

## شش روش برای زنی که به همسرش وابسته است

۱. زنان با جنبه غالب همسر (هرا): زنانی هستند که تا شوهر نکنند، احساس می کنند که نقصی بزرگ در زندگی خود دارند.

این دسته از زنان به همسر خود وابسته هستند و بدین جهت بسیار مراقب هستند که مبادا بی وفایی از او ببینند و لذا با حسادتها و بعضاً کینه ورزی با زنان رقیب خود، دائم در کشمکش و استرس به سر می برند.

۲. زنان با جنبه غالب مادر ( دیمیترا ): کسانی هستند که بیشتر قدرتهای مادرانه و سرپرستی از نزدیکان خود را زندگی می کنند و حتی اگر ازدواج هم کنند، به نوعی برای همسر خود مادری می کنند و ابزار رشد او را بدون در نظر گرفتن نیازهای عمده خود فراهم می کنند

مباحث امروز:

آیا بین داستانهای رایج یک ملت و رفتار آنها نسبتی وجود دارد ؟

اسطوره های تاریخی علیرغم ناباوری ما، بشدت در روانشناسی ما نقش دارند! منظور از ناخودآگاه جمعی و کهن الگو چیست؟

ایزد بانو یعنی چه؟ معرفی اجمالی الگوی شخصیتی زنانه - آفرودیت/ هرا / دیمیترا/ هستیا / پرسفون/ آرتمیس/ آتنا

ویژگیهای هرا: دختری/ ازدواج/ میانسالی

نقاط ضعف هرا و راههای رشد هرا

نگاشته این جلسه را به معرفی بیشتر زنان با جنبه غالب همسر ( زنان هرا تایپ ) اختصاص می دهیم و اگر خداوند یاری کند

یکی از زیباترین و در عین حال سنگین ترین مباحث روانشناسی عمقی را با مثالهای ساده زندگی ایرانی خودمان تدریس می

کنیم. در این مباحث مدیون زحمت پروفیسور یونگ C. G. JUNG روانپزشک سوئیسی و پدر روانشناسی عمقی Deep

psychology هستیم که به زیبایی ارتباط عمیقی را کشف کرد که بین مباحث انسان شناسی و اسطوره شناسی وجود

دارد. یونگ، شاگرد پدر روانپزشکی دنیا، زیگموند فروید بود. فروید مهمترین کسی بود که روانپزشکی و روانکاوی

وروانشناسی را به شکلی روشمند و ساختاری از حالت فانتزی و داستانی و روایی در بین دانشمندان به «علمی جدید» مبدل

کرد. یونگ در بین شاگردان فروید به حدی ممتاز بود که او را «ولیعهد فروید» لقب داده بودند. فروید بذری در بین

شاگردانش کاشت که همان «ارتباط بسیار قوی بین داستانهای ملتها و روایات همان ملل» بود. یعنی ارتباط بین اسطوره

های یک قوم و رفتارهای آن قوم. یونگ گرچه بعدها به علت تفکرات متفاوتش از چشم استادش فروید افتاد اما در دوران

افسردگی ناشی از این جدایی و در آن انزوای جانکاه اندیشید و نهایتاً دانش بزرگی را به کل بشریت اهدا کرد که امروزه از

آن به عنوان «روانشناسی عمقی» نام می‌برند. خوشبختانه در کشور ما نیز مدتی است که اساتید، مترجمین خوش فکرو. ناشرین دلسوز به تبیین و تدریس و نشر تفکرات این دانشمند که لقب «مولوی عصر حاضر» را به او داده‌اند، همت گمارده‌اند. یونگ دریافته بود:

۱. که هر ملتی داستانهای تاریخی و اسطوره‌های خود را دارد که نسل به نسل و سینه به سینه بین مردمش در انتقال است. (مثلاً اسطوره‌های یونان و خدایان یونانی برای غربیان، رستم و سهراب و ماجرای عاشورای حضرت حسین (ع) برای ما ایرانیان)

۲. از بررسی و تحلیل رفتار و عمق داستان اسطوره‌ای هر ملت می‌توان به رفتارهای آن ملت رسید و حتی رفتارهای آن مردم را پیش بینی کرد. مثلاً ملت ما صدها سال است که عشق حضرت امیرالمؤمنین علی (ع) را در خود زنده نگاه داشته است و همواره فرزندان این خاک، غبطه جوانمردی و میهمان‌نازی و مرام و مردانگی آن بزرگ را می‌خورند. پس طبیعی است که ملت ایران عمدتاً توان بهتری برای رفتارهای جوانمردانه و شجاعت و میهمان‌نازی و... داشته باشند. (مثلاً ماجرای زنده یاد تختی و الکساندر مدویت روس در مسابقات جهانی) و ضمناً این ملت رفتارهایی از جنس اسطوره‌های خود را بشدت تحسین کنند (هنوز مردم ما عاشق جهان پهلوان تختی هستند). اسطوره دیگر ما رستم و سهراب است. بر همین اساس ملت ما روحیه جنگاوری و شجاعت دارند. از اسطوره امام حسین (ع) نیز می‌توان پی برد که ملت ایران بشدت ظلم ستیز هستند و این است که از عشقهای هر ملت می‌توان رفتارهای ایشان را پیش بینی کرد. شاید به همین دلیل است که ایالات متحده در جنگهای اخیر خود در منطقه، برای برقراری حکومت‌های موفق در افغانستان و عراق، تیمهای مطالعاتی قوی درباره فرهنگ‌شناسی و اسطوره‌شناسی افغانها و اعراب و ایران را به خدمت گرفته است که مبادا خلاف جریان عمیق جاری روح ملل تحت اشغال رفتار کند. (اشتباه شدید بازجویان آمریکایی در ابوغریب و شعله‌ور شدن آتش غیرت اعراب تاکنون)

۳. یونگ دریافت غیر از اینکه هر فردی دارای بخشهای آگاه و ناخودآگاه مخفی هر کس، پارامتر مهمتری در رفتارهای اوست، بلکه ملتها نیز بخش آگاه و ناخودآگاه دارند و اتفاقاً بخش ناخودآگاه یک ملت در درون تک تک انسانهای آن قوم در جریان است و حتی می‌توان کل بشریت را دارای یک «ناخودآگاه جمعی» در نظر گرفت.

۴. مفهوم ناخودآگاه جمعی از آن مفاهیم کلیدی می‌باشد که فهمش باعث تحول فکری روانشناسی شد. اگر این تئوری را قبول کنیم، به نتایج جالبی می‌رسیم: ما خام و به شکل صفحه‌ای سفید به دنیا نمی‌آییم. اکثر ما بدون آموزشی خاص از تاریکی می‌ترسیم، از مار فرار می‌کنیم از فداکاری لذت می‌بریم و از خیانت بدمان می‌آید. انگار از پیش در همه ما بعضی

ویژگیها تعبیه شده است. آیه ۸ سوره شمس قرآن کریم نیز شاید به این موضوع اشاره دارد: «فالهّمها فجورها و تقویها \_ به انسان راه خیر و شر را الهام کرد.»

۵. شاید از خود بپرسید که آخر این بحثهای خشک چه ربطی به مشکلات زنان و مردان ما دارد؟ اتفاقاً اگر بتوانیم این بحث را خوب جا بیندازیم، یکی از بهترین شاه کلیدهای خودشناسی را به شما خواننده صبور خواهیم داد. در ناخودآگاه همه ما، الگوهای وجود دارد معادل قهرمانان و داستانهای اسطوره ای و البته اگر این الگوها را شناسایی کنیم می توانیم از آنها بهترین استفاده را برای خودشناسی و شناخت دیگران ببریم. خانم شینودا بولن، روانپزشک پیرو مکتب کارل گوستاو یونگ در کتاب مشهور خود موسوم به «نمادهای اسطوره ای و روانشناسی زنان در ایران با ترجمه آذر یوسفی» به هشت دسته زن اشاره می کند که اکثرین زنان را شامل می شود یعنی در ناخودآگاه اکثر زنان، الگوی یکی از این زنان اسطوره ای یا ایزد بانوان نهفته است و می توان رفتارهای آن زن را کاملاً پیش بینی کرد. در مقاله قبل به هرا و دیمتر اشاره کردیم و با توجه به استقبال خوانندگان عزیز، قصد داریم که زنان هرا تایپ را بیشتر بشناسیم. اگر خانمی در خود الگوی «هرا» پیدا کرد، آگاهانه نقاط قوت و ضعف این تیپ شخصیتی را در بیابد و سعی کند قشنگ ترین گوهر درونیش را زندگی کند در ضمن این زن می تواند مشکلات خود را پیش بینی کند و متفکرانه از تله آنها برهد.

۶. نکته بسیار مهم: همه ما چه مرد چه زن واجد همه این ویژگیهای ناخودآگاه جمعی هستیم، ولی معمولاً یکی از این الگوها ( که یونگ بدانها کهن الگو= آرکیوتایپ می گفت ) در ما غالب است  
مثلاً خانمی بیشتر مادری برای همه می کند (دیمتر)

مرد یا زنی هست که بیشتر قصد دلفریبی و عرضه زیباییهای خود را دارد (آرودیت)

دختری که کاملاً معصوم و با چشم بسته وارد ارتباط با کسانی می شود که معصومیت او را می ربایند و روح او را مورد تجاوز قرار می دهند و او همیشه در معرض افسردگی و ترس از رابطه با مردان است و به دنبال معصومیت از دست رفته خود می باشد ( پرسفون )

زنانی هستند که بدون نیاز به مردان کانون زندگی را گرم نگه می دارند و روحی وسیع دارند و معمولاً معلمین خوبی برای پاکی و اخلاقند، زنانی هستند که در صورت رشد و محیط خوب، به استادانی معنوی مبدل می گردند و آتش عشق الهی را روشن نگه می دارند ( هستیا )

زنانی هستند که انگار باید مرد می شدند، همواره در جدال با ظلمهای دنیای مردانه که در حق زنان و کودکان می شود هستند. دختری را می بینید که اهل ورزش و فعالیت و کار است و کمتر مردی می تواند به مرزهای او تجاوز کند و به طبیعت وحش عشق می ورزد (آرتمیس) باز دختری را می یابد که عاشق پدرش است و مدافع حقوق بابا در خانه، بسیار درس خوان و اهل تلاش و علاقه مند به هم‌آوردی با مردان در پستهای مدیریتی و مشاورتی. بسیار تیزبین و دارای قدرت عاقله قوی. مشاور قدرتمند مردان موفق و مدیران ارشد. (آتنا)

زنی را می یابد که بدون مرد و داشتن رابطه ای جدی و متعهدانه خود را ناقص می بیند، اینها از سن کم وارد ارتباط می شوند و بشدت به خیانت و بی وفایی حساسند. (هرا)

حال با دانستن این نکته که درون اکثر ما، ویژگیهای بالا کم و بیش وجود دارد، می پردازیم به معرفی یکی از زنان بالا به نام هرا:

هرا / الگوی غالب همسر متعهد

الف / شاید در کودکی هرا بوده اید:

دخترانی که در بازی بچگانه، پسر همسایه را مثلاً صبحانه می دهند و بعد بهش می گویند برو سر کار (به جای خاله بازی و عروسک شیر دادن) در نوجوانی معمولاً در دبیرستان رابطه برقرار می کنند و اتفاقاً از روابط گذرای آن دوران دچار ضربه شدید عاطفی می شوند. وارد دانشگاه که می شوند ناخودآگاه در سال یک و دو دنبال ارتباطی جدی می گردند و اگر ازدواج نکنند از ۲۱-۲۲ سالگی ترس ماندن و ازدواج نکردن را دارند.

الف/ ازدواج برای این زن امری مقدس است:

زنانی که الگوی هرا در روحشان غالب است، بدون شوهر یا مردی که مال آنها باشد، احساس نقص دارند و زمانی که مرد زندگیشان را داشته باشند، شاد و شکوفا هستند. در روابط عاطفیشان، زنی وفادار و همسری تمام عیار را در می یابد. هیچ مردی جرأت نزدیک شدن به هرای شوهر دار را ندارد. این زن با ازدواج است که احساس محترم بودن می کند. بسیار دوست دارد که بیشتر خانم فلانی به او بگویند تا نام خودش. ازدواج برای چنین زنی بیشتر حالتی روحانی و مقدس پیدا می کند مثل یک مراسم روحانی مثل طواف مثل عبادت. این زن پس از ازدواج اکثر کارهایش را کنار می گذارد و فقط به شوهرداری و... می پردازد. زن هرگز از درد فوت شوهرش التیام نمی یابد.

ب/ روابط کوتاه و گذری / روابط طولانی:

اگر زنی ویژگی‌ها را نداشته باشد، توانایی برقراری روابط طولانی را ندارد و از یک ارتباط به یک ارتباط در حال نوسان است (مرد هم همینطور) زنی که هرا ندارد تنها زندگی کردن برایش دلچسب تر است و معمولاً از بی توجهی شوهرش، زیاد اذیت نمی شود. اما زن هراتایپ بشدت نسبت به شوهرش حساس است و اتفاقاً بیش از اینکه از شوهرش به خاطر بی وفایی و خیانت دلخور شود از زنانی خشمگین می شود که قصد فریفتن شوهرش را دارند. این زن حتماً آبروی زنان متجاوز را خواهد برد و به شوهرش خیلی خرده نخواهد گرفت!

ج/ شوهر مرکز زندگی زن هرا تایپ است:

به قول معروف، گل ته دیگ، مال آقای خونه است بعد بچه ها و سایرین و.... هر مردی با داشتن این زن احساس محوریت دارد و بویژه مردان ایرانی در به در دنبال چنین زنی می گردند اما قصه فقط همین روی سکه نیست. هرا در اثر اشتباه مرد یا کم توجهی مرد بشدت تحقیر می شود (بیشتر از بقیه زنها) و تبدیل به زنی بسیار تلخ می شود؛ هرچند تلخی را کمتر به شوهرش نشان می دهد اما واقعاً قابل تحمل نخواهد بود. با اینکه زن هرابی بعضاً مورد تحقیر قرار می گیرد اما تن به جدایی و طلاق نمی دهد و اگر زن هرا تایپ از شوهرش جدا شود، مدتها خودش را می سازد و روانکاو لازم دارد تا زن دیگر از درون خود را متعلق به شوهر سابق خود نداند.

د - رابطه هرا با سایر دختران و زنان ضعیف است:

اینها دخترانی هستند که تا با یک مرد آشنا شده یا ازدواج می کنند، همه دوستان را به فراموشی می سپارند و بقیه را در حیرت فرو می برند. اتفاقاً این زن همان زنی است که زنان مجرد را برای زندگی مشترک خود خطرناک می داند. اگر دوست صمیمی زن هراتایپ بیوه شود، از نظر او ناقص است و شاید کنار گذاشته شوند!

ه/ فرزندداری:

معمولاً فرزندداری را جزو وظایف زناشویی می دانند و گرنه خیلی هم بچه داری دوست ندارند.

ف/ میانسالی:

اگر ازدواج خوبی از قبل داشته باشد که احساس خوبی می کند و گرنه در سنین ۴۰-۵۰ ناگهان از درون تخلیه می شود.

معمولاً هم که زندگی‌ها در این حوالی شل می شود، این زن با کنترل شوهر به مشکل دامن می زند.

نقاط ضعف هرا و راههای رشد

۱. ازدواج زودرس بدون مطالعه و بررسی

۲. حسادت مخرب: غیرت و حسادت هم ریشه هستند و زن هرایی باید مراقب باشد که در تله کنترل کردن نیفتد. شوهر این زن نباید به حسادت زنش دامن بزند ولو با یک تلفن یا به هر طریقی که شده خوبست که از خودش خبر رسانی به زنش کند. اما زن هرایی هم باید فرصت وفاداری به شوهرش بدهد

۳. زن هرایی باید خشم و حسادت خود را تبدیل به نیروی خلاق و هنر کند.

۴. زن هرایی خوب است که نقش قربانی را رها کند و متهم کردن مردان را کنار بگذارد و به تدبیر زندگی خود پردازد. این زن باید حلقه ارتباطی بهتری با زنان دیگر داشته باشد بویژه زنانی که مثل خودش نباشند بلکه زنانی فهمیده و تا حدی مستقل از لحاظ شخصیتی که به آتش حسادت و خشم او دامن نزنند.

۵. تقویت معنویت به استقلال این زن کمک بزرگی می کند. امنیت درونی این زن از نا امنی بیرونی او می کاهد.

۶. قانون تشعشع و جذب به ما می آموزد که به هر چیزی در زندگی خود بیشتر بیندیشیم یا پردازیم یا نگران باشیم، همان را جذب زندگی خود می کنیم. پس اگر به همسر خود شک بیش از حد داشته باشیم (حد نرمال شک احتیاط بدون نگرانی است) مسائل و اتفاقاتی را جذب زندگی خود و او می کنیم که به شکمان جنبه یقینی ببخشد. به قول حضرت امیر، شک به زنتان او را به آن سمت می کشاند.

منابع بحث:

قرآن کریم / سوره شمس / آیه ۸

نهج البلاغه / حکمتها

نمادهای اسطوره ای و روانشناسی زنان / شینودا بولن / ترجمه آذر یوسفی / انتشارات روشنگران و مطالعات زنان

یونگ و روانشناسی تحلیلی او / دکتر فرید فدایی / نشر دانه

انسان و اسطوره هایش / کارل یونگ و ژوزف هندرسون / ترجمه حسن اکبریان

مبانی روانشناسی تحلیلی یونگ / کالوین. هال ورنون نوردبای / ترجمه دکتر محمدحسین مقبل / نشر جهاد دانشگاهی

تربیت معلم

اسطوره های یونانی / لوسیلا برن / ترجمه عباس مخبر / نشر مرکز

خودشناسی با روش یونگ / مایکل دانیلز / ترجمه اسماعیل فصیح