یونگ شناسی کاربردی

چاپ چهارم

ژرفای زن بودن

چرا زنان موفق
با وجود
موفقیت‌های اجتماعی
فراوان
احساس رضایت
نمی‌کنند؟



مورین مورداک
ترجمه سیمین موحد

این اثر با مجوز مؤلف در ایران منتشر شده است.



ژرفای زن بودن

مورین مورداک
ترجمه سیمین موحد

Depths of Womanhood

Maureen Murdock



بارها و بارها از زنانی در محدوده سنی سی تا چهل سال شنیده‌ایم که از موفقیت هایی که در بازار کار بدست آورده‌اند ناراضی هستند. آن ها، این نارضایتی را به صورت احساس مفید نبودن، پوچی، عجز و حتی احساس خیانت بیان می‌کنند. این زنان از شیوه معمول زندگی مردان که اصطلاحاً «سفر قهرمانی مردان» می‌نامیم استقبال کرده و موفقیت تحصیلی، هنری یا مالی کسب کرده‌اند، اما برای بسیاری از آنها این پرسش همچنان باقی است که این همه تلاش چه فایده‌ای داشته است؟

در واقع، انگیزهٔ کسب موفقیت در زندگی، این زنان را وادار کرده با فشار کار بیش از حد، خستگی، فرسودگی و ابتلا به بیماری های ناشی از فشارهای روحی مواجه شوند و در نتیجه هم اکنون نمی دانند چگونه باید از این مخمصه خارج شوند. وقتی آنها برای اولین بار بدنبال کسب موفقیت و تأیید و تحسین دیگران رفتند، انتظار چنین عاقبتی را نداشتند. جالب آن که وقتی چنین زنانی پس ازدوره بازنشستگی به خانه برمی گردند کسی خوشحال و منتظر آنان نیست و اگر نیم نگاهی هم به زندگی بیرونی شان بیاندازند دیگر احساسی از تشویق مردان برای انجام کارهایشان به آن ها دست نمی دهد. در یک کلام احساس می کنند زندگی را باخته‌اند.

مورین مورداک نویسنده کتاب که خود آسیب خورده سفر مردانه است، در این کتاب نقشه «سفر قهرمانی زن» را ترسیم می کند. او با بهره گیری از تئوری روان شناسی تحلیلی کارل گوستاو یونگ، نقشه‌ای که به زن احساس حرکت در مسیر تکامل و در عین حال احساس خرسندی و رضایت از روند مسیر را می‌دهد ارائه می کند.

انتشارات
بنیاد فرهنگ زندگی
وابسته به مؤسسه بنیاد فرهنگ زندگی بالنده
www.bonyadonline.ir
E-mail : info@bonyadonline.ir
ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۲۰۵-۸-۱

ژرفای زن بودن

چرا زنان موفق
با وجود
موفقیت‌های اجتماعی
فراوان
احساس رضایت
نمی‌کنند؟

انتشارات بنیاد فرهنگ زندگی



Depths of Womanhood

Maureen Murdock



ژرفای زن بودن

نویسنده : مورین مورداک
مترجم : سیمین موحد
ویراستار تخصصی : مریم طهماسبی
با تشکر ویژه از کیانوش کمانگر، خدیجه پالیزوان، زهره ابطحی
ناشر : بنیاد فرهنگ زندگی (وابسته به بنیاد فرهنگ زندگی بالنده)

شمارگان : ۱۰۰۰ نسخه
قیمت : [redacted] تومان
تلفن تماس : ۱-۸۸۷۳۸۱۸۰
نشانی : پل سید خندان، ابتدای سهروردی شمالی -پلاک۸۲۹-طبقه دوم- واحد۶
شابک : ۱-۸-۹۱۲۰۵-۶۰۰-۹۷۸

سرشناسه	:	مرداک، مورین، ۱۹۴۵ - م. Murdock, Maureen
عنوان و نام پدیدآور	:	ژرفای زن بودن: چرخه قهرمانی زنان در سفر زندگی/ به قلم مورین مورداک؛ ترجمه سیمین موحد.
مشخصات نشر	:	تهران : بنیاد فرهنگ زندگی،۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	:	۲۶۴ ص.
شابک	:	۱-۸-۹۱۲۰۵-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	:	فیپا
یادداشت	:	عنوان اصلی: The heroine's journey, ۱۹۹۰.
موضوع	:	زنان -- روان‌شناسی
موضوع	:	زنانگی
موضوع	:	نقش جنسیت
شناسه افزوده	:	موحد، سیمین، ۱۳۳۷ - ، مترجم
رده بندی کنگره	:	HQ۱۲۰۶/م۴ژ۴۱۳۸۹
رده بندی دیویی	:	۴۲/۳۰۵
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۲۱۹۰۴۶



به نام خدا

فهرست مطالب

بازگشت زنان به هویت از دست رفته **یازده**
سفر زنانگی؛ سفری بی‌نقشه **پانزده**

مقدمه **۱**

فصل یک جدایی از زنانگی **۱۷**
مادران: قربانی یا مقصر؟ ۱۷
طرد زنانگی ۱۹
سفر آغاز می‌شود: جدایی از مادر ۲۲
مادر اعظم و مادر وحشتناک ۲۴
طرد مادر ۲۷
جدایی از مادر خوب ۲۹
طرد بدن زنانه ۳۱
طرد دختر توسط مادر ۳۵

فصل دوم همذات‌پنداری با مردانگی ۳۹
دختران پدر ۳۹
پدر در جایگاه متحد دختر ۴۳
همذات‌پنداری با پدر: دختر بابا ۴۴
زن قهرمان در جستجوی متحدانی چون پدر ۴۸
وقتی متحد مذکر مثبت در زندگی زن وجود ندارد ۵۰
اعتیاد به کامل بودن ۵۴
یادگیری قوانین بازی با بابا ۵۶
زن قهرمان و یافتن هویت ۵۸

فصل سوم جادهٔ امتحانات دشوار ۶۱
رویارویی با غول‌ها و هیولاها: در جستجوی گنج ۶۱
افسانهٔ وابستگی ۶۴
هیولای دو سر ۶۷
افسانهٔ حقارت زنان ۷۰
کشتن غول مستبد یا منتقد بی‌رحم درون ۷۲
افسانهٔ عشق رمانتیک: ۷۴
شوالیهٔ زره‌پوش در جستجوی دوشیزه دربند ۷۴
افسانه سایکی و اروس: ۷۶
تحول عمیق درونی از جایگاه منتظر به عاشق حقیقی ۷۶

فصل چهارم آرزوی موهوم موفقیت ۸۱
استعارهٔ ابرزن ۸۱
پیامدهای ابرزن شدن ۸۴
متظاهر بزرگ ۸۷
افسانهٔ هرگز کافی نبودن ۹۱

فصل پنجم زنان قوی می‌توانند نه بگویند ۹۵
احساس خیانت ۹۶
وقتی گرمای درونی وجود یک زن از بین می‌رود چه اتفاقی می‌افتد؟ ۹۹
خشکی روح ۹۹
وقتی پدر به دختر خیانت می‌کند: افسانه ایفی‌ژنیا ۱۰۱
گذر از دنیای مردسالار: سفر به روی آب‌های بدون نقشه ۱۰۸
وقتی زنان «نه» می‌گویند چه اتفاقی می‌افتد؟ ۱۱۱
نه گفتن، مقدمهٔ ملاقات با مادر اعظم ۱۱۳

فصل ششم سفر به سرزمین تاریک روح ۱۱۷
تشرف زنان به جهان زیرین ۱۱۷
جستجوی قطعات گمشدهٔ وجود ۱۲۲
رمز و رازهای مادر /دختر ۱۲۵
افسانهٔ دیمیتر، پرسفون و هکاته ۱۲۵
اندوهِ مادر: الههٔ گندم ۱۳۰
هبوط اینانا: جستجوگر سرگردان ۱۳۴
ملاقات با مادر تاریک ۱۳۸
رنج آگاهانه و بازگشت ۱۴۰

فصل هفتم میل شدید برای پیوند دوباره با زنانگی ۱۴۵
رؤیای بچه کرم ۱۴۵
جدایی جسم و روح ۱۴۷
جنسیت زنانه ۱۴۹
نفی غرایز زنانه: پیام‌های فرهنگ خانواده دربارهٔ بدن زنان ۱۵۰
این بدن من است ۱۵۳
رابطه با احساسات زنانه: درپوشی روی قلب ۱۵۴

اندوه جدایی از زنانگی ۱۵۶
مادربزرگِ عنکبوتی: داستانی از زنانگی خردمندِ حمایتگر ۱۵۷
زنانگی در نقش حافظ و نگه‌دارنده ۱۶۱
زنانگیِ خلاق: مارپیچِ در حال تغییر ۱۶۲
پاکسازی ظرفِ زنانه: پذیرش خود همان‌گونه که هستیم ۱۶۴

فصل هشتم شکاف روحی بین مادر و دختر چگونه شفا می‌یابد؟ ۱۶۷
دخترانِ مادری‌ندیده: پرکردن شکاف با پرورشِ مادرِ درونی ۱۶۸
عقده مادر: گره‌ای بر روان جمعی ۱۷۱
در جستجوی مادرِ شخصی ۱۷۳
زن خردمند درون ۱۷۷
شفا در طبیعت و جامعه ۱۷۸
مادربزرگ، راهنما و زن با بصیرت ۱۷۹
زنان اسطوره‌ساز ۱۸۲
سرچشمهٔ تصاویر الهه ۱۸۴
رؤیای زن قدرتمند ۱۸۶
واژه‌ها و نوشته‌های زنانه ۱۸۸
پس گرفتن تاریکی ۱۸۹
بازپس‌گیریِ زن سرکوب شده ۱۸۹
بازپس‌گیری قدرت زنانه ۱۹۴

فصل نهم یافتن مردِ مهربان درون ۱۹۹
شفای مردانگی زخمی ۱۹۹
مردانگیِ بی‌پیوند با زنانگی ۲۰۱
آزادسازی قدرت زنانه ۲۰۳
ازدواج مقدس ۲۰۴

زن خردمند و مرد مهربان درون ۲۰۶
قدرت‌های شفابخش زندگی: هیلدگارد ۲۱۰
رؤیای وحدت مقدس ۲۱۱

فصل دهم فراسوی دوگانگی ۲۱۵
نقش مردسالاری در ایجاد شکاف بین زنانگی و مردانگی ۲۱۸
چشم‌انداز جامع دایره‌ای ۲۲۰
ماهیت دوگانه الوهیت ۲۲۳
مسیحیتِ سلتی ۲۲۵
دایره، الگویی برای زندگی ۲۲۸

نتیجه‌گیری ۲۳۳

آشنایی با ساختار روان از دیدگاه روان‌شناسی تحلیلی ۲۳۵

بازگشت زنان به هویت از دست رفته

کارل گوستاو یونگ روان‌تحلیل‌گری بود که ابتدا به‌شدت به روانکاوی فروید علاقمند بود و از آن دفاع می‌کرد ولی بعدها انتقادهای او به فروید منجر به جدایی آن‌ها شد. یونگ گرچه نسبت به نگاه فروید که همه چیز را جنسی می‌دانست معترض بود، اما بیش از هر نظریه‌پرداز دیگری بر اهمیت و نقش فرایندهای ناهشیار و کهن‌الگوها بر رفتار انسان تأکید داشت.

یونگ نقش‌های متفاوتی را برای زنان و مردان قائل بود. در نظریهٔ یونگ همهٔ انسان‌ها بخشی از جنس دیگر را در درون خود دارند و کهن‌الگوی آنیما معرف بخش زنانهٔ روان مردان و کهن‌الگوی آنیموس معرف بخش مردانهٔ روان زنان است. زنان در اصل هیجانی و مراقبت‌کننده و مردان در اصل منطقی و مقتدرند و تحلیلگران یونگی وظیفهٔ خود می‌دانند که به جنبه‌های زنانه و مردانهٔ انسان‌ها توجه کنند.

البته این مفاهیم در نظریهٔ یونگ نقش‌های کلیشه‌ای جنسیتی را تقویت می‌کند و معتقد است که ماهیت زنان با مردان متفاوت است و لذا هر یک اهداف، آرزوها و مسیر خاص خود را باید دنبال کند، در غیر این صورت باید منتظر عواقب جبران‌ناپذیر این انتخاب باشد. البته رویکردهای فمنیستی با چنین تعبیری از زنان و مردان مخالف‌اند، اما توجه به کهن‌الگوها آگاهی هشیار و ناهشیار هر جنس را از جنس دیگر افزایش می‌دهد.

عقاید یونگ به‌شدت در میان مردم آمریکا معروف شد و یکی از دلایل این معروفیت مجموعهٔ تلویزیونی جوزف کمپبل بود که اهمیت اسطوره در زندگی مدرن را به نمایش می‌گذاشت. خانم مورین مورداک نویسنده این کتاب پس از سال‌ها مطالعه در محضر آقای کمپبل متوجه شد که او فقط به سفر مردان قهرمان معتقد است و برای سفر زنان قهرمان جایگاه و مسیر خاصی قائل نیست و زن قهرمان را وسیلهٔ سفر مرد قهرمان می‌داند. در حالی که خانم مورداک در تجربیات زندگی شخصی خود و روان درمانی با زنان متوجه درد و رنج و نارضایتی آن‌ها از سفر قهرمانانه شد، سفری که متفاوت و پیچیده‌تر از سفر مردان قهرمان است.

سفر زن قهرمان از مرحلهٔ جدایی از بخش مردانه یعنی جدایی از ارزش‌های سنتی زن بودن مانند خانه‌داری، مادری و وابسته بودن شروع می‌شود و پس از همانندسازی با بخش مردانه، روبه‌رو شدن با دشواری‌های این سفر و کسب موفقیت، بار دیگر نیازمند بازگشت به بخش زنانه خود است و بالاخره به یکپارچه کردن بخش زنانه و مردانه یعنی آنیما و آنیموس خود می‌پردازد، دوگانگی را پشت سر گذاشته و به تمامیت وجود خود دست می‌یابد.

البته خانم مورداک این الگوی جالب سفر دایره‌وار زن قهرمان را با در نظر گرفتن الگوی سفر کمپبل و مبتنی بر افکار یونگ و مؤلفه‌هایی از روابط شیئی به تصویر کشید که برای خوانندگان این کتاب به‌خصوص زنان می‌تواند جالب و آموزنده باشد و الگوی ارائه شده در این کتاب را می‌توان با تجربه‌های شخصی خود نیز مقایسه نمود.

خانم طهماسبی که در زمینهٔ روانشناسی یونگ کار می‌کند از من درخواست نمود که پیشگفتاری بر این ترجمه بنویسم که با توجه به محتوای جالب و اینکه این اثر را مفید و جالب یافتم، این کار را پذیرفتم. من به‌عنوان روانشناس و عضو هیأت علمی دانشگاه این کتاب را در تدریس نظریهٔ یونگ

در درس نظریه‌های مشاوره و روان درمانی به دانشجویان کارشناسی ارشد و دکتری توصیه می‌کنم.

این کتاب همچنین می‌تواند برای روان‌تحلیلگرانی که با نظریهٔ یونگ کار می‌کنند و یا از مؤلفه‌های این نظریه در رویکردهای درمانی خود با زنانی که الگوها و مسیرهای غلط مردانه را برای سفر اجتماعی و کسب موفقیت موهوم تقلید کرده‌اند و ماهیت زنانهٔ خود را از دست داده و به دنبال تحسین و خشنودی دیگران فرسوده و دچار مشکلات جسمی و روانی شده‌اند به کار گرفته شود تا بدین طریق زنان به صدای درون خود گوش داده و بخش‌های سرکوب شدهٔ وجود خود را به رسمیت بشناسند.

مطمئن هستم که استادان و دانشجویان و سایر علاقمندان به مباحث روان‌تحلیل‌گری یونگ از این کتاب استفاده خواهند کرد.

دکتر سیده خدیجه آرین
روانشناس و عضو هیأت علمی
دانشگاه علامه طباطبایی

سفر زنانگی؛ سفری بی‌نقشه

برای نوشتن در وادی زنانگی سفرهای بسیار باید کرد. برای آنان که چون من در ابتدای سفر هستند، نوشتن دربارهٔ کتابی که از چرخه‌های کل زندگی زنان می‌گوید کار دشواری است. اما عشق به روح زنانه و صفت جمال خداوندی بزرگ‌ترین موهبتی است که تنها از آغاز سفر نصیبم شده است.

در طول سه سالی که با این کتاب انس و الفت داشتم، یکی از برجسته‌ترین نقاط قوّت آن برای من، پیش‌گام بودن آن در عرصه‌ای است که کمتر کسی جرأت ورود به آن را به خود داده است: عرصهٔ معنا و مفهوم زنانگی و خواسته‌های زنان از زندگی. نویسندهٔ کتاب، خانم دکتر مورین مورداک، حدود ۲۰ سال پیش و هم‌زمان با نویسندهٔ شهیر و روان‌تحلیل‌گر مجرب دیگر خانم دکتر کلاریسا پینکولا استس این قدم بزرگ را برداشت.

خانم دکتر مورداک در این کتاب کوشیده است تا با استفاده از الگوی زندگی زنانی که در پیرامون خود یافته، برای یکی از پیچیده‌ترین وجوه انسان یعنی وجه زنانهٔ وی، چرخهٔ سفر زندگی را ترسیم کند. با اینکه خود وی اذعان می‌دارد که زنانگی سفر به روی آب‌های بی‌نقشه است، اما آنچه وی ارائه می‌کند، تصویری از تجربیات مشترک زنانی است که خود نیز مانند آن‌ها منزل‌های مختلف سفر را گذرانده است.

من معتقدم، در این برهه از زمان که زنانِ کشور ما در مسیر تحصیلات عالیه و اشتغال به کار گام‌های بزرگی برداشته‌اند، چرخه‌ها و منزلگاه‌های

ارائه شده در کتاب برای زنان ایرانی قابل‌درک و استفاده است. به‌ویژه که با بهره‌مندی از این تجارب می‌توان از تکرار اشتباهات صورت گرفته در غرب نیز خودداری کرد.

سفرِ زنان برای شناخت ژرفای خویشتن، سفری بسیار کهن و حتی اسطوره‌ای است. زنان از دیرباز به گرد آتش جمع می‌شدند و احساسات و دانش خود از زندگی را با یکدیگر به اشتراک می‌گذاشتند. اما از زمانی به بعد (به‌ویژه پس از انقلاب صنعتی) به زنان این‌گونه القاء شد که دست از این کارهای زنانه (با لحن تحقیرآمیزی که بیشتر ما به‌خوبی می‌شناسیم) بردارند و فرصت‌های جدید شغلی را در آغوش بگیرند. زنانِ چندین نسل باور کردند که پرورش فرزند آدمی در مقایسه با دستمزد کار بیرون از خانه، بی‌ارزش است و جمع شدن زنان در کنار هم و سخن گفتن از عواطف و احساسات نسبت به زندگی کاری بیهوده و بی‌ثمر است. نتیجه آن شد که در این گسست رخ داده میان زنان و زن بودن، بخشی از خرد و دانش زنانه که سینه به سینه از مادر (یا جمع‌های مادرانه) به دختران منتقل می‌شد، از دست رفت. نسبت دادن الفاظ تحقیرآمیز (مثل خاله‌زنک‌بازی) به ارتباطات زنانه، بخش عمده‌ای از زنان را واداشت تا آنچه را از سوی زنان نسل قبل می‌آمد به کلی منکر شوند و خود را روشنفکرتر و فرهیخته‌تر از همهٔ زنان ماقبل خود بدانند. در حالی که بخش عمده‌ای از دانش زنان نسبت به زندگی، دانشی شهودی، غریزی و درونی است که در ارتباطِ زنان با یکدیگر عمق می‌یابد و درک می‌شود.

با این توضیحات، ممکن است تصور کنید که این کتاب در پی نفی دستاوردهای اشتغال و تحصیل زنان است که ابداً چنین نیست. آنچه خانم مورداک به چالش می‌کشد، پیروی تمام از قرائت مردانه برای زندگی است. اینکه ما باور کنیم که برای مثال سند شش دانگ تجارت و شیوه‌های آن را به نام مردان زده‌اند و هر زنی که بر این وادی وارد می‌شود، پیش از گاهِ ورود باید رخت زنانه از تن به در کند و همچون یک مرد در این عرصه ورود نماید. آنچه

در این کتاب نفی می‌شود، قربانی کردن زنانگی در ازای موفقیتی موهوم در دنیایی است که مردان همهٔ قواعد بازی را از قبل معلوم کرده‌اند و زنان برای ورود به بازی مجبور به پذیرش این قواعد می‌شوند.

و آری! این چالشی جدی و سفری طولانی است که زنان را به بازگشت به‌سوی خویشتن ترغیب می‌کند.

سفر از جایی آغاز می‌شود که ما دچار عدم‌تعادل هستیم. عدم‌تعادل میان آمال و آرزوهای درونی با اعمال بیرونی، عدم‌تعادل میان کار بیرونی و روابط عاطفی درونی، عدم‌تعادل و فاصله میان استعدادها و توانمندی‌ها با وظایف و مسئولیت‌های خانوادگی و اجتماعی. در آغاز سفر احساس کسی را داریم که روی یک شکاف عمیق ایستاده است. شکاف میان جایی که فکر می‌کردیم باید باشیم و جایی که اکنون ایستاده‌ایم. شکاف عمیق میان انتظارات و امیدها با آنچه به وقوع پیوسته است.

زنانی که اندیشیده بودند پس از فتح تمام قله‌های شغلی و اثبات توانمندی‌های خود به دنیای مردان به حس شادمانی و رضایت و سرخوشی محض می‌رسند، به‌جای آن پوچی و اندوه را تجربه می‌کنند. زنانی که فکر می‌کردند با «بله» گفتن به همه، با از خود گذشتگی بیش از حد و با آغوشی همیشه باز، روزی می‌رسد که اهل خانه آنان را چون ملکه‌ای عزیز که فقدانش در خانه تحمل‌ناپذیر است، تقدیر می‌کنند و آنچه به‌دست می‌آورند آشیانه‌ای خالی و زندگی در تنهایی یا تلخی و ناخشنودی از عمر پشت سر گذاشته شده است.

سفر به وادی زنانگی با پرسش‌های دردناکی آغاز می‌شود. اما به قول کارل گوستاو یونگ، اگر پیش از پاسخ دادن به این پرسش‌های دردناک از شر آن‌ها خلاص شوید، همراه آن‌ها از شر خودتان هم خلاص خواهید شد!

این سفر مکان خاصی را هدف نگرفته است. قرار نیست شمشیر به‌دست بگیریم و به جنگ اژدها برویم. در این سفر، شمشیرها در غلاف است و نقشه

گنج در گنجه! این سفر شیرجه‌ای است بـه درون خـود. سـفری بـه ژرفـای خویشتنِ خویش.

سفر نقطه پایان هم ندارد و در سن و سال خاصی هم رخ نمی‌دهد. این چرخهٔ زندگی بارها و بارها تکرار می‌شود و ما را به سفری دیگر می‌خواند. امیدوارم در این سفرِ به ژرفای زنانگی احساس شادمانی را تجربه کنید.

آنچه به‌صورت پاورقی تحت عنوان ناشر بر کـتاب افـزودم، تـنها نکـات مختصری است که شاید ذهن خوانندهٔ ایرانی را به برخی مطالب نـزدیک‌تر کند. این کتاب برای جامعهٔ امریکایی نوشته شده و با فرهنگ و اعتقادات و ارزش‌های جامعهٔ اسلامی ایران سازگار و هماهنگ نیست لذا با در نظر گرفتن و لحاظ اعتقادات و ارزش‌های بـومی و فـرهنگ اسـلامی از مـطالب کـتاب استفاده گردد.

در پایان بـه دوسـتانی کـه عـلاقه‌مندند بـه‌صورت اخـتصاری بـا تـئوری روان‌شناسی تحلیلی آشنا شوند توصیه می‌کنم قبل از مطالعه کتاب ضمیمه آشنایی با ساختار روان از دیدگاه روان‌شناسی تحلیلی را که در پـایان کـتاب آمده است مطالعه کنند. دانستن نظرات و تجربیات خوانندگان گرامی کـتاب برای ما بسیار ارزنده است. همهٔ راه‌های ارتباطی با بنیاد فرهنگِ زنـدگی در پایان کتاب ذکر شده است.

مریم طهماسبی

مقدمه

زنان و مردان عصر حاضر، در درون خود احساس خلأ غریبی دارند؛ آن‌ها تصور می‌کنند به دلایل گوناگون ماهیت لطیف زنانه[۱] خود را از دست داده‌اند و حس نکردن این روح زنانه، در وجود آن‌ها شکاف و خلأ بزرگی همچون یک زخم باز پدید آورده است. آن‌ها از این حقیقت بی‌خبرند که هر جا چنین کمبود، شکاف یا زخم بازی هست، شفا و درمان این زخم را باید در خون خود زخم ــ درون و معنای خود این شکاف ــ جستجو کرد. کیمیاگران کهن عقیده دارند «هیچ دارویی جز از خون خود زخم نباید ساخته شود.» بنابراین خلأ انرژی و ماهیت زنانه را نمی‌توان از طریق پیوند با ماهیت مردانه در خارج از وجود خود درمان کرد، بلکه برعکس لازم است با پیوندی درونی، با تلفیق بخش‌های زنانه و با به‌خاطر آوردن یا به‌هم پیوستن دوبارهٔ روان مادر و دختر شفا داد.

نور هال، ماه و باکره[۲]

طی سال‌هایی که به‌عنوان درمانگر با زنان سروکار داشته‌ام، بارها و بارها از زنانی در محدودهٔ سنی بین سی تا چهل سال شنیده‌ام که از موفقیت‌هایی که

---

۱. بر طبق نظریه کارل گوستاو یونگ روان‌شناس شهیر سوئیسی، هر انسان اعم از زن یا مرد دارای ویژگی‌های روانی هم زنانه و هم مردانه است. این وجه زنانه در مردان، آنیما و وجه مردانه در زنان آنیموس نام گرفته است. از آنجا که روح زنانه به زندگی لطافت و سرزندگی را تزریق می‌کند، جستجو و کاربرد آن هم برای زنان و هم برای مردان امری ضروری به‌نظر می‌رسد. (ناشر)

2. Nor Hall, *The Moon and the Virgin*

در بازار کار به‌دست آورده‌اند ناراضی هستند. آن‌ها، این نارضایتی را به‌صورت احساس مفید نبودن، پوچی، عجز و حتی احساس خیانت بیان می‌کنند. این زنان از شیوهٔ معمول زندگی مردان که اصطلاحاً «سفر قهرمانی مردان» می‌نامیم استقبال کرده و موفقیت تحصیلی، هنری یا مالی کسب کرده‌اند، اما برای بسیاری از آن‌ها این پرسش همچنان باقی است که این همه تلاش چه فایده‌ای دارد؟

در واقع، انگیزهٔ کسب موفقیت در زندگی، این زنان را وادار کرده است با فشار کار بیش از حد، خستگی، فرسودگی و ابتلا به بیماری‌های ناشی از فشارهای روحی مواجه شوند و در نتیجه هم‌اکنون نمی‌دانند چگونه باید از این مخمصه خارج شوند. وقتی آن‌ها برای اولین بار به‌دنبال کسب موفقیت و تأیید و تحسین دیگران رفتند، انتظار چنین عاقبتی را نداشتند. تصور نمی‌کردند برای اینکه «در اوج قله» باشند، مجبور شوند تا این اندازه از جسم و روح خود مایه بگذارند. با مشاهدهٔ آسیب جسمی و عاطفی زنان در طول این سفرِ زندگی قهرمانانه، به این نتیجه رسیدم که علت این همه رنج و درد، این است که آن‌ها در زندگی خود الگویی را انتخاب کرده‌اند که «وجود» اصلی آن‌ها را انکار می‌کند.

همیشه آرزو داشتم ارتباط سیر زندگی یک زن را با سفر یک زن قهرمان درک کنم. این آرزوی دیرین، برای من انگیزه‌ای شد تا در سال ۱۹۸۱ با جوزف کمپبل[1] صحبت کنم. می‌خواستم نظر کمپبل را هم بشنوم. وقتی او گفت که زنان نیازی به سفر ندارند، شگفت‌زده شدم. کمپبل به من گفت: «مسئلهٔ مهم این است که در کل سنت اسطوره‌ای، زن آن جایی است که باید باشد و تنها کاری که لازم است انجام دهد این است که دریابد، او در حالت عادی در همان موقعیتی قرار گرفته است که سایر مردم می‌خواهند به آن برسند. زمانی که زن، شخصیت شگفت‌انگیز خود را به‌درستی بشناسد، هیچ‌گاه با این تفکر که باید شبیه مرد باشد و مانند او رفتار کند، گیج نمی‌شود.»

1. Joseph Campbell

پاسخ او برای من بسیار عجیب بود و آن را کافی نمی‌دانستم. زنانی که می‌شناسم و با آن‌ها کار می‌کنم نمی‌خواهند در مقصد و انتهای راه قرار داشته باشند؛ نمی‌خواهند جایی باشند که سایر مردم می‌خواهند به آن برسند. آن‌ها نمی‌خواهند تجسم پنه‌لوپه[1] باشند و صبورانه انتظار بکشند، تا ابد ببافند و سرانجام بافته‌ها را از هم باز کنند. نمی‌خواهند به فرهنگ مسلط مردانه و خدایان مرد خدمت کنند، بلکه به الگوی جدیدی نیاز دارند که بتوانند تشخیص دهند زن کیست و چیست. آن ترویت[2] در کتاب خود به نام «*کتاب روز: یادداشت‌های روزانهٔ یک هنرمند*» می‌نویسد:

> مفهوم عمیق رمز و راز زنانگی به‌نظر دلپذیر می‌آید و فکر می‌کنم همیشه مرا به این احساس آرامش‌بخش بازمی‌گرداند که به مفهومی بسیار عمیق‌تر از آنچه که واژه‌ها بتوانند بیان کنند، در همان جایگاهی هستم که باید باشم. به همین ترتیب مردان نیز می‌توانند نوعی مفهوم عمیق رمز و راز مردانگی را احساس کنند که من فقط می‌توانم آن را تصور کنم. پذیرش تفاوت‌های زنان و مردان کاملاً معقول است. اینکه زنانگی برای من «خانه» است، به این معنا نیست که من می‌خواهم همیشه در خانه بمانم. اگر من هرگز از خانه بیرون نروم راکد می‌شوم. من بیش از آن انرژی، کنجکاوی و نیرو دارم که این‌قدر محدود بمانم. در محدودیت، کل حوزه‌های وجودم یا ناقص می‌ماند یا صدمه می‌بیند. اگر بخواهم نسبت به خودم مسئول باشم ـ که می‌خواهم ـ باید بتوانم آمال و آرزوهای خود را دنبال کنم.

در واقع، زنان باید در فرهنگ جامعه معاصر به جستجو بپردازند تا بتوانند طبیعت زنانه خود را به‌طور کامل بشناسند و در آغوش بکشند و بیاموزند

---

۱. همسر اودیسه قهرمان اسطوره‌ای که برای شرکت در جنگ تروی به سفری بسیار طولانی رفت و همسرش پنه‌لوپه در سال‌های غیبت او از طریق بافتن و شکافتن یک فرش زمان را سپری کرد و از ازدواج با مردان دیگری که خواستگار وی بودند، خودداری می‌کرد. (ناشر)

2. Anne Truitt

چگونه به‌عنوان یک زن برای خود ارزش قائل شوند و فاصلهٔ عمیقی را که در درون خود به‌علت کمبود انرژی زنانه احساس می‌کنند شفا بخشند. این سفر درونی بسیار مهمی است که زن را به یک انسان کاملاً منسجم، متعادل و کامل تبدیل می‌کند. سفر زن قهرمان نیز مانند بیشتر سفرها دشواری‌های خاص خود را داراست. مسیر این سفر نه ایستگاه راهنمایی دارد، نه راهنماهای قابل تشخیص، نه نقشه و نموداری برای سفر وجود دارد و نه از نظر تقویمی می‌توان سنی برای آغاز آن در نظر گرفت. سفر قهرمانی از هیچ خط مستقیمی پیروی نمی‌کند. این سفر، سفری است که به‌ندرت تأیید و تصدیق دنیای بیرونی را دریافت می‌کند؛ در واقع اغلب، دنیای بیرون در آن مشکل ایجاد می‌کند.

الگویی که برای سفر قهرمانی زن در این کتاب آورده شده است تا حدی از الگوی سفر جستجوگرانه و قهرمانانهٔ کمپبل گرفته شده است. اما زبان و مراحل آن ویژه زنان است و الگوی ظاهری آن خیلی زنانه به‌نظر می‌رسد. من شخصاً این سفر را در مرحله‌ای از زندگی با دردی که در ناحیه کمر به آن دچار شدم آغاز کردم.

بعد از پایان تحصیلات دانشگاهی در بهار ۱۹۸۳، یک دورهٔ آموزشی را در «مؤسسهٔ خانوادهٔ لوس‌آنجلس» می‌گذراندم و یک روش درمانی به نام «مجسمه‌سازی خانوادگی» را می‌آموختم. در روش مجسمه‌سازی خانوادگی، صحنه‌ای از یک نمایش اجرا می‌شود که مدام در خانوادهٔ هم‌خون شخص تکرار شود مانند صحنهٔ معمول صرف شام. در این نمایش، من در صحنهٔ صرف شامی شرکت می‌کردم که مادر، پدر و خواهر کوچک‌ترم در آن حضور داشتند. من در نقش خودم و سایر دانشجویان در نقش سایر اعضای خانواده‌ام نمایش را اجرا می‌کردند. در یک دورهٔ زمانی، خانوادهٔ من وضعیت خشک و منجمدی داشتند و هنگامی که من و دوستانم در این نمایش به اجرای این صحنه پرداختیم، ناگهان یکی از مهره‌های کمرم تیر کشید. من دیگر نمی‌توانستم برای حفظ صلح و آرامش در خانه خم و راست شوم.

مجبور شدم سه روز بی‌حرکت بمانم. در تمام این مدت کف اتاق نشیمن خانه بر روی شکم دراز کشیده بودم و بر درد و رنج خانواده‌ام می‌گریستم، درد و رنج خانواده‌ای که یاد گرفتم برای فراموشی مشکلات آن، سخت کار کنم و موفقیت‌های بسیار به‌دست آورم. سپس، از ماورای این اشک‌ها تصویری از سفر قهرمانی در برابرم شکل گرفت و مسیری را دیدم که دایره‌وار در جهت عقربهٔ ساعت می‌چرخید. در مسیر این سفر می‌توانستم ببینم که ابتدا به‌طور بسیار ناگهانی وجه زنانه‌ای را در وجود خود طرد کرده‌ام که خود من معرف آن بودم ــ یعنی زن وابسته، کنترل‌کننده و لبریز از خشم. بعد کاملاً در سفر آشنای قهرمانانهٔ بیرونی، حضور در جامعه، پیوستن به متحدان مذکر، کسب استقلال، اعتبار، پول، قدرت و موفقیت غرق شده‌ام و سرانجام در یک دورهٔ بی‌قراری از خشکی و نومیدی اجباراً به سرزمین تاریک روح ــ جهان زیرین ــ سقوط کردم و وجه تاریک زنانگی خود را ملاقات کردم.

در میان این تاریکی، لازم بود فاصله‌ای را که در اثر کمبود یا فقدان ماهیت زنانه در وجود خود احساس می‌کردم و اکنون آن را «**شکاف مادر /دختر**» یا «**زخم زنانهٔ عمیق**» می‌نامم از بین ببرم و آن را شفا دهم. بازگشت از سفر برای من به معنی تعریف دوباره و تصدیق ارزش‌های زنانه و ادغام این ارزش‌ها با مهارت‌های مردانه‌ای بود که طی نیمهٔ اول سفر آموخته بودم.

در حقیقت مسئولیت اصلی من در این سال‌ها برای زندگی خودم، درک مراحل سفر بوده است. در این روند، به‌تدریج به داستان‌های مراجعان و دوستان خود گوش دادم و برای کسب تأیید و تصدیق در جامعه‌ای که مردان بر آن سلطه دارند، به سطح عمیق‌تری از نیازهای خود نگریستم.

از دیدگاه من و بسیاری از زنان هم‌نسل من، این سفر، به‌صورت روندی برای کسب تأیید از نظام‌های مردسالار توصیف شده است، اما همگی ما به این شناخت رسیده‌ایم که نه تنها چنین تأیید و تصدیقی در کار نیست بلکه بسیار مخرب نیز هست.

من همان زنی هستم که اصطلاحاً «**دختر بابا**» خوانده می‌شود، یعنی زنی که بیشتر مواقع با پدر همذات‌پنداری می‌کند، مادر را طرد می‌کند و همواره در پی کسب تأیید و تحسین پدر و ارزش‌های مردانه بوده است. الگویی که در این کتاب برای سفر قهرمانی زن ارائه می‌شود، الزاماً دربردارندهٔ تجربهٔ تمام زنان در تمام سنین نیست و تنها به زنان محدود نمی‌شود. این الگو به سفر هر دو جنس مربوط می‌شود و تجربهٔ اکثر کسانی را توصیف می‌کند که می‌خواهند فعال باشند و به دنیا خدمت کنند، اما در عین حال از بلایی که جامعهٔ رو به توسعه بر سر روح و روان انسان و تعادل زیست محیطی سیارهٔ زمین آورده می‌ترسند.

حرکت در میان مراحل سفر به‌صورت دایره‌ای تصویر شده است و شخص می‌تواند در یک لحظه، در چندین مرحلهٔ سفر باشد. به‌عنوان مثال، در حال حاضر، من در روان خود هم روی شفای شکاف مادر / دختر کار می‌کنم و هم این دو بخش را در طبیعت وجود خود به‌هم می‌پیوندم. پس سفر قهرمانی زن چرخهٔ مداومی از رشد، پیشرفت و یادگیری است.

سفر با جستجوی زن قهرمان برای کسب هویت آغاز می‌شود. این «دعوت» به هیچ سن مشخصی اختصاص ندارد، بلکه موقعی رخ می‌دهد که «خویشتن قدیمی» دیگر مناسب آن دوره زندگی نباشد. این زمان، ممکن است موقعی باشد که زن، خانه خود را برای تحصیل در دانشگاه، اشتغال، سفر یا اقدام برای ازدواج ترک می‌کند. سفر قهرمانی زن در اثر «**جدایی از زنانگی**» آغاز می‌شود و با «**ادغام مردانگی و زنانگی**» پایان می‌یابد.

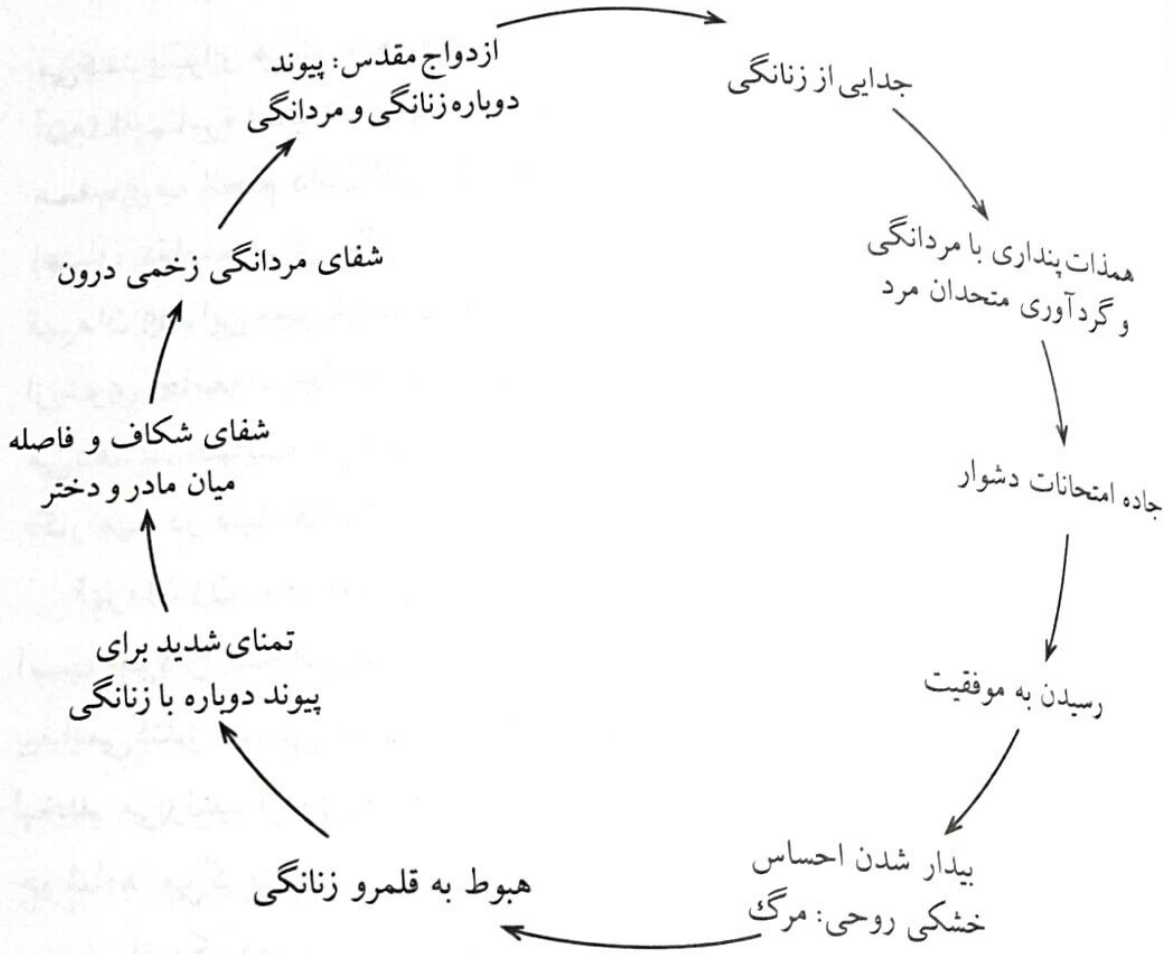
گاهی زن در میانسالی طلاق می‌گیرد، به سر کار یا دانشگاه برمی‌گردد، تغییر شغل می‌دهد، با خانه‌ای خالی (حاصل از فوت عزیزان یا استقلال فرزندان) روبه‌رو می‌شود، یا صرفاً زن ناگهان می‌فهمد هیچ حسی از وجود خود ندارد که بتواند شخصاً مالک آن باشد.

اغلب اوقات در نخستین مرحلهٔ سفر، زنانگی مانند خصوصیتی منفعل، دسیسه‌گر و غیرمفید طرد می‌شود. در بیشتر موارد، زنان در جامعه به‌صورت

چرخهٔ سفر قهرمانی زن

انسان‌های بی‌تمرکز و بی‌ثباتی تصویر شده‌اند که عواطف و احساسات به آن‌ها اجازه نمی‌دهد کاری را با موفقیت به انجام برسانند. این عدم‌ثبات و ناپایداری آشکار در زنان نه‌تنها توسط فرهنگ حاکم بر جامعه، بلکه توسط بسیاری از خود زنان نیز به‌عنوان ضعف، حقارت و وابستگی تعریف و پذیرفته شده است.

اغلب زنانی که در دنیای کسب‌وکار مردانه در جستجوی موفقیت هستند، سعی می‌کنند ثابت کنند که ذهن تیز و روشنی دارند، می‌توانند کارها را تا به آخر دنبال کنند و از نظر عاطفی و مالی مستقل باشند. مسائل خود را با پدر و خویشاوندان مذکر خود در میان می‌گذارند. آن‌ها الگوها و مربیانی را انتخاب می‌کنند که یا مرد هستند یا زنانی هستند که با مردان همذات‌پنداری



چرخهٔ سفر قهرمانی زن

انسان‌های بی‌تمرکز و بی‌ثباتی تصویر شده‌اند که عواطف و احساسات به آن‌ها اجازه نمی‌دهد کاری را با موفقیت به انجام برسانند. این عدم‌ثبات و ناپایداری آشکار در زنان نه تنها توسط فرهنگ حاکم بر جامعه، بلکه توسط بسیاری از خود زنان نیز به‌عنوان ضعف، حقارت و وابستگی تعریف و پذیرفته شده است.

اغلب زنانی که در دنیای کسب‌وکار مردانه در جستجوی موفقیت هستند، سعی می‌کنند ثابت کنند که ذهن تیز و روشنی دارند، می‌توانند کارها را تا به آخر دنبال کنند و از نظر عاطفی و مالی مستقل باشند. مسائل خود را با پدر و خویشاوندان مذکر خود در میان می‌گذارند. آن‌ها الگوها و مربیانی را انتخاب می‌کنند که یا مرد هستند یا زنانی هستند که با مردان همذات‌پنداری

می‌کنند و برای هوش و هدفمندی و بلندپروازی آن‌ها ارزش قائل هستند و به آن‌ها احساس امنیت، جهت و موفقیت می‌بخشند. برای این‌گونه زنان، همه‌چیز به انجام دادن کار، بالا رفتن از نردبان تحصیلی یا شغلی، کسب اعتبار، مقام، برابری مالی و احساس قدرت در دنیا ختم می‌شود. برای قهرمان زن، این تجربهٔ کسب اعتبار و قدرت، هیجان‌انگیز است و به‌طورکامل از سوی جامعه ــ جامعه‌ای که نهایت ارزش را به کاری که انجام می‌شود می‌دهد ــ حمایت می‌شود. در جامعهٔ امروز، هر چیزی کمتر از انجام دادن «کار مهم در دنیا» فاقد ارزش ذاتی است.

قهرمان زن زره خود را می‌پوشد، شمشیرش را برمی‌دارد، سریع‌ترین اسب خود را انتخاب می‌کند و راهی میدان نبرد می‌شود. سپس گنج خود را پیدا می‌کند: مدرکی پیشرفته، مقامی در شرکت، پول، اعتبار و اقتدار. مردان لبخند می‌زنند، از وی استقبال می‌کنند و به عضویت او در باشگاه خود، خوشامد می‌گویند.

پس از یک دوره تماشای منظره از بالا و لذت بردن از آن، اداره کردن همه چیز، از جمله کار و بچه‌ها، ممکن است این احساس در زن به‌وجود بیاید که «خب، بالاخره رسیدم. حالا نوبت چیست؟» اینک او دنبال مانع بعدی می‌گردد تا از روی آن بپرد، در پی ترفیع بعدی می‌رود، در رویداد اجتماعی بعدی شرکت می‌کند و هر لحظه از اوقات فراغت خود را با انجام دادن کاری پر می‌کند. او نمی‌داند چطور توقف کند یا نه بگوید و از فکر ناراحت کردن هر کسی که به او نیاز دارد نیز احساس گناه می‌کند. کسب موفقیت برای او به‌صورت اعتیاد درآمده است و قدرتی که تازه به‌دست آورده با «سرمستی» باورنکردنی همراه است.

اغلب اوقات در این مرحله است که زن با خود احساس ناهماهنگی می‌کند، ممکن است مبتلا به بیماری جسمی شود یا تصادف کند. او کم‌کم می‌پرسد «همهٔ این‌ها به چه درد می‌خورد؟ من همه چیز به‌دست آورده‌ام اما احساس پوچی می‌کنم. چرا این‌قدر احساس تنهایی و بیچارگی می‌کنم؟ چرا احساس خیانت می‌کنم؟ چه چیزی را از دست داده‌ام؟»

این زن قهرمان برای طرد مفاهیم منفی نسبت داده شده به زنانگی دچار عدم‌تعادلی با خودش می‌شود که او را هراسان و دل‌شکسته باقی می‌گذارد. او آموخته است که چطور کارها را به‌طور منطقی و کارآمد انجام دهد؛ اما سلامتی، رؤیاها و شهود خود را در این راه فدا کرده است. در حقیقت، آنچه او از دست داده، رابطهٔ عمیق با طبیعت زنانهٔ خود است. در این زمان، خرد جسمانی حساسیت خود را از دست می‌دهد، برای خانواده و طرح‌های خلاق خود وقت ندارد و دوستی‌های عمیق با زنان دیگر را از دست داده است.

به گفتهٔ کمپبل، «زن در وهلهٔ اول به پرورش دادن علاقه‌مند است، زن می‌تواند بدنی را، روحی را، تمدنی را و جامعه‌ای را بپروراند. اما اگر او هیچ چیزی برای پرورش دادن نیابد حس کارآمدی خویش را از دست می‌دهد.» به‌نظر من بسیاری از زنانی که از سفر قهرمانی مردانه استقبال کرده‌اند، فراموش کرده‌اند که چطور ــ خود را ــ بپرورند. آن‌ها گمان کرده‌اند که برای موفق بودن باید تندوتیز باشند و در این روند بسیاری از آن‌ها سرانجام به سوراخی در قلب خود رسیده‌اند.

آنچه کمپبل دربارهٔ بحران میانسالی مردان می‌گوید، می‌تواند در رابطه با گیجی و احساس عدم‌رضایت زنان در برابر موفقیت نیز صادق باشد. کمپبل می‌گوید: «آن‌ها به نوک نردبان رسیده‌اند و دریافته‌اند که نردبان به دیوار اشتباهی تکیه داده شده است. آن‌ها از همان آغاز کار، تشخیص اشتباه داده‌اند.»

برخی از زنان درمی‌یابند که در واقع، تلاش آن‌ها برای کسب موفقیت و تأیید دیگران، بر اساس خشنود ساختن والدین، به‌خصوص پدر درونی، استوار بوده است. وقتی زنان کم‌کم به انگیزه خود دقت می‌کنند، بعضی‌ها به‌سختی می‌توانند بخشی از وجود خود را به‌عنوان وجود خویش بشناسند. بنابراین احساسی از پریشانی بر آن‌ها غالب می‌شود. زن فیلمسازِ حدوداً چهل ساله‌ای می‌گوید: «وقتی به درون خود نگاه می‌کنم متوجه نمی‌شوم چه

کسی آنجاست. تنها چیزی که از آن مطمئنم این است که میل دارم به تمامی قلبم دسترسی یابم و تنها چیزی که می‌توانم به آن اعتماد کنم بدنم است.»

مشکل این زنان این است که آن‌ها به اندازهٔ کافی در مسیری که به‌سوی رهایی می‌رود سفر نکرده‌اند. آن‌ها یاد گرفته‌اند که چطور بر اساس الگوی مردانه موفق باشند، اما این الگو به‌تنهایی، نیاز آنان را برای اینکه شخص کاملی باشند برطرف نمی‌کند. زنی که تصمیم می‌گیرد برای به‌دست آوردن احساس ارزش و کسب موفقیت طبق قواعد دیگران بازی کند، در همان آغاز کار «راه را اشتباه انتخاب کرده است». از طرفی، وقتی زنی اراده کند که دیگر بر طبق قواعد جامعهٔ مردسالار بازی نکند، هیچ رهنمودی وجود ندارد که به او بگوید، چه کاری انجام دهد یا چه احساسی داشته باشد. وقتی او تصمیم بگیرد به روش‌های منسوخ و قدیمی زندگی تداوم ببخشد، زندگی مهیج و ترسناک می‌شود. «تغییر ترسناک است. اما جایی که ترس نیست قدرت هم نیست. اگر یاد بگیریم که بی‌آنکه بگذاریم ترس، ما را متوقف کند، ترس خود را احساس کنیم، ترس با ما متحد می‌شود و همچون نشانه‌ای به ما می‌گوید چیزی که با آن روبه‌رو شده‌ایم می‌تواند متحول شود. اغلب اوقات قدرت حقیقی ما در چیزهایی نیست که معرف امری آشنا، راحت و مثبت هستند، بلکه این قدرت در ترس ما و حتی در مقاومت ما در برابر تغییر است.»

روند تشرف آغاز شده است و در این بخش سفر، زن هبوطی را آغاز می‌کند. هبوط[1] ممکن است دورهٔ ظاهراً طولانی و بی‌پایان از سرگردانی، اندوه و خشم را دربرگیرد. می‌تواند شامل زمانی طولانی باشد که زن به جستجوی قطعات گمشده وجود خود می‌پردازد، فرمانروایان قبلی روان خود را ساقط کرده و با وجه تاریک زنانگی ملاقات می‌کنند. از نظر زمانی، این دوره ممکن است هفته‌ها، ماه‌ها یا سال‌ها طول بکشد. برای بسیاری از زنان،

---

۱. هبوطی که در اینجا از آن صحبت می‌شود، نوعی افسردگی و احساس خستگی از روند گذشته زندگی است که فرد را به ایستادن و ارزیابی مجدد زندگی خود وامی‌دارد. در اصطلاح روان‌شناسی یونگ، به این هبوط «رفتن به سرزمین هادس یا جهان زیرین» هم می‌گویند. (ناشر)

این دوره می‌تواند زمان انزوایی باشد که داوطلبانه انتخاب کرده‌اند ــ دوره‌ای از تاریکی، سکوت و یاد گرفتن هنر گوش دادن عمیقِ دوباره بـه خـویشتن. دورهٔ «بودن» به‌جای «انجام دادن». در دنیای بیرونی ممکن است این دوره را دورهٔ افسردگی و رکود بنامند. خانواده، دوستان و همکاران به قهرمانِ زن ما التماس می‌کنند که «با آن کنار بیاید.»

این دوره اغلب اوقات آکنده از خواب‌ها و رؤیاهای قطع عضو و مـرگ، خواهران سایه و مـهاجمان، سـفر در بـیابان‌ها و بـر رودخـانه‌ها و نـمادهای الهه‌های باستان و حیوانات مقدس است. در این زمان زن آرزو دارد بتوانـد وقت بیشتری را در طبیعت صرف کند و توسط زمین پرورانده شود. همچنین آگاهی او از تغییرات فصل‌ها و ضرب‌آهنگ‌های ماه بیشتر می‌شود. در مورد بسیاری از زنان، زمان قاعدگی به فرصت مهمی برای تجلیل از زنانگی، خون، پاکسازی و احیای جسم و روح بدل می‌شود.[۱]

هبوط را نمی‌توان تسریع کرد، زیرا سفری مقدس است. سفری است که نه تنها برای باز پس‌گرفتن و ترمیم بخش‌های گمشدهٔ وجود، بلکه برای کشف دوبارهٔ روح گـمشدهٔ فـرهنگ جـامعه انـجام مـی‌شود. در بـخشی از «*کـتاب یادداشت‌های روزانهٔ من*» در این دوره آمده است: «این سرزمین یعنی سرزمین تاریک روح، یک قلمروی بی‌نقشه است. زمین تاریک، مرطوب و خون‌آلود است و من تنها هستم. هیچ متحدی نمی‌بینم، هیچ آسایشی نمی‌یابم و هیچ علامتی آشکار نیست. احساس می‌کنم قطعه‌قطعه شـده و زخـمی‌ام. دنـبال قسمت‌های تکه‌تکه شدهٔ خودم می‌گردم، چیزی که بتوان آن را شناخت، اما تنها چند تکه را پیدا کرده‌ام که نمی‌دانم چطور آن‌ها را به‌هم بـچسبانم. ایـن دوره زندگی با تمام مبارزه‌هایی که تاکنون داشته‌ام تفاوت دارد. این فتح و ظفر بر دیگری نیست، بلکه رودررو شدن با خودم است. من برهنه و عـریان راه

---

۱. در حقیقت زنان با بینش جدیدی مواجه می‌شوند کـه قـاعدگی را از شکـل پـدیده‌ای شـوم و وقت‌گیر که مانع کار و فعالیت‌های همیشگی است، خارج کرده و آن را به فرصتی برای بودن با خود و تجربه‌ای عمیقاً و منحصراً زنانه تبدیل می‌کند. (ناشر)

مـی‌روم و دنـبال مـادر مـی‌گردم. مـن در جسـتجوی بـازپس‌گیری و تـرمیم بخش‌هایی از وجودم هستم کـه روشـناییِ روز را نـدیده‌انـد. بـه یـقین آن‌هـا همین‌جا در تاریکی هستند و منتظرند تا من آن‌ها را پیدا کنم زیرا دیگر اعتماد ندارند. من قبلاً آن‌ها را طرد کرده و از خود رانده‌ام. آن‌ها گنج‌های من هستند، اما برای یافتن آن‌ها بـاید زمـین را حـفر کـنم. ایـن سـفری نـیست کـه پـری، مادرخواندهٔ مهربان، راه را به من نشان دهد. من زمین را حـفر مـی‌کنم بـرای کسب صـبوری، کسب شـهامت، تـحمل تـاریکی و خـویشتنداری در بـرابـر برخاستن پیش از موقع مقابل نور و کوتاه نکردن ملاقات با مادر.»

قـهرمانِ زن پس از دوره‌ای از هـبوط، بـه آهسـتگی فـاصلهٔ شکـاف مادر / دختر یعنی زخمی را که با طـرد اولیـهٔ زنـانگی بـه‌وجود مـی‌آید شـفا می‌بخشد. با شفای این زخم و از بین بردن این فاصله، ممکن است رابطهٔ بین زن و مادر حقیقی او واقعاً شفا یابد و شاید هم شفا نیابد. امـا وقـتی زن بـه پرورش جسم و روح خود می‌پردازد و احساسات، شهود، جنسیت، خلاقیت و قوهٔ طنز خود را احیاء می‌کند، شفا مطمئناً در درون زن رخ می‌دهد.

ممکن است زن قهرمان ما ناگهان تمایل پیدا کند که به کلاس سفالگری یا آشپزی برود، باغبانی کند، ماساژ داده شود و لانه‌ای راحت ایجاد کند. بخشی از انرژی درونی او که به سمت دنیای بیرون هدایت شده بود اکنون آرام‌آرام به دنیای درون تغییر جهت می‌دهد تا طرح‌های خلاق زن را به دنیا بیاورد، بدن او را از نو کشف کند و او را وادارد تا از مصاحبت زنان دیگر لذت ببرد. زنانی که تمرکز اصلی آن‌ها روی کار و حرفه بوده، ممکن است در این زمان به فکر ازدواج و بـچه‌دار شـدن بـیفتند. در ایـن مـرحـله زن انـتخاب‌های روشـن و فداکاری‌هایی خواهد داشت که ممکن است دیـدگاه مـردسالارانـه آن‌هـا را به‌عنوان انصراف او از کار و فعالیت تعبیر کند.

یکی از مراجعان من زن دندانپزشکی است که در اواخر دههٔ سی زندگی، یکی از سینه‌های خود را در اثر ابتلا به بیماری سرطان از دست داد و اکنون تصمیم گـرفته بـنویسد، بـاغبانی کـند و مـادری کـند. او مـی‌گوید: «تـصمیم

دشواری است. دستمزد ثابت باعث می‌شود احساس کنم در امنیت قرار دارم و مفید هستم و فکر می‌کنم به‌علت شرایط جسمانی خاصی که دارم گرفتن بیمهٔ سلامتی تقریباً غیرممکن باشد. اما من بی‌صبرانه می‌خواهم تمام آن کارهایی را که پیش از پرداختن به حرفهٔ دندانپزشکی برایم مهم بودند، انجام دهم.»

خود من هنگام نوشتن این کتاب چنین تجربه‌ای داشتم. با سیاحت و جستجو برای شناخت قلمرو درون، سفر در دنیای بیرونی برای کسب تأیید دیگران برای من کم‌اهمیت‌تر و کم‌رنگ‌تر شد. شهامت برای رها کردن اتکا به ذهن خطی در من افزایش یافت و ندای زنانه‌ام قوی‌تر شد، سپس آزاد بودم تا به ندای شهود، صدای رؤیاها، تصاویر ذهنی و متحدان درونی خود گوش فرا دهم. این‌ها راهنمایان من شدند. وقتی زنی برای تعریف وجود خود، تأکید بر سفر قهرمانانه در دنیای بیرونی را کاهش می‌دهد، آزاد می‌شود تا تصاویر درون خود و صدای درون خود را کشف کند.

وقتی زنی روی روند سفر درونی تمرکز می‌کند، تأیید کمتر و هیاهوی تحسین کمتری از دنیای بیرون کسب می‌کند. پرسش‌هایی که او دربارهٔ ارزش‌های زندگی می‌پرسد باعث ناراحتی کسانی می‌شود که عمر و زندگی خود را وقف دام‌های بیرونی کرده‌اند. به این علت است که چنین سفری شهامت می‌خواهد و نیاز به اعتماد و پذیرش این حقیقت دارد که یاری معنوی از راه خواهد رسید. زنان دور هم جمع می‌شوند تا مطالعه کنند، تصاویر ذهنی خود را با هم در میان بگذارند و از هر آنچه زنانه است و در وجود خود و فرهنگ جامعه، از دست رفته تجلیل کنند. بسیاری از زنان از برگزاری آیین‌های جمعی برای گرامیداشت ضرب‌آهنگ‌های طبیعت و تجلیل گذارهای زندگی خود[1] و عزیزان خود احساس آسایش و شادی می‌کنند.

---

۱. از جملهٔ این گذارهای زندگی می‌توان به پایان باکره بودن و ازدواج، فرزنددار شدن و بائسگی اشاره کرد. آیین‌های جمعی زنانه برای تجلیل این گذارها در دنیای مدرن و پرهیاهوی امروز کمرنگ شده و بازیابی آن در هر فرهنگ و سنتی به افزایش شادمانی روحی و جمعی کمک می‌کند. (ناشر)

تمرکز شدید بر معنویت زنان در عصر حاضر، نتیجهٔ مستقیم این واقعیت است که بسیاری از زنانی که راه سفر قهرمانی را در پیش گرفته‌اند، آن را صرفاً توخالی دیده و برای بشریت خطرناک یافته‌اند. علت اینکه زنان از الگوی سفر قهرمانی مردان تقلید کرده‌اند و الگوی دیگری برای تقلید و پیروی کردن نیافته‌اند. زن دو راه پیش روی خود داشت: یا باید در فرهنگ مردمحور «موفق» می‌شد یا به‌عنوان زن، زیر سلطه قرار می‌گرفت و وابسته می‌شد. در حال حاضر، برای تغییر دادن ساختارهای اقتصادی، اجتماعی و سیاسی جامعه لازم است افسانه‌های جدید و زنان قهرمان جدیدی بیافرینیم. شاید به همین دلیل است که برخی زنان و مردان معاصر به‌ویژه در غرب به تصاویر الهه و فرهنگ‌های مادرسالارِ عهد باستان روی آورده‌اند تا درک گونه‌های مختلفی از رهبری که به‌جای سلطه، مبتنی بر شراکت و به‌جای حرص و آز، مبتنی بر همکاری است، امکان‌پذیر شود.

«اکنون که از سال‌های واپسین قرن بیستم خارج و وارد قرن بیست‌ویکم می‌شویم، بخشی از رسالت زنان، بیدار کردن معنویت و خلاقیتی است که از زیبایی غریبِ ناشناخته‌های جهان زیرینِ ضمیر ناخودآگاه نهراسد و به مردان کمک کند تا از دنیای تنگ و باریک واقعیت قابل‌اثبات و محدودی که جامعه برای آن‌ها ساخته و آن‌ها را زندانی کرده خارج شوند.» مادلین لامگل[1] در ادامهٔ این مقاله که در تابستان ۱۹۸۷ در مجلهٔ میس[2] منتشر شد می‌نویسد: «نقش من به‌عنوان فمینیست، رقابت با مردان در دنیای آن‌ها نیست، این خیلی آسان و در نهایت غیرسازنده است. کار من زندگی کردن کامل به‌عنوان زن و لذت بردن از کل وجود خودم و جایگاهم در جهان هستی است.»

در این مرحله از رشد فرهنگی، جایگاه زنان کجاست؟ در فرهنگ جامعه شکافی وجود دارد که می‌گوید دانسته‌ها، آمال، آرزوها و خواسته‌های زنان

1. Madeleine L'Emgle 2. Ms

به اندازهٔ خواسته‌ها و دانسته‌های فرهنگ مردانهٔ حاکم مهم نیست و من به‌شدت احساس می‌کنم که جایگاه زنان در رشد فرهنگی، از بین بردن این فاصله و شفای همین شکاف است.[۱]

در حقیقت وظیفهٔ زنان شفا دادن آن شکاف درونی است که به آن‌ها می‌گوید احساسات، شهود و رؤیاهایی را که از حقیقت زندگی برای آن‌ها سخن می‌گویند نادیده بگیرند. ما زنان باید شهامت داشته باشیم تا با معما زندگی کنیم، قدرت داشته باشیم تا تنش ندانستن پاسخ‌ها را تاب بیاوریم و آماده باشیم تا به خرد درونی خود از یک سو و خرد سیارهٔ زمین که طلب کمک و تغییر می‌کند از سوی دیگر گوش فرا دهیم.

قهرمان زن باید به جنگجویی معنوی تبدیل شود. برای تحقق این امر باید **هنر ظریف حفظ تعادل** را یاد بگیرد و برای ادغام آهسته و نامحسوس وجوه زنانه و مردانهٔ خود از صبر لازم برخوردار شود. او ابتدا تشنهٔ از دست دادن خویشتن زنانه و پیوستن به خویشتن مردانه خود است، اما وقتی این کار انجام شد کم‌کم درمی‌یابد که این نه پاسخ است و نه پایان. او آنچه را که در طول سفر جستجوگرانهٔ خود یاد گرفته نه باید رد کند و نه رها کند، بلکه لازم است یاد بگیرد که مهارت‌ها و موفقیت‌هایی را که به‌سختی به‌دست آورده صرفاً به‌عنوان هدف نبیند، بلکه آن‌ها را به منزلهٔ بخشی از کل سفر در نظر آورد. آن‌گاه می‌تواند از این مهارت‌ها برای حرکت به سمت ماجرایی بزرگ‌تر یعنی متحد ساختن مردم و نه برای نفع شخصی خود استفاده کند. این اتحاد یعنی پیوند مقدس زنانگی و مردانگی؛ و آن زمانی است که زنی در حقیقت می‌تواند نه تنها در خدمت نیازهای دیگران باشد بلکه به نیازهای خود نیز ارج بنهد و نسبت به آن‌ها پاسخگو باشد. در حال حاضر این تمرکز روی وحدت و آگاهی از وابستگی متقابل برای تک‌تک ما ضروری است تا بتوانیم

---

۱. این در واقع نقدی بر دیدگاه قدیمی فمینیستی است که تلاش خود را به‌جای کشف و پررنگ کردن ارزش‌های زنانه بر رقابت صرف برای کسب جایگاه‌های مشابه مردان و پیروی از ارزش‌های مردانه متمرکز کرده بود. (ناشر)

همراه هم تعادل حیات روی سیارهٔ زمین را حفظ کنیم.

«اگر به اندازهٔ کافی سفر کنید، روزی خود را در جاده‌ای می‌بینید که به سوی ملاقات با خودتان می‌رود. آنگاه می‌گویید: بله! درست آمدم.»[1]

1. Marion Woodman

فصل یک

جدایی از زنانگی

> مادر، مانند یک قربانی در درون همهٔ ماست، او یک زن اسیر و شهید است. ظاهراً شخصیت ما به‌طرز غیرقابل‌باوری با مادر همپوشانی می‌کند و این دو در هم محو می‌شوند و ما برای دانستن اینکه کجا مادر پایان می‌پذیرد و کجا دختر آغاز می‌شود، نومیدانه تلاش می‌کنیم، و این تلاش مانند این است که برای تشخیص و تمایز میان ایـن دو، جراحی عمیقی را در روان خود انجام می‌دهیم ...
>
> آدریان ریچ[1]، *زاده از زن*

مادران: قربانی یا مقصر؟

هم مورخان تاریخ مادری و هم نظریه‌پردازان روان‌شناسی پویا، نشان داده‌اند که از انقلاب صنعتی به بعد، مادران مسئول نوع شخصیت آیندهٔ فرزندان خود شمرده شده و به همین دلیل تجلیل یا سرزنش شده‌اند. به‌عبارت دیگر، مادر بدون درنظرگرفتن اقتدار و احترامی که نقش او در نظام خانواده یا فـرهنگ

1. Adrienne Rich

خاص خود دارد، به‌منزلهٔ علت اصلی رشد مثبت یا منفی کودک محسوب می‌شود و جامعه، بدون اینکه هیچ حمایت مالی یا اعتباری به مادر بدهد، مسئولیت عظیمی را بر دوش او قرار داده است. هیچ جایزهٔ جهانی مهمی برای پرورش فرزند وجود ندارد. مادران به‌ندرت تأیید و تحسین می‌شوند، اما به‌سرعت تمام مسئولیت‌های بلایا و مصائب جامعه به دوش آن‌ها انداخته می‌شود و مورد ملامت قرار می‌گیرند.

جامعهٔ امروزی، مردمحور است؛ یعنی دنیا را از دیدگاه مردانه می‌بینند. مردان به‌خاطر هوش، انگیزه و قابل‌اتکا بودن خود پاداش می‌گیرند و به مقام و منزلت و موفقیت مالی در دنیا می‌رسند. زنان نیز تا آنجا که شبیه مردان باشند پاداش می‌گیرند اما نه به همان اندازه. اگر زنان، خود را از عدسی چشم مردان نگاه کنند و مدام خود را با معیارهای فرهنگ مردانه بسنجند، در رابطه با ویژگی‌هایی که مردان برای آن‌ها ارزش قائل‌اند خود را دچار کمبود یا بی‌کفایتی خواهند دید. زن هرگز مرد نخواهد بود و بسیاری از زنانی که سعی می‌کنند «به‌اندازهٔ مردان خوب» باشند، به طبیعت زنانه خود صدمه می‌زنند. به‌تدریج، زنان خود را با کمبودها و با آنچه ندارند یا به آن نرسیده‌اند تعریف می‌کنند و در نتیجه از ارزش خود به‌عنوان زن می‌کاهند و طبیعت زنانه خود را تیره‌وتار می‌کنند. کاهش ارزش زن با بی‌ارزش قلمداد کردن جایگاه مادر آغاز می‌شود.

به گفتهٔ کمپبل، وظیفهٔ قهرمان حقیقی در زندگی، درهم‌شکستن نظم حاکم و آفرینش جامعه‌ای تازه است. قهرمان با این کار اژدهای حافظ وضع گذشته یا وضع موجود را گردن می‌زند. با نگاهی عمیق‌تر به مفاهیم فرهنگی جامعه، متوجه می‌شویم نظم حاکم بر جامعه، مبتنی بر ارزش‌های عمیقاً پابرجای مردسالاری و حاکی از کنترل و سلطهٔ افراد توسط مردان قوی‌تر، خودنماتر و قدرتمندتر است. در سطح جامعه، هم زنان و هم مردان در حال حاضر زبان و طرز فکر مردسالارانه را به چالش می‌کشند، ساختارهای اقتصادی، سیاسی، مذهبی، اجتماعی و آموزشی را به مبارزه می‌طلبند و اَشکال جدید خلق

می‌کنند. اما در سطح شخصی، نظم قدیم اجتماعی در مادر مجسم می‌شود و در روند رشد فردیت، اولین وظیفهٔ زن قهرمان این است که روان خود را از او مستقل کند.

ممکن است دختر در تمام طول عمر خود با روند جدایی روان خود از مادر مبارزه کند. گاهی بعضی از دخترها جدایی تکان‌دهنده‌تری نسبت به بقیه دارند. همچنین ممکن است زنی که در درون خود دورهٔ طرد و جدایی از مادر را تجربه می‌کند، تمام ویژگی‌های زنانه‌ای را که با برچسب‌های فرهنگی مانند حقیر، منفعل، وابسته، اغواگر، سوءاستفاده‌گر و ناتوان تعریف شده‌اند نیز طرد کند.

در درون جامعهٔ مردسالاری، هر چه مادر بیشتر در چارچوب محدودکننده نقش‌های جنسی و احساس عمیق حقارت زنان قرار بگیرد، میزان تلاش دختر او در جدا شدن از مادر خود، بیشتر خواهد بود. اما به‌تدریج که زن از مراحل رشد خود عبور می‌کند و آهسته‌آهسته ریشه‌های کم‌ارزشی زنانگی را در فرهنگ جامعه درک می‌کند، متوجه می‌شود که مادر، علت احساس بی‌کفایتی او نیست. مادر فقط آماج مناسبی است برای سرزنش کردن؛ آن هم به‌خاطر سردرگمی و عزت‌نفس پایینی که بسیاری از دختران در فرهنگ ستایش‌گر مردانه تجربه می‌کنند.

حقیقت این است که مادران ما و مادران مادران ما، مانند زن سرنوشت در تصویری که توسط مردان به آن‌ها فرافکنی شده اسیر بوده‌اند. زنانی که مادران دهه‌های ۱۹۴۰ و ۱۹۵۰ میلادی بوده‌اند، فرصت چندانی برای دنبال کردن اهداف خود نداشته‌اند. آن‌ها مورد سوءاستفاده قرار گرفته‌اند و محدود و سرکوب شده‌اند. اکنون وظیفهٔ باز کردن و شفا دادن زخم‌های زنانهٔ آن‌ها به دختران‌شان سپرده شده است.

طرد زنانگی

بیست‌وپنج سال پیش مری لین[1] وارد یک کالج زنانه شد و تصمیم گرفت در

1. Mary Lynne

رشتهٔ ریاضیات عالی ادامه تحصیل دهد. الهام‌بخش او طرح اسپوتنیک[1] در دههٔ ۱۹۵۰ و پس از آن چالشی بود که در برابر دانشجویان آمریکایی قرار گرفت تا ریاضیات و علوم بخوانند. اما انگیزهٔ اصلی مری لین از انتخاب رشته ریاضی، این بود که ریاضیات، حوزه‌ای بود که در آن زمان، توجه و علاقهٔ زنان را به خود جلب نمی‌کرد. او می‌گوید «دخترانی که من می‌شناختم وارد رشتهٔ ریاضی نمی‌شدند. من می‌خواستم متفاوت باشم. بیشتر دختران در آن زمان، زبان و ادبیات انگلیسی می‌خواندند، اما من نمی‌توانستم تحلیل نمایشنامه‌ها و شخصیت‌های نمایشی را تحمل کنم. علاوه بر آن، از اینکه والدینم مرتب به من گوشزد می‌کردند که وارد حرفهٔ پرستاری یا معلمی شوم تا اگر روزی در آینده شوهرم از کار افتاد بتوانم درآمد بخور و نمیری داشته باشم، خسته شده بودم. من نه به همسر آینده‌ام فکر می‌کردم و نه می‌خواستم درآمد بخور و نمیر داشته باشم! آرزو داشتم کار مهمی در حوزهٔ علوم کامپیوتری انجام بدهم. من سرشار از آرمانگرایی جوانی بودم و علاوه بر آن، می‌خواستم به پدرم نشان دهم که به اندازهٔ پسری که همیشه آرزوی داشتنش را داشت ولی هرگز نصیبش نشد، خوب هستم.»

برخلاف نمرات پایینِ او در درس ریاضی و توصیهٔ مشاور کالج برای ادامهٔ تحصیل در رشتهٔ زبان و ادبیات انگلیسی، هرگز به فکر او خطور نکرد که شاید استعداد موفقیت در رشتهٔ ریاضیات عالی را نداشته باشد. زمانی که رئیس دانشکدهٔ علوم ریاضی به او گفت که در پایان سال دوم کالج رشتهٔ دیگری را انتخاب کند و توضیح داد که سطح پایین عملکرد او نشان می‌دهد که ادامهٔ تحصیل در رشتهٔ ریاضیات عالی برای او ممکن نیست، باور نمی‌کرد. او با یادآوری آن روزها می‌گوید «واقعاً ویران شدم. به‌خاطر دارم که گیج و آشفته از دو دقیقه صحبت با رئیس دانشکده، راه افتادم و به خودم گفتم خوبه دیگه، حالا می‌شم مثل بقیهٔ دخترها. واقعاً ساده بودم که فکر می‌کردم رشته ریاضیات مرا از زن بودن نجات می‌دهد.»

1. Sputnik

پرسش‌های بعدی نشان داد که علت اینکه مری لین تمام چیزهای زنانه را طرد کرده بود این بود که نمی‌خواست مثل مادر خود، یک زن خانه‌دار سنتی و از نظر دختر خود مأیوس، کنترل‌کننده، عصبانی و خشک باشد. مری لین می‌گوید «من هیچ‌وقت با مادرم کنار نیامدم. همیشه فکر می‌کردم او به من حسودی می‌کند چون درسم در مدرسه خوب بود و این امکان را داشتم که به دانشگاه بروم و ادامه تحصیل بدهم در حالی که برای خود او هرگز چنین امکانی وجود نداشت. من ابداً نمی‌خواستم روزی شبیه او شوم. می‌خواستم شبیه پدرم باشم، چون او را فردی انعطاف‌پذیر و موفق می‌دیدم که از کار خود راضی است. مامان هیچ‌وقت شاد نبود. آن روزها اصلاً به فکرم خطور نمی‌کرد که ممکن است موفقیت پدر به بهای عدم‌موفقیت مادر به‌دست آمده باشد یا ممکن است نفرت مادر از خود و پیامی که او به دخترانش منتقل می‌کرد ریشه در طرز رفتار جامعه با زنان داشته باشد.»

حالا مری لین کم‌کم درک می‌کند که همذات‌پنداریِ کامل او با ارزش‌های مردانه چطور بر نگرش او نسبت به خود به‌عنوان زن و همچنین بر بی‌ارزش شمردن سایر زنان از سوی او اثر گذاشته بود. او می‌گوید «من خودم را برتر از زنان دیگر می‌دانستم و می‌خواستم مثل یک مرد فکر کنم. از خودم به‌عنوان زن نفرت داشتم. من در تلاش برای همذات‌پنداری با مردان، در واقع خود را از بخش‌های بزرگی از وجودم دور کرده بودم، معیاری تعیین کرده بودم که می‌گفت هر چیزی برای اینکه باارزش باشد باید دشوار، مشخص و کمیت‌پذیر باشد.[1] حالا می‌فهمم که من در اواخر دورهٔ نوجوانی، با طرد زنانگی، مانع از رشد خود به‌عنوان زن شدم، مهارت‌های ذاتی و درونی خود را انکار کردم و آنچه را که به من لذت می‌بخشید نادیده گرفتم.»

---

۱. این آفتی است که اغلب دختران جوان جامعه ما نیز به آن دچار شده‌اند. با توجه به اینکه بسیاری ارزش‌های زنانه ماهیتی غیرکمّی دارند، بسیاری زنان برای درک ارزش مقولاتی مانند مادر بودن، ارزش عواطف و... دچار مشکل می‌شوند و ترجیح می‌دهند که از ارزش‌های کمیت‌پذیر پیروی کنند. بدیهی است که برای بازگشت ارزش‌های زنانه، فرهنگ‌سازی مناسب ضروری است. (ناشر)

مری لین در آستانهٔ چهل‌ودو سالگی خوابی دید. او چنین می‌گوید: «در صندلی عقب اتوبوسی در اسکاتلند نشسته‌ام. خوابم برده. بعد که اتوبوس دور می‌زند بیدار می‌شوم. حالا در خیابان دی‌هارد[1] هستیم. ساعت یک‌ربع به نه شب است اما هوا هنوز روشن است. آسمان با نور ستارگان شمالی روشن شده است.»

او با تعمق روی این رؤیا می‌گوید «حالا می‌فهمم که اتوبوس خط دی‌هارد در واقع به موضع من نسبت به زندگی اشاره می‌کند. من سال‌های سال جان‌سخت بودم و با سرسختی در برابر هر چیزی که زنانه می‌شمردم مقاومت کرده بودم. وقتی نتوانستم در رشتهٔ ریاضی موفق شوم، وارد حوزهٔ جمع‌آوری کمک‌های مالی شدم. آموختم که رقابت کنم، برای کسب قدرت به نیرنگ متوسل شوم و طبق قواعد مردان بازی کنم. اما هیچ‌وقت یاد نگرفتم که چگونه آرام بگیرم، چطور خود را بپرورم و چگونه از زندگی لذت ببرم. دوستانم عقیده دارند من معتاد به کار هستم؛ اما پاسخ من این است که کار دیگری نمی‌توانم بکنم. این سیستم این‌طور کار می‌کند. حالا احساس می‌کنم که بدهی‌های خود را پرداخته‌ام و دیگر نمی‌خواهم سوار اتوبوس خط دی‌هارد بشوم. من رابطه‌ام با خود، مادر و خواهرانم را خراب کرده‌ام تا در دنیای مردان یک قهرمان باشم. حالا وقت آن رسیده که به‌طرف چیزی که واقعاً مهم است بازگردم.»

سفر آغاز می‌شود: جدایی از مادر

سفر با مبارزهٔ او برای جداییِ فیزیکی و روانی از مادر خود و کهن‌الگوی مادر[2] که نفوذ بسیار بیشتری در او دارد آغاز می‌شود. اغلب اوقات کهن‌الگوی مادر را همان ضمیر ناخودآگاه، به‌خصوص در وجه مادرانه آن،

---

1. Diehard (به معنی جان‌سخت، مقاوم)

۲. هوایی که نفس می‌کشیم، آبی که می‌نوشیم و کل جهان فیزیکی‌ای که از ما حمایت کرده و ما را تغذیه می‌کند، همه جلوه‌هایی از کهن‌الگوی مادر است.

می‌دانند که جسم و روح را دربر می‌گیرد. تصویر مادر نه‌تنها معرف یکی از وجوه ضمیر ناخودآگاه است، بلکه نمادی برای کل ناخودآگاه جمعی است که وحدت همهٔ اضداد را دربر می‌گیرد.

جدایی از مادرِ شخصی برای دختر روند بسیار دشواری است زیرا دختر باید از کسی که شبیه خودش است جدا شود. او ترسی را تجربه می‌کند که وجه مشخصه آن اضطراب، تنهایی، جدایی و متفاوت بودن از والد همجنسی است که در بیشتر موارد رابطهٔ اصلی او در زندگی بوده است. جدا شدن از مادر برای دختر بسیار پیچیده‌تر از پسر است، زیرا دختر باید خود را از شخصیت مادرانه‌ای جدا کند که با او همذات‌پنداری می‌کند در حالی که فرزند مذکر باید خود را از شخصیت مادرانه‌ای تفکیک کند که به او گفته‌اند برای مرد شدن باید ویژگی‌ها و رفتارهای او را نفی کند.

بسیاری از دختران با این کشمکش مواجه می‌شوند که از یک طرف می‌خواهند آزادتر از مادر باشند و از طرف دیگر عشق و تأیید مادر را می‌خواهند. آن‌ها می‌خواهند از مادر خود فراتر بروند اما می‌ترسند عشق مادر را از دست بدهند. در آغاز کار، ممکن است جدایی جغرافیایی تنها راه‌حل تنش بین نیاز دختر برای رشد کردن و آرزوی او برای خشنود ساختن مادر باشد. در فرهنگ معاصر، افسانهٔ حقارت زنان در وجود دختران کاملاً جا افتاده و برای همین است که زنان بیشتر از مردان نیاز به تأیید و تحسین دارند. آن‌ها به سختی می‌توانند خطر ناخشنود کردن والدین را بپذیرند: «استقلال دختران، از آنجا که غیرمنتظره است، بیشتر از طغیان موردانتظار از پسران به‌عنوان طرد والدین تعبیر می‌شود.» اولین جدایی «بیشتر اوقات شبیه قطع عضو است تا رهایی.»

بسیاری از زنان جوان برای جدا شدن از مادر، مادر خود را به‌صورت کهن‌الگوی زنان کینه‌توز، سلطه‌جو و نابودگری مجسم می‌کنند که برای زنده ماندن باید او را طرد کنند. مادر واقعی زن ممکن است دارای این ویژگی‌ها باشد یا نباشد، اما دختر این باورها را برای خود درونی می‌کند تا ساختار مادر

درونی خود را بنا کند. به گفتهٔ یونگ این مادر درونی به‌عنوان شخصیت سایه در زن شروع به رشد می‌کند و الگویی ناخواسته است که برای خویشتن[1] پذیرفتنی نیست. زنان نمی‌توانند آن را در وجود خود بپذیرند، بنابراین آن را به دیگران فرافکنی می‌کنند.

تصویر غولی که دختر را به حال خود رها می‌کند یا او را اسیر نگه می‌دارد، به مادری فرافکنی می‌شود که به نوبهٔ خود باید گردن زده شود. نامادری، مثل نامادری قصهٔ هانسل و گرتل، تبدیل به جادوگر بدجنسی می‌شود که سزای کارش سوختن در آتش اجاق است. رابطهٔ مادر /دختر و جدایی از مادر به قدری پیچیده است که در بیشتر ادبیات زنان و قصه‌های پریان، مادر غایب، مرده یا به‌صورت قهرمان بد داستان تصویر می‌شود.

مادر اعظم و مادر وحشتناک

مفهوم کهن‌الگوی مادر در روان فرد به دو صورت متجلی می‌شود: یکی مادرِ اعظم که تجسم آن، پرورش، حمایت و حفاظت نامحدود است و دیگری مادر وحشتناک که به‌صورت رکود، خفقان و مرگ تجلی می‌یابد. این دو قطب، عناصری از روان انسان هستند که در پاسخ به وابستگی نوعی فرد در دوران نوزادی و کودکی شکل می‌گیرند. در بیشتر موارد، مادر موضوع اصلی وابستگی نوزاد است و وظیفهٔ کودک این است که از این رابطهٔ همزیستی و به‌هم پیوستگی به سمت جدایی، فردیت و استقلال حرکت کند. اگر کودک مادر را منبع پرورش و حمایت ببیند، او را به‌عنوان نیرویی مثبت تجربه خواهد کرد. اما اگر مادر شخصیتی بی‌توجه و خفه‌کننده تلقی شود، کودک او را به‌صورت ویرانگر و مخرب تجربه خواهد کرد.

---

1. Self

تعریف مربوط به خویشتن که در روانشناسی یونگ مورد استفاده است و در ابتدای کتاب آمده است.

بسیاری از افراد در دوران بزرگسالی نسبت به قدرت زنانه و نسبت به مادر خود به‌صورت وجه مادر وحشتناک و منفی واکنش نشان می‌دهند. آن‌ها نمی‌توانند زندگی مادر خود را در چارچوب دورهٔ زمانی روزگاری که او زندگی کرده، زمینهٔ خانوادگی او و فرصت‌های موجود برای زنان آن دوران ببینند. بنابراین، در این افراد، کاستی‌هایی که در مادر خود می‌بینند به‌عنوان بخشی از مادر درونی منفی، در وجود آن‌ها درونی می‌شود.

در یک دورهٔ زمانی، زنی را که می‌خواست ابراز وجود کند و هدفمند باشد در غرب با لفظ ماده سگ تحقیر می‌کردند و زنی را که از نبود امکانات گلایه می‌نمود، غرغرو می‌نامیدند. برخی از دخترانی که مادران آن‌ها شکل نامحسوسی از سازش و نفرت از خود را به آن‌ها یاد داده‌اند، حالا تلاش می‌کنند تا خود را از این تصویر بسیار زیان‌بار خلاص کنند. دختر جوان برای یافتن سرنخ‌های مربوط به اینکه زن بودن به چه معناست به مادر خود نگاه می‌کند و اگر مادر عاجز و بی‌قدرت باشد دختر از زن بودن خود احساس حقارت می‌کند. در این صورت او ابداً نمی‌خواهد شبیه مادر شود و در نتیجه ممکن است به قیمت لطمه خوردن به نیازهای دیگران در پی قدرت برود.

«بسیاری از دختران از مادر خود به این دلیل خشمگین هستند که چرا به‌راحتی و به‌طور منفعلانه هر بلایی را که به سرشان آمده پذیرفته‌اند.» تا زمانی که دختر این واکنش ناآگاه را به خودآگاه تبدیل نکرده، مدام در حال **واکنش** ناخودآگاه به مادر است.

دختر از مادر نابودگری که به‌خاطر حسادت و غبطه به استعدادها و آزادی بالقوهٔ دختر خود سعی می‌کند او را اسیر کند، می‌گریزد و از مادری که بیش از حد او را مورد قضاوت قرار می‌دهد، رفتار خشکی دارد و از او پشتیبانی نمی‌کند فاصله می‌گیرد. او از کهن‌الگوی مادر فداکاری که زندگی خود را فدای خدمت به شوهر و بچه‌ها کرده پرهیز می‌کند. مادری که رؤیاهای خود را نابود شده می‌بیند، ممکن است رفتار تلخ خود را به‌صورت خشم یا رفتار انفعالی ـ تهاجمی نسبت به دختری که فرصت‌های بسیار

بیشتری داشته است بروز دهد، مادری که با دیدن نقش بر آب شدن آرزوهای خود بشقاب‌ها را به‌طرف دیوار پرت می‌کند، تجسم الههٔ کالی است که آکنده از عصبانیت دیوانه‌وار و خشمی ویرانگر است.

کالی ما[1]، الههٔ سه‌گانهٔ هندوهاست که آن را مظهر آفرینش، حفاظت، نابودی و نماد مادر تاریک می‌دانند. او کهن‌الگوی اولیهٔ مادر تولد-و-مرگ است که همزمان رَحِم و گور، زندگی بخشیدن به فرزندان و بازستاندن زندگی از آن‌ها را دربرمی‌گیرد. او نماد باستانی زنانگی است که به هزار شکل مختلف ترسیم شده است. به‌گفتهٔ ماریاگیمبوتاس[2] و مرلین استون[3]، مذاهب زن‌سالارانه ظرف شش‌هزاروپانصدسال گذشته توسط مذاهب مردسالار سرکوب شده و کم‌ارزش شمرده شده‌اند. همان‌گونه که قابلیت‌ها، مهارت‌ها و انرژی بسیاری از زنان سرکوب شده و آنان به پذیرش نقش‌های جنسیتی که از آن‌ها انسان‌هایی افسرده و خودویرانگر ساخته است وادار شده‌اند، قدرت الهه کالی نیز به زیرزمین رانده شده است. هنگامی که خشم کالی ابراز نشود و به شکل‌های خلاق هدایت نگردد، به رکود تاریک و نابودگر زندگی نزیسته تبدیل می‌شود.[4]

بیشتر زنان بی‌صبرانه می‌خواهند خود را از مادر خشمگین منفی جدا کنند. شاید شما هم شنیده‌اید که برخی از زنان می‌گویند: «**من ابداً نمی‌خواهم شبیه مادرم شوم. حتی نمی‌خواهم مثل او به‌نظر بیایم.**» برخی از زنان نه تنها می‌ترسند شبیه مادر خود باشند بلکه عملاً از اینکه به موجودی شبیه او تبدیل شوند می‌ترسند. این ترس، یا ماتروفوبیا[5]، چنان در فرهنگ جامعه

---

1. Kali Ma
2. Marija Gimbutas
3. Merlin Stone

۴. این حس زندگی نزیسته را می‌توان در مادرانی یافت که مدام فرصت‌های از دست رفته و فداکاری‌های بیش از حد خود را با تلخی و حسرت به فرزندان‌شان یادآوری می‌کنند. گویی فرزندان (و به‌ویژه دختران) به‌خاطر فرصت‌های بیشتری که نسبت به مادر خود در اختیار دارند سزاوار سرزنش‌اند. (ناشر)

5. Matrophobia (ترس از مادر)

عمیق است که اغلب اوقات وقتی فرزندان مستقل می‌شوند و خانه را ترک می‌کنند، مادر احساس می‌کند که به کلی طرد شده، بی‌ارزش شمرده شده و تنها گذاشته شده است.

طرد مادر

طرد مادر، نه تنها از سوی مادر، بلکه از سوی دختر نیز ممکن است خیانت تلقی شود. «نخستین دانشی که هر زنی از گرما، پرورش، ملایمت، امنیت، لذت جسمی و رابطهٔ متقابل دارد از جانب مادر به‌دست آورده است. وقتی بدن زنانه مادر برای اولین بار بدن فرزند را در آغوش می‌گیرد، این رویداد ممکن است دیر یا زود انکار یا طرد شود و نوعی سلطه‌جویی خفه‌کننده یا تابو تلقی شود، اما این در آغوش گرفتن مهرآمیز، نقطهٔ آغاز همهٔ دنیاست.»

بسیاری از زنان تمایلی عمیق و قوی برای جدا شدن از مادر در وجود خود احساس می‌کنند، اما همزمان از سرکوب او نیز به‌شدت احساس گناه می‌کنند. سوزان زن جوانی در اواسط دههٔ بیست زندگی‌اش است که به‌عنوان یک تاجر موفق برای خود کسب‌وکاری راه انداخته و رابطه‌ای حمایتگرانه و عاشقانه با مردی دارد که قرار است به زودی با او ازدواج کند. مادر سوزان هفده سال است که طلاق گرفته و از شغلی که در زندگی انتخاب کرده هرگز احساس رضایت نکرده است. او سخت کار کرده تا به‌عنوان مادر مجرد، از فرزندان خود حمایت کند و دنبال مشاغلی رفته است که درآمد کافی داشته‌اند اما رضایت‌خاطر شخصی و شغلی برای او به ارمغان نیاورده‌اند.

حالا مادر سوزان در اواسط دههٔ پنجاه زندگی‌اش احساس گم‌گشتگی و افسردگی می‌کند. افسردگی مادر، بر انتخاب‌های سوزان در مورد توسعهٔ کسب‌وکار یا بچه‌دار شدن اثر می‌گذارد. او احساس می‌کند تا زمانی که مادر شاد و ایمن نباشد، هرگز نخواهد توانست راضی یا موفق باشد و از اینکه مادر از تلاش برای بهبود وضعیت زندگی خود خودداری می‌کند منزجر است.

سوزان می‌گوید: «من همیشه احساس کرده‌ام تا زمانی که مامان زندگی خود را سر و سامانی نداده است، نمی‌توانم خوشبخت باشم. او با خواهرم زندگی می‌کند، نمی‌تواند از نظر مالی و عاطفی از خود حمایت کند و فکر نمی‌کنم هرگز بتواند شاد باشد. من از اینکه رابطهٔ خوبی با نامزدم دارم احساس گناه می‌کنم و می‌دانم برای اینکه بیش از حد موفق نباشم، خودم جلوی رونق کسب‌وکارم را می‌گیرم. از یک طرف من می‌خواهم به مادر نشان بدهم که می‌توانم کاری را که او نمی‌تواند انجام دهد انجام بدهم و از طرف دیگر مطمئنم که موفقیت من او را می‌کشد.»

هر بار که سوزان به مادرش زنگ می‌زند و در مورد مراجعه‌کنندهٔ جدیدی به او خبر می‌دهد، مادرش موضوع را عوض می‌کند و از خواهر یا خواهرزاده‌های او صحبت می‌کند. سوزان احساس می‌کند که از طرف مادرش خوار و خفیف شده است. او واقعاً از این موضوع ناراحت است که هرگز نمی‌تواند از دستاوردها یا سعادت خود با مادر سخن بگوید. در عین حال او احساس می‌کند که به مادرش خیانت کرده است، زیرا در زندگی خود از او فراتر رفته است. او از موفقیت خود احساس گناه می‌کند و از شکست مادر عصبانی است. او از متفاوت بودن با مادر خود احساس اضطراب می‌کند. این احساس گناه و خشم در گذشته باعث افسردگی او شد، اما حالا او می‌خواهد مادر را موجودی جدا از خود ببیند و انتخاب‌های او را در چارچوب شرایط زندگی خود او بپذیرد.

بسیاری از دختران به این علت که مادر نمی‌تواند از روند رشد فردیت و موفقیت دختر خود حمایت کند، از او در فاصله می‌گیرند. هریت گلدهر لرنر[1] از مراجعه‌کننده‌ای به نام خانم جی چنین می‌گوید: در روز جشن فارغ‌التحصیلی خانم جی از کالج، مادر او دچار سردرد ناگهانی و شدیدی شد که نتوانست در مراسم فارغ‌التحصیلی دختر خود شرکت کند. وقتی خانم جی

---

۱. هریت گلدهر لرنر (Harriet Goldhor Lerner) نویسندهٔ آمریکایی کتاب‌های بسیار پرفروش دربارهٔ زنان. از این نویسنده کتاب «رقص خشم» به فارسی برگردانده شده است. (مترجم)

به مادرش گفت که دارد به مدرک لیسانس فکر می‌کند، مادرش بحث را عوض کرد و از دختر یکی از دوستان که تازه وارد دانشکدهٔ پزشکی شده بود حرف زد. مادر نمی‌خواست شایستگی دختر خود را به رسمیت بشناسد و از اهداف او برای آینده چیزی بداند، چون این‌ها صرفاً بی‌کفایتی خود او را نشان می‌دادند.

متأسفانه، این درون‌مایه، عمومیت دارد. «وقتی از رشد و پیشرفت مادری جلوگیری شد، او ممکن است صلاحیت دختر خود را نادیده بگیرد یا آن را کم‌ارزش بشمارد، یا شاید به جهت مخالف برود و دخترش را تشویق کند که بچهٔ «خاص» و «بسیار با استعدادی» باشد که به‌جای او، مادر از موفقیت دختر خود لذت می‌برد. بسیاری از مادران پیام‌های متضاد و مبهمی برای دختران خود می‌فرستند، از جمله اینکه «مثل من نباش ولی شبیه من باش» یا «موفق باش ولی بیش از حد موفق نباش.» عجیب نیست که زن، زنانگی را به‌نفع مردانگی رد می‌کند؛ زیرا به‌نظر می‌رسد که مردان برای استقلال و موفقیت او ارزش بیشتری قائل‌اند.

جدایی از مادر خوب

شاید دشوارترین مادر برای ترک کردن، مادری باشد که الگوی نمونهٔ مادر خوب، پرورشگر، حامی و مثبت است. جدا شدن از این نوع مادر مانند ترک کردن باغ بهشت است؛ مثل ترک حالت معصومیت، پیوند، آسایش، آرامش و گام نهادن به جهان نامطمئن است. اما حتی مادر خوبی که الگوی نمونهٔ مثبتی است می‌تواند ندانسته دخترش را گرفتار کند. اگر دختر، مادر را همچون الهه‌ای چنان بزرگ ببیند که مدام باید خود را با او بسنجد، ممکن است مجبور شود برای یافتن هویت خود، مادر را طرد کند.[1]

---

۱. در برخی قصه‌های عمیق کودکان این مادر زیادی خوب در ابتدای قصه می‌میرد و دختر تنها رشد را آغاز می‌کند. مرگ مادر همان نماد یا نشانهٔ جدایی از مادر خوب است. برای مطالعهٔ بیشتر به قصهٔ واسالیسا در فصل سوم کتاب زنانی که با گرگ‌ها می‌دوند مراجعه کنید. (ناشر)

آلیسون زنی در اواخر دههٔ بیست زندگی و از خانوادهٔ محترمی اهل نیوانگلند است. مادر آلیسون رئیس موفق یک بانک است که در انجمن محله هم فعالیت دارد. به‌علاوه او یک مادر مهربان است. او در تمام دوران فعالیت دختر خود در شرکت آیوی لیگ[1] او را تشویق کرد و از او حمایت کرد تا به ساحل غربی نقل مکان کند و بازیگری بخواند. آلیسون به‌شدت دلتنگ مادر است، اما نمی‌خواهد در همان شهر محل سکونت مادر و زیر سایهٔ مادر زندگی کند. او دیگر نمی‌خواهد بشنود که دیگران او را با مادرش مقایسه می‌کنند یا از اینکه با مادرش تفاوت دارد احساس گناه کند. آلیسون بعد از هر بار مکالمهٔ تلفنی با مادر، به‌شدت دلش برای صمیمیتی که زمانی باهم داشتند تنگ می‌شود و از اینکه شغلی انتخاب کرده که در تضاد با زندگیِ باثبات مادر است، افسرده می‌شود. او و مادر، دیگر شبیه هم نیستند. آلیسون ضمن تلاش برای جدایی از مادر، کم‌کم عمق و بافت احساسات لازم برای بازیگری را یافت. این جدایی با درد و رنج همراه آن، اولین گام ضروری برای کشف استعداد هنری او بوده است.

بسیاری از زنان از واژهٔ **زنانه** می‌ترسند. این واژه به واژه‌ای لکه‌دار بدل شده است. بعضی افراد احساس می‌کنند که در این واژه نوعی اجبار برای مراقبت از دیگران مستتر است. جامعه، زنان را تشویق کرده است تا به‌جای دنبال کردن رضایت‌خاطر شخصی خود، از طریق دیگران زندگی کنند. کاترین که زنی در اواخر دههٔ چهل زندگی‌اش است، می‌گوید: تصاویری که از زنانگی در دوران کودکی من ارائه می‌شد یا از نمادی جنسی مانند هنرپیشه‌های هالیوودی سخن می‌گفت و یا از یک حامی فداکار بزرگ؛ اما هیچ‌یک احساس خوبی به ما نمی‌داد. من می‌ترسم که اگر زنانه دیده شوم، استقلالم را از دست بدهم و یا از من سوءاستفاده شود.

---

1. Ivy League

در نفی زنانگی این خطر وجود دارد که وقتی دختری وجوه زنانه منفی را که در مادر خود تجسم کرده، رد می‌کند، وجوه مثبت طبیعت زنانهٔ خود را نیز نفی کند؛ وجوهی که حسی، پرشور، پرورنده، سرخوش، شهودی و خلاق هستند. بسیاری از زنانی که مادران عصبانی یا احساساتی داشته‌اند، برای اینکه در میان اطرافیان خود ویرانگر و سرکوبگر شمرده نشوند، در کنترل و سرکوب خشم و احساسات خود تلاش بسیاری می‌کنند. اغلب اوقات، سرکوب کردن چنین خشمی، باعث می‌شود آن‌ها نتوانند نابرابری‌های نظام تعریف شده توسط مردان را ببینند. زنانی که مادر خود را خرافی دیده‌اند وجوه تیره، پر رمزوراز و جادویی زنانگی را به‌نفع منطق و تحلیل سرد مردانه، رد می‌کنند. به این ترتیب بین ویژگی‌های قهرمانانه و مادرانهٔ درون زن شکاف ایجاد می‌شود. این فاصله و شکاف، باید بعدها طی سفر زن برای کسب کمال شفا یابد.

طرد بدن زنانه

مادر
من نامه‌ام را به خانه می‌فرستم
تنهایم،
بدنم را برایم پس بفرست

سوزان گریفین، «مادر و کودک»

طرد زنانگی در هر دو جهت رخ می‌دهد، یعنی هم از طرف دختر به مادر و هم از طرف مادر به دختر. وقتی دختر وارد دورهٔ بلوغ می‌شود و جنسیت خود را کشف می‌کند، ممکن است مادر، بدن فیزیکی دختر را رد یا تحقیر کند. گاهی نیز ممکن است به جوانی و جذابیت دختر غبطه بخورد و باعث بروز احساس شرم یا رقابت در زن جوان شود. بسیاری از دختران، این ترس مادر از خود را نشانهٔ رقابت برای جلب‌توجه پدر می‌دانند.

پدر دختر نیز ممکن است از جنسیت رو به شکوفایی دختر خود احساس ناراحتی کند و روزبه‌روز وقت کمتری را با او بگذراند. در اینجا دختر دوگانگی سنتی زن مقدس /زن فاحشه را تجربه می‌کند. دختر از سوی پدر به‌عنوان تابو و از سوی مادر به‌عنوان رقیب نگریسته می‌شود. دختر برای خشنود کردن والدین خود ممکن است تا زمانی که در زندگی خود استقلال یابد و خانه را ترک کند، در را به روی جنسیت نوظهور خود ببندد. حتی ممکن است دختر چنان از جنسیت خود ترسان شود که با اولین مردی که به او دل می‌بندد ازدواج کند. هم مادر و هم پدر روی بدن او کنترل دارند.

به‌نظر می‌رسد این مرحله، آغاز طرد خرد غریزی بدن زن از سوی اوست. بدن بیشتر زنان به آن‌ها کمک زیادی می‌کند تا دریابند که چه موقع اتفاقی که دارد در زندگی آن‌ها رخ می‌دهد «درست به‌نظر نمی‌رسد.» اما وقتی آن‌ها بدن خود را نادیده می‌گیرند، درواقع شهود خود را به نفع ذهن بی‌اعتبار می‌کنند.[1]

وقتی دختر نوجوانی متوجه می‌شود که والدین او از نشانه‌های بیرونی جنسیت نوظهور او احساس ناراحتی می‌کنند ممکن است بدن در حال تغییر خود را نپذیرد: ممکن است برای سرکوب احساس بی‌کفایتی خود از غذا استفاده کند یا برای کاهش احساس گیجی و درد پذیرفتنی نبودن به الکل و مواد مخدر پناه ببرد. به این ترتیب او قابلیت تشخیص محدودیت‌های بدن خود را از دست می‌دهد و با افزایش فاصله و شکاف بین بدن و ذهن دچار درد و بیماری می‌شود. زنان از طریق حرکت و بیداری بدن به معنویت خود

---

۱. این موضوع به شهود جسمانی مرتبط است. جسم زنانه از نوعی حس پیشگویی خاص برخوردار است که در موقع لزوم علامت خطر را مخابره می‌کند. به‌عنوان مثال وقتی با شخص یا حادثه‌ای مواجه می‌شوند که «درست به‌نظر نمی‌رسد» دچار یک دل درد ناگهانی، تیر کشیدن یا لرزش پشت و ... می‌شوند. این علائم برای هر زن یک حالت شخصی و توسط خود وی قابل‌درک و ارزیابی است. شهود جسمانی از ویژگی‌های ارزشمند «زنانگی» است که در مسیر سفر قهرمانی زن، بازپس‌گیری و تقویت آن ضروری است. (ناشر)

دست می‌یابند، بنابراین انکار بدن جلوی رشد روحی و معنوی زن قهرمان را می‌گیرد. او شهود و رؤیاهای خود را نـادیده مـی‌گیرد و فـعالیت‌های امـن‌تر ذهنی را دنبال می‌کند.

یک تجربه از طرد وجه زنانه برای تاختن در جاده موفقیت

سارا زنی است در اواخر دههٔ سی زندگی که نامزد دریافت مدرک دکترا در رشتهٔ انسان‌شناسی است. روزی که سارا به‌سراغ پزشک رفت، از درد شدید و مکرر در ناحیهٔ پهلو شکایت داشت. پزشک به او گـفت کـه هـیچ مشکـل جسمی ندارد، اما او روزهای متوالی نتوانست حرکت کند. وقتی او به‌سراغ من آمد، با هم تمرینات مربوط به آرام کردن بدن را انجام دادیم تا اسـترس مربوط به نوشتن رسالهٔ دانشگاهی او به پایان برسد. بعد به او پیشنهاد کردم که تمرین تجسم خلاق را انجام بدهد و از کودک درون خود بپرسد که در داخل بدن او چه می‌گذرد.

سارا تجربهٔ قدرتمندی از «دخترک» نه سالگی خود دارد. این بخش وجود او می‌خواهد از خانه بیرون برود و در محوطه‌ای جنگلی بازی کند. سارا بـا خوشحالی بیست دقیقه با خویشتن جوان‌تر خود بازی می‌کند و بعد به دفتر برمی‌گردد و اشکش سرازیر می‌شود.

او درمی‌یابد که در تلاش برای کسب موفقیت‌های تـحصیلی، ایـن وجـه بازیگوش وجود خود را گم کرده است. او می‌گوید که خود به‌تنهایی توانسته موفقیت کسب کند. او می‌گوید رابطه‌ای عالی با مـردی داشت کـه حـالا بـه هزاران کیلومتر دورتر یعنی به آلاسکا نقل مکان کرده است و او که یک زن قوی است به‌تنهایی دارد «پیش می‌رود». سارا نمی‌خواهد مثل مادرش باشد و به هیچ مردی وابسته شود. اما سـمت چپ بـدن او هـنوز درد مـی‌کند. از او می‌پرسم که بدنش به او چه می‌گوید.

او می‌گوید: «من بخش بسیار بزرگی از خودم را نادیده گـرفته‌ام؛ نـه تـنها کودک درون، یعنی کسی که زمانی دوست داشت بازی کند، بلکه آن بخش

وجود بزرگسال خود را نیز که از بودن در طبیعت لذت می‌برد فراموش کرده‌ام. من دوست دارم در طبیعت پیاده‌روی کنم اما برای این کار وقت نگذاشته‌ام. من بچه‌ها را هم دوست دارم اما هیچ فرزندی ندارم. درس خواندن من اجازه نداده کارهایی را که دوست دارم در زندگی خود انجام دهم. من زنی قوی شده‌ام اما کسی را ندارم تا او را بپرورم و هیچ دانشی یا خاطره‌ای هم از اینکه چطور خودم را بپرورانم ندارم. من می‌ترسم که اگر از خانواده‌ام یا دوستانم طلب حمایت کنم فکر کنند ضعیف هستم.» از آنجاکه زنان وقتی محدودیت‌های بدن فیزیکی خود را تشخیص می‌دهند سوءاستفاده‌چی یا بوالهوس و دمدمی تلقی می‌شوند، یاد گرفته‌اند که برای رقابت با مردان اعتنایی به درد و رنج نکنند. سالیان طولانی است که بدن زنان هم مورد آرزو و هم مورد تمسخر بوده است.[۱]

طرد بدن زنانه که در فرهنگ غرب از ترسیم حوا به‌عنوان زنی اغواگر نشأت می‌گیرد، بیش از پنج هزار سال است که توسط تابوهای مربوط به جنسیت زنان تقویت شده و از جنسیت زن به‌عنوان دستاویزی برای طرد او از قدرت توسط نهادهای سیاسی و نیز مذهبی استفاده شده است.[۲]

چری گالک[۳] هنرمند زن مشهور تئاتر در خانواده‌ای مذهبی بزرگ شد که تحت سلطهٔ مردان و خدایان مذکر بود. او در سن چهار سالگی دریافت که بدن او سرنوشتش را تعیین می‌کند. او می‌گوید: «پدر من، پدربزرگم، پدر

---

۱. به‌نظر می‌رسد که برای جلوگیری از آسیب‌های تاختن در جاده موفقیت، بهتر است هر از چندی پا روی ترمز بگذاریم، از ماشین روزمرگی پیاده شویم و به اطراف جاده نگاهی کنیم. خیلی از زنان توقفی یک یا چند ساله برای شروع یک رابطهٔ جدی یا بچه‌دار شدن را پایان جاده تلقی می‌کنند و همین تفکر مانع آن می‌شود که به ندای درون خود که خواهان رابطهٔ عمیق (با همسر یا فرزند) است، گوش بسپارند. (ناشر)

۲. در مذاهب یهود و مسیحیت، حوا عامل فریب آدم از شیطان و هبوط از بهشت معرفی می‌شود. این در حالی است که قرآن به‌صراحت به فریب هم‌زمان و همگون آدم و حوا اشاره دارد و این گناه ناکرده فریب آدم را از دوش حوا برمی‌دارد. (ناشر)

3. Cheri Gaulke

پدربزرگم، و برادرم همگی کشیش کلیسای لوتری هستند. برادرم نسل چهارم است. در سن چهار سالگی وقتی فهمیدم که چون دختر هستم نمی‌توانم راه پدرم را دنبال کنم برای اولین بار فکر فمینیستی پیدا کردم. من در آن لحظه فهمیدم که مسیحیت به‌خاطر بدنم به من خیانت کرده است. در مسیحیت، روح و جسم از هم جدا شده‌اند. تنها راه رسیدن به روح، انکار جسم، فرارفتن از جسم و مردن است. خوب، من این را باور ندارم.»

مادر این زن، در زندگی او یک نیروی نامرئی بود. او می‌گوید: «همهٔ کار من دربارهٔ پدر بوده و من سعی کرده‌ام قدرتی را که توسط مردان از من گرفته شده بازپس بگیرم. من از نهضت معنویت زنانه الهام می‌گیرم، زیرا الهه خدایی است که می‌توانم با او همذات‌پنداری کنم. بدن او و من یکی است، قدرت او و من یکی است و مردان نمی‌توانند آن را از ما بگیرند.»

طرد دختر توسط مادر

زنی که به‌علت پذیرفته شدن به فرزندی، بیماری، افسردگی یا گریز به دنیای الکل از سوی مادر خود طرد شده، عمیقاً احساس بی‌مادری خواهد کرد و همچنان در جستجوی چیزی خواهد بود که هرگز نداشته است. احتمال دارد او تا ابد مثل «دختری» عمل کند که دنبال کسب تأیید، عشق، توجه و پذیرش از سوی مادری است که قادر به اعطای این‌ها به او نیست. چنانچه او مادر خود را به‌عنوان فردی غایب یا زنی که مشغول‌تر از آن بوده که به او رسیدگی کند تجربه کرده باشد، ممکن است به دنبال یک الگوی زنانهٔ مثبت برود و ممکن است زن مسن‌تری را جستجو کند که بتواند با او پیوندی نزدیک داشته باشد و به نوعی مادر جایگزین پیدا کند.

لیلا زن سیاه‌پوستی است که روزهای اواخر دههٔ سی زندگی خود را می‌گذراند. او مادر خود را به‌عنوان زنی به یاد می‌آورد که آنقدر فرزند داشت که نمی‌توانست به او توجه کند. او می‌گوید: «مادرم همیشه خسته بود. از نظر او من فقط یک لکهٔ تیره بودم. اما خاله ایسی مرا می‌دید. او می‌دانست من کی

هستم. او به من می‌گفت آدم مهمی می‌شوم. او به من امید داد و به من آموخت که به خود ایمان داشته باشم. هر بار که او به چشمان من نگاه می‌کرد، احساس می‌کردم زیبا هستم. او همیشه می‌گفت: «دختر، تو سری توی سرها درمی‌آوری. تو با همه فرق داری.» من لحظه‌شماری می‌کردم که خانه را ترک کنم و ثابت کنم که حق با اوست.»

اگر زنی با مادر خود احساس غریبی کند یا احساس کند که مادر او را طرد کرده، ممکن است ابتدا زنانگی را انکار کند و به دنبال کسب تأیید پدر و فرهنگ مردسالار برود. مردان در موضع قدرت هستند، از این‌رو زنان برای قوی‌تر کردن خود به جستجوی کسب حمایت مردان می‌روند. زن قهرمان تصمیم می‌گیرد با مردانگی قدرتمند و دانا همذات‌پنداری کند. او ابتدا بازی‌های گیج‌کنندهٔ پدران، راهکارهای رقابت، بُردن و موفق شدن را یاد می‌گیرد. سعی می‌کند ثابت کند که می‌تواند مطابق معیار تعیین شده توسط مردان سفیدپوست زندگی کند. اما صرف‌نظر از اینکه چقدر موفق شود، درمی‌یابد که باز هم کم‌ارزش شمرده شده و کار بیش از حد به او محول می‌شود. به این ترتیب کم‌کم آنچه را که در مورد ارزش‌های زنانه رخ داده موردسؤال قرار می‌دهد.

به گفتهٔ جانت دالت[1]، درمانگر پیرو مکتب یونگ، «ضمیر ناخودآگاه جمعی فرهنگ مسلط بر جامعه که مرکب از هزاران فرضیه حاکم بر ارزش‌ها، تصورات و انتخاب‌های ماست، اساساً مردانه است. ضمیر ناخودآگاه جمعی جامعهٔ مردسالار منشأ رؤیاهای بزرگ آن جامعه و حامل ارزش‌هایی است که از آگاهی حذف شده و از این‌رو گرایش زنانه (مادرسالارانه) دارد. امروزه افراد خلاق جامعه مجبورند حرص و آز مردسالاری را ترک کنند و به قلمرو تاریک مادران هبوط کنند تا آنچه را که می‌خواهد در آگاهی عصر جدید به دنیا بیاید با خود به همراه بیاورند.»

1. Janet Dallett

در این نقطه از سفر قهرمانی، زن ممکن است به جستجوی شفای جدایی اولیه از مادر خود و بهبود رابطهٔ مادر / دختر در چارچوب وسیع‌تری برآید. در این مقطع او به دنبال الهه‌ها، قهرمانان زن و زنان خلاق معاصری خواهد رفت که بتواند با آن‌ها همذات‌پنداری کند، قدرت و زیبایی زنانگی را از آن‌ها بیاموزد و تجربهٔ خود از اقتدار رو به رشد را غنی سازد. در نهایت، او شفای خود را در وجود **مادر اعظم** خواهد یافت.

> چه الهه را به‌صورت یک وجود خارجی در شخصی خاص در نظر آوریم و چه به‌صورت انرژی جریان یافته در درون و بین زنان، تصویر الهه به معنی تصدیق قدرت زنانه است، قدرتی که نه وابسته به مردان است و نه از تصور مردسالارانه دربارهٔ زنان ناشی شده است ... الهه بازتاب آن چیزی است که کمبود آن در فرهنگ جامعه محسوس است: یعنی تصاویر مثبتی از قدرت، بدن، اراده و مادر ما. توجه به الهه یعنی به یاد آوردن خود و مجسم کردن خود به‌عنوان انسان‌های کامل.

فصل دوم

همذات‌پنداری با مردانگی

دختران پدر

با وجود اینکه زنان در جامعه موفقیت‌های فراوانی به‌دست آورده‌اند، افسانهٔ حاکم در فرهنگ جامعه امروزی این است که بعضی آدم‌ها، منصب‌ها و رویدادها که معمولاً مردانه هستند یا توسط مردان تعریف شده‌اند ارزش ذاتی بیشتری نسبت به بقیه داشته باشند. در این فرهنگ، قواعد مردان به معیار اجتماعی حاکم برای رهبری، اقتدار شخصی و موفقیت بدل شده و در برابر آن، زنان احساس می‌کنند که صلاحیت، هوش، ذکاوت و قدرت ندارند.

وقتی دختر رشد می‌کند و می‌خواهد باشکوه، اعتبار، اقتدار، استقلال و پولِ تحت کنترل مردان همذات‌پنداری کند متوجه این موضوع می‌شود. بسیاری از زنان بسیار موفق، دختران پدر محسوب می‌شوند زیرا آن‌ها در جستجوی کسب تأیید و قدرت آن اولین الگوی مردانه هستند. تأیید و تحسین مادر برای آن‌ها چندان مهم تلقی نمی‌شود و این پدر است که زنانگی را تعریف می‌کند و این تعریف، بر جنسیت دختر، توانایی ارتباط با مردان و قابلیت او برای موفق شدن در دنیا اثر می‌گذارد. احساس خوب زن از

بلندپرواز بودن، قدرت داشتن، پول درآوردن و داشتن رابطهٔ موفق با یک مرد، از رابطه او با پدرش ناشی می‌شود.

لیندا اشمیت[1] دختر پدر را دختری می‌داند که «رابطه‌ای قدرتمند و مثبت با پدر خود دارد که احتمالاً به بهای حذف مادر تمام شده است. چنین دختری همچنان‌که بزرگ می‌شود زندگی خود را حول مردان شکل می‌دهد و نگرش نسبتاً تحقیرآمیزی نسبت به زنان پیدا می‌کند. دختران پدر، چه در ارتباط با مردی بیرونی باشند، چه از درون توسط نیروی مذکر به پیش رانده شوند، زندگی خود را حول اصل مذکر سازمان می‌دهند. آن‌ها ممکن است مربی یا راهنمای مرد پیدا کنند، اما به موازات آن امکان دارد در زمینهٔ دستور گرفتن از مردان یا پذیرفتن تعالیم یک مرد مشکل داشته باشند.»

روان‌شناسانی که روی انگیزه‌های افراد مطالعه می‌کنند، دریافته‌اند که بسیاری از زنان موفق پدرانی داشته‌اند که استعداد آن‌ها را پرورش داده و باعث شده‌اند تا از کودکی احساس جذابیت و دوست‌داشتنی بودن کنند. ماجوری لوزاف[2]، دانشمند علوم اجتماعی ناحیهٔ خلیج سان‌فرانسیسکو است که به مدت چهار سال روی زنان موفق مطالعه کرد و به این نتیجه رسید که «وقتی پدران با دختران خود مانند افراد جالب و شایسته احترام و تشویق رفتار می‌کنند» آن‌ها به زنان موفق‌تری بدل می‌شوند. «احساس» زنانی که چنین رفتاری از جانب پدر خود می‌دیدند این بوده که «پرورش استعدادها در آن‌ها باعث به خطر افتادن زنانگی نمی‌شود.» این پدران علاقهٔ زیادی به زندگی دختران خود نشان می‌دادند و آن‌ها را تشویق می‌کردند تا به‌طور فعال به زندگی حرفه‌ای یا علاقمندی‌های خود در زمینهٔ سیاست، ورزش یا هنر توجه نشان دهند.

ایوند براث ویت بورک[3]، بانوی نمایندهٔ سابق کنگرهٔ آمریکا که پدرش کل زندگی خود را وقف «اتحادیهٔ بین‌المللی کارکنان خدماتی» کرد، در سن

---

1. Lynda Schmidt
2. Marjorie Lozoff
3. Yvonne Brathwaite Burke

چهارده سالگی در صف اعتراضی که از سوی پدر ترتیب داده شده بود شرکت کرد. پدر او به مدت بیست‌وهشت سال دربان کارخانهٔ جنرال موتورز بود و خانه او همیشه پر از فعالان اتحادیه بود. اتحادیهٔ او بورس تحصیلی در دانشگاه کالیفرنیا و دانشکدهٔ حقوق را به بورک اعطا کرد.

بورک با تماشای فعالیت‌های سازماندهی پدر، آموخت که «جنگیدن در راه یک هدف واقعاً به چه معناست. پدر او به مبارزهٔ مستمر معتقد بود و بسیار متعهد و سرسپرده بود. او هر چند که ماه‌ها بیکار بود، اما احساس می‌کرد که مبارزه ضروری است.» تعهد او تأثیر عظیمی روی دخترش داشت.

بورک می‌گوید: «من خیلی به ایدهٔ مبارزه و کاری که پدرم انجام می‌داد علاقه‌مند بودم. می‌دانستم که این کار برای او دشوار است و نیاز به فداکاری فراوان دارد، اما او به کار خود اعتقاد داشت و با من دربارهٔ فعالیت خود در اتحادیه صحبت می‌کرد و من از تمام جزئیات آن مطلع بودم. بعدها او از من حمایت بسیاری کرد تا وکیل شوم و پا به دنیای سیاست بگذارم. شرکت من در عرصهٔ سیاست نتیجه تأثیری بود که پدر روی من گذاشت.» مادر بورک در بنگاه معاملات ملکی کار می‌کرد و به اندازهٔ پدر از ورود دخترش به میدان سیاست خوشحال نبود، زیرا نمی‌خواست دخترش گرفتار دعواهای سیاسی شود. مادر، او را تشویق کرد تا معلم شود اما بورک می‌خواست فعال‌تر باشد و به حل کشمکش‌ها کمک کند.

دایان فاینستاین[1]، شهردار سابق سانفرانسیسکو نیز بر اساس الگوی پدر خود ریزه‌کاری‌های دیوان‌سالاری‌ها را فرا گرفت و آموخت که چگونه دیپلماتیک رفتار کند، از حقوق خود دفاع کند و قوی و مصمم باشد. پدر دایان با شور و اشتیاق به نفع او فعالیت کرد و هر کاری از جمع‌آوری کمک مالی تا بردن کیک و شیرینی برای کارکنان دخترش را انجام داد. پدر دایان پزشک بود و نسبت به کمک به مردم تعهدی قوی داشت و به‌رغم ابتلا به بیماری سرطان

1. Dianne Feinstein

تا زمان مرگ خود به‌شدت کار کرد. او راز استقامت و انگیزه را به دختر خود آموخت. فاینستاین از ایمان پایدار پدر به قابلیت‌های خود قوّت گرفت: «او همیشه از من انتظارات زیادی داشت. او عمیقاً ایمان داشت که من می‌توانم به هر هدفی برسم در حالی که من همیشه این را باور نداشتم.»

رابطهٔ دختر جوان با پدر، به او کمک می‌کند تا دنیا را از دریچهٔ چشمان پدر بنگرد و بازتاب خود را در او ببیند. زمانی که دختر تأیید و پذیرش را می‌جوید، صلاحیت، ذکاوت و ارزش خود را در رابطه با پدر و مردان دیگر می‌سنجد. تأیید و تشویق از سوی پدر باعث رشد مثبت «خویشتن» می‌شود. هم فاینستاین و هم بورک وجود رابطهٔ نزدیک و آسان با پدر خود را به‌خاطر می‌آورند. «هیچ‌یک از این زنان احساس نمی‌کردند که با رقابت در میدان تحت سلطهٔ مردان، زنانگی خود را فدا می‌کند.»

زنانی که تأیید و پذیرش پدر را احساس کرده‌اند، اطمینان دارند که از سوی دنیا پذیرفته خواهند شد. علاوه بر این، آن‌ها رابطهٔ مثبتی با طبیعت مردانه خود برقرار می‌کنند. آن‌ها یک شخصیت مذکر درونی دارند که آن‌ها را همان‌طور که هستند دوست دارد. شخصیت مذکر درونی یا «آنیموس» مثبت آن‌ها همان مرد حامی و دلرحم است که به نحوی پذیرا و بدون قضاوت از تلاش‌های خلاق آن‌ها حمایت خواهد کرد.

لیندا لئونارد[1] رؤیای خود را دربارهٔ شخصیت مذکر درونی مثبت تعریف می‌کند و می‌گوید او همان مرد حمایتگر و دلرحم است: او «دلسوز، گرم و قوی است و از خشم، صمیمیت و عشق نمی‌ترسد. کنار من می‌ایستد و صبور است. اما در عین حال ابتکار به خرج می‌دهد، رویارویی می‌کند و پیش می‌رود. با ثبات و با تحمل است. اما ثبات او از جاری بودن با جریان زندگی و از بودن در لحظه می‌آید. او کار می‌کند و بازی می‌کند و از هر دو حالت وجود لذت می‌برد. او چه در فضاهای بیرونی چه در دنیای درونی با

1. Linda Leonard

خودش راحت است. او مردی خاکی و غریزی است. او مردی روحی است؛ متعالی و خلاق است.» این شخصیت درونی از طریق رابطهٔ مثبت با پدرِ زن و شخصیت پدرِ زن به‌وجود می‌آید. مذکر درون در سرتاسر سفر قهرمانی زن، راهنمای پشتیبان و حمایتگر او خواهد بود.

پدر در جایگاه متحد دختر

دکتر الکساندرا سیموندز[1] استاد دانشکدهٔ پزشکی دانشگاه نیویورک در مورد زنانی که تعهد شدیدی نسبت به کار خود داشتند مطالعه‌ای انجام داد و دریافت که آن‌ها پدرانی داشته‌اند که روی اهمیت تحصیلات پافشاری کرده و بازی‌های دنیای کسب‌وکار را به آن‌ها یاد داده‌اند. آن‌ها دختران خود را هدایت کردند تا به‌رغم شکست و احساس عادی نگرانی، پیش بروند. آن‌ها به دختران خود آموختند که مسئول زندگی خود باشند. این زنان در سنین کودکی تشویق شدند تا به‌جای وابسته بودن موفق باشند.

سیموندز دریافت که این پدران هستند که به بهترین وجه می‌توانند قابلیت‌های سالم را در دختران خود پرورش دهند. البته من چندان با یافته‌های او موافق نیستم و احساس می‌کنم که مادران هم به همان اندازه در ایجاد شایستگی دختران خود نقش دارند، اما با این نظر او موافقم که «اگر پدران، دختران را هم به اندازهٔ پسران خود تشویق کنند و در زمینهٔ فعالیت‌های ورزشی، تلاش و کوشش مستمر و خودکفایی از آن‌ها حمایت کنند، در این صورت حتی اگر دختران موفقیت خارق‌العاده‌ای کسب نکنند از ویژگی‌هایی برخوردار خواهند شد که برای بقیهٔ عمر آن‌ها اهمیت دارد. پدران به‌جای اینکه سر آن‌ها را نوازش کنند و بگویند «تو قشنگی»، می‌توانند کمک بسیار زیادی به آن‌ها بکنند. تنها نوازش کافی نیست.»

1. Dr. Alexandra Symonds

زنانی که از حمایت پدر برخوردارند، اطمینان دارند که به سمت هدفی پیشروی می‌کنند. آن‌ها مسیر حرفه‌ای را انتخاب می‌کنند که اهداف قابل‌تعریف و گام‌های مشخص برای دنبال کردن دارد: حقوق، طب، بازرگانی، آموزش‌وپرورش، مدیریت، هنر و علوم انسانی تنها چند نمونه از این حرفه‌هاست. زنانی که پدران آن‌ها از ایده‌ها و رؤیاهای آن‌ها برای آینده حمایت نکرده‌اند یا این برداشت را در آن‌ها ایجاد کرده‌اند که توانایی لازم را برای عبور از فرازونشیب‌های زندگی ندارند و ممکن است موفقیت به آن‌ها پشت کند، به اندازهٔ گروه اول موفق نخواهند بود.

برخی از زنان موفق نه‌تنها سعی می‌کنند از پدر تقلید کنند، بلکه آگاهانه تصمیم می‌گیرند شبیه مادر خود نباشند ــ مادری که از نظر آن‌ها وابسته، درمانده یا ریاکار است. در مواردی که مادر دچار افسردگی مزمن یا اعتیاد به الکل است، دختر با پدر متحد می‌شود و مادر خود را که به‌صورت سایه‌ای در اتاق خواب بالای خانه زندگی می‌کند، نادیده می‌گیرد. آن‌گاه پدر نه‌تنها در دنیای بیرونی بلکه در دنیای درونی نیز برای او حامل قدرت می‌شود.

همذات‌پنداری با پدر: دختر بابا

حذف مادر و همذات‌پنداری با پدر به‌خوبی در داستان آتنا دختر متیس[1] و زئوس به تصویر کشیده شده است. به‌علاوه بلعیده شدن متیس توسط زئوس را می‌توان معرف دورهٔ گذاری در تاریخ فرهنگی یونان دید که جامعه از مادرسالاری به‌سوی دنیای مذکر خویشتن محور می‌رفت.

آتنا به‌صورت زنی کامل از سر زئوس متولد شد. او زره طلایی براق بر تن و نیزه‌ای تیز در یک دست داشت و غریو قدرتمندی سر داد. آتنا به دنبال این تولد تکان‌دهنده با زئوس متحد شد و او را به‌عنوان تنها والد خود پذیرفت. او

1. Metis

هرگز مادرش متیس را نشناخت. در واقع به‌نظر می‌رسید که آتنا نمی‌دانست که مادری هم داشته است.

> بنا به روایت هزیود[1]، متیس اولین همسر زئوس بود. او خدای اقیانوس بود و به‌خاطر خرد خود مشهور بود. وقتی متیس آتنا را باردار شد، زئوس با دوز و کلک او را کوچک کرد و سپس بلعید. پیش‌گویی شده بود که متیس دو فرزند بسیار خاص خواهد داشت: دختری که از نظر شهامت و خرد با زئوس برابری می‌کند و پسری که محبوب قلوب همگان بوده و شاه خدایان و انسان‌ها خواهد شد. اما زئوس با بلعیدن متیس بر سرنوشت غلبه کرد و ویژگی‌های او را از آن خود ساخت.

آتنا، الهه جنگجوی زیبایی بود که در نبردها از قهرمانان یونانی حمایت می‌کرد. او الهه خرد و هنرهای دستی، استاد راهکار، دیپلمات، بافنده و حامی شهرها و تمدن بود. آتنا به جیسون[2] و کشتی‌نشینان آرگون کمک کرد تا پیش از اینکه راهی دریا شوند و **گوسفند طلایی** را بگیرند کشتی خود را بسازند. آتنا به یونانیان کمک کرد تا شهر تروا را ویران کنند. او با صدور رأی نهایی دادگاه برای آزاد کردن اورستس[3] جانب مردسالاری را گرفت. اورستس پس از جنگ تروا مادرش کلیتمنسترا[4] را به انتقام قتل پدرش آگاممنون[5] کشته بود. آتنا با این رأی ارزش‌های پدرسالاری را مقدم بر پیوندهای مادری قرار داد.

انرژی آتنا در وجود زن همان دختر پدر است. او مادر خود را خوار می‌شمارد و با پدر همذات‌پنداری می‌کند. باهوش و بلندپرواز است و کارها را به انجام می‌رساند. او ارزش چندانی برای رابطهٔ عاطفی قائل نیست و از

---

1. Hesiod
2. Jason
3. Orestes
4. Clytemnestra
5. Agamemnon

همدلی و شفقت برای آسیب‌پذیری بی‌بهره است. اگر او برای کشف نقاط قوّت مادر خود وقت نگذارد و اتصال عمیق خود با پیوند مادرانه را احیاء نکند، ممکن است هرگز فاصله و جدایی از زنانگی را در خود شفا نبخشد. متیس آخرین مادری نبود که توسط خویشتن مردانه بلعیده شد و آتنا نیز آخرین دختری نبود که مادر را به نفع پدر طرد کرد. این کتاب را تا حدی با این هدف می‌نویسم که شکاف و جدایی بین خود و مادرم را درک کنم و شفا بخشم.

من وقتی دختربچه بودم پدرم را خدا می‌دانستم. نمی‌توانستم صبر کنم تا او از سرکار به خانه برگردد. او سرگرم‌کننده، باهوش و خلاق بود و به‌عنوان مدیر تبلیغات، در دنیا قدرت داشت. او یکی از پدرهایی بود که با این بلندپروازی از جنگ جهانی دوم به خانه بازگشتند که از فرصت‌های اقتصادی موجود در برابر مردان جوان باهوش استفاده کنند. پدرم ساعات طولانی در ساختمان بزرگی در محلهٔ مانهاتان نیویورک کار کرد، برندهٔ جوایز ملی شد و مردان با استعداد شرکت خود را تربیت کرد.

از نظر من او هیچ کار اشتباهی نمی‌توانست بکند. او عشق زندگی من بود. شب‌ها خیلی دلم برای او تنگ می‌شد، چون به‌ندرت برای شام به خانه می‌آمد اما گاهی اوایل صبح پیش از رفتن به مدرسه او را می‌دیدم. آخرِ شب آمدن‌ها و صبح زود رفتن‌های اسرارآمیز او سبب می‌شد تا به چشم کودکانهٔ من ابعادی اسطوره‌ای پیدا کند. با خودم فکر می‌کردم او باید مشغول «کار مهمی» باشد؛ کاری در ردیف کار خدایان!

وقتی پدرم به خانه می‌آمد من توجه، تأیید و گفت‌وگوی او را می‌خواستم. با ذکاوت عمل می‌کردم و گوش می‌دادم. من عاشق این بودم که با پدرم به مغازهٔ ابزارفروشی و به انبار الوار بروم. او آدمی بود که هرگز نمی‌توانست بی‌حرکت بنشیند. او در خانه همیشه روی چیزی کار می‌کرد. تا همین امروز هم بوی چوب تازه بریده شده مرا یاد پدرم می‌اندازد.

از سیزده سالگی، تابستان‌ها در دفتر پدرم کار کردم. او خیلی به من افتخار می‌کرد چون دانش‌آموز ممتاز بودم و او در دفتر کار خود مرا به همه نشان می‌داد. از کسب‌وکار خود و ارزش اینکه به تنهایی موفق شده با من صحبت می‌کرد. از ارزش آموزش و تحصیل برایم سخن می‌گفت چون به‌عنوان یک مرد خودساخته متأسف بود که در زندگی از تحصیلات رسمی بی‌بهره بوده است.

پدرم از علاقهٔ من برای دنبال کردن حرفهٔ تبلیغات راضی نبود. عقیده داشت این حوزه «جایی برای دخترها» ندارد. به عقیدهٔ او زنان بیش از آن دمدمی بودند که بتوانند کار رسانه‌ای بکنند. تنها حرفه‌ای که به‌نظر او برای دختران مناسب بود رونویسی بود، چون به‌نظر او زنان می‌توانستند این کار را در خانه انجام دهند و در ضمن به خانه و خانواده هم رسیدگی کنند. من پنهانی تصمیم گرفتم به او نشان دهم که متفاوت هستم.

پدرم برخلاف بسیاری از پدران دوستان هم‌سن‌وسال من، حاضر بود به احساسات من گوش کند و این برای من بی‌نهایت اهمیت داشت؛ زیرا نمی‌توانستم با مادرم صحبت کنم. من از طریق پدر می‌توانستم حرف‌های خود را بشنوم. احساس می‌کردم که خوشبختم که می‌توانم هر چیزی را به او بگویم؛ دست‌کم فکر می‌کردم که می‌توانم. او دوست نداشت به اعترافات من در مورد انفجارهای شدید خشم مادر گوش کند و از من می‌خواست نسبت به مادرم درک و تحمل بیشتری داشته باشم.

من خواب دیدم که به جلسهٔ الکلی‌های گمنام رفته‌ام و دوست روان‌شناسم پگ هم آنجاست. او درست کنار من می‌نشیند و وقتی با گروه حاضر در آنجا صحبت می‌کنم دست‌های مرا می‌گیرد. او آنقدر به من فرصت می‌دهد صحبت کنم که بقیهٔ زنان اعتراض می‌کنند. او می‌گوید: «باید خیلی غمگین شده باشی که پدرت حضور نداشت و آنقدر مشغول کار بود که نمی‌توانست به تو کمک کند.»

از حرف‌های او تعجب کردم. از این تعجب کردم که او غم و اندوه مرا به پدرم نسبت داد، در صورتی که من همیشه مشکل زندگی خود را مادرم می‌دانستم. من، مادرم، یعنی همان درون‌مایهٔ تکراری زن سنتی قهرمان ناآگاه را شریر می‌دانستم و از پدر انتظار داشتم تا مرا نجات بدهد. من از پدر بتی برای خود ساخته بودم، او را ناجی خود می‌دانستم و خیلی خوب نقش دختر زیبای باهوشی را بازی می‌کردم که به انتظار شاهزاده خود نشسته است. اما پدر هرگز نتوانست مرا نجات دهد و من سال‌ها بعد دریافتم که او هم من و هم مادرم را به حال خود رها کرده بود تا بتواند کارهای مهم‌تر خود را در دنیا انجام دهد.

زن قهرمان در جستجوی متحدانی چون پدر

در مرحلهٔ دوم سفر قهرمانی، زن آرزو دارد با مردانگی همذات‌پنداری کند یا به‌وسیلهٔ مردانگی نجات داده شود. وقتی زنی تصمیم می‌گیرد از تصاویر مرسوم زنانگی جدا شود، به ناگزیر سفر سنتی یک قهرمان مرد را آغاز می‌کند. او زره خود را می‌پوشد، سوار اسب امروزی خود می‌شود، عزیزان خود را ترک می‌کند و به جستجوی گنج طلا می‌رود. مهارت‌های کلامی کسب می‌کند و به جستجوی راه‌های روشن و هموار برای کسب موفقیت می‌رود. او دنیای مردان را سالم، سرگرم‌کننده و عمل‌گرا می‌بیند. مردان باعث انجام کارها می‌شوند و این امر، بلندپروازی خود او را بیشتر می‌کند.

این دورهٔ مهمی در رشد «خویشتن» زن است. زن قهرمان دنبال الگوهایی می‌گردد که بتوانند گام‌ها و مراحل این مسیر را به او نشان دهند. این متحدان مذکر ممکن است شکل پدر، معلم، مدیر، مربی، نهاد اعطاکنندهٔ مدرک تحصیلی یا دستمزدی که دختر در پی آن است، کشیش، خادم یا کاهن را به خود بگیرند. به‌علاوه متحد دختر می‌تواند زنی باشد که شبیه مردان است؛ یا ممکن است زن مسن بدون فرزندی باشد که قواعد کار گروهی را رعایت کرده و خود را به رأس سازمانی رسانده است.

جیل باراد[1] نایب رئیس واحد بازاریابی، طراحی و توسعهٔ محصولات جهانی شرکت اسباب‌بازی ماتل تویز[2] یکی از عالی‌رتبه‌ترین مدیران شرکت‌های آمریکایی است. او موفقیت خود را نه تنها مرهون کار گروهی و توانایی خود در انگیزه بخشیدن به کارکنان، بلکه مدیون مشاورانی می‌داند که طی سال‌های متمادی به آن‌ها مراجعه کرده است. باراد همچنین معتقد است که روش مدیریتی منحصر به‌فرد او بر پایهٔ حساسیت و شهود قوی خودش و نیز بهره‌مندی از بازخوردهای سازنده والدینش استوار است. او در خانه‌ای سرشار از محرک‌های ذهنی برای پرورش خلاقیت بزرگ شده است و همچنین شانس برخورداری از پدری را داشته که همیشه به او می‌گفت: «تو می‌توانی هر چیزی که می‌خواهی باشی، فقط در آن زمینه خوب باش. فکرت را روی آن متمرکز کن، چیزی را که لازم داری یاد بگیر و راه بیفت!»

«بیشتر زنان یا با شبیه مردان شدن یا با محبوب مردان شدن در پی قدرت و اقتدار می‌روند.» این در آغاز چندان هم بد نیست زیرا جستجوی تأیید مردان در واقع گذاری سالم از اتصال با مادر، به استقلال بیشتر در جامعهٔ مردسالار است. زن جوانی که با ویژگی‌های مثبت پدر مثل انضباط، تصمیم‌گیری، جهت‌یابی، شهامت، قدرت و ارزشمند دانستن خود همذات‌پنداری می‌کند در جادهٔ کسب موفقیت در دنیا گام برمی‌دارد.

اما این امر می‌تواند بسیار زیان‌بار نیز باشد، زیرا اگر زنی چنین بیندیشد که خارج از آیینهٔ توجه مردان یا تعریف شدن از سوی مردان وجود خارجی ندارد، صدمه می‌بیند. لوئیس کارول در کتاب «*آلیس در سرزمین عجایب*» این باور را به شکلی نمادین بیان می‌کند: آن‌جا که دو شخصیت توئیدلروم و توئیدلری به آلیس می‌گویند که او تنها در تخیل و خواب شاه سرخ وجود دارد و اگر شاه از خواب بیدار شود، او مانند یک شمع خاموش می‌شود و از بین می‌رود!

---

1. Jill Barad
2. Mattel Toys

وقتی متحد مذکر مثبت در زندگی زن وجود ندارد

تأیید و تشویق توسط پدر یا جایگزین‌های دیگر پدر معمولاً باعث رشد «خویشتن» مثبت در زن می‌شود، اما عدم‌مشارکت واقعی آن‌ها، دخالت منفی پدر، ناپدری، عمو و دایی یا پدربزرگ عمیقاً به حس زن از خویشتن آسیب وارد می‌کند. این امر می‌تواند زن را به تلافی‌جویی بیش از حد یا کمال‌گرایی تحریک و عملاً رشد او را متوقف کند. وقتی پدر در زندگی دختر غایب یا نسبت به او بی‌تفاوت است، بی‌علاقگی، یأس و عدم‌تأیید خود را نشان می‌دهد و این عدم‌تأیید نیز می‌تواند درست به همان اندازه که قضاوت‌های منفی صریح و حمایت بیش از حد، برای زن قهرمان زیان‌بار هستند به او آسیب برساند.

کارول پیرسون[1] و کاترین پاپ[2] در کتاب «*قهرمان مؤنث در ادبیات آمریکا و بریتانیا*» نقل‌قولی از یادداشت‌های روزانهٔ امیلی کار[3]، هنرمند کانادایی می‌آورند که پدرش از نظر جسمی در زندگی او حضور داشت، اما به لحاظ عاطفی نسبت به او و مادرش بی‌تفاوت بود. امیلی در اواخر دههٔ شصت زندگی خود هنوز با این خدای بی‌تفاوت دست‌وپنجه نرم می‌کرد.

> «از شصت‌وشش سال پیش تاکنون، حال خودم را نمی‌فهمیدم ... نمی‌دانم پدر چه احساسی داشت. نمی‌توانستم تصور کنم که او کوچک‌ترین علاقه‌ای به مادر داشته باشد. پدر بیشتر به استیک آبدار خوشمزه‌ای علاقه‌مند بود که در بشقاب مسی بزرگ در حالی که از روی آن بخار بلند می‌شود سرو می‌شد. نمی‌دانم که او پس از زایمان مادر هیچ‌وقت باکلامی محبت‌آمیز از او تعریف کرده یا نه، یا همیشه رفتار او همین‌قدر خشک بوده و منتظر شده تا مادر برخیزد و از او پذیرایی کند. او تا زمانی که بچه‌های کوچک‌تر آنقدر بزرگ نشده بودند که او را ستایش کنند یا اراده‌ای داشته باشند تا بتواند آن را درهم بشکنند، آن‌ها را نادیده می‌گرفت.»

---

1. Carol Pearson
2. Katherine Pope
3. Emily Carr

در سطح شخصی، کم‌توجهی از جانب پدر و در سطح فرهنگی، کم‌توجهی از جانب معلم، اتفاقی است که لیندا لئونارد آن را «آمازون زره‌پوش» می‌نامد.

> این‌گونه زنان در واکنش به پدرِ بی‌توجه، اغلب اوقات در سطح «خویشتن» با مردانگی یا کارکردهای پدری خود همذات‌پنداری می‌کنند. از آنجا که پدر آن‌ها آنچه را که نیاز داشتند به آن‌ها نداده، آن‌ها مجبورند خودشان آن نیازها را برطرف کنند. زرهی که بر تن دارند، به‌طرز مثبتی از آن‌ها حمایت می‌کند و به آن‌ها کمک می‌کند تا از نظر کار و حرفه رشد کنند و آن‌ها را قادر می‌سازد تا در دنیای روابط ابراز وجود کنند. اما از آنجا که این زره مانع از ارتباط آن‌ها با احساسات زنانه و وجه ملایم وجود آن‌ها می‌شود، این زنان معمولاً از خلاقیت خود جدا می‌شوند، از برقراری رابطهٔ سالم با مردان باز می‌مانند و خودجوشی و سرزنده زیستن در زمان حال برای آن‌ها ناممکن می‌شود.

چنین زنی از نظر حرفه‌ای موفق به‌شمار می‌آید اما در حوزهٔ عاطفی یا روابط، اعتماد کردن به او دشوار است. شخصیت مذکر درونی او مردی دلرحم نیست، بلکه مستبد حریصی است که هرگز راضی نمی‌شود. هر کاری که زن انجام دهد از نظر این شخصیت مذکر درونی کافی نیست و او بدون تشخیص و تأیید آرزوی زن برای مورد محبت واقع شدن، احساس رضایت کردن یا حتی استراحت کردن، مدام به او فشار می‌آورد که «بیشتر، بهتر، تندتر» کار کند.

دانیل زنی است در اوایل دههٔ سی زندگی که مؤسسهٔ معاملات ملکی بسیار موفقی را اداره می‌کند. او قدبلند، باهوش و زیبا است و از تمام این ویژگی‌ها برای پیشرفت کار و حرفه خود استفاده می‌کند. او همچنین مانند آهن سخت است. دانیل عاشق تصویری است که از پدر خود دارد. پدر دانیل که سه سال پیش از دنیا رفته است، کارآفرین موفقی در اروپا بود. او مرد

قوی و خودساخته‌ای بود که با اقتدار تمام و با مشت آهنین خانواده خود را کنترل می‌کرد.

پدر دانیل مدام زیبایی و هوش او را تحسین می‌کرد و به او گوشزد می‌کرد که از رابطه جنسی دوری کند چون کاری کثیف است. پدر از مصائب و موفقیت‌های خود در دنیای تجارت با او صحبت می‌کرد. دانیل محرم‌اسرار او بود. وقتی دانیل نوجوان بود پدر، مادر او را طلاق داد. مادر در دوران کودکی دانیل، او را از نظر جسمی و عاطفی آزار داد به‌طوری‌که وقتی دانیل وارد دوران بلوغ شد مادرش کاملاً بدرفتار و پرخاشگر و معتاد به الکل شده بود. سپس پدر دانیل با زن جوانی ازدواج کرد که تنها چند سال بزرگ‌تر از دانیل بود و پدر با او بسیار بد رفتار می‌کرد، به‌علاوه او با زنان دیگری هم ارتباط داشت که همه از آن باخبر بودند.

دانیل می‌خواست وارد حرفهٔ پدر شود اما او اجازه نداد و این احساس را در دانیل ایجاد کرد که کسب‌وکار مناسب دخترها نیست. دانیل کسب‌وکار خود را پس از مرگ پدر آغاز کرد. می‌خواست به خود نشان دهد که می‌تواند این کار را انجام دهد. دانیل عمیقاً به‌خاطر چیزهایی که پدر هرگز به او یاد نداد متأسف بود و به همین دلیل از تمام مردانی که رابطهٔ حرفه‌ای یا شخصی با آن‌ها داشت انتقام گرفت. زمانی که زن حسابداری را به‌علت بی‌ادبی و پرخاشگری از دست داد، تقصیر را به گردن مشتری انداخت که نتوانسته بود وجود یک زن مقتدر را بپذیرد.

وقتی دانیل در کسب‌وکار خود شکست خورد با عصبانیت گفت: «اگر پدر زنده بود هرگز این اتفاق نمی‌افتاد. او به من کمک می‌کرد.» دانیل این واقعیت را نادیده گرفت که پدر در زمان حیات خود هرگز از فعالیت مستقل او حمایت نکرده بود. دانیل به هیچ‌کس اعتماد نداشت و کم‌کم دچار انواع عفونت‌های رحم و مجاری ادرار شد. رابطهٔ او با وجه ملایم زنانه وجودش قطع شده بود و او بیشتر زنان را خوار می‌شمرد و آن‌ها را نادان، بی‌توجه و مخرب می‌دانست.

بزرگ‌ترین نگرانی او مربوط به زخم‌ها و عفونت مکرر اندام‌های تناسلی زنانه‌اش بود. من با استفاده از تمرین تجسم خلاق او را تشویق کردم که با زخم‌های خود گفت‌وگو کند. وقتی این کار را کرد به کانون خشم خود رسید. دانیل گفت: «من از اینکه از بچگی باید قهرمان می‌شدم تا با مادرم بجنگم عصبانی هستم. من کوچک‌تر از آن بودم که با جنون او مقابله کنم. پیام پدر این بود که وقتی او در دنیای بیرون مشغول کارهای مهم است مادر را نادیده بگیریم.

پدر از من حمایت نکرد. به تنهایی موفق شدن در دنیای بیرون، از توان من خارج است. تلاش برای رقابت با دیگران برای من مفهومی ندارد زیرا از آنجایی که همیشه مقام بالا و قدرت زیادی در خانواده داشته‌ام و با تحقیر به مادر نالایق و دیوانه خود نگریسته و محرم اسرار پدر بوده‌ام، بر دیگران احساس برتری می‌کنم و نمی‌توانم آن‌ها را تحمل کنم. اما حالا فلج شده‌ام. من دیگر گوش شاه را در اختیار ندارم. او از دنیا رفته است. اما هدیه او به من چه بود؟ احساس کاذبی از اهمیت، چون من محرم اسرار او بودم. اما در حقیقت من برای او خدمتکار عزیز کرده‌ای بیش نبودم.

حالا نمی‌دانم چطور باید نسبت به دیگران دلسوزی واقعی نشان دهم و از رقابت در دنیای کار و حرفه هم بیش از حد می‌ترسم. من می‌خواهم از بالا شروع کنم. من نمی‌دانم این کسب‌وکار را چطور با موفقیت اداره کنم و مطمئناً نمی‌خواهم به استخدام دیگران درآیم. من در زمینهٔ مذاکره با دیگران و به‌خصوص مردان مشکل دارم. چون به آن‌ها اعتماد ندارم.»

پدر دانیل نه تنها در راه موفقیت او به‌عنوان یک زن تاجر خرابکاری کرد بلکه امکان موفق شدن او در حوزهٔ روابط را هم از بین برد. او با طرز رفتاری که نسبت به زنان خود و حتی خواهران ناتنی دانیل داشت، احساس تحقیر خود را در مورد همهٔ زنان نشان داد. خواهر بزرگ‌تر دانیل در نوجوانی خودکشی کرد. پدر دانیل از همهٔ زنان زندگی خود از جمله دانیل برای منافع شخصی خود استفاده کرد، در حالی که دانیل فکر می‌کرد همیشه یک استثناء

است. حالا که دانیل در حال شفای خود است درک می‌کند که هنوز در مورد جنسیت خود مشکل دارد.

بسیاری از زنانی که می‌خواهند در کسب‌وکار موفق شوند تا ارزش خود را به پدر ثابت کنند، حتی اگر تحصیلاتی داشته باشند که از حرفهٔ آن‌ها حمایت کند، از کسب موفقیت پایدار ناتوان‌اند. در صورتی که پدران آن‌ها به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم این پیام را به آن‌ها تلقین کرده باشند که زنان به دنیای تجارت تعلق ندارند، به‌راحتی باور می‌کنند که موفقیت، با کلیشهٔ نقش جنسیتی زنان جور نیست.

اعتیاد به کامل بودن

یک زن جوان ممکن است در حالی که از درون روان خود زخم خورده و خونریزی دارد، در بیرون موفق به‌نظر برسد. بسیاری از زنان جوان به‌علت ترس درونی از تحقیر شدن، به کمال‌طلبی عادت کرده‌اند و بیش از حد کار می‌کنند و بیش از حد تمایل دارند که همه چیز را جبران کنند، چون آن‌ها با مردان متفاوت هستند.

> فرهنگ جامعه امروزی غرب به فرآیند اعتماد ندارد و تنوع و چندگانگی را نمی‌پذیرد. از این‌رو از همهٔ زنان انتظار دارد که کامل باشند. قرار است که زنان «دقیقاً مطابق» معیارهای فضیلت، موفقیت، هوش، ذکاوت و جذابیت جسمی باشند. در غیر این صورت آنان باید این کسری‌ها را جبران کنند، سخت‌تر کار کنند، مطالعه کنند، رژیم بگیرند، ورزش کنند و لباس‌های بهتر بپوشند تا با تصویر حاکم از شخص ایده‌آل هماهنگ شوند. به این ترتیب ویژگی‌های منحصر به‌فرد زن احتمالاً به‌عنوان «مشکل» تلقی می‌شود و برای خوب بودن، باید مشکل را حل کرد و از بین برد.

برخی از زنان بسیار مفتخرند که قادرند مانند مردان فکر کنند، با آن‌ها رقابت کنند و در بازی خودِ مردان، آن‌ها را شکست بدهند. **این زنان قهرمان می‌شوند،**

اما بسیاری از آن‌ها به‌طور آزاردهنده‌ای احساس می‌کنند که کاری که انجام می‌دهند هرگز کافی نیست. آن‌ها همچنان بیشتر و بیشتر کار می‌کنند و احساس می‌کنند که باید درست مثل مردان باشند. من در خانواده‌ای کاتولیک بزرگ شدم و اغلب فکر می‌کنم شاید تصور مردانه‌ای که در این دین از خدا وجود دارد، یکی[1] از علت‌های احساس کمبود در زنان است.

نانسی زنی است در اوان چهل سالگی که پس از بیست سال فعالیت سیاسی و مجری‌گری به دانشکدهٔ حقوق بازگشته است. وقتی او تکالیف دانشکده را انجام می‌دهد درمی‌یابد که زمان و انرژی زیادی را صرف انجام کامل و بدون نقص تکالیف خود می‌کند. او برای حل هر مسئله‌ای بیش از حد وقت صرف می‌کند. به همین علت هرگز وقت کافی برای به پایان رساندن همهٔ کارهای خود ندارد و نمرات او نشان می‌دهد که تکالیف خود را به موقع انجام نداده است. نانسی نه کم‌هوش است و نه ناتوان از انجام کار، بلکه بیش از حد آن را انجام می‌دهد و دوباره‌کاری می‌کند.

وقتی از نانسی پرسیدم جواب کامل را برای چه کسی می‌نویسد، پاسخ داد «بابام». او برایم تعریف کرد که وقتی دختربچه بود مدام چنین گفت‌وگویی با پدر خود داشته است. پدر نانسی رانندهٔ کامیونی بود با قوهٔ طنز قوی که با اولین دختر خود یعنی نانسی همچون پسرها رفتار می‌کرد و از او می‌پرسید: «خوب، من دوست داشتم تو پسر بودی. اما حالا که نیستی بگو ببینم ۹ ضرب‌در ۹ چند می‌شه؟»

نانسی با یادآوری خاطرات خود می‌گوید: «من همیشه جواب درست هر سؤالی را که پدرم می‌پرسید بلد بودم. من آمار ورزشی، طولانی‌ترین کلمات دیکشنری و پایتخت همهٔ کشورها را حفظ می‌کردم تا هیچ‌وقت بی‌اطلاع

---

۱. شاید این تصور نادرست در فرقه‌هایی که مسیح را با خدا یکی می‌دانند، ایجاد شده است. آیا زنان حق ندارند از خود بپرسند که چرا خدای این فرقه‌ها مرد است؟ تأکید خداوند واحد متعال در قرآن کریم مبنی بر منزه بودن پروردگار از داشتن فرزند یا شریک، به‌علت از بین بردن تصورهای نادرستی از این دست است. (ناشر)

نمانم. این کار برای تقویت حافظه من خیلی خوب بود اما اصلاً نمی‌دانستم دختر بودن به چه معناست. تنها چیزی که می‌دانستم این بود که چون پسر نیستم حتماً مشکلی در من وجود دارد و باید کاری کنم که این مسئله را جبران کند.»

ایده‌آل پدر نانسی از زن بودن همان چیزی بود که وجود نانسی را تعریف می‌کرد. از آنجاکه نانسی شرایط جسمی مرد بودن را نداشت، بهترین کاری که می‌توانست بکند این بود که باهوش باشد و کارها را در حد کمال انجام دهد. پدر خود من می‌گفت: «اگه نمی‌تونی کاری رو درست انجام بدی، اصلاً آن را انجام نده» و من این پیام را این‌طور در درون خود پذیرفتم که اگر نمی‌توانم در کاری نفر اول باشم بهتر است اصلاً دربارهٔ آن سعی نکنم.

یادگیری قوانین بازی با بابا

دختربچه‌ها خیلی زود یاد می‌گیرند که برای جلب تأیید و تحسین پدر، باید چه بازی‌هایی انجام دهند. آن‌ها ممکن است خود را باهوش، زیرک، محجوب و اغواگر نشان دهند. اولین مردی که دختر به او ابراز علاقه می‌کند پدر اوست. پاسخی که پدر به ابراز علاقه او می‌دهد برای رشد جنسی دختر بسیار حیاتی است. گرما، بازیگوشی و عشق پدر برای رشد جنسی سالم دختر بسیار مهم است. در غیر این صورت اولین دلبستگی یعنی مادر، همچنان موضوع عشق اولیه و اصلی او باقی می‌ماند. از سوی دیگر سلطه‌جویی، تملک‌طلبی و انتقاد پدر از دختر می‌تواند در آینده، رشد جنسی و علاقه دختر را به جنس مخالف مخدوش یا نابود سازد.

پدری که نقش طبیعی خود را به‌عنوان حامی جنسیت دختر جوان خود نادیده می‌گیرد، بیشتر به روحیه دختر آزار می‌رساند و به‌علت نیاز به سلطهٔ مذکر، رشد جنسی عادی دختر را از طریق معاشرت با محارم متوقف می‌کند. چنین دختری باید بقیهٔ عمر خود را صرف بازپس‌گیری جنسیت خود کند و این واقعیت را که به‌عنوان زن از حقوقی برخوردار است درک نماید.

دختربچه‌های دیگر یاد می‌گیرند که وقتی دور و بر بابا هستند، استعداد خود را چندان بروز ندهند. آن‌ها ممکن است مورد تمسخر، انتقاد، عدم‌تأیید و آزار جسمی قرار بگیرند، بنابراین می‌آموزند که جلوی مردان خود را خیلی «باعرضه» نشان دهند. آن‌ها به‌سرعت یاد می‌گیرند که اجازه دهند بابا بازی یا شطرنج را ببرد یا در بسکتبال و تنیس برنده شود. این دخترها آرزوهای خود را فراموش می‌کنند و تلاش می‌کنند که همواره کسی که در نظر آن‌ها به‌عنوان رئیس پذیرفته شده است، یعنی پدر، خیلی خوب به‌نظر بیاید. سرانجام آن‌ها نسبت به آنچه که در زندگی آن‌ها در رابطه با پدر اتفاق افتاده، احساس تلخی و انفعال می‌کنند و شکاک و عیب‌جو می‌شوند.

دخترانی که در دوران کودکی از بی‌توجهی پدر رنج برده‌اند در هر رابطه‌ای دنبال آن توجه گمشده می‌گردند. لورتا[1] زنی در اواخر دههٔ سی زندگی است. او پدر خوش‌قیافه خود را که مجری برنامهٔ ورزشی بود مثل بت می‌پرستید اما نمی‌توانست توجه او را به خود جلب کند. لورتا با سه برادر ورزشکار بزرگ شده بود که تمام توجه پدر را به خود اختصاص داده بودند. لورتا دختر بچه‌ای آرام و خیالباف بود و دوست داشت اوقات خود را در آرامش جنگل بگذراند، اما علاقهٔ چندانی به ورزش نداشت. پدر، به داستان‌هایی که لورتا می‌نوشت می‌خندید و بازی‌های او را با حیوانات مسخره می‌کرد. مادر لورتا زنی آرام و افسرده بود. لورتا در حالی که نمی‌دانست چطور باید وارد دنیای کاملاً مردانه اطراف خود شود، ازدواج کرد.

او می‌گوید: «شوهر اول من بازیکن بیسبال لیگ دستهٔ دوم بود بنابراین من در فصل بازی‌ها، به تماشای مسابقات می‌رفتم و پدر را هم دعوت می‌کردم تا کنار من بنشیند. پدر فعالیت حرفه‌ای شوهرم را به‌دقت دنبال می‌کرد اما هیچ علاقه‌ای به من نداشت و در خارج از فصل بازی‌ها، من هر چقدر وقت بیشتری را با جان می‌گذراندم بیشتر می‌فهمیدم که ما هیچ وجه اشتراکی باهم

1. Loretta

زندگی راه نقشه

خود تحلیل‌گری
با رویکرد پرفسور کارل گوستاو یونگ

بنیاد فرهنگ زندگی

تأسیس ۱۳۷۶

بنیاد فرهنگ زندگی

مرکز مطالعات و آموزش علوم پیشرفته انسانی

نشانی: سید خندان . ابتدای سهروردی شمالی

پلاک ۸۲۹ . طبقه دوم . واحد ۶ . تلفن: ۳-۸۸۵۲۴۱۰۰

www.bonyadonline.ir info@bonyadonline.ir

instagram: bonyadfarhangzendegi