

# MÁS- ÁLLAPOT

A várandósság pszichológiája

Joan Raphael-Leff

**LÉLEK**  
kontroll

A várandós nőkben az öröm mellett gyakran kérdések, szorongások, ambivalens érzések is felmerülnek saját állapotukkal és leendő gyermekükhöz fűződő viszonyukkal kapcsolatban.

Ez a könyv azokra a gyakori, de ritkán kimondott kérdésekre ad választ, amelyek a legtöbb leendő szülőt foglalkoztatják: Milyen érzés az anyának, ha a testében valaki más is van rajta kívül? Mit érzel, mit érez a magzat? Mi történik a párkapcsolattal? Milyen szülők leszünk? Hatnak-e az anya érzései és az őt érő stressz a magzatra? Hogyan élnek meg a férfiak az apává válást?

A pszichoanalitikus szerző várandós nőkkel folytatott terápiás tapasztalataira támaszkodva mutatja be a várandósság lelki oldalát, a tudatos és tudattalan folyamatokat, azt, hogy milyen tényezők befolyásolják az anya és a magzat kapcsolatát, valamint hogyan segíthet a pszichoterápia és a kapcsolatanalízis.



Ára: 2990 Ft

ISBN 978 963 9365 92 6



9 789639 365926

Joan Raphael-Leff

---

# MÁSÁLLAPOT

---

A várandósság pszichológiája



HÁTTÉR KIADÓ  
Budapest  
Alapítva 1987-ben

A fordítás az alábbi kiadás alapján készült:  
*Joan Raphael-Leff: Pregnancy. The Inside Story*

© 1993, 2001 Joan Raphael-Leff

First published in 1993 by Sheldon Press, London  
Reprinted in 2001 by H. Karnac (Books) Ltd.

Represented by Cathy Miller Foreign Rights Agency,  
London, England

All rights reserved

Fordította  
HORVÁTH KRISZTINA

Az utószót írta  
MÜLLER ZSÓFIA

Sorozatszerkesztő  
BALOGH FERENCNÉ

Szerkesztette  
PÖDÖR ILONA

A borítót tervezte  
GREGOR LÁSZLÓ

Hungarian translation © Horváth Krisztina, 2010  
© Müller Zsófia, 2010  
© Háttér Kiadó, 2010



ISSN 1217-0364  
ISBN 978 963 9365 92 6

Kiadta a Háttér Kiadó Kft.  
[www.hatterkiado.hu](http://www.hatterkiado.hu)  
[hatterkiado@hatterkiado.hu](mailto:hatterkiado@hatterkiado.hu)  
Felelős kiadó Káli Diána ügyvezető igazgató  
Készült a mondAt Kft. nyomdájában  
[www.mondat.hu](http://www.mondat.hu)  
Felelős vezető Nagy László

# TARTALOM

ELŐSZÓ.....	9
1. fejezet: Megfogant fantáziák.....	19
2. fejezet: Pandóra szelencéje.....	52
3. fejezet: Méhlepény-paradigma.....	91
4. fejezet: Az apaság.....	101
5. fejezet: A különböző szülői beállítódások	119
6. fejezet: Változó kapcsolatok.....	139
7. fejezet: Megfogant valóságok. Az új orvosi technológiák előnyei és hátrányai.....	171
8. fejezet: A szülés.....	200
9. fejezet: Különböző szülői attitűdök: az ösztönző, a szabályozó és a kölcsönös.....	235
10. fejezet: Belső utazás: pre- és perinatális pszichoterápia.....	282
11. fejezet: Terápia a szülői lét korai szakaszában.....	321
EPILOGUS.....	348
FÜGGELÉK: Veszélyeztetettség a várandósság alatt.....	350
FELHASZNÁLT IRODALOM.....	373
UTÓSZÓ – Müller Zsófia.....	382

### PANDÓRA SZELENCÉJE

*És a vég, Pandora? Valóban te  
engeded ki a tüzes kínokat? [...]  
És a vég? Szabadon subognak szárnyaik  
mind a gonosznak, s a jónak, mi rosszra vitt –  
sok tiltott szenvedély hatalma.  
Most már őrizd a ládikát! Hová mennek,  
megtudni nem mered, és nem is sejted,  
a benn rejlő Remény él még, vagy halott.*

Dante Gabriel Rossetti: *Pandora*<sup>3</sup>

A terhes asszony hasának kincsesdobozát ölelve visszatér saját kreatív eredetéhez. Pandóra szelencéjéhez hasonlóan egy várandós anya „ládikájának” kinyitása is nyugvó szenvedélyek feléledésével, belső kétségek kiszabadulásával jár.

#### ***Szomorúságban...***

Sandra, egy szociális munkás, terhességének közepén keres fel súlyos depressziójával. Azt mondja: „Én egy senki vagyok, a baba sokkal fontosabbnak tűnik nálam. Neki mindene van, nekem pedig semmim sincs.” Attól fél, hogy irigyelt gyermeke szörnyeteg lesz, és ő maga

---

<sup>3</sup> Körmendi Ágnes fordítása

– barátok és partner hiányában, akik segíthetnének – órákra magára marad a csecsemővel, és örülten fog viselkedni, utat engedve valami meghatározhatatlan boszorkányosságnak.

Sandra úgy érzi, hogy saját harmonikus gyermekora akkor fordult rosszra, amikor csodált édesapja üzleti ügyei miatt gyakran úton volt. Apja távollétei idején egyetlen gyermekként magányosnak érezte magát szótlán, sürgölődő anyjával, aki határozott elveit saját kevés beszédű, és szintén nagyon házias anyjától örökölte, aki hadiözvegyként hasonlóképpen magára volt utalva.

A beszélgetéseken fokozatosan körvonalazódik, hogy Sandra előző szerelmét gyászolja, aki függetlenítette magát, ezzel hirtelen véget vetve mindenki mást kizáró intim kapcsolatuknak. A férfi keserűséggel telve távozott, noha Sandra éveken keresztül védelmező és bőkezű „anyja” volt. Ennek mintegy utóhatásaként Sandra szinte azonnal teherbe esett, miután jelenlegi partnerével találkozott. A következő hónapok során, miközben a heti egyszeri terápiás üléseket arra használta, hogy előző, tabutémának számító kapcsolatáról beszéljen, sírósága és alvásproblémái enyhülni kezdtek. Felfedezte a hasonlóságot szerelme és szeretett apja között, aki Sandra minden, gyakran manipulatív erőfeszítése ellenére szintén gyakran magára hagyta.

A szüléssel a magzat is el fogja hagyni őt. Ahogy csökkennek a szakítással kapcsolatos indulatai, úgy mélyülnek el a hasában növekvő

gyermekkel kapcsolatos érzései. Noha terhesége kitölti, először üresnek, kifosztottnak érzi magát, és haragszik teherbe ejtőjére. Értékeli ugyan egészséges kapcsolatukat, mégis dühös földhözragadt partnerére, aki világosan és reális fényben látja őt, miközben ő maga még mindig annak a másik, tünékeny kapcsolatnak a szenvedélyes izalmára vágyik, amelyben olyan különlegesnek és fontosnak érezte magát a kízó kudarc és fájdalom ellenére is.

Vágyik azokra az ismerős, erős érzelmekre, ezért megpróbál kapcsolatba lépni előző szerelmével, de a férfi védekezik, mert fél, hogy Sandra ismét el fogja nyelni, és túl sokat akar tőle. Sandra azonban továbbra is kényszeresen igényli a férfi elismerését, azt, hogy a másik erősítse meg, hogy még létezik az a személy, aki ő a férfi számára volt, és nem törölte ki őt az elméjéből. Sérti, hogy a másik úgy tekint rá, mint valami veszélyes fenyegetésre, de azt is érzi, hogy a férfi túlságosan törekeny ahhoz, hogy kemény kézzel bánjon vele. A kapcsolatfelvétel kudarca után már nem sír, úgy érzi, „kiszáradt”: magányos, elapadtak a könnyei, képtelen a sírásra. Hólyaghurutot kap, amit úgy értelem, hogy megszálló magzata mérgezi.

A harmincadik hétre a magzat sokkal aktívabb, határozott személyisége van, becenevet kapott. Sandra kezdi elismerni, hogy több pihenésre van szüksége, és erőforrásokat von el szinte mániákusan végzett elfoglaltságaitól. Zavaró álomból ébred, amelyben anyja maszkos arcú nézett vissza rá a tükörből. Ráébred,



hogy akárcsak nagyanja és anyja, ő is a legjobb úton van, hogy beletörődő, csak önmagára támaszkodó túlélővé váljon, aki semmibe veszi a jelent, hogy megvédje magát a hiányzó férfi utáni epekedéstől.

Egy kellemes délutánt töltenek el jelenlegi partnerével kertészkedve, és Sandra rádöbben, hogy a hétköznapi élet lehet jó is. A probléma inkább azzal van, hogy ő nem képes ezt a maga teljességében megélni, csak az izgalmas csúcspontokat és a frusztráció és elkeseredettség mélységeit értékeli. A benne mozgó apró végtagok élményét furcsának és egyben csodálatosnak érzi, elmondja, hogy míg eddig gyűlölte testi változásait, most azt nem tudja elképzelni, hogy ne legyen terhes. A magzat feje már a szüléshez kezd helyezkedni, amikor először említi meg, hogy az előző szerelmével volt egy nagyon korai vetélése, amelyet követően a férfi töltötte be a gyermeke helyét, s akit birtokolt, hogy kompenzálja őt a veszteségéért. Most, az ülés folyamán keserűen siratja összes veszteségét – hiányzó apját, elfoglalt anyját, cserbenhagyó szeretőjét, elvesztett gyermekét –, majd elengedi terhességét múltbéli befejezetlen ügyei horgonyáról. Sandra úgy érzi, nagy térre van szüksége, valósággal éhezik a vidéki környezetre, és néhány napos kései nászútra megy férjével. Kisfiuk néhány nappal hazaérkezésük után születik meg, két héttel az ígért terminus előtt.

## Átjárhatóság

A foganást követő hetekben a nők figyelme el-elkalandozik napközben, ahogyan a félig tudattalan fantáziák vagy a szorongásos gondolatok a tudatba törnek. Sok pszichoanalitikus kutató (Helene Deutsch, Grete Bibring, Judith Kestenberg, Dinora Pines) leírta, hogy a terhesség érzékenyebbé tesz a testi érzésekkel szemben, ugyanakkor primitív szorongásokat és régen nyugvó érzelmeket éleszt újjá. Azon nők számára, akik tudják vállalni ezt a kockázatot, az addig elfojtott anyag hozzáférhetősége egyedülálló lehetőséget ad belső világuk felfedezésére.

Freud *A mindennapi élet pszichopatológiájában* (Freud 2006) rámutatott, hogy a látszólag jelentéktelen tévcselekvések sikeres kompromisszumképződmények, amelyek lehetővé teszik, hogy tudattalan vágyak és tiltott gondolatok a cenzor éberségét kijátszva napvilágra jussanak. A terhesség során a nyelvbotlásoknak és tévcselekvéseknek gyakran szimbolikus jelentésük van, akár csak az álmoknak vagy a tüneteknek. Ha a várandós nő elveszti a pénztárcáját, táskáját, vagy kizárja magát a lakásból, az ambivalens érzéseit tükrözheti a bentlakóval szemben, aki átvette méhe belső terét, és használja erőforrásait, miközben elfoglalja a testét. A társadalom nyomásának engedve, amely idealizálja a terhességet és megtagadja tőle a kétségeket, a gyermekét váró nő kényszerítve

érezheti magát arra, hogy még saját maga elől is elrejtse negatív érzéseit, hogy fenntartsa azt az idealizált, boldog állapotot, amelyet tapasztalnia kellene. Néhány esetben a tévcselekvésnek még másodlagos haszna is van, amennyiben meghiúsít bizonyos terveket, és ezen a kerülő úton a nő ki tudja fejezni a haragját amiatt, hogy ragyognia kellene, miközben kiürültnek érzi magát, vagy éppen ellenkezőleg, a szokásos módon kellene viselkednie a benne zajló hihetetlen változások közepette.

A mindennapi életben az ingerek legnagyobb részét kiszűrjük. Arra összpontosítunk, ami a legfontosabbnak tűnik, és távol tartjuk a lényegtelen információkat, akár kívülről, akár belülről érkeznek. A várandós nőkre mentális és lelki nyomás nehezedik, hogy felülvizsgálják saját identitásukat, és emiatt érzékenyebbé válnak sok olyan érzéklet és tudatküszöb alatti visszhang iránt, amit normális körülmények között kizárnának a tudatukból. Ez a tudat különböző szintjei közötti akaratlan átjárhatóság azt jelenti, hogy időnként olyan fantáziák és gondolatok öntik el a nőt, amelyek addig tudatlanok voltak. Szokatlanul sírósnak, rá nem jellemző módon érzelmesnek érezheti magát, vagy gyakori hangulatingadozásokat tapasztal. Indulatai váratlan hevességgel törhetnek ki, amelyet gyengéd megbánás követ. Megdöbbenéssel tapasztalhatja, hogy az újraéledt üldöztetési szorongások babonás vagy mágikus megoldásokat idéznek elő benne.

A nők egy része megmerevíti belső határait ezzel a túladagolt érzékenységgel szemben, mások viszont átadják magukat neki, és élvezik az utazást. Az elhárító mechanizmusok és az érzelmi kontroll fellazulása ijesztő lehet, a terhesség kiegyensúlyozatlanságának azonban vannak hasznos melléktermékei. Ez fokozott érzékiségben, az érintés, a szagok, a színek iránti megnövekedett érzékenységben nyilvánul meg, sőt az érzelmi interakciók árnyalatai, a saját és mások legmélyebb érzései iránti fokozott fogékonysággal társul.

## **Az álom köldöke**

Az álmok világába lépve mindannyian egy másik létbe kerülünk át, ahol a lehetetlen lehetséges, a tiltott pedig megengedett. A múlt és a jövőbeli valóság képzeletbeli változataival játszunk, és bepillantunk egy gazdag, rejtett világba. Itt nem kell ésszerűségekre törekedni, az álmodó bármilyen kombinációban részt vehet, és bármit felcserélhet álmában. A racionális ellenőrzés lazul, és az álmodó új alakzatokat és változatokat alkot.

Ahogy Freud leírta, az álom a tudattalan vágyak kielégítését szolgálja, miközben védi az alvást. A belső cenzor pedig az eltolás, sűrítés és revízió mechanizmusait használja, hogy a tudattalan ideákat és a napi maradványokat elfogadható formába préselje. Az álmok funkciója lehet az önmagunkkal való kommuniká-

ció. A belső leképeződések dramatizált megjelenítése révén – mint egy színházi előadás – az álmok képszerű és kreatív módon hordoznak üzeneteket. Álmainkban szimbolikusan fejezzük ki azokat a szorongásainkat és konfliktusainkat, amelyek leginkább foglalkoztatnak, és amelyeket ebben a leplezett formában tudattalanul feldolgozhatunk és megoldhatunk. A folyamatos szorongások visszatérő álmokban vagy hasonló témájú álmok sorozatában nyilvánulhatnak meg. Az álom további funkciója lehet a megemésztetlen tapasztalatok feldolgozása és a lélekbe való beépítése. Ha az álom elemeire asszociálunk, akkor ébren tovább dolgozhatunk az eredeti tudattalan tartalom helyreállításán és tudatos gondolkodássá alakításán.

A terhesség során az álmok megsokasodnak, élénkek és néha ijesztően valóságosak lesznek. Gyakran ébredés után is hatnak, és az álmodó úgy érezheti, hogy belső valósága átvette az uralmat a külső felett. Az álmokban tükröződnek a terhesség ősi világának titkai és a várandós nő régóta meglévő személyes fantáziái és szorongásai saját belső és külső erőforrásainak elégséges voltát illetően.

Freud és Jung szerint azok a visszatérő szimbólumok, amelyek kultúrákon és generációkon át megjelennek a mítoszokban, legendákban és a képzőművészetben, elsődleges fantáziákat tükröznek: az ajtók, kapuk és nyílások testnyílásokat jelképeznek, mint a vagina; a vázák, fazekak, katlanok és kelyhek az anyaméhet;

a víz gyakran utal a szülésre, illetve szexualitásra; az álom a halálra.

Különböző kultúrákhoz tartozó várandós nők álmait tanulmányozva úgy tűnik, hogy azok közös ősi tapasztalatokat jelenítenek meg. Noha természetesen vannak módszertani veszélyei annak, ha milliányi egyéni elbeszélést próbálunk összegezni, mégis úgy tűnik, hogy az álmok olyan alapvető élményeket fejeznek ki, amelyek a termékeny, megosztott és változó testre, a szüléssel és az anyasággal, illetve az anyaságra való felkészültséggel kapcsolatos szorongásokra, heves szeretet-gyűlölet kapcsolatokra és a halálfélelemre vonatkoznak.

A pszichoszociális különbségek ellenére sok várandós nőt foglalkoztatnak egzisztenciális aggodalmak egyéni szabadságuk korlátozásával és az anya-gyermek páros szülés utáni szükségleteinek kiegyensúlyozatlanságával kapcsolatban. Megjelenik a felkészületlenség érzése az anya és a gyermek különválását illetően, ahogyan a terhes test, ami addig biztosan hordozta, és automatikusan gondozta a babát, megszűnik hordozóeszköz lenni.

*– Elvitték a biciklimet. Azt hiszem, valaki ellopta. Nem tudtam munkába menni. A kicsit az anyámbhoz kellett volna vinni, de a férjem biciklijén nem volt gyerekülés. Anyám nem tudott hozzám jönni, én pedig nem tudtam eljutni hozzá – mondja tolmács segítségével egy kínai szülőotthonban Chu, aki terhességének harmadik harmadában jár.*

*– Azt álmodtam, hogy a baba megérkezett. Kicsi volt, de nagyon szép. Ki akartam menni, de nem vettem még gyerekülést az autóba. Nem tudtam a kisbabát egyedül hagyni, de magammal vinni sem. Hibetetlen pánikban ébredtem, mert úgy tűnt, hogy egyáltalán nincs megoldás. Csak néhány nappal később jutott eszembe, hogy buszra is szállhatunk volna – meséli Gabriella terhességének huszonnegyedik hetében.*

A terhesség alatti álmok, mint minden álom, nagyon személyesek, és tükrözik az álmodó saját kreatív képzeletének stílusát és elbeszélésmódjait, megszórva jelen és múltbéli tapasztalatainak maradványaival. Minden álom nagyon egyéni alkotás, amit csak az álmodó képzetársításának segítségével lehet értelmezni. Mindazonáltal találtam néhány alapvető témát, amelyek a különböző kultúrákban megjelennek, noha szimbolikájuk a helyi nyelvnek és metaforáknak, valamint az álmodó egyéni stílusának megfelelően változik. Ezeket öt, egymást átfedő kategóriába rendeztem.

### ***Teremtő erő és alapvető ellentétek***

A várandós anya olyan folyamatban vesz részt, amely ősi, mint maga az emberiség. Ez közel hozza a lelki élet olyan elsődleges összetevőihöz, mint férfi és nő, születés és halál, alkotás és rombolás, rend és káosz, belső és külső. Nő

létére ő ad otthont a férfi hozzájárulásának, és talán egy fiúmagzatnak is. Magzatáról keveset tud, noha valódi és konkrét életet adva potenciális halálosztó. Ő, akit valaha tartalmaztak, most maga tartalmaz, az egykori kicsi most nagy, és maga teremt egy kicsit. Egységét most kettősség váltotta fel, ami új konfrontációt tesz szükségessé az én és a másik, az egység és az elkülönülés között. Mindezek a témák különböző történetekben és szimbólumokkal jelennek meg: törpék és óriások; alig leplezett fallikus szimbólumok és anyaméhek, vaginák; primitív tájak és buja őserdők; életre burjánzó kreatív kezdetek és hervadó, szomorú befejezések.

### *Női misztérium és szülés*

A terhesség alatt a nők elmerülnek a megtermékenyülés, kihordás, szülés és gondozás misztikus női folyamataiban. Noha tudományos szempontból egyre jobban értjük, a termékenység számunkra máig mágikus, rejtélyes folyamat maradt. A várandós nőket kétségek gyötrik, hogy képesek lesznek-e tartalmazni, gyarapítani, megtartani a bennük fejlődő életet, a magzatot, amelyet valami misztikus módon gyermekké kell formálniuk, és dühösek, mert tökéletesen egyedül érzik magukat ebben a folyamatban.



– *Álmomban a nappali padlóját furcsa fekete és vörös rácsozat mintái borították. Tudtam, hogy természetfölötti jelentést hordoznak, de nem tudtam megfejteni az értelmüket. Hirtelen egy beható bukkan fel, aki lemeszároolta a családomat, miközben én megpróbáltam a hátsó ajtón elmenekülni, ahol egy törpe azt mondta, hogy lisztériával<sup>4</sup> fertőződött meg, és ez az én hibám.*

Az eljövendő szüléshez és az eljövendő halálhoz hasonlóan a gyermek kihordása is olyan folyamat, amelyben más nem tud részt venni. A terhesek álmaikban megpróbálják megosztani a feladatot, és azt álmodják, hogy anyjuk vagy partnerük terhes helyettük, vagy kifejezhetik szorongásaikat terhességük sérülékenységevel kapcsolatban, amikor azt álmodják, hogy hasuk lelapul, belső vérzésük van, vagy menstruálnak. A kismama félelmei gyermeke életképességét és egészségét, valamint saját anyai kapacitásait illetően tükröződhetnek azokban az álmokban, amelyben a magzat elvész, vagy elfelejtik megetetni. Más álmok, amelyekben határidők bukkannak fel, amiket sorra nem teljesítenek, vagy vizsgák, amiken megbuknak, azt a szorongást jelzik, hogy nem készek a szülésre, felkészületlenek a babára. A harmadik trimeszterben a szorongásos ál-

---

<sup>4</sup> A *Listeria monocytogenes* baktérium által okozott fertőzés a várandós anyáknál vetélést, kora- vagy halvaszülést, illetve újszülöttkori vérmérgezést okozhat.

mok nyíltabban irányulnak a szülésre, a csecsemő egy másik nyíláson jön ki, elakad, eltűnik, belső sérüléseket okoz. Egy közép-európai asszony terhessége ötödik hónapjában a következőt álmodta:

*– Egy kanyargós folyosón voltam. Úgy éreztem, hogy lefelé megyek, de valójában felfelé mentem. Olyan volt, mint a metróalagútban csúcsforgalom idején, sodródtam, úsztam az árral, de valahogyan megpróbáltam megőrizni személyes teremtem. Aztán valami zűrzavarba kerültem. Megálltam, bizonytalan voltam abban, hogy lefelé kell-e mennem, féltem, hogy ha megadom magam, és engedek a sodrásnak, soha nem tudok visszajutni.*

Képzettársításából kiderül, hogy azonosul a magzatával, aki a megszületéséért küzd, és felszínre jönnek saját zavaros érzései is azzal kapcsolatban, hogy terhessége közepén jár, és lassan fel kell adnia hivatását. Terhességének utolsó hónapjában ugyanez az asszony egy másik álmot mesél el, amelyben ő és a magzat ugyanannak a folyamatnak a részesei, és a terhesség vége felé haladnak.

*– Terhesen, a babával bicikliztem. Nem tudom megmagyarázni, de valahogy „másfélnek” éreztem magam. Egy kanyarhoz közeledtem, nagyon gyorsan mentem, és nem tudtam, hogy be tudom-e venni. Annyit tudtam tenni, hogy kapaszkodtam, és reméltem*

*a legjobbakat. Sikerült, de a barátom dühös volt, amiért kockázatot vállaltam.*

Az elbeszélő asszociációja szerint a magzattól történő érzelmi elválása fordulóponthoz érkezett, mivel gyorsan közeledik a terhesség vége. Várja is, de retteg attól, hogy a szülés elsodorja, nem tudja, bízhat-e a testében, bízhat-e magában, hogy nem fog-e a teste ellen harcolni attól való félelmében, hogy a szülés kibillenti az egyensúlyából, vagy mennyire próbál mások elvárásainak eleget tenni a saját teste ellenében. Végül nyugodt szülése volt vízben, és búbajos gyermeke született.

### ***Az identitás újraszervezése***

Mély, tudattalan szinten a várandós anya a belső és külső világ, a múlt, jelen, jövő, az én és a másik személy határain jár. Az identitás változása központi és zavaró téma, gyakran „Alice csodaországban” típusú álmokban jelenik meg, amelyek változó, hullámzó formákról, érzésekről és észlelésekről szólnak.

*– Nem tudom elképzelni egy valódi csecsemő megszületését, de volt egy álmom a szülésről. Normális szülés helyett azonban rémes, kövér, sápatag, csőszerű baj nőtt ki a lábamból, mint soványka péniszek, olyan babcsíraszerű dolgok, vizenyősek, majdnem átlátszóak, de valahogy mégis fához hasonlatosak, ágakkal. Az*

*emberek azt gondolják, hogy nyugodt vagyok, de igazából rémesen sérülékeny lettem, teljesen elveszítettem az irányítást, szörnyű, rejtett dolgok törnek fel belőlem. Gyilkos és gonosz vagyok belül, és nem leszek képes ezt elrejtteni a gyermekem elől – mondja egy asszony, akit belső kételyek gyötörnek.*

### ***Az örök háromszögek***

Párok és hármások, magában foglalás és kizárás, versengés, irigység, féltékenység, szeretet és gyűlölet drámái játszódnak egyszerű vagy művesen leplezett forgatókönyvek szerint, ahogy szülők, testvérek és múltbéli alakok vetülnek a jelen és jövő eseményeire, érzelmi bonyodalmakat megjelenítve.

*– Szörnyű rémálmaim vannak, amelyekben a húgom jelenik meg. Valami sötét veszélyt éreztem, erőszakot, és volt ott egy tűzriasztó olyan hívógombokkal, hogy Rendőrség, Tűzoltóság, Mentők és Anya. Meg kellett védenem magam valakitől, aki bántani akart, de nem tudtam felkelni vagy kijutni.*

### ***A képzeletbeli gyermek***

Mivel magzatáról nagyon kevés ismerete van, a várandós anya fantáziákat sző a benne növekvő gyermekről, aki emberi vagy állati alak-

ban is megjelenhet. A szülési folyamat primitív, nem akaratlagos természete gyakran nagyon is nyilvánvalóan megjelenik, és ellentmondásos módon nem a valódi csecsemő megszületését szimbolizálja, hanem egy képzeletbeli gyermeket, esetleg az álmodó egy saját létfontosságú aspektusának ad életet.

*– Amikor felébredek, gyakran úgy érzem, hogy mindent elfelejtettem, mintha minden kitörlődött volna, aztán beszélni kezdek, és rájövök, hogy még mindig tudok beszélni. Múlt éjjel azt álmodtam, hogy delfinekkel úszkállok, és le kell ereszkednem a mélybe, noha félek, hogy megfulladok. Aztán egy föld alatti alagúthoz érkeztem, és sötét folyosókon bolyongtam. Anyám jött be egy kis ajtón, karjában egy kislánnyal, noha én fiút várok.*

Az ilyen álmok árnyékos képekkel árasztják el az álmodót, vagy visszalökik az ősi, elsődleges tapasztalatok világába. Lehetnek napok, amikor a várandós nő olyan zavarodottnak érezheti magát, hogy otthon kell maradnia, mert szüksége van arra, hogy megszokott dolgok vegyék körül, kényelemben és biztonságban érezze magát. Sok esetben az álom egy belülről érkező kitartó üzenet, olyan érzelmi információ, ami elég fontos ahhoz, hogy ismételten felbukkanjon akár az álmodó ellenállása ellenére is, vagy sorozatos álmokban dolgozódjon fel.