at Ghent University".

Ženski krugovi se u svojoj suštini protive onom izrazu kojeg često čujemo "žena je ženi vuk", nego se upravo zasnivaju na tome da je žena ženi podrška. Većina nas je na neki način "programirana" od malih nogu da druge žene gledamo kao na konkurenciju, dramu ili da im jednostavno ne možemo vjerovati. Mogu ovo potvrditi iz prve ruke. U mladosti sam se držala van ženskih društava jer "nije to za mene", "ja sam drugačija od drugih cura", "nemam snage za dramu" i ostale toksične izreke koje smo naučene ponavljati kao papige. Uvijek bih imala možda dvije ženske prijateljice i to bi bilo to, jednostavno sam si zacrtala u glavi da ženski krugovi nisu za mene. Mislila sam da sam na taj način posebna, da se izdvajam, no zapravo nisam bila svjesna čega se odričem.

Tek sam u trudnoći shvatila važnost ženskog znanja, društva, razmjene iskustava i razumijevanja. Sjećam se da sam u babinju gledala te divne žene oko sebe koje su mi pomagale; moja majka, svekrva, doula, moje sestre, muževa sestra, moje prijateljice...

Tada sam se prvi put u životu osjećala zaista okruženom i to mi je žensko društvo i podrška prijala. Kasnije sam sve više imala doticaja sa ženskim krugovima, što kroz majčinstvo, što kroz doula obuke, produblјivanje već postojećih prijateljstava kao i stvaranja novih (iz kojeg je divnog prijateljstva i nastao ovaj projekt). Važnost ženskog kruga je nešto što sam osjetila u dubini sebe kao osobe, i što negujem svaki dan.

"Kada se nalazimo u okruženju gdje nismo u natjecanju jedne s drugima, naše tijelo dobiva hormonalne signale da smo sigurne", kaže Sarah Waxman, začetnica "At the Well" wellnesa i organizatorica ženskih krugova

Je li doista žena ženi vuk?

Ovu rečenicu smo sve mi čule odrastajući, a i sada je često koristimo. Većina nas je osjetila na svojoj koži neku bol koju smo mogle opisati ovom rečenicom. No rečenica je stvorena kako bi među nama učinila veći razdor i u svojoj suštini širi iznimno negativnu poruku. Ono što bih ja voljela jest promijeniti način na koji gledamo na ovu rečenicu, a možda joj čak i posve promijeniti značenje.

Koliko znate o vukovima?

Reći ću vam samo par zanimljivih stvari o njima. Vukovi su iznimno inteligentni i jako snalažljivi. Zbog svoje "divlje crte" i to što su "teško ukrotivi", došli su na glas kao opasne životinje. U svojoj prirodi su iznimno vjerni i poprilično požrtvovalni. Žive u čoporima i jako su obiteljski orijentirani s izražajnim majčinskim instinktom i mladunčad odgaja i čuva cijeli čopor, pomažući majci. Jeste li primijetili neke sličnosti? Ja isto. Takve smo i mi žene. Predivne i snažne, no izrazito krivo predstavljene. Što u društvu, što jedna drugoj, što same sebi.

Zato možda kada kažemo "žena je ženi vuk" trebamo zaista razmisliti o tome i biti "vučice" jedna prema drugoj. Čuvati jedna drugoj leđa, pomagati si i utjeloviti sve najbolje od ovih plemenitih životinja s kojima nas pokušavaju pogrdno uspoređivati. Definitivno preporučam knjigu "Žene koje trče s vukovima" koja se jako blisko i detaljno dotiče ove teme (engleska verzija je meni osobno puno bolja od hrvatskog prijevoda).

Drugi dio slijedi idući tjedan...

Piše: Una Pašić Gregović, doula i edukatorica

Photo: Stoodio Soo

Web: www.una-bridged.com

Instagram: <https://www.instagram.com/una.bridged/>

Powered by:

www.intimina.com

[***https://www.instagram.com/intimina/***](https://www.instagram.com/intimina/)

[***https://hr-hr.facebook.com/IntiminaHrvatska/***](https://hr-hr.facebook.com/IntiminaHrvatska/)