

Aleksandra Młynarczyk-Gemza

W stronę integracji *cienia*
Kobiocy foto-rytuał

UNIVERSITAS

Aleksandra Młynarczyk-Gemza

W stronę integracji *cienia*
Kobiocy foto-rytuał

Kraków

Bardzo dziękuję wszystkim osobom, które zechciały wziąć udział w tym projekcie i przyczyniły się do jego urzeczywistnienia, a przede wszystkim Ani, Dagmarze, Ewangelinie, Jagodzie, Kasi, Laurze, Monice, Teresie, Weronice, Wiktorii oraz tym, które wolą pozostać anonimowe.

**Publikacja dofinansowana przez Uniwersytet Pedagogiczny
im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie**

© Copyright by Aleksandra Młynarczyk-Gemza
and Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych
UNIVERSITAS, Kraków 2021

ISBN 978-83-242-3787-6
e-ISBN 978-83-242-6593-0
TAIWPN UNIVERSITAS

Opracowanie redakcyjne
Pe eŁ

Opracowanie graficzne i projekt okładki
Iwona Jarosz

www.universitas.com.pl

Spis treści

Od autorki 7

Słowo wstępu 8

1. Co znaczy dla Ciebie *kobiecość*? 9

2. Czym jest lub był dla Ciebie cykl menstruacyjny?
Jak go odczuwasz lub odczuwałaś? 13

3. Jak się czujesz z tym, że masz piersi? 17

4. Opisz najbardziej satysfakcjonujący orgazm.
(Jeśli nie doświadczasz orgazmu, napisz, jak sobie taki wyobrażasz?) 19

5. Co w swoim ciele najbardziej lubisz lub czego najbardziej nie lubisz? 23

6. Jaka jest Twoja vagina? Jakie nadałabyś jej imię? 27

7. Czy jest coś, co zmieniłabyś w swojej twarzy? 29

8. Jak scharakteryzowałabyś swoje libido? 33

9. Co dla Ciebie znaczy wyrażenie *łono matki*? 37

10. W starożytnych kulturach wierzono w mistyczny związek Kobiety
z Księżycem. Czy Ty odczuwasz więź z Księżycem? 40

11. Czy obserwujesz, jak zmieniasz się z upływem czasu? 43

12. Czym dla Ciebie jest *uroda*? 47

13. Jak odczuwasz apetyt i przemianę materii? 50

Przypisy 155



Od autorki

Przestańmy zatem obwiniać same siebie, przestańmy uciekać i przepraszać i raz na zawsze zacznijmy się zadowalać. Pod panowaniem mitu „piękna” kobieta wcale nie wygrywa. Nie ma wygranych. Kobieta, która jest poddawana nieustannej konieczności przypochlebiania się obcym, jest tak samo daleka od zwycięstwa, jak kobieta, która odmawia sobie uwagi. (...) Nie wygrasz, walcząc o to, by przebić się na szczyt systemu kastowego, wygrasz, odmawiając bycia w sidłach jakiegokolwiek kasty. Wygrywa ta, która powie o sobie samej, że jest piękna, i podejmie wyzwanie zmiany świata, by ten mógł naprawdę ją zobaczyć.

Naomi Wolf¹

Do pomysłu artbooka i jego tytułu zainspirowały mnie pojęcia *cienia* oraz *konfrontacji z cieniem* pochodzące z koncepcji indywiduacji autorstwa Carla Gustava Junga. Posłużyły mi one jako metafory spotkania z tym, co kobiece, ale w naszej kulturze niechciane, przemilczane, wręcz wyklęte. Żywię głęboką nadzieję, że perspektywa, którą tu proponuję, czyli *oddanie kobietom ich ciała* bez przymusu kwestionowania niektórych jego cech, umożliwi im pełniejsze odczuwanie siebie i zwiększy swobodę ekspresji. Pozwoli też odzyskać prawo do stanowienia swojego wizerunku – odblokuje stłumioną energię.

*Dalsza część książki dostępna w wersji
pełnej.*

