



ТАКТИКА ПЕРША

Не плутайте свої бажання з чужими

Перед народженням моєї другої дочки, Лондон, мене застерігали, що моя старша дочка почне ревнувати. Лоурі несподівано доведеться змагатися за ресурси, які завжди належали тільки їй. Я читала й чула від досвідчених матусь про суперництво між дітьми в сім'ї, особливо між двома маленькими дівчатками. Після народження Лондон я приготувалась до конфліктів між сестрами та до жіночої конкуренції.

Не ведіться на мій фотоблог в інстаграмі, повний пересироплених фотографій про сестринську любов. Так, дійсно, бували моменти (трапляються і зараз), коли мої дві дочки змагалися за мою любов. Та з часом я почала розуміти, що насправді вони не були конкурентами. У нас був маленький червоний динозавр, на якого Лоурі абсолютно не звертала уваги, поки Лондон якось не закортіло з ним погратися. Лоурі тієї ж миті вступила в смертельну битву за те, що п'ять хвилин тому її зовсім не цікавило. Не те, щоб вона боролась

за дорогу їй річ, здавалося, що вона в принципі вважала цю боротьбу своїм обов'язком.

Одного разу я стала свідком того, як Лоурі примирилася з цією ситуацією, побачивши, що сестра грається з її червоним динозавром. Вона роздивилась в ігровій кімнаті й раптом зрозуміла, що всі інші іграшки — ті, які її справді цікавили, — залишались у вільному доступі. Відтоді, наскільки це вдавалося малій дитині, вона більше не плутала свої бажання з бажаннями сестри.

Вважається, що жінки мають конкурувати між собою. Таке спадало на думку, мабуть, ще Дарвіну, коли він знічів'я спостерігав, як самиці шимпанзе вчепляються одна одній в горлянки через одного самця, котрий сердито кидається в них своїми фекаліями. Чи щось таке. І з тих пір утворилася ціла сфера досліджень, присвячена вивченню боротьби за територію серед особин жіночої статі. У 1999 році соціальні психологи Джоел Вейд і Семюел Маккрі провели дослідження, намагаючись оцінити реакцію жінок, які дивляться на привабливих представниць своєї статі. Учасниці дослідження розглядали зображення інших жінок, які відрізнялися між собою фізичними параметрами, такими, як обсяг грудей і талії.

Учені дійшли висновку, що, уздрівши на картинці взірець привабливості, жінки реагують на неї як на загрозу. І така фізіологічна реакція базується на самому лише зовнішньому вигляді. Це не значить, що вони одним поглядом оцінюють рівень інтелекту в жінок на зображенні, чи їхній куховарський талант. З давніх-давен так повелося, що найпривабливіша дама здобуває найкращого кавалера (хоча комедійні серіали 1990-х і початку 2000-х років на кшталт «Одружені... та з дітьми», «Король Квінса» та «Як сказав Джим», схоже,

стверджують протилежне). Хай там як, а це суперництво — насамперед пов'язане з фізичними особливостями — настільки закорінене в жінках, що ми, по суті, навчаємось миттєво оцінювати одна одну як потенційну конкурентку.

Та з плином часу, навчаючи жінок та спостерігаючи, як мої дві доньки ладнають одна з одною краще, ніж очікувалося, я дійшла висновку, що ми, жінки, насправді не конкуруємо між собою. Конкуренція має на увазі, що ми прагнемо до однієї мети, *обопільно й рівною мірою* залучені до боротьби за одне й те саме.

Я знаю багатьох жінок. Я дружу з жінками. Я навчаю жінок. Я виховую двох маленьких жінок. Я йду вулицею в натовпі жінок. І я ніколи не бачила, щоб дві жінки намагалися робити одне й те саме. Жодного разу не бачила. Усі мої студентки приблизно одного віку й прагнуть здобути той самий ступінь, та все ж їхні особисті цілі й кар'єрні устремління зовсім різні. Не буває такого, щоб дві жінки одна поперед одної старалися домогтися точнісінько того ж самого. Навіть на президентських виборах одночасно не балотуються дві жінки. А якщо таке й трапляється, то вони представляють різні сторони. Отож якщо ми не конкуруємо, то що ми тоді робимо?

Ми *порівнюємо*. А це набагато небезпечніше, бо порівняння обмежує наше життя якимись довільними параметрами й часто встановлює випадкові граничні терміни для здобуття нами певного життєвого досвіду. Порівняння підступно змушує вас вважати чужі бажання своїми.

Кілька семестрів тому до мене на прийом прийшла студентка, яка тільки-но почала навчатися за моєю програмою. Нітрохи не вагаючись, вона так навпростець мені й заявила, що їй треба закінчити магістратуру якомога швидше. Коли

я поцікавилася про причини такого нагального прискорення навчання, вона охоче пояснила, що мусить дуже швидко отримати необхідну освіту, щоб до тридцяти років устигнути народити дітей. Звісно, я не заглядала в її медичну картку, тож можу лише здогадуватися про можливі причини такого суворого обмеження. Та, згадуючи про це сьогодні, можу припустити, що на такий штучний дедлайн дівчина зважилась, не бажаючи відставати від своїх подружок. Тобто вона переплутала свої бажання з чужими.

Коли я вперше стала матір'ю, то раптом відчула себе абсолютно не в своїй тарілці. Виховання дитини з мого боку звелося до того, що я копіювала дії інших матерів. Так, одна матуся аж захлинулась, так запевняла мене, що самостійно готувати дитяче харчування — це просто *безмірне щастя*, не кажучи вже про важливість і переваги такого готування. Мій запалений мозок сприйняв це так, що коли я хочу, щоб моя дитина потрапила до Гарварда, то мені гостро потрібен ручний міксер.

І весь перший рік — дарма, що я була аспіранткою і позаштатним викладачем, працюючи повний робочий день, — я годинами товкла на кухні (нехтуючи дитиною), мордуючи куплений на базарі гарбуз: тушкувала його, товкла, робила суміші, наливала в тарілку й годувала своє шестимісячне маля, яке зразу ж таки з відразою все це випльовувало. Та мене це не зупиняло, і я знову й знову йшла по цьому колу, бо *так* було треба.

А потім одного чудового дня я зайшла в гастроном, і мені наче розвиднилось. Угадайте, що я побачила? Банки, банки й банки органічного дитячого харчування. Гори банок. Я взяла одну баночку, роздивляючись малюка на етикетці — безмежно щасливого й чудово доглянутого. Малюка,

який одною ногою вже був у Гарварді. І тут я схаменулася: *Зачекай, а що ж це я роблю?* Виявляється, що я витратила достобіса часу на те, що ніколи не мало для мене першочергового значення. Я озирнулась довкола й помітила ще одну матусю, і мене моментально почало затягати кудись, про що я досі й гадки не мала. Я зовсім не схожа на людину, яка жити не може, щоб не перечавити в пюре авокадо з ревенем у контейнері з нетоксичного пластику. Я взагалі не люблю готувати.

Та я постійно порівнювала себе з іншими матусями, і це був згубний шлях, бо в мене й цих жінок були різні цілі. І у вихованні дітей, і в житті. Але це відчуття, ця рефлекторна паніка й гніт — я мушу *робити* більше, *бути* кимось більшим — виникало й в інших аспектах мого життя, не тільки у вихованні. Я відчувала його й у своєму професійному житті, будучи жінкою в академічній спільноті.

Коли я почала працювати викладачем у провідному університеті, то почувалася дуже ніяково. Я була новенькою й молодою (та ще й жінкою!) і не уявляла, як можна досягти успіху в роботі. Тому я постійно озиралася на викладачів навколо мене, кар'єра яких налічувала десятки років, а назви публікацій та регалій займали по кілька сторінок їхніх резюме. Майже рік я зі шкіри пнула, щоб досягти їхнього рівня, повністю ігноруючи той факт, що моїм завданням було підтримати й розширити занедбану програму післядипломної освіти — крім мене там ніхто цим не займався. В університеті всі ми мали абсолютно різні цілі, які визначалися не тільки відмінностями в нашій роботі, але й нашими власними професійними амбіціями.

З часом я почала досягати певних успіхів у своїй особливій програмі, і тут сталося диво, на яке я й не сподівалась:

я перетворилась на загрозу для тих, хто загрожував мені. Скоро до мене почали доходити чутки про скарги стосовно інтересу, який викликала моя програма, або, точніше кажучи, стосовно того інтересу, який викликала я. Впродовж перших кількох років у мене було таке відчуття, ніби я гналася за всіма місцевими академічними гігантами одразу, мріючи вважатися рівнею, щоб одного дня озирнутися й побачити, що ті гіганти мріють досягти хоча б частину того, чого досягла я.

Переломний момент настав, коли я зрозуміла, що мені не потрібна така кар'єра, як у котроїсь із колег, тільки тому, що в неї назбиралась купа дипломів і виріс службовий список. Мені потрібна кар'єра, яку я вибудувала сама і яка відповідає моїм особистим і професійним цілям. Але ж як важко, дивлячись на інших фахівців чи матусь, *не* знічуватись і не починати негайно себе з ними порівнювати. Тож я маю постійно пам'ятати про свої власні плани й про те, яке значення вони мають для моєї кар'єри й для мого життя. Нема чого зациклюватися на порівнянні себе з кимось, бо тоді я переплутаю свої бажання з чужими.

То як же нам утриматись, щоб не плутати свої бажання з бажаннями інших людей? Зрештою, іноді ми хочемо чогось, тому що ми справді *хочемо* цього. І хоча наші бажання можуть потрапляти під вплив різних чинників, як от наші друзі, суспільство й повторні покази серіалу «Пліткарка», є кілька опорних точок, про які треба пам'ятати, намагаючись виокремити з гущі пристрастей власні бажання.

ВАШІ БАЖАННЯ У ВАШИХ РУКАХ

Конкуренція серед жінок — це найгірший стереотип. Гендерно зумовлене вороже сприйняття одна одної — з таким бар'єром

усі ми рано чи пізно стикаємося. Моя мати якось сказала мені: «Жінки одягаються не для чоловіків; вони одягаються для інших жінок». Я тоді посміялася, бо мені було років сім і я ще не була готова до сприйняття такої мудрості. Та скоро я сама в цьому переконалась. Коли я навчалась у середній школі, то якось прийшла вранці у своєму найкращому вбранні — картатовому сарафані із сірсакера (як же він мені пасував!).

Я підійшла до великої групи учнів, яка стояла перед класом. Дівчинка на ім'я Алісія обернулась, зміряла мене поглядом і голосно промовила, так, щоб усі почули: «Мег, цього тижня ти вже надягала таку одєжину». Що ж, з еволюційного погляду, Алісія, учениця середнього шкільного віку, враз сприйняла моє дванадцятирічне тіло, прикрите тоненькою картатою тканиною, як загрозу своїй здатності приваблювати партнера. На той час це був високий смаглявий хлопчик на ім'я Марк. Через півроку нашу увагу захопив уже невисокий блондин спортивної статури, Вес.

До кінця середньої школи я мордувалась, не маючи змоги визначити, як часто можна надягати те саме вбрання. Двічі на місяць — це не забагато? Такої кількості одягу в мене не було. Час від часу я сушила цим собі голову, аж поки не вийшла заміж. І ось тоді я зрозуміла, що чоловіки, а надто чоловік, з яким я одружилась, не дуже-то й переймаються тим, у що я вдягнена. Якось увечері я старанно наносила макіяж у нашій спальні, а чоловік тим часом вовтузився зі своєю краваткою. Ми збиралися кудись на романтичну вечерю. Через кілька хвилин я приєдналася до нього у вітальні.

— О, — здивувався він. — Ти перевдяглась. А мені більше подобалась сукня, в якій ти була перед тим.

Я приголомшлено подивилась на нього й промовила:

— Це був мій банний халат.

Усе життя я знала, що жінки одна поперед одної намагаються вразити потенційного партнера своєю фізичною красою. І ось тобі маєш: мій реальний партнер навіть не помітив, у що я була вдягнена. То якого біса?

Отож ми весь час вважаємо, що конкуруємо з іншими жінками. І хоча насправді ніякої реальної боротьби не існує, уявна боротьба ніколи не припиняється. У 2016 році два викладачі економіки з Амстердамського університету спробували дослідити, що відбувається з жінками, які беруть участь у математичних олімпіадах. Вони дійшли цікавих висновків, спостерігаючи за жінками, котрі змагалися між собою: 1) не отримуючи позитивного відгуку, жінки швидко втрачають інтерес до змагань; і 2) зазнавши невдачі, жінки, швидше за все, припинять змагатися. Отакої. Це означає, що, не отримуючи підтримки й не досягаючи перемоги, жінки, очевидно, здадуться і вийдуть з гри.

Ці висновки викликають сумніви з кількох причин. По-перше, це дослідження припускає, можливо й справедливо, що жінки потребують позитивної мотивації. Я знаю, що якщо мої діти не охають і не ахають від захвату, поїдаючи приготовані мною страви, то в мене зникає бажання готувати для них. Та розгляньмо іншу проблему, про те, що жінки здаються, стикаючись з невдачею, наприклад із програшом. Утім, як я вже казала, у житті жінки не конкурують. Тож ви просто технічно не можете програти! Отже, якщо ви вважаєте, що перебуваєте в постійній конкуренції, то в якийсь момент вам доведеться визнати себе стороною, яка програла. І що тоді? Ви. Здастесь. І. Вийдете. З. Гри.

Подібні дослідження можуть допомогти пояснити, чому жінки не заходять так далеко, як чоловіки, у царинах науки чи корпоративного лідерства. А ми ж іще переносимо

БАЖАННЯ

цю чудернацьку конкуренцію на інші сторони нашого життя, наприклад на виховання чи догляд за шкірою. І коли ми відчуваємо, що не відповідаємо певним вимогам, то відступаємо. Це якась дурня. Ніякої конкуренції між нами немає! Носіть на здоров'я свої картаті сарафани!

Після середньої школи минуло багато часу, впродовж якого я не раз змінювала манеру одягатися. Ще в мене є багато подруг, котрі нагадують мені, що ми не конкуруємо. А жінки, що оточують мене в професійному житті, завжди допомагають мені й підтримують мене. Та дарма, я все ще ризикую піддатися чарам стереотипів. На цьому я б хотіла зупинитися детальніше.

• • •

Уперше я зустрілася з Мелісою в день відкритих дверей у дитсадочку, куди ходили наші діти. Того дня директорка дитсадка влаштувала вечерю для нових батьків, щоб полегшити їм бурхливий перехід від декретної відпустки до повного дня в дитячому закладі. Захід було влаштовано в такий спосіб, щоб батьки могли залишити своїх дітей в одній із класних кімнат, де на них вже з нетерпінням чекали три виховательки, а потім переміститися в обідню залу, щоб познайомитися з іншими, приголомшеними й очманілими від недосипання, новоспеченими батьками.

Меліса з чоловіком прийшли трохи пізніше. Вона тримала свого новонародженого сина Джека, міцно притискаючи його до грудей. Усі решта батьків, особливо я, раді-радісінькі, що з годину за дітьми доглядатимуть безплатні няньки, з полегшенням залишили своїх дитинчат і пішли собі. Але не Меліса. Вона так і не випустила сина з рук, з любов'ю дивлячись, як він кліпає на неї своїми оченятами.

На той час нашим малюкам було всього по кілька тижнів. Я перебувала в найжахливішому періоді післяпологової депресії, давно відмовившись від годування груддю, й щосили намагалася встановити емоційний контакт із власною дитиною. Спостерігаючи, як Меліса так природно й безпосередньо притискає до себе й годує свого сина, я остаточно вирішила, що ненавиджу її.

Після того вечора я намагалась її уникати. Коли вранці я приносила дитину і стикалася з Мелісою, то вся зіщулювалася. Вона обережно й з величезною любов'ю перекладала своє безцінне дитя в руки виховательки, передавала їй посудину з грудним молоком і невимушено впливала з кімнати в супроводі синіх птахів і польових мишей.*

Я ж незграбно передавала виховательці свою дитину, залишала її порцію молочної суміші й крадькома вислизала з кімнати, роздумуючи, чи мені треба було ще потримати малюка, чи принести теплішу ковдру. Минуло шість років, дітей у мене вже двоє, і тепер моє материнство природне, веселе й відповідальне. Та на початку кожен його аспект здавався чимось монументальним, до чого я щосили намагалась адаптуватися. Особливо це стосувалось того моменту, де я чітко усвідомлювала глибину жіночої конкуренції.

Так, я отримала цього повною мірою ще в середній школі. Але про те, що я жінка, нагадував тільки щорічний пап-тест і вибір марки тампонів. Та коли я стала матір'ю, у мене очі відкрились на ще дві величезні проблеми нашої статі: конкуренція між жінками і харчування салатами.

Як не дивно, ці дві проблеми пов'язані між собою.

* Тут, можливо, йдеться про дуже добру лісову Блакитну Фею з диснеєвського мультфільму «Піноккіо».

Насправді страждання більшості жінок від обох синдромів відбувається за типом «курка чи яйце». Хоча я припускаю, що конкуренція стоїть-таки на першому місці, бо вона якимось чином записана в жінок на підкірці. А поїдання кролячої їжі — це набута навичка.

Наша ілюзорна конкуренція нав'язана нам суспільством (приклад А: перша-ліпша обкладинка першого-ліпшого модного журналу; приклад Б: усі інші сторони життя). Нам утовкмачили в голову, що існує наш ідеальний образ — образ того, який у нас має бути вигляд, як ми маємо жити, виховувати дітей, виконувати роль дружини. Нам з усіх боків тичуть у вічі цей «ідеальний» образ, і якщо ми бачимо, що якась жінка більше, ніж ми, відповідає цьому образу, то у нас виникає розрахована реакція — ми автоматично вважаємо таку жінку об'єктом поборювання. Звісно, все це дурня, це просто ілюзія. Ідеалу не існує, все це — обман. Ми прагнемо до різних речей, але час від часу виявляємо, що женемося за хибним ідеалом, який нам вчергове підсовує суспільство (і журнал «Вог»!).

Уперше побачивши Мелісу, я не могла позбутися думки, що вона просто якось по-своєму намагається впоратися зі своїми турботами молодій матері (і згодом виявилось, що так воно й було). Або що вона весь вечір не спускала сина з рук тільки тому, що вони з чоловіком трохи запізнились і не знали, що дитину можна було тимчасово залишити під наглядом виховательок (саме так і було насправді, як я дізналась пізніше). Або що, можливо, і це лише *припущення*, якимось чином я її налякала (також правда).

Натомість я побачила в ній суперницю.

Я дивилась на неї й думала, що бачу перед собою жінку, *кращу* за мене. Яка легше несе тягар материнства. Швидше

встановлює контакт з дитиною. Вдаліше поєднає материнство й роботу. Швидше позбувається зайвої ваги після вагітності.

І тут ми переходимо до другої складової буття жінкою: харчування салатами. Відколи це стало обов'язковим ритуалом для жінок? Ні, ніхто ж не проти салату як окремої страви, якщо серед його інгредієнтів ціле куряче філе, перемішане з авокадо, сиром, яйцями й кукурудзяними чіпсами, і все це щедро залите сметанним соусом (грамів 350). Але замовляти манюсінський салатик — без сухариків, із соусом, що подається окремо, — і казати «ой, як славно!» — це прикол клінічного божевільного. Або якийсь ідіотський ритуал для конкурентів. Маніпуляція свідомістю. Пустопорожнє базікання.

Гірко спостерігати, як твоя чудова розумна подруга замовляє крихітне блюдечко з травичкою, та ще гірше — слухати, як вона при цьому виправдовується, мовляв, має узяти на обід салатик, бо сніданок в неї був занадто ситний, чи тому, що вона «останнім часом погано поводитись».

Не маю нічого проти здорового способу життя, якого, здебільшого, й дотримуюсь. Щоранку я готую здоровий і вигадливий сніданок. Чи не щовечора варю їсти. Часто купую мигдаль і намагаюсь регулярно його їсти, хоч би й через не хочу. Щодня випиваю два з половиною літри води. Не згадаю, коли востаннє їла цукерку. І, маючи під рукою вдосталь сирного соусу начо, можу реально впхати в себе якусь кількість овочів.

Мене бісить, коли жінки картають себе за кожну крихту, що потрапляє їм до рота. Або заявляють безапеляційно, що при самій лише згадці про вуглеводи їх «роздуває, як повітряну кульку». Або кардинально змінюють спосіб життя: то

БАЖАННЯ

навіки відмовляються від цукру, то їдять усе «очищене». А що за чортівня з усіма цими соковими дієтами? Ну, ось візьміть отой шпинат, розітріть його в юшку, випийте, і на вас гарантовано нападе швидка Настя. Неповторні відчуття не полишатимуть вас цілий тиждень!

Мені на думку спадає тільки одна причина, з якої жінки прирікають себе на такі тортури: бажання досягти кимось нав'язаного стандарту, щоб стати гідними супротивниками. Перед ними маячіє образ здоровішої, стрункішої, крутішої жінки, і вони зопалу кидаються в сокоочисний, цілодобово-діарейний, салатно-харчувальний, гіперконкурентний режим життя. І ось вродливі, талановиті, яскраві жінки починають гнобити себе одержимістю їжею, вагою і глютенном. Використовують їжу як кару. Ненавидять себе. Їдять з відчуттям провини. А сльози — то найгірша приправа до біфштекса.

Знову ж таки, вести здоровий спосіб життя — це чудово: пити воду замість кока-коли, гарнір робити з фруктів, не захоплюватися червоним м'ясом, більше рухатися. Багато, дуже багато людей так і роблять, навіть не замислюючись про це, не додаючи це до дитячих спогадів і не постячи у фейсбуці.

І ці люди — чоловіки.

Чоловіки не колупаються соромливо у своїй їжі й не порівнюють себе з іншими чоловіками. Мій чоловік ніколи не питав мене, дивлячись на якогось іншого чоловіка: «Як ти вважаєш, він кращий батько, ніж я?» І йому не забивало дух від запаху бекону.

Не перебуваючи під постійним тиском взаємного побоювання, не поринаючи в глибокі роздуми з приводу кожного з'їденого шматочка цукру і не картаючи себе за насолоду,

отриману від міцного напою, чоловіки мають у своєму розпорядженні вдосталь часу, щоб винаходити всяку всячину й отримувати за це вдвічі більшу зарплатню.

Я цілком свідома того, що жінки зазнають утисків, невідомих їхнім чоловікам-партнерам. Думаю, що виборча кампанія 2016 року це довела. Але якби, просто *увімо*, якби ми, всі жінки разом, почали поводитися так, ніби ніяких утисків немає, то одного дня вони б зникли. Якби ми почали вважати одна одну соратницями, а не опонентами, то тоді ми припинили б змагатися і запросили б одна одну обідати.

І замовили б гамбургер.

Ми б перестали прискіпливо колупатися у своїй їжі. Ми б перестали порівнювати себе з іншими жінками. Ми б перестали думати, що заняття на велотренажері — це єдине виправдання з'їденого шматочка торта. І тоді ми б доклали більше зусиль, щоб збити з чоловіків пиху. І почали б ми з того, що над'їли б з їхніх тарілок смаженої картоплі.

Я це кажу з власного досвіду. Через три роки після тієї першої вечері, де я познайомилася з Мелісою, ми з нею стали близьким подругами. Почалося з того, що подружилися наші діти. Її син Джек і моя дочка Лоурі обохнюють одне одного з тією дивовижною силою і простотою, на яку здатні лише маленькі діти, перш ніж на них навалиться суспільство з усіма своїми умовностями.

Коли Меліса та я одночасно завагітніли другою дитиною, наш зв'язок лише зміцнів. Обмін текстовими повідомленнями й електронними листами, спільні походи в кав'ярню допомогли нам вийти із зони конкуренції й опинитися в місці, овіяному турботою і затишком.

Після народження наших других дітей — у кожної з нас по маленькій дівчинці — ми відсвяткували цю подію,

побажавши малюкам здоров'я, і кожна з нас була вдячна своєму тілу за те, що воно змогло виносити дитину. Ми не говоримо про годування грудьми, про те, як швидше позбутися зайвої післяпологової ваги, не обмінюємося нашими улюбленими низькокалорійними рецептами для тиховарки «Crock-Pot». І коли ми хочемо поїсти разом, то не піднімаємо ставки, замовляючи салат.

Тепер моя молодша дочка, Лондон, і дочка Меліси, Кеті, разом перебувають у класі денного догляду за дітьми. Уперше залишивши тут Лондон, я дуже переживала. Я сиділа на роботі й плакала, перебираючи фотографії її народження, коли на мобільному телефоні прозвучав сигнал про надходження повідомлення. А потім висвітилося текстове повідомлення від Меліси разом з фото наших дочок. Залишаючи Кеті в класі, Меліса поклала її поряд з Лондон на великий мат. Дівчатка інстинктивно потяглися одна до одної й узялися за ручки. Меліса розповідала, що це тривало якусь мить, але між двома подружками явно відчувалася приязнь.

Тож, можливо, прийдешнє покоління жінок вже не наступатиме на граблі конкуренції. Може, до того часу жінки в усьому цьому нарешті розберуться. І присвячуватимуть свій час розмовам про поліпшення життя, зміну світу й порятунок планети. І вони не зациклюватимуться на черговій дієті, не ганятимуться за модою і не вихвалитимуться в соціальних мережах своїми поглядами на виховання дітей.

Можливо, жінки наступного покоління будуть просто самі собою і тим пишатимуться. Вони рано усвідомлять свою рівність з представниками протилежної статі, як зробили Лоурі й Джек. І, може, так само рано вони виявлять свою рівність між собою, як зробили Лондон і Кеті.

Вони не конкуруватимуть. А ще вони їстимуть. Ось таку надію я плекаю для жінок наступного покоління, бо саме їм я допомагаю зростати. І роблю я це щодня з ось такою провідною думкою: я заглядаю в майбутнє років на двадцять уперед, і бачу, як мої дочки обідають разом. Вони часто зустрічаються, бо вони близькі між собою, можна навіть сказати — найкращі подруги. І мені аж дух перехоплює, коли я бачу, якими вони стали красивими й сильними. Вони їдять бутерброди й сміються.

І хоч я не чую, що саме вони кажуть, сподіваюсь, що вони обговорюють свої найзаповітніші пристрасті в житті й насолоджуються мріями одна одної. Я хочу, щоб вони розуміли, що між ними немає конкуренції, й ніколи не було. І що її так само немає між іншими людьми. Я сподіваюсь, вони пам'ятають, що треба ігнорувати бажання інших і зосереджуватися на своїх власних бажаннях. Гадаю, вони підбадьорюють одна одну. Понад усе надіюсь, що вони розмовляють про щось важливе. Але не про вагу.

НЕ КОНТРОЛЮЙТЕ ЧУЖІ БАЖАННЯ І НЕ ДОЗВОЛЯЙТЕ ЧУЖИМ БАЖАННЯМ КОНТРОЛЮВАТИ ВАС

Як тільки ви припинили плутати свої бажання з чужими, у вас тут-таки виникає спокуса нав'язати *свої* бажання комусь ще. Особливо, коли йдеться про те, в чиїх руках буде перебувати пульт дистанційного управління в п'ятницю ввечері. Одним із важких для засвоєння життєвих уроків є такий: стій на своєму, навіть коли відчуваєшся невпевнено. Це означає, що треба прийняти зроблений вами вибір для побудови бажаного життя, навіть якщо він відрізняється