

Cum să nu devii victimă, cum să nu mai fii victimă

Ediție alcătuită de Dmitry Semenik

Traducere din limba rusă de
Adrian Tănăsescu-Vlas

editura
Σοφία

București

**FEMEIA – VICTIMĂ
A VIOLENȚEI**

Depășirea obișnuinței de a fi victimă

Istoria Elenei. Nu vă înjosiți

Elena, 32 ani

Doar acum, citind istoriile cu violuri de pe acest site, mi-am dat seama că în urmă cu zece ani eu însămi am fost violată. Aveam 22 de ani, și, la momentul respectiv, aveam în spate ceva experiență sexuală. N-am fost târâtă nicăieri cu sila și nici bătută n-am fost; probabil că din această cauză am și uitat destul de repede întâmplarea cu pricina și n-am considerat că am fost violată – mă gândeam că eu am fost vinovată.

Iată cum s-a întâmplat. Niciodată nu m-a ocolit atenția bărbaților, dar nici o relație serioasă nu se închea. Odată, căutând pretext să ies din casă, m-am dus undeva, iar la întoarcere am intrat să mănânc într-un sushi-bar. Alături stăteau trei băieți. Am mâncat cam în același timp, și unul dintre ei mi-a propus să merg cu ei la biserică, unde se ducea să sfințească o cruciuliță nouă. Am acceptat, deși nu mi-era prea simpatic. Ne-am dus cu mașina la biserică,

pe urmă la cinema; acolo a început să mă pipăie – eu îi dădeam mâna la o parte. După aceea ar fi trebuit să mă ducă acasă, însă acolo unde trebuia să întorcă nu a întors, dar – nu știu de ce – am tăcut din gură. Am intrat între niște blocuri; l-am întrebat unde am ajuns. A zis că la el acasă: o să mai stăm, o să ne mai uităm la vreun film, pe urmă o să cinăm undeva. M-am dus. Acolo a început să se dea la mine; i-am zis că nu vreau, am încercat să mă împotrivesc, dar am înțeles repede că e hotărât – mai ales că la un moment dat mi-a zis că ar fi în interesul meu să nu opun rezistență. Așa am și făcut: mă temeam că o să mă lovească.

...Mă temeam cumplit că o să mă bată dacă o să mă împotrivesc. Pe urmă mi-a chemat un taxi, și am plecat acasă. M-am spălat și m-am străduit să uit imediat cele întâmplate. Am decis că eu sunt vinovată, doar nu m-a forțat nimeni să merg cu el.

Acum îmi amintesc că înainte de asta am mai trecut prin două situații asemănătoare. Da, de fiecare dată m-am dus cu cineva, iar pe urmă nu m-am opus, măcar că nu voiam. Nu mă simțeam victimă: pur și simplu nu mă prețuiam pe mine însămi și nu îmi prețuiam demnitatea, îmi era frică să mă opun. Acest ultim caz a fost picătura care a umplut paharul. După aceea nu am mai acceptat niciodată, doar ca să îmi petrec cumva timpul, avansurile cuiva care nu-mi plăcea.

Și după câteva luni – răstimp în care mi-am reevaluat relațiile cu bărbații – l-am întâlnit pe actualul meu soț. Acum însă am devenit ostatică unui soț tiranic – și asta tot din cauza atitudinii neglijente față de mine însămi. Într-adevăr, oamenii simt în mod subconștient orice lipsă a

siguranței de sine, orice incapacitate de a te opune. Și se folosesc de asta în mod egoist. Când au început primele izbucniri de violență din partea soțului, m-am gândit că chiar oi fi eu vinovată pentru tot, iar pe urmă a fost deja prea târziu.

Nu știi de ce am răbdat patru ani de zile; pe urmă s-a născut copilul. Acum trăim împreună într-o stare de ură reciprocă fățișă. Nu am unde să plec, fiindcă el locuiește în apartamentul meu, iar de plecat nu pleacă, fiindcă n-are unde, dar se acoperă cu copilul, că trăiește cu mine doar ca să fie alături de fiul său.

Dragilor! Nu vă înjosiți încurcându-vă cu oameni care nu vă plac, doar fiindcă nu aveți altceva de făcut și fiindcă sperați că o să găsiți pe cineva, cum o fi el. Păziți-vă cînstea și fugiți de bărbații care se poartă violent, care pentru toate dau vina pe voi, care vă jignesc și vă înăbușă personalitatea. Pe acești bărbați nu-i mai schimbă nimic; nici să nu vă gândiți să rămâneți însărcinate cu ei în nădejdea că apariția copilului o să-l schimbe pe bărbatul-tiran!

Istoria Anastasiei. Autoperfecționarea m-a dezvoltat să fiu victimă

Anastasia, 19 ani

2012 – computer, depresie, șicane, casă, școală, bag în mine la tablete, mama plânge și mă forțează să beau apă ca să nu mă otrăvesc.

2016 – prieteni, hobby-uri, socializare, sport, o nouă dragoste, o mare de emoții pozitive, autodezvoltare.