

## Розділ I

# Починаємо: і вчитися чимало, і робити багато

Хочу показати вам типовий приклад того, як жінок програмували в минулому. Це уривок, на який я наткнулася в підручнику з ведення господарства для середньої школи 1950-х років! Так-так, усе це було насправді.

1. *Вчасно готуйте вечерю.* Плануйте заздалегідь, щоб вчасно приготувати смачну їжу. Це спосіб показати чоловікові, що ви подумали про нього й переймаєтеся його потребами. Більшість чоловіків повертаються додому голодними в очікуванні смачної їжі й теплового привітання.

2. *Підготуйтеся самі.* Виділіть 15 хвилин на відпочинок, щоб мати свіжий вигляд, коли чоловік увійде в дім. Підфарбуйтеся, прикрасьте волосся стрічкою, потурбуйтеся про те, щоб гарно виглядати. Чоловік щойно був у натовпі

натруджених людей. Будьте трохи веселішою і трохи цікавішою. Йому потрібне натхнення після нудного дня.

3. *Приберіть безлад.* Ще раз, востаннє, пройдіться головними кімнатами будинку просто перед появою вашого чоловіка, збираючи підручники, іграшки, папір тощо. Потім обмахніть столи ганчіркою від пилу. Ваш чоловік відчує, що дістався раю, де панують лад та спокій, і також надихатиме вас!

4. *Підготуйте дітей.* Виділіть кілька хвилин, щоб вимити руки й обличчя дітей (якщо вони маленькі), зачешіть їм волосся та, за потреби, переодягніть. Вони — маленькі коштовності, і чоловік хотів би бачити, як діти грають цю роль.

5. *Якнайменше шуму.* Коли чоловік з'явиться, вимкніть усе, що шумить: пральну й посудомийну машини, сушарку, пилосос. Переконайте дітей поводитися тихо. Радійте чоловіку. Привітайте його теплою усмішкою й випромінюйте радість.

6. *Чого робити не треба:* не зустрічайте його проблемами чи скаргами. Не нарікайте, якщо він запізнюється на вечерю. Вважайте це дрібницею порівняно з тим, що йому, можливо, довелося сьогодні пережити. Забезпечте його

затишком. Нехай чоловік сяде, відкинувшись у зручному кріслі, або запропонуйте йому лягти в спальні. Приготуйте для нього прохолодний або теплий напій. Підготуйте подушку й запропонуйте зняти взуття. Говоріть тихим, м'яким, заспокійливим і ласкавим голосом. Дайте йому розслабитися й скинути напруження.

7. *Слухайте його*: у вас є десяток речей, щоб розповісти йому, але мить його появи — не час для цього. Нехай спершу говорить він.

8. *Віддайте вечір йому*: ніколи не нарікайте, якщо чоловік не запрошує вас на вечерю чи на інші розваги. Натомість спробуйте зрозуміти його світ напруження й тиску, його потребу розслабитися та скинути напругу.

Ні в чому з того, що написано вище, немає нічого поганого, ЯКЩО саме це ви хочете робити. Але зрозумійте: майже всіх молодих жінок у ті часи програмували геть не зважати на себе й догоджати своїм чоловікам. Так мала поводитися «хороша жінка». Це чудово для чоловіків і не так уже добре для жінок. Ми, жінки сьогодні, — це ті, хто мають переосмислити своє життя. Ми можемо заново відкрити себе, навчитися ставити під сумнів усе, навіть те, що здається цілком звичним: готування їжі,

прибирання, догляд дітей, виконання доручень, водіння машини. Усе те, що ми так довго робили автоматично, потрібно переглянути. Чи хочемо ми прожити решту свого життя так, як жили досі, щоб лише якісь дрібниці зникали з плином часу?

Підвищувати цінність жінок не означає знецінювати чоловіків. Демонізація чоловіків — це так само жахливо, як і утиски жінок. Нам не слід до цього доходити. Така поведінка заводить нас усіх у глухий кут, а, як на мене, ми вже достатньо пробули в глухому куті. Звинувачення себе, чоловіків чи суспільства в усіх негараздах у нашому житті анітрохи не допомагає виправити ситуацію й лише знесилює нас. Звинувачення — це завжди безсилий вчинок. Найкраще, що ми можемо зробити для чоловіків у нашому світі, — припинити бути жертвами та привести до ладу власне життя. Усі поважають того, хто має повагу до самого себе.

Я співпереживаю чоловікам через труднощі, які їм доводиться долати. Вони теж застрягли у своїх ролях, несуть величезні тягарі й перебувають під страшенним тиском. З дитинства маленьких хлопчиків навчають не плакати й не висловлювати емоцій. Їх вчать стримувати

почуття. На мою думку, це форма жорстокого поводження з дітьми й знуцання. Не дивно, що дорослі чоловіки виражають стільки гніву. До того ж більшість чоловіків потерпає через відсутність гарних стосунків із батьками. Якщо хочете побачити, як чоловік плаче, запропонуйте йому в якомусь безпечному місці поговорити про його батька. Зазвичай виникає стільки смутку, коли чоловіки говорять про все невисловлене і про те, як вони хочуть, щоб їхнє дитинство було інакшим, як хотіли почути від своїх батьків слова любові й підтримки.

Жінкам промивали мізки, переконуючи: щоб бути «хорошими», нам потрібно ставити потреби всіх інших вище, ніж власні потреби. Багато з нас проживали життя, виконуючи вимоги, яким ми *маємо* відповідати, а не будучи тими, ким ми є насправді. Так багато жінок живуть у глибокій образі, бо відчувають, що «мусять надавати послуги» іншим, бо такий їхній обов'язок. Недарма стільки жінок виснажені. Матері, що працюють, зазвичай мають дві роботи на повний день: одну — в офісі, та іншу, яка починається після повернення додому, — турботи про сім'ю. Самопожертва вбиває того, хто жертвує.

Нам не потрібно хворіти, щоб трохи відпочити. Я думаю, що багато хвороб у жінок — це

спосіб отримати час для дозвілля. Це єдине виправдання, завдяки якому багато жінок можуть дозволити собі відпочинок. Їм треба просто злягти, лише тоді вони скажуть «ні».

Нам, жінкам, потрібно знати — справді знати — що ми не є громадянами другого класу. Це міф, увічнений певними верствами суспільства, і це нісенітниця! Душа не може займати нижче становище; вона не має статі. Ми повинні навчитися цінувати власне життя та власні здібності настільки, наскільки нас навчали цінувати інших. Я знаю, що коли феміністичний рух щойно зародився, жінки були такі розлючені через несправедливість, яка тиснула на них, що звинувачували чоловіків у всьому. На той час це було гаразд. Жінкам потрібно було випустити свій відчай — протягом певного часу — наче терапія. Якщо ви підете до психотерапевта, щоб пропрацювати дитячі образи, то вам потрібно висловити всі ці почуття, перш ніж ви зможете зцілитися.

Однак коли нам дають час, щоб висловити ці почуття, то маятник повертається ближче до точки рівноваги. Саме це зараз відбувається з жінками. Настав час відпустити гнів і звинувачення, відчуття, що ми — жертви й безсилля. Сьогодні настав час для нас, жінок, визнати

і проголосити власну силу. Зараз саме час нам узяти в руки власні думки й почати створювати світ рівності, якого ми прагнемо.

Коли ми, жінки, навчимося позитивно піклуватися про себе, мати самоповагу й самоцінність, тоді життя всіх людей, зокрема й чоловіків, здійснить квантовий стрибок у правильному напрямку. Між статями запанують повага і любов, і чоловіки й жінки шануватимуть одне одного. Ми дізнаємось, що є вдосталь усього для всіх і що ми можемо дарувати одне одному щастя та розквіт. Я вірю, що ми можемо створити світ, де буде безпечно любити одне одного, де ми зможемо бути щасливими й цілісними.

Упродовж тривалого часу ми, жінки, хотіли мати більше влади над власним життям. Тепер у нас є шлях до можливостей бути всім, чим ми можемо бути. Так, усе ще існує нерівність у можливостях для заробітку та в юридичних правах чоловіків і жінок. Нам усе ще доводиться задовольнятися тим, що можемо отримати в судах загального права. Закони писані для чоловіків. У судах говорять про те, що зробив би розсудливий чоловік, навіть коли розглядають справи про зґвалтування!

Я хотіла б порадити жінкам розпочати масову кампанію для переписання законів, аби чо-

ловіки й жінки стали рівними перед ними. Ми, жінки, маємо величезну колективну силу, коли опиняємося перед проблемою. Нам потрібно пригадати про цю колективну силу. Сукупна енергія жінок, об'єднаних спільною справою, може бути приголомшливою. Сімдесят п'ять років тому жінки влаштовували кампанії за своє право голосувати на виборах. Сьогодні ми можемо балотуватися на керівні посади.

Я закликаю жінок балотуватися на політичні посади. Політика — це місце саме для нас, необмежене поле для діяльності. Там немає жодних обмежень корпоративного світу. Якщо ми хочемо переформувати наші закони й уряди так, щоб вони підтримували жінок на рівних із чоловіками, то ми маємо входити в ці царини. Ми можемо починати з найнижчого рівня в широких масах. Нам не потрібно навчатися все життя, щоб увійти в політику. Політична кар'єра — це місце сили для жінок.

Ви знали, що в 1935 році Елеонора Рузвельт протягла через Конгрес проект закону, згідно з яким у кожному новому збудованому будинку має бути ванна кімната? Багато хто з чоловіків-членів Конгресу заперечували, мовляв: «Як ми зможемо розрізняти багатих і бідних, якщо в усіх буде ванна кімната?!» Сьогодні



ванни вдома здаються нам чимось таким очевидним, що ми їй не підозрюємо, що за це жінка при владі боролася з конгресом. Коли жінки збираються разом, ми можемо звертати гори й робити світ кращим місцем для життя.

Ми пройшли довгий шлях, і не варто про це забувати. За колоніальних часів чоловік був беззаперечним правителем домогосподарства, і за будь-яку непокірність дружини, дитини чи слуги існувала кара — побиття. У 1850-ті роки жодна поважна жінка не могла дозволити собі отримувати задоволення від сексу. Так, ми пройшли чималенький шлях і лише починаємо цю нову фазу нашої еволюції. Нам ще належить багато зробити й багато чого навчитися. Зараз перед жінками відкриті нові горизонти свободи, нам потрібні нові творчі рішення для всіх жінок, зокрема й для тих, хто живе наодинці.