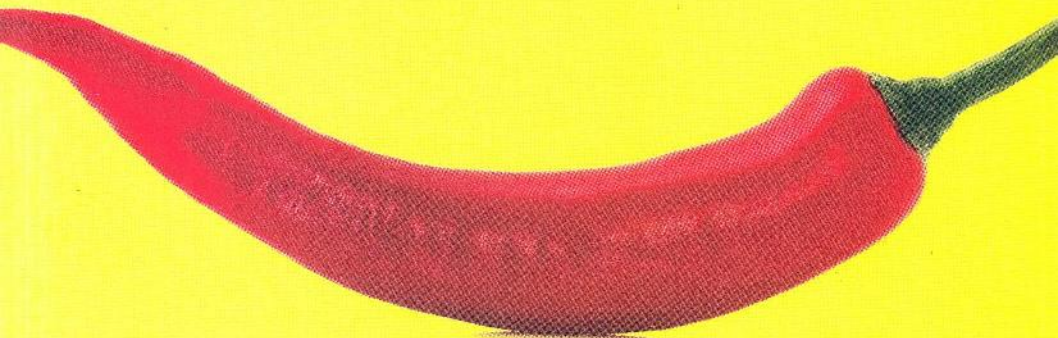




ازدواج رنج مقدس

تحلیل ریشه‌ای اختلافات
وراهکارهای کسب احساس رضایت
در زندگی زناشویی



GETTING TO KNOW YOU

The Inside Out of Relationship

Daryl Sharp



همه ما از حرف‌های شیک در مورد ازدواج که نتوانسته راهی برای حل مسائل زناشویی‌مان ارائه کند خسته شده‌ایم. شاید تا کنون ارزیابی شما این بوده باشد که منشا تولید رنج‌های شما در ازدواج فرد مقابل شماست.

اما روند مطالعه این کتاب این راز را برای شما افشای می‌کند که کودکی ما، مدل زناشویی والدین، جاهایی که در کودکی با خود گفته ایم که هیچگاه زندگی شبیه والدین‌مان نخواهیم داشت، فانتزی‌هایی که درباره زن و مرد ایده آل داشته‌ایم... همه و همه باعث تولید انتظاراتی می‌گردند که عدم تحقق آنها احساس شکست را به ما منتقل می‌کند. و ما که از شکست گریزانیم، به جای تحلیل موقعیت سریعاً تجدید قوا برای حمله بیشتر را در دستور کار قرار می‌دهیم و این روند تا بدانجا پیش می‌رود که ما آرام آرام به افسردگی حاصل از عدم تغییر طرف مقابل می‌رسیم و در نهایت به تصمیم جدایی نزدیک می‌شویم.

درگیری‌های زناشویی (رنج)، جزء لاینفک هر ازدواجی است. شما با خواندن کتاب درگیری‌های تان را ساماندهی می‌کنید و به حق به این مفهوم می‌رسید که چقدر این رنج، مقدس است.

این کتاب قدرت اصلی خود را در درجه اول از مقاله مشهور پرفسور کارل گوستاو یونگ در حوزه ازدواج می‌گیرد که برای اولین بار همراه با این کتاب مورد تحلیل قرار می‌گیرد و قدرت دوم این کتاب حاصل گفتگوی نویسنده برجسته آن داریل شارپ (از دانش‌آموختگان مکتب یونگ در زوریخ) و آدم‌های معمولی، از اقشار گوناگون حاضر در جامعه است که خود به خود کتاب را علمی، کاربردی و ساده می‌نمایند.

انتشارات
بنیاد فرهنگ زندگی

وابسته به مؤسسه بنیاد فرهنگ زندگی بالنده

www.bonyadonline.ir

E-mail: info@bonyadonline.ir





ازدواج؛ رنج مقدس

نام کتاب : ازدواج؛ رنج مقدس
نویسنده : داریل شارپ
مترجم : سیمین موحد
ویراستار تخصصی : نیلوفر نوازی
ناشر : بنیاد فرهنگ زندگی (واسته به بنیاد فرهنگ زندگی بالنده)



شابک : ۹-۳۰-۶۲۶۸-۶۰۰-۹۷۸
کتاب - ازدواج رنج مقدس - چاپ ششم
۱۷۰۰۰۹۰
۹۷۸۶۰۰۶۱۷۸۳۰۹
۲۶۰,۰۰۰ ریال

می‌توانید جهت سفارش و تهیه آثار بنیاد فرهنگ زندگی با شماره‌های ۳-۸۸۵۲۴۱۰۰ تماس حاصل فرمایید.

www.bonyadonline.ir [bonyadfarhangzendegi](https://www.instagram.com/bonyadfarhangzendegi) [bonyadfarhangzendegi](https://www.facebook.com/bonyadfarhangzendegi)

سرشناسه	: شارپ، داریل، ۱۹۳۶-م.
عنوان و نام پدیدآور	: Sharp, Dary
مشخصات نشر	: الفبای رابطه / داریل شارپ؛ مترجم سیمین موحد، تهران: بنیاد فرهنگ زندگی، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	: ۱۶۸ ص: ۱۷/۵/۱۴۰۵س.م.
شابک	: ۹-۳۰-۶۲۶۸-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Getting to know you: the inside out of relationship, C۱۹۹۲.
موضوع	: روان‌شناسی یونگی
موضوع	: روابط بین اشخاص
موضوع	: روانکاوی
شناسه افزوده	: موحد، سیمین، ۱۳۳۷-، مترجم
رده بندی کنگره	: BF۱۷۳/۷ ۱۳۹۳ الف۱۴/ش
رده بندی دیویی	: ۱۵۰/۱۹۵۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۴۰۱۳۲۰

به نام خدا

فهرست مطالب

هفت	پیشگفتار
۵۵	یادداشتی برای خواننده
۱	سمینار یک
۲۵	سمینار دو
۵۳	سمینار سه
۸۷	سمینار چهار
۱۲۱	سمینار پنج
۱۴۷	گفتار پایانی

سخن ناشر ...

سید سهیل رضایی
رئیس هیئت مدیره بنیاد فرهنگ زندگی



ازدواج در دوران ما به یکی از سخت‌ترین و پرخطرترین تصمیمات زندگی انسان تبدیل شده است و افراد برای بیان این دشواری‌ها، طنزهای فراوانی از این ارتباط خلق کرده‌اند که به جرأت می‌توان گفت از هر ده جوک بیش از سه تا از آن به شرح ماجراهای این رابطه می‌پردازد.

با وجود آمار بالای طلاق در کشور و با وجود اینکه افراد ترسیده‌اند، اما به فراموش کردن گزینه ازدواج هم نمی‌توانند به‌طور کامل بیاندیشند و سعی می‌کنند با حواس جمعی و سواس‌گونه به تدوین و درست کردن فهرست معیارهای خود همت بگمارند. اما تهیه این فهرست، سود نهایی و زندگی همراه با آرامش به آن‌ها هدیه نمی‌کند.

ما به نگرش‌هایی متفاوت برای رهایی از مسائل مان در ازدواج نیازمندیم. در این مسیر پروفیسور کارل گوستاو یونگ در مقاله‌ای با عنوان «ازدواج به مثابه رابطه روانشناسانه» که مهم‌ترین مقاله او درباره ازدواج است و این کتاب بر اساس آن نوشته شده، می‌گوید: «ازدواج به ندرت به صورت هموار و بدون بحران رشد می‌کند یا بهتر است بگوییم هرگز بدون بحران رشد نمی‌کند. تولد آگاهی بدون درد نیست.» پس امروز بیایید با خواندن این کتاب ببینیم هدف‌های پنهان و پر از حکمت ازدواج و بحران‌هایی که پی‌درپی در آن به وجود می‌آیند چیست‌اند. بیایید حتی اگر زندگی به ظاهر آرامی داریم، بر آن دقت کنیم که این نبودن بحران به معنای در خود فرورفتن و مرگی پنهان در رابطه و زندگی نباشد.

از داریل شارپ، هم به دلیل اجازه انتشار این کتاب به بنیاد فرهنگ زندگی و هم به خاطر تشریح کاربردی دیدگاه‌های یونگ در مورد ازدواج، سپاسگزاریم.

پیشگفتار

ما همچنان که خلأ را پر می‌کنیم، از آن آگاه می‌شویم
آنتونیو پورچیا^۱، صداها

ریچل^۲ گفت: «دوباره این جاییم».

او با حالتی تحریک‌کننده روی کانپه دراز کشیده بود. رنگین‌کمانی که از آن طرف دیوارها می‌آمد موهایش را روشن می‌کرد. ریچل برای من مثل بثاتریس^۳ برای دانتِه است. او راه را به من نشان می‌دهد. خوب، کمابیش. گاهی او فقط به راه خودش می‌رود و من گمراه می‌شوم.
با ترشرویی گفتم: «آره».

احساس بلا تکلیفی می‌کردم. کارها خودش جلو می‌رفت و احتیاجی به من نبود. تمام اطلاعات ثبت شده به روز بود و به همه نامه‌ها پاسخ داده شده بود. میز تحریرم کاملاً تمیز بود و من هیچ کاری نداشتم انجام دهم. احساس می‌کردم خلأ نزدیک می‌شود.

فکر کردم، انرژی‌ام کجا می‌خواهد برود؟

ریچل گفت: «موقع خوبی برای تعطیلاته». لبخند درخشانی به من زد. او عاشق سفر است.

1. Antonio Porchia

2. Rachel

3. Beatrice

شکلک در آوردم.

ریچل گفت: «تو باید یاد بگیری که فقط باشی».

«یاد می‌گیرم. یاد می‌گیرم. شاید سال دیگه».

می‌خواستم به حیاط خلوت برگردم. آرنولد^۱ آن‌جا بود. او داشت زمین را می‌خراشید و با خودش زمزمه می‌کرد. ما وقتی داشتیم در زوربخ در رشته روان‌کاوی درس می‌خواندیم با هم زندگی می‌کرد. حالا او همسایه‌ام بود. آرنولد باغچه خودش را داشت اما گاهی در باغچه من هم کار می‌کرد. بالا را نگاه کرد و حالم را دید.

گفت «وقتی می‌بینی اینا رشد می‌کنن قلبت به آواز در نمی‌آید؟»

شانه بالا انداختم.

از تغییر فصل‌ها هیجان‌زده نمی‌شی؟ از آب‌های بهاری‌ای که به طرف جنگل‌ها سرازیر می‌شن، هوای داغ و سنگین تابستان، برگ‌های رنگارنگ پاییز، و برف تازه و تمیز؟»

حمیازه کشیدم.

آرنولد گفت: «بیباگل هارو بو کن».

بعد مرا مثل یک مرد کور دور گرداند. صورتم را به گل سرخ‌های پیوندی چسباند و گل‌های حنا، سوسن‌ها، پتونیاه‌ها، و بگونیه‌های غول‌پیکری را که کاشتن شان دو روز طول می‌کشید نشانم داد.

آرنولد گفت: «باغ مکان بسیار خاصی‌ه». بند شلوار ارغوانی‌اش را کشید.

موافقت کردم و گفتم «آره». اما فرقی نکرد.

مرا کنار حوض نشانند و ناپدید شد. به آب موج خیره شدم و به رفتن به رختخواب فکر کردم. گاهی این تنها راه است. وقتی می‌خواهم به کاری که باید بکنم فکر نمی‌کنم. اما بعد رویاها می‌آیند. تصمیم گرفتم به رختخواب نروم. آرنولد با یک لیوان مخلوط لیموناد سرد و یک بشقاب از کلوچه‌هایی که

1. Arnold

مادرم درست کرده بود برگشت. تکه یخی را جویدم و فکر کردم هیچ وقت با دندان روی جگر گذاشتن به جایی می رسم یا نه.

آرنولد گفت: «به این گوش کن...»

وقتی رفت او آخر شب بود. احساس می کردم کمی حالم بهتر است. ظرف ها را جمع کردم و به طرف خانه دویدم.

ریچل در صندلی دسته داری جمع شده بود و کتاب جنایی می خواند. در حالی که دست هایم را به هم می مالیدم فریاد زدم «فهمیدم! می دونم باید چیکار کرد!»

ریچل اخم کرد. او عاشق مطالعه است و دوست ندارد حواسش پرت شود، ولی چکار می شود کرد.

گفت: «من نمی دونم. چرا یه رمان نمی نویسی؟»

«من قوه تخیل ندارم. من فقط می تونم روی واقعیت گلدوزی کنم. همین.»

ریچل با محبت گفت: «اداشو در بیار. رمان نویسا همین کارو می کنن.»

چیزی نگفتم. من چیزهایی می دانم، و می دانم که ابداً شبیه آن ها نیستم. آن ها پرواز می کنند، من به زمین چسبیده ام. آن ها می توانند دنیاها را خلق کنند که هرگز در آن ها نبوده و شاید هرگز نباشند. من در این یکی گیر کرده ام. ریچل ها - یا رابرت های - آن ها باید به کلی متفاوت باشند.

ریچل به فکر فرو رفت. بعد از مدتی چشم هایش برق زد. لبخندی زد و

گفت:

«اما اگه آرنولد بذرها رو بپاشه چی؟»

«می تونم اصلاحش کنم.»

یادداشتی برای خواننده

محتوای این کتاب از سمیناری آمد که براساس رساله‌ی کارل گوستاو یونگ به اسم «از دواج به مثابه رابطه‌ی روان‌شناسانه» برگزار شد. کسانی که در پنج جلسه‌ی دو ساعته شرکت کردند شامل چند درمان‌گر حرفه‌ای، یک کارگزار معاملات ملکی، دو زن خانه‌دار، یک پستچی، یک مدیر آگهی‌های تبلیغاتی، یک صاحب رستوران، دو استاد دانشگاه، یک روحانی پروتستان، و یک کشیش کاتولیک می‌شدند. جمعاً سیزده نفر، شش زن و هفت مرد. سن آن‌ها بین بیست و هشت تا شصت و سه بود.

سمینار یک

پیش از این که بحث را شروع کنیم، می‌خواهم چند نکته را روشن کنم. برنامه صحبت ما ثابت و از پیش تعیین شده نیست. اما من همیشه دوست دارم از یک ساختار ذهنی پیروی کنم. بنابراین ایده من این است که در مورد مقاله «ازدواج به مثابه رابطه روان‌شناسه» پاراگراف به پاراگراف جلو برویم و ببینیم ما را به کجا می‌برد.

یونگ این مقاله را در سال ۱۹۲۵ میلادی نوشته است. احساس خود من درباره این مقاله این است که تقریباً به تمام مفاهیم مهم روان‌شناسی تحلیلی اشاره می‌کند. این مقاله بسیار کوتاه و فقط دوازده صفحه است. بنابراین به راحتی می‌توان در یک جلسه آن را خواند؛ اما مثل پیاز لایه‌های بسیار دارد. در این مورد هم مثل بیشتر نوشته‌های یونگ هر بار که آن را می‌خوانید ناگهان چیز جدیدی بیرون می‌جهد. علتش هم این است که جایگاه ما، تجربه ما و سطح درک ما همیشه در حال تغییر است. ما هر بار که مطلبی را می‌خوانیم معمولاً به آنچه برایمان مهم است و با آن همذات‌پنداری می‌کنیم می‌چسبیم و دفعه بعد به هیچ عنوان همان آدم قبلی نیستیم. این موضوع خصوصاً در مورد متونی که به مسائل روان‌شناسانه می‌پردازند صادق است.

من فکر می‌کنم برای درک آنچه یونگ در این جا می‌گوید نیازی نباشد با سایر آثار او آشنا باشیم. مسلماً برخی از شما بیشتر از بقیه با اصطلاحات و مفاهیم مورد استفاده او آشنا هستید. ما در طول صحبت به این مسئله خواهیم

پرداخت. یونگ هرگز جمع‌بندی نظام‌مندی از روان‌شناسی تحلیلی ننوشت. او هیچ‌گاه یک جا همه چیز را نمی‌گفت. بنابراین تقریباً همه نوشته‌های او شما را به مطلبی دیگری رهنمون می‌شود تا موقعیت خود را پیدا کنید. خوشبختانه راهنمای خیلی خوبی برای مجموعه آثار یونگ وجود دارد. یادتان باشد که این یک سمینار است؛ نه خطبهٔ کلیسا. بنابراین راحت باشید و هر موقع هر سؤالی داشتید پرسید.

خوب حالا در شروع بحث بگویید ببینیم از عنوان «ازدواج به مثابه رابطهٔ روان‌شناسانه» چه می‌فهمید؟ چرا یونگ از واژهٔ «ازدواج» استفاده کرد و نگفت «دوستی»؟

او فقط روابط قانونی را مدنظر داشت؟

نه، فکر نمی‌کنم. البته می‌توان با این پیش‌فرض با مقاله برخورد کرد که یونگ فقط دربارهٔ آن‌چه که بین زن و شوهرها اتفاق می‌افتد می‌نویسد. اما سایر تعاریف ازدواج چه؟ مثلاً «هر پیوند نزدیک» یا «وحدت حقیقی اذهان»؟

می‌دانیم که این مقاله در اصل برای این نوشته شد که در یک کتاب آلمانی موسوم به *Das Ehebuch* (کتاب ازدواج) گنجانده شود. در سال ۱۹۲۵ پیوند نزدیک زن و مرد مترادف با ازدواج قانونی بود. امروزه به تعداد ازدواج‌های قانونی روابط عرفی وجود دارد و احتمالاً به همان تعداد، روابطی هست که در تعریف قانونی نمی‌گنجد.^۱

این را هم می‌دانیم که یونگ رابطهٔ نزدیکی خارج از ازدواجش با اِمّا^۲ داشت و براساس تمام شواهد، این روابط برای شناخت او از خودش بسیار مهم بودند. تصور می‌کنم که آن رابطه به عقاید او پیرامون کهن‌الگوها نیز کمک

۱. نویسنده در این‌جا به روابط موجود در جوامع غربی اشاره دارد. (ویراستار)

2. Emma

کرد؛ خصوصاً مفاهیم آنیما^۱ و آنیموس^۲ و این که آن‌ها چگونه بر رابطه تأثیر می‌گذارند. بعداً او در رساله‌اش در این باره حرف می‌زند.

روابط او چطور روی او اثر گذاشتند؟

کاش می‌دانستم! او در زندگی نامه‌اش یعنی خاطرات، رویاها و تعلقات، خیلی کم در این باره صحبت می‌کند که روابطش چطور روی نظریه‌هایش و الگوی او از روان اثر گذاشته؛ البته به جز اتفاقی که بین او و فروید در سال‌های اول افتاد. به غیر از این فقط می‌توانیم حدس بزنیم.

خیلی دلم می‌خواست از زبان خود یونگ می‌شنیدم که مثلاً رابطه طولانی او با تونی وولف^۳ روی عقایدش چه اثری گذاشت. اما هرگز چیزی در این باره ننوشت. از طرف دیگر من به این دیدگاه یونگ احترام می‌گذارم که هر چه در رابطه با زندگی بیرونی‌اش گفته در قیاس با آنچه در درونش اتفاق افتاده «توخالی و بی‌اهمیت» است و او خودش را فقط «در پرتو وقایع درونی» می‌توانست درک کند. برای یونگ این موضوع از همه چیز مهم‌تر بود و به استثنا چند مورد معدود، تنها چیزی بود که می‌خواست دنیا درباره‌اش بداند. من فکر می‌کنم اظهارات یونگ در مقاله‌اش در مورد تمام روابط او صدق می‌کند. البته شاید به آنچه که در آشنایی‌های سطحی رخ می‌دهد مربوط نباشد؛ مثل رابطه با همکاران، همسایگان یا کسانی که در طول روز به خاطر کار و حرفه‌مان ملاقات می‌کنیم.

منظورتان مغازه‌داران، کارمندان بانک و غیره است؟

بله، منظورم همین است. اما مطمئن نیستم که رها کردن‌شان عادلانه باشد! می‌دانید، من به روابطی فکر می‌کنم که امکان دارد عقده‌ها طی آن

1. anima

2. animus

3. Tony Wolff

فعال بشوند؛ یعنی جایی که عواطف قوی می‌آیند و ایفای نقش می‌کنند. این اتفاق می‌تواند بین شما و دندان‌پزشک‌تان رخ دهد! و اغلب اوقات در روابطی که ناظر بیرونی آن‌ها را سطحی می‌نامد، حرارت زیادی وجود دارد.

واضح است که درجات یا سطوح بسیاری از رابطه وجود دارد. در واقع می‌توانیم بررسی‌ها مان را محدود به روابطی بکنیم که کمابیش نزدیک و صمیمانه هستند؛ مثل عشاق، دوستان نزدیک، بستگان و از این‌گونه روابط. اما مسلماً من نظرات یونگ را به آنچه که بین زن و شوهر می‌گذرد محدود نمی‌کنم.

بیا بید به پاراگراف اول مقاله یونگ نگاه کنیم.

«ازدواج به عنوان یک رابطه روان‌شناسانه، ساختار بسیار پیچیده‌ای است مرکب از مجموعه‌ای از عوامل درونی و بیرونی که بیشترشان ماهیت بسیار ناهماهنگی دارند. از آن‌جاکه من در این مقاله می‌خواهم بحث را به مسائل روان‌شناسانه ازدواج محدود کنم، باید بسیاری از عوامل بیرونی را که ماهیت قانونی و اجتماعی دارند نادیده بگیرم؛ هر چند این عوامل تأثیر بسزایی روی رابطه روان‌شناسانه طرفین ازدواج دارند.»

منظور من رابطه خودم و دوست مؤنثم و مردهایی که شوهرم با آن‌ها دوست است، بود.

بله، خوب... بعداً به این مسئله هم می‌پردازیم. اولاً یونگ فکر می‌کند ازدواج، و تکرار می‌کنم که ما این را به معنی رابطه نزدیکی می‌دانیم، یک ساختار بسیار پیچیده است. هر چند او در نظر دارد بحث خودش را به مسائل صرفاً روان‌شناسانه محدود کند، اما تصدیق می‌کند که عوامل بیرونی روی اتفاقات روان‌شناسانه اثر دارند. اما منظور او کدام عوامل است؟

مسائل مالی یا بزرگ کردن بچه‌ها؟

حرف همسایه‌ها؟

من کسانی را می‌شناسم که عاشق هم بودند و تا موقعی که ازدواج نکرده بودند خیلی خوب بودند. اما بعد زندگی‌شان مثل جهنم شد!

بله، همه ما می‌دانیم که این اتفاق می‌افتد. پول، خویشاوندان، بچه‌ها، جایی که زندگی می‌کنید، نوع کاری که دارید و غیره و غیره، همه این‌ها عوامل بیرونی یا چیزهایی در دنیای بیرونی هستند که می‌توانند روی رابطه اثر بگذارند.

تعهد آدم‌ها به ازدواج هم جالب است. تا موقعی که پیوند رسمی‌ای بین دو نفر وجود ندارد، آن‌ها می‌توانند آزاد و جدا زندگی کنند. اما به محض این‌که اعلام می‌کنند که مردوج شده‌اند، قربانی عقاید دیگران می‌شوند: چه چیزی آن‌ها را با هم نگه می‌دارد؟ مرد چه چیزی در زن می‌بیند؟ آیا زن نمی‌بیند که مرد دنبال پول اوست؟ مرد می‌توانست انتخاب بهتری داشته باشد؛ و غیره و غیره. یا برعکس، دیگران آن‌ها را زوج کاملی می‌پندارند که عقد ازدواج‌شان در آسمان بسته شده و آن‌وقت این زوج باید طبق همین انتظار مردم زندگی کنند.

ما خودمان را در روابط آن‌ها فرافکنی^۱ می‌کنیم و فکر می‌کنیم اگر جای آن‌ها بودیم چه احساسی داشتیم.

بله، من هم همین‌طور فکر می‌کنم. فرافکنی واقعاً مسئله بزرگی است و در این سمینار بارها مطرح می‌شود. این‌که ما چطور به طرف کسی کشیده می‌شویم یا بلافاصله از کسی بدمان می‌آید، بستگی به چیزی دارد که فرافکنی می‌شود. ببینید، یونگ معتقد بود هر چیزی از وجود ما که درباره‌اش آگاه نیستیم، به شخص دیگری فرافکنی می‌شود. این یک روند آگاهانه نیست. ما با

1. projection

فرافکنی‌ها مان ملاقات می‌کنیم؛ آن‌ها را نمی‌سازیم. درست همان‌طور که تصور می‌کنیم دنیا همان‌طوری است که ما آن را می‌بینیم، فکر می‌کنیم که دیگران هم همان‌طوری هستند که ما تصور می‌کنیم. یونگ می‌نویسد: «ذهن در حالت طبیعی وجود چنان فرافکنی‌هایی را مسلم فرض می‌کند. طبیعی و بدیهی است که محتواهای ناخودآگاه فرافکنی شوند.» بنابراین ما هم بدترین خصایص مان و هم توان بالقوهٔ پرورش نیافته‌مان را در دیگران می‌بینیم.

این الزاماً بد نیست. اگر فرافکنی مثبت باشد، پل قابل‌قبولی را بین افراد می‌سازد. دوستی‌ها را ممکن می‌کند و محافل و مهمانی‌ها را گرم می‌کند. فکر می‌کنم بهترین کار در مورد فرافکنی این است که آن را پس بگیریم! وقتی ما فرض می‌کنیم که ویژگی یا خصیصه‌ای در وجود کسی هست و بعد از طریق تجربه‌مان با آن شخص کشف می‌کنیم که ابدأً این‌طور نیست، فرصت پیدا می‌کنیم تا آگاه‌تر از گذشته بشویم. زن کوچکی که دل‌تان را به دست آورده ابلیس از آب در می‌آید. مرد زحمتکش وفادار با یکی دیگر روی هم می‌ریزد و می‌رود. اگر خوب فکر کنیم، از خودمان می‌پرسیم: من در او چه دیدم؟ چرا اصلاً به طرف او جلب شدم؟ چه چیزی نگذاشت تا ماهیت واقعی آن شخص را ببینم؟

اما می‌شود عمداً توسط شخص دیگر فریب خورد، مگر نه؟ بعضی‌ها تظاهر به چیزهایی می‌کنند که واقعاً نیستند.

درست است. مگر همهٔ ما این کار را نمی‌کنیم؟! اما چه کسی مسئول است؟ همیشه یک قلاب، یک ویژگی یا بخشی از وجود من هست که در آن شخص هم وجود دارد. من مردی را می‌شناسم که یک دلال سهام که واقعاً مرد کلاهبرداری بود سرش کلاه گذاشت. دوستم چند هزار دلارش را از دست داد. حالا چه کسی را سرزنش می‌کنید؟ چه چیزی باعث شد تا دوستم فکر کند که آن مرد آدم درستی است؟ خیلی‌ها این فکر را نکردند. می‌شود گفت

که او «همزاد خوب» وجود خودش را به آن مرد فراقنی کرده بود. این درس بزرگی بود.

البته عکس قضیه هم صادق است. ممکن است ما به علت این که بدترین خصیصه یا سایه امان را در کسی می بینیم، به او اعتماد نکنیم؛ در حالی که این طور نباشد. فراقنی مثل آینه دوطرفه است که ما هم شخص دیگر و هم بازتاب چهره ناشناخته خودمان را در آن می بینیم. این آینه تار و مه آلود است و راحت نمی شود گفت که کی به کی است. در واقع یونگ می گفت که تازمانی که مشکلی در رابطه پیش نیامده نیازی هم به این کار نیست.

می شود به اشیا فراقنی کرد؟

بله، به این می گویند بت کردن یک شیء. زمانی مراجعی داشتم که عاشق دستگیره در بود. این زن شیفته دستگیره ها بود و آن ها برایش حالت مقدس داشتند. او کلکسیون عالی و عجیبی از دستگیره ها داشت و مدام خواب آن ها را می دید. او بدون دست زدن به تک تک دستگیره ها نمی توانست وارد هیچ خانه ای بشود! البته آن ها معنای نمادین برایش داشتند. مدت ها طول کشید تا او بفهمد که قضیه چیست. اما این قضیه وجود داشت و دستگیره ها به خود او ربط داشتند! این کشف بزرگی بود. من خودم تجربه مشابهی با فیل ها دارم.

فراقنی های گروهی هم وجود دارد. ما می توانیم عقاید معینی درباره یک نژاد یا یک ملت داشته باشیم که ابداً در مورد شخص به خصوصی با آن رنگ یا در آن کشور حقیقت نداشته باشد. ما معمولاً با انواع روش های گوناگون دیگران را سپر بلا می کنیم و آن ها را به جای خودمان مجازات می کنیم. حتی در مورد حیوانات زبان بسته هم همین طور است. همه ما فکر می کنیم می دانیم گربه مان چه فکر می کند ...

پس گرفتن فرافکنی یعنی چه؟

یعنی چیزی را که مال شماست پس می‌گیرید.

از کجا می‌دانید که آن چیز چیست؟

با خودکاو و تفکیک کردن. تفکیک کردن یعنی جدا کردن بخش‌های یک کل. وقتی فرافکنی‌ای در کار باشد، خود ما و شخص دیگر - یا شیء دیگر - بخش‌های یک کل می‌شویم. وقتی فرافکنی مثبتی روی شخص دیگری داریم، احساس می‌کنیم با او یکی یا جفت روحی هستیم. البته ما یکی نیستیم؛ دست‌کم دو تا یا تعداد بیشتری هستیم؛ اگر تمام شخصیت‌هایی را که در پس‌زمینه وجودمان کمین کرده‌اند در نظر بگیرید، ما فقط موقعی حقیقت را تشخیص می‌دهیم که انتظاراتمان برآورده نمی‌شود و مأیوس می‌شویم. بعد باید پرسیم: «من چه انتظاری داشتم؟ این اتفاق چه چیزی را در مورد من فاش می‌کند؟»

پس گرفتن فرافکنی‌ها می‌تواند دردناک باشد و یک‌شبه هم اتفاق نمی‌افتد. اما به گفته یونگ برای روند آگاه شدن اساسی است.

در رابطه با صحبت چند دقیقه پیش؛ بله، فرافکنی مسلماً عامل مهمی در روابط ما با دیگران و علاقه ما به آنهاست. می‌توانید این را همذات‌پنداری فرافکنانه بنامید. در مورد زوج‌ها، ما با یک طرف یا هر دوی آنها همذات‌پنداری می‌کنیم و طوری به وضعیت آنها پاسخ می‌دهیم که انگار خودمان در آن هستیم. به همین علت است که از جشن‌های عروسی لذت می‌بریم و وقتی دوستان خوشبخت‌مان از هم جدا می‌شوند طرف یکی از آنها را می‌گیریم.

البته زوجی که روی‌شان فرافکنی صورت می‌گیرد هم از همه این‌ها تأثیر می‌گیرند. فکر می‌کنم این‌ها بخشی از «تأثیر بسزایی» است که یونگ به آن اشاره می‌کند. تصورات و پندارهای افراد بیرون رابطه قطعاً روی افراد داخل رابطه اثر می‌گذارد. این موضوع می‌تواند باعث ایجاد ازدواج

پرسونا بشود؛ یعنی رابطه‌ای که بر پایهٔ اراییهٔ یک ظاهر خوب بنا شده است. غیر معمول نیست که افراد صرفاً به این علت با هم بمانند که نمی‌خواهند دوستان یا بستگان‌شان را مأیوس کنند، یا به این علت که در تصویر خودشان از زوج ایده‌آل گیر کرده‌اند.

می‌بینید که در همین پاراگراف اول، مطلب کافی برای نوشتن یک کتاب هست!

پس عوامل بیرونی زیادی هست که باعث اصطکاک زوج‌ها می‌شود؛ اما این مقاله دربارهٔ آن‌ها نیست. یونگ عملاً تصمیم می‌گیرد به این چیزها توجه نکند. بیایید فرض کنیم یا امیدوار باشیم که او ماهی بزرگ‌تری برای سرخ کردن دارد. سپس او می‌گوید:

هرگاه ما از «روابط روان‌شناسانه» سخن می‌گوییم، منظورمان رابطه‌ای آگاهانه است. زیرا در رابطهٔ دو نفر که ناآگاه هستند، رابطهٔ روان‌شناسانه وجود ندارد. از دیدگاه روان‌شناسی، آن‌ها فاقد رابطه‌اند.

این جمله واقعاً عالی است. «در رابطهٔ دو نفر که ناآگاه هستند، رابطهٔ روان‌شناسانه وجود ندارد.» شواهد بسیار زیادی بر صحت این جمله وجود دارد و روان‌کاوان هر روز با آن‌ها سروکار دارند. یونگ ادامه می‌دهد:

از هر دیدگاه دیگری، مثلاً از دیدگاه فیزیولوژیکی، آن‌ها را می‌توان به هم مرتبط دانست؛ اما رابطه‌شان را نمی‌توان روان‌شناسانه نامید.

به نظر شما منظور یونگ از کلمهٔ «فیزیولوژیکی» چه بوده؟ رابطهٔ فیزیولوژیکی یعنی چه؟

منظورش رابطهٔ بیولوژیکی یا رابطهٔ جنسی بوده؟

خوب، یکی‌اش می‌تواند این باشد. سازگاری جنسی مسلماً یکی از عناصر

اصلی رابطه خوب است و همه می دانند که نارضایتی جنسی می تواند باعث بروز انواع تندی ها و رفتارهای نادرست شود؛ از بدزبانی گرفته تا خشونت بدنی. کسانی که احساس خوبی در رابطه جنسی دارند می توانند پیوند محکمی با هم برقرار کنند و مدت های طولانی در کنار هم بمانند.

رابطه قبل از ازدواج چه؟ یعنی وقتی پیوند موجود روحی است؟

روحي بیولوژیکی نیست. این ها ضد هم هستند.

من مخالفم. مسلماً وقتی به تصویر بزرگ تر نگاه کنید، کوچک تر را هم در ادامه خود دارد ...

درست است. ممکن است افراد به علل روان شناسی با هم پیوندی روحی داشته باشند. هر روز این اتفاق می افتد؛ مشکل می توانم بگویم که رابطه شان فیزیولوژیکی است. اما حتی اگر این طور باشد الزاماً به این معنی نیست که رابطه روان شناسانه دارند.

یا رابطه جنسی خوب دارند.

بله، همه این ها می تواند معنی بدهد. خود من فکر می کنم منظور یونگ در این جا این است که به مبحث تمایلات غریزی یک نفر به دیگری علاقه ندارد. اگر دل تان بخواهد می توانید رابطه روحی را هم اضافه کنید. این مقاله درباره چیزی است که در پس همه این ها نهفته است. درباره رابطه روان شناسانه است و برای این که این رابطه ممکن باشد، طرفین رابطه باید آگاه باشند.

رفتار غریزی فقط غریزی است؛ یعنی ذاتی و خودکار است. رفتار غریزی ضرب آهنگ خودش را دارد و هیچ چیز آگاهانه ای در آن وجود ندارد. مردی که از روی غریزه جنسی اش عمل می کند ناآگاه است. او می آید و می رود؛ یا شاید هم بماند. کسی چه می داند؟ خود مرد اختیار عملش را ندارد.

امیدوارم نامزدم این را بشنود.

می‌توانیم همین را در مورد زنی که آرزوی بچه‌دار شدن دارد بگوییم. انگیزه او یک نیاز غریزی است؛ بنابراین امکانش هست که توسط اولین مردی که نظرش را جلب می‌کند حامله بشود.

این مربوط به قبل از ظهور وسایل پیشگیری از بارداری بود. الان ما می‌توانیم انتخاب کنیم که باردار شویم یا نشویم.

درست است. من هم این را شنیده‌ام. من در دهه پنجاه، یعنی موقعی بزرگ شدم که تصادفی بچه‌دار می‌شدند. اما فکر نمی‌کنم امروز هم چندان فرقی کرده باشد. تعداد بارداری‌های غیرمنتظره - نمی‌گویم ناخواسته - کم نیست. زنی که تحت تأثیر غریزه بیولوژیکی‌اش قرار دارد فقط می‌تواند امیدوار باشد که انتخاب درستی بکند؛ اما همان‌طور که همه ما می‌دانیم انتخاب او الزاماً عقلانی نیست. یعنی می‌توان گفت آگاهانه نیست.

آیا یونگ اظهار نظر خوبی هم درباره رفتار غریزی کرده است؟

البته. او از دست دادن تماس یا غرایز و بیش از حد «متمدن شدن» را یک خطر واقعی می‌دانست. ما از چیز خوبی داریم حرف می‌زنیم. ما فقط موجودات عقلانی نیستیم؛ بلکه جنبه‌های غریزی هم داریم. گفته جالبی از یونگ هست به این مضمون:

من معتقدم که روح چیز خطرناکی است و به برتری آن اعتقاد ندارم. من فقط اعتقاد دارم که کلمه تبدیل به جسم شد و به صورت کالبدی برای روح درآمد که آنجا یانگ^۱ و یین^۲ به شکلی زنده با هم پیوند خورده‌اند.

غرایز می‌توانند باعث وصل شدن آدمیان شوند؛ اما بعد چه اتفاقی می‌افتد؟ و چرا؟ این‌ها پرسش‌هایی هستند که یونگ در این مقاله به طرح

1. yang

2. yin

آن‌ها علاقه‌مند است. از دیدگاه یونگ رفتار غریزی بررسی نشده، نشانه ناآگاهی و خصیصه اصلی ذهن پرورش نیافته است. یونگ در سخنرانی‌اش در دانشگاه هاروارد در سال ۱۹۳۶ می‌گوید:

مشخصه ناآگاهی شدید، غلبه فرآیندهای غیرارادی غریزی است که نتیجه‌اش خودداری کنترل نشده یا عدم خودداری به‌طور کلی است ... پس ناآگاهی به‌طور قطع در سطح حیوانی یافت می‌شود.

و بعد این را با وضعیت آگاه بودن مقایسه می‌کند و می‌گوید:

از سوی دیگر، مشخصه میزان بالای آگاهی این‌هاست: وقوف و بیداری در سطح بالا، تسلط اراده، رفتار عقلانی و هدایت شده و فقدان تقریباً کامل مؤلفه‌های غریزی.

اتخاذ این موضع از طرف یونگ نامعمول نبود. یکی از باورهای اصلی یونگ - و شاید اساسی‌ترین پیام او - این است که مقصود زندگی انسان آگاه شدن است. بخش حتمی و اساسی کسب این آگاهی ایجاد تعادل بین روح و غریزه است. چنانچه از هر جهت زیاده‌روی کنیم دچار مشکل می‌شویم. یونگ کل مطلب را در یک جمله می‌گوید:

حیوانیت بیش از حد، انسان متمدن را منحرف می‌کند؛ و مدنیت بیش از حد باعث ایجاد حیوانات مریض می‌شود.

حالا بیایید تنفس کوتاهی داشته باشیم ...

داشتیم در این باره صحبت می‌کردیم که آگاهی چقدر برای یونگ مهم بود و آگاهی چه فرقی با زندگی صرفاً غریزی دارد.

شاید بعضی‌ها تان فکر کنید که همه این‌ها چه ربطی به روابط دارد. امیدوارم در حین پیشروی بحث این مطلب روشن شود. در حال حاضر می‌خواهیم نگاهی به ارکان خانه‌ای که در آن زندگی می‌کنیم بیندازیم.

ببینید، انسان متمدن - یعنی همه ما، از مرد و زن - معمولاً در سرش زندگی می‌کند. او افتخار می‌کند که نگرش عقلانی نسبت به زندگی دارد و حق هم دارد. ما دیگر میمون نیستیم! از طرف دیگر هر چه بیشتر تماس مان را با وجه دیگر وجودمان یعنی غریزه از دست بدهیم، احتمال این‌که چیزی در ما اتفاق بیفتد که تعادل بهتری داشته باشد، بیشتر می‌شود. این پایه ایده یونگ در مورد روند جبرانی درون روان است. ما به نحوی مجبور می‌شویم واقعیت را بپذیریم. درست موقعی که فکر می‌کنیم همه چیز تحت کنترل ماست بیش از هر موقعی ممکن است به زمین بخوریم. وقتی روی حیوان درون مان حساب نمی‌کنیم اشتباه می‌کنیم. در انسان به اصطلاح متمدن غرایز در واقع بخشی از سایه هستند؛ اما ما آن‌ها را سرکوب می‌کنیم یا صداشان را می‌شنویم و نادیده می‌گیریم.

بنابراین ارتباط غریزی بین افراد ابداً چیز کوچکی نیست. این پیام قدرتمندی است که باید به آن گوش فرا دهیم. اما بیایید آن‌چه را که با آگاه شدن به دست می‌آوریم نادیده نگیریم. این فقط یک موضوع نظری نیست؛ بلکه پیامدهای عملی دارد. یونگ در سخنرانی خود در سال ۱۹۲۷ گفته:

علت این‌که چرا آگاهی وجود دارد و چرا انگیزه بسط و تعمیق آن وجود دارد خیلی ساده است: بدون آگاهی اوضاع خوب پیش نمی‌رود.

فقط به این فکر کنید که «بدون آگاهی اوضاع خوب پیش نمی‌رود» و ببینید شما را کجا می‌برد. اگر این را کنار این باور یونگ بگذارید که زندگی بررسی نشده ارزش زندگی کردن ندارد، به نظر من انگیزه یونگ برای کل کارش را در یک کلام می‌بینید؛ بگذاریم از علت اصلی علاقه‌ای که امروزه نسبت به آن وجود دارد.

بله، اما مکاتب فکری زیادی درباره مفهوم آگاهی سخن می‌گویند. همین‌طور است. در این‌جا فقط می‌توانم بگویم که منظور یونگ از آن گفته

چیست و وقتی درباره آگاه بودن در تقابل با «حالت ناآگاهی» حرف می‌زند، چه فکر می‌کند.

یونگ آگاهی را این‌گونه تعریف می‌کند: «کارکرد یا فعالیتی که رابطه محتوای روان را با من^۱ حفظ می‌کند». به این ترتیب او مفهوم آگاهی را از روان که هم از خودآگاه و هم از ناخودآگاه تشکیل شده است، جدا می‌کند. در مدل یونگ آگاهی با من یکی نیست؛ بلکه صرفاً عقده اصلی ذهن آگاه است. البته ما در عمل فقط از طریق من می‌توانیم از محتواهای روانی آگاه شویم. یونگ در پاراگراف بعدی مقاله ازدواج می‌گوید: «تا آن‌جا که ما می‌دانیم، آگاهی همیشه آگاهی از من است.» این در واقع یعنی هر چه بیشتر بدانیم در ضمیر ناخودآگاه مان چه می‌گذرد، آگاه‌تر هستیم.

ما در میان جریان وقایع زندگی می‌کنیم و هر روز اتفاق جدیدی برای ما می‌افتد. بیشتر اوقات چنان غرق جریان روزمره زندگی می‌شویم که حتی متوجه اتفاقات جدید نمی‌شویم. آگاهی حاصل تعمق کردن روی رویدادها به جای صرفاً واکنش نشان دادن نسبت به آنهاست. جریان روزمره سر راه آگاه بودن قرار می‌گیرد. مادام که ما به راه‌های پیموده شده و ثابت چسبیده‌ایم، مثل خواب‌زده‌ها در طول زندگی راه می‌روییم. به این فکر کنید: آخرین بار کی غافلگیر شدید؟

اخیراً متوجه شدم که ناخودآگاه چطور می‌تواند ما را بیدار کند. من توافق کرده بودم که در لافایت لوئیزیانا^۲ جمعه شب و شنبه سمینار برگزار کنم. من با اکراه این کار را کردم؛ چون مسافرت را دوست ندارم و روال کار عادی‌ام را به هم می‌زند. به هر حال از سه ماه پیش ارزان‌ترین بلیط هواپیما را رزرو کردم و دو روز پیش از پرواز چمدانم را بستم و آماده شدم. این هم جزو روال عادی کار من است و من افتخار می‌کنم که به جزئیات توجه دارم. من همه چیز را چک می‌کنم و هیچ چیز را از قلم نمی‌اندازم.

1. ego

2. Lafayette, Louisiana

پرواز بی حادثه‌ای بود و اواخر بعد از ظهر جمعه بیرون فرودگاه لافایت ایستاده بودم تا راننده‌ای که برایم تعیین شده بیاید. هیچ‌کس نیامد. هیچ‌کس نیامد. بعد از نیم ساعت متوجه شدم که تمام ماشین‌هایی که رد می‌شوند پلاک ایالت ایندیانا^۱ روی‌شان است ...
فکرش را بکنید!

چقدر وحشتناک!

بلیط‌تان را چک نکرده بودید؟

البته؛ من هیچ چیز را بدیهی حساب نمی‌کنم! در بلیط نوشته شده بود در^۲ لافایت و من فکر کردم منظورم «در داخل» - برخلاف «در خارج» - است و قرار است که به لافایت بروم ...

سرانجام حدود نیمه شب به لویزیانا رسیدم. با روحیه‌ی درب و داغان به رختخواب رفتم. اما روز بعد سخنرانی‌ام را انجام دادم و سمینار را هم برگزار کردم و همه چیز خیلی خوب پیش رفت. واقعاً خیلی عالی بود و من هنوز دارم معنای آن تجربه را تحلیل می‌کنم. اما دیدگاه زنی را که در آن فرودگاه منتظر آمدنم بود دوست دارم. او بعد از آن تعطیلات آخر هفته نامه‌ای نوشت که در قسمتی از آن آمده است:

کارسون مک‌کالرز^۳ گفته است: «زندگی واقعاً جای غریبی است». من مرتباً این را می‌گویم و خیلی به آن فکر می‌کنم. وقتی شما در فرودگاه پیداتان نشد این احساس را داشتیم و با وجودی که تمام آدرنالین ماه اکتبرم را مصرف کرده بودم، اصلاً ناراحت نشدم.

به نظر می‌رسد که شما تجربه‌ی منحصر به فردی از داشتن این‌ها دارید (هر چند فقط برای یک بعد از ظهر):

1. Indiana

2. IN مخفف ایالت ایندیانا است

3. Carson McCullers

۱۶ ازدواج؛ رنج مقدس

کجا هستید؟

کجا نیستید؟

و کجا قرار است بروید؟

حالا من این سؤالات را از شما می‌پرسم. آن وقت می‌گویند ناخودآگاه قوه

طنز ندارد ...

فکر می‌کنم این سؤالات به‌خوبی آگاه بودن را توصیف می‌کنند. زمانی روانکاو من چیز مشابهی گفت: «فکر کنید ببینید قبلاً چه بوده‌اید، حالا چه هستید، و بعد روی آن چه می‌توانید باشید تعمق کنید.»

کار سختی است.

بله، اگر بتوانید این را بکنید تازه شروع کار است. به‌علاوه یونگ معتقد بود که آگاهی یعنی تشخیص دادن اضداد. اضداد اصلی خودآگاه و ناخودآگاه هستند. پس قبل از هر چیز باید تشخیص دهید که چیزهایی در درون شما هست که از آن آگاه نیستید. بعد باید فرق بین طیف کاملی از اضداد دیگر را تشخیص دهید؛ مثل مردانگی و زنانگی، خیر و شر، و نظایر آن. در این مقاله یونگ آگاهی و امکان برقراری رابطه را به توانایی یا قابلیت تشخیص تفاوت بین درونی و بیرونی - یعنی فرق بین خود شخص و دیگری - ربط می‌دهد:

من برای این‌که از خودم آگاه باشم، باید بتوانم خودم را از دیگران متمایز کنم. برقراری رابطه فقط جایی می‌تواند صورت بگیرد که این تمایز وجود داشته باشد.

یونگ در جای دیگر دو راه متفاوتی را که در آن‌ها آگاهی ظهور می‌کند، شرح می‌دهد. یکی طی لحظه‌ای که تنش عاطفی شدیدی در درگیری با دنیای بیرونی رخ می‌دهد. ممکن است ما بنا به دلیل نامعلومی احساس ناراحتی کنیم یا به‌طرز غریبی به سمت کسی کشیده شویم و ناگهان معنای

آنچه رخ می‌دهد را می‌فهمیم. دیگری موقعی است که در حالت تعمق کامل هستیم و ایده‌ها مثل تصاویر رویا از برابر چشم مان می‌گذرند و ناگهان بین دو ایده ظاهراً بی‌ارتباط و به کلی جدا از هم، ارتباطی می‌بینیم. در هر کدام از این حالات، تخلیه انرژی تنش باعث آگاهی می‌شود. این کشف‌های ناگهانی و جرقه‌های شناخت همان چیزی هستند که ما آن را مکاشفه می‌نامیم.

آگاهی از کجا می‌آید؟

در الگوی یونگ از روان، آگاهی نوعی ساختار برتر است که بر پایه ناخودآگاه بنا شده و از آن برمی‌خیزد. او در سخنرانی‌ای در سال ۱۹۴۳، آگاهی را چنین توصیف می‌کند:

آگاهی خودش را خلق نمی‌کند؛ بلکه از اعماق ناشناخته درون می‌جوشد و بیرون می‌آید. در کودکی به تدریج بیدار می‌شود و در سرتاسر عمر هر صبح از اعماق خواب و از شرایطی ناخودآگاه برمی‌خیزد. آگاهی مثل کودکی است که هر روز از زهدان ضمیر ناخودآگاه به دنیا می‌آید... آگاهی نه تنها تحت تأثیر ضمیر ناخودآگاه قرار دارد، بلکه مدام به شکل ایده‌های خودجوش بی‌شمار و جرقه‌های فکر ظهور می‌کند.

یونگ در مقاله از دواج از استعاره دیگری استفاده می‌کند و می‌گوید:

در کودکی، آگاهی از اعماق حیات فراروانی ناخودآگاه برمی‌خیزد. در ابتدا مثل جزایر جداگانه‌ای است که به تدریج به هم می‌پیوندند تا یک «قاره» و پهنه مدام آگاهی را تشکیل دهند. در واقع رشد ذهنی مستمر باعث بسط آگاهی می‌شود.

بعد بار دیگر موضع اصلی‌اش را تکرار می‌کند و می‌گوید: «با ظهور آگاهی مدام، و نه پیش از آن، رابطه روان‌شناسانه ممکن می‌شود.»
فکر می‌کنید «آگاهی مدام» یعنی چه؟

یعنی تفاوت بین کودک و بزرگسال؟

فکر می‌کنم این بخشی از آن باشد. کودک در حالت یکی بودن با مادر یا کسی که امروزه به او مراقب اولیه می‌گویند زندگی می‌کند. در این جا بین درونی و بیرونی جدایی چندانی نیست. اما به مرور زمان که کودک بزرگ می‌شود و تجربه کسب می‌کند، محدوده‌های خودش را به وجود می‌آورد و حس جدایی خودش از دنیای بیرونی را ایجاد می‌کند. در نتیجه من به وجود می‌آید. حس هویت شخصی یا این‌که «من هستم» قابل تشخیص می‌شود. این احساس آن قدر بالا و پایین می‌رود تا این‌که در نقطه‌ای به پهنه استعاری من، محاصره شده در میان آب‌های ناخودآگاه دست می‌یابید. برخی از چیزهایی که پیش از این ناخودآگاه بودند، اکنون آگاهانه می‌شوند.

نیمه اول عمر معمولاً شامل این روند رشد می‌شود. اگر ما در همان سال‌های اولیه عمر عکس‌العمل‌های مناسبی دریافت کنیم، به احتمال قوی من سالمی خواهیم داشت. اما همان‌طور که چند دقیقه پیش گفتم، داشتن من با آگاه بودن یکی نیست. خیلی از آدم‌های مسئول و دارای من بسیار قوی؛ مثل رؤسای صنایع، سیاستمداران و غیره هستند که هنوز کاملاً ناآگاه‌اند. این را به عنوان قاعده می‌گویم؛ نه استثنا. شما می‌توانید رهبر باشید و همه چیز را مثل ساعت اداره کنید و بدانید که چطور بر دیگران ریاست کنید؛ اما اگر وقت و علاقه‌ای به خودکاوی نداشته باشید و خودتان را زیر سؤال نبرید، نمی‌توانید ادعا کنید که آگاهید.

در واقع به گفته یونگ، آگاهی کامل به وجود رابطه مؤثر بین من قوی و در عین حال انعطاف‌پذیر و آن چیزی بستگی دارد که او خویشتن^۱ می‌نامید. خویشتن مرکز تنظیم‌کننده روان است و برای این‌که چنین چیزی اتفافی بیفتد، من باید بپذیرد که سکان هدایت را در دست ندارد که این هم از عهده خودپرست‌ها خارج است! این روندی طبیعی نیست؛ بلکه به منزله تغییر

اساسی دیدگاه است. مثل تفاوت بین این طرز فکر که زمین مرکز منظومه شمسی است و بعد کشف این که در واقع خورشید مرکز عالم ماست. معمولاً این تغییر دیدگاه تا اواخر عمر اتفاق نمی افتد؛ اگر اصلاً اتفاق بیفتد. وقتی کمی تجربه کسب می کنید، به عقب برمی گردید و می بینید که چیزهای بیشتری برای دانستن وجود داشته است. می فهمید چیزی بزرگتر از شما سررشته امور را در دست دارد. این باعث فروتنی می شود و به خود بزرگ بینی خاتمه می دهد.

آیا خویشتن، واژه یونگ برای خداست؟

نه دقیقاً. خویشتن، کهن الگوی تمامیت و قدرت فراشخصی ای است که از من فراتر می رود. بین خویشتن به عنوان واقعیت تجربی روان شناسانه و مفهوم مذهبی یک موجود برتر، هیچ فرق اساسی ای نیست. اما طرز فکر سنتی درباره خدا او را جایی در بیرون و «آنجا» می گذارد؛ در حالی که خویشتن در درون است.

پس آگاه شدن روند مستمری است که به وسیله آن، من چیزی را که پیش از این برایش ناشناخته بود جذب می کند. این روند به معنی آگاهی تدریجی ما از این امر است که چرا کارهایی را که می کنیم انجام می دهیم. و یک گام بزرگ در راستای آگاه شدن از راه های بی شماری است که تحت تأثیر جوانب ناخودآگاه مان قرار می گیریم.

حالا چه کسی در بین ما اعتراف می کند که ناآگاه است!؟

فکر کنم همه مان تا حدی باشیم.

درست است. به نظر من نمی توانیم از این قضیه فرار کنیم. آگاه بودن ربطی به بهره هوشی ندارد. ربط چندانی هم به این که چقدر با ذکاوت هستیم یا چه مقدار دانش کسب کرده ایم و چقدر معلومات داریم ندارد. آگاه بودن پدیده ای کاملاً ذهنی است و بستگی به این دارد که چقدر درباره خودمان می دانیم.

هر چند همان طور که یونگ در این جا خاطر نشان می کند، هیچ کس کاملاً ناآگاه نیست. از طرف دیگر ما فقط به طور نسبی آگاه هستیم؛ یعنی در قیاس با کسی که قبلاً بودیم.

یونگ ناخودآگاه را با اقیانوس مقایسه می کند؛ زیرا هر دوی آن ها وسیع و تمام نشدنی هستند. فروید ناهشیاری یا ضمیر ناخودآگاه را کمی بیشتر از سطل زباله ای از خیالات و عواطف می دانست که وقتی بچه هستیم فعال است و بعد سرکوب یا فراموشش می کنیم. تا امروز، روان کاوی کلاسیک بر مبنای این فرض استوار بوده است. یونگ هم مدتی این اعتقاد را داشت. او در ابتدا طرفدار نظریه های فروید بود و چند سالی هم آن ها دوستان نزدیک بودند. اما در پایان او نتوانست این عقیده را هضم کند؛ چون با تجربه خودش جور در نمی آمد.

یونگ به این باور رسید که ناخودآگاه شامل محتوایی است که ما هرگز نمی دانستیم آن جا هستند. چیزهایی درباره خودمان در ناخودآگاه شخصی مان، و بعد در سطحی عمیق تر - که یونگ به آن ناخودآگاه جمعی می گفت - تمام تجارب متنوع نژاد بشر، جوهر افسانه ها، مذهب و قصه های پریان. در شرایط مناسب هر یک از این ها می تواند آگاهانه شود.

یونگ در مقاله اش به نام «در باب ماهیت روان» می گوید:

ضمیر ناخودآگاه صرفاً یک ناشناخته نیست؛ بلکه فرا روانی^۱ ناشناخته است.

«فرا روان ناشناخته» اصطلاح یونگ برای هر چیزی در روان است - خودآگاه و ناخودآگاه هر دو با هم - که در حال حاضر از سوی من با آن ارتباط برقرار نشده یا توسط آن شناخته نشده است. یونگ ادامه می دهد و فهرستی از محتواهای ناخودآگاه را به این صورت ارائه می کند:

هر چیزی که می دانم، اما در لحظه حاضر به آن فکر نمی کنم؛ هر چیزی که

1. psychic

زمانی از آن آگاه بودم، اما حالا فراموشش کرده‌ام؛ هر چیزی که حواسم آن‌ها را دریافت می‌کند، اما ذهن آگاهم به آن توجه ندارد؛ هر چیزی که به طور غیر عمد و بدون توجه احساس می‌کنم، فکر می‌کنم، به یاد می‌آورم، می‌خواهم و انجام می‌دهم؛ کل چیزهای در آینده که در من شکل می‌گیرند و گاه به آگاهی‌ام می‌آیند: همه این‌ها محتوای ضمیر ناخودآگاه هستند.

دیگر چیز زیادی باقی نمی‌ماند!

بله، عجیب نیست که همیشه چیز جدیدی بروز می‌کند! و به این علت است که ما همیشه کمابیش ناآگاه هستیم. به نظر من همه ما زندانی خصوصیات روحی خودمان هستیم. اما اگر به اندازه کافی روی خودمان کار کنیم و خوش شانس باشیم، شاید روزی آزاد شویم ...

ظاهراً ما از موضوع بحث‌مان دور شده‌ایم یا من اشتباهی آمده‌ام. زن من به مرد دیگری علاقه‌مند شده و بچه‌هایم تا نصفه شب بیرون هستند. من نمی‌دانم چکار کنم ... امیدوار بودم که این‌جا جوابی پیدا کنم.

متأسفم! هیچ جواب فوری‌ای وجود ندارد. تا زمانی که شما ندانید در درونتان چه می‌گذرد، نمی‌توانید بفهمید بین شما و همسرتان چه اتفاقی دارد می‌افتد؛ یا چرا بچه‌ها ترجیح می‌دهند جای دیگری باشند. کاری که آن‌ها می‌کنند ممکن است هیچ ربطی به شما - یا هیچ چیز دیگری - نداشته باشد! تا زمانی که خودتان آگاه‌تر نشوید از هیچ راهی نمی‌توانید این را بفهمید. وقتی خودتان را شناختید و فهمیدید که کجا ایستاده‌اید و چرا، آن وقت می‌فهمید چکار کنید. این هم ممکن است مدتی درمان شخصی لازم داشته باشد.

ما این‌جا مجبوریم از نظریه حرف بزیم و شما باید ببینید که آیا در مورد شما صدق می‌کند یا نه. این جلسه بررسی مشکلات شخصی نیست. ما گردهم آمده‌ایم تا ببینیم که به طور کلی روان‌شناسی روابط به چه معناست. خوب، ما داریم موضوع را دور می‌زنیم. این یک مقدار ما را عقب می‌اندازد.

دور می‌زنیم...؟

یعنی در آن گردش می‌کنیم.

ما از موضوع مقاله یونگ منحرف شده‌ایم.

بله، اما وقتی دربارهٔ مسائل روان‌شناسانه صحبت می‌کنید این طوری می‌شود. ابتدا از موضوع x شروع می‌کنید و ظرف دو دقیقه در Y غرق می‌شوید و بعد Z پیدایش می‌شود! در روان‌کاوی هم همین‌طور است. مردی که در سرکارش مشکل دارد برای روان‌کاوی می‌آید و تنها فکر و ذکرش همین است. این تنها چیزی است که می‌خواهد درباره‌اش حرف بزند. او خودش را روی صندلی می‌اندازد و شروع به حرف زدن می‌کند؛ اما ظرف مدت کوتاهی می‌بینید که اشکریزان دارد از اتفاقی که در کلاس دوم برایش افتاده حرف می‌زند! بعد معلوم می‌شود که این‌جا درست نقطهٔ مربوط به اتفاقی است که سرکارش دارد می‌افتد! و در پایان از مادرش حرف می‌زند! روان را نمی‌شود تقسیم‌بندی کرد. هر بار تصورات ما را بر هم می‌زند.

حالا بعد از این اشاره که قابلیت متمایز کردن خود از دیگران پیش شرط اساسی آگاهی است، یونگ پاراگراف را با این گفته پایان می‌دهد:

هر چند تمایز ممکن است به‌طور کلی انجام شود، اما معمولاً ناقص است؛ زیرا حوزه‌های وسیع حیات فراروانی هم‌چنان ناآگاه باقی می‌مانند. از آن‌جا که تشخیص کامل محتواهای ناخودآگاه ممکن نیست، هیچ رابطه‌ای نیز در آن منطقه نمی‌توان برقرار ساخت. آن‌جا هنوز وضعیت ناخودآگاه همذات‌پنداری بدوی من با دیگران حاکم است. به عبارت دیگر رابطهٔ کامل شکل نمی‌گیرد.

می‌بینید او چه می‌گوید؟ می‌گوید مادامی که ما از خودمان ناآگاه هستیم، توانایی ما برای برقراری رابطه روان‌شناسانه با شخص دیگر محدود می‌شود. بگذارید این‌طور بگویم: هر جنبه از وجودمان را که از آن ناآگاه باشیم در دیگری می‌بینیم. مسئله این است که آیا اصلاً با آن شخص رابطه برقرار

می‌کنیم یا با وجه ناخودآگاه خودمان؟ اگر واقعیت وجود شخص دیگر را نبینیم، در حجاب خودشیفتگی گیر می‌افتیم.

منظور از همذات‌پنداری بدوی چیست؟

یونگ از اصطلاح بدوی برای اشاره به روان اصلی و تفکیک نشده انسان استفاده می‌کرد؛ یعنی حالت یکی بودن با محیط اطراف. عملاً به این معنی است که چیزی را باستانی بنامیم؛ یعنی اولیه یا اصیل. اصطلاح همذات‌پنداری هم به لحاظ روان‌شناسانه به معنی مطابقت ناخودآگاه بین امر درونی و بیرونی است.

یونگ یک اصطلاح علم انسان‌شناسی را به عاریه گرفت تا کل این مطلب را توصیف کند: اصطلاح مشارکت اسرارآمیز. این پایه فرافکنی و همذات‌پنداری است؛ یعنی ندانستن این‌که کجا امر درونی، یعنی من، پایان می‌یابد و امر بیرونی، یعنی شخص دیگر، آغاز می‌شود. یونگ می‌گوید:

همذات‌پنداری باعث این فرض کودکانه می‌شود که ویژگی‌های روحی یک نفر شبیه دیگری است. این‌که انگیزه‌های واحد همه جا دست‌اندرکارند؛ این‌که آن‌چه برای من قابل قبول است به وضوح باید برای دیگران هم خوشایند باشد؛ این‌که آن‌چه من غیراخلاقی می‌دانم باید برای آن‌ها هم غیراخلاقی باشد و الی آخر. به علاوه همذات‌پنداری مسبب تمایل تقریباً تمام انسان‌ها برای اصلاح آن چیزی در دیگران است که بیش از همه محتاج اصلاح شدن در خود شخص است.

البته همه ما هر از گاه به این دام می‌افتیم. ما نمی‌توانیم کار دیگری بکنیم؛ زیرا هرگز آن‌طور که فکر می‌کنیم آگاه یا متمدن نیستیم. همیشه جوانبی از وجود ما هست که از دامنه دیدمان خارج است. همان‌طور که یونگ در پاراگراف بعدی مقاله از دواج می‌گوید:

ما مدام به محتوای موجود در خودآگاه بیش از حد بها می‌دهیم؛ اما وقتی

در می‌یابیم آنچه تصور می‌کردیم نقطه اوج نهایی است، چیزی جز گام اول در صعودی بسیار طولانی نیست، کشف بزرگ و حیرت‌انگیزی کرده‌ایم.

اگر ما همیشه کمابیش ناآگاه هستیم، پس اصلاً رابطه روان‌شناسانه چطور ممکن است ...

بله، درکش مشکل به نظر می‌رسد. باید بگویم که بنابر مقاله یونگ، امکان وجود این رابطه بیش از این‌که بیشتر شود، کمتر می‌شود!

تا این‌جا فهمیدیم که آگاهی، لازمه اولیه رابطه روان‌شناسانه است. در واقع یونگ خیلی از آن فراتر رفت. او معتقد بود که آگاهی فردی ضروری است تا خداآگاه شود... او در «پاسخ به ایوب» که بعضی‌ها فکر می‌کنند مهم‌ترین اثر اوست، در این باره می‌نویسد.

وقت‌مان تمام شده، بنابراین تحقیق درباره این موضوع را به عهده خودتان می‌گذارم.

سمینار دو

پیش از آغاز بحث، آیا پرسشی دربارهٔ مطالب هفتهٔ پیش هست؟

آیا رابطه‌ای وجود دارد که تحت تأثیر فرافکنی نباشد؟

بنابر تعریف و طبق اصطلاحات یونگ، نه. از آن جا که ما فقط به‌طور نسبی می‌توانیم آگاه باشیم، هر چیزی در درون ممکن است فرافکنی شود. ما دوباره عاشق می‌شویم و دوباره مایوس می‌شویم و می‌بینیم کاملاً آن چیزی نبود که می‌خواستیم یا اصلاً آن چیزی نیست که دنبالش بودیم. نیازی نیست چیزی دربارهٔ روان‌شناسی بدانید تا وقتی رابطه‌ای درست کار نمی‌کند متوجه شوید. اما چرا کار نمی‌کند؟ اصلاً چگونه می‌توانستید خودتان را گرفتارش بکنید؟ و حالا چکار می‌کنید؟ این یعنی روان‌شناسی.

یونگ می‌گوید هر چیزی در وجود خودمان که از آن ناآگاه هستیم، در دنیای بیرونی به‌صورت تقدیر با آن ملاقات می‌کنیم. همیشه دلیلی برای اتفاقی که برای ما می‌افتد وجود دارد. البته شاید در آن زمان نفهمیم! چگونه می‌توانیم بفهمیم؟ فقط با از سر گذراندن آن و پذیرفتن هر چه که پیش می‌آید و بعد تعمق کردن دربارهٔ آن، می‌توانیم معنای زندگی را دریابیم.

پس هیچ رابطه‌ای کامل نیست؟

بستگی به این دارد که چه چیزی را کامل بدانید. بعضی از مردان رویای زن

به اصطلاح همیشه حاضر و آماده را دارند. زن ستایش‌گر و فهیمی که همیشه آماده عشق‌ورزی است. او هوای مرد را دارد و فقط او را می‌خواهد. هر کلام مرد برایش مثل آیه انجیل است و هیچ وقت او را طرد نمی‌کند. مرد می‌تواند یک دقیقه سرش را روی شانه زن بگذارد و گریه کند و دقیقه بعد چنان داد و فریادی به راه بیندازد که زن را دیوانه کند.

مادر و عاشق یکی شده‌اند.

بله، آیا این یک رابطه کامل است؟ فکر می‌کنم زنان هم تصور خودشان را از مرد همیشه حاضر دارند.

مردی که همیشه در دسترس است و عاشق آشپزی و نوازش و رخت شستن است!

وقتی حوصله ندارم او می‌فهمد.

او به من فضا می‌دهد.

آفرین. حالا این رابطه کامل است یا فقط دلخواه؟ یونگ اغلب می‌گفت که کمال متعلق به خدایان است. بقیه ما باید به بهترین نحو با زندگی کنار بیاییم. خدایان همه چیز را می‌دانند و ما انسان‌ها با آنچه که درباره خودمان نمی‌دانیم محدود می‌شویم.

یادتان باشد بین آنچه خواستنی است و آنچه دست نیافتنی است، ما می‌توانیم به آنچه عملی است رضایت دهیم. آن آواز گروه «رولینگ استونز» یادتان هست که می‌گوید: «همیشه نمی‌تونی اونچه را که می‌خوای داشته باشی؟» یک بیت هم هست تقریباً به این مضمون که «اما اگه سعی کنی می‌تونی چیزی رو که لازم داری به دست بیاری...» منظورم از رابطه کاملاً

عملی، رابطهٔ هماهنگ و نسبتاً بدون کشمکش است که چنانچه طرفین انتظار کمال نداشته باشند، ممکن می‌شود...

البته رضایت دادن به هر چیزی کمتر از کمال، مستلزم مقداری بلوغ روانی است. بلوغی که در این گفتهٔ اساسی یونگ نهفته است: «هیچ رابطهٔ روان‌شناسانه‌ای بین دو نفر که در حالت ناآگاهی هستند وجود ندارد.»

اگر ما هر چه را که از یک رابطه می‌خواهیم به دست بیاوریم، دیگر نیازی نداریم چیزی راجع به روان‌شناسی بدانیم.

یا این‌که آگاه باشید! حالا بیاید نگاهی به پاراگراف بعد بیندازیم:

البته شخص جوان در سن ازدواج مقداری آگاهی از من دارد (به‌عنوان قاعده، دخترها بیشتر از پسرها). اما از آن‌جا که او اخیراً از میان غبار ناآگاهی اولیه [یعنی همان «همدات‌پنداری بدوی» که دفعهٔ قبل از آن سخن گفتیم] بیرون آمده، به‌طور حتم حوزه‌های وسیعی دارد که هنوز در سایه‌اند و تا حدودی جلوی تشکیل رابطهٔ روان‌شناسانه را می‌گیرند. در عمل به این معناست که مرد (یا زن) جوان فقط می‌تواند درک ناقصی از خودش و دیگران داشته باشد و از این‌رو به‌طور ناقصی از انگیزه‌های خودش و آن‌ها باخبر است. انگیزه‌هایی که او براساس آن‌ها عمل می‌کند عمدتاً ناخودآگاه هستند. البته به لحاظ ذهنی خودش فکر می‌کند که خیلی آگاه و داناست. زیرا ما مدام به محتوای موجود در خودآگاه بیش از حد بها می‌دهیم؛ اما وقتی در می‌یابیم آن‌چه تصور می‌کردیم نقطهٔ اوج نهایی است چیزی جز گام اول در صعودی بسیار طولانی نیست، کشف بزرگ و حیرت‌انگیزی کرده‌ایم. هرچه حوزهٔ ناآگاهی بیشتر باشد، ازدواج کمتر با یک انتخاب آزاد همراه بود. این موضوع در اجبار گریزناپذیری که فرد عاشق احساس می‌کند، خود را نشان می‌دهد. اجبار حتی وقتی شخص عاشق هم نیست می‌تواند وجود داشته باشد؛ هرچند به شکلی ملایم‌تر.

به نظر من در این جا نکات مهم، اشاره یونگ به سایه و ایده انتخاب آزاد در تقابل با اجبار است. او در پاراگراف بعدی منظورش از انگیزه‌های ناخودآگاه را شرح می‌دهد. بنابراین می‌خواهم اول روی منظور یونگ از سایه تمرکز کنم و بعد به آنچه که در پس اشاره او به اجبار گریزناپذیر نهفته است بپردازم.

حالا بگویید ببینم شما درباره سایه چه می‌دانید؟

سایه وجه تاریک ماست.

چیزهایی درباره خودمان است که نمی‌دانیم.

کارهای شیرینانه‌ای است که مردان ... و البته زن‌ها هم انجام می‌دهند.

بله، همه این‌ها به اضافه خیلی چیزهای دیگر. یادتان هست آخرین بار درباره این‌که ضمیر ناخودآگاه صرفاً یک سطل زباله نیست چی گفتیم؟ یونگ سایه را تمام جوانب پنهان یا ناآگاه ما از خوب و بد می‌دانست که من یا سرکوب‌شان کرده یا هرگز از وجود آن‌ها آگاه نبوده است. هر چیزی درباره خودتان که از آن آگاه نیستید سایه است. یعنی پیش از این‌که محتواهای ضمیر ناخودآگاه از هم تفکیک و جدا شوند، سایه در واقع بر کل ناخودآگاه است. هرچه کم‌تر درباره خودتان بدانید، بیشتر ناآگاه هستید و در نتیجه بخش بیشتری از شما سایه است.

از جهت منفی، سایه از امیال سرکوب شده و غرایز غیرانسانی، انگیزه‌های پست از نظر اخلاقی، خیال‌بافی‌های بچه‌گانه، تلخی و انزجار و نظایر آن ساخته شده است؛ یعنی هر چیزی در وجودمان به آن افتخار نمی‌کنیم.

ما گفتیم که چطور انحرافات مان را که از آن‌ها آگاه نیستیم، می‌توانیم در وجود دیگران تجربه کنیم. آنچه که درباره خودمان نمی‌دانیم، در دیگران می‌بینیم. این روند طبیعی فرافکنی است. به کسی که دوستش ندارید فکر

کنید و از خودتان پرسید کدام خصوصیت آن شخص را نمی‌توانید تحمل کنید. مثلاً کسی که دروغی گفته و مجاش را گرفته‌اید یا مردی که زنش را فریب داده یا دوستی که دورو و شایعه‌پراکن است.

درباره‌اش فکر کنید. با چشم انتقادی به خودتان نگاه کنید و ببینید آیا می‌توانید چیزی از خصوصیت آن‌ها یا کاری که کرده‌اند را در خودتان ببینید یا نه. آیا خود شما همیشه راست‌گو و کاملاً صادق هستید؟ آیا تابه حال یادداشت‌های کسی را برای مقاله خودتان بر نداشته‌اید، در صورت حساب هزینه‌ها دستکاری نکرده‌اید یا از ترس مالیات، درآمدی را پنهان نکرده‌اید؟ آیا هیچ‌وقت پشت سر یک دوست حرف نزده‌اید؟ نه؟ این کار را دوست ندارید؟

قبول نکردن سایه‌تان باعث می‌شود فضل‌فروش و حق‌به‌جانب شوید. شما فراتر از همه آن کارها قرار می‌گیرید و خداوار می‌شوید. انگار همه انگیزه‌های شما خالص هستند و وجدان‌تان کاملاً آسوده است. همیشه خطاها تقصیر دیگران است.

خود من هیچ عیبی ندارم ...

بله و اگر خیلی در این جریان زیاده‌روی کنید مبتلا به پارانویا می‌شوید و فکر می‌کنید همه می‌خواهند شما را به دام بیندازند. این برای هیچ رابطه‌ای خوب نیست؛ چه رسد به رابطه مبتنی بر آگاهی. یونگ در این باره می‌گوید:

سایه، مسئله‌ای اخلاقی است که کل شخصیت من را به چالش می‌طلبد؛ زیرا هیچ‌کس بدون تلاش اخلاقی قابل ملاحظه نمی‌تواند از سایه آگاه شود. آگاه شدن از سایه یعنی تشخیص وجوه تاریک شخصیت به عنوان امری حاضر و حقیقی.

و ادامه می‌دهد:

هر چند با بینش و حسن‌نیت می‌توان تا حدی سایه را در شخصیت آگاه جذب

کرد، تجربه نشان می‌دهد که خصایص خاصی هستند که بیشترین مقاومت را در برابر کنترل اخلاقی می‌کنند و تأثیر گذاشتن بر آنها تقریباً غیرممکن است. این مقاومت معمولاً به فرافکنی می‌انجامد. فرافکنی‌هایی که آن‌گونه که هستند شناخته نمی‌شوند و تشخیص شان دست‌آورد اخلاقی‌ای فراتر از حد معمول است. هر چند برخی از خصایص سایه را بدون تلاش بسیار می‌توان به‌عنوان خصایص شخصی شناخت. در این موارد بینش و حسن‌نیت بی‌فایده است. زیرا به‌نظر می‌رسد علت عواطف شخص بدون شک در شخص دیگری است.

شما گفتید که چیزهای خوبی هم در سایه هست ...

بله، سایه از توانایی‌ها و ویژگی‌های اخلاقی‌ای که در خودمان تشخیص نداده‌ایم هم تشکیل شده است. یونگ می‌گوید:

سایه صرفاً پست، بدوی، ناچور و ناشیانه است؛ اما کاملاً بد نیست. سایه حتی حاوی خصوصیات کودکانه یا ابتدایی‌ای است که هستی انسان را شاداب و سرزنده می‌کنند.

و باز در جای دیگر می‌گوید:

چنانچه تا به حال اعتقاد بر این بوده که سایه انسان منشا شر است، حالا با بررسی دقیق‌تر می‌توان ادعا کرد که انسان ناآگاه، یعنی سایه‌اش، صرفاً از تمایلات نکوهیده ساخته نشده؛ بلکه خصوصیات خوبی مثل غرایز عادی، واکنش‌های مناسب، بیش‌های واقع‌بینانه، غرایز خلاق و غیره هم دارد.

سایه را چطور می‌شود جذب کرد؟

با آگاه شدن از آنچه که هستید و قابلیت‌هایی که دارید، به بدترین کاری که تا به حال انجام داده‌اید فکر کنید. نگران نباشید، نیازی نیست به ما بگویید! بعد به چیزی که واقعاً دوست داشتید انجام بدهید فکر کنید، به کاری که هرگز

جرأت نکریدید انجام دهید و مثلاً به علت ترس از حرف مردم آن را نکریدید. این‌ها دو جنبه از سایه هستند.

هیچ تکنیک قاعده‌مندی برای جذب سایه وجود ندارد. یونگ می‌گوید این کار بیشتر شبیه دیپلماسی یا سیاستمداری است و همیشه یک مسئله شخصی است. شما اول باید وجود سایه را بپذیرید. وجهی از شما هست که ابداً آن را دوست ندارید؛ دست‌کم «شمایی» که می‌خواهید خودتان را آن‌طور بدانید، نه «شمایی» که می‌خواهید دیگران ببینند. آن را به صورت شخصی در آورید و نامی به آن بدهید؛ مثلاً نورمن، نانسی یا هر نام دیگر. دوم باید خصوصیات و نیات سایه‌تان را بشناسید و بدانید که سایه‌تان شبیه چیست و چه می‌خواهد. این کار را با توجه کردن به خلق و خوی و خواب و خیال‌ها‌تان می‌کنید. شما با نورمن یا نانسی حرف می‌زنید تا ببینید انرژی آن‌ها می‌خواهد چه بگوید. یونگ به این کار می‌گفت تجسم خلاق. ببینید او چه می‌گوید:

این روند کنار آمدن با دیگری موجود در ما ارزشمند است. چون ما به این ترتیب جوانبی از وجودمان را می‌بینیم که به هیچ‌کس دیگری اجازه نمی‌دهیم به ما نشان بدهد. جوانبی که خودمان هم هرگز وجودشان را نپذیرفته‌ایم.

می‌بینید؟ هیچ‌کس یک شخصیت واحد ندارد. ما نمی‌توانیم وجه دیگر را نادیده بگیریم.

ببخشید! من نفهمیدم منظورتان چیست؟

می‌ترسم من هم منظورتان را نفهمیده باشم.

ببخشم؟! می‌ترسید؟! خدای من! شما دارید برای این جلسات پول می‌دهید...

یک مثال شخصی می‌زنم. وقتی چند سال پیش دختر عمویم می‌خواست ازدواج کند از من خواستند که همراه عروس باشم. من از مردی که دختر عمویم داشت با او ازدواج می‌کرد بدم نمی‌آمد؛ اما نمی‌توانستم بفهمم

چرا او این کار را می‌کند. دختر عمویم دختر بسیار سنتی‌ای بود؛ اما آن مرد اصلاً این‌طور نبود. او هیچ‌وقت شغل ثابتی نداشت و وقتش را صرف مشروب خوردن با دوستانش و برنامه‌ریزی برای شرط‌بندی بزرگ بعدی‌اش در بازی‌ها می‌کرد. او مرد دغلباز و کلاهبرداری بود که همیشه کلاهش پس‌معرکه بود. من همه این‌ها را می‌دانستم؛ اما چکار می‌شد کرد. دختر عمویم او را انتخاب کرده بود.

جشن عروسی به طرز عالی در یک باشگاه گلف محلی برگزار شد. من لباس شیک و مرتبی پوشیده بودم و سخنرانی کوتاهی آماده کرده بودم. وقتی نوبتم شد، همان حرف‌های معمول را زدم و گفتم که دختر عمویم وقتی بچه بود چطور بود و این‌که اصلاً این‌طوری که الآن هست نبود! بعد ناگهان دیدم دارم حرف‌هایی درباره شوهرش می‌زنم که ابدأ مناسب نبود. داشتم می‌گفتم که او آدم شارلاتان و دورویی است که در قاچاق مواد مخدر این ناحیه دست دارد و آرزویش این بوده که زنی با درآمد منظم داشته باشد و خودش هیچ‌وقت هیچی نبوده و الی آخر!

من همه این‌ها را بالحن شوخی گفتم؛ اما با واکنش خوبی مواجه نشد. پدر و مادر او حسابی وحشت کردند. دختر عمویم قضیه را ماست‌مالی کرد و شوهرش هم خندید؛ اما آن شب من نتوانستم بخوابم.

من، یعنی آقای محترمی که همیشه مؤدب بودم و دقت می‌کردم تا درست عمل کنم، چطور توانستم دقیقاً برعکس خصوصیت همیشگی‌ام رفتار کنم؟ پاسخ در سایه‌ام است. وقتی من مواظب چهره خوبی از خودم به نمایش بگذارم - کاری که بیشتر ما می‌کنیم - سایه‌ام کمترین اهمیتی به این موضوع نمی‌دهد.

آن اولین باری نبود که سایه‌ام نظرش را گفته بود. من در یکی از کتاب‌هایم می‌گویم که چطور سایه‌ام یک کاسه سالاد را روی سر بانوی محترمی خالی کرد. و یک‌بار هم که داشتم مصاحبه شغلی انجام می‌دادم خودش را نشان داد! از بعضی جهات او راست‌گوتر از من است. دو سال بعد از آن مراسم

عروسی، شوهر دختر عمویم گذاشت و رفت و او را با یک بچه و یک عالمه صورت حساب پرداخت نشده تنها گذاشت.

بینید، وقتی شما بیش از حد احساس قدرت می‌کنید و فکر می‌کنید در عرش اعلی هستید و کاملاً حق به جانب شماست، سایه‌تان شما را پایین می‌کشد و روی زمین می‌آورد. سایه‌تان شما را به زانو در می‌آورد. ما هر چه بیشتر به با فرهنگ بودن - یعنی مؤدب و منطقی بودن - خودمان افتخار کنیم، احتمال این‌که واکنش انفجاری از خودمان نشان دهیم که بازتاب احساس واقعی‌مان باشد بیشتر می‌شود. این سایه است. البته تا زمانی که آن را نشناخته‌ایم. وقتی آن را بشناسیم و آگاهانه وجودش را تصدیق کنیم، وجهی از شخصیت‌مان می‌شود. این یعنی جذب؛ یعنی یکپارچه شدن محتوای ناخودآگاه و خودآگاه.

یاد فیلم شبکه با بازی فی دانووی^۱ و پیتر فینچ^۲ افتادم. پیتر فینچ در این فیلم مدیر یک شبکه تلویزیونی است و به تدریج ریاکاری کل کار شبکه‌ها را می‌بیند. فیلم وحشتناکی است. نقطه اوجش هم موقعی است که از پنجره به طرف بیرون فریاد می‌زند: «دیگه خسته شدم! دیگه نمی‌تونم تحمل کنم!»

درست است. این طغیان سایه است. و شما هم اگر وقتی واقعاً احساس می‌کنید که حرف‌های من معنی ندارد مرتب بگویید «بسخشید...» یا «می‌ترسم...» این اتاق به یک شبکه باروت بدل می‌شود!

آیا سایه همیشه درست نقطه مقابل من است؟ ما چطور می‌توانیم خودمان را آگاهانه ببینیم؟

نه الزاماً. سایه بیشتر اوقات حالت جبرانی دارد؛ یک کم این‌جا، یک کم آن‌جا. ما به ندرت آن قدر یک‌جانبه و چشم‌پسته هستیم که مطلقاً هیچ چیز درباره خودمان ندانیم.

1. Faye Dunaway

2. Peter Finch

اما بیشتر ما پرسونایی برای گذراندن امورات مان در دنیا ساخته ایم. ما یک نقاب مرسوم داریم که کمک مان می کند با دیگران کنار بیاییم. این هیچ اشکالی ندارد و یک اصل اجتماعی متعارف است. مثلاً من شغل و حرفه شما را می دانم؛ اما شما چه چیز دیگری هستید؟ انگیزه تان از آمدن به این جا چیست؟ فکر می کنم این خیلی مهم تر از مقام و موقعیت اجتماعی تان باشد.

پرسونا از خلوت ما حمایت می کند. بیشتر مردم هم علاقه ای ندارند بدانند که ما واقعاً کی هستیم. اما وقتی ما با پرسونا شناخته می شویم یک مشکلی به وجود می آید: ما باور می کنیم فقط همین هستیم. بعد سایه قدم جلو می گذارد و می گوید: «نه، من هم هستم. تو این هم هستی.» آن وقت ما به شدت توسط نقطه مخالف وجودمان ضربه می خوریم.

فرق بین من و پرسونا چیست؟

خوب، گاهی هیچی! دست کم موقعی که شما با نقش اجتماعی تان و چهره عمومی تان - مثلاً معلم بودن یا همسر بودن یا کشیش بودن - همذات پنداری می کنید هیچ فرقی با هم ندارند. اما پشت آن چیست؟ شما بدون نقاب تان چه کسی هستید؟

در الگوی یونگ از روان، من و پرسونا هر دو عقده های کاربردی هستند. یادتان هست گفتیم من عقده اصلی آگاهی است. پرسونا صرفاً چیزی است که ما به دنیای بیرونی نشان می دهیم و معمولاً جوانب آرمانی وجود ماست. پرسونا عقده ای است که به خاطر سازگار کردن خودمان با محیط به وجود می آید. به این علت است که کارکردی نامیده می شود. چون طرز کار و عمل ما را تسهیل می کند ...

آیا همان کسی است که من هستم؟ یعنی شخصیتم؟

نه. شخصیت شما یا خود واقعی شما معمولاً با پرسونا پوشیده شده است ...

و من، خود واقعی ماست.

نه، من صرفاً آن جوانب وجود شماست که از آن آگاه هستید. سایه را فراموش نکنید. تازه آنیما و آنیموس هم هستند. ما هنوز درباره آن‌ها حرف نزده‌ایم. آن‌ها می‌توانند شما را زیر و رو کنند! تازه عقده‌های دیگر هم هست ...

واسه این‌که جیغ آدم به آسمان برود همین کافی است!

فردیت از کجا می‌آید؟

همه این‌ها چه ربطی به رابطه دارد؟ ...

فکر کنم بهتر است که به چیزهایی که این‌جا مطرح می‌شود بپردازیم. همیشه می‌توانیم به مقاله یونگ برگردیم ...

لطفاً صبر کنید. بیاید سرعت‌مان را کاهش دهید و ببینیم می‌توانیم این‌ها را جمع‌بندی کنیم یا نه. من ابداً فکر نمی‌کنم از مسیرمان منحرف شده‌ایم. هر چیزی که تا به حال درباره‌اش حرف زدیم مربوط به آگاه بودن و آگاهی از نظر یونگ است. این سین کوانون^۱ رابطه روان‌شناسانه است!

سین کوانون چیه؟!

یک اصطلاح لاتینی‌یه به معنی بدون آن نه.

بدون چی نه؟!

یعنی نمی‌توانی این را بدون آن یکی داشته باشی.

خیلی خوب. پس ما یک هویت اجتماعی داریم که به آن می‌گوییم پرسونا. یونگ پرسونا را وجهی از روان جمعی می‌دانست. یعنی هیچ‌چیز شخصی‌ای

1. Sine qua non

در مورد آن وجود ندارد. پرسونا فردی به نظر می‌آید و این طور احساس می‌شود. همه ما احساس نمی‌کنیم که منحصر به فرد و خاص هستیم؟ اما توصیف‌های ما از بیرون به عنوان «مادر»، «معلم»، «پزشک» و غیره یک شخص خاص را توصیف نمی‌کنند. آن‌ها یک پزشک یا مادر یا معلم را از هیچ پزشک یا مادر یا معلم دیگری متمایز نمی‌کنند.

شما فکر می‌کنید پرسونا معرف چه چیزی است؟

نگرش من، طرز احساسم؟

تجربه شخصی ما؟

خوب، همه این‌ها درست است. پرسونا یک چیز سطحی است. همان طور که گفتیم پرسونا مفید است و با آن می‌توانیم فاصله‌مان را حفظ کنیم. اما همه ما می‌دانیم که ما به نسبت آن چیزهایی که مردم در ما می‌بینند، چیزهای خیلی بیشتری در وجودمان داریم.

پرسونا چطور روی رابطه اثر می‌گذارد؟

خب، آخرین بار گفتیم یک جور ازدواج هست که زوجین به تصویر خودشان به عنوان زوج کامل می‌چسبند یا چهره خوبی از خودشان به دوستان‌شان نشان می‌دهند. آن‌ها حتی جلوی همسرشان هم تظاهر می‌کنند و هر کاری می‌کنند تا آن توهم را خراب نکنند.

من مراجع مردی داشتم که خودش را مرد متعهد و خانواده‌دوستی می‌دانست. این پرسونای او بود. او بی‌نهایت غمگین بود و جرأت هم نمی‌کرد که این را به زنش بگوید. او می‌دانست که زنش با مردی رابطه پنهانی دارد و احساس وحشتناکی نسبت به این قضیه داشت، اما آن را سرکوب می‌کرد چون مردی متمدن و منطقی بود. این هم پرسونا بود. سرانجام او زنش را ترک کرد؛ اما این کار سال‌ها طول کشید. پیش از این‌که او بتواند حرکتی بکند باید سایه‌اش را می‌شناخت.

بینید، ما در وضعیت‌هایی که مناسب نیست باید بتوانیم نقاب پرسونا را برداریم. من روانکاو هستم و کتاب چاپ می‌کنم؛ اما وقتی با دخترم یا پسرم بازی می‌کنم این‌طور نیستم. پزشکی که با کارش به‌عنوان درمان‌گر همذات‌پنداری می‌کند تنها باعث درد و رنج همسر رها شده‌اش می‌شود. واعظ عاقل وقتی برای گردش با نامزدش بیرون می‌رود رداد خطاب‌به‌اش را در رخت‌کن نمازخانه می‌گذارد.

در مسائل عاطفی معمولاً ما به‌طرف چیزی که در سطح می‌بینیم جذب می‌شویم. اما برقراری رابطه با کسی به این علت، یعنی به‌علت پرسونایش، اشتباه محض است و ما قطعاً بعداً غافلگیر می‌شویم! شما می‌توانید عاشق پرسونا شوید؛ اما پرسونا فقط یک پوسته است و البته نمی‌توان با پوسته رابطه برقرار کرد...

در رابطه با پرسشی که در مورد فردیت شد، یونگ می‌گوید تا موقعی که پرسونا از من تفکیک نشده - یعنی پیش از این‌که فرق بین نگاه مردم نسبت به شما و آن‌طور که خودتان واقعاً احساس می‌کنید هستید را نفهمیده‌اید - پرسونا به‌عنوان فردیت تجربه می‌شود. در واقع از یک سو به‌عنوان هویت اجتماعی و از سوی دیگر به‌عنوان تصویر ایده‌آل، تقریباً چیزی از آن باقی نمی‌ماند که فردی باشد. پرسونا نقابی است که به فردیت تظاهر می‌کند و باعث می‌شود تا باور کنیم که فرد هستیم؛ در حالی که فقط نقش بازی می‌کنیم. یونگ می‌نویسد:

وقتی پرسونا را تجزیه و تحلیل می‌کنیم، نقاب را برمی‌داریم و در می‌یابیم آن‌چه به‌نظر فردی می‌آمد در واقع جمعی است... اساساً پرسونا اصلاً واقعی نیست: پرسونا توافقی است بین فرد و جامعه درباره‌ی این‌که مرد چگونه باید باشد. او اسمی دارد، عنوانی کسب می‌کند، کارکردی انجام می‌دهد و این یا آن است. به یک مفهوم همه این‌ها واقعی است؛ اما در رابطه با فردیت اصلی شخص، فقط یک واقعیت فرعی و شکلی از توافقی است که در ایجاد آن دیگران معمولاً بیشتر از خود شخص نقش دارند.

این را می‌فهمید؟

او، آن مرد ... یونگ همیشه از ضمیر مذکر استفاده می‌کند. چرا از زن‌ها حرف نمی‌زند؟ من که زن هستم چی؟

در این متن، «او» یا آن مرد در واقع ضمیر بدون جنسیت است. این واژه عام مورد استفاده برای هر شخص، چه زن و چه مرد است.

واژه عام به طبقه یا گروهی اشاره می‌کند که چیزهای مشترک دارند. زنان و مردان از یک جنس نیستند.

درست است، مسلماً تفاوت عمیقی بین دو جنس هست. یونگ بحثی در این باره ندارد. اما زبان او و طرز بیانش وابسته به مکتب قدیم است.

یعنی مردسالارانه است!

امروز این طور می‌گوییم.

من فکر می‌کردم یونگ آگاه‌تر از این بوده.

خوب ... استفاده از ضمیر مذکر «او» به لحاظ زبان‌شناسی، سنتی است ...

این بهانه خوبی نیست.

می‌خواستم توضیحی داده باشم.

پسر^۱، بشریت^۲، رئیس^۳، واقعاً آدم حالش بد می‌شود ...

ببینید، زبان مدام عوض می‌شود. ما امروزه خیلی بیشتر از پنجاه سال پیش

1. Mankind با پیشوند Man به معنی مرد

2. humanity مرکب از واژه man به معنی مرد

3. chair man با پسوند Man به معنی مرد

نسبت به این چیزها حساس هستیم. و اگر خیلی نسبت به آن احساس هستید، به نظر من بهتر است از هر چیزی که ما را به این جایی که هستیم رسانده دوری کنید؛ مثل اسطوره شناسی، شعر، انجیل، هر چیزی. هر چه که ما داریم و طرز زندگی مان - عملاً هر چیزی که به عنوان تمدن می شناسیم - براساس مردسالاری بنا شده است.

سقراط یک مرد هوسباز بود. کپرینک هم همین طور.

گذشته ها گذشته. اگر آن را به سطل زباله بیندازیم، اگر متفکران بزرگ گذشته را به علت این که ذهنیت ما را نداشته اند طرد کنیم، باید همه چیز را از صفر شروع کنیم!

ایده بدی نیست.

من فکر نمی کنم چون یونگ مردسالار بوده باید طردش کنیم. این کار آد هومینم^۱ می شود.

آد چی چی ...؟

بگذارین حرفش را بزند.

موافقم.

منم موافقم.

فکر کنم وقت تنفس است ...

۱. ad hominem به معنی حمله به شخصیت کسی که با او مخالفیم به جای پاسخ دادن به نظراتش.

بیباید نگاهی به تصویر کلی بیندازیم. من، پرسونا، سایه. در الگوی یونگ از روان، این‌ها سه عقدهٔ بزرگ در بین یک عالم عقدهٔ دیگر هستند. هر کدام از این‌ها نقشی در کسی که هستیم، کاری که می‌کنیم و طرز حرکت‌مان در دنیا دارند. پرسش بزرگ این است که این‌ها با رابطهٔ روان‌شناسانه چه ارتباطی دارند؟

اگر یادتان باشد، یونگ در پایان پاراگراف قبل به اجبار‌گریزناپذیری اشاره می‌کند که در زمان عاشقی دچارش می‌شویم. و البته ممکن است آکنده از نفرت هم بشویم. در پشت صحنه کارگردان اصلی عقده‌ها هستند. وقتی احساسات اجباری ما به سمت شخصی از جنس مخالف معطوف می‌شوند، عقده‌های خاصی که فعال‌اند معمولاً همان‌هایی هستند که یونگ آن‌ها را آنیما یا تصویر درونی مرد از زن و آنیموس یا تصویر درونی زن از مرد می‌نامید. اگر احساسات ما به سمت فردی از جنس موافق معطوف شوند، به احتمال قوی همان وجه از سایهٔ خودمان را فرافکنی کرده‌ایم.

من فکر می‌کنم مهم‌ترین چیزی که دربارهٔ عقده‌ها باید بدانیم این است که آن‌ها تعیین می‌کنند ما چه احساسی داریم و چه کار می‌کنیم: آن‌ها آزادی انتخاب را از ما می‌گیرند. ما دیگر آقا یا خانم خانه‌مان نیستیم. گوش کنید ببینید یونگ چه می‌گوید:

عقده‌ها با نیت و ارادهٔ ما تداخل پیدا می‌کنند و عملکرد خودآگاه را برهم می‌زنند. آن‌ها اختلالات حافظه ایجاد می‌کنند و در جریان معاشرت‌ها گرفتگی به وجود می‌آورند. آن‌ها طبق قوانین خودشان ظاهر و ناپدید می‌شوند. آن‌ها می‌توانند ذهن خودآگاه را به خود مشغول کنند یا روی کلام و عمل ما به طریزی ناخودآگاه اثر بگذارند. در یک کلام، عقده‌ها مثل موجودات مستقل عمل می‌کنند.

ببخشید، عقده دقیقاً چیست؟

یونگ عقده را بسته‌ای از انرژی مرتبط با یک ایده یا تصویر ذهنی می‌داند.

پشت هر احساس؛ یعنی پشت هر واکنش عاطفی ای می‌توانید مطمئن باشید که عقده‌ای وجود دارد.

این‌که خیلی زیاد است. یعنی شادی، خشم، غم، همه این‌ها را در بر می‌گیرد؟ همه را. هر چه که شما را غمگین می‌کند و هر چه که شادتان می‌کند. چرا بعضی از مردم از بعضی چیزها شاد می‌شوند، ولی بقیه نمی‌شوند؟ چرا شما از حرفی که کسی زده به شدت عصبانی می‌شوید، ولی یکی دیگر نمی‌شود؟ آیا شما برای چیزی یا کسی که هیچ اهمیتی برای‌تان ندارد گریه‌وزاری می‌کنید؟ همه این‌ها به روان‌شناسی شخصی شما بر می‌گردد و این همان جایی است که عقده‌ها از آن بر می‌آیند.

یونگ می‌گفت عقده‌ها مثل جزایری در درون روان هستند که از سرزمین اصلی من جدا مانده‌اند. وقتی احساساتی شده‌اید و به چنگ عقده‌ای افتاده‌اید، می‌شود گفت روی یک جزیره هستید و از منابع عقلانی من جدا مانده‌اید. عقده مسئول حرفی که می‌زنید و کاری که می‌کنید است. وقتی توفان فرو می‌نشیند، شما شناکان به ساحل می‌روید و زخم‌هاتان را درمان می‌کنید و حیرت می‌کنید که چه بر سرتان آمده بود. گاهی حتی یادتان نمی‌آید که چه اتفاقی افتاده! مثل این است که یک شخصیت دیگر داشتید که ناگهان زنده شد. به این می‌گویند گسست و اگر به صورت افراطی در آید - یعنی وقتی من ضعیف‌تر از آن است که چیزها را به هم پیوسته نگه دارد - همان اسکیزوفرنی است.

البته ما معمولاً پشت خوش رفتاری دنبال عقده نمی‌گردیم. مثلاً وقتی خبر خوب و هیجان‌انگیزی دریافت می‌کنید و از شادی به هوا می‌پرید، در واقع این جا هم از روی عقده عمل می‌کنید؛ اما خوب که چی؟ انگیزه‌ای برای تجزیه و تحلیل آن وجود ندارد. از طرف دیگر، اگر عاشق شوید و بعد از چند روز رفتن به عرش اعلی رابطه به هم بخورد یا رییس‌تان اعصاب‌تان را خرد کند و شما از خشم منفجر شوید و شغل‌تان را از دست بدهید، بهتر است بدانید که چه عقده‌ای پشت آن وجود دارد.

آیا ما با عقده‌ها به دنیا می‌آییم؟

نه، آن‌ها بعد از تولد و بنا بر تجربه به‌خصوص ما در دنیا به‌وجود می‌آیند. توجه داشته باشید الگوهای هستی که یونگ آن‌ها را کهن‌الگو می‌نامید. این‌ها الگوهای رفتاری‌ای هستند که از روز ازل توسط انسان‌ها شناخته و تجربه شده‌اند. روان‌نوزاد خالی نیست. تابولا رازا^۱ نیست که همه چیز از اول روی آن نوشته شود.

تابولا...؟

لوح سفید.

وقتی ما به دنیا می‌آییم کهن‌الگوها وجود دارند؛ غریز هم هستند. آن‌ها بخشی از ساختار ژنتیکی ما هستند. عقده‌ها تجربه شخصی ما را که حول کهن‌الگوها ساخته شده منعکس می‌کنند.

یک توپ را مجسم کنید. عقده‌ها روی سطح و داخل آن هستند. کهن‌الگوها در مرکز هستند. نمونه‌های اصلی یا کهن‌الگوها از همان اول آن‌جا هستند. شما نمی‌توانید آن‌ها را ببینید؛ اما اثرات آن‌ها در تصاویر و درون‌مایه‌هایی که موضوع مذهب، اسطوره‌ها، افسانه‌های پریان و نظایر آن هستند خود را نشان می‌دهد.

همین‌طور ترانه‌های محبوب و رمان‌ها و هنر ...

بله. آن‌ها در زندگی شخصی ما به‌صورت عقده‌هایی بروز می‌کنند که رفتارهای خاصی را به ما دیکته می‌کنند. همه ما انسان هستیم و چیزهای مشترکی داریم. بعضی از آن‌ها غریزی هستند و بعضی کهن‌الگویی. چیزی که فردی است و واقعاً مال خود ماست، عقده‌مان است.

مثلاً عقدهٔ مادر را در نظر بگیرید. بخش اعظم عقدهٔ مادر از طریق تجربهٔ شما با مادرتان و احساساتان در مورد او تعیین شده است.

من عاشق مادرم بودم. ما خیلی به هم نزدیک بودیم.

مادر من کتکم می‌زد. از من متنفرم.

همهٔ ما تجربهٔ شخصی خودمان را از مادر داریم. ممکن است تجربهٔ خوبی باشد یا ممکن است نباشد. خوب یا بد، بخشی از وجود ماست. این عقدهٔ مادر ماست. اما پشت آن - در مرکز و هستهٔ عقده - کهن‌الگوی مادر قرار دارد که حس موروثی تمام تجارب بشر از «مادر» است. همین موضوع در مورد عقدهٔ پدر یا هر عقدهٔ دیگری صادق است. کهن‌الگوها شامل اضداد هستند: مادران می‌توانند حمایت‌گر یا عصبانی؛ پذیرا یا طردکننده باشند و گاهی هم مادر زندگی شخصی مان پیام‌های پیچیده‌ای می‌گیریم. کهن‌الگوها صرفاً طرح اولیهٔ یک امکان بالقوه و عقده‌ها رنگ و لعاب آن طرح هستند.

افسانه‌ها و قصه‌های پریان پر از کهن‌الگوهایی هستند که بازتاب تجربهٔ نژاد بشرند. به همین علت است که برای تعیین معنای تصاویر موجود در رویا یا تصویری که ناگهان به ذهن‌تان خطور می‌کند، این قدر مفیدند. از هر کدام از این راه‌ها می‌توان روی معنای شخصی یک تصویر خاص کار کرد: شما می‌توانید از کهن‌الگو یا تصویر بزرگ‌تر شروع کنید و ببینید چطور در مورد شما صادق است. یا می‌توانید از تجربهٔ عاطفی آنی عقده - تصویری از رؤیا یا واکنش‌تان به اتفاقی که افتاده - به عقب بروید و ببینید چطور به یک کهن‌الگو ربط پیدا می‌کند.

آیا عقدهٔ منفی بدتر از عقدهٔ مثبت است؟

بدتر؟ نه الزاماً. خوب، بد، بدتر، بهتر؛ همهٔ این‌ها قضاوت‌های ارزشی هستند. خود عقده خنثی است. نتایجی است که می‌توان آن‌ها را خوب یا بد نامید. عقده فقط چیزی است که در وضعیت‌های معین به صورت خوشه در می‌آید.

خوشه؟

یعنی وقتی عقده فعال می‌شود. عقده را تصویر یا فکر مرتبط با احساسات معین بدانید. وقتی به صورت خوشه در می‌آید شما مجبورید به طرز خاصی رفتار کنید. یعنی عملاً هیچ انتخابی ندارید. معمولاً هم قابل پیش‌بینی است. و حتی اگر ما ندانیم، دوستان مان مسلماً می‌دانند! آن‌ها می‌گویند: «اسم خواهر شوهر شو نیار، وگرنه حسابی اونو می‌کوبه»؛ «پیش اون حرف فلان چیزو نزن، چون خیلی عصبانی می‌شه»؛ «وقتی از پدرش حرف بزنی دیگه نمی‌تونه درست فکر کنه». همه ما نقاط حساس داریم. با کسی که اسیر عقده است نمی‌توانید گفتگوی منطقی داشته باشید. بهترین کاری که می‌توانید بکنید فاصله گرفتن از آن‌هاست!

البته عقده‌ها همیشه مخرب نیستند. گاهی آن‌ها فقط خسته‌کننده‌اند. تا حالا دیده‌اید وقتی در مهمانی‌ای با یک کلکسیونر تمبر یا پرنده‌باز مشتاقی حرف می‌زنید، دیگر تمام شب آن‌جا گیر کرده‌اید! اگر در شور و شوق آن‌ها شرکت نکنید - یعنی اگر خودتان عقده مشابهی نداشته باشید - احساس می‌کنید حوصله‌تان از حرف‌های آن‌ها سر رفته است.

یونگ درباره اصطلاح خوشه شدن عقده این‌طور می‌گوید:

این اصطلاح بیانگر این واقعیت است که وضعیت بیرونی باعث آزاد شدن روند روانی‌ای می‌شود که طی آن محتواهای معینی گرد هم می‌آیند و آماده عمل می‌شوند. وقتی می‌گوییم شخصی «خوشه شده» منظورمان این است که او موضعی گرفته که می‌توان انتظار داشت به طرز معینی واکنش نشان دهد... محتواهای خوشه شده در واقع عقده‌های معینی هستند که انرژی خاص خودشان را دارند.

می‌بینید، افکار و تصاویر مثل نقطه‌های نورانی موجود در روان هستند؛ شبیه خوشه‌های ستارگان در آسمان. این اصطلاح از آن‌جا می‌آید.

این‌که می‌گویید عقده‌ها انرژی خاص خودشان را دارند یعنی چی؟

یعنی انرژی متصل به عقده می‌داند کجا می‌خواهد برود.

برگردیم به اثرات عقده؛ چه عقده منفی چه مثبت؛ چه خوب چه بد. اگر مثلاً تجربه مردی با مادرش خوب بوده باشد - یعنی اگر مادرش زنی پذیرا و دلسوز بوده و به نیازهای او توجه کرده باشد - می‌توانیم بگوییم که این مرد عقده مادر مثبت دارد. اما شاید پیامدهای آن چندان خوب نباشد. این مرد ممکن است طوری زندگی کند که همیشه فقط انتظار آن نوع عشق را داشته باشد و در نتیجه مایوس شود. وقتی او با زنی ملاقات می‌کند که در حد و اندازه تجربه اولیه‌اش نیست احساس ناراحتی می‌کند. اگر این مرد آن‌چه را که می‌خواهد از این زن دریافت نکند - آن‌طور که از مادرش دریافت می‌کرده - طوری نسبت به او واکنش نشان می‌دهد که انگار زن، مادر «بدی» است. می‌توانید تأثیر این طرز فکر را روی رابطه مجسم کنید. البته این تأثیر بعداً پیچیده‌تر می‌شود؛ زیرا زنی که این مرد با او ملاقات کرده تجربه‌ها و عقده‌های خودش را دارد...

عقده مادر مثبت می‌تواند انرژی مرد را خالی کند. چون دیگران معمولاً او را آن‌طور که مادرش می‌پذیرد نمی‌پذیرند یا مثل مادرش بی‌قید و شرط قبولش نمی‌کنند. به‌طور کلی دنیا، یعنی جایی که افراد با عمل‌شان مورد قضاوت قرار می‌گیرند، مادر دلخواهی نیست. این موضوع برای مردی که طوری بزرگ شده که همیشه پذیرفتنی بود، تکان‌دهنده است. از سوی دیگر او ممکن است در نهادهایی مثل کلیسا یا شرکت‌های بزرگ یا شاید بخش خدمات عمومی عالی باشد. چون این مشاغل مشابه مادر مثبت هستند و مزایای عالی و طرح‌های بازنشستگی و امنیت بلندمدت دارند. این خوب است یا بد؟

اما زن بددهن پس‌زننده‌ای که هیچ وقتی برای بچه‌هایش ندارد چه؟ آن تصویر، یعنی تصویر مادر منفی هم آن‌جاست و منتظر است؛ حتی اگر شخصاً آن را نشناسید. زیرا بخشی از کهن‌الگوی «مادر» و تجربه بشر از «مادر» است.

روی دیگر این سکه مردی است که به اصطلاح عقده‌ مادر منفی دارد. ممکن است او تا ابد نسبت به زنان ظنین باشد؛ خصوصاً زنانی که می‌خواهند از او مراقبت کنند: مادران «خوب». اما از سوی دیگر او ممکن است به زنی که چیزی به او می‌دهد که هرگز نداشته، پاسخ خیلی خوبی بدهد. این خوب است یا بد؟ و وقتی کار به این جا می‌رسد چه کسی می‌تواند بگوید این خوب است یا بد؟

فکر کنم خود مرد.

بله، من هم همین‌طور فکر می‌کنم. مسلماً دوستانش هم عقیده‌ای دارند! اما از آن‌جا که تأثیر عقده ذهنی است، واقعاً فقط از درون می‌توان در موردش قضاوت کرد.

آدم دنبال درست کردن چیزی که فکر می‌کند خوب است نمی‌رود.

دقیقاً. پس می‌بینید، نوع عقده‌ای که از آن شروع می‌کنید - مثبت یا منفی - پایان داستان نیست. اثرات عقده‌ها معجون درهمی است. این‌که با آن‌ها چگونه سر می‌کنید مهم است؛ یعنی کاری که با چیزی که گرفته‌اید، به اضافه چیزهایی که در طول مسیر برداشته‌اید می‌کنید. البته آگاهی هم مهم است. روان‌کاوی کلاً به این مربوط می‌شود. اگر از عقده‌هاتان آگاه باشید و اکشن‌هاتان کنترل می‌شود. پس عقده‌هاتان را بشناسید و ببینید در چه حوزه‌هایی تدافعی یا خیلی حساس هستید. آن وقت همه چیز عوض می‌شود.

آیا روان‌کاوی باعث می‌شود از شر عقده‌ها خلاص شویم؟

نه، بنابر تعریف این ممکن نیست. عقده‌ها اجزا تشکیل‌دهنده روان هستند. درست همان‌طور که اتم‌ها و مولکول‌ها میز و صندلی را می‌سازند. شما بدون عقده‌ها وجود ندارید. مسئله این است که آیا آن‌ها فعال‌اند یا نه؟ چطور و چه موقع به صورت خوشه درمی‌آیند؟ و چطور روی زندگی شما اثر می‌گذارند؟ این‌ها مسائل حیاتی روان‌کاوی هستند.

اما سعی هم نمی‌کنید از شرشان خلاص شوید؟

آیا پلنگ می‌تواند از شر خال‌هایش خلاص شود؟! بدون عقده‌هاتان، خودتان نیستید. شخصیت شما حاصل عقده‌هاتان است. شما نمی‌توانید آن‌ها را انتخاب کنید و از شرشان هم نمی‌توانید خلاص شوید. بیشترین کاری که می‌توانید بکنید این است که اثرات‌شان را درک کنید و آن عقده‌هایی را که باعث در دستران می‌شوند سلب توانایی کنید.

سلب توانایی کنیم؟

سلب توانایی عقده به این معنی است که قدرتش را بگیریم و اثرش را کاهش دهیم. وقتی عقده‌هاتان را بشناسید، درک بهتری از کسی که هستید پیدا می‌کنید و روی نحوه بروز عقده‌ها آن‌ها کنترل بیشتر پیدا می‌کنید؛ یعنی روی حرف‌هایی که می‌زنید و کارهایی که می‌کنید. مثلاً شما واکنش عاطفی‌ای دارید که نباید آن را بروز بدهید. می‌توانید مکث کنید و روی آن تعمق کنید. ببینید از کجا آمد؟ چطور بر من غلبه کرد؟

سلب توانایی عقده‌ها حاصل آگاه شدن از آن‌هاست. این هم یک شبه اتفاق نمی‌افتد؛ بلکه به مرور زمان و بارها و بارها پرسش از خودتان؛ مثلاً بعد از یک بحث داغ یا چیزی شبیه جروبحث از خودتان بپرسید چه اتفاقی در من افتاد؟ کی داشت از طرف من حرف می‌زد؟ چه چیزی عصبانی‌ام کرد؟^۱

اتفاقاً گوشت بز در اصل به‌عنوان قربانی برای خدایان به کار می‌رفته تا جلوی وقوع بلایا را بگیرد. بعدها به انسان‌هایی که قربانی می‌شدند «سپر بلا»^۲ گفته می‌شده؛ آن‌ها ضربات عاطفی را که مردم نمی‌توانستند تحمل کنند متحمل می‌شدند؛ مثل احساس گناه، شرم و نظایر آن.

۱. در متن اصلی اصطلاح got my goat است که در آن goat به معنی بز است.

۲. در واژه scapegoat به معنی «سپر بلا»، goat همان بز است.

پسر عموی من بُر نگه می‌دارد و می‌گوید آن‌ها تمیز تر از خوک هستند...!!

اگر هیچ‌کاری با عقده‌ها مان نکنیم چه اتفاقی می‌افتد؟ منظورم این است که اگر چیزی درباره‌شان ندانیم.

چه اتفاقی نمی‌افتد؟ ضرب و شتم زنان، کودک آزاری و انواع مشکلات رابطه و تازه این نوک کوه یخ است. هر روز در روزنامه‌های هر کشوری می‌توانید درباره‌اش بخوانید. تجاوز، قتل، خودکشی، جنگ. می‌شود گفت «خبر» همان اتفاقی است که وقتی کسی دچار عقده می‌شود، رخ می‌دهد. عقده‌ها همیشه در دسرساز نیستند؛ اما بمب‌هایی هستند که آماده انفجار شده‌اند.

امروزه همه می‌دانند که مردم عقده دارند. چیزی که نمی‌دانند این است که عقده‌ها می‌توانند ما را داشته باشند. اما این عادی است و یونگ هم می‌گوید:

عقده داشتن الزاماً به معنی پست بودن نیست. فقط به این معناست که چیزی ناجور، جذب نشده، متخاصم و شاید به صورت مانع وجود دارد؛ اما در عین حال انگیزه‌ای برای تلاش بیشتر است و در نتیجه شاید امکانات جدیدی برای کسب موفقیت عرضه کند.

پس می‌بینید عقده‌ها دوطرفه کار می‌کنند. آن‌ها می‌توانند ما را به سمت آگاهی بیشتر بکشانند تا بهتر از قابلیت‌ها مان استفاده کنیم، یا می‌توانند ما را در کلاف سردرگمی گرفتار کنند. مادام که آن‌ها را بشناسیم اسپرشان هستیم.

پس ما دچار بیماری اعصاب هستیم.

احتمالاً؛ اما نه الزاماً. این جا ... یونگ می‌گوید:

عقده داشتن به خودی خود به معنی ابتلا به اختلال اعصاب^۱ نیست ... و این واقعیت که عقده‌ها دردناک‌اند دلیلی بر وجود اختلالات بالینی نیست.

رنج بردن بیماری نیست؛ فقط قطب مخالف شادی و سعادت است. عقده فقط موقعی بیماری می شود که فکر کنیم عقده نداریم.

همان حکم کهن که اول خودت را بشناس ...

بله، اما یونانی ها نصف دیگرش را نمی دانستند. آن ها فقط ذهن آگاه را می شناختند. بخش وسیعی از فعالیت روانی ای که امروزه آن را ضمیر ناخودآگاه می نامیم، در آن ایام حتی تصورش هم نمی شد. عقده ها بنا به تعریف کمابیش ناخودآگاه هستند؛ بنابراین همیشه در معرض انفجار قرار دارند. روان کاوان تا حدی می توانند حرارت آن ها را بگیرند. اما بعضی از عقده ها طوری هستند که فقط باید یاد بگیرید با آن ها زندگی کنید. آن ها مثل موریانه هایی هستند که در وسایل چوبی پنهان می شوند. هر چقدر هم که فکر کنید آگاه هستید، آن ها همیشه به نحوی شما را به دام می اندازند.

شما می توانید سال ها روی احساس تان نسبت به عشق قبلی تان کار کنید؛ اما باز هم هر جا با او برخورد کنید حساس می شوید و دیگر خودتان نیستید. شما می توانید تک تک جزئیات دوران تلخ کودکی تان را تجزیه و تحلیل کنید؛ ولی باز هم وقتی والدین تان را می بینید عصبی می شوید. این واقعیت روان است. شناختن عقده هاتان شما را آسیب ناپذیر نمی سازد؛ اما دست کم آماده تان می کند تا انتظار چیزی را که دارد می آید داشته باشید.

هفته بعد نگاه دقیق تری به طرز تأثیر عقده های والدین مان روی رابطه روان شناسانه می اندازیم.

میان پرده

ریچل گفت: «خوب داری پیش می‌ری»
تعظیم کردم و گفتم: «از تو متشکرم»
ریچل تکه‌ای نان دارچینی را گاز زد و انگشت‌هایش را لیسید و گفت
«کدام تو؟ من تو هستم؟ این ایده خودت بود.»
بعد کتابش را برداشت؛ کتابی درباره زندگی شن‌لی*، حکیم خردمند چین
باستان، که اخیراً منتشر شده بود.
بلا تکلیف ایستادم.
ریچل بالا را نگاه کرد و گفت «بله»؟
«گاهی مایوس‌کننده است... برای این که x را بفهمی باید y را بشناسی.
این منجر به z می‌شود که p را دربر می‌گیرد. این تو را به e و m می‌رساند.
قبل از این که بفهمی با زسروکار پیدا کرده‌ای... کمک!»
ریچل بازویم را لمس کرد و گفت «ترس، من این جا هستم».
خاموش در اتاق گام زدم.
ریچل گفت «چیز دیگه‌ای هم هست؟» با انگشتش روی شن‌لی ضرب
گرفته بود.
گفتم «به جورج سیمون* نگاه کن. او ده سال تمام، سالی شش کتاب
بیرون داد؛ بعضی‌هاشون رو فقط ظرف چند هفته نوشت! من فهمیده‌ام که
خیلی پایین‌تر از توان بالقوه‌ام کار می‌کنم.»
من محاسباتی کرده بودم که به این صورت به ریچل ارائه‌شان کردم.

«هر هفته ۱۶۸ ساعت داره. فرض کنیم هفته‌ای ۵۰ ساعت باید بخوابی. از ۱۱۸ ساعت بقیه، هفته‌ای ۲۰ ساعتش رو می‌تونی صرف غذا خوردن، یا آماده کردنش کنی و سر وعده در روز غذا بخوری. به این ترتیب ۹۸ ساعت می‌ماند. از این مقدار، شاید روزی سه ساعت را با عزیزانت سپری کنی که می‌شه ۲۱ ساعت در هفته. پس ۷۷ ساعت می‌مونه.

«بیا فرض کنیم که هفته‌ای ۸ ساعت از وقتت صرف خرید کردن و مسائل پیش‌بینی نشده می‌شه. ۴ ساعت هم برای حمام و کارهای ضروری جسمی دیگر بذار. اون وقت ۶۵ ساعت در هفته باقی می‌مونه - یعنی تقریباً ۱۰ ساعت در روز - که می‌تونی بنویسی، تف کنی، یا آدامس بجوی. حتی اگر ۴ ساعتش رو صرف نگاه کردن به دیوار یا خیره شدن به آسمان بکنی، باز تقریباً ۶ ساعت در روز باقی می‌مونه تا عملاً و واقعاً جملات را پشت هم ردیف کنی. می‌دونی ظرف ۴۲ ساعت چند تا جمله می‌تونی بنویسی؟

ریچل چشم‌هایش را چرخاند و چیزی نگفت.

«من می‌دونم. حتی من که تاپیست متوسطی هستم در هر ۲۰ ثانیه یک جمله ۱۰ کلمه‌ای می‌تونم بنویسم. این میشه ۳ جمله در دقیقه. در هر ۴۲ ساعت، ۲۵۲۰ دقیقه هست که برای نوشتن ۷۵۶۰ کلمه کافیه - بیا حتی بگیم ۶۰۰۰ کلمه تا وقت تنفس یا مراجعه کردن به دیکشنری یا فرهنگ جامع لغات را هم در نظر گرفته باشیم.»

عقب نشستم و لبخندی از سر افسوس زدم و گفتم:

«حتی اگر من سه ماه از وقتم را صرف اصلاح آنچه که ظرف یک هفته تولید کرده‌ام بکنم - یعنی ۵۴۶ ساعت از روزهای کاری ۶ ساعته‌ام را باید بتونم بدون زحمت زیاد سالی ۴ کتاب بنویسم. در سال‌های کبیره هم می‌تونم دست‌کم چند پاراگراف بیشتر بنویسم.»

به ریچل نگاه کردم. سرش داشت چرخ می‌خورد.

«چی فکر می‌کنی؟»

«به نظرم میاد یه عقده‌اس.» ریچل این را گفت و پا شد رفت.

سمینار سه

سؤالی از جلسه قبل هست؟

شما مدام به الگوی یونگ از روان اشاره می‌کنید. من این‌جاست، سایه و پرسونایی هست، خویشتن مسئول است و همه‌جا پر از عقده است. ما از کجا بدانیم که واقعاً این‌طور است؟

نمی‌دانیم. الگو فقط می‌گوید وضع چطور می‌تواند باشد. یک ایده و یک تصویر در ذهن شماست. طرز نگرشی است که کمک می‌کند تا چیزها را بفهمید. الگو ادعا نمی‌کند که چیزی حتماً این‌طور است. فقط شکل خاصی از مشاهده را ترسیم می‌کند.

پس چه چیزی را باید باور کرد؟

خوب، این سؤال خوبی است. به چیزهایی که درباره دنیای مادی می‌دانیم فکر کنید؛ چیزهایی که آن‌ها را علوم فیزیکی می‌نامیم: مثل برق، رادیو و تلویزیون، مهندسی، فضاوردی، ساختن راه‌ها و پل‌ها، فرستادن آدم‌ها به فضا و نظایر آن. همه این‌ها از آسمان به زمین نیفتاده‌اند. طی یک دوره زمانی طولانی به وجود آمده‌اند و در هر مرحله آدم‌های زیادی درگیر بودند که با الگوهای مختلف آزمایش می‌کردند. کسی ایده‌ای درباره چیزی داشت؛ مثلاً این‌که چطور x روی y اثر می‌گذارد و بعد چه اتفاقی برای z می‌افتد. وقتی آن

را امتحان کردند و کار نکرد، به راه دیگری و الگوی دیگری فکر کردند و دوباره امتحان کردند. بارها و بارها آزمون و خطا کردند و هر چیزی که درست از آب درآمد مورد استفاده قرار گرفت. این روش علمی است. هر چیزی که ما از آن یاد گرفته‌ایم و مورد استفاده قرار داده‌ایم و این شامل تقریباً هر چیزی می‌شود که در زندگی امروزمان داریم و از آن استفاده می‌کنیم.

علم فیزیک به چیزهایی مربوط است که می‌توانید لمس‌شان کنید و آن‌ها را بسازید. هیچ چیز نامحسوسی در آن راه ندارد. در فیزیک می‌توانید روی هر چیزی انگشت بگذارید. آب در دمای معینی یخ می‌بندد و به جوش می‌آید و پل‌ها زیر فقط آن مقدار فشار کج می‌شوند. ما دقیقاً می‌دانیم که خورشید هر روز چه موقع طلوع می‌کند و چه موقع غروب می‌کند.

علم روان‌شناسی این قدر دقیق و خشک نیست؛ اما هر چیزی که ما به‌طور نظام‌مند درباره‌ خودمان می‌دانیم به یک الگو وابسته است: ایده‌ای از آن‌چه در درون ما می‌گذرد و علت کارهایی را که انجام می‌دهیم. فقط روان مثل یک تکه چوب نیست که بتوانید انگشت‌تان را روی آن بگذارید.

یونگ افتخار می‌کرد که دانشمند تجربی است. تمام ایده‌های او از تجربه‌ی خودش و کسانی که با آن‌ها کار می‌کرد به‌دست آمده است. درست است که برخی از نظریه‌ها و مفاهیم او مثل نقطه‌ی یخ بستن آب قابل اثبات نیستند؛ اما روان فردی را نمی‌شود در لوله‌ی آزمایش گذاشت یا به‌دست آمار و ارقام سپرد.

روان‌شناسی رفتاری این را نمی‌گوید.

نه، اما شما می‌بینید که آن‌ها براساس الگوی متفاوتی کار می‌کنند که از دیدگاه ذهنی ماشینی برآمده است. آن‌ها آزمایشات کنترل شده‌ای روی موش‌ها و خوک‌های گینه‌ای انجام می‌دهند و تجزیه و تحلیل آماری به‌عمل می‌آورند و معتقدند که نتایج آن‌ها در مورد انسان‌ها هم صادق است. و بعضی‌هاش هم واقعاً صادق است! من برای آن‌ها آرزوی موفقیت می‌کنم؛ اما خودم الگوی یونگ را ترجیح می‌دهم. در این الگو برای روح هم جا هست.

به این خاطر است که یونگ را عارف خوانده‌اند.

درست است؛ و منتقدانش با لحن تحقیرآمیز از این اصطلاح استفاده می‌کنند و منظورشان این است که او دانشمند نبود. اما درک من از واژه «عارف» کسی است که بینش و بصیرت درونی غیرمعمول دارد. یونگ قطعاً این را داشت. بیست جلد مجموعه آثار او نشان‌گر مردی با بینش عظیم و خرد عملی بسیار است.

یونگ به اصطلاح عارف، کارش را در حوزه روان‌شناسی از انترنی در بخش شیروفرنی‌ها شروع کرد. بعد کار تأثیرگذار او روی تیپ‌شناسی و نگرش منحصر به فردش به تعبیر نمادشناسانه رؤیاها را داریم. نظریه کهن‌الگوهای یونگ و مفهوم او از ناخودآگاه جمعی به تازگی در حال پذیرفته شدن است. یونگ پیش‌گام تعبیر روان‌شناسانه از متون کیمیاگرانه اسرارآمیز بود و ارتباط مرموز بین ذهن و ماده را که ما به آن همزمانی رویدادها می‌گوییم کشف کرد.

یونگ درکی زمینی از ویرانی ناشی از تأثیر عقده‌ها در زندگی مردم داشت؛ اما در عین حال دارای وجهی معنوی نیز بود. در اواخر عمرش وقتی از او پرسیدند که آیا به خدا اعتقاد دارد یا نه، گفت: «من اعتقاد ندارم، من می‌دانم.» و منظور او اعتقادی بدون فکر نبود؛ بلکه تجربه خودش بود.

زمانی من تجربه‌ای عرفانی داشتم که در یک نوشخانه اتفاق افتاد. من کشمکش واقعی‌ای داشتم و نمی‌دانستم چکار کنم. نشسته بودم به دیوار نگاه می‌کردم و آب می‌نوشیدم که ناگهان همه چیز برایم روشن شد ...

می‌دانم منظورتان چیست. این چیزی نیست که بتوانید تکرارش کنید. بنابراین در قالب علمی مرسوم نمی‌گنجد. اما الگوی یونگ وقوع آن نوع تجربه را امکان‌پذیر می‌داند.

می‌گویند روان‌شناسی یونگ دربارهٔ روند روح‌سازی است.

بله، بحثی در این نیست. خود من روح لطیفی ندارم و به‌ندرت پیش می‌آید که به روح فکر کنم. اما وقتی این کار را می‌کنم، تنها راهی که می‌توانم رشد زندگی‌ام را درک کنم از زوایهٔ روح است. روح موقعی پیش می‌آید که تنها در سکوت شب نشسته‌اید و فکر می‌کنید. روح موقعی پیش می‌آید که معنای زندگی را درک می‌کنید. روح همان چیزی است که هستید؛ در مقابل چیزی که به‌نظر می‌آید باشید. این الهیات نیست؛ واقعیت تجربی است.

البته با نظریه و الگوی ذهنی فقط تا این جا می‌توانید پیش بروید. در مقطعی باید ببینید کاربرد آن چقدر با تجربه جور در می‌آید. این جایی است که من و شما به آن می‌رسیم. اگر دیدگاه یونگ دربارهٔ روان با نظر سایر افراد مطابقت نداشته باشد، آن وقت روان‌شناسی تحلیلی به کلی مرده است. در حال حاضر خوشحالم بگویم زنده و پویاست.

پاراگراف بعدی طولانی است. بنابراین بیاید آن را در چند بخش بخوانیم. بخش اول می‌گوید:

انگیزه‌های ناخودآگاه، یک ماهیت شخصی و یک ماهیت عمومی دارند. قبل از هر چیز آن‌ها انگیزه‌هایی هستند که از تأثیر والدین ناشی می‌شوند. رابطهٔ مرد جوان با مادرش و رابطهٔ دختر جوان با پدرش عامل تعیین‌کننده در این موضوع است. قدرت پیوند با والدین به‌طور ناخودآگاه روی انتخاب همسر — چه به‌طور مثبت، چه منفی — اثر می‌گذارد. عشق آگاهانه به هریک از والدین باعث انتخاب همسر مشابه می‌شود؛ در حالی که پیوند ناخودآگاه (که به‌هیچ وجه نیازی نیست خود را به‌عنوان عشق آگاهانه متجلی کند) انتخاب را دشوار می‌کند و تغییرات خاصی را به آن تحمیل می‌کند. برای درک آن‌ها، شخص ابتدا باید علت پیوند ناخودآگاه با والدین را بفهمد و بداند تحت چه شرایطی انتخاب آگاه را به زور تغییر می‌دهد یا از آن جلوگیری می‌کند.

در این جا یونگ از تأثیر عقده‌های والدین حرف می‌زند و منظورش از

این عقده‌ها، تمام تصاویر و افکار احساساتی مربوط به مادر و پدر شخص است.

من هنوز دلم برای مادرم تنگ می‌شود.

خوشحال می‌شدم اگر دیگر هیچ وقت مادرم را نمی‌دیدم.

همان‌طور که یونگ می‌گوید، ما می‌توانیم به‌طور ناخودآگاه به والدین مان وابسته باشیم؛ حال چه احساسات آگاه مان نسبت به آن‌ها خوب باشد، چه بد. هر چیزی که ما در اوایل زندگی از والدین مان تجربه کردیم بخشی از محتوای عقده‌های والدین است که به‌طور حتم روی انتخاب همسرمان اثر می‌گذارد. این همان بخش شخصی انگیزه‌های ناخودآگاهی است که یونگ به آن اشاره می‌کند.

در جلسه قبل از هسته کهن‌الگویی عقده حرف زدیم. پشت عقده مادر، کهن‌الگوی مادر و پشت عقده پدر، کهن‌الگوی پدر نهفته است. یونگ ترکیب این دو، یعنی عقده و کهن‌الگو را با هم ایماگوی^۱ والدین می‌نامید. ایماگو مرکب است از تجربه والدین شخصی ما و عناصر جمععی‌ای که در روان حضور دارند. آن بعد کهن‌الگویی‌ای است که به والدین مان نوعی نفوذ جادویی می‌بخشد؛ به‌طوری که حتی پس از مرگ‌شان هنوز فکر می‌کنیم چه واکنشی نسبت به کارهای ما نشان می‌دهند؛ مثل ایده قدیمی ارواح اجدادی. یونگ می‌گوید:

مادام که شباهت مثبت یا منفی به والدین عامل تعیین‌کننده در انتخاب عشق است، رهایی از ایماگوی والدین و متعاقب آن کودکی، کامل نشده است.

1. Imago (شکل قطعی چیزی)

من به این علت با مایکل ازدواج کردم که عاشقش بودم؛ اما والدینم اصلاً از اون خوششان نمی‌آمد!

و می‌دانید چرا به طرفش جلب شدید؟ چرا عاشقش شدید؟

من به خاطر چیزی که بود عاشقش شدم.

او چی بود؟ من نسبت به احساس شما شک ندارم؛ اما او دقیقاً چه بود؟ آیا او فقط همان چیزی بود و هست که فکر می‌کردید هست؟ شما سایه‌ای دارید. او هم دارد. آیا می‌دانید سایه‌تان شبیه چیست؟ آیا سایه او دل شما را برد یا شما عاشق چیزی شدید که در سطح می‌دیدید؛ یعنی عاشق پرسونای او شدید؟ نمی‌خواهم طعنه بزنم. این‌ها سؤالات لفظی هستند.

لفظی...؟

یعنی او دارد بلند فکر می‌کند و واقعاً انتظار جواب ندارد.

خوب، من می‌خواهم جواب بدهم. من می‌دانستم که او شربت مخدر مصرف می‌کرد. فکر کنم به این می‌گویید سایه؛ اما من ناراحت نشدم. منظورم اینه که معمولاً...

فکر می‌کنم این‌جا محل بحث درباره سایه شوهر شما یا احساسی که الان نسبت به او دارید نیست. اما براساس تمام چیزهایی که در مورد شوهرتان می‌دانید، آیا او شبیه پدرتان است یا به کلی متفاوت است؟ و اگر هست، از چه لحاظ شبیه‌اش است و از چه لحاظ متفاوت؟

این‌ها پرسش‌هایی هستند که اگر زنی بخواهد انگیزه‌های ناخودآگاهی را که باعث شد عاشق مرد به‌خصوصی شود بفهمد، باید از خودش بپرسد. در مورد مردان هم همین‌طور است. کانون تمرکز او باید روی شباهت بین مادرش و زنی باشد که عاشقش شده است.

این کار آسانی نیست. بررسی و تحلیل آن‌چه در پشت سرمان می‌گذرد و

از آن آگاه نیستیم آسان نیست. ما ممکن است فکر کنیم کنترل زندگی مان را در دست داریم و این طور هم به نظر بیاید؛ اما به ندرت این طور است. البته معمولاً فقط در بازنگری این را می فهمیم! راهش هم همین است. فقط با سپری کردن اجبارها مان است که آن ها را می شناسیم.

چرا در رابطه با انتخاب همسر، یونگ روی تأثیر رابطه مرد با مادرش و رابطه زن با پدرش تأکید می کند؟ چرا برعکس نیست؟

به خاطر این که یونگ معتقد است مرد یک وجه زنانه ناخودآگاه یا آنیما دارد و زن هم یک وجه مردانه ناخودآگاه یا آنیموس و این بخش مهمی از الگوی یونگ از روان است. آنیما و آنیموس تحت تأثیر والد جنس مخالف قرار دارد و مانند آن عمل می کند. مادر/ آنیما به زندگی احساسی مرد و حال و هوای عاطفی او رنگ و لعاب می بخشد و پدر/ آنیموس در افکار و ایده های زن و طرز فکر او متجلی می شود. در هر دو مورد در سطح ناخودآگاه کار می کند و می تواند با رابطه آگاهانه با آن والد کاملاً متفاوت باشد.

بباید نگاهی به بخش بعدی پاراگراف بیندازیم. در این جا یونگ ایده زندگی زیست نشده والدین و طرز تأثیر آن بر ما را مطرح می کند و می گوید:

عموماً کل کارهایی که والدین می توانستند در زندگی شان انجام دهند، اما بنا به انگیزه های واهی از آن خودداری کرده اند، به شکل جایگزین به فرزندان منتقل می شود. یعنی فرزندان به طور ناخودآگاه به سمتی کشیده می شوند که هدفش جبران هر کاری است که در زندگی والدین شان انجام نشده باقی مانده است. این جاست که والدین بی نهایت اخلاق گرا بچه ای به اصطلاح «بی بند و بار» دارند یا پدر بی عار و بی مسئولیت پسری دارد یا بلندپروازی های مثبت بسیار و الی آخر.

می دانید زندگی زیست نشده یعنی چه؟

یعنی سایه؟

بله، به طور کلی همهٔ خصوصیات، قابلیت‌ها و بلندپروازی‌های خوب و بد و خنثایی که سرکوب شده‌اند و هرگز در روشنایی روز دیده نشده‌اند.

مادرم همیشه می‌خواست روی صحنه برود.

چرا نرفت؟

خب می‌دونین دیگه؛ اون ازدواج کرد و بچه‌دار شد و ...

می‌دانید این چه تأثیری روی شما داشته؟

خب، من عاشق اینم که در تئاتر بازی کنم ...

فکر کنم والدین ما هم به‌طور ناخودآگاه زندگی زیست نشدهٔ والدین‌شان را جبران کرده‌اند.

قطعاً و این موضوع همین‌طور از نسلی به نسل دیگر ادامه دارد. به‌عنوان مثال ممکن است ببینید که دارید از زندگی جدِ جدتان تقلید می‌کنید؛ چون آن زندگی زیست‌نشدهٔ پدربزرگ‌تان بوده که از سوی یکی از والدین برگزیده شده و زیسته شده و در نتیجه والدین‌تان مجبور نبوده‌اند آن کار را بکنند... باید بگویم که به‌نظر من این توضیح قابل‌قبول‌تری برای کارهای عجیبی است که ما می‌کنیم و علت برخی از تصاویر رؤیاهامان را هم بهتر توضیح می‌دهد تا ایدهٔ تناسخ یا زندگی‌های گذشته.

پدر من وکیل است اما آرزویش این بود که پزشک باشد. حالا من پزشک هستم.

بله، ما باید دقت کنیم و بین تأثیر ناخودآگاه و کاری که تشویق شده‌ایم بکنیم یا کاری که به‌طور طبیعی استعدادش را داریم، فرق بگذاریم.

دیدن جبران همیشه آسان نیست؛ اما معمولاً جبران وجود دارد. مردی که پدرش اغواگر اصلاح‌ناپذیر زنان یعنی یک دون‌ژوان^۱ بوده، به‌طور وسواسی به زن و بچه‌هایش می‌چسبد و برعکس. زنی که مادرش او را رها کرده بود پرستار بچه می‌شود یا ممکن است آشپزخانه‌اش به محل پذیرایی از تمام بچه‌های محل تبدیل بشود. بعد هم پسر یا دختر شری داریم که یونگ والدین آن‌ها را بی‌نهایت اخلاق‌گرا می‌خواند.

آیا زنان بیشتر تحت‌تأثیر زندگی زیست‌نشده مادرشان نیستند؟

نه، فکر نمی‌کنم. زندگی زیست‌نشده ربطی به جنسیت ندارد. شما ضمیر ناخودآگاه هر دو والد را برمی‌دارید و آن‌ها را به‌طرزی کاملاً فردی باهم ترکیب می‌کنید.

این چه اشکالی دارد؟

هیچ اشکالی ندارد؛ به شرطی که بدانید چکار دارید می‌کنید! ببینید، وقتی شما ناآگاهانه رؤیاهای والدین‌تان را تحقق می‌بخشید یا رؤیاهای جدی را که مدت‌ها پیش از دنیا رفته، تقدیر فردی خودتان را کنار می‌گذارید. شما نمی‌توانید در پوست یک نفر دیگر فردیت پیدا کنید.

فردیت ...؟

یعنی همان چیزی بشوید که قرار است بشوید. گوش کنید:

فردیت، تجلی روند زیست‌شناختی ساده یا پیچیده‌ای است که از طریق آن هر موجود زنده‌ای همان چیزی می‌شود که از آغاز مقدر بوده است.

انگیزه‌های واهی که یونگ به آن‌ها اشاره می‌کند، چه هستند؟

فکر می‌کنم منظورش انجام ندادن کاری به‌خاطر پرسوناست؛ یعنی آن‌چه که

آن‌ها، همسایه‌ها، دوستان و غیره انتظار نداشته‌اند. شما صرفاً به علت این که پدرتان هنرمند نبوده به‌طور ناخودآگاه هنرمند نمی‌شوید. شاید او استعدادی در این زمینه نداشته یا اصلاً تمایلی به آن نداشته است. فقط در صورتی که او هنر را به‌علت این که خانواده‌اش تحمل نمی‌کردند یا متقاعدش کردند که هرگز نمی‌تواند از این راه زندگی کند یا این که دوستانش فکر می‌کردند کار بی‌خودی است، دنبال نکرده باشد...

این چیزی است که والدین می‌توانستند زندگی‌اش کنند، اما بنا به دلایل نادرست نکردند؛ چیزی که به‌طور ناخودآگاه به نسل بعدی منتقل شده.

خیلی پیچیده به نظر می‌رسد.

همه این‌ها چه تأثیری روی رابطه دارد؟

خوب، سؤال خوبی است. یکی از نتیجه‌گیری‌هایی که می‌توانیم بکنیم این است که هر چه بیشتر زندگی خودمان را آن‌طور که می‌خواهیم سپری کنیم - و بگذارید این‌جا آرزوهای مخفی‌ای را هم که می‌توانند مشکل‌ساز باشند اضافه کنیم - و هر چه بیشتر از این آگاه شویم که چطور به این چیزی که هستیم تبدیل شدیم و چرا کارهایی را که می‌کنیم انجام می‌دهیم؛ احتمال این که فرزندان زیر فشار چیزی که متعلق به آن‌ها نیست قرار بگیرند کمتر می‌شود.

من همیشه پسر را تشویق کرده‌ام که نهایت تلاشش را بکند و بهترین کار را انجام بدهد.

جسارتاً می‌گویم؛ اگر نظر او درباره بهترین کار با نظر شما فرق داشته باشد چه؟ و درباره بهترین کسی که می‌تواند باشد چه می‌گویید؟ ممکن است با نقشه‌های شما جور در نیاید! البته ما الآن دوباره داریم درباره فرافکنی و انتظارات شما از پسران حرف می‌زنیم؛ اما این هم یکی از عوامل موجود در زندگی زیست نشده است. شما با پسر یا دختری که کاری را می‌کند - یا کسی

می شود - که خود شما جرأتش را نداشتید، اما به طور ناخودآگاه آرزویش را داشتید، چطور ارتباط برقرار می کنید؟

فکر کنم ارتباط بدی برقرار می کنم.

شاید سعی کنید فکرتان را از سر او بیرون کنید.

بباید تنفسی داشته باشیم...

جلسه را با این پرسش ترک کردیم که زندگی زیست نشده والدین چه تأثیری روی روابط می گذارد؟ به نظر من روی ارتباط والدین با فرزندان و نوع انتظاراتی که از آنها دارند اثر می گذارد. و تأثیر روی بچه ها چه طور؟ آنها وقتی بزرگ می شوند چطور با دنیای بیرون و دیگران ارتباط برقرار می کنند؟ فکر می کنید زندگی زیست نشده والدین فقط روی انتخاب حرفه یا اخلاقیات آنها اثر می گذارد؟

ما داریم درباره تأثیر زندگی زیست نشده والدین مان روی خودمان حرف می زنیم یا تأثیر زندگی زیست نشده خودمان روی فرزندانمان؟ هر دو.

همان طور که یونگ می گوید این تأثیر مانند موجی به حوزه های دیگر هم می رسد؛ مثلاً کسانی که به طرفشان جذب می شویم.

ما نمی توانیم مطمئن باشیم که چرا ما یا بچه مان فلان کار را کردیم! درست است. ما از بخش بعدی پاراگراف می توانیم تا حدی بفهمیم که این قضیه به چه صورت است:

بدترین نتایج ناشی از والدینی است که خود را به طور تصنعی ناآگاه نگه داشته اند. مثل مورد مادری که عمداً خودش را ناآگاه نگه می دارد تا تظاهر به

ازدواج «خوب و رضایت‌بخش» کند. او به‌طور ناخودآگاه پسرش را به خودش می‌چسباند؛ کمابیش به‌عنوان جایگزین شوهرش. پسر اگر مستقیماً به هموسکچوالیته کشیده نشود، وادار می‌شود انتخابش را طوری تغییر بدهد که خلاف طبیعت حقیقی‌اش است.

در این‌جا یونگ مثال یک زن را می‌زند؛ اما در مورد مردان هم می‌تواند صادق باشد. این زن نمی‌تواند یا نمی‌خواهد زندگی زناشویی غیرقابل قبولش را ترک کند. بنابراین یأس و انزجارش به بچه‌ها منتقل می‌شود. در چنین وضعی زندگی زیست‌نشده‌ی والد عملاً داشتن یک رابطه‌ی خوب است! ... مادری که از رویه‌رو شدن با اشکالی که در رابطه‌ی او و شوهرش وجود دارد طفره می‌رود - این همان ناآگاهی تصنعی است؛ زیرا او اگر آگاه بود کل زندگی‌اش را تغییر می‌داد - در عوض رابطه‌ای که با شوهرش ندارد به پسرش می‌چسبند. فکر کنم همه ما موافقیم که این کار به نفع پسر نیست.

ممکن است زن دنبال رابطه با یک مرد دیگر برود؟

این کار باعث برداشتن فشار از روی پسر می‌شود.

اگر پسری داشته باشد.

درست است؛ اما فکر می‌کنم او برای این‌که رابطه‌ی پنهانی داشته باشد باید از چیزی که واقعاً می‌خواهد آگاه باشد. این گام بزرگی است و مسلماً باعث کشمکش می‌شود و می‌تواند به آگاهی بینجامد! چسبیدن به پسر بی‌خطرتر است؛ چون دست‌کم می‌تواند خودش را زن وفاداری بداند.

و همسایه‌ها هم حرف در نمی‌آورند ...

این گفته‌ی یونگ که «اگر به هموسکچوالیته کشیده نشود» به عقل من جور در نمی‌آید. من هیچ مادری را نمی‌شناسم که از هموسکچوالیته شدن

پسرش خوشحال بشود. مسلماً هیچ زنی پسرش را مجبور نمی‌کند هموسکچوالیته شود. خوب، من نمی‌کنم ...

ببینید، دقیقاً نکته همین است. زن مسئول نیست. او چیزی می‌خواهد؛ اما چیز دیگری به دست می‌آورد. یونگ می‌گوید دو اثر افراط و تفریطی رابطه نزدیک مادر و پسر، هموسکچوالیته و دون ژوانیسم است. این جا می‌گوید:

در هموسکچوالیته، تمایل پسر به جنس مخالف به شکلی ناخودآگاه به مادر پیوند خورده است. در دون ژوانیسم او ناخودآگاهانه مادرش را در هر زنی که ملاقات می‌کند می‌جوید.

من شنیده‌ام می‌گویند هموسکچوالیته به عدم وجود شخصیت پدر قوی در دوره کودکی ربط دارد.

بله، شکی نیست که این یکی از عوامل اصلی هموسکچوالیته است. اما من این جا بیشتر به معلول علاقه مندم. جایی که شهوت غیرهم جنس خواه مرد و انرژی جنسی غریزی‌اش اسیر مادر است. او نمی‌تواند هیچ علاقه‌ای به دخترها داشته باشد؛ یا ممکن است سعی‌اش را بکند اما ناتوان بماند. نوعی تبانی مخفی بین مادر و پسر وجود دارد. حرمت زنای با محارم معمولاً مانع از عملی شدن این میل می‌شود؛ اما میل جنسی گریزناپذیر است و ممکن است از طریق رابطه با مردان دیگر مفری پیدا کند. البته خود مرد هم ممکن است از این بابت خجالت زده باشد. در این موارد او هم مقصر نیست.

یونگ مخالف هموسکچوالیته بود؟!

من این را نگفتم. ما فقط داریم از هموسکچوالیته پرورشی حرف می‌زنیم؛ یعنی انحراف روانی از آنچه که تحت شرایط دیگر می‌توانست میل طبیعی به جنس مخالف باشد. این کاملاً با هموسکچوالیته مرسوم یعنی کشش ذاتی به سمت جنس موافق فرق دارد. خود یونگ تصدیق می‌کرد که هموسکچوالیته الزاماً بالینی یا روانی نیست.

مسیر رشد پسر به سوی مردی بالغ، به لحاظ روان‌شناسانه پوشیده از انواع موانع است. یکی از مشکلات عام ترک کردن حلقهٔ سحرآمیز دوران کودکی است که در آن مادر به هر درخواست کودک پاسخ می‌دهد.

من به‌عنوان یک مرد و والد مجرد یک پسر دوازده ساله، نمی‌فهمم این گفته به چه معناست.

خوب... احتمالاً شما نهایت تلاش‌تان را می‌کنید تا نقش کهن‌الگوی مادر را به‌خوبی ایفا کنید؛ یعنی پرورنده و حمایت‌گر باشید و تمام جوانب مثبت کهن‌الگوی مادر را از خودتان نشان بدهید؛ درست است؟ این وجه زنانهٔ یا آنیمای شما را هم شامل می‌شود. شاید هم پرستار دارید...

نه، امتحان کردیم؛ اما فایده نداشت.

پس شما جای آن را گرفته‌اید. وقتی من می‌گویم مادر، شما بشنوید پدر.

من دارم خواهرزاده‌ام را بزرگ می‌کنم. خواهرم او را نمی‌خواست.

وقتی می‌گویم مادر، بشنو خاله... انواع زیادی از ترکیبات ممکن هست. بیایید توافق کنیم که در این جا مادر کلمهٔ اختصاری حامی اصلی است. خیلی خوب؟

من که نداشتم. من فقط کتک می‌خوردم. هیچ وقت احساس امنیت نکردم.

درست است. این اتفاق هم می‌افتد اما وجود پیوند ناخودآگاه را نفی می‌کند. بیایید این‌طور نگاه کنیم که شما از همان روز اول فهمیدید که بی‌رحمی چطور می‌تواند باشد. آن عده از ما هم که مادر مثبت داشته‌ایم، یک روز ناگافل از پناهگاه امن بیرون کشیده شده‌ایم. دنیا لیلی به لالامان نمی‌گذارد و دست به سینه در خدمت ما نیست. زمانی فرا می‌رسد که باید با به اصطلاح غول‌ها و اژدهاها دست‌وپنجه نرم کنیم؛ زنانی که مثل مادر منفی رفتار

می‌کنند، مردانی که به احساسات ما اهمیت نمی‌دهند و نظایر آن‌ها. این همان سفر قهرمانی است.

وقتی من به مؤسسه یونگ در زوریخ رفتم، منشی مدیریت آن‌جا زن فضول حدوداً شصت ساله‌ای با قد کوتاه و بدن پهن بود. همه او را فرا بابا یا گا^۱ صدا می‌زدند؛ همان جادوگر زن قصه‌های پریان روس‌ها که قهرمانان را به‌عنوان صبحانه‌اش می‌خورد! می‌گویند اگر بتوانید جلوی او بایستید، یعنی در دوره آموزشی قبول شده‌اید. شما هر کاری می‌کردید او مسخره‌تان می‌کرد و وظایف شاقی به شما محول می‌کرد که هیچ معنایی نداشت. تازه او پایبند هیچ قاعده و مقرراتی هم نبود. وقتی که سرانجام همه کارها را انجام دادید و همه چیز را مرتب کردید، او مقررات عجیب و غریب دیگری را مطرح می‌کرد که از آن تبعیت نکرده بودید.

البته او بی‌نهایت منصف بود و با همه کارورزان یکسان رفتار می‌کرد. صرف‌نظر از این‌که آن‌ها چندساله بودند، سطح تحصیلات‌شان چقدر بود یا جایگاه اجتماعی‌شان چه بود، او با همه مثل بچه‌های بد و بی‌تربیت رفتار می‌کرد.

شما از او می‌ترسیدید؟ ...

در واقع وحشت داشتم! برای مواجهه با او باید تمام قوایم را جمع می‌کردم و در نهایت احترام رفتار می‌کردم. من می‌دانستم که اول با بدزبانی او روبه‌رو می‌شوم. این حتمی بود؛ اما اگر خیلی خوش شانس بودم می‌توانستم نوازشی دریافت کنم و بروم.

زنان بهتر از مردان با این طرز رفتار کنار می‌آمدند. نمی‌دانم؛ شاید سروکار داشتن با مادر منفی به‌طور طبیعی برای آن‌ها راحت‌تر بود. اگر قبلاً چنین مادری داشته‌اند پس عادت کرده‌اند؛ اگر هم نداشتند به سرعت خودشان را وفق می‌دادند. یا شاید آن‌ها می‌دانستند خودشان قادر به چه کارهایی هستند.

دوستم آرنولد می‌دانست چکار کند. وقتی برای ثبت‌نام می‌رفت، فرا بابا یاگا به او گفت که اسمش توی لیست نیست و باید به کانادا برگردد و از نو درخواست کند. آرنولد دید درخواستش زیر اسم مسیحی‌اش ثبت شده است.

با اوقات تلخی گفت: «این منم و به درک که ازش خوش‌تان نمی‌آید.»
زن به او اجازه ورود داد.

این داستان واقعی است؟!

باور کنید!... خوب، تقریباً... من از طریق این زن چیزهای زیادی درباره خودم یاد گرفتم و در پایان حتی به جایی رسیدم که ازش خوشم آمد. روان‌کاوم کمکم کرد و چشم‌انداز درست را نشانم داد. او عضو مدیریت مؤسسه بود. من نمی‌فهمیدم آن‌ها چرا آن زن را نگه داشته‌اند. بنابراین روزی از او سؤال کردم چرا این کار را می‌کنند.

من با عصبانیت گفتم: «این زن دیوانه است. واقعاً خل و چل است!»
روان‌کاوم شانهاش را بالا انداخت و گفت: «خودش نه؛ مرد درونی‌اش، آنیموس‌اش. شما باید یاد بگیرید فرق این‌ها را بفهمید. خود اون قلب مهربانی دارد. مرد درونش ندارد. آنیموس او را اژدهایی در نظر بگیرید که از گنج گرانبهایی محافظت می‌کند. زبان تند مثل نفس اژدهاست. وظیفه قهرمان این است که با زیرکی و قوه طنز از پس اژدها بریاید. او واقعاً مفید است و مردها را از پسرها جدا می‌کند.»

وزنها چی؟

سفر قهرمانی در مورد زنها هم صادق است و احتمالاً از طریق آنیموس زن صورت می‌گیرد. این یکی از درون مایه‌های کهن‌الگویی‌ای است که در تعداد زیادی از افسانه‌ها و قصه‌های پریان پدیدار می‌شود. البته در زندگی واقعی،

وظایف زن تا حدی متفاوت است. اما یونگ معتقد بود تا زمانی که از مادر، یعنی گذشته امن مان جدا نشویم، نمی‌توانیم در این سفر خیلی جلو برویم. خوب، کمابیش این طور است. یونگ می‌گوید مرد به اروس^۱ بی‌وفا احتیاج دارد. بله، می‌دانم این عجیب به نظر می‌رسد.

اروس؟

اروس اشاره دارد به احساسات ما و این‌که چطور با دیگران ارتباط برقرار می‌کنیم. یونگ آن را با اصل زنانه، به عنوان قطب مخالف و مکمل لوگوس^۲ مردانه مرتبط می‌دانست. لوگوس به قوه تشخیص، ساختاردهی و این نوع چیزها ارتباط دارد. در این جا اروس به معنی ارتباط اولیه و اصلی مرد با مادرش است. یونگ می‌گوید:

[دنیا] از مرد انتظار مردانگی، شور و حرارت و بالاتر از همه شهامت و اراده در زمانی که باید کل وجودش را درگیر کاری کند دارد. به این دلیل او باید اروس بی‌وفا داشته باشد. یعنی باید بتواند مادرش را فراموش کند و درد ترک عشق اول زندگی اش را تاب بیاورد.

و بعد به کنترل ناخودآگاه مادر روی مرد اشاره می‌کند و می‌گوید:

مادر که این خطر را پیش‌بینی می‌کند با دقت تمام، فضایل وفاداری، تعهد، سرسپردگی و غیره را در مرد القا کرده تا از او در برابر شکاف اخلاقی که ریسک هر اتفاق زندگی است حمایت کند. مرد هم این درس‌ها را خیلی خوب یاد می‌گیرد و به مادرش وفادار می‌ماند.

نتیجه احتمالی هم این است و درست به مسئله هموسکچوالیته برمی‌گردد:

طبعاً این موضوع باعث اضطراب شدید مادر می‌شود (وقتی معلوم می‌شود که مرد به افتخار او هموسکچوالیته شده است) و هم‌زمان رضایت خاطر

1. Eros

2. Logos

ناخودآگاهی به مادر می‌بخشد که بدون شک اسطوره‌ای است. چرا که در رابطه‌ای که اکنون بین آن‌ها ایجاد شده کهن‌الگوی ازلی ازدواج مادر و پسر که مقدس‌ترین کهن‌الگوست حاکم است. به هر حال، واقعیت معمول با دفاتر ثبت‌اش، پاکت‌های پرداخت حقوقش، و اجاره‌ماهانه‌اش چه چیزی می‌تواند عرضه کند که ارزشمندتر از شکوه پررمزوراز ازدواج مقدس^۱ باشد؟

این را هم باید بگوییم پدری که از سایه هم‌جنس‌خواهانه‌اش و کشش‌اش به سمت مردان دیگر می‌ترسد نیز می‌تواند در حرکت ناخودآگاه پسرش به آن سمت مؤثر باشد.

زندگی زیست نشده.

بله، من مردی را می‌شناسم که عشق ورزش است و همان چیزی است که به آن می‌گویند مرد مرد. اتفاقاً برادرش هموسکچوالیته است. دوستم هر کار سنتی مردانه‌ای با پسرش کرده؛ اردو زدن بیرون شهر، رفتن به شکار، ورزش هاکی و غیره. پسر این مرد چهارده ساله است و فقط دوست دارد کتاب بخواند و موتزارت گوش کند و هیچ علاقه‌ای به دخترها ندارد. اما عاشق عمویش است!

همان‌طور که می‌بینید، از هر چیزی که حرف می‌زنیم به زندگی زیست نشده ربط دارد؛ دست‌کم به لحاظ روانی.

می‌گویند یونگ هر چیزی غیر از حماقت را زندگی کرده و حالا پسرش دارد آن کار را می‌کند!

بله، من هم این داستان را شنیده‌ام؛ ولی فکر کنم آپوکریفال^۲ باشد.

1. hieros gamos اصطلاح لاتین برای ازدواج مقدس

2. apocryphal

آپو...؟

یعنی اصلاً حقیقت ندارد.

در ادامه پاراگراف و با اشاره دوباره به تأثیر مادر، یونگ احتمالات دیگری غیر از هموسکچوالیته را بیان می‌کند و به راه‌های دیگری اشاره می‌کند که انتخاب زوج از طرف مرد می‌تواند به‌طور ناخودآگاه تغییر کند:

مثلاً او ممکن است با دختری ازدواج کند که به وضوح از مادرش پایین‌تر است و در نتیجه نتواند با او رقابت کند. یا ممکن است عاشق زن مستبد و برتری‌طلبی بشود که بتواند او را از مادرش جدا کند. انتخاب همسر، اگر غرایز آلوده نشده باشند، ممکن است از این تأثیرات مصون بماند؛ اما دیر یا زود آن‌ها خودشان را به‌صورت موانع نشان می‌دهند.

از بد به بدتر!

غرایز آلوده شده یعنی چی؟

علت همه این‌ها هم این است که مادر زندگی زناشویی بد خودش را ترک نکرده؟

اگر انگیزه‌هایش برابر ماندن در رابطه زناشویی‌اش ناخودآگاه باشد. این‌که او برود یا بماند یک مسئله عملی است. به لحاظ روان‌شناسی نکته مهم این است که چرا او این کار یا آن کار را می‌کند و چقدر از کاری که می‌کند آگاه است. آلوده شدن در این جا یعنی معیوب شدن. اگر غرایز اساساً معیوب نباشند، پسر ابتدا دست به انتخاب آزاد می‌زند یا به‌نظر می‌رسد که آزادانه انتخاب می‌کند و فقط بعداً اثرات وابستگی به مادر خود را نشان می‌دهد.

چقدر بعد؟

خوب، دقیقاً نمی‌شود گفت. به‌طور کلی من درباره میان‌سالی حرف می‌زنم؛ یعنی مثلاً از سی و پنج تا شصت سالگی... این دوره نوعاً دوره‌ای است که ما

بیدار می شویم - اگر اصلاً بیدار شویم - و می فهمیم که کی هستیم و در قیاس با آن چه که می خواستیم باشیم چه شده ایم.

ما در اوایل زندگی معمولاً فقط پیش می رویم و به طور کلی علاقه نداریم. وقایعی را که در طول راه برای مان رخ می دهد از نظر روان شناسانه درک کنیم. در نیمه دوم زندگی، وقتی کارمان را کرده ایم یا شاید فهمیده ایم که نتوانسته ایم آن را انجام دهیم، بیشتر امکانش هست به گذشته مان بنگریم و آن چه اتفاق افتاده را زیر سؤال ببریم. ما همیشه آن چه را که می بینیم دوست نداریم. موانع موجود بر سر راه تغییر یک مرد، به گفته یونگ، ریشه در پیوند شاعرانه بین مادر و پسر دارد؛ یعنی فضای امن و حمایت شده ای که مرد در آن رشد کرده... یا خوب، خیلی از ما رشد کرده ایم.

کم کم دارد شبیه گفته فروید می شود. همه چیز به رابطه جنسی و دوره کودکی تقلیل داده می شود و ما فقط قربانی گذشته مان هستیم.

من قضیه را این طور نمی بینم؛ و یونگ هم نمی دید. وقتی دقیق تر نگاه کنید تفاوت بین این دو کاملاً روشن است. یونگ شهوت را خیلی وسیع تفسیر می کرد و آن را کلاً انرژی روانی می دید، نه فقط جنسی. و در حالی که فروید در درک علت و منشا یک مشکل روانی به دنبال یافتن راه درمان بود، دیدگاه یونگ این بود که مشکلاتی که ما در حال حاضر با آن مواجهیم برای آینده هم معنایی دارند. یعنی وقتی زمانش برسد، روان مان ما را به پیش می برد.

یونگ یک کتاب درباره این موضوع نوشت به نام **نمادهای تحول**. من فقط عبارت کوتاهی از آن را برای تان می خوانم تا ایده ای از موضع او به دست آورید. این جا او به طور خاص از مرد جوانی در آستانه ورود به زندگی حرف می زند که تقلاً می کند خانه را ترک کند؛ اما همین مسائل روان شناسانه می تواند در هر سنی بروز پیدا کند:

گریزه حیاتی پیش رونده که حاکم بر ذهن آگاه پسر است خواهان جدایی از مادر است؛ اما تمنای بچه گانه او برای داشتن مادر مانع از این امر می شود و

مقاومت روانی ای ایجاد می‌کند که خودش را در انواع و اقسام ترس‌های عصبی متجلی می‌سازد؛ یعنی در ترس کلی از زندگی. هر چه شخص بیشتر از سازگار کردن خود با واقعیت دوری کند، ترسی که به طور فزاینده راهش را سد کرده بیشتر می‌شود... دلایل این امر معمولاً به بیرون شخص فراقنی می‌شود و تقصیر به گردن شرایط بیرونی انداخته می‌شود یا والدین مسئول دانسته می‌شوند. و به راستی هم معلوم نیست مادر چقدر مقصر است که نمی‌گذارد پسرش از خانه برود. پسر طبعاً سعی می‌کند همه چیز را با نگرش نادرست مادر توضیح بدهد؛ اما بهتر است تمام این تلاش‌های بیهوده را کنار بگذارد و با ملامت کردن والدینش برای بی‌لیاقتی خودش عذر و بهانه نیاورد.

می‌بینید؟ یونگ نمی‌گوید ما نباید سعی کنیم گذشته را درک کنیم؛ فقط می‌گوید ما نمی‌توانیم پشت آن پنهان شویم. ما در مقطعی از زندگی باید مسئولیت آن‌چه را که اکنون در زندگی مان اتفاق می‌افتد بپذیریم و سپس مسئولیت آن‌چه را که بعداً می‌آید نیز قبول کنیم.

من از این بحث مربوط به مادر و پسر خوشم می‌آید. واقعاً خوشم می‌آید. اما من با دو دخترم مشکل دارم. آیا یونگ چیزی دربارهٔ رابطهٔ بین مادر و دختر گفته؟

بله، مسلماً گفته و به میزان بسیار بیشتری هم دربارهٔ پدران و دختران یا پدران و پسران حرف زده. البته بعضی از ایده‌های او منسوخ هستند و از آن‌جا که او زن نیست، ایده‌هایش از بیرون می‌آیند و همان‌طور که خود یونگ می‌گوید نباید درست پذیرفته شوند.^۱

با کمی نمک.

۱. سخنران در این جا از اصطلاح لاتین cum granosalis استفاده می‌کند که به معنی تحت‌اللفظی

«با کمی نمک» است.

مهم نیست می‌خواهم بشنوم.

منم همین‌طور.

همسر من مطمئناً از این بحث خوشش می‌آید. ما یک دختر ده ساله داریم.

همه موافق‌اید؟ خیلی خوب، باشد.

بیشتر نظرات یونگ دربارهٔ مادران و دختران در سخنرانی‌ای یافت می‌شود که در سال ۱۹۳۸ تحت عنوان «جوانب روان‌شناسانهٔ عقدهٔ مادر» ایراد کرد. ابتدا چند یافتهٔ کلی دربارهٔ کهن‌الگوی مادر مطرح می‌شود و بعد او به خصوصیات متفاوتی می‌پردازد که برخی مثبت و برخی منفی هستند و در طول اعصار به مادر نسبت داده شده‌اند؛ یعنی همان تصاویر و نمادهایی که در ادبیات، اسطوره‌ها، فرهنگ عامیانه و نظایر آن می‌بینیم. این تصاویر در خون ما هستند و ما همیشه ممکن است آن‌ها را به یک زن واقعی فرافکنی کنیم. مناسب‌ترین فرد برای این فرافکنی‌ها معمولاً مادر خود شخص است. عنصر کهن‌الگویی به او اقتدار و الوهیت خاصی می‌بخشد و او را از کیفیتی بزرگ برخوردار می‌کند و این همان چیزی است که ارکان عقدهٔ مادر فرد را تشکیل می‌دهد.

به گفتهٔ یونگ، اثرات احتمالی عقدهٔ مادر بر دختر شامل طیف وسیعی است که از اغراق‌گرایی زنانه تا سرکوب آن‌ها را شامل می‌شود. در مورد اول، افزایش غریزهٔ مادری را داریم؛ به طوری که هدف اصلی زن و اغلب تنها هدف او بچه آوردن است. تنها چیزی که او می‌خواهد بچه‌دار شدن است. روابط چنین زنی شبیه چیست؟

روابط مادر یا دختر؟

این یا آن، هر دو. زنان دختران هستند و دختران بزرگ می‌شوند تا مادر شوند و دختر داشته باشند.

چنین زنی بیش از حد حمایت‌گر می‌شود.

احتمالاً او برای مردان زندگی‌اش مادری می‌کند.

بله؛ یونگ از این هم جلوتر می‌رود و می‌گوید:

از نظر او شوهرش ... در درجهٔ دوم اهمیت قرار دارد. شوهر قبل از هر چیز وسیلهٔ تولید مثل است و زن، او را صرفاً شی‌ای می‌بیند که در کنار بچه‌ها، بستگان بیچاره، و اثاثیهٔ خانه باید از او هم مراقبت کند.

و حق هم دارد!

به علاوه یونگ می‌گوید این نوع زنان معمولاً از شخصیت خودشان ناآگاه‌اند. او فداکار به نظر می‌رسد و با کسانی که از آنها مراقبت می‌کند همذات‌پنداری می‌کند. یعنی او در آنها و از طریق آنها زندگی می‌کند. به عبارت دیگر:

زن ابتدا بچه‌ها را به دنیا می‌آورد و از آن پس به آنها می‌چسبد؛ زیرا بدون آنها هیچ علت وجودی‌ای ندارد. او هم مثل دیمیترو، با اصرار لجوجانه‌اش برای این‌که حق مالکیت دخترش به او عطا شود، خدایان را وادار به این کار می‌کند. اروس او منحصرأ به صورت رابطهٔ مادرانه رشد می‌کند و او به‌عنوان شخصی ناآگاه باقی می‌ماند.

به نظر من شبیه قدرت است.

به نظر یونگ هم همین طور! او ادامه می‌دهد:

اروس ناآگاه همیشه خودش را به صورت طلب قدرت متجلی می‌کند. این نوع زنان هر چند مدام «برای دیگران زندگی می‌کنند»، اما در واقع قادر نیستند هیچ فداکاری واقعی‌ای بکنند. آنها با انگیزهٔ طلب بی‌رحمانهٔ قدرت پیش می‌روند و اصرار متعصبانه‌ای روی حقوق مادی خودشان دارند. آنها اغلب اوقات موفق می‌شوند نه تنها شخصیت خودشان، بلکه زندگی شخصی فرزندان‌شان را هم نابود کنند.^۱

۱. یونگ در جایی می‌گوید: «آن‌جا که عشق حکمفرماست، طلب قدرت در کار نیست و آن‌جا که طلب قدرت حاکم است، عشق غایب است.»

مادر من دقیقاً همین‌طور بود! او همیشه حاکم بود و حتی پدرم نمی‌توانست جلویش بایستند...

امکان دوم وقتی روی وجه مادرانه مادر بیش از حد تأکید شود این است که غرایز مادرانه دختر سرکوب شود یا به کلی از بین برود. نتیجه‌اش این است که اروس بیش از حد رشدیافته و شخصی شده‌ای پدیدار می‌شود. یونگ می‌گوید این امر به‌طور قطع به رابطه زناکارانه ناخودآگاه با پدر و در نتیجه به حسادت نسبت به مادر می‌انجامد...^۱

این نوع زنان اصلاً آرزو ندارند خودشان بچه‌دار شوند. نقطه تمرکز آن‌ها روی ماجراهای عاشقانه است؛ هرچه شدیدتر بهتر:

چنین زنی عاشق ماجراهای عاشقانه و احساساتی است. او بیشتر به مردان متأهل علاقه‌مند است. نه به خاطر خودشان، بلکه به خاطر این واقعیت که آن‌ها ازدواج کرده‌اند و در نتیجه به او فرصت می‌دهند تا زندگی زناشویی‌ای را از هم بپاشد و این علت اصلی تمام ترفندهای اوست. وقتی او به هدفش می‌رسد علاقه‌اش به علت عدم وجود هرگونه غریزه مادرانه‌ای از بین می‌رود و بعد نوبت یکی دیگر است. این نوع زنان به خاطر ناآگاهی قابل ملاحظه‌شان ذکر شدند.

من بارها از این عفریته‌ها ضربه خورده‌ام!

بار کج هرگز به منزل نمی‌رسد...

یونگ می‌گوید تقدیر چنین زنی این است که عنصر اخلاص‌گر در روابط دیگران باشد؛ اما نباید آن را کاملاً ویران‌گر دانست. یونگ این‌طور

۱. یونگ خاطر نشان می‌کند: «افراکنی آنیمای پدر هم می‌تواند نقش مهمی در این درام خانوادگی

را از نمایش نامهٔ فاوست^۱ گوته^۲ نقل می‌کند:

بخشی از آن قدرتی که

شر به پا می‌کند اما

باعث خیر می‌شود.

یعنی کشمکش که این زن باعث می‌شود می‌تواند عملاً برای همهٔ افراد درگیر مفید باشد؛ نه فقط برای خود او. یادتان باشد یکی از ایده‌های اصلی یونگ این است که کشمکش باعث آگاهی می‌شود.^۳

خیلی اغراق‌آمیز به نظر می‌آید.

درست است. یونگ عادت داشت برای روشن کردن نکات گزافه‌گویی کند.

گزافه ...؟

اغراق کردن را دوست داشت.

متشکریم. یونگ در ادامه نوع سوم زنان و نتیجهٔ احتمالی گیر کردن زن در نقش مادری را شرح می‌دهد. دختر ممکن است با مادرش همذات‌پنداری کند و در نتیجه هم از غریزهٔ مادرانه و هم اروس خودش ناآگاه باقی بماند. همهٔ این‌ها به مادر فرافکنی می‌شود.

هر چیزی که او [دختر] را یاد مادری کردن، احساس مسئولیت، روابط شخصی و درخواست‌های عاشقانه بیندازد باعث احساس حقارت در او می‌شود و ادارش می‌کند تا پا به فرار بگذارد و به طرف مادرش بدود که طبعاً بیانگر کمال هر چیزی است که برای دخترش دست‌نیافتنی به نظر می‌رسد. مادر به‌عنوان

1. Faust

2. Goethe

۳. «ایجاد کشمکش یک فضیلت شیطانی به مفهوم واقعی کلمه است. کشمکش آتش به پا می‌کند؛ آتش احساسات و عواطف و مثل هر آتش دیگری دو وجه دارد؛ وجه احتراق و وجه تولید نور.»

نوعی آبرزن (که دختر تحسین‌اش می‌کند) پیشاپیش تمام چیزهایی را که دختر می‌توانست برای خودش زندگی کند، برای او زندگی کرده است. دختر از این‌که با فداکاری و سرسپردگی به مادرش بچسبد خوشحال است؛ در عین حال هم‌زمان و ناخودآگاه علیه خواست و اراده او تلاش می‌کند و می‌خواهد بر او تسلط پیدا کند و طبعاً در زیر نقاب وفاداری و سرسپردگی محض! در این‌جا دختر زندگی سایه‌واری دارد و شیرهای اغلب اوقات به طرز محسوسی توسط مادرش کشیده می‌شود و دختر با نوعی انتقال خون دایمی زندگی مادرش را طولانی‌تر می‌کند.

همان‌طور که می‌بینید در این‌جا پیوند محکمی بین مادر و دختر وجود دارد و در عین حال دختر ناخودآگاه به شدت در آرزوی آزادی است. این امکان هم هست که او احساس کند مادرش او را عقب نگه داشته است. تنش بین آن‌ها را می‌توانید تصور کنید.

بچه بیچاره‌ام ...

من از ملاقات او در یک شب پرستاره متنفرم!

در عین ناباوری این زنان طعمه خوبی برای فرافکنی‌های آنیمای مردان هستند. ظاهراً آن‌ها هر چیزی که بخواهید هستند و ما تشنه وجود آن‌ها هستیم! خوب، من که هستم و بیش از یک‌بار به طرف‌شان کشیده شده‌ام. یونگ این قضیه را به این صورت بیان می‌کند:

آن‌ها به‌رغم سایه‌واری و انفعال‌شان قیمت بالایی در بازار ازدواج دارند. زیرا آن‌ها به قدری خالی‌اند که هر مردی به راحتی می‌تواند آن‌ها را با هر چه که آرزویش را دارد پر کند. به علاوه آن‌ها به قدری ناآگاه‌اند که ضمیر ناخودآگاه‌شان شاخک‌های نامریبی بی‌شمار و پاهای اختاپوس‌واری را بیرون می‌آورد و تمام فرافکنی‌های مردان را می‌مکد.

این موضوع باعث لذت بسیار زیاد مردان می‌شود. ابهام و تردید زنانه در واقع مکمل قطعیت و تمرکز ذهنی مردانه است که فقط در صورتی به دست می‌آید که مرد بتواند از شر هر چیز مشکوک، مبهم، ناواضح و آشفته‌ای با فرافکنی آن به سادگی زنانه خلاص شود. در این جایونگ زیرنویسی اضافه کرده که می‌گوید:

این نوع زنان تأثیر بسیار خلع سلاح‌کننده‌ای روی شوهرانشان دارند؛ اما فقط تا زمانی که مرد کشف می‌کند کسی که با او ازدواج کرده مادرزنش است.

من خوب می‌فهم منظورش چیست!

البته قضیه این قدرها هم بد نیست. این زنان اغلب اوقات همسران وفادار و فداکاری می‌شوند. علتش هم این است که حتی اگر آن‌ها بتوانند مادرشان را کنار بگذارند، به احتمال قوی قابلیت‌ها و موهبت‌های ناخودآگاه او را به همسرشان فرافکنی می‌کنند. بعد یونگ می‌گوید:

ما نمایش جالبی از مرد کاملاً بی‌اهمیتی داریم که ظاهراً هیچ چاره‌ای ندارد جز سوار شدن بر قالیچهٔ جادویی‌ای که او را به بلندترین قلهٔ موفقیت می‌رساند *Cherchet la femme*^۱ تا راز موفقیت‌اش را پیدا کنید. این زنان مرا به یاد ماده سگ‌های بزرگ و تنومندی می‌اندازند که جلوی کوچک‌ترین سگ‌ها مثل موش می‌شوند؛ فقط به این علت که آن یک سگ مذکر وحشتناک است و هرگز به مغزشان خطور نمی‌کند که می‌توانند آن سگ مذکر را گاز بگیرند.

به نظرم می‌آید یونگ ضد ازدواج بوده. یعنی او فقط جنبه‌های منفی را می‌دیده؟

اصلاً او هیچ حرف خوبی دربارهٔ زنان زده؟ منظورم تعریف واقعی است؟

بله، اما صبر کنید. هنوز بدترین قسمتش را نشنیده‌اید!

۱. به زبان فرانسه یعنی زن را عوض کنید.

از نظر یونگ، این سه نوع زنی که الآن درباره‌شان حرف زدیم در عرصه‌های بسیاری به هم مرتبط می‌شوند. مهم‌ترین آن‌ها موقعی است که مقاومت شدیدی در برابر مادر و هر چیزی که او می‌گوید صورت می‌گیرد. این اژدها بانوی واقعی شماس است و بدترین کابوس مرد است؛ خوب، بدترین کابوس من است! یونگ او را عالی‌ترین نمونهٔ عقدهٔ مادر منفی می‌نامد.

شعار این نوع زنان این است: یا هر چیزی موافقم، مادام که شبیه مادرم نباشد! ... این نوع دختران می‌دانند که چه چیزی را نمی‌خواهند؛ اما معمولاً در برابر چیزی که به عنوان تقدیر انتخاب می‌کنند کاملاً گپیچ‌اند ... آن‌ها حتماً اگر ازدواج کنند، یا از ازدواج‌شان فقط برای فرار از مادرشان استفاده می‌کنند یا این‌که دست شیطانی سرنوشت آن‌ها را درست به دام شوهری می‌اندازد که تمام خصوصیات اصلی شخصیت مادرشان را دارد. تمام فرآیندهای غریزی با مشکلات غیرمنتظره مواجه می‌شوند؛ یا رابطهٔ جنسی درست کار نمی‌کند، یا بچه‌ها ناخواسته‌اند، یا وظایف مادری غیرقابل تحمل به نظر می‌رسند، یا این‌که با بی‌صبری و ناراحتی با تقاضاهای زندگی زناشویی برخورد می‌شود ... مقاومت در برابر مادر به مثابه رحم اغلب اوقات به صورت اختلالات عادت ماهانه، احساس تهوع و استفراغ، بیش از حد در دورهٔ حاملگی، سقط جنین و نظایر آن بروز می‌کند. مادر به مثابهٔ «ماده» می‌تواند علتی باشد که در پس بی‌صبری این زنان در رابطه با اشیاء و ناشی‌گری‌شان در کار با ابزارآلات و ظروف شکستگی و بدسلیقگی‌شان در لباس پوشیدن نهفته است.

خدا! ما دارم دیوونه می‌شم.

من زنانی را می‌شناسم که به خاطر این حرف [یونگ] حتماً آدمک او را در می‌زنند ...

ببینید، من برای دفاع از نظرات یونگ نیامده‌ام. من فقط پیام آور هستم. شما

خودتان می‌توانید ارزش این گفته‌ها را تعیین کنید. بعضی از چیزهایی که او دربارهٔ زنان می‌گوید برای من هم عجیب است. به همین علت است که من به روابط شخصی او علاقه‌مندم. فکر کنم بعضی از آن‌ها خیلی مایوس‌کننده بوده‌اند!

در عین حال، می‌توانم ارتباط توصیفات او را با بسیاری از زنانی که خودم می‌شناسم ببینم و چیزی که یونگ دربارهٔ آن‌ها می‌گوید در زندگی عاطفی خودم به من کمک کرده است. به این خاطر از او تشکر می‌کنم.

میان پرده

ریچل گفت «گیج شدم». با آن روسری بسته جقه‌ای که از فروشگاه هارودز
برایش خریده بودم خودش را روی کاناپه جمع کرده بود. روسری‌اش پیر از
طرح چشم و پَر بود.

طوری که انگار نمی‌فهمم چه می‌گوید گفتم «بله»؟
«خوب، این اون چیزی نیست که انتظارش رو داشتم.»
وانمود کردم نمی‌فهمم.

«تو با رسالهٔ یونگ دربارهٔ ازدواج شروع کردی اما فقط چند پاراگراف اونو
خوندی و مشکل بشه چیزی دربارهٔ ازدواج از اونا فهمید.»
گفتم «سمنار یا این کتاب دربارهٔ ازدواج نیس. دربارهٔ روان‌شناسی موجود
در روابط نزدیکه.»

ریچل دست به سینه شد، که علامت خوبی نیست. بعد گفت «مشکل بشه
دید که همهٔ اینا هیچ ربطی به رابطه‌ای داشته باشه.»

به پاسخم فکر کردم. من تنها زندگی می‌کنم اما منزوی نیستم. من ایده‌هایم
را از دیگران می‌گیرم و ریچل الهام‌بخش بعضی از ایده‌هایم است، اما بعدش
به من مربوط است. من غرق افکارم می‌شوم؛ ریچل هم می‌داند چه احساسی
دارد. ما با هم کار می‌کنیم، اما این یک چیز سیال است.

گفتم، «نکتهٔ همهٔ اینا اینکه انسان فقط با درک خودش می‌تونه با دیگران
رابطهٔ روانشناسانه داشته باشه. این اصل قضیه‌اس. این همون «خودت»
عنوان اصلی کتاب و «پشت و روی رابطهٔ عنوان فرعی‌شه. به‌علاوه معنای

اصلی گفته آغازین یونگ هم هست، یعنی هرگاه ما از رابطه روانشناسانه سخن می‌گوییم منظورمان رابطه آگاهانه است». بدون درک این که آگاه بودن یعنی چی نمی‌تونی معنی آن گفته رو بفهمی. برای این هم اول باید عقده‌ها و فرافکنی‌ها و غیره رو بشناسی.

ریچل اخم کرد و گفت «آره، همه اینارو می‌بینم. اما حالا چرا این رساله رو انتخاب کردی؟»

«چون تنها جاییه که یونگ از استعاره ظرف و مظروف استفاده می‌کند. این چیزیه که ما می‌خواهیم بهش برسیم. و همون طور که در اول بحث گفتم، این تقریباً به تک‌تک اصول اساسی نظریه یونگ منتهی می‌شه.»

«این کارو توی لغت‌نامه و تیپ‌ها کردی.»

«خوب... بعضی مسائل بحران میان‌سالی هست که می‌خواستم به اونا بپردازم.»

این کارو توی مقالات بقا کردی.»

«نه به اون صورت.»

«تا اونجا که من می‌بینم تو داری خودتو تکرار می‌کنی.»

عقب نشستم. حرفش حقیقت داشت. من هیچ حرف تازه‌ای برای گفتن نداشتم.

بعد گفتم «آره. اما از بین اونهایی که ممکنه از روان‌شناسی یونگی سود ببرن چندتا شون فرهنگ لغات مربوط به موضوع را برمی‌دارن و نگاه می‌کنند؟ خیلی‌ها به این علت می‌رنجن که چشم‌انداز روانشناسانه ندارن. ممکنه اونا کتابی درباره بحران میان‌سالی بخونن اما اگه ندونن که چی خونده‌ان چی؟»

«پس این چه فرقی داره؟»

«این قلابه... و در صورتی که متوجه نشده باشی، ما فقط درباره رابطه حرف نمی‌زنیم، ما رابطه داریم.»

ریچل شکاک به نظر می‌رسید.

«دنیا بی صبرانه منتظر کتاب بعدی تو نیس.»

ناراحت شدم. اما وانمود کردم که نشده‌ام.

ریچل گفت «فکر کن ببین [کتابت] چه معنایی برای محیط زیست داره.

چند تا درخت رو داری قطع می‌کنی؟»

به شدت اعتراض کردم و گفتم:

«درختا؟ درختا؟ من عاشق درختا هستم! فقط بعد از فیل‌ها ... فکر می‌کنی

اگه مردم آگاه نشن چند تا درخت باقی می‌مونه؟ من برون‌گرا نیستم. من

نمی‌رم توی خیابان برای حفظ جنگل‌های بارانی راه‌پیمایی کنم. کاری که من

می‌تونم به شیوه خودم بکنم اینه که با منشاء - با فرد - حرف بزنم. یونگ گفته

مهم‌ترین چیز اینکه که آموزگاران رو آموزش بدیم. و این جایه که من

ایستاده‌ام.»

ریچل بغلم کرد و در حالی که دکمه‌های بلوزش را باز می‌کرد، گفت:

«ازت خوشم میاد. وقتی می‌دونی داری چیکار می‌کنی ازت خوشم می‌آد.»

سمینار چهار

دو پاراگراف بعدی رساله یونگ یعنی پاراگراف‌های ۳۲۹ و ۳۳۰ چیز چندانی به بحث ما یعنی هویت ناآگاه و تأثیر عقده‌های والدین اضافه نمی‌کنند. اما چند مطلب هست که ارزش بحث را دارد. بله؟

شما چیزهای خوبی را که یونگ درباره زنان گفته به ما نگفتید.

خوب، یونگ همین طوری زنان را ستایش نمی‌کند، بلکه نظراتش ربط زیادی به احیای اصل زنانه در آگاهی امروزی دارد و می‌شود گفت که آن را از خفا بیرون می‌کشد. شاید مهم‌ترین ادای سهم یونگ در این حوزه، تأکید بر زنانگی به عنوان تعادل لازم در دنیایی باشد که بیشتر بر مبنای ارزش‌های سنتی مردانه عمل می‌کند. و به این مفهوم او ضد پدرسالاری است.

اگر بروید فهرست مجموعه آثار یونگ را نگاه کنید و دنبال عناوین «زنانگی» و «آنیما» بگردید دریایی از مطالب مرجع پیدا می‌کنید.

شما گفتید بعضی از عقاید او درباره زنان کهنه و منسوخ است.

بله، اما فقط به این علت که واقعیت‌های اجتماعی عوض شده‌اند. روان اساساً محافظه‌کار است و صرف‌نظر از این‌که به چه چیزی اعتقاد دارید همچنان همان راه قدیمی را دنبال می‌کند.

وقتی چیزی را که یونگ عملاً نوشته بخوانید، خودتان می‌فهمید که نظراتش هنوز مناسبت دارند یا نه. من شخصاً فکر می‌کنم که نظرات او صرفاً فهمیده نشده است. تازه من می‌گویم که آن‌ها پنجاه سال از زمان خودشان جلوترند. مثلاً اگر مفهوم یونگ از آنیما را در نظر بگیریم، چنانچه ارتباط دیرینه بین اروس و زنانگی را ندانید فهمش مشکل می‌شود. و بدون درک این‌که این‌ها چطور با هم عجین شده‌اند، واقعاً نمی‌توانید بفهمید که چطور در مورد تک‌تک زنان صدق می‌کنند، یا در واقع اهمیت بنیادی آن‌ها از زاویه رابطه روانشناسانه را درک نمی‌کنید.

من دلم می‌خواهد بدانم یونگ چه گفته.

منم.

خوب، برای این‌که منصف باشیم باید هم از زنانگی و هم از مردانگی حرف بزنیم. با بلندپروازی‌های مثبت بسیار، و الی آخر. در الگوی یونگ، این‌ها اصول کاری هستند که بر پایه واقعیات کهن‌الگویی استوارند. آن‌ها معرف دو نوع انرژی هستند. آن‌ها هم مثل هر جفت اعداد، با هم متخاصم نیستند بلکه مکمل هم هستند. اعداد فقط موقعی متخاصم هستند که یکی دست بالا را دارد و سعی می‌کند دیگری را زیر سلطه بگیرد. در این موقع، دیگری خواهان جلب‌توجه می‌شود.

این اصل قدیمی اینانیو درومیاست^۱ که یونگ آن را به‌عنوان ظهور یا فعال شدن ضد ناخودآگاه به مرور زمان می‌دانست. مثل گفتگوی پولس رسول در جاده دمشق.

اونم ضد ازدواج بوده!

علاقه و توجه امروزی به الهه‌های مادر کهن پس از قرن‌ها جهل و نادانی نسبت به آن‌ها هم یک نمونه دیگر است.

آیا مردانه و زنانه به جنسیت ربط دارند؟

به عنوان اصول انتزاعی نه، اما به لحاظ فرهنگی، به خصوص در غرب، معمولاً این طورند.

یونگ این مقولات مردانه و زنانه را اختراع نکرد، اما او قبول کرد که خصوصیتی که همیشه و همه جا با آن‌ها مرتبط هستند پایه کهن‌الگویی دارند. به این علت است که کهن‌الگوها کهن‌الگو هستند - آن‌ها بازتاب تجربه انباشت شده نژاد بشرند. تنها کاری که یونگ کرد این بود که اجماع جمعی را با تجربه خودش از زنان و مردان مقایسه می‌کند و بعد آن چه را که جور در می‌آید در الگوی روان‌شناسی خودش می‌گذارد.

اجماع...؟

یعنی چیزی که همه مردم همه جا همیشه قبولش داشته‌اند.

در نوشته‌های اولیه یونگ می‌بینیم که او به طور شهودی آگاهی مذکر را با مفهوم سنتی لوگوس و آگاهی مؤنث را با اروس یکی می‌گرفت. او نوشته است:

منظور من از لوگوس، قوه تشخیص و قضاوت و بصیرت است، و منظورم از اروس، قابلیت برقراری ارتباط است. من هر دو مفهوم را ایده‌های شهودی‌ای می‌دیدم که نمی‌توان دقیقاً یا عمیقاً تعریف‌شان کرد. از دیدگاه علمی، این تأسفانگیز است اما از دیدگاه علمی، ارزش خودش را دارد، چرا که این مفهوم نشانگر میدان تجربه‌ای هستند که تعریف آن‌ها به همان اندازه دشوار است.

البته، از زاویه روان‌شناسی فردی، یونگ تصدیق می‌کرد که در هر مرد یا زنی حتماً یا اروس حاکم است یا لوگوس. مثلاً می‌توان مردانی را دید که مطلقاً قوه تشخیص ندارند و قدرت قضاوت‌شان هم خوب نیست اما خیلی خوب ارتباط برقرار می‌کنند و وقتی با آن‌ها هستید احساس خوبی دارید. من

مردانی را می‌شناسم که در مهدکودک‌ها خیلی خوب کار می‌کنند و مردانی را هم می‌شناسم که درمانگر هستند. بعد زنانی را می‌بینید که شاید روابطشان خوب نباشد اما در حوزه لوگوس نمره بالایی بیاورند. آن‌ها می‌توانند بسیار کارآمد و لایق باشند.

یونگ می‌گفت علت این به اصطلاح وارونگی تیپ، تأثیر کهن‌الگوی جنس مخالف است، آنیما و آنیموس. مثل هر عقده دیگری، آن‌ها همیشه کمابیش ناخودآگاه هستند.

آیا یونگ واقعاً معتقد بود که طبیعی‌ترین راه کارکرد مرد از طریق لوگوس اوست؟

بله، این حقیقت کهن‌الگویی است. نیازی نیست مرد در این زمینه خوب باشد، این صرفاً تمایل طبیعی بیولوژیکی اوست.

و اگر به این طریق عمل نکنند؟

خوب، به لحاظ نظری علت‌اش این خواهد بود که عقاید او و الگوهای رفتاری‌اش بیش از حد تحت تأثیر وجه زنانه‌اش یا آنیمای او قرار گرفته‌اند.

این یعنی تسخیر شدن توسط آنیما؟

در حالت افراطی، بله. این‌جا آنیما حاکم خانه است. مرد هم به‌طور ناخودآگاه با عواطفش همذات‌پنداری می‌کند.

یعنی ترسو و ضعیف‌النفس است.

در واقع ممکن است خیلی هم مردانه باشد. به هر حال، او نوعاً تحریک‌پذیر و دمدمی و بیش از حد حساس است.

حالا، به گفته یونگ، در مورد زنان، طرز کارکرد آگاه‌شان که به لحاظ کهن‌الگویی ریشه در اصل اروس دارد، تحت تأثیر ناخودآگاه آنیموس

آن‌هاست. و اگر زنان تحت سلطهٔ آنیموس باشند، به این معنا که تماس‌شان با وجه زنانه‌شان را از دست داده باشند، می‌گوییم به تسخیر آنیموس در آمده‌اند. در این جا احساس می‌کنید که با یک مرد سنگدل طرف هستید.

یک زن سلطه‌جو.

خوب، مردان ممکن است او را این‌طور ببینند. شاید او فقط تسلط بیشتری نسبت به آن‌ها دارد.

آیا عقدهٔ مادر مرد هم نقش دارد؟

بله، قطعاً! در واکنش‌های مرد نسبت به زن همیشه عقدهٔ مادرش هم دخیل است، همان‌طور که واکنش‌های زن نسبت به مرد کمابیش توسط عقدهٔ پدرش تعیین می‌شود.

یونگ در نوشته‌اش دربارهٔ کیمیاگری، لوگوس و اروس را به‌عنوان معادل روانشناسانهٔ آگاهی شمسی و قمری تعریف کرده است، آیا ایده‌های کهن‌الگویی قابل‌قیاس با مفاهیم مشرق‌زمین دربارهٔ بین و یانگ. این‌ها انرژی‌های متضاد اما مکمل هم هستند به‌طوری که یانگ، یا اصل مذکر، به انجام دادن و عمل نافذ و قاطع مربوط است، و بین یا اصل مؤنث به بودن و هر چیزی که منفعل و پذیرا می‌دانیم مربوط است. این دیدگاه یونگ را تغییر نداد و او همچنان فکر می‌کرد که اروس برای آگاهی زنانه مشخص‌تر یعنی طبیعی‌تر است و لوگوس نیز برای آگاهی مردانه چنین است. از این رو او هنوز اروس موجود در مرد را به تأثیر آنیما منتسب می‌دانست، و لوگوس موجود در زن را به تأثیر آنیموس. او این دیدگاه را چنین بیان کرد:

در مردان، آنیمای قمری و در زنان آنیموس شمسی، حداکثر تأثیر را روی آگاهی افراد دارد. حتی وقتی مردی از تسخیر شدن توسط آنیمای خودش ناآگاه است، به‌طور واضح و قابل‌فهمی تسخیر شدن‌ش توسط آنیموس را درک می‌کند، و به‌عکس.

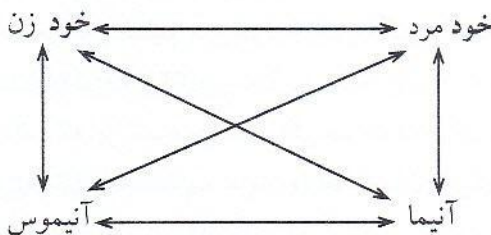
من قبلاً قسمت‌های جلوتر را خوانده‌ام. یونگ در پاراگراف ۳۳۸ می‌گوید زنان روح ندارند. واقعاً می‌گوییم!

خوب، منظور او از نظر مذهبی نبوده است. این به معنی تحقیر زنان نیست بلکه فقط نتیجه‌الگوی روانشناسانه‌اوست. گرایش کهن‌الگویی مرد این است که از سرش کار کند. به جبران این، ضمیر ناخودآگاه او خصلت زنانه‌ای دارد که به صورت آنیما مجسم می‌شود. به این مفهوم، زن، در سطح آگاه، تماماً روح است. این با ذهن مردانه یا آنیموس در ضمیر ناخودآگاه جبران می‌شود.

برداشت من این است که یونگ قبلاً پدر سالار بوده – خوب، دست‌کم سنتی بوده. مردها این طوری هستند، زن‌ها آن طوری. هیچ کاری هم درباهاش نمی‌شود کرد. همین است که هست.

برداشت من از نوشته‌های یونگ این نیست. من فکر می‌کنم او امکانات عظیمی برای تغییر می‌داد، اما آن بستگی به وجود مردی داشت که با زنانگی درونش رابطه داشته باشد و زنی که با مردانگی درونش رابطه داشته باشد. تازمانی که ما با این اضداد جنس مخالف در درون‌مان رابطه نداشته باشیم، همچنان آن‌ها را به نزدیکان‌مان فرافکنی می‌کنیم. روند تمرکز کردن روی محور درونی به‌طور قطع مقداری از فشار روی روابط زندگی واقعی را برمی‌دارد چون وقتی ما مشغول شناختن خودمان هستیم انتظار زیادی از دیگران نداریم...

یکی از نکات جالب الگوی یونگ – نکته‌ای که چه با مرد درونی یا زن درونی‌مان تماس داشته باشیم چه نداشته باشیم صادق است – این است که در هر رابطه‌ای دست‌کم چهار شخصیت دخیل هستند. این واقعیت روانشناسانه است. از نظر ارتباط بین جنس‌ها، امکانات موجود واقعاً گیج‌کننده است. شما می‌توانید خود را به خود، یا آنیما را به آنیموس وصل کنید، یا ممکن است رابطه‌ی ضربداری باشد، یعنی بین آنیموس زن و خود مرد یا آنیمای مرد و خود زن....



حالا می‌خواهم به ادامه بحث خودمان بپردازم. چیزهای زیادی درباره همه این‌ها می‌شود گفت و من انتظار دارم بعداً به این وضوح برگردیم. یونگ در پاراگراف ۳۲۹ و ۳۳۰ تصدیق می‌کند که انتخاب غریزی همسر از زوایه حفظ نژاد بشر خیلی خوب است، اما دوباره روی این حقیقت انگشت می‌گذارد که رابطه بین دو طرف به‌جای این‌که روانشناسانه باشد غیرشخصی خواهد بود. یونگ می‌گوید، ما در تب‌وتاب شور عشق تصور می‌کنیم که دیگری درست شبیه ماست و ما در حالت هماهنگی کامل به سر می‌بریم. این احساس خوبی است چون شبیه بازگشت به دوران کودکی است که یونگ در پاراگراف ۳۳۰ آن را به‌عنوان «وضعیت اولیه وحدت ناخودآگاه» توصیف می‌کند.

تصور می‌کنم که بیشتر ما چنین تجربه‌ای را داشته‌ایم. من می‌دانم که بارها این تجربه را داشته‌ام و مسلماً متأسف نیستم. اما بهایی باید پرداخت:

ناآگاهی باعث عدم تفکیک یا همذات‌پنداری ناآگاه می‌شود... این در حقیقت به منزله تجربه اصیل و بی‌چون‌وچرای الوهیت است، الوهیتی که نیروی ماورایی‌اش هر چیز فردی را محو و نابود می‌کند؛ این وحدت واقعی با زندگی و قدرت شخصی، تقدیر است. اراده فرد برای تملک خود در هم شکسته می‌شود: زن مادر می‌شود، مرد پدر می‌شود، و به این ترتیب آزادی هر دوی آن‌ها سلب می‌شود و آن‌ها ابزار و آلت دست غریزه زندگی می‌شوند.

یونگ می‌گوید، رابطه افراد در این وضعیت «کاملاً توسط آداب و رسوم سنتی و تعصبات مرسوم تنظیم می‌شود، و این الگوی اصلی هر ازدواج قراردادی است» (پاراگراف ۳۲۹).

همه ما می‌دانیم که این شبیه چیست. اگر هم خودمان آن را تجربه نکرده باشیم، آن را در والدین مان دیده‌ایم. ماما و بابا - ما آن‌ها را این‌طور می‌بینیم اما اغلب اوقات آن‌ها خودشان را این‌طور نمی‌بینند.

این چه اشکالی دارد؟ آن‌ها همین هستند دیگر!

نه، فقط به نظر می‌آید همین‌طور باشند. چیزی که آن‌ها هستند یک چیز دیگر است. تا زمانی که آن‌ها تفاوت را نبینند، برقراری رابطه روانشناسانه ممکن نیست. و در مورد ما هم همین‌طور است.

من رابطه خیلی گرمی با شوهرم دارم و این رابطه را دوست دارم.

خوب، من این‌جا نیامده‌ام تا آن را به هم بزنم. اما شما شاید آمده باشید! گوش کنید ببینید یونگ در پاراگراف ۳۳۱ چه می‌گوید:

در این‌جا رابطه در محدوده هدف غریزی بیولوژیکی یعنی حفظ نژاد بشر باقی می‌ماند. از آن‌جا که این هدف ماهیت جمعی دارد، حلقه پیوند روانشناسانه بین زن و شوهر نیز اساساً جمعی می‌ماند و نمی‌توان آن را رابطه فردی به مفهوم روانشناسانه داشت. فقط موقعی می‌توانیم از این نوع رابطه سخن بگوییم که سرشت ناخودآگاه رابطه تشخیص داده شده و همذات‌پنداری اولیه شکسته شده باشد. ازدواج به‌ندرت به‌صورت هموار و بدون بحران رشد می‌کند و به‌صورت رابطه فردی در می‌آید، یا هرگز به این صورت رشد نمی‌کند. تولد آگاهی بی‌درد نیست.

البته آن‌چه که یونگ در این‌جا رابطه فردی می‌نامد مترادف رابطه روانشناسانه است. یونگ می‌گوید حرکت از رابطه غیرشخصی غریزی

به سمت رابطه آگاه - با دست کم توان بالقوه برای تبدیل شدن به رابطه خوب و روانشناسانه - عملاً همیشه با درد و رنج همراه است.

او این جا به چه چیزی اشاره می کند و چرا این دردناک است؟

منظورش تشخیص این است که دو نفر با هم متفاوت اند؟ یعنی جدا شدن از

حالت یکی بودن اولیه؟

درد نتیجه کنار گذاشتن فراقنی هاست.

درست است. مثل این که دوباره با درد و تقلا از رحم مادر بیرون کشیده شویم و از بهشت به بیرون پرت شویم. افسانه آدم و حوا در مذهب مسیحیت حاکی از همین است. مادام که آدم و حوا در باغ بهشت زندگی می کردند خوشبخت بودند. خوشبخت اما ناآگاه. به محض این که به حرف مار حيله گر گوش بدهید - این مثل دریافت پیام از ضمیر ناخودآگاه است - فوراً دچار مشکل می شوید و کل دنیای تان ممکن است زیر و رو شود. شما در دامن خدایان به خواب رفته اید اما صبح آن طرف باغ بهشت بیدار می شوید....

منظورتان چه جور پیامی است؟

خوب... عاشق یک آدم جدید شدن، خواب قدرتمندی دیدن، مبتلا به نوعی بیماری شدن یا تصادف کردن. ضمیر ناخودآگاه از راه های متفاوت با ما حرف می زند البته بعضی ها هرگز صدایش را نمی شنوند، یا وانمود می کنند که نشنیده اند. آن ها ناآگاه می مانند، اما الزاماً خوشبخت نیستند.

سیونگ دوست داشت به قانونی در کیمیاگری اشاره کند که به آن حکم ماریا^۱ می گویند. حکم ماریا استعاره ای برای حرکت روانشناسانه به سمت بیرون از وضعیت بهستی است. این حکم می گوید: «یک دو می شود، دو سه می شود، و از سه، یک به عنوان چهار بیرون می آید.»

یک، وضعیت اصلی و اولیهٔ تمامیت ناخودآگاه است؛ دو نشانگر کشمکش بین اضداد است؛ سه به راه‌حل بالقوه اشاره می‌کند؛ و یک به عنوان چهارم حالت متحول شدهٔ آگاهی است که نسبتاً کامل و آرام و بی‌کشمکش است.

می‌بینیم که حکم ماریا خلاصهٔ چیزی است که به لحاظ روانشناسانه در روند رشد فردیت اتفاق می‌افتد و شما همان چیزی می‌شوید که قرار است باشید. ترک باغ بهشت، بخش حیاتی آن است. این نقطهٔ آغاز آگاهی است و همیشه پذیرش اضداد را شامل می‌شود. به این گفتهٔ نغز یونگ گوش کنید:

ذهن آگاه بالاست، سایه زیر است، و درست همان‌طور که بالا همیشه تمنای پایین و داغ تمنای سرد را دارد، کل آگاهی هم – شاید بی‌آن که از این امر آگاه باشد – در پی ضد ناآگاهی است. آگاهی بی‌آن محکوم به رکود، احتقان، و سختی و انجماد است. حیات فقط از شرارهٔ اضداد متولد می‌شود.

شاید نباید باغ بهشت را ترک می‌کردید.

بله، این هم ممکن است – دست‌کم به لحاظ نظری. آن وقت دعوت نمی‌شدید که از دو به طرف سه حرکت کنید. اما ببینید، دو نماد هر وضعیت کشمکش آمیزی است، و این ظاهراً بخشی از شرایط انسان است. شما کسی را می‌شناسید که هیچ کشمکشی نداشته باشد؟ من نمی‌شناسم. بنا به تجربهٔ من، مشکلات بزرگ زندگی در حرکت از دو به سه، و بعد به چهار بروز می‌کنند؛ یعنی حل کردن کشمکش‌ها و بعد بازگشتن به حالت هماهنگی درون خویش – یا حالت آگاه یکی بودن. در این الگو، تنها تفاوت بین نقطهٔ آغاز و پایان، درجهٔ آگاهی است.

بیا بید نگاه دقیق‌تری به این گفتهٔ یونگ بیندازیم: «ازدواج به ندرت به صورت هموار و بدون بحران رشد می‌کند و به صورت رابطهٔ فردی در می‌آید، یا هرگز به این صورت رشد نمی‌کند.» فهرست طولانی‌ای از

امکانات در پشت این عبارت هست. کنار گذاشتن فرافکنی‌ها مسلماً باعث بروز بحران‌های بسیار می‌شود. عامل بزرگ دیگر این است که رشته مشترکی معمولاً عشاق را به هم می‌پیوندد و وقتی موقع گسست رابطه فرا رسید می‌تواند باعث عداوت بسیار شود.

یعنی پایان با هم بودن.

درست است، اما این بد نیست، دست‌کم از نظر آگاه شدن بد نیست. با هم بودن آرمانی است که بر مبنای درون مایه کهن‌الگویی کمال و تمامیت استوار است. جفت روحیات را پیدا کن و تا آخر عمر سعادت‌مند زندگی کن. این ایده خیلی قدیمی‌ای است که مثلاً در سمپوزیوم^۱ افلاطون، فیلسوف یونانی، می‌توانید آن را پیدا کنید. آن‌جا آریستوفان^۲ وضع بشر را این‌طور ترسیم می‌کند که اول کامل و یکپارچه بود. ولی تکبر داشته است. زئوس، خدای خدایان، برای تنبیه بشر او را به دو نیم می‌کند و حالا ما تا ابد باید دنبال نیمه گمشده‌مان بگردیم.^۳ اما در واقع، حتماً اگر او را پیدا کنید، تازه به یک اول حکم ماریا برگشته‌اید - یعنی به باغ بهشت برگشته‌اید.

من این ایده را دوست دارم - این که من و زنم مثل یک تیم کار کنیم.

بله، همه ما این را دوست نداریم؟! به این علت است که این یک درون‌مایه کهن‌الگویی است. اما در واقعیت امر باید ببینید چه چیزی در سطح فردی و در قیاس با آن آرمان کهن‌الگویی قابل اجراست. من فکر می‌کنم چیزی که یونگ گفته درست است، یعنی این که شما نمی‌توانید روی قله اورست - یعنی بدون رابطه با دیگران - فردیت پیدا کنید، اما روند رشد فردیت، یعنی یافتن مسیر خودتان، با یکی بودن با دیگری سازگار نیست.

1. Symposium

2. Aristophanes

3. افلاطون، سمپوزیوم (لندن: پنگوئن بوکز، ۱۹۵۲).

این ترانه محبوب قدیمی را شنیده‌اید که می‌گوید «من می‌خوام شاد باشم، اما نمی‌توانم شاد باشم، مادام که تو رو هم شاد نکرده‌ام؟» این یعنی یکی بودن این یک چیز احساساتی است و استقلال هر دو طرف را نادیده می‌گیرد.

ببینید، روند رشد فردیت مستلزم تمرکز روی محور درونی، یعنی خود تا ضمیر ناخودآگاه، است تا بتوانید خودتان را بشناسید. آرمان یکی بودن مرزهای طبیعی بین دو نفر را به رسمیت نمی‌شناسد، و تفاوت‌ها را به حساب نمی‌آورد. تنها چیزی که برای شما می‌ماند هویت و همذات‌پنداری ناخودآگاه است. اما روند رشد شمار را قادر می‌سازد که از جایگاه انجام و تمامیت شخصی با دیگران ارتباط برقرار کنید. این پایه صمیمیت و نزدیکی همراه با فاصله است.

خیلی سرد به نظر می‌رسد.

قبول دارم که به اندازه با هم بودن گرم نیست، اما چسبناک هم نیست. صمیمیت و نزدیکی همراه با فاصله می‌تواند هر چقدر بخواهید گرم باشد، و به لحاظ روانشناسانه هم پاک پاک است. با هم بودن صرفاً متصل شدن به دیگری و غرق شدن دو نفره در یک نفر است. این یعنی همزیستی، و تا مدتی هم می‌تواند جذب باشد اما به لحاظ روانشناسانه ماندنی نیست.

نمی‌فهمم.

خوب، همزیستی یعنی دو قلب به عنوان یک قلب. این همان اتفاقی است که معمولاً بین مادر و کودک می‌افتد و اشکالی ندارد و برای آینده کودک پایه خوبی را فراهم می‌کند. اما در مورد آدم‌های بزرگسال داستان فرق می‌کند، و این جا این مقدار وابستگی قطعاً باعث درد سر می‌شود.

یونگ مثالی در مورد درون‌گرایی و برون‌گرایی می‌زند. وقتی یکی از این دو تیپ نگرش غالب است، دیگری به‌طور ناخودآگاه و خودکار به شخص

دیگری فرافکنی می‌شود، بنابراین معمولاً فرد درون‌گرا عاشق فرد برون‌گرا می‌شود، و برعکس. یونگ می‌گوید:

هر تیپ میل دارد با ضدش ازدواج کند و هر کدام به‌طور ناخودآگاه مکمل دیگری است. بنابراین به‌نظر می‌رسد که دو تیپ برای همزیستی با هم خلق شده‌اند. یکی به تفکر و تعمق می‌پردازد و دیگری به فعالیت عملی. وقتی این دو تیپ با هم ازدواج می‌کنند ممکن است پیوند ایده‌آل را مجسم کنند. مادام که آن‌ها غرق سازگار کردن خود با نیازهای بی‌شمار بیرونی زندگی هستند، به‌طور تحسین‌آمیزی با هم جورند.

«نیازهای بیرونی زندگی» شامل آن چیزهایی می‌شود که یونگ درست در پاراگراف اول این رساله به‌عنوان «عوامل عینی» از آن‌ها یاد کرد - یعنی کسب درآمد، تشکیل خانه، خانواده، پرورش بچه‌ها و نظایر آن. وقتی هم شغل و خانواده‌ای داشته باشد وقت چندانی برای چیزهای دیگر باقی نمی‌ماند. پس مشکلات موجود در رابطه همزیستانه نوعاً فقط بعدها در اواخر زندگی پدیدار می‌شود، یعنی وقتی این چالش‌های بیرونی به پایان رسیده است. یونگ می‌گوید که بعد، ناگهان زوجین ممکن است بفهمند که هیچ وجه اشتراکی با هم ندارند.

تا این‌جا آن‌ها پشت هم ایستادند و از خودشان در برابر سختی‌ها دفاع کردند. اما حالا آن‌ها رو در روی یکدیگر قرار می‌گیرند و دنبال درک می‌گردند - اما می‌بینند که هرگز یکدیگر را درک نکرده‌اند. هر یک از آن‌ها به زبان متفاوتی سخن می‌گوید. بعد کشمکش بین دو تیپ آغاز می‌شود. این مبارزه‌ای زهرآگین، بی‌رحمانه، و آکنده از تحقیر متقابل یکدیگر است - حتی وقتی به آرامی و با بیشترین صمیمیت صورت می‌گیرد. زیرا ارزش یکی به منزله نفی ارزش دیگری است.

آیا این اجتناب‌ناپذیر است؟ یعنی گاهی آدم دربارهٔ زوج‌هایی مطلب می‌خواند که به خوبی و خوشی و بی‌هیچ مشکلی هفتاد سال زندگی کرده‌اند... تا آن‌جا که می‌دانم، پدر و مادر خودم این‌طور بودند.

من نمی‌گویم این غیرممکن است، اما شک دارم، به‌خصوص وقتی این چیزها را در روزنامه‌ها می‌خوانم. همان‌طور که قبلاً بحث کرده‌ایم، مردم می‌توانند کاملاً به تصویر خودشان به‌عنوان زوج خوشبخت وابسته شوند. اگر دو نفر که رابطهٔ نزدیکی دارند هرگز مشکلی نداشته‌اند، معمولاً علتش این است که احساسات واقعی‌شان را پنهان کرده‌اند. از طرف دیگر، اگر آمادهٔ کار کردن روی رابطه باشید - یعنی تفاوت‌هاشان را بپذیرید، فرافکنی‌های‌شان را پس بگیرید و غیره - بله، با توجه به همهٔ این‌ها، می‌توان از نوع مبارزهٔ تلخی که یونگ تعریفش را کرده است فرار کرد.

توجه داشته باشید که در طول این مسیر آن‌ها باید عقاید عامه دربارهٔ معنای خوشبخت بودن را کنار بگذارند. آن‌ها باید خوشبختی را طبق معیارهای خودشان و آنچه که در مورد آن‌ها صادق است تعریف کنند. و از نظر رابطه، باید به جایی برسند که بتوانند به یکدیگر بگویند «من تو را همان‌طوری که هستی دوست دارم.» نه به‌خاطر چیزهایی که به من می‌دهی، نه به‌خاطر چیزی که من می‌خواهم باشی یا آرزو دارم باشی، بلکه همان‌طور که هستی اگر بتوانید به آن نقطه برسید، فکر می‌کنم چیزی را که رابطهٔ روانشناسانه نامیده می‌شود داشته باشید. هر چیز دیگری عشق نیست بلکه قدرت است.

من عاشق شوهرم هستم و آن را همین‌طور که هست دوست دارم، اما دلم می‌خواست فقط یک کم فرق داشت.

دوست داشتن دیگران همان‌طور که هستند یعنی قبول خوب و بد وجودشان با هم. نه دوست داشتن نصفه نیمه، نه شرط و شروط گذاشتن.

چطور می‌شود روی رابطه کار کرد؟

خوب، با رویارویی نمی‌شود، با بحث کردن اتفاقات بین‌تان از نظر روانشناسانه هم نمی‌شود. اصلاً و ابداً! به‌خصوص وقتی احساس بدی در فضای رابطه هست، نمی‌شود روی رابطه کار کرد. همین که تصدیق کنید که خلق‌تان تنگ است کافی است. فکر کنم بدترین کاری که می‌توانید بکنید این است که دربارهٔ آنیما و آنیموس و عقده‌ها و غیره حرف بزنید. تمام این‌ها را برای خودتان نگه دارید. حرف زدن می‌تواند به شما کمک کند تا موقعیت‌تان را بفهمید اما به احتمال قوی همسرتان را از عصبانیت دیوانه می‌کنید. روابط بر پایهٔ ارزش‌های احساسی رشد می‌کنند نه آنچه که در کتاب‌ها نوشته شده است.

به عقیدهٔ من کار کردن روی رابطه یعنی بستن دهان‌تان وقتی می‌خواهید منفجر شوید. واکنش عاطفی‌تان را روی دیگری خالی نکنید. اتاق را ترک کنید، به مکان آرام خودتان بروید و موهاتان را بکنید. به‌جای متهم کردن دیگری به این‌که دیوانه‌تان کرده است، به خودتان بگویید، «احساس می‌کنم دارم دیوانه می‌شوم. این احساس از کجای درونم می‌آید؟»

از خودتان - نه همسرتان - بپرسید چه عقده‌ای در شما فعال شده است و هدفش چیست پرسش درست این نیست که «چرا این کارو با من می‌کنی؟» یا «فکر می‌کنی کی هستی؟»، بلکه این است: «چرا من این واکنش را نشان می‌دهم؟ - من فکر می‌کنم آن‌ها کی هستند؟» این باعث طرح این پرسش واقعاً مهم می‌شود که: «این قضیه چه چیزی دربارهٔ روان‌شناسی من می‌گوید؟» وقتی این کار را انجام دادید می‌توانید گام بعدی را بردارید و بپرسید، «در این مورد چه کار می‌توانم بکنم؟»

به این ترتیب، یک ظرف یا تنموس^۱ ایجاد کرده‌اید؟

تنموس؟

این چیزی است که یونانی‌ها به فضای مقدس می‌گفتند. به لحاظ روانشناسانه، به معنی حد و مرزهای شخصی است، یا جایی که خدایان - عقده‌ها - می‌توانند با احساس امنیت بازی کنند. وقتی برای چیزی که درون‌تان می‌گذرد ظرفی داشته باشد، کمتر ممکن است با انفجار عواطف‌تان محیط خودتان را آلوده کنید.

یعنی ما اجازه نداریم دیوانه بشویم؟

اجازه؟ قضیه این طوری نیست. ما دیوانه می‌شویم، و گاهی باید آن را بیان کنیم چون احساس اصیلی هست که با عقده مخلوط شده است. احساس کردن یکی از نقاط قطب‌نمای الگوی شخصیت‌شناسی یونگ است. به‌عنوان یک کارکرد روانشناسانه، احساس کردن به شما می‌گوید که چه چیزی برای‌تان ارزش دارد. بین این نوع احساس کردن و عاطفه عقده خط بسیار ظریفی هست، و این هم یکی دیگر از مزایای ظرف داشتن است. در این حالت اگر چیزی داشته باشید که چیزها از آن سرریز کنند امکان این‌که فرق‌شان را بفهمید بیشتر است. بعد می‌توانید از ته دل حرف بزنید.

به‌طور کلی، شما با کنترل احساسات‌تان و بررسی دقیق آن‌ها می‌توانید روی رابطه کار کنید. شما احساسات‌تان را سرکوب نمی‌کنید ولی اجازه هم نمی‌دهید که رابطه را مسموم کنید. مزیت این طرز برخورد به واکنش‌های احساسی این است که ما را وادار می‌کند تا از تجربه وجود خودمان آگاه شویم.

بینید، ما در نقطه‌ای از رابطه باید تشخیص بدهیم که نمی‌توانیم دیگری را تغییر بدهیم. اما با ظرف شخصی می‌توانیم خودمان و واکنش‌ها مان را تغییر دهیم.

درباره بیرون ریختن کامل احساسات چه می‌گویید؟

بله، یاد می‌آید که زمانی این کار مُد بود. می‌گفتند منفجر شو و هر چه از

دهنت در می آید بگو! به این می گویند کاتارسیس^۱ یا تصفیه کردن. درباره آن چیزهایی می شود گفت اما نه خیلی زیاد. مسئله بزرگ این است که از دهن چه کسی حرف می زنی؟ آیا اجازه می دهی تا عقده غالب شود؟ اما تا موقعی که از آن احساس فاصله نگیری، عینش اش نکنی، و موضعی نسبت به آن نگیری نمی توانی بفهمی. اگر با آن همذات پنداری کنی نمی توانی این کار را بکنی. وقتی توانستی تفاوت بین خودت و خلق و خوبی که در آن هستی را بفهمی، آن وقت زمان حرف زدن است.

من گیج شده ام ... به نظر می رسد شما می گویند که با کار کردن روی خودمان، روی رابطه کار می کنید.

درست است. همین را می گویم. جروبحث بی پایان بین دو آدم عقده ای بر سر مسائلی جزئی، اتلاف وقت است. این کار فقط پوششی است برای آن چه در ضمیر ناخودآگاه می گذرد. این هیچ چیزی را حل نمی کند و اغلب اوقات وضع را بدتر می کند. این قضیه یک تجربه عمومی است. یونگ ضمن صحبت درباره اتفاقی که بین زن و مرد می افتد، به روشنی این را نشان می دهد و می گوید:

وقتی آنیموس و آنیما ملاقات می کنند، آنیموس شمشیر قدرتش را بیرون می کشد و آنیما زهر توهم و وسوسه اش را بیرون می ریزد.

**آیا احتمالش نیست که آن ها عاشق هم بشوند؟
چرا، همان طور که یونگ خاطر نشان می کند:**

زبان عشق زبانی است که به طرز حیرت انگیزی یکدست و در نهایت تعهد و وفاداری از فرمول های تکراری استفاده می کند، به طوری که طرفین بار دیگر

خودشان را در وضعیت مبتدل مشترکی می‌یابند. با این حال آن‌ها در توهم زندگی می‌کنند که به فردی‌ترین وجه ممکن با هم رابطه دارند.

آیا برای ادامه دادن رابطه، تا حدی به توهم نیاز نداریم؟ این چیزی است که آلدوس هاکسلی^۱ گفته؟

نمی‌دانم. شاید بستگی به این داشته باشد که چقدر آگاه‌اید یا می‌خواهید آگاه باشید. به نظر من مادام که توهمات ما سد راه چیزی که واقعاً در زندگی مان دارد اتفاق می‌افتد نشده‌اند، اشکالی ندارند.

یا برعکس

بله، حالا وقت تنفس است.



بقیه این رساله به مسائلی مربوط است که نوعاً در نیمه دوم عمر مطرح می‌شوند. یونگ اول از طرز رشد آگاهی حرف می‌زند، و بعد به تفصیل به بعضی از پیامدها می‌پردازد. ما قبلاً کمی به این موضوع پرداخته‌ایم و گفتیم که ابتدا به دنیای پدر و مادرمان وابسته بودیم و بعد به تدریج وارد دنیای وسیع‌تر شدیم:

راه‌هایی که به درک آگاه می‌انجام‌اند بسیارند، اما آن‌ها از قوانین معینی پیروی می‌کنند... کودک حیات روانی‌اش را در داخل محدوده‌های بسیار باریکی آغاز می‌کند - در درون دایره جادویی مادر و خانواده. به تدریج هر چه بزرگ‌تر می‌شود، افق او و حوزه نفوذش گسترش می‌یابد، و امیدها و مقاصدش به سمت بسط دامنه قدرت شخصی و دارایی‌هایش جهت‌گیری می‌شود؛ آرزوهایش با طیف هر چه وسیع‌تری به سوی دنیا کشیده می‌شود؛ و اراده فرد

1. Aldus Huxley

بیشتر و بیشتر با اهداف طبیعی ای که توسط انگیزه‌های ناخود آگاه دنبال می شود یکی می گردد. (پاراگراف ۳۱۱ الف)

این یعنی جوانی یا نیمه اول عمر. آیا بزرگ و با شکوه نیست؟ شما فقط بالا می روید. شما در آغاز دنیا را مثل صدف تان می دانید. صدف پایانی ندارد و به مرور زمان طی سال‌هایی که می آید تا آن جا که بتوانید باز می شوید.

اگر علاقه تان به صدف‌ها را از دست بدهید چی؟

خوب، این همان اتفاقی است که در مقطع معینی می افتد، و به این علت است که یونگ دوره میان‌سالی عمر را زمانی می داند که اهمیت روانشناسانه عظیمی دارد. شما مهر خودتان را روی دنیا گذاشته‌اید اما خب که چی؟ آیا هم‌ااش همین است؟ همه این‌ها چه معنایی دارد؟ بعدش چی؟ آیا چیز دیگری هم هست که بخواهید انجام دهید یا بخواهید آن‌طور باشید؟

بعد از صدف‌ها هم زندگی ای هست؟ ...

به این چند جمله بعدی با این دیدگاه گوش بدهید که ببینید چطور در مورد کسی صادق است که کسب‌وکاری را از صفر راه انداختند، یا زنی که بچه‌هایش دیگر بزرگ شده‌اند و از خانه رفته‌اند:

بنابراین مرد [و نیز زن] زندگی خودش را درون چیزها می دَمد، تا این‌که آن‌ها سرانجام خودشان کم‌کم شروع به زندگی می کنند و تکثیر می شوند؛ او به طور نامحسوسی توسط آن‌ها پوشیده می شود. مادران گرفتار بچه‌های شان می شوند، مردان گرفتار آفریده‌های شان، و آن‌چه را که در آغاز فقط با کار و تلاش بسیار به وجود آمده بود، دیگر نمی توان مهار کرد. ابتدا شور و شوق بود، بعد وظیفه شد، و سرانجام بار غیر قابل تحمل و خفاشی شده که خون خالقش را می مکد. (پاراگراف ۳۳۱ الف)

من مردی را می شناسم که در سی و دو سالگی کسب‌وکار خودش را شروع

کرد. وقتی پنجاه سالش شد همه چیز داشت و به همه آرزوهایش رسیده بود. او مورد احترام بسیار بود و هر کاری که می‌خواست می‌توانست بکند. اما در اوج موفقیتش به تدریج فهمید که علاقه‌اش را دارد از دست می‌دهد. قبلاً با شور و شوق بسیار به کاری که مرد اعتقاد داشت، اما حالا کم‌کم نسبت به ارزش آن شک کرده بود. قبلاً صبح‌ها با اشتیاق از رختخواب بیرون می‌پرید تا سر کار برود، اما حالا کم‌کم تا ساعت ده صبح می‌خوابید. به جای تبلیغ محصولاتش و تلاش برای پیدا کردن بازارهای جدید و غیره - یعنی چالش‌هایی که قبلاً به خوبی از پس‌شان بر می‌آمد - حالا مدادش را می‌جوید و از پنجره به بیرون زل می‌زد و خیال‌بافی می‌کرد. او به آن‌چه که خلق کرده بود نگاه می‌کرد و می‌دید که دیگر انرژی‌ای برای آن ندارد. اما او همچنان به اداره کارها ادامه داد چون می‌ترسید شرکت‌اش بدون او از هم بپاشد، اما از آن منزجر بود.

وقتی این مرد به من مراجعه کرد خیلی مضطرب و عصبی بود. او گفت «من به زندگی عالی دارم» و زد زیر گریه.

البته زندگی او اصلاً عالی نبود. چیزی که داشت یک پرسونای عالی بود. حالا این پرسونا ترک خورده بود. شش ماه طول کشید تا او از طریق جلسات روانکاوی این را بفهمد. او مدام این سؤال را مطرح می‌کرد که «وقتی شما همه چیز دارید، دیگه چی می‌خوانین؟»

زن؟ ماشین‌های پرسرعت؟

مسافرت؟

آسایش و آرامش!

این‌ها شاید آرزوی شما باشد، اما آرزوی او نبود. او مرد خانه و خانواده بود. رابطه او با زنش خوب بود و هیچ علاقه‌ای به زنان دیگر نداشت. مسافرت به نقاط دیگر دنیا ابداً برایش جذاب نبود. ماشین‌های پرسرعت هم همین‌طور. او یک وانت فورد قدیمی داشت و اصلاً چیز دیگری نمی‌خواست.

این مرد می‌گفت «واقعاً ناراحت‌کننده است. من در هیچ زمینه‌ای احساس کمبود نمی‌کنم و با این حال شاد نیستم. چرا؟»

شما چی گفتین؟

هیچی. من مقداری نظریه می‌دانم و تجربه زندگی خودم را داشته‌ام. فقط همین. وضعیت او با بعضی از الگوهایی که من می‌شناسم مطابقت می‌کرد، اما خودش آدم منحصر به فردی بود. من یقین داشتم که خود دنیای ناخودآگاه او پاسخ را عرضه می‌کند. اگر توجه کنید معمولاً جواب می‌دهد.

اما پرسش او همانی است که من اغلب اوقات از آدم‌هایی که در آن سن و سال هستند می‌شنوم. همان‌طور که یونگ در این‌جا می‌گوید:

میان‌سالی لحظهٔ بیشترین شکوفایی است، لحظه‌ای است که مرد هنوز با بیشترین قدرت و نیروی اراده خودش را وقف کارش می‌کند. اما درست در همین لحظه است که غروب متولد می‌شود، و نیمهٔ دوم عمر آغاز می‌شود. حالا شور و شوق تغییر چهره می‌دهد و وظیفه خوانده می‌شود. «من می‌خواهم» به «من باید» سنگدلانه بدل می‌شود، و چرخش‌های طول راه که زمانی باعث شگفتی و کشف می‌شد حالا با رسم و رسوم کسل‌کننده پوشیده می‌شود. (پاراگراف ۳۳۱ الف)

این دقیقاً احساسی را که این مرد داشت توصیف می‌کند. البته این در مورد زنان هم اتفاق می‌افتد ظاهراً مهم نیست که آیا آن‌ها روش زندگی سنتی داشته‌اند، یعنی آن‌ها خانه‌دار بوده‌اند. مردان‌آور خانه بوده است، یا این که خودشان شاغل بوده‌اند. جنسیت نقشی در بحران میان‌سالی ایفا نمی‌کند. این یک مسئله روانشناسانهٔ عام است.

این افراد در نقطه‌ای از زندگی شان شور و شوق شان را از دست می‌دهند و اسیر افکار تاریک و بداخلاقی‌های وحشتناک می‌شوند. آن‌ها دیگر انرژی یا

بلندپروازی سابق‌شان را ندارد. دیدگاه‌شان تیره و تار می‌شود. در واقع، تمام نشانه‌های نوروژ^۱ حاد را از خودشان نشان می‌دهند.

یعنی گرایش به خودکشی؟

گاهی بله، اما نه به‌طور جدی. در واقع شلوغ‌کاری‌اش مانع‌شان می‌شود... می‌دانید، من دارم دربارهٔ کسانی حرف می‌زنم که ضمن گذار از یک مرحلهٔ زندگی به مرحلهٔ دیگر دچار بحران می‌شوند. این کاملاً طبیعی است، و اگر اتفاق نیفتد باید تعجب کنید. من با آدم‌های روانی کار نمی‌کنم؛ برای این کار تربیت نشده‌ام. من فقط کسانی را می‌بینم که نوروتیک هستند، مثل من و شما.

من خودمو نوروتیک نمی‌دونم.

کی می‌داند؟ اما نوروژ کلمهٔ بدی نیست. یونگ آن را صرفاً تقسیم - خود یا حالت درونی عدم وحدت می‌داند. او می‌گوید «وقتی سر موضوع مشخصی کاملاً با خودتان یکی نیستید، به وضعیت نوروتیک نزدیک شده‌اید.» از زاویهٔ حکم ماریا، این همان حرکت از یک به دو است. زمانی شاد و خوشبخت در باغ بهشت بودید، اما حالا نیستید شما دچار کشمکش شده‌اید. بین اضداد گیر کرده‌اید و نمی‌دانید چه کار کنید.

چیز جالبی به نظر نمی‌رسه.

در واقع، یونگ این را تحول بسیار مطلوبی می‌دانست - نه تنها در سطح شخص بلکه برای بقای بشر. او به صحنهٔ دنیا نگاه می‌کرد - یعنی دههٔ پنجاه میلادی، دوران جنگ سرد و ضدیت اردوگاه‌های غرب و شرق - و جنگ هسته‌ای را بسیار محتمل دید. او فکر می‌کرد تنها راه اجتناب از وقوع جنگ هسته‌ای این است که تعداد کافی‌ای از مردم روی کشمکش‌های شخصی‌شان

کار کنند. این چیزی است که او نوشته است:

قانون روانشناسانه می‌گوید که وقتی وضعیت درونی‌ای آگاه نشده است، در بیرون به صورت تقدیر اتفاق می‌افتد. یعنی وقتی فرد تقسیم نشده می‌ماند و از ضد درونی‌اش آگاه نمی‌شود، دنیا به ناچار باید آن کشمکش را عملی کند و به صورت دو نیمه ضد هم، دو پاره شود.

در سطح فردی، وقتی می‌فهمید که کشمکشی دارید، صحنه برای حل و فصل آن چیده می‌شود. این از طریق کار روی خودتان صورت می‌گیرد. و بعد، اگر به این کار ادامه دهید، احساس دهید، احساس خوبی درباره زندگی پیدا می‌کنید - چون دوباره «یکی» هستید. فرقی این است که حالا آگاه‌تر هستید - و چرا می‌دانید. شما می‌دانید کجا بودید و چه چیزی را از سر گذرانده‌اید، و دیگر از آن چه در پیش است چندان نمی‌ترسید.

البته این یک شبه اتفاق نمی‌افتد، و معمولاً دست خودتان نیست. شما واقعاً به کسی احتیاج دارید تا چیزهایی را که هرگز تصور گفتن‌اش به دیگران را نمی‌کردید به او بگویید - یک آدم متخصص، کسی که به او اعتماد کنید و پول بدهید تا حرف‌تان را بشنود. کل روانکاوی یعنی این؛ یعنی تلاش مشترک بین دو نفر که نهایت سعی را می‌کنند تا چیزی را که باعث ناراحتی‌تان می‌شود درک کنند.

چرا فقط با دوستان مان حرف نزنیم؟

چون آن‌ها هم به اندازه خود شما ناآگاه هستند! تنها چیزی که از حرف زدن با آن‌ها عایدتان می‌شود همدردی و این فراقنی است که اگر آن‌ها جای شما بودند چکار می‌کردند. آن وقت شما می‌توانید همچنان برای خودتان احساس تأسف کنید.

روانکاوی خیلی گرونه.

خوب، این کار سطحی‌ای نیست و وقت و انرژی زیادی می‌برد. اما هیچ کدام

از کسانی که من با آنها کار کرده‌ام خیلی ثروتمند نبودند. مسئله بر سر اولویت‌هاست. شما پول‌تان را صرف کاری می‌کنید که برایش ارزش قائل‌اید و پول از قدیم‌الایام نماد انرژی بوده است. اگر به اندازه کافی صدمه ببینید، آن وقت راهی پیدا می‌کنید. چیزهایی را فدا می‌کنید.

من فکر می‌کردم [روانکاوی] فقط برای قشر نخبه است.

قشر نخبه؟ نمی‌دانم منظورتان چیست. روانکاوی برای کسانی مثل من و شماست. البته، برای همه مناسب نیست، و همه هم از آن سود نمی‌برند. روانکاوی اکسیر عام نیست، یک روند است.

شما فکر می‌کنین همه به روانکاوی احتیاج دارن؟

نه، اما وقتی تمام وجودتان درگیر کشمکش است یا مشکلاتی در روابطتان دارید، یا اگر به نقطه‌ای رسیده‌اید که احساس می‌کنید زندگی هیچ معنایی ندارد، اگر نزد روانکاو نروید وضع‌تان بدتر می‌شود.

من می‌خوام آدم بهتری باشم.

خوب، روانکاوی برای اصلاح خودتان نیست. بهتر، بهترین، همه این‌ها صفاتی هستند که به قضاوت مربوط‌اند. قضاوت ارزشی، کار روانکاوی نیست. بیشترین کاری که روانکاوی می‌تواند بکند این است که کمک‌تان کند تا آگاه بشوید که کی هستید. نقاط قوت و ضعف‌تان را بشناسید. هدف کمال نیست بلکه کامل شدن است.

البته کامل شدن هم ایده‌آل نیست و به اندازه کمال هم دست‌یافتنی نیست. اما همان‌طور که یونگ گفته است «هدف فقط به‌عنوان یک هدف مهم است؛ چیز اساسی اوپوس^۱ است [یعنی کار روی خودتان] که به هدف می‌انجامد؛ آن، هدف تمام عمر است.»

ببینید، آنچه که ما به لحاظ فرهنگی برچسب حملهٔ عصبی به آن می‌زنیم و آن را ننگین می‌دانیم در واقع می‌تواند راه رستگاری شخص باشد. مثلاً افسردگی، یعنی آن احساس بی‌قراری و حشتناکی که نمی‌دانید با آن چکار کنید، اغلب اوقات نشانهٔ این است که روان‌تان دارد شما را به سمت سطح جدیدی از آگاهی پیش می‌برد. به چیزی که زمانی شادتان می‌کرد فکر نکنید. پرسش اصلی این است که الان چه چیزی مسئله را حل می‌کند؟ انرژی شما کجا می‌خواهد برود؟

این می‌تواند به یک مسئله اخلاقی بدل بشود؟

بله، اگر انرژی‌تان بخواهد به سمتی برود که از نظر جامعه پذیرفتنی نیست یا جایی که فکر می‌کنید نباید برود. مثلاً به سمت خزانهٔ شعبهٔ بانک محل‌تان، یا زن همسایه‌تان...

بیخشید، نوروژ چه ربطی به رابطه دارد؟

چه ربطی ندارد! همه جور ربطی دارد، چنانچه نوروژ - اگر دلتان خواست می‌توانید به آن بگویید حملهٔ عصبی - را سیخونکی به آگاهی بدانید. نوروژ سوزنی است در تودهٔ علف خشکی که به‌طور ناآگاه در زندگی برپا شده است. اگر به اندازهٔ کافی سوزن بخورید ممکن است تشویق شوید که روند رشد فردیت را شروع کنید. در واقع، یونگ می‌گوید که روند رشد فردیت وظیفه‌ای است که طبیعت به شما تحمیل می‌کند، و ما به نحوی از انحاء به داخل آن کشیده می‌شویم:

اگر [مردی] این کار را آگاهانه و عامدانه انجام دهد [یعنی هدف کسب تمامیت را دنبال کند]، از تمام عواقب روند رشد فردیت سرکوب شده در امان می‌ماند. به عبارت دیگر، اگر او داوطلبانه باز کامل شدن را خودش حمل کند، نیازی نیست که این بار برخلاف اراده‌اش به او تحمیل شود. یعنی هرکسی که مقدر

شده تا به اعماق هبوط کند بهتر است تمام احتیاط‌های لازم را به عمل بیاورد تا عقب‌عقب به داخل سوراخ نیفتد.

و اگر این فرض یونگ را بپذیریم، یعنی این که امکان وجود رابطه روانشناسانه بستگی به آگاه بودن دارد، آن وقت مجبوریم ببینیم که آگاه شدن چطور صورت می‌گیرد.

یا چه چیزی مانعش می‌شود.

بله. نظر خود من این است که نوروز عملاً پیش شرط روند رشد فردیت است. اگر روند رشد فردیت را حرکت آگاه به سمت تمامیت و یکپارچگی بدانید، تا زمانی که احساس نکنید که کامل و یکپارچه نیستید سفر را آغاز نمی‌کنید. تا آن موقع، فقط ناآگاه هستید.

یونگ پاراگراف ۳۳۱ الف را با این اظهارات دربارهٔ اتفاقی که در میانهٔ عمر می‌افتد خاتمه می‌دهد:

شراب غل غل کرده و کم‌کم دارد ته‌نشین و صاف می‌شود. اگر همه چیز خوب پیش برود، گرایش‌ات محافظه‌کارانه به وجود می‌آید؛ شخص به جای این‌که به جلو نگاه‌کند به عقب بر می‌گردد. بیشتر اوقات به طور غیرداطلبانه – و شروع به ارزیابی زندگی‌اش می‌کند و نگاه می‌کند تا ببیند تا این‌جا زندگی‌اش چطور پیش رفته است. دنبال انگیزه‌های حقیقی می‌گردد و کشفیات واقعی می‌کند. بررسی انتقادی خودش و سرنوشتش او را قادر می‌سازد تا خصوصیات ویژه‌اش را تشخیص بدهد. اما این بینش‌ها به آسانی به دست نمی‌آید. فقط از طریق شوک‌های متعدد به دست می‌آید.

ببینید، شما ممکن است تا ابد با این احساس که زندگی درخشش‌اش را از دست داده است افسرده و دل‌تنگ بمانید و برای خودتان احساس تأسف کنید و دیگران را سرزنش کنید. معمولاً نوعی شوک لازم است تا دریابید که خودتان باید تغییر کنید. این از انواع و اقسام راه‌ها اتفاق می‌افتد – مثل وقوع

یک تصادف، ابتلا به بیماری، مرگ یکی از عزیزان تان، یا برقراری رابطه عاشقانه دیگری که باز هم کار نمی‌کند...

بر سر بازرگان پنجاه ساله تان چه آمد؟

خوب، باید بگویم که آن یکی از موفق‌ترین موارد حرفه‌ام بود. او سرانجام ورشکست شد؟

موفق‌ترین؟!

بله. او پس از چند سال روانکاوای فهمید که انرژی‌اش کجا می‌خواهد برود و با آن دقت او با دنیای بازرگانی خداحافظی کرد و تصمیم گرفت سفالگری کند! او تقریباً همه چیزش را از دست داد اما زندگی سربی‌اش را به طلا تبدیل کرد. البته نزدیکانش این طور به قضیه نگاه نمی‌کردند. بنابراین زنش ترکش کرد، و بچه‌هایش فکر کردند او دیوانه شده است. اما او توانست همه این‌ها را تاب بیاورد چون حالا می‌دانست که چکار دارد می‌کند.

اما اون زنش رو از دست داد! اون هیچ علاقه‌ای نداشت که یک رابطه روانشناسانه داشته باشد؟

در واقع چرا. اما وقتی لحظه حساس فرا رسید زنش علاقه‌ای نداشت. زنش حفظ وضع موجود را ترجیح می‌داد. آن‌ها رابطه همزیستانه داشتند و مرد به تدریج از آن آزاد شد. هرچه او مستقل‌تر می‌شد - یعنی بیشتر ذهن خودش را می‌شناخت - قدرت زنش بر او کم‌تر می‌شد. این یک شوک واقعی برای زن بود! اما باعث نشد تا زن روی خودش کار کند، فقط رفت و یکی دیگر را پیدا کرد.

نکته اصلی در این است که وقتی انگیزه‌های خودتان را می‌فهمید دیگر با دیگران مثل سابق رفتار نمی‌کنید. مثلاً دیگر با عقده به دیگران وصل نمی‌شوید، بلکه آزادید تا انتخاب کنید. رابطه برقرار کردن با این خود جدید باعث مقداری تغییر و اصلاحات می‌شود.

من می‌دانم منظورتان چیست. من عضو گروه حامی دوستان و بستگان (الکلی‌های گمنام) هستم. اگر بخواهید به رابطه با یک الکلی اصلاح شده ادامه بدهید شما باید بخواهید تغییر کنید.

درست است، و همین در مورد دوستان و همسران کسانی که مورد روانکاو قرار دارند صادق است. البته حتی آن موقع - یعنی اگر همسر شخص صادقانه بخواهد تغییر کند، و تغییر هم بکند - تضمینی نیست که رابطه پا بر جا بماند. خیلی‌ها هستند که وقتی یکی از طرفین به جلسات روانکاو می‌رود رابطه‌شان از هم گسسته می‌شود - مثل موردی که ذکر شد.

و اگر هر دو به روانکاو بپردازند؟

باز هم همان‌طور است. هر کدام‌شان معیار سنجش خودش را پیدا می‌کند. من کسانی را می‌شناسم که با این قصد به روانکاو رفته‌اند که برای همسرشان دوست‌داشتنی‌تر بشوند. آن‌ها بعد از مدتی می‌فهمند که مقدار زیادی از وجود خودشان را به دیگری فرافکنی کرده‌اند، و وقتی فرافکنی‌های‌شان را پس می‌گیرند دیگر چیزی باقی نمی‌ماند تا آن‌ها را با هم نگه دارد.

غم‌انگیز است.

نمی‌دانم. شاید هر چه زودتر این را بفهمید بهتر باشد. به هر حال، انگیزه‌ای که در آغاز باعث می‌شود تا افراد به جلسات روانکاو بیایند معمولاً کنار می‌رود و چیز کاملاً غیرمنتظره‌ای جایش را می‌گیرد، و این اغلب اوقات صرفاً به‌صورت این آرزو متجلی می‌شود که طبق حقیقت تجربی خودشان زندگی کنند و پیامدهایش را بپذیرند.

پس کار کردن روی رابطه به چه درد می‌خورد؟

خوب، اگر فکر کنید که با حرف زدن در رابطه‌اش بهتر می‌شود ابداً این‌طور نیست. به‌نظر من، این کار یعنی شیپور را از دهن گشادش زدن. روی خودتان

کار کنید تا رابطه بهتر شود. شما یا می‌توانید کسی را که هستید بپذیرید و رابطه‌ای پیدا کنید که مناسب باشد، یا خودتان را از شکل بیندازید و چیزی را که سزاوارش هستید دریافت کنید.

پذیرفتن این حقیقت تلخ آسان نیست. نمی‌دانم که حتی پیش از سن معینی ممکن است یا نه. همان‌طور که یونگ در اواخر رساله‌اش می‌گوید «هر دوره زندگی حقیقت روانشناسانه خودش را دارد.» اهداف نیمه دوم عمر با اهداف نیمه اول فرق دارند. ممکن است این واضح به نظر برسد، اما تا زمانی که آن‌جا نباشید نمی‌توانید فضای واقعی‌اش را بفهمید. وقتی به نظر رسید که تا ابد زندگی نمی‌کنید، اولویت‌های‌تان عوض می‌شود.

هفته بعد آخرین جلسه ماست، پس تا آن موقع می‌خواهم بقیه رساله یونگ را بخوانید. ما به همه‌اش نمی‌توانیم بپردازیم، اما دست‌کم می‌توانیم ببینیم که او به چیز می‌گوید مشکل ظرف و مظروف. فکر می‌کنم این موضوع در رابطه با درک رابطه روانشناسانه به نظر‌تان جالب بیاید.

میان پرده

آرنولد در حالی که ده سال جوان‌تر به نظر می‌رسید به داخل اتاق پرید. در حالی که پوتین‌هایش را بیرون می‌آورد گفت «زندگی کردن توی دهات یه چیزی داره که خون رو به گردش در میاره» برف‌ها را از روی بالاپوشش پاک کرد و برای خودش یک فنجان قهوه ریخت و گفت «اوضاع چطوره؟» دست‌هایم را باز کردم و گفتم «خوب، می‌دانی...»

آرنولد گفت «من یه طرح جدید دارم. می‌خوای بشنوی؟»

سرم را به نشانه تأیید تکان دادم. من در برابر آرنولد نمی‌توانم مقاومت کنم. او طوری زندگی می‌کند که من هرگز نمی‌توانم زندگی کنم. من به آن می‌گویم بی‌نظم. او می‌گوید زندگی. وقتی در زوریخ همخانه بودیم کارمان تقریباً به کتک‌کاری می‌کشید. اما حالا... خوب، یک رابطه روانشناسانه داریم.

آرنولد گفت «من می‌خوام یه فیلم مستند درباره پوئر بسازم.» ایده‌اش رو از یه حکایت عامیانه گرفتم. گوش کن.

ون پو^۱ شکوه‌کنان گفت «قسمت رون شلوار خیلی تنگه.» خیاط جواب داد، «من نمی‌تونم یه اثر هنری رو خراب کنم در نتیجه باید بیضه‌هاتو برداریم.»

«نمی‌شه اونارو فقط تو بذاریم؟»

البته من می‌دانم پوئر چیست - پوئر از اصطلاح لاتین پوئر اترونوس^۲ به معنی کودکی ابدی می‌آید و به لحاظ روانشناسانه به معنی مردی است که

1. Wen Po

2. Puer aeternus

زندگی عاطفی‌اش در سطح دورهٔ نابالغی مانده است. اما هیچ ارتباطی بین این‌ها ندیدم.

آرنولد گفت «نفهمیدی؟ شلوار تنگ پیامی‌به‌برای پوئر! روند بالا رفتن سن و پیر شدن، چه بزرگ بشی چه نشی، ادامه داره. حجم سینه کم‌تر می‌شه، ماهیچه‌های معده شل می‌شن، و موی سر عقب‌نشینی می‌کند. تمام آرزوهای بزرگ جوانی، که در سر واقع بودن، کم‌کم کوچک‌تر می‌شن و پایین‌تر میان و در حد میانه نشست می‌کنن. این طوریه که به دورهٔ بازنشستگی میان‌سالی می‌رسی!»

بعد از کمی تردید موافقت کردم. خدای من، منم تقریباً طاسم و شلوارم تنگ شده است.

آرنولد به قدری هیجان‌زده بود که دستش می‌لرزید. کهنه‌ای برداشتم و لکه‌های قهوه را پاک کردم.

آرنولد گفت: «پوئر نوعی ما خوش‌و‌خندان وارد میان‌سالی می‌شه، و پاداش‌هایش اون قدر هست تا از آگاه شدن از امر واضح خودداری می‌کند. اما شلوارش دیگر اندازه‌اش نیست؛ خوب حالا نشانه‌ای انکارنکردنی از بالا رفتن سن هست. حتی دو بار بازی اسکواش در هفته هم نمی‌تونه لاغر نگهش داره. در این موقعس که باشگاه‌های بدن‌سازی و متخصصای کاشت مو وارد میدون می‌شن و ما رو دعوت می‌کنن تا دوران جوانی را شبیه‌سازی کنیم.»

گفتم، «این حکایت به‌طور مشخص از رون تنگ شلوار حرف می‌زنه.» آرنولد گفت «آره، این استعارهٔ جالبی‌به‌و می‌گه که شلوار آدم - و من اینو نماد وجهی از پرسونا می‌دونم که از کنفش‌ها یعنی جایگاه آدم توی دنیا چندان دور نیست - دیگر حاوی مطالبات مردانگی‌ای که به پوئر فشار میاره نیست. البته این‌جا چیزی بیشتر از روابط جنسی مد نظره. بیضه‌ها تنها اندام تولیدمثل فیزیکی نیستن بلکه به همراه آلت جنسی مذکر به‌طور برجسته‌ای نماد مردانگی خلاق هم هستن.»

تحت تأثیر قرار گرفته بودم. آرنولد عادت ندارد سخنرانی کند. فنجانش را تا ته سر کشید و گفت «نکته جالب این حکایت اینه که فرض می‌کنه فقط دو راه‌حل برای مشکل ون پو هست. برداشتن بیضه‌ها یا تازدن شون به طوری که اندازه شلوار بشن. راه‌حل اول یعنی لغو کردن توان بالقوه خلاق. راه‌حل دوم یعنی افلیجی و ادامه دادن به روش زندگی‌ای که دیگه مناسب تو نیست. حالا، آیا این در مورد هر وضعیت کشمکش آمیزی که طی اون فوراً دو راه‌حل افراطی مطرح می‌شه اما هیچ کدومش رضایت‌بخش نیست، صادق نیست؟»

کم‌کم داشتم می‌فهمیدم.

آرنولد گفت «از دیدگاه یونگی، راه‌حل سومی هم هست: تهیه یه شلوار متفاوت! این یعنی انتخاب یک روش زندگی جدید. خیاط حیل‌گر - که من اونو به عنوان یکی از اون شخصیت‌های حقه‌بازی می‌بینم که قهرمان قصه‌های پریان با اون روبه‌رو می‌شه، مردی مثل مرکوریوس^۱ در کیمیاگری - احتمالاً ده‌ها شلوار توی اتاق عقبی‌اش داره، و مطمئناً بعضی از اون‌ها اندازه رون‌های بزرگ هستن!»

لبخندی زد و گفتم «اما اون‌ها رو برای خودش و مشتریان خاص‌اش نگه داشته.»

آرنولد چشمکی زد و گفت «و اون‌ها خیلی خیلی گرون هستن.»

سمینار پنج

حالا می‌خواهم مستقیماً به چیزی پردازم که یونگ آن را مشکل ظرف و مظروف می‌نامد. تقریباً هر چیزی که در این جلسات بحث کردیم در جای دیگری از آثار یونگ هم ظاهر می‌شود. رساله ازدواج تنها جایی است که او الگوی رابطه‌ای را مطرح می‌کند که یکی از زوجین ظرف دیگری می‌شود - یعنی آن یکی توسط این محدود می‌شود.

بله؟

داشتم به بحث هفته پیش فکر می‌کردم. چرا بعضی‌ها بحران میان‌سالی دارند و نوروتیک می‌شوند، در حالی که افراد دیگری که کمابیش در همان شرایط زندگی می‌کنند این‌طور نمی‌شوند؟

خوب، هیچ‌کس به‌طور قطع نمی‌داند. من فکر می‌کنم پاسخ یونگ این است که روان انسان هم محدودیت‌ها و هم توان بالقوه‌اش را می‌شناسد. اگر محدودیت‌های تان از حد بگذرد، یا توان بالقوه‌تان به فعل در نیامده باشد، آن‌وقت نوعی شکست و از هم گسیختگی صورت می‌گیرد. خود روان وارد عمل می‌شود تا وضع را اصلاح کند.

اما نه همیشه

شاید همه آمادگی‌اش را نداشته باشند. یونگ در اواخر همین رساله می‌گوید

به اعتقاد او رشد روانشناسانه «مسئله نژاد، خانواده، تحصیلات، استعداد، و شور و اشتیاق است.»

طبیعت، اشرافی است. انسان عادی، افسانه است. هر چند قوانین عام معینی حتماً وجود دارد. حیات روانی چیزی است که به راحتی در پایین ترین سطوح نگه داشته شود. انگار هر فرد قوه جاذبه معینی دارد و مطابق آن یا صعود می کند یا تا سطحی پایین می آید که آنجا به آخرین حدش می رسد. دیدگاه و اعتقاد داشتن هم مطابق آن تعیین می شود. (پاراگراف ۳۴۳).

اگر این را تسلی خاطر می بدانید، یونگ فکر می کرد نوروز به احتمال قوی در مورد تیپ «عالی تر» آدم ها اتفاق می افتد. او نوشت:

توده های وسیعی از مردم هستند که به رغم ناآگاهی وحشتناکشان، هرگز و مطلقاً به حالت نوروز دچار نمی شوند. اندک کسانی که دچار این سرنوشت می شوند در واقع اشخاص تیپ «برتر» هستند که بنا به دلایلی مدت بیش از حدی در سطح بدوی باقی مانده اند. طبیعت آن ها در بلندمدت، باقی ماندن در حالتی را که برای آن ها خواب آلودگی غیرطبیعی به شمار می آید تحمل نمی کند. آن ها در نتیجه دیدگاه آگاه محدودشان و زندگی در حالت انقباض عضلانی، انرژی شان را حفظ می کنند. بعد ذره ذره در ضمیر ناخودآگاهشان انباشته می شود و سرانجام به شکل نوروز کمابیش حاد منفجر می شود.

اگر این اتفاق بیفتد من به بیمارستان می روم. دکترها می دانند چکار کنند. آن ها برای این کار تربیت شده اند.

دکترها موقعی می دانند چکار کنند که شما از نظر جسمی بیمار باشید. آن ها دنبال علت می گردند و بعد سعی می کنند درمانش کنند. اگر اشکالی وجود نداشته باشد، کاری نمی توانند بکنند.

پارسال وقتی افسرده شدم دکترم به من آرام بخش داد. خیلی مؤثر بود. قرص ها می توانند خلاق و خوی شما را آرام نگه دارند و باعث شوند تا

احساس بهتری پیدا کنید، اما مشکل واقعی را حل نمی‌کنند. این کار را خود شما باید بکنید.

مشکل واقعی؟

مشکل واقعی خود شما هستید. روان‌تان درست کار نمی‌کند. افسردگی، اضطراب، گیجی و پریشانی - و به خصوص کشمکش - همه این‌ها نشانه‌های معمول نوروز هستند. مسلماً چیزی باعث بروز آن‌ها شده است، اما معمولاً آن‌ها هدفی هم ندارند. اگر فقط نشانه‌ها را درمان کنید هرگز نمی‌فهمید که آن چیز چیست.

ببینید، ما در روان‌کاوی توجهی به نشانه‌ها نمی‌کنیم - این‌ها فقط نوک کوه یخ هستند. ما به چیزی که در زیر سطح قضایاست نگاه می‌کنیم و سعی می‌کنیم آن را روشن کنیم. همان‌طور که یونگ می‌گوید «تنها کسی که واقعاً خودش است قدرت شفا دارد.»

روانپزشکان؟

اگر خوش شانس باشید، ممکن است کسی را پیدا کنید که مقداری روان‌کاوی شخصی داشته است و به حرف‌تان گوش می‌دهد. در غیر این صورت باید از الگوی پزشکی پیروی کنید. معیار آن‌ها هم استفاده از قرص و پیراهن دیوانگان و سلول‌های عایق‌بندی شده است.

به پسر عمومی من شوک دادند. این باعث شد دچار رعشه بشود.

وقتی هیچی مؤثر واقع نمی‌شود، مغز را برشته می‌کنند!

در واقع من نمی‌توانم به این سرعت قضاوت کنم. خود یونگ در این باره تردید داشت. او در سال ۱۹۵۷ یعنی فقط چند سال پیش از مرگش قبول کرد که بعضی از مشکلات ذهنی ممکن است آلی باشد نه روانشناسانه. اظهارات من در این‌جا فقط به انواع معمول نوروز مربوط است نه اختلالات حاد چون شیذوفرنی یا روان‌پریشی‌های دیگر.

ببینید - روان سالم معمولی خودش را تنظیم می‌کند. یونگ معتقد بود - تجربه من هم همین را نشان می‌دهد - که روند طبیعی و مداومی در درون روان هست که هدفش حفظ یا ایجاد تعادل بین ضمیر آگاه و ضمیر ناخودآگاه است.

همان چیزی که بهش می‌گویند جبران.

بله. معمولاً هم نامرئی است. فقط موقعی آشکار می‌شود که ما رو در روی وضعیتی بیرونی - یا درون خودمان - قرار می‌گیریم که مشکل می‌توانیم خودمان را با آن تطبیق بدهیم. بعد دچار این به اصطلاح نشانه‌های نوروز می‌شویم.

بیش از پنجاه سال پیش یونگ با گروهی از پزشکان در لندن، جدال سختی داشت و به شدت او را سؤال پیچ کردند. آن‌ها از حرف‌های او خیلی حیرت کرده بودند. این نمونه‌ای از بحث آن‌هاست:

سؤال. «پرفسور یونگ، فکر کنم می‌توانیم فرض کنیم که شما بروز نوروز را به‌عنوان تلاشی برای معالجه خود از روی فرد و یک اقدام جبرانی می‌دانید...؟»

یونگ. «دقیقاً.»

سؤال. «پس بروز نوروز به‌عنوان بیماری، از دیدگاه رشد انسان، چیز مطلوبی است؟»

یونگ. «درست است، و من خوشحالم که این ایده را مطرح کردید. در واقع این دیدگاه من است... در بسیاری از موارد باید بگوییم: «خدا را شکر می‌کنم اگر او (فرد) بتواند تصمیمش را بگیرد و نوروتیک بشود.» نوروز در واقع تلاشی است برای معالجه خود، درست همان‌طور که بیماری جسمی هم تا حدی تلاشی است برای معالجه خود... [نوروز] در واقع تلاش نظام روانی خود - تنظیم روان برای احیای تعادل است و به هیچ وجه با کارکرد رؤیاهای فرق ندارد - فقط قوی‌تر و شدیدتر است.»

وقتی اولین بار این را خواندم، خدا را شکر کردم و بی نهایت خوشحال شدم. چقدر خیالم راحت شد که دیدم دیوانه نیستم! البته، اگر یونگ حق داشت حرفش به این معنا بود که نمی توانستم از دیگران هم انتظار داشته باشم که اصلاحم کنند و همه چیز را بهتر کنند. من خودم باید برای اتفاقاتی که می افتاد مسئولیت قبول می کردم. اما این یک داستان دیگر است.

شما نوروتیک بودید؟

نوروتیک بودم!؟

اما شما روانکاو هستید!

الان هستم. اگر فرو نریخته بودم روانکاو نمی شدم. شما فکر می کنید این حرفه را انتخاب می کردید؟

دوست داشتم روانکاو بشوم.

خوشحال می شوم که بعداً در این باره باهاتون حرف بزنم.

یونگ در پاراگراف ۳۳۱ ج با اشاره به این که در هر رابطه ای، به ناگزیر تفاوت هایی از نظر میزان رشد روحی طرفین هست، به بحث دیدگاهش درباره ظرف و مظلوف می پردازد.

تصور می کنم همه ما عقاید خودمان را درباره معنای این کلمه معنوی و «روحی» داریم. خود یونگ از این کلمه به طرق مختلف استفاده می کرد، بنابراین بیا باید ببینیم در این جا منظورش از آن چیست. او می گوید،

من نمی خواهم [این واژه] به معنی بسیار غنی یا با ماهیت عالی و والادر نظر گرفته شود. ابداً این طور نیست. برعکس، منظور من پیچیدگی ذهن یا طبیعت شخص است، مثل گوهری چندوجهی در مقابل یک مکعب ساده. (پاراگراف ۳۳۱ ج).

به نظر من این گفته فقط به این معناست که نیازها و آمال یکی از زوجین ساده‌تر از نیازها و آمال آن یکی است و راحت‌تر برآورده می‌شود. یونگ، اولی را مطروف و دومی را که ماهیت پیچیده‌تری دارد، ظرف می‌نامد.

من آدم‌های پیچیده‌ای را می‌شناسم که هیچ‌وقت نمی‌شود فهمید چه فکری می‌کنند یا چه احساسی دارند.

یونگ در ادامه می‌گوید که هر چه طبیعت شخص پیچیده‌تر باشد بیشتر ممکن است تجربه بشود - یونگ می‌گوید این اشخاص «قابلیت این را دارند که خصایص سازش‌ناپذیر شخصیت‌شان را برای دوره‌های زمانی قابل ملاحظه‌ای از هم جدا کنند» - و در نتیجه ساده‌تر از آن‌چه که عملاً هستند به نظر برسند. چنین شخصی «افسون خاصی» دارد. یعنی می‌توان گفت که می‌تواند به کلی غافلگیرتان کند. فکر می‌کنم قبلاً در بحث‌مان دربارهٔ سایه از این امکان حرف زدیم. شما ممکن است عاشق پرسونای کسی بشوید اما یک خوک واقعی نصیب‌تان بشود.

نکته مهم‌تری که یونگ مطرح می‌کند این است که شخصیت ساده‌تر ممکن است در «طبیعت هزار تو مانند» دیگری جذب شود - یا به قول یونگ «در مرداب آن فرو برود» - و به کلی غرق دنبال کردن ردپای آن بشود.

به نظر شما این شبیه چیست؟

ازدواج سنتی؟ مرد صبح‌ها سر کار می‌رود و شب‌ها به خانه برمی‌گردد تا به زنش بگوید که چه اتفاقاتی افتاده است.

یکی‌اش این است، و وقتی یونگ عبارت زیر را می‌گوید به این مطلب اشاره می‌کند:

این تقریباً امری عادی است که زنی کاملاً - به لحاظ روحی - جذب شوهرش شود (مطروف او بشود)، و شوهر کاملاً - به لحاظ عاطفی - جذب زنش بشود (مطروف او شود). (پاراگراف ۳۳۱ ج)

در چنین وضعیتی مرد در دنیای بیرون فعال است و با استفاده از قوای فکرش - چه خوب باشد چه بد! - کار می‌کند و فقط به شکرانه وجود زنش است که می‌تواند ببیند چه احساسی دربارهٔ همهٔ آن کارها داشته است. او اتفاقاتی را که سر کار و در دنیای سیاست و غیره افتاده برای زنش تعریف می‌کند، و زن به او کمک می‌کند تا بفهمد که چه اتفاقی در درون خودش [خود مرد] افتاده است. از زاویهٔ بحث هفتهٔ پیش ما دربارهٔ مردانگی و زنانگی کهن‌الگویی، انرژی‌های مرد روی فعالیت‌های لوگوس و انرژی‌های زن روی حوزه‌های مربوط به اروس متمرکز است.

این جریان نمی‌تواند برعکس باشد؟

البته که می‌تواند. سلطهٔ عقده‌های جنس مخالف، آنیما و آنیموس، می‌تواند این تصویر را به کلی تغییر بدهد. امروزه زنان درست به اندازهٔ مردان می‌توانند نان آور خانه باشند.

تیپ شخصیت آن‌ها هم می‌تواند یک عامل باشد؟

بله.

روش سنتی زندگی در زمان یونگ، قاعده به‌شمار می‌رفت.

درست است، و هنوز هم در مورد بسیاری از روابط صادق است. صحنهٔ اجتماعی به‌طور چشمگیری تغییر کرده است، اما آیا واقعیت روانی هم این‌قدر تغییر کرده است؟ به اطراف‌تان نگاهی بیندازید. چه کسی روزهای تولد را به‌خاطر می‌سپارد و کارت کریسمس می‌فرستد؟ چه کسی به دیگران می‌گوید که چطور باید رأی بدهند؟ چه کسی مسئول پس‌انداز زوجین است و می‌گوید که کجا باید سرمایه‌گذاری کنند؟ چه کسی حیات اجتماعی آن‌ها را سازمان می‌دهد؟ همان‌طور که هفتهٔ پیش خاطرنشان کردم، روان انسان محافظه‌کار است؛ همان‌طور که فرانسوی‌ها می‌گویند:

Plus ca change, plus pue la mome chose.

Plus

...?

زن‌ها هنوز به مردشان نگاه می‌کنند تا ببینند چطور فکر کنند، و مردها به زن‌شان وابسته‌اند تا ببینند چطور احساس کنند.

توی خانواده‌ما این‌طور نیست.

خوب، من مطمئنم که می‌توانیم به همه استثناءها فکر کنیم، اما این چیزی نیست که لازم باشد درباره‌اش جروبحث کنیم، یعنی در چارچوب بحث ما مهم نیست. من فکر می‌کنم حرف یونگ صرفاً این است که هر طرف رابطه ممکن است مظلوم دیگری شود، فقط به راه‌های متفاوت - یکی به لحاظ عاطفی، دیگری به لحاظ روحی. طبعاً این امر دیگری - مرد یا زن - را در نقش ظرف قرار می‌دهد.

رابطه بین دو همجنس چی؟

تفاوت نظری‌ای نیست. این که چه کسی ظرف است و چه کسی مظلوم بستگی به روان‌شناسی فردی طرفین دارد.

یونگ در پاراگراف ۳۳۲ وضعیت را از دیدگاه مظلوم شرح می‌دهد:

کسی که مظلوم است احساس می‌کند کاملاً در داخل محدوده ازدواجش دارد زندگی می‌کند، و نگرش او نسبت به همسرش یکپارچه است؛ بیرون چارچوب ازدواج هیچ تعهد اساسی‌ای و هیچ‌گونه علائقی که او را پابند کند نیست.

واقعاً روشن نیست که منظور یونگ از این اظهارات کسی است که احساس می‌کند از نظر عاطفی مظلوم است یا کسی که احساس می‌کند از نظر روحی مظلوم است.

خود من هم در مورد این قضیه گیجم. اما من فکر می‌کنم چیزی که یونگ

می‌گوید در هر دو مورد صادق است. یکی از زوجین به نحوی، عاطفی یا روحی، احساس می‌کند که توسط دیگری محدود شده است [یعنی مظلوف است]. کسی که احساس می‌کند مظلوف است کاملاً روی رابطه متمرکز است — به قول یونگ «به طور یکپارچه — و کمابیش از آن راضی و خوشحال است.»

من این طورم. من نمی‌توانم مجسم کنم که متأهل نباشم. تأهل برای من خوب است.

خوب، تا این‌جا خوب است. اما وجه سایه‌ای هم هست، همان‌طور که در مورد همه چیزهای دیگر هست و در نتیجه امکان نارضایتی هست. این در جستجوی فرد دیگر یا چیز دیگری در بیرون رابطه نیست، بلکه همان‌طور که یونگ می‌گوید، در «وابستگی ناراحت‌کننده» شخص مظلوف به شخص ظرف نهفته است.

وجه ناخوشایند این شراکت در غیر این صورت آرمانی، وابستگی ناراحت‌کننده به شخصیتی است که هرگز نمی‌تواند در تمامیتش ایده شود، و در نتیجه به‌طور کامل معتبر یا قابل‌انکار نیست.

و این احساس شبیه چیست؟

احساس ناامنی؟

درست است، یعنی این ظن منفی وجود دارد که آن‌چه که این قدر خوب است نمی‌تواند دوام داشته باشد. همان‌طور که می‌بینیم، این چیزی نیست که در کسی که ظرف است رخ می‌دهد.

ظرف بودن به آدم احساس قدرت می‌دهد و چشم‌اندازش را آکنده از امکانات می‌کند. بعضی از این امکانات به‌طور بالقوه برای حفظ وضع موجود خوب نیستند و آن را بر هم می‌زنند، بقیه صرفاً هیجان‌انگیزند. اما همه این‌ها در زیر سطح رخ می‌دهد و معمولاً سد راه رابطه نمی‌شود — دست‌کم در آغاز

ظرف واقعاً دنبال تصویر آینه‌ای خودش در طرف مقابل است و انتظار دارد این تصویر را دریافت کند. مسئله بر سر تحمیق نیست بلکه بر سر ناآگاهی است. لذا این‌جا هستند و شما دنبال‌شان می‌روید.

در این‌جا توجه داشته باشید که ما از جستجوی فرد برای کمال شخصی و فرافکنی نیمه دیگر خود - به مفهوم افلاطونی‌ای که آخرین بار از آن حرف زدیم - به طرف دیگر هستیم. فرض یونگ بر این است که هر چه فرد طبیعت پیچیده‌تری داشته باشد، ظرف به‌طور ناخودآگاه می‌خواهد وحدت یکپارچه با دیگری داشته باشد، اما مظلوف احساس می‌کند که قبلاً به این یکپارچگی دست یافته است.

این یعنی با هم یکی بودن

بله، «یک قلب و یک روح» داشتن. این تصویر نوعی دوران عشق و عاشقی است و حتی می‌تواند در طول ماه عسل هم ادامه داشته باشد. متأسفانه، به مرور زمان روشن می‌شود که زندگی آن‌طوری نیست که ما می‌خواهیم باشد. ما صرفاً مهره‌های بازی شطرنج روانی هستیم. معلوم می‌شود که شخص مظلوف ابتدا با ظرفی که دنبالش می‌گشت جور نیست - او در واقع کاملاً ساده و بدون پیچیدگی است - و کسی که در آغاز احساس می‌کرد مظلوف است دارد با یک ظرف مشکل‌دار می‌خواهد ... بعد چه اتفاقی ممکن است بیفتد؟

شخص مظلوف احساس گیجی و پریشانی می‌کند.

احساس یأس و نومیدی!

و این نصفش نیست. یونگ قضیه را این‌طور مطرح می‌کند:

در حالی که [ظرف] در وجود [مظلوف] تمام ظرایف و پیچیدگی‌هایی را که می‌توانند او را کامل کنند و با وجوه متعدد وجودش مطابقت پیداکنند جستجو

می‌کند، سادگی طرف مقابل را بر هم می‌زند. از آن‌جا که در شرایط عادی، سادگی همیشه بر پیچیدگی مزیت دارد، او خیلی زود مجبور می‌شود تلاش‌های خود برای تحریک واکنش‌های ظریف و پیچیده در طبیعتی ساده را کنار بگذارد.

دیگر تلاش نمی‌کند و کنار می‌نشیند.

احتمالاً یونگ ادامه می‌دهد و می‌گوید:

طبیعت ساده‌تر طوری روی طبیعت پیچیده‌تر کار می‌کند که انگار اتاقی است بیش از حد کوچک، و فضای کافی به او نمی‌دهد. از طرف دیگر، طبیعت پیچیده‌تر به طبیعت ساده‌تر اتاق‌های خیلی زیاد با فضای خیلی زیاد می‌دهد، بنابراین او هرگز نمی‌داند که واقعاً به کجا تعلق دارد. از این‌رو به‌طور کاملاً طبیعی پیش می‌آید که شخص پیچیده‌تر، شخص ساده‌تر را دربر می‌گیرد (ظرف او می‌شود). (پاراگراف ۳۳۳)

این‌جا به‌نظر می‌رسد که مرد مجبور است ظرف باشد.^۱

بله، اما در زبان آلمانی اصلی این اصطلاحات به هیچ‌جنس خاصی نسبت داده نشده‌اند (پاراگراف ۳۳۳، یادداشت ۲). وضعیت فوق‌به‌راحتی می‌تواند برعکس باشد. من موارد زیادی را می‌شناسم که این‌طور بوده است. به‌هر حال، ظرف و مظلوف‌حالاتی از وجود نیستند که ثابت و تغییرناپذیر باشد. این‌الگویی است که نشان می‌دهد در رابطه چه چیزی ممکن است. این‌الگو هم مثل شخصیت‌شناسی ابزار مفیدی برای تعیین جایی است که هستید.

۱ در نقل قول فوق از یونگ، برای ظرف ضمیر he و برای مظلوف ضمیر she استفاده شده است. م.

پس این یک وضعیت متغیر است؟

بله. شما ممکن است یک روز مظروف و وابسته باشید، و روز دیگر کاملاً مسئول و مقتدر. یا به عنوان ظرف، تمام روز با اعتماد به نفس پیش بروید و هیچ مشکلی نداشته باشید ولی روز دیگر به سختی خودتان را از رختخواب بیرون بکشید، از شدت مشغله زیاد احساس ناراحتی کنید، و احساس کنید که کاش مظروف بودید. این الکلنگ انسان‌هاست. و در رابطه روانشناسانه - جایی که بنا به تعریف، طرفین از آن چه می‌گذرد آگاه هستند - به طور خودکار و با بزرگواری و بخشندگی به طرف مقابل فضا داده می‌شود.

حالا، این گفته یونگ که ظرف ممکن است احساس کند که در اتاق خیلی کوچکی دارد زندگی می‌کند در عمل یعنی چه؟

بی‌قراری؟

یأس؟

گاهی من تمام شب منتظر می‌مانم ولی زرم به خانه نمی‌آید. من تمام این مدت کتاب می‌خوانم و تلویزیون تماشا می‌کنم و دلم شور می‌زند و فکر می‌کنم اون الان کجاست؟ چکار دارد می‌کند؟ این شما را در چه وضعیتی قرار می‌دهد؟

اومم... نمی‌دونم. اون می‌گه منو دوست داره، اما من اصلاً فکر نمی‌کنم برایش ارزشی داشته باشم.

عزت نفس شما به او بستگی دارد؟

خوب... من هیچ‌کس دیگری رو ندارم.

این شما را در وضعیت خلا قرار می‌دهد. همه کارت‌ها دست زن‌هاست.

شما می‌توانید [کارت] دل را بیرون بکشید، چون هیچ وقت برنده نمی‌شوید.

چیزی که من می‌بینم خود مردها آن را ساخته‌اند. زن‌ها هیچ وقت قدرت اصلی را در دست نداشته‌اند. ما زن‌ها فقط ته مانده غذا را لیس می‌زنیم، همین.

خیلی هم دل‌تان بخواهد!

صبر کنید، صبر کنید. شما گیج شده‌اید و دارید با بره‌های کاغذی می‌جنگید. در نبرد بین دو جنس، مسئله بر سر بردن یا باختن نیست. فقط یک آدم ساده‌لوح می‌تواند این‌طور فکر کند. پرسش واقعی این است که آیا می‌توانید خودتان را نگه دارید؟ این یک مسئله صاف و ساده روانشناسانه است. آیا شما می‌دانید کجا هستید؟ آیا می‌دانید چه اتفاقی دارد می‌افتد و چرا؟

مرد یا زن، نیازی نیست مهره ساده شطرنج باشید. در این دنیا اسب و وزیرها هست، رخ‌ها و ملکه‌ها هست، و البته شاه هم هست. شما می‌توانید هر یک از این‌ها باشید. میل خودتان است. هیچ محدودیتی بر آن‌چه می‌توانید باشید نیست. در صفحه بزرگ شطرنج روانشناسانه زندگی، خانه‌ای برای شما هست!

ببخشید، من منقلب شدم.

بهتر است کمی استراحت کنیم.

* * *

داشتیم درباره ظرف صحبت می‌کردیم و می‌گفتیم شخص پیچیده‌تر احساس می‌کند توسط شخص ساده‌تر محدود شده و انگار دارد در اتاق خیلی کوچکی زندگی می‌کند، در حالی که شخص مظلوف به حال خود رها شده تا در اتاق‌های بسیاری با فضاها بسیار زیاد بگردد.

افکار تاریک به سراغش می‌آید.

شب‌ها گریه می‌کند.

درست است، و تنش زیاد می‌شود. مرد ظرف - ببخشید یا زن ظرف - در سلولش قدم می‌زند و قدم می‌زند. مظلوف هم می‌بیند که رابطه دارد از دست می‌رود و سعی می‌کند آن را نگه دارد. این خلاف نتیجه دلخواه را به‌بار

می آورد. یونگ در اواسط پاراگراف ۳۳۳ می گوید:

هر چقدر مظروف بیشتر به رابطه می چسبد، ظرف بیشتر احساس می کند که بیرون رابطه است. مظروف با چسبیدنش به رابطه فشار می آورد، و هر چه بیشتر فشار می آورد، ظرف کم تر می تواند پاسخ بدهد. بنابراین معمولاً دزدکی از پنجره بیرون را نگاه می کند، که بی شک در آغاز ناآگاهانه است. اما با آغاز میان سالی تمنای مدام و مصرائه بیشتری برای کسب آن وحدت و یکپارچگی در او بیدار می شود؛ وحدتی که با توجه به طبیعت تجزیه شده او برایش بسیار ضروری است. در این مقطع معمولاً اتفاقاتی می افتد که باعث کشمکش ذهنی می شود. او از این حقیقت آگاه می شود که در پی کامل شدن است، و رضایت و تمامیتی را می جوید که همیشه غایب بوده است.

من چند بار تا به حال ازدواج کرده ام. زن اولم خیلی وابسته بود و حتی نمی توانست لیست خریدش را خودش تهیه کند.

نمی دانم، شاید تنها چیزی که او می خواسته یک همراه بوده است.

فکر کنم این عبارت [یونگ] درباره روابط عاشقانه خارج از ازدواج است. درست است، این یکی از آن «اتفاقاتی است که معمولاً می افتد».

شاید او با یکی از آن کسانی مواجه شده که ازدواجها را ویران می کنند ... خوب به هر حال بهتر است به جای تماشای تلویزیون و خودخوری کردن، کاری بکنی. این طور نیست؟

نه اگر متأهل باشی. من این کار را تأیید نمی کنم.

به هر حال، پیمان شکنی ظرف ممکن است شامل شخص ثالثی نباشد. ممکن است فقط به صورت عقب نشینی یا بی علاقهی بروز کند - به صورت نوعی بی توجهی.

معشوق زن من، کتابخانه محل من است.

این که او به دنبال چیزی که در خانه غایب است بیرون می رود یا این که فقط یک زندگی خیالی برای خودش درست می کند، یک چیمبر است.

چیمبر ...؟

یک توهم.

می شود دیگر دست از این کار بردارید؟! حرف های شما درست شبیه حرف های پدرم است.

توهم، خانه آینه ای، همه این ها. ببینید، چیزی که ظرف واقعاً دنبالش است کسی است که مظروف باشد. این وجه سایه ناخودآگاه است. و برعکس، شخص مظروف هم کسی را می خواهد تا ظرفش بشود ...

حالا فرض کنیم که ظرف یک رابطه عاشقانه پنهانی را شروع کرده، آن وقت چه؟

خوب قطعاً این برای مظروف تکان دهنده است، هر چند به طور ناخودآگاه این ترس وجود داشته و تا حدی پیش بینی می شده است. همان طور که یونگ می گوید:

«برای مظروف، این فقط به معنی تأیید احساس عدم امنیتی است که همیشه به طرز دردناکی آن را احساس می کرده است، او در می یابد که در اتاق هایی که ظاهراً متعلق به او بوده است مهمانان ناخواسته دیگری هم ساکن هستند.»

به نظر می رسد که کل خانه مورد تهاجم قرار گرفته است.

استعاره خیلی تلخی است، نه؟ – «در اتاق هایی که ظاهراً متعلق به او بوده است مهمانان ناخواسته دیگری هم ساکن هستند.»

البته، این جا واژه «ظاهراً» خیلی مهم است چون اتاق‌ها اصلاً از اول به او تعلق نداشتند. در بهترین حالت، آن‌ها اجاره شده بودند. اما همان‌طور که می‌دانیم، روابط نزدیک باعث ایجاد احساس مالکیت می‌شوند. عزیزان‌تان قلمرو شما هستند.

این یک نگرش پدرسالارانه است، مثل حق اربابی و غیره ...

تا همین چند وقت پیش مرد فقط با کشتن معشوق زنش می‌توانست از شر او خلاص شود. او از حق مطلق برای دفاع از مایملکش برخوردار بود. این جزو شرف و آبروی او بود.

اگر زنی همان کار را می‌کرد سنگسارش می‌کردند یا آتشش می‌زدند.

مردها با قتل جلو می‌روند.

بله، همین‌طور است. کسانی که قدرت دارند از آن استفاده می‌کنند. اما واقعیت این است که زنان هم درست به اندازه مردان می‌توانند احساس مالکیت داشته باشند. این پایه احساس حسادت در هر دو طرف است، و وقتی شک می‌کنیم که مبادا کسی دیگر در رختخواب زناشویی مان شریک شده باشد، همین احساس مالکیت باعث می‌شود تا احساس کنیم به ما خیانت شده است.

این طبیعی است، مگر نه؟ غریزی است.

فکر می‌کنم همین‌طور باشد.

حیوانات هم به خاطر چیزهایی که مال آن‌هاست با چنگ و دندان می‌جنگند.

اگر خدا به چیزهای طبیعی رضایت می‌داد ما هنوز از درختان آویزان بودیم.

شاید بتوانیم توافق کنیم که انکار غرایز، پاسخ مسئله نیست. همان‌طور که

یونگ بعداً در این جا می‌گوید، چرخش وقایعی که هماهنگی نیمه اول عمر بین ظرف و مظروف را مختل می‌کند تحولی ضروری است – یعنی به لحاظ روانشناسانه – و «هر تلاشی برای خلق نگرش معنوی از طریق جدا کردن و سرکوب کردن غرایز، تزویر و تحریف است.» (پاراگراف ۳۳۶)
شاید این گفته نغز یونگ یادتان باشد:

حیوانیت بیش از حد، انسان متمدن را منحرف می‌کند، و مدنیت بیش از حد باعث ایجاد حیوانات مریض می‌شود.

به نظر من، در این چارچوب، گفته فوق به این معناست که ظرف نباید کشش اش به سمت کسی دیگر را انکار کند – اگر واقعاً این اتفاقی است که دارد می‌افتد – و مظروف هم نمی‌تواند همه چیز را تحمل کند و چیزی نگوید. مسئله این است که آیا واکنش‌های غریزی ما می‌تواند توسط آگاهی مان اصلاح شود، یا حتی متحول شود؟ آیا ما با آگاه شدن از چیزی که دارد اتفاق می‌افتد می‌توانیم مسیر زندگی مان را تغییر بدهیم؟
در پایان پاراگراف ۳۳۳ یونگ از تأثیر احتمالی این مسائل روی مظروف سخن می‌گوید:

امید امنیت محو می‌شود، و این نومیدی، زن را در خود فرو می‌برد، مگر این‌که با تلاش‌های نومیدانه و خشونت‌آمیز بتواند شوهرش را وادار به تسلیم کند و به این اعتراف بکشد که آرزوی او برای وحدت، چیزی جز خیال‌بافی بی‌جگانه یا بیمارگونه نیست.

من چنین چیزی را از سر گذرانده‌ام. بازی احمق‌هاست.

عزت‌نفس را از دست می‌دهی و محبت‌گدایی می‌کنی.

یونگ ادامه می‌دهد و می‌گوید – و یادتان باشد که در تمام متن از ضمیر مؤنث «او» استفاده شده است اما به همان اندازه در مورد مردان هم صدق می‌کند:

اگر این تاکتیک‌ها موفق از آب در نیامد، پذیرش شکست از جانب زن می‌تواند واقعاً برایش خوب باشد و وادارش کند تا این را تشخیص دهد که احساس

امنیتی که آنقدر نومیدانه آن را در وجود دیگری جستجو می‌کرد در خودش یافت می‌شود. به این ترتیب او خودش را پیدا می‌کند و در طبیعت ساده‌تر خودش تمام آن پیچیدگی‌هایی را که طرف مقابل [یعنی ظرف] بیهوده جستجوی‌شان کرده بود کشف می‌کند.

می‌بینید این چه معنایی دارد؟

زن آن وجوهی از وجودش را که به همسر - ظرف فرافکنی کرده بود می‌شناسد.

درست است. درست موقعی که او فکر می‌کرد همه چیز را از دست داده است، ناگهان یک گنج پیدا می‌کند! ... جالب نیست؟
در عین حال، ظرف، یا همان کسی که ممکن است فکر کنید سبک‌بار و بی‌خیال دنبال یک آپارتمان بزرگ جدید می‌گردد، به شدت تلاش می‌کند تا از هم فرو نپاشد!

اگر ظرف در برابر آن‌چه که می‌توانیم آن را «بی‌وفایی بنامیم از هم فرو نپاشد، بلکه همچنان به حق درونی‌اش برای آرزوی وحدت اعتقاد داشته باشد، باید فعلاً با تقسیم وجودش کنار بیاید (پاراگراف ۳۳۴)

تقسیم درونی یعنی کشمکش درونی؟

بله، ببینید، ظرف ممکن است جفت روحی جدیدی پیدا کرده باشد....

همان جفتی که آرزویش را داشته ...

... اما باز هم احساس می‌کند دلش هوای همسر اولی را دارد. بنابراین وجودش پاره‌پاره شده است. این یعنی شکاف شخصیت همان‌طور که شاید یادتان بیاید. این یعنی عقده‌ها فعال شده‌اند.

در ظرف؟

در هر دو.

پس جهنمی به پامی شه.

درست است، اگر آنجا نباشید نمی‌توانید تصورش را بکنید که این وضع شبیه چیست. به لحاظ نوعی، از یک طرف – از طرف کسی که آرزو دارد مظروف باشد – چشمان اشکبار و تهمت زدن و افسوس خوردن به حال «من بیچاره» را داریم که همان سندروم کودک طرد شده است. از طرف دیگر، دزدکی این طرف و آن طرف رفتن و دودلی و احساس گناه شدید را داریم. در هر دو طرف، روزهای پر اضطراب و شب‌های بی‌خوابی را داریم.

هر دو تجزیه شده‌اند؟

بله. هیچ خودی در کار نیست و هر دو به دنیای ناخودآگاه پرتاب شده‌اند. این وضعیت پرفشار و پر از تأثیری است؛ مثل دیگی که هر لحظه ممکن است منفجر شود. دیگ جوشانی از عقده‌هاست که باعث می‌شود افراد از حال بروند، و سکنه قلبی یا سکنه مغزی کنند. وقتی سرپوش دیگ کنار می‌رود، آن‌ها بچه‌های‌شان را کتک می‌زنند، همدیگر را آزار می‌دهند و گاه می‌کشند. این منظره جالبی نیست و هیچ‌کس احساس خوبی ندارد. این روزها این مشکل شخصی و اجتماعی عظیمی است.

بیخشید، من فکر کردم این قرار است وضعیت مثبتی باشد.

خوب، به‌طور بالقوه هست و می‌تواند به افزایش آگاهی منجر شود. ببینید، تجزیه و متلاشی شدن شخصیت در صورتی که آن را فرصتی برای زندگی نو ببینید رویداد شومی نیست. یادتان هست یونگ درباره‌ی نوروز چی می‌گفت – «تلاش نظام خود – تنظیم‌گر روان برای احیای تعادل است.» در رابطه‌ی ناخودآگاه، به اصطلاح یک روان‌مشترک هست. ظرف و

مظروف فقط یکی از راه‌های توصیف آن است. همذات‌پنداری بدوی راه دیگرش است. این تا جایی کار می‌کند، بعد شما به حال خود رها می‌شوید. شما در نقطه‌ای باید رشد کنید و زندگی خودتان را تأمین کنید. وگرنه رابطه مکانیکی می‌شود و شما فقط حرکات تکراری انجام می‌دهید. مسامان و بابا با هم.

چرا دیگر کار نمی‌کند؟

نمی‌دانم. نظر یونگ این بود که ما قرار است چیزی را که به طور غریزی در بیرون دنبالش می‌گردیم در خودمان تشخیص بدهیم. و اگر آن را تشخیص ندهیم، اگر به کمتر از آن رضایت بدهیم، ضمیر ناخودآگاه سرش را بلند می‌کند و آگاهی فرو می‌باشد.

فکر کنم جوهر پاراگراف بعدی همین است:

این همان اتفاقی است که به کرات در اواسط عمر می‌افتد، در این طبیعت انسانی معجزه‌آسای ماگذار از نیمه اول عمر به نیمه دوم را سبب می‌شود. این استحاله‌ای است از حالتی که انسان صرفاً ابزار طبیعت غریزی است، به انسان دیگری که دیگر ابزار نیست بلکه خودش است: این یعنی تحول طبیعت به فرهنگ، و غریزه به روح. (پاراگراف ۳۳۵)

به بیرون نگاه کردن برای یافتن نیمه دیگران، یا جفت روحی‌تان، می‌تواند غریزی باشد، اما در بلندمدت، در اقتصاد روانی فرد پذیرفتنی نیست. و درست همین جاست ادای سهم مهم یونگ به درک معنای رابطه روانشناسانه. آن‌چه که از دیدگاه مرسوم شبیه فاجعه به نظر می‌رسد ممکن است در واقع هدیه‌ای از جانب خدایان باشد. یونگ می‌گوید:

دوری و جدایی^۱ با انشعاب شفا پیدا نمی‌کند، بلکه با تجزیه و متلاشی شدن کامل شفا می‌یابد. تمام نیروهایی که برای وحدت تلاش می‌کنند، وکل آرزوی

1. dissociation

سالم برای برخورداری از خویشتن خود، در برابر تجزیه و تلاش مقاومت می‌کنند، و به این ترتیب شخص از امکان تمامیت درونی آگاه می‌شود، تمامیتی که همیشه آن را بیرون خودش جستجو کرده بود. آنگاه او پاداشش را به صورت خویشتن یکپارچه دریافت می‌کند. (پاراگراف ۳۳۴).

از این چه می‌فهمید؟

این را نمی‌فهمم.

هر دو طرف دچار بحران میان‌سالی می‌شوند؟

اگر خوش‌شانس باشند! و این چیزی است که اغلب اوقات یک رابطه ناآگاه و غریزی را به رابطه آگاه بدل می‌کند. ببینید، ظرف و مظلوف ضد هم هستند کشمکش بین آنها می‌تواند نیروی محرکه قدرتمندی برای کسب آگاهی باشد.

بین زوجین؟

بله، اما در عین حال، و به نظر من مهم‌تر از آن، در درون خود شخص. به نظر من نکته مهم در این جا این اعتقاد یونگ است که راه‌حل بالقوه هر کشمکش با حفظ آگاهانه تنش بین اضداد به دست می‌آید. یونگ این را کارکرد ماورایی می‌نامید. این فرق چندانی با ایده سنتی مسیحی در مورد فیض الهی ندارد - «آرامشی که درک تو را تعالی می‌بخشد» - بجز این که از جانب خدایی در آن بالا نمی‌آید بلکه از درون شخص می‌جوشد. یونگ در یکی از آخرین آثارش این اتفاق را چنین توصیف می‌کند:

[کشمکش] راه‌حل واقعی می‌طلبد و چیز سومی را لازم می‌آورد که اضداد بتوانند در آن وحدت بیابند. این جا منطق ذهن معمولاً کاری از پیش نمی‌برد، زیرا در آنتی تز منطقی هیچ طرف سومی نیست. «حلال» فقط می‌تواند ماهیت غیرعقلانی داشته باشد. در طبیعت، حل کشمکش اضداد همیشه یک روند

انرژیک است. طبیعت به حقیقی ترین مفهوم کلمه به طور نمادین عمل می کند، و کاری می کند که معرف هر دو طرف است، درست همان طور که آبشار به طور مرئی و آشکاری بین بالا و پایین میانجی گری می کند.

حالا، فکر می کنید راه حل رضایت بخش کشمکش بین ظرف و مظروف چه باشد؟ کی می تواند جواب بدهد؟

توافق کنند که با هم فرق دارند؟

هر کدام به راه خودشان بروند؟

من فکر می کنم آن ها باید جدا بودن شان را بپذیرند و فاصله ای بین خودشان بگذارند - دست کم به لحاظ روانشناسانه. شاید در بلندمدت عملاً از هم جدا شوند، اما این کار را نباید صرفاً برای خاتمه دادن به کشمکش بکنند.

این همان کاری است که معمولاً مردم می کنند.

بله، اما ابداً راه حل نیست. فقط تسلیم شدن و رها کردن کل قضیه است. آن ها می بینند که دوباره همان جایی قرار گرفته اند که تکرار ازدواج سابق نامیده شده است. آن ها از شر این همسر خلاص می شوند و به سراغ یکی دیگر می روند. این کار آسانی است، اما هیچ افزایش آگاهی ای در کار نیست و شکاف درونی شفا پیدا نکرده است. تا زمانی که تنش حفظ نشود، هیچ چیزی به طور روانشناسانه تغییر نمی کند و شما دوباره به خانه اول برمی گردید.

اگر بتونید تنش را تاب بیاورید - یعنی منتظر بمانید و هیچ کاری نکنید - شانس تجربه کردن چیزی را پیدا می کنید که یونگ آن را کارکرد ماورایی می نامید. این که این کارکرد در دنیای بیرون چه شکلی پیدا می کند در مورد هر شخص فرق می کند، اما به لحاظ روانشناسانه به صورت خودکفایی^۱ متجلی می شود. این رضایت بخش ترین راه حل است. پاداش و نوری در انتهای تونل

1. ظرف و مظروف یکی است Self-certainmant

نیروز است. این همان چیزی است که به نظر من وقتی یونگ از «تحول طبیعت به فرهنگ، و غریزه به روح» حرف می زند، مدّ نظر داشت. وقتی خودکفا هستید، دنبال آدم دیگری نمی گردید تا کامل تان کند. شما با دیگران همذات پنداری نمی کنید و قربانی نمی شوید. شما می دانید کجا ایستاده اید طبق حقیقت درونی تان زندگی می کنید - هر چه باشد. شما همان چیزی را دارید که یونگ در این جا آن را خود تقسیم نیافته می نامد. در محور ماریا، این همان «یک به مثابه چهارم» است.

یعنی دیگه به کسی احتیاج ندارید؟

درست است. خوب، دست کم در قیاس با گذشته. هیچ کس کاملاً یکی نیست. قبلاً در این باره حرف زدیم. و ما هرگز کاملاً آگاه نمی شویم. در این باره هم حرف زدیم. فرافکنی و کشمکش همیشه ممکن است. این چیز بدی نیست و ما را آماده نگه می دارد. شاید دفعه بعد آگاه شدیم.

به تفاوت بین عاشق بودن و مهر ورزیدن فکر کنید. وقتی عاشق هستید، مطلقاً به شخص دیگر احتیاج دارید و نمی توانید بدون او زندگی کنید. این برای شروع خوب است. کی می تواند آن را نخواهد؟ این کاملاً طبیعی است، به مفهومی که یونگ از این واژه استفاده می کند و می گوید «برای محتوای ناآگاه کاملاً طبیعی و بدیهی است که فرافکنی بشوند».

- اما اگر به این نحو پیش برود، رابطه را می کشید. احتیاج با عشق سازگار نیست. احتیاج به منطق کسب قدرت بر دیگری بدل می شود، و به ترس مطروف از این که دیگری را از دست بدهد و به انزجار ظرف می انجامد.

اما وقتی خودکفا هستید از همه این ها آزادید. شما فضای مقدس خودتان - ظرف مقدس خودتان - را دارید. ممکن است کسی را به داخلش دعوت کنید، اما مجبور نیستید. به علاوه شما به آزادی و خلوت دیگری احترام می گذارید. این جا در هر رابطه ای، بهترین حد فاصله هست. و رابطه از طریق آزمون و خطا و با حسن نیت تکامل پیدا می کند - البته اگر دیگر فشار نیاورید تا چیز بیشتری به دست بیاورید.

شوهر من باید این را بشنود.

این نوع زندگی خیلی تنها به نظر می‌رسد، یعنی همه آن اتاق‌ها مال خودتان است.

در واقع اتاق‌ها کاملاً پر است. اگر خودتان را بشناسید می‌بینید که چقدر عقده دارید و دیگر هیچ وقت تنها نیستید.

جان دان^۱ گفته هیچ مردی جزیره نیست.

من دان را دوست دارم اما شاید او برون‌گرا بوده است. برون‌گراها با دنیای بیرون خیلی راحت‌تر ارتباط برقرار می‌کنند تا با خودشان.

اما آن‌ها سایه‌های درون‌گرا دارند.

درست است. نکته خوبی بود. وحدت یا کمالی که ظرف و مظروف با برقراری رابطه نزدیک با کسی دیگر دنبالش هستید فقط در درون، در رابطه با خود شخص بافت می‌شود.

این مستلزم شناختن وجوه دیگر خودتان، به‌خصوص سایه‌تان و قطب جنس مخالف‌تان، آنیما و آنیموس است. این امر «طبیعی» نیست بلکه تحول بسیار پیچیده‌ای در تکامل آگاهی انسان است. من به جرأت می‌گویم که این کار مهم‌تر از قدم گذاشتن انسان روی کره ماه است. ظاهراً یونگ احساس می‌کرد که همه آدم‌ها نمی‌توانند چنین کاری بکنند، اما به اعتقاد او این «خود جوهر رابطه روانشناسانه ازدواج است.» (پاراگراف ۳۳۷).

خوب، تقریباً وقت‌مان تمام شده؛ می‌بینید این اصطلاح ظرف و مظروف چقدر غنی است.

آیا راه‌های دیگری برای تفسیر آن هست؟

شاید به تعداد روانکاوان موجود در دنیا! ادینجر^۱ در کتاب تحول سیمای خدا آن را الگوی رابطه بین خود و خویشتن می‌بیند.

این رابطه چطور کار می‌کند؟

خوب، عظمت خویشتن - یونگ گفته که خویشتن را به خوبی می‌توان خدای درون نامید - و قابلیت‌های بی‌شماری که معرف آن‌هاست، به عنوان ظرف کار می‌کند، خود، که وجه زمینی است و به چیزهای ممکن محدود است، به عنوان مظهر و عمل می‌کند.

در آغاز روند رشد، وقتی جوان هستیم، بین خود و خویشتن همذات‌پنداری‌ای هست شبیه آن‌چه که بین عشاق هست. طی روند رشد فردیت، تفکیک خود از خویشتن می‌تواند همان قدر دردناک باشد که جدایی زوجین در ازدواج. ادینجر می‌نویسد.

شخص باید تجربه طلاق‌ها و از خود بیگانگی‌ها و از دست دادن‌های اتصال با تصویر خدا را از سر بگذارند تا رابطه خود با خویشتن سرانجام تکامل پیدا کند و به صورت چیزی آگاه در آید، نه چیزی ناآگاه.

ببینید، وقتی آگاهی از وجود برخی جوانب خویشتن با خبر می‌شود و آن‌ها را می‌شناسد، یا مجسم می‌کند، دنیای خویشتن آرام آرام به صورت دنیای خود در می‌آید. این به منزله محدودیت برای خویشتن و امکاناتی است که معرف آن است، درست مثل ظرفی که احساس می‌کند فضای خیلی کمی به آن اختصاص داده شده است.

این خیلی عمیق است.

همه این‌ها جزو روند رشد فردیت است، و در این روند وظیفه اصلی

خودآگاهی این است که رابطه روانشناسانه‌ای با آن «قدرت برتر» درون برقرار کند. همان‌طور که گفتید این خیلی عمیق است اما شبیه همان چیزی است که در سطح دنیوی بین خود شخص و دیگران رخ دهد.
سؤال آخر؟

آیا هیچ فرقی بین رابطه روانشناسانه و روان‌شناسی رابطه هست؟

اگر دقیق بخواهیم صحبت کنیم، رابطه روانشناسانه یعنی رابطه آگاه، و روان‌شناسی رابطه یعنی آن‌چه که در جریان آگاه شدن رخ می‌دهد. من شخصاً فکر می‌کنم فرق‌شان لغوی است. هر دوی این‌ها به شناختن خودتان ربط دارند.

برای اوقات جالبی که در اختیارم گذاشتید متشکرم.