Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

CAROL S. PEARSON

Trezirea eroului interior

Douăsprezece arhetipuri care ne ajută să ne regăsim și să ne transformăm lumea

Traducere din engleză de
Mirela Foghianu

PSIHOLOGIA PENTRU TOȚI
PPT
TREI

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

CUPRINS

Introducere 11
Cum să folosim această carte 30

Partea I
Dansul Eului, Sinelui şi sufletului

1. Etapele călătoriei 47
2. Eul: protejând copilul interior 51
3. Sufletul: Pătrunzând misterele 64
4. Sinele: exprimarea propriei persoane în lume . . 83
5. Dincolo de eroism: dansul 107

Partea a II-a
Pregătirea pentru călătorie

6. Inocentul 121
7. Orfanul 138
8. Războinicul 157
9. Protectorul 180

Partea a III-a
Călătoria — Aducerea în real

10. Căutătorul 203
11. Distrugătorul 224

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

12. Iubitorul 244
13. Creatorul 270

Partea a IV-a
Întoarcerea — A deveni liber

14. Conducătorul 297
15. Magicianul 316
16. Înțeleptul. 347
17. Bufonul 366

Partea a V-a
Onorând diversitatea — transformându-ți lumea

18. De la dualitate la unitate —
un model de viață stadial 387
19. Gen şi dezvoltare umană pe parcursul vieții. . . . 424
20. Gen, diversitate şi transformarea culturii. 452
21. Revendicarea mitului propriei vieți 479

Apendice. Chestionarul Mitului Eroic (Forma E) 493
Mulțumiri 501

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

INTRODUCERE

Unii oameni, zicem, au „suflet". Au iubit, au suferit, au un sens profund al înțelesului vieții. Poate că, cel mai important, ştiu cine sunt.

Alții par să-şi fi pierdut sufletele. Pot avea posesii materiale — casa potrivită, maşina corespunzătoare, slujba adecvată, hainele conforme; ei pot avea chiar o viață familială stabilă şi pot fi religioşi. Însă se simt goi pe dinăuntru. Chiar şi când fac mişcările potrivite, este o mişcare fără sens.

Alți oameni iubesc şi suferă şi simt intens viața; însă nu reuşesc să îşi organizeze viețile. Par să nu găsească munca sau relațiile personale care să îi satisfacă în mod autentic, astfel încât se simt mereu constrânşi. Deşi pot fi conectați la sufletele lor, se simt rupți de lume.

Cei mai trişti sunt oamenii care nu învață niciodată să îşi urmeze drumul în lume sau cum să fie fideli propriilor suflete. Viețile lor sunt goale şi nesatisfăcătoare — şi totuşi nu e necesar să fie aşa: practic, toți suntem capabili să descoperim un înțeles şi un scop în viețile noastre şi în viața comunității umane.

Găsim un model de a învăța cum să trăim în poveştile despre eroism. Căutarea eroică implică a-ți spune da ție

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

însuți și, în acest fel, a deveni mai plin de viață și mai eficient în lume. Aceasta, deoarece drumul eroului implică, în primul rând, realizarea unei călătorii pentru a descoperi comoara adevăratului tău sine și apoi întoarcerea acasă, pentru a-ți oferi darul și a ajuta astfel la transformarea regatului — și, în acest proces, la transformarea propriei vieți. Căutarea în sine este plină de pericole și capcane, însă acordă recompense mari: capacitatea de a fi plin de succes în lume, cunoașterea misterelor sufletului uman, șansa de a-ți găsi și exprima în lume propriile daruri și de a trăi într-o comuniune iubitoare cu alți oameni.

Trezirea eroului interior se adresează oamenilor aflați în oricare stadiu al drumului vieții: este chemarea la aventură pentru aceia care doar tatonează terenul sau care își încep călătoria; asigură susținere călătorilor care se află de mult timp pe drum; și este un instrument pentru oamenii care sunt deja departe în călătoriile lor, care caută modalități de a împărtăși și duce mai departe ceea ce au învățat. Fiecare drum este unic și fiecare explorator trasează o nouă cale. Este însă infinit mai simplu să-ți urmezi drumul dacă ai cel puțin o cunoaștere sumară a experiențelor celor care au mai fost pe acolo. Atunci când învățăm despre multiplele căi eroice care ne sunt disponibile, înțelegem că este loc pentru ca noi toți să fim eroi, în stilul nostru propriu.

Drumul eroului implică, în primul rând, realizarea unei călătorii pentru a descoperi comoara adevăratului tău sine.

*

Poveștile despre eroi sunt profunde și eterne. Ne leagă dorurile, suferința și pasiunile noastre, de cele ale înaintașilor noștri, în asemenea fel încât învățăm ceva despre esența a ceea ce înseamnă să fii uman. De asemenea, ne învață și cum suntem conectați marilor cicluri ale lumilor

Libris.RO

naturale şi spirituale. Miturile care pot acorda semnificaţie vieţilor noastre sunt profund primitive şi arhetipale şi ne pot stârni teroare în inimi, dar ne pot şi elibera de vieţile neautentice, făcându-ne reali. Dacă evităm ceea ce T.S. Eliot numea această „teroare primitivă" din miezul vieţii, pierdem conexiunea cu intensitatea şi misterul vieţii. Descoperirea conexiunii noastre cu asemenea modele eterne asigură înţeles şi semnificaţie chiar şi în momentele cele mai dureroase sau alienate, şi în acest fel redă vieţii noblețea.

Paradoxul vieţii moderne este că, în acelaşi timp în care trăim în moduri în care nu am făcut-o până acum şi de aceea reconstruindu-ne zilnic lumea, acţiunile noastre se simt deseori dezrădăcinate şi goale. Pentru a depăşi această stare, trebuie să ne simţim înrădăcinaţi simultan în istorie şi eternitate.

Acesta este motivul pentru care mitul eroului este atât de important în lumea contemporană. Este un mit atemporal, care ne conectează cu popoarele din toate timpurile şi locurile. Este despre a ne arunca fără frică de pe marginea cunoscutului, ca să ne confruntăm cu necunoscutul şi a avea încredere că, atunci când va veni timpul, vom avea tot ce ne trebuie ca să ne înfruntăm dragonii, să ne descoperim comorile şi să ne întoarcem pentru a transforma regatul. Este şi despre a învăţa să fim sinceri cu noi înşine şi a trăi în comuniune responsabilă unii cu ceilalţi.

„Am avut experienţa, dar ne-a lipsit sensul." — T.S. Elliot

În mitul clasic, sănătatea împărăţiei o reflecta pe cea a Regelui sau a Reginei. Atunci când Conducătorul era rănit, regatul devenea un tărâm pustiit. Pentru vindecarea regatului, era necesar un erou care să pornească într-o căutare, să găsească un obiect sacru şi să se întoarcă să vindece sau să înlocuiască Conducătorul. Lumea noastră reflectă multe dintre simptomele clasice

Libris.RO

ale unui regat devastat: foamete, distrugeri ale mediului ambiant, incertitudine economică, nedreptate fără margini, disperare şi alienare personală şi ameninţare cu războiul şi anihilarea. „Regatele" noastre reflectă starea sufletelor noastre colective, nu doar pe cea a liderilor noştri. Acestea sunt timpuri ale istoriei umanităţii în care este mare nevoie de eroism. Asemenea eroilor din vechime, ajutăm la restaurarea vieţii, a sănătăţii şi fecundităţii regatului, ca beneficiu colateral al plecării în călătoriile personale, al descoperirii destinelor noastre şi oferirii darurilor noastre unice. Este ca şi cum lumea ar fi un puzzle uriaş şi fiecare dintre noi, cei care pornim în expediţie, ne întoarcem cu câte o piesă. În mod colectiv, pe măsură ce contribuim la partea noastră, transformăm regatul.

Metamorfoza regatului depinde de fiecare dintre noi. Înţelegerea acestui fapt ne ajută să trecem dincolo de atitudinea de tip competitiv, spre o responsabilizare a noastră şi a celorlalţi. Dacă unii oameni „pierd" şi nu îşi aduc contribuţia potenţială, pierdem toţi. Dacă ne lipseşte curajul de a pleca în călătoria personală, creăm un gol în locul unde ar fi trebuit să fie piesa noastră de puzzle, în detrimentul colectiv, ca şi în al nostru, individual.

CĂLĂTORIA

Eroismul este nu doar despre descoperirea unui nou adevăr, ci şi despre a avea curajul de a acţiona conform acelei viziuni. Acesta este motivul, la modul cel mai practic, pentru care eroilor le sunt necesare curajul şi grija, asociate cu o puternică dezvoltare a Eului şi o viziune şi claritate a minţii şi spiritului, care vin din faptul de a fi

Libris.RO cărți

pornit pe drumul sufletelor lor, câştigând comorile propriilor individualități.

Majoritatea oamenilor ştiu că eroii omoară dragoni, salvează domnițe (sau alte victime) în nevoie, descoperă şi aduc înapoi comori. La încheierea călătoriei, deseori se căsătoresc. Au ajuns la un „final fericit" al drumului, în care „noul lor adevăr înnoitor" se manifestă în viața pe care o trăiesc — în comunitate cu familia lor nouă şi cu alți oameni. Acest nou adevăr pe care îl aduc înapoi le înnoieşte viețile personale, precum şi pe cele ale propriilor regate, afectând, astfel, pe oricine ia contact cu ei.

Acest model mitic este adevărat pentru călătoriile noastre, deşi sfârşitul fericit este în mod obişnuit trăit o perioadă scurtă de timp. Odată ce ne întoarcem dintr-o călătorie şi intrăm într-o altă etapă a vieții, suntem imediat propulsați într-o nouă expediție; modelul nu este liniar sau circular, ci în spirală. De fapt niciodată nu ne oprim din drum, însă avem parte de evenimente semnificative atunci când lucrurile se pun de acord ca rezultat al noii realități întâlnite. Şi de fiecare dată când începem călătoria, o facem la un alt nivel şi ne întoarcem cu o nouă comoară şi cu abilități de transformare nou-dobândite.

CE NECESITĂ CĂLĂTORIA

Atunci când suntem de părere că expedițiile noastre nu sunt importante şi eşuăm în confruntarea cu dragonii noştri şi în căutarea comorilor noastre, ne simțim goi pe interior şi lăsăm un vid care ne afectează pe toți. Psihologii lumii moderne nivelatoare au un nume pentru cazul rar al cuiva cu „deliruri de grandoare", însă nu au nici măcar o categorie pentru cea mai răspândită maladie: delirul lipsei de importanță. Deşi este adevărat că nu există un om mai important decât celălalt, fiecare

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

dintre noi are câte un dar important de oferit — unul pe care nu îl putem dărui dacă nu reuşim să pornim în călătorie.

Această carte este construită pentru a vă ajuta, pe tine şi pe ceilalți, să vă înțelegeți importanța şi potențialul eroism. Poate că cel mai mult, oferă potențialul de a lăsa în urmă înțelesul restrâns al posibilităților şi de a alege trăirea unei vieți ample. Mulți dintre noi încearcă să obțină o viață semnificativă prin însumarea posesiunilor materiale sau a realizărilor, proprietăților sau experiențelor, dar acest model nu funcționează niciodată. Putem avea vieți semnificative numai dacă suntem doritori de a ne extinde pe noi înşine şi, în acest proces, renunțăm la iluzia lipsei de putere şi preluăm responsabilitatea propriilor vieți.

Pornirea în expediție presupune depăşirea iluziei insignifianței personale.

Există o profundă lipsă de respect pentru ființele umane, în viața modernă. Lumea afacerilor ne încurajează să gândim despre noi în termeni de capital uman. Reclamele apelează la temerile şi insecuritățile noastre, încercând să ne facă să cumpărăm produse de care nu avem nevoie. Prea multe instituții religioase îi învață pe oameni să fie buni, însă nu îi ajută să se cunoască mai bine. Prea mulți psihologi consideră că rolul lor este de a-i ajuta pe oameni să învețe să se acomodeze la ceea ce este, nu să pornească în călătorii, pentru a afla ce ar putea fi. Prea multe instituții educaționale îi învață pe oameni să fie rotițe ale maşinii economice, mai degrabă decât să îi educe despre cum este să fii pe deplin uman.

Practic, suntem văzuți ca produse sau mărfuri, fie pentru a fi vânduți celui mai mare ofertant sau pentru a fi îmbunătățiți, astfel încât să devenim mai valoroşi. Niciuna dintre perspective nu respectă sufletul sau mintea umană, exceptând folosirea ei ca instrument de

libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

achiziție. Drept urmare, oamenii sunt din ce în ce mai lipsiți de respect față de ei înşişi. Mult prea mulți căutăm să umplem golul cu mâncare, băutură, droguri sau activități obsesive şi frenetice. Ritmul deplâns mereu al vieții moderne nu este inevitabil — este doar un înveliş pentru vidul ei. Dacă suntem în mişcare creăm iluzia sensului.

Suntem descurajați mai mult sau mai puțin subtil să căutăm propriile potire şi să ne descoperim unicitatea, de o presiune continuă de a ne „ridica" la standardele preexistente. Evident, atunci când încercăm să ne potrivim, mai degrabă decât de să ne descoperim, este puțin probabil să descoperim vreodată şi să ne împărtăşim darurile unice. În loc să descoperim cine suntem, suntem îngrijorați că nu am fi suficient de atrăgători, deştepți, frumoşi, morali, sănătoşi, muncitori sau de succes.

Privim în exterior pentru ca alții să ne spună dacă ne-am ridicat la o anumită versiune a perfecțiunii. Câți dintre noi aspiră la fața şi trupul perfecte, de star de cinema, la mintea laureatului premiului Nobel, la bunătatea sau claritatea mentală a unei mari ființe iluminate (Hristos, de exemplu), la succesul financiar al unui miliardar? Nu este nicio surpriză că mulți dintre noi îşi petrec viețile alternând lupta cu agitația, din cauza incapacității de a se ridica la standardele impuse.

Câtă vreme urmăm acest proces, nu ne vom descoperi niciodată. În schimb, vom deveni consumatori complianți, plătindu-le celor care pretind că ne pot ajuta să ne depăşim urâțenia, păcatul, boala şi sărăcia. Şi în timpul acestui proces, îi vom menține la fel de blocați cum suntem şi noi — căutând ceva superior nouă, mai degrabă decât căutând ceea ce este autentic în noi şi al nostru.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

Chemarea inițială la aventură poate fi datorată dorinței de a obține o imagine a perfecțiunii. În cele din urmă totuşi trebuie să renunțăm la orice ideal predeterminat care ne ține captivi şi să ne dăm voie să pornim în călătoria noastră unică. Călătoria eroului nu este alt proiect de perfecționare personală. Este un ajutor în descoperirea şi onorarea a ceea ce este cu adevărat autentic în tine.

Cunoaşterea faptului că eşti erou înseamnă că nu eşti defect. Ai mintea corespunzătoare. Ai corpul potrivit. Ai instinctele corecte. Problema este nu să devii altcineva, ci să descoperi scopul tău. Înseamnă să îți pui nişte întrebări: Ce vreau să fac? Ce vrea mintea mea să învețe? Cum vrea corpul meu să se mişte? Ce iubeşte inima mea? Chiar şi dificultățile şi patologiile pot fi considerate „chemări din partea zeilor" către un stadiu anterior negat sau evitat al drumului personal. Deci, te-ai putea întreba: „Ce mă ajută să învăț, această problemă sau boală, care să îmi folosească în călătorie?"[1]

Recompensele descoperirii de sine sunt importante. Atunci când ne regăsim, totul pare să se aşeze. Ne vedem frumusețea, inteligența şi bunătatea. Le folosim în mod productiv, aşa încât să avem succes. Nu mai suntem atât de prinşi în capcana dovedirii de sine, aşa că ne relaxăm, putem iubi şi putem fi iubiți. Avem tot ce e nevoie pentru a ne revendica întreaga umanitate, întregul eroism.

Oricine porneşte în călătorie este deja erou.

---

1 Ideea lui James Hillman este că toate „patologiile" noastre sunt chemări ale zeilor — incluzând toate afecțiunile mentale şi emoționale. Pentru informații suplimentare cu privire la acest punct-cheie, vedeți *Re-Visioning Psychology* (New York: Harper & Row, 1975), pp. 57–112, care este un text clasic postjungian de psihologie arhetipală. Am extins conceptul pentru a include probleme de toate tipurile, nu doar patologii per se.

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

ARHETIPURILE – CĂLĂUZELE NOASTRE INTERIOARE

În călătoria noastră suntem secondați de ghizi interiori sau arhetipuri, fiecare exemplificând un mod de a fi de-a lungul drumului. *Trezirea eroului interior* explorează douăsprezece astfel de călăuze interioare: Inocentul, Orfanul, Luptătorul, Protectorul, Căutătorul, Distrugătorul, Iubitorul, Creatorul, Conducătorul, Magicianul, Înțeleptul şi Bufonul. Fiecare ne învață câte o lecție şi fiecare guvernează câte un stadiu al drumului nostru.

Călăuzele interioare sunt arhetipuri care au fost împreună cu noi încă de la începuturile timpului. Le vedem reflectate în imagini recurente în artă, literatură, mituri, religie; ştim că sunt arhetipale pentru că se găsesc peste tot, în toate timpurile şi locurile.

Datorită faptului că sunt cu adevărat arhetipale, deci există ca energie în interiorul vieții psihice inconştiente a oamenilor de peste tot, călăuzele există în interiorul, dar şi în exteriorul sufletului uman. Ele locuiesc în noi, dar, mai important, noi locuim în ele. De aceea putem să le descoperim mergând spre interior (spre visele, fantasmele noastre, deseori chiar spre acțiunile personale) sau deplasându-ne spre exterior (spre mituri, legende, artă, literatură şi religie şi, asemenea culturilor păgâne, spre constelațiile cerului şi păsările şi animalele pământului). În acest fel, ele asigură imagini ale eroului, atât în interiorul nostru, precum şi în afara noastră.

Fiecare dintre noi experimentează arhetipurile în conformitate cu propria perspectivă. Am descoperit cel puțin cinci moduri diferite de a explica ce este un arhetip:

1. Căutătorii spirituali pot considera arhetipurile ca fiind zei şi zeițe codificate în inconştientul colectiv, pe care le disprețuim pe propriul risc.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

2. Teoreticienii sau alți raționaliști, care sunt tipic suspicioși cu privire la orice sună mistic, pot considera arhetipurile ca fiind paradigme sau metafore guvernatoare, tipare invizibile ale minții, care controlează modul cum experimentăm lumea.

3. Oamenii de știință pot considera arhetipurile ca fiind similare hologramelor, procesul de identificare al lor fiind similar altor procese științifice. Având în vedere că arhetipurile sunt atât în interiorul nostru, cât și dincolo de noi (de aceea existând eroi în interior și în exterior), o întreagă holograma este conținută în oricare dintre părțile ei. Știința modernă a verificat, de fapt, vechiul paralelism spiritual al microcosmosului cu macrocosmosul, determinând felul în care acționează cu adevărat o holografie. Prin urmare, și psihologia ca știință determină deseori ce este adevărat în mintea umană individuală, privind creațiile omenirii.

Fizicienii află despre cele mai mici particule subatomice, studiind urmele lăsate de ele; psihologii și alți cercetători studiază arhetipurile examinându-le prezența în artă, literatură, mit și vis. Carl Jung a recunoscut că imaginile arhetipale care apăreau repetitiv în visele pacienților săi puteau fi găsite și în mituri, legende și în arta oamenilor din vechime, precum și în literatura, religia și arta contemporane. Știm că sunt arhetipale, pentru că lasă urme identice sau similare, în timp și spațiu.

4. Oamenii dedicați unor poziții religioase care pun accentul pe un singur Dumnezeu (și care se îngrijorează cu privire la politeismul inerent oricărei discuții despre zei și zeițe) pot deosebi adevărul spiritual al monoteismului de adevărul psihologic pluralist al arhetipurilor. Dumnezeul la care ne referim atunci când vorbim de un Dumnezeu unic este dincolo de

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

capacitatea umană de imaginare şi numire. Arhetipurile sunt ca nişte faţete diferite ale acelui Dumnezeu, accesibile capacităţii psihicului de a-şi imagina realitatea numinoasă. În tot cazul, unele persoane au devenit atât de devotate unei viziuni monoteiste, încât şi-au restrâns concepţia despre Dumnezeu, astfel încât să fie potrivită unei singure imagini arhetipale. De exemplu, şi-l pot imagina pe Dumnezeu ca fiind un bătrân cu o lungă barbă albă. Asemenea oameni s-au închis, într-un mod inadecvat, faţă de un sens al misterului numinos, care este mai profund decât poate exprima orice imagine unică.

Chiar şi în creştinismul timpuriu monoteist a fost necesară conceptualizarea unei Trinităţi pentru a descoperi un mod adecvat de a exprima adevărul despre Dumnezeu, iar mulţi teologi moderni adaugă imagini ale laturii feminine a lui Dumnezeu panteonului mai tradiţional patriarhal, al Dumnezeului Tatăl, Dumnezeului Fiul şi Dumnezeului Sfântul Duh. Budismul postulează existenţa unei zeităţi supreme, divizibilă în 40, 400 şi 4 000 de faţete sau aspecte a acelei unice divinităţi, fiecare având propriul nume şi propria poveste. Astfel, arhetipurile ne ajută să ne conectăm cu eternitatea; ele fac marile mistere mai accesibile, asigurând minţilor noastre multiple imagini la care să reflecteze.

5. În cele din urmă, persoanele care sunt interesate de creşterea şi dezvoltarea umană pot înţelege arhetipurile ca ghizi ai călătoriilor noastre. Fiecare arhetip care intră în viaţa noastră aduce cu sine câte o sarcină, o lecţie şi, în cele din urmă, un dar. Toate arhetipurile, împreună, ne învaţă cum să trăim. Şi cea mai bună parte este că arhetipurile rezidă în fiecare dintre noi. Asta înseamnă că fiecare avem acest potenţial uman complet în interiorul nostru.