

Introducción a la edición del trentagésimo aniversario

Publicado originariamente en 1984, *Las diosas de cada mujer* presentaba una nueva psicología de las mujeres basada en las diosas de la antigua Grecia, cuyos nombres y mitologías han pervivido durante más de tres mil años. El libro se convirtió en un éxito de ventas y posteriormente en un clásico inagotable; como una mujer con una buena estructura ósea, de esas que parecen no tener edad.

Las diosas de cada mujer aunó mis conocimientos como analista junguiana y psiquiatra, y como mujer que vive en una era de feminismo. Me ocupé de maneras de ser y de comportarse exclusivamente femeninas aceptadas o rechazadas por juicios patriarcales. También reconocí patrones de personalidad subyacentes que determinaban cómo una mujer en concreto reaccionaba ante acontecimientos y oportunidades no deseadas. Me encontré rebuscando entre la bibliografía de la mitología griega y descubrí paralelismos destacables que transformaron mi pensamiento. En los mitos sobre las diosas griegas, cada diosa tiene distintas cualidades y valores, y como un todo incluye un panorama completo de atributos humanos, como la competitividad y la inteligencia. Fue excitante realizar esta conexión. Me sentí como debe de sentirse un arqueólogo cuando surge un patrón y en lugar de fragmentos de barro para ordenar ve el jarrón completo, y su uso deviene claro en el contex-

to de su tiempo. Y a mis lectores les ha sucedido lo mismo. A lo largo de los años son muchos los que me han contado que han tenido como un chispazo revelador al leer estas páginas y ver sus experiencias del momento presente a la luz de estas diosas del pasado. *Las diosas de cada mujer* corroboró su auténtico yo, y por lo tanto cambió sus vidas.

Las diosas de cada mujer ha ido difundiendo su mensaje gracias a las traducciones procedentes de Europa, Latinoamérica, Japón, Corea del Sur y Taiwan, y recientemente en Rusia y en diversas antiguas repúblicas soviéticas. Se ha traducido en secreto al farsi y circula y se lee bajo mano entre las mujeres iranianas. El hecho de que los derechos de las mujeres sean derechos humanos y viceversa no se reconoce en muchas partes del mundo en que las mujeres están oprimidas y son tratadas como una propiedad. Existen paralelismos geográficos que de una manera natural e invariable conducen a ideas sobre el poder y la igualdad de las mujeres. Son ideas que, aunque todavía están por llegar en algunos lugares, ya están en camino. Una psicología que da su apoyo a las mujeres individualmente para que tomen sus propias elecciones y se vean a sí mismas como protagonistas de la historia de su propia vida, las cambia. Y esto tiene un efecto mariposa que recorre el globo entero.

No ha habido época mejor en la historia del mundo occidental para que las mujeres vivan su potencial individual en el mundo exterior y lleven unas vidas realizadas, largas y saludables. Vivir una vida con sentido tiene que ver con lo que importa personalmente: amor por lo que hacemos, las personas a las que amamos y que nos aman y el hecho de vivir según nuestros valores. Cuando estos valores son la valentía, la amabilidad, la compasión, la justicia y el servicio contribuimos a hacer de nuestro mundo un lugar mejor. En unos momentos en que la humanidad podría autodestruirse llevándose por delante la vida del planeta, lo que hacemos también tiene trascendencia más allá de nosotros.

Las diosas de cada mujer ofrece lo que he llamado una percepción binocular de la psicología de las mujeres. Vemos con dos ojos, y las dos imágenes se fusionan en el cerebro en un retrato tridimensional. El equivalente en la conciencia psicológica es darse cuenta de que existen dos fuerzas poderosas que conforman la vida de toda mujer: los arquetipos que hay en nuestro interior y las culturas exteriores de la familia, la sociedad y la religión. Cada uno de nosotros tiene que ser consciente de ambos para realizar elecciones con conocimiento de causa sobre lo que hacemos con nuestra preciosa vida.

En *Las diosas de cada mujer* describo las cualidades que personifican a cada diosa, sus símbolos y su linaje, y vuelvo a contar mitos antiguos sobre ella. A continuación describo el arquetipo que cada diosa representa y cómo estos se muestran en las mujeres como rasgos de la personalidad y se expresan a través de diversos estadios de las vidas de las mujeres. Todos los arquetipos de diosa tienen cualidades potenciales sombríos, algunos de los cuales pueden convertirse en síntomas, y otros pueden causar problemas para los demás o conflictos con ellos. Dado que la unilateralidad o la identificación con un arquetipo en concreto puede limitar u obstaculizar el que una mujer se convierta en una persona completa y los aspectos sombríos son negativos, el último apartado sobre cada mujer trata de los «Modos de crecer».

La fuerza de cada arquetipo en particular varía en los individuos, del mismo modo que los potenciales innatos como los dones musicales, los tipos de inteligencia o la coordinación física varían entre nosotros. Desarrollar o expresar lo que se encuentra en lo más profundo de nosotros puede ser una fuente de alegría. Los arquetipos de las diosas son deseos profundos que varían de una mujer a otra: por la autonomía, por la creatividad, por el desafío intelectual, por la espiritualidad, por la sexualidad o por las relaciones. Estas necesidades conducen a trayectorias profesionales, activi-

dades políticas, a la meditación, a la expresión artística; crean los anhelos de tener un amante, de ser madre, de estar casada o de estar sola. El significado es lo que experimentamos subjetivamente cuando lo que hacemos con nuestras vidas compromete nuestras emociones y anhelos, que son fuentes de dolor y de alegría.

Cinco años después de *Las diosas de cada mujer*, se publicó *Los dioses de cada hombre*, en 1989. Algunos hombres me habían preguntado por qué no pensaba en ellos después de oírme hablar de los arquetipos de las diosas. Muchos habían leído *Las diosas de cada mujer* y ahora comprendían mejor a las mujeres de sus vidas. Muchos podían ver que se sentían atraídos por un arquetipo de diosa en particular y se veían cautivados por mujeres que tenían algo que canalizaba esta proyección. Incluso hubo hombres que descubrieron un arquetipo de diosas que vivía en su interior y se expresaba en ellos. Cuando escribí *Los dioses de cada hombre* me descubrí diciendo que un título más preciso (y un libro el doble de largo) podría llamarse *Los dioses y las diosas de cada uno*.

Dra. JEAN SHINODA BOLEN

Marzo 2014

Mill Valley, California

www.jeanbolen.com