

شیوه‌ای عمیق، دقیق و کاربردی برای شناخت زنان

انواع زنان

بر اساس نظریه نمادهای اسطوره‌ای در روانکاوی یونگ

دکتر ژان شینودا بولن | ترجمه‌ی نیلوفر نواری



انتشارات بنیاد فرهنگ زندگی



۷	پیشگفتار
۱۳	مقدمه نسخه بیستمین سالگرد چاپ
۱۷	مقدمه: درون هر زن اسطوره‌هایی حضور دارد
۳۳	فصل یک: کهن‌الگوهای زنانه همچون انگاره‌های درونی
۵۱	فصل دو: فعال کردن اسطوره‌ها
۶۹	فصل سه: اسطوره‌های باکره
۸۷	فصل چهار: آرتمیس: اسطوره‌ی شکار و ماه ...
۱۳۱	فصل پنج: آتنا: اسطوره‌ی خرد که از محدودیت‌ها ...
۱۷۹	فصل شش: هستیا: اسطوره‌ی خانه و کاشانه، معبد ...
۲۱۹	فصل هفت: اسطوره‌های آسیب‌پذیر
۲۳۱	فصل هشت: هرا: اسطوره‌ی ازدواج، تعهد و همسر
۲۷۵	فصل نه: دیمیتر اسطوره‌ی غلات تغذیه‌کننده و مادر
۳۱۹	فصل ده: پرسفون: دوشیزه و ملکه جهان زیرین ...



■ درون هر زن اسطوره‌هایی حضور دارد

هر زن نقش اصلی را در داستان زندگی پیچیده خود دارد. من به‌عنوان یک روان‌درمانگر، تاکنون صدها داستان زندگی شخصی شنیده‌ام و فهمیده‌ام که در هر انسانی جنبه‌های اسطوره‌ای حضور دارد. برخی زنان زمانی به سراغ روان‌درمانگر می‌آیند که روحیه خود را از دست داده‌اند و نمی‌توانند درست عمل کنند. برخی دیگر زمانی می‌آیند که با هوشمندی دریافته‌اند که در موقعیتی گیر افتاده‌اند که نیاز به درک و تغییر آن دارند. در موارد دیگر، به نظر من زنان به دنبال کمک یک درمانگر هستند تا یاد بگیرند چگونه قهرمان بهتری برای داستان زندگی‌شان باشند. به این منظور، زنان باید انتخاب‌های آگاهانه‌ای انجام دهند تا زندگی خود را شکل دهند. به محض آن که زنان عادت به ناآگاهی در برابر اثرات قدرتمند کلیشه‌های فرهنگی بر روی خودشان می‌کنند، در برابر نیروهای قدرتمندی درونی‌شان که بر روی کارها و احساسات‌شان تأثیرگذار است نیز ناآگاه می‌شوند. این نیروها همانی است که من

در این کتاب در قالب اسطوره‌های یونانی به معرفی آن‌ها می‌پردازم. کهن‌الگوهای قدرتمند درونی (یا کهن‌الگوها) عامل اصلی تفاوت‌های بین زنان هستند. برای مثال برخی از زنان برای دستیابی به احساس رضایت نیاز به ازدواج و فرزند دارند و زمانی که هدفشان و رای دسترس آن‌ها باشد غمگین و عصبانی می‌شوند. برای این زنان، نقش‌های سنتی معنادار و محترم است. این زنان مشخصاً با زنانی که به استقلال شخصی‌شان اهمیت می‌دهند، تفاوت‌های اساسی دارند. یا زنانی که به دنبال تجربه‌های جدید هستند و از یک فعالیت خلاقانه به سراغ بعدی می‌روند. در عین حال، گروه دیگری از زنان به دنبال خلوت هستند و معنویت برایشان از هر چیز دیگری مهم‌تر است. چیزی که برای یک زن رضایت‌بخش است، ممکن است برای دیگری کاملاً بی‌معنا باشد و این بستگی به اسطوره‌ای دارد که درون هر زن فعال است. علاوه بر این، در یک زن، اسطوره‌های متعددی حضور دارند. هر چه زن پیچیده‌تر باشد، نشانه‌ی آن است که اسطوره‌های بیشتری در درون او فعال هستند. و آنچه برای یک بخش از وجود او رضایت‌بخش است، ممکن است برای بخش دیگر وجودش کاملاً بی‌معنا باشد. شناخت و آشنایی با «اسطوره‌های زنان» ابزاری در اختیار زن قرار می‌دهد که به کمک آن می‌تواند خودش و روابطش با مردان، زنان، والدین و فرزندانش را بهتر درک کند. این الگوهای اسطوره‌ای همچنین بینشی در این زمینه ارائه می‌دهد که چه چیز برای برخی زنان انگیزه‌بخش (حتی وسواس‌گونه)، ناامیدکننده یا رضایت‌بخش است و برای عده‌ای دیگر این‌گونه نیست. آشنایی با «اسطوره‌های زنان» اطلاعات مفیدی را در اختیار مردان نیز قرار می‌دهد. مردانی که می‌خواهند زنان را بهتر بشناسند می‌توانند از این الگوهای اسطوره‌ای برای فهم این موضوع استفاده کنند که

انواع مختلفی از زنان وجود دارند که باید انتظارات متفاوتی از آن‌ها داشت. این دانش همچنین به مردان کمک می‌کند تا زنان پیچیده یا آن‌هایی که متناقض به نظر می‌آیند را بهتر درک کنند. دانش «اسطوره‌های زنان» همچنین بینش درمانی مفیدی در اختیار درمانگرانی که با زنان کار می‌کنند قرار می‌دهد که به آن‌ها در شناخت و حل تعارض‌های درونی و رابطه‌ای مراجعانش کمک می‌کند. الگوهای اسطوره‌ای دلیل موجهی برای تفاوت‌های شخصیتی است و اطلاعاتی درباره مشکلات روان‌شناختی بالقوه و علائم بیماری‌های روان - تنی ارائه می‌دهد. و مسیری که یک زن از طریق آن می‌تواند در راستای الگوی یک اسطوره رشد کند را نشان می‌دهد. این کتاب دیدگاه جدیدی در ارتباط با روان‌شناسی زنان را تشریح می‌کند که بر پایه‌ی تصویری از زنان (در اسطوره‌های یونان) استوار است که بیش از سه هزار سال است که در تخیل بشریت حضور داشته است. این روان‌شناسی زنان، با تمام نظریه‌هایی که زن «سالم» را زنی می‌داند که در قالب یک الگوی شخصیتی یا ساختار روان‌شناسی «درست» بگنجد، تفاوت دارد. این نظریه بر پایه گوناگونی معیارهای سالم در میان زنان بنا شده است. بخش اعظمی از آنچه که من درباره‌ی زنان آموخته‌ام از طریق شغلم به‌عنوان روان‌تحلیل‌گر یونگی، آموزش و راهنمایی دانشجویان به‌عنوان استاد روانپزشکی دانشگاه کالیفرنیا و تحلیل‌گر سرپرست در موسسه‌ی سی. جی. یونگ در سانفرانسیسکو بوده است. اما آنچه من از روان‌شناسی زنان در این صفحات گرد آورده‌ام فراتر از تجربه‌ی حرفه‌ای من بوده است. بیشتر آنچه می‌دانم از بودنم به‌عنوان یک زن در نقش‌های زنانه می‌آید؛ از دختر بودن، همسر بودن و مادر یک دختر و پسر بودن. دانش من همچنین از گفت‌وگو با دوستانم و زنان حاضر گروه‌های زنانه رشد پیدا کرده است.