



۵۷	پیشگفتار یک
۵۹	پیشگفتار دو
۲۱	مقدمه
۳۹	فصل یک : جدایی از زنانگی
۴۱	مادران : قربانی یا مقصر؟
۴۴	طرد زنانگی
۴۷	سفر آغاز می‌شود : جدایی از مادر
۴۹	مادر اعظم و مادر وحشتناک
۵۲	طرد مادر
۵۵	جدایی از مادر خوب
۵۷	طرد بدن زنانه
۵۹	یک تجربه از طرد وجه زنانه ...

۶۱	طرد دختر توسط مادر
۶۵	فصل دو : همذات‌پنداری با مردانگی
۶۷	دختران پدر
۷۱	پدر در جایگاه متحد دختر
۷۳	همذات‌پنداری با پدر : دختر بابا
۷۷	زن قهرمان در جستجوی متحدانی چون پدر
۷۹	وقتی متحد مذکر مثبت در زندگی ...
۸۴	اعتیاد به کامل بودن
۸۶	یادگیری قوانین بازی با بابا
۸۹	زن قهرمان و یافتن هویت
۹۱	فصل سه : جاده امتحانات دشوار
۹۳	روبارویی با غول‌ها و هیولاها : در جستجوی گنج
۹۶	افسانه وابستگی
۱۰۰	هیولای دو سر
۱۰۴	افسانه حقارت زنان
۱۰۶	کشتن غول مستبد یا منتقد بی‌رحم درون
۱۰۹	افسانه عشق رماتیک
۱۰۹	شوالیه زره‌پوش در جستجوی دوشیزه دربند
۱۱۰	افسانه سایکی و اروس
۱۱۰	تحول عمیق درونی از جایگاه ...
۱۱۵	فصل چهار : آرزوی موهوم موفقیت
۱۱۷	استعاره ابرزن

۱۲۰	پیامدهای ابرزن شدن
۱۲۴	متظاهر بزرگ
۱۲۸	افسانه هرگز کافی نبودن
۱۳۳	فصل پنج : زنان قوی می‌توانند نه بگویند
۱۳۶	احساس خیانت
۱۴۰	وقتی گرمای درونی وجود یک زن ...
۱۴۰	خشکی روح
۱۴۲	وقتی پدر به دختر خیانت می‌کند : افسانه ایفی ژنیا
۱۵۰	گذر از دنیای مردسالار ...
۱۵۳	وقتی زنان «نه» می‌گویند چه اتفاقی می‌افتد؟
۱۵۶	نه گفتن، مقدمه ملاقات با مادر اعظم
۱۶۱	فصل شش : سفر به سرزمین تاریک روح
۱۶۳	تشریف زنان به جهان زیرین
۱۶۸	جستجوی قطعات گمشده وجود
۱۷۲	رمز و رازهای مادر / دختر
۱۷۲	افسانه دیمیترا، پرسفون و هکاته
۱۷۸	اندوه مادر : الهه گندم
۱۸۲	هبوط اینانا : جستجوگر سرگردان
۱۸۶	ملاقات با مادر تاریک
۱۸۹	رنج آگاهانه و بازگشت
۱۹۳	فصل هفت : میل شدید برای پیوند دوباره با زنانگی
۱۹۵	رؤیای بچه کرم

۱۹۷	جدایی جسم و روح
۱۹۹	جنسیت زنانه
۲۰۱	نفی غرایز زنانه ...
۲۰۴	این بدن من است
۲۰۶	رابطه با احساسات زنانه : درپوشی روی قلب
۲۰۸	اندوه جدایی از زنانگی
۲۱۰	مادربزرگِ عنکبوتی ...
۲۱۴	زنانگی در نقش حافظ و نگهدارنده
۲۱۵	زنانگیِ خلاق : ماریج در حال تغییر
۲۱۸	پاکسازی ظرفِ زنانه ...
۲۲۱	فصل هشت : شکاف روحی بین مادر و دختر ...
۲۲۴	دخترانِ مادری‌نندیده ...
۲۲۸	عقده مادر : گره‌ای بر روان جمعی
۲۳۰	در جستجوی مادرِ شخصی
۲۳۴	زن خردمند درون
۲۳۶	شفا در طبیعت و جامعه
۲۳۷	مادربزرگ، راهنما و زن با بصیرت
۲۴۰	زنان اسطوره‌ساز
۲۴۳	سرچشمه تصاویر الهه
۲۴۵	رؤیای زن قدرتمند
۲۴۷	واژه‌ها و نوشته‌های زنانه
۲۴۸	پس گرفتن تاریکی

۲۴۸	بازپس‌گیری زن سرکوب شده
۲۵۴	بازپس‌گیری قدرت زنانه
۲۵۹	فصل نه : یافتن مردِ مهربان درون
۲۶۱	شفای مردانگی زخمی
۲۶۴	مردانگی بی‌پیوند با زنانگی
۲۶۶	آزادسازی قدرت زنانه
۲۶۷	ازدواج مقدس
۲۶۹	زن خردمند و مرد مهربان درون
۲۷۴	قدرت‌های شفابخش زندگی : هیلدگارد
۲۷۵	رؤیای وحدت مقدس
۲۷۹	فصل ده : فراسوی دوگانگی
۲۸۴	نقش مردسالاری در ایجاد شکاف ...
۲۸۷	چشم‌انداز جامع دایره‌ای
۲۹۱	ماهیت دوگانه الوهیت
۲۹۳	مسیحیتِ سلتی
۲۹۵	دایره، الگویی برای زندگی
۳۰۱	نتیجه‌گیری
۳۰۷	آشنایی با ساختار روان ...
۳۱۹	منابع و مآخذ



[بازگشت زنان به هویت از دست رفته]

کارل گوستاو یونگ روان تحلیل گری بود که ابتدا به شدت به روانکاوی فروید علاقمند بود و از آن دفاع می کرد ولی بعدها انتقادهای او به فروید منجر به جدایی آنها شد. یونگ گرچه نسبت به نگاه فروید که همه چیز را جنسی می دانست معترض بود، اما بیش از هر نظریه پرداز دیگری بر اهمیت و نقش فرایندهای ناهشیار و کهن الگوها بر رفتار انسان تأکید داشت. یونگ نقش های متفاوتی را برای زنان و مردان قائل بود. در نظریه یونگ همه انسان ها بخشی از جنس دیگر را در درون خود دارند و کهن الگوی آنیما معرف بخش زنانه روان مردان و کهن الگوی آنیموس معرف بخش مردانه روان زنان است. زنان در اصل هیجانی و مراقبت کننده و مردان در اصل منطقی و مقتدرند و تحلیل گران یونگی وظیفه خود می دانند که به جنبه های زنانه و مردانه انسان ها توجه کنند.

البته این مفاهیم در نظریه یونگ نقش های کلیشه ای جنسیتی

را تقویت می‌کند و معتقد است که ماهیت زنان با مردان متفاوت است و لذا هر یک اهداف، آرزوها و مسیر خاص خود را باید دنبال کند، در غیر این صورت باید منتظر عواقب جبران‌ناپذیر این انتخاب باشد. البته رویکردهای فمینیستی با چنین تعبیری از زنان و مردان مخالفاند، اما توجه به کهن‌الگوها آگاهی‌بخش و هشیار و ناهشیار هر جنس را از جنس دیگر افزایش می‌دهد. عقاید یونگ به شدت در میان مردم آمریکا معروف شد و یکی از دلایل این معروفیت مجموعه تلویزیونی جوزف کمپبل بود که اهمیت اسطوره در زندگی مدرن را به نمایش می‌گذاشت. خانم مورین مورداک نویسنده این کتاب پس از سال‌ها مطالعه در محضر آقای کمپبل متوجه شد که او فقط به سفر مردان قهرمان معتقد است و برای سفر زنان قهرمان جایگاه و مسیر خاصی قائل نیست و زن قهرمان را وسیله سفر مرد قهرمان می‌داند. در حالی که خانم مورداک در تجربیات زندگی شخصی خود و روان‌درمانی با زنان متوجه درد و رنج و نارضایتی آنها از سفر قهرمانانه شد، سفری که متفاوت و پیچیده‌تر از سفر مردان قهرمان است. سفر زن قهرمان از مرحله جدایی از بخش مردانه یعنی جدایی از ارزش‌های سنتی زن بودن مانند خانه‌داری، مادری و وابسته بودن شروع می‌شود و پس از همانندسازی با بخش مردانه، روبه‌رو شدن با دشواری‌های این سفر و کسب موفقیت، بار دیگر نیازمند بازگشت به بخش زنانه خود است و بالاخره به یکپارچه کردن بخش زنانه و مردانه یعنی آنیما و آنیموس خود می‌پردازد، دوگانگی را پشت سر گذاشته و به تمامیت وجود خود دست می‌یابد. البته خانم مورداک این الگوی جالب سفر دایره‌وار زن قهرمان را با در نظر گرفتن الگوی سفر کمپبل و مبتنی بر افکار یونگ و

مؤلفه‌هایی از روابط شیئی به تصویر کشید که برای خوانندگان این کتاب به‌خصوص زنان می‌تواند جالب و آموزنده باشد و الگوی ارائه شده در این کتاب را می‌توان با تجربه‌های شخصی خود نیز مقایسه نمود.

خانم طهماسبی که در زمینه روانشناسی یونگ کار می‌کند از من درخواست نمود که پیش‌گفتاری بر این ترجمه بنویسم که با توجه به محتوای جالب و اینکه این اثر را مفید و جالب یافتم، این کار را پذیرفتم. من به‌عنوان روانشناس و عضو هیأت علمی دانشگاه این کتاب را در تدریس نظریه یونگ در درس نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی به دانشجویان کارشناسی ارشد و دکتری توصیه می‌کنم.

این کتاب همچنین می‌تواند برای روان‌تحلیل‌گرانی که با نظریه یونگ کار می‌کنند و یا از مؤلفه‌های این نظریه در رویکردهای درمانی خود با زنانی که الگوها و مسیرهای غلط مردانه را برای سفر اجتماعی و کسب موفقیت موهوم تقلید کرده‌اند و ماهیت زنانه خود را از دست داده و به دنبال تحسین و خشنودی دیگران فرسوده و دچار مشکلات جسمی و روانی شده‌اند به کار گرفته شود تا بدین طریق زنان به صدای درون خود گوش داده و بخش‌های سرکوب شده وجود خود را به رسمیت بشناسند. مطمئن هستم که استادان و دانشجویان و سایر علاقمندان به مباحث روان‌تحلیل‌گری یونگ از این کتاب استفاده خواهند کرد.

دکتر سیده خدیجه آرین

روانشناس و عضو هیأت علمی دانشگاه علامه طباطبایی



[سفر زنانگی؛ سفری بی نقشه]

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

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

از پیچیده‌ترین وجوه انسان یعنی وجه زنانه وی، چرخه سفر زندگی را ترسیم کند. با اینکه خود وی اذعان می‌دارد که زنانگی سفر به روی آب‌های بی‌نقشه است، اما آنچه وی ارائه می‌کند، تصویری از تجربیات مشترک زنانی است که خود نیز مانند آن‌ها منزل‌های مختلف سفر را گذرانده است. من معتقدم، در این برهه از زمان که زنان کشور ما در مسیر تحصیلات عالی و اشتغال به کار گام‌های بزرگی برداشته‌اند، چرخه‌ها و منزلگاه‌های ارائه شده در کتاب برای زنان ایرانی قابل درک و استفاده است. به‌ویژه که با بهره‌مندی از این تجارب می‌توان از تکرار اشتباهات صورت گرفته در غرب نیز خودداری کرد. سفر زنان برای شناخت ژرفای خویشتن، سفری بسیار کهن و حتی اسطوره‌ای است. زنان از دیرباز به گرد آتش جمع می‌شدند و احساسات و دانش خود از زندگی را با یکدیگر به اشتراک می‌گذاشتند. اما از زمانی به بعد (به‌ویژه پس از انقلاب صنعتی) به زنان این‌گونه القاء شد که دست از این کارهای زنانه (با لحن تحقیرآمیزی که بیشتر ما به‌خوبی می‌شناسیم) بردارند و فرصت‌های جدید شغلی را در آغوش بگیرند. زنان چندین نسل باور کردند که پرورش فرزند آدمی در مقایسه با دستمزد کار بیرون از خانه، بی‌ارزش است و جمع شدن زنان در کنار هم و سخن گفتن از عواطف و احساسات نسبت به زندگی کاری بیهوده و بی‌ثمر است. نتیجه آن شد که در این گسست رخ داده میان زنان و زن بودن، بخشی از خرد و دانش زنانه که سینه به سینه از مادر (یا جمع‌های مادرانه) به دختران منتقل می‌شد، از دست رفت. نسبت دادن الفاظ تحقیرآمیز (مثل خاله‌زنک‌بازی) به ارتباطات زنانه، بخش

عمده‌ای از زنان را واداشت تا آنچه را از سوی زنان نسل قبل می‌آمد به کلی منکر شوند و خود را روشنفکتر و فرهیخته‌تر از همه زنان ماقبل خود بدانند. در حالی که بخش عمده‌ای از دانش زنان نسبت به زندگی، دانشی شهودی، غریزی و درونی است که در ارتباط زنان با یکدیگر عمق می‌یابد و درک می‌شود. با این توضیحات، ممکن است تصور کنید که این کتاب در پی نفی دستاوردهای اشتغال و تحصیل زنان است که ابداً چنین نیست. آنچه خانم موردآک به چالش می‌کشد، پیروی تمام از قرائت مردانه برای زندگی است. اینکه ما باور کنیم که برای مثال سند شش دانگ تجارت و شیوه‌های آن را به نام مردان زده‌اند و هر زنی که بر این وادی وارد می‌شود، پیش از گاه ورود باید رخت زنانه از تن به در کند و همچون یک مرد در این عرصه ورود نماید. آنچه در این کتاب نفی می‌شود، قربانی کردن زنانگی در ازای موفقیتی موهوم در دنیایی است که مردان همه قواعد بازی را از قبل معلوم کرده‌اند و زنان برای ورود به بازی مجبور به پذیرش این قواعد می‌شوند. و آری! این چالشی جدی و سفری طولانی است که زنان را به بازگشت به سوی خویشتن ترغیب می‌کند.

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

عمیق میان انتظارات و امیدها با آنچه به وقوع پیوسته است. زنانی که اندیشیده بودند پس از فتح تمام قله‌های شغلی و اثبات توانمندی‌های خود به دنیای مردان به حس شادمانی و رضایت و سرخوشی محض می‌رسند، به‌جای آن پوچی و اندوه را تجربه می‌کنند. زنانی که فکر می‌کردند با «بله» گفتن به همه، با از خود گذشتگی بیش از حد و با آغوشی همیشه باز، روزی می‌رسد که اهل خانه آنان را چون ملکه‌ای عزیز که فقدانش در خانه تحمل‌ناپذیر است، تقدیر می‌کنند و آنچه به‌دست می‌آورند آشیانه‌ای خالی و زندگی در تنهایی یا تلخی و ناخشنودی از عمر پشت سر گذاشته شده است. سفر به وادی زنانگی با پرسش‌های دردناکی آغاز می‌شود. اما پرسش‌های دردناک از شر آنها خلاص شوید، همراه آنها از شر خودتان هم خلاص خواهید شد!

این سفر مکان خاصی را هدف نگرفته است. قرار نیست شمشیر به‌دست بگیریم و به جنگ اژدها برویم. در این سفر، شمشیرها در غلاف است و نقشه گنج در گنجه! این سفر شیرجه‌ای است به درون خود. سفری به ژرفای خویشتن خویش.

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

آنچه به‌صورت پاورقی تحت عنوان ناشر بر کتاب افزودم، تنها نکات مختصری است که شاید ذهن خواننده ایرانی را به برخی مطالب نزدیکتر کند. این کتاب برای جامعه امریکایی نوشته

شده و با فرهنگ و اعتقادات و ارزشهای جامعه اسلامی ایران سازگار و هماهنگ نیست لذا با در نظر گرفتن و لحاظ اعتقادات و ارزش‌های بومی و فرهنگ اسلامی از مطالب کتاب استفاده گردد. در پایان به دوستانی که علاقه‌مندند به صورت اختصاری با تئوری روان‌شناسی تحلیلی آشنا شوند توصیه می‌کنم قبل از مطالعه کتاب ضمیمه آشنایی با ساختار روان از دیدگاه روانشناسی تحلیلی را که در پایان کتاب آمده است مطالعه کنند. دانستن نظرات و تجربیات خوانندگان گرامی کتاب برای ما بسیار ارزنده است. همه راه‌های ارتباطی با بنیاد فرهنگ زندگی در پایان کتاب ذکر شده است.

مریم طهماسبی

پژوهشگر روانشناسی زنان



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

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

آوردن یا به هم پیوستن دوباره روان مادر و دختر شفا داد.

نور هال، ماه و باکره^۱

طی سال‌هایی که به‌عنوان درمان‌گر با زنان سروکار داشته‌ام، بارها و بارها از زنانی در محدوده سنی بین سی تا چهل سال شنیده‌ام که از موفقیت‌هایی که در بازار کار به‌دست آورده‌اند ناراضی هستند. آن‌ها، این نارضایتی را به‌صورت احساس مفید نبودن، پوچی، عجز و حتی احساس خیانت بیان می‌کنند. این زنان از شیوه معمول زندگی مردان که اصطلاحاً «سفر قهرمانی مردان» می‌نامیم استقبال کرده و موفقیت تحصیلی، هنری یا مالی کسب کرده‌اند، اما برای بسیاری از آن‌ها این پرسش همچنان باقی است که این همه تلاش چه فایده‌ای دارد؟ درواقع، انگیزه کسب موفقیت در زندگی، این زنان را وادار کرده است با فشار کار بیش از حد، خستگی، فرسودگی و ابتلا به بیماری‌های ناشی از فشارهای روحی مواجه شوند و در نتیجه هم‌اکنون نمی‌دانند چگونه باید از این مخمصه خارج شوند. وقتی آن‌ها برای اولین بار به‌دنبال کسب موفقیت و تأیید و تحسین دیگران رفتند، انتظار چنین عاقبتی را نداشتند. تصور نمی‌کردند برای اینکه «در اوج قله» باشند، مجبور شوند تا این اندازه از جسم و روح خود مایه بگذارند. با مشاهده آسیب جسمی و عاطفی زنان در طول این سفر زندگی قهرمانانه، به این نتیجه رسیدم که علت این همه رنج و درد، این است که آن‌ها در زندگی خود الگویی را انتخاب کرده‌اند که «وجود» اصلی آن‌ها را انکار می‌کند. همیشه آرزو داشتم ارتباط سیر زندگی یک زن را با سفر یک زن قهرمان درک کنم. این آرزوی دیرین، برای من انگیزه‌ای شد تا در سال ۱۹۸۱ با جوزف کمپبل^۲ صحبت کنم. می‌خواستم

نظر کمپبل را هم بشنوم. وقتی او گفت که زنان نیازی به سفر ندارند، شگفت زده شدم. کمپبل به من گفت: «مسئله مهم این است که در کل سنت اسطوره‌ای، زن آن جایی است که باید باشد و تنها کاری که لازم است انجام دهد این است که دریابد، او در حالت عادی در همان موقعیتی قرار گرفته است که سایر مردم می‌خواهند به آن برسند. زمانی که زن، شخصیت شگفت‌انگیز خود را به درستی بشناسد، هیچ‌گاه با این تفکر که باید شبیه مرد باشد و مانند او رفتار کند، گیج نمی‌شود.» پاسخ او برای من بسیار عجیب بود و آن را کافی نمی‌دانستم. زنانی که می‌شناسم و با آن‌ها کار می‌کنم نمی‌خواهند در مقصد و انتهای راه قرار داشته باشند؛ نمی‌خواهند جایی باشند که سایر مردم می‌خواهند به آن برسند. آن‌ها نمی‌خواهند تجسم پنه لویه^۳ باشند و صبورانه انتظار بکشند، تا ابد بیافند و سرانجام بافته‌ها را از هم باز کنند. نمی‌خواهند به فرهنگ مسلط مردانه و خدایان مرد خدمت کنند، بلکه به الگوی جدیدی نیاز دارند که بتوانند تشخیص دهند زن کیست و چیست. آن ترویت^۴ در کتاب خود به نام «کتاب روز: یادداشتهای روزانه یک هنرمند» می‌نویسد: مفهوم عمیق رمز و راز زنانگی به نظر دلپذیر می‌آید و فکر می‌کنم همیشه مرا به این احساس آرامش بخش باز می‌گرداند که به مفهومی بسیار عمیق‌تر از آنچه که واژه‌ها بتوانند بیان کنند، در همان جایگاهی هستم که باید باشم. به همین ترتیب مردان نیز می‌توانند نوعی مفهوم عمیق رمز و راز مردانگی را احساس کنند که من فقط می‌توانم آن را تصور کنم. پذیرش

1: Nor Hall, The Moon and the Virgin.

2: . Joseph Campbell

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

4: . Anne Truitt

تفاوت‌های زنان و مردان کاملاً معقول است. اینکه زنانگی برای من «خانه» است، به این معنا نیست که من می‌خواهم همیشه در خانه بمانم. اگر من هرگز از خانه بیرون نروم راکد می‌شوم. من بیش از آن انرژی، کنجکاوی و نیرو دارم که این قدر محدود بمانم. در محدودیت، کل حوزه‌های وجودم یا ناقص می‌ماند یا صدمه می‌بیند. اگر بخواهم نسبت به خودم مسئول باشم - که می‌خواهم - باید بتوانم آمال و آرزوهای خود را دنبال کنم. در واقع، زنان باید در فرهنگ جامعه معاصر به جستجو پردازند تا بتوانند طبیعت زنانه خود را به‌طور کامل بشناسند و در آغوش بکشند و بیاموزند چگونه به‌عنوان یک زن برای خود ارزش قائل شوند و فاصله عمیقی را که در درون خود به‌علت کمبود انرژی زنانه احساس می‌کنند شفا بخشند. این سفر درونی بسیار مهمی است که زن را به یک انسان کاملاً منسجم، متعادل و کامل تبدیل می‌کند. سفر زن قهرمان نیز مانند بیشتر سفرها دشواری‌های خاص خود را داراست. مسیر این سفر نه ایستگاه راهنمایی دارد، نه راهنماهای قابل تشخیص، نه نقشه و نموداری برای سفر وجود دارد و نه از نظر تقویمی می‌توان سنی برای آغاز آن در نظر گرفت. سفر قهرمانی از هیچ خط مستقیمی پیروی نمی‌کند. این سفر، سفری است که به‌ندرت تأیید و تصدیق دنیای بیرونی را دریافت می‌کند؛ در واقع اغلب، دنیای بیرون در آن مشکل ایجاد می‌کند.

الگویی که برای سفر قهرمانی زن در این کتاب آورده شده است تا حدی از الگوی سفر جستجوگرانه و قهرمانانه کمپبل گرفته شده است. اما زبان و مراحل آن ویژه زنان است و الگوی ظاهری آن خیلی زنانه به‌نظر می‌رسد. من شخصاً این سفر را در مرحله‌ای

از زندگی با دردی که در ناحیه کمر به آن دچار شدم آغاز کردم. بعد از پایان تحصیلات دانشگاهی در بهار ۱۹۸۳، یک دوره آموزشی را در «مؤسسه خانواده لوس آنجلس» می‌گذراندم و یک روش درمانی به نام «مجسمه‌سازی خانوادگی» را می‌آموختم. در روش مجسمه‌سازی خانوادگی، صحنه‌ای از یک نمایش اجرا می‌شود که مدام در خانواده هم‌خون شخص تکرار شود مانند صحنه معمول صرف شام. در این نمایش، من در صحنه صرف شامی شرکت می‌کردم که مادر، پدر و خواهر کوچکترم در آن حضور داشتند. من در نقش خودم و سایر دانشجویان در نقش سایر اعضای خانواده‌ام نمایش را اجرا می‌کردند. در یک دوره زمانی، خانواده من وضعیت خشک و منجمدی داشتند و هنگامی که من و دوستانم در این نمایش به اجرای این صحنه پرداختیم، ناگهان یکی از مهره‌های کمرم تیر کشید. من دیگر نمی‌توانستم برای حفظ صلح و آرامش در خانه خم و راست شوم. مجبور شدم سه روز بی حرکت بمانم. در تمام این مدت کف اتاق نشیمن خانه بر روی شکم دراز کشیده بودم و بر درد و رنج خانواده‌ام می‌گریستم، درد و رنج خانواده‌ای که یاد گرفتم برای فراموشی مشکلات آن، سخت کار کنم و موفقیت‌های بسیار به‌دست آورم. سپس، از ماورای این اشک‌ها تصویری از سفر قهرمانی در برابرم شکل گرفت و مسیری را دیدم که دایره‌وار در جهت عقربه ساعت می‌چرخید. در مسیر این سفر می‌توانستم ببینم که ابتدا به‌طور بسیار ناگهانی وجه زنانه‌ای را در وجود خود طرد کرده‌ام که خود من معرف آن بودم - یعنی زن وابسته، کنترل‌کننده و لبریز از خشم. بعد کاملاً در سفر آشنای قهرمانانه بیرونی، حضور در جامعه، پیوستن به متحدان مذکر،

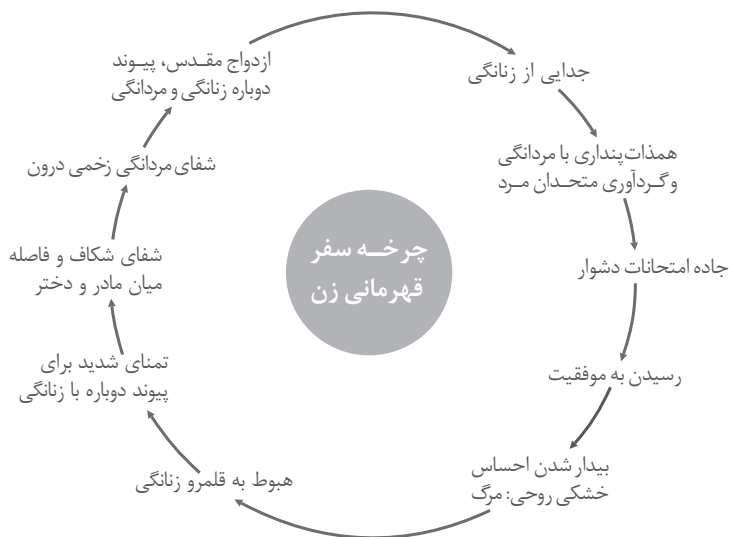
کسب استقلال، اعتبار، پول، قدرت و موفقیت غرق شده‌ام و سرانجام در یک دوره بی‌قراری از خشکی و نومیدی اجباراً به سرزمین تاریک روح - جهان زیرین - سقوط کردم و وجه تاریک زنانگی خود را ملاقات کردم.

در میان این تاریکی، لازم بود فاصله‌ای را که در اثر کمبود یا فقدان ماهیت زنانه در وجود خود احساس می‌کردم و اکنون آن را «شکاف مادر/ دختر» یا «زخم زنانه عمیق» می‌نامم از بین ببرم و آن را شفا دهم. بازگشت از سفر برای من به معنی تعریف دوباره و تصدیق ارزش‌های زنانه و ادغام این ارزش‌ها با مهارت‌های مردانه‌ای بود که طی نیمه اول سفر آموخته بودم. در حقیقت مسئولیت اصلی من در این سال‌ها برای زندگی خودم، درک مراحل سفر بوده است. در این روند، به تدریج به داستان‌های مراجعان و دوستان خود گوش دادم و برای کسب تأیید و تصدیق در جامعه‌ای که مردان بر آن سلطه دارند، به سطح عمیق‌تری از نیازهای خود نگریم.

از دیدگاه من و بسیاری از زنان هم‌نسل من، این سفر، به صورت روندی برای کسب تأیید از نظام‌های مردسالار توصیف شده است، اما همگی ما به این شناخت رسیده‌ایم که نه تنها چنین تأیید و تصدیقی در کار نیست بلکه بسیار مخرب نیز هست. من همان زنی هستم که اصطلاحاً «دختر بابا» خوانده می‌شود، یعنی زنی که بیشتر مواقع با پدر همذات‌پنداری می‌کند، مادر را طرد می‌کند و همواره در پی کسب تأیید و تحسین پدر و ارزش‌های مردانه بوده است. الگویی که در این کتاب برای سفر قهرمانی زن ارائه می‌شود، الزاماً دربردارنده تجربه تمام زنان در تمام سنین نیست و تنها به زنان محدود نمی‌شود. این الگو به

سفر هر دو جنس مربوط می‌شود و تجربه اکثر کسانی را توصیف می‌کند که می‌خواهند فعال باشند و به دنیا خدمت کنند، اما در عین حال از بلایی که جامعه رو به توسعه بر سر روح و روان انسان و تعادل زیست محیطی سیاره زمین آورده می‌ترسند. حرکت در میان مراحل سفر به صورت دایره‌ای تصویر شده است و شخص می‌تواند در یک لحظه، در چندین مرحله سفر باشد. به عنوان مثال، در حال حاضر، من در روان خود هم روی شفای شکاف مادر/ دختر کار می‌کنم و هم این دو بخش را در طبیعت وجود خود به هم می‌پیوندم. پس سفر قهرمانی زن چرخه مداومی از رشد، پیشرفت و یادگیری است. سفر با جستجوی زن قهرمان برای کسب هویت آغاز می‌شود. این «دعوت» به هیچ سن مشخصی اختصاص ندارد، بلکه موقعی رخ می‌دهد که «خویشتن قدیمی» دیگر مناسب آن دوره زندگی نباشد. این زمان، ممکن است موقعی باشد که زن، خانه خود را برای تحصیل در دانشگاه، اشتغال، سفر یا اقدام برای ازدواج ترک می‌کند. سفر قهرمانی زن در اثر «جدایی از زنانگی» آغاز می‌شود و با «ادغام مردانگی و زنانگی» پایان می‌یابد. گاهی زن در میان سالی طلاق می‌گیرد، به سر کار یا دانشگاه برمی‌گردد، تغییر شغل می‌دهد، با خانه‌ای خالی (حاصل از فوت عزیزان یا استقلال فرزندان) روبه‌رو می‌شود، یا صرفاً زن ناگهان می‌فهمد هیچ حسی از وجود خود ندارد که بتواند شخصاً مالک آن باشد.

اغلب اوقات در نخستین مرحله سفر، زنانگی مانند خصوصیتی منفعل، دسیسه‌گر و غیرمفید طرد می‌شود. در بیشتر موارد، زنان در جامعه به صورت انسان‌های بی‌تمرکز و بی‌ثباتی تصویر



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

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

برای اینگونه زنان، همه چیز به انجام دادن کار، بالا رفتن از نردبان تحصیلی یا شغلی، کسب اعتبار، مقام، برابری مالی و احساس قدرت در دنیا ختم می شود. برای قهرمان زن، این تجربه کسب اعتبار و قدرت، هیجان انگیز است و به طور کامل از سوی جامعه - جامعه ای که نهایت ارزش را به کاری که انجام می شود می دهد - حمایت می شود. در جامعه امروز، هر چیزی کمتر از انجام دادن «کار مهم در دنیا» فاقد ارزش ذاتی است. قهرمان زن زره خود را می پوشد، شمشیرش را برمی دارد، سریع ترین اسب خود را انتخاب می کند و راهی میدان نبرد می شود. سپس گنج خود را پیدا می کند: مدرکی پیشرفته، مقامی در شرکت، پول، اعتبار و اقتدار. مردان لبخند می زنند، از وی استقبال می کنند و به عضویت او در باشگاه خود، خوشامد می گویند. پس از یک دوره تماشای منظره از بالا و لذت بردن از آن، اداره کردن همه چیز، از جمله کار و بچه ها، ممکن است این احساس در زن به وجود بیاید که «خب، بالاخره رسیدم. حالا نوبت چیست؟» اینک او دنبال مانع بعدی می گردد تا از روی آن بپرد، در پی ترفیع بعدی می رود، در رویداد اجتماعی بعدی شرکت می کند و هر لحظه از اوقات فراغت خود را با انجام دادن کاری پر می کند. او نمی داند چطور توقف کند یا نه بگوید و از فکر ناراحت کردن هرکسی که به او نیاز دارد نیز احساس گناه می کند. کسب موفقیت برای او به صورت اعتیاد درآمده است و قدرتی که تازه به دست آورده با «سرمستی» باورنکردنی همراه است.

اغلب اوقات در این مرحله است که زن با خود احساس ناهماهنگی می کند، ممکن است مبتلا به بیماری جسمی

شود یا تصادف کند. او کم کم می پرسد «همه اینها به چه درد می خورد؟ من همه چیز به دست آورده ام اما احساس پوچی می کنم. چرا اینقدر احساس تنهایی و بیچارگی می کنم؟ چرا احساس خیانت می کنم؟ چه چیزی را از دست داده ام؟» این زن قهرمان برای طرد مفاهیم منفی نسبت داده شده به زنانگی دچار عدم تعادلی با خودش می شود که او را هراسان و دلشکسته باقی می گذارد. او آموخته است که چطور کارها را به طور منطقی و کارآمد انجام دهد؛ اما سلامتی، رؤیایها و شهود خود را در این راه فدا کرده است. درحقیقت، آنچه او از دست داده، رابطه عمیق با طبیعت زنانه خود است. در این زمان، خرد جسمانی حساسیت خود را از دست می دهد، برای خانواده و طرح های خلاق خود وقت ندارد و دوستی های عمیق با زنان دیگر را از دست داده است.

به گفته کمپبل، «زن در وهله اول به پرورش دادن علاقه مند است، زن می تواند بدنی را، روحی را، تمدنی را و جامعه ای را پروراند. اما اگر او هیچ چیزی برای پرورش دادن نیابد حس کارآمدی خویش را از دست می دهد.» به نظر من بسیاری از زنانی که از سفر قهرمانی مردانه استقبال کرده اند، فراموش کرده اند که چطور - خود را - پرورند. آنها گمان کرده اند که برای موفق بودن باید تندوتیز باشند و در این روند بسیاری از آنها سرانجام به سوراخی در قلب خود رسیده اند. آنچه کمپبل درباره بحران میانسالی مردان می گوید، می تواند در رابطه با گيجی و احساس عدم رضایت زنان در برابر موفقیت نیز صادق باشد. کمپبل می گوید: «آنها به نوک نردبان رسیده اند و دریافته اند که نردبان به دیوار اشتباهی تکیه داده