

# MINDEN KRÍZISEK KEZDETE

## ELLE 2020 október. XX. évf.10.

ELLE.HU 71

Nem jöttem rá, hogy az első krízisem krízis volt, csak egy évvel a megtörténte után. A tinédzserkorom vége felé jártam, és utána mintha egy törött lencsén át néztem volna az incidenst. A dolog valósága ott lebegett, de én próbáltam kitérni előle, és a helyébe egy olyan történetet igyekeztem plántálni, amelyet magamnak meséltem be. **Nem volt egy konkrét pillanat, amikor rádöbbsentem az igazságra; inkább csak bekúszott a tudatomba a felismerés, hogy egy évvel korábban megerőszkoltak.** Bizonyos értelemben fel voltam készülve erre az élményre: nem arra, hogy megerőszkolnak, hanem arra, ami utána következett. **Kora kamaszkoromban végig úgy éreztem magam, mintha kívül lennék a saját testemen.** Emlékszem az első pillanatra, amikor ez megtörtént: amikor belenéztem a földig érő tükörbe, észrevettem, hogy a pólóm aljára ragadt egy matrica valamilyen gyümölcsről. Végignéztem magamon, hogy leszedjem, de nem láttam, amikor viszont visszapillantottam a tükörbe, ott volt. A melleim lassan nőttek, de a felismerés, hogy vannak, váratlan volt. Egészen addig sosem jutott eszembe sok figyelmet szentelni a saját testemnek. **De ezután ketten lettünk: én és a test, amelyben laktam.** Ezek a pillanatok egyre sokasodtak, arra trenírozva engem, hogy ne csak a saját, de mások szemével is nézzem magam: egy furcsa férfi mondott valamit, amit nem értettem, miközben a tekintetével letapogatta az újonnan gömbölyödő testem körvonalait; a fiúk az iskolában, akik erősködtek, hogy ha a lányok a hátsó padsorba akarnak ülni a teremben, **annak a jogát azzal kell kiérdemelniük, hogy kigombolják a felső három gombot a blúzokon, amikor a tanár nem figyel.** Évekkel később olvastam John Berger művészettörténész Ways of Seeing című könyvét és abban ezt írja: „**A férfiak nézik a nőket. A nők azt nézik, ahogy nézik őket.**” Elolvastam ezt a sort, és hálát éreztem. Hát ez volt az a **kettős látás!** A testemben lenni, miközben kívül érzem magam rajta. Sokat gondolkodtam ezeken a pillanatokon azt követően, hogy rájöttem, megerőszkoltak. Újrakalibráltam a saját emlékeimet: nemcsak azáltal, hogy felismertem, hogy' amit korábban agresszív, kellemetlen szexnek gondoltam, az erőszak volt, hanem az összes olyan esettel kapcsolatban is, **amikor kettős látásom lett.** Ezek apró momentumok voltak, de összeadódtak. Pubertásukorom óta elkendőztem a valóságot. Néha ez megküzdési stratégia volt, máskor csak egy szorongó reflex, amely azt súgta nekem, hogy a legrosszabbtól féljek. Ezek az egymásra rakódó rétegek nem jelentettek volna akkora problémát, ha nem tartottam volna titokban őket. De kamaszkoromban **nem voltam elég érett ahhoz, hogy**

megküzdjek a saját testemmel. Ráadásul nem is éreztem úgy, hogy az enyém. Nem tudtam, hogy hogyan fejezzek ki olyan érzéseket, amelyeket addig nem éreztem. Valahogy már ismertem a szégyent. Néztem, ahogy szélesedik a csípőm, duzzadnak a melleim, megnyúlik az arcom, és csöndben maradtam. Hol volt ebből a nővé válás varázslata? Azt akartam, hogy a szemeim újra az enyéme legyenek, vissza akartam térni ahhoz, amikor nem nézett senki. Később, miután megerőszakoltak, már ismertem a sablont. Mi a legkönnyebb módja annak, hogy kezeljem az élményt? Hogyan viselkedjek, hogy ne hogy szembesítsem vele a férfit, aki tette? Ott voltam ismét, a saját testemen kívül. Csöndben. Nem arra gondoltam, hogy hogyan segíthetnék magamon, hanem arra, hogy hogyan tehetném könnyebbé a dolgokat a férfi számára, aki megerőszakolt.

Amikor szembenéztem ezzel, sok más dolog is elkezdett értelmet nyerni. Felismertem a narratívákat, amiket magamnak kreáltam; azt, ahogyan gyakran leválasztottam magam a testemről. Rájöttem, hogy azt helyeztem előtérbe, ahogy más emberek az én testemhez viszonyulnak.

Most már könnyebben rájövök, amikor az elmém és a testem megpróbál átverni. A felismerés, hogy megerőszakoltak, maga volt a megoldás. Visszahozott a saját testembe. Amint felismertem, olyan krízissé változott, amelyről már tudtam beszélni.

REBECCAWATSON