

به نام خدا

فهرست مطالب

۱	عشق در جنگ	۱
۱۳	مرد به دنیا بیاییم یا زن	۲
۵۹	پدران و دختران: عشق در سکوت	۳
۱۰۱	التیام بخشیدن به زخم پدر	۴
۱۲۱	مادر و پسر: زوج غیرممکن	۵
۱۴۹	بهای زنای عاطفی	۶
۱۸۹	داستان غم‌انگیز پسر خوب	۷
۲۱۱	تأملی بر نقش مادر	۸
۲۳۱	عشق و مرارت	۹
۲۸۱	عشق در شادی	۱۰
۳۰۵	عشق‌ورزی به خود	۱۱
۳۲۷	نتیجه	
۳۳۳	سخن آخر	

فعل دوست داشتن یک تن وزن دارد.
وزن دوست نداشتن حتی از آن هم بیشتر است.

فلیکس لکلر^۱

1. Felix Leclerc (۱۹۱۴-۱۹۸۸) کانادایی - خواننده فرانسوی - بازیگر و شاعر، نویسنده، شاعر، بازیگر و خواننده فرانسوی - کانادایی

دیباچه

چای برای دو نفر ...

«چای برای دو نفر و دو نفر برای چای، من و تو و تو و من ...» نخستین بوسه زندگی ام را از دختری که این ترانه را می خواند گرفتم. وای! در واقع فقط بوسه ای تند و آتشین بود. این اتفاق در جنگل و در نزدیکی خانه کودکی ام افتاد. احتمالاً آن زمان چهارده سال داشتم. قلبم به شدت می تپید. آن ترانه، آن اشتیاق، رایحه نمناک جنگل، لبخند دختر محبوبم ... همه و همه به بهترین شکل دست به دست هم داده بودند.

جوان بودم و می خواستم بال هایم را بکشایم. هیچ چیز نمی توانست جلویم را بگیرد. قلب مشتاقم مرا در آغوش دخترانی می افکند که برایم همچون ماوا بودند. فرایندی بسیار ساده و آسان. بر این باور بودم که اگر با دختر مناسبی آشنا شوم همه چیز رو به راه خواهد بود. امروز، چهل و پنج سال دارم، تنها زندگی می کنم و فرزندی ندارم. شریکی برای زندگی دارم، اما هر یک در آپارتمان های مجزا زندگی می کنیم.

فکر می کردم عشق زندگی آسان تری را برایم رقم می زند. در عوض به من ثابت شد که عشق چیزی نیست جز موضوعی پیچیده و بی انتها. با چندین زن آشنا شده ام و حتی گاهی اوقات سعی کردم به یکی از آنها متعهد شوم. اما آن هایی که واقعاً عاشق شان بودم، از من می ترسیدند و در مقابل، من هم از زنانی که واقعاً عاشقم بودند، گریزان بودم. اشتیاق صاف و بی غل و غشم در معرض دام های زندگی روزمره همچون حسادت و خیانت قرار می گرفت.

گرچه سال‌ها تلاش کردم که به هر قیمتی شده عشق بورزم و ده سال با زنی زندگی کردم که رابطه بسیار صمیمانه‌ای با او داشتم – مصمم بودم که عشق بورزم، اما بنا به لچ‌ولج‌بازی و ترس از رنج بیشتر، از این کار رویگردان شدم. در درونم عاشقی پرشور و مشتاق، سخاوتمند و حساس را می‌دیدم که نسبت به رابطه متعهد و مسئول است و از طرفی کسی را می‌دیدم که با تبری در دست، سعی در آسیب رساندن به زنان را دارد. در اعماق وجودم، با شخصیتی کینه‌توز، بزدل و دروغگو مواجه شدم – این‌ها مجموعه‌ای از ویژگی‌هایی بودند که در خود به رسمیت نمی‌شناختم و ترجیح می‌دادم از آن‌ها بی‌خبر باشم. به‌طور حتم این ویژگی‌ها در درونم وجود دارد و اکنون در قضاوت‌های من نسبت به دیگران تأثیرگذار است، چرا که ظرفیت خود نسبت به نور و تاریکی را می‌شناسم.

با گذشت زمان، فهمیدم عشق‌ورزی من، راهی بود برای جبران پوچی‌ای که در درونم احساس می‌کردم. از طریق عشق ورزیدن، ویژگی‌های درونم را پنهان می‌کردم، چون نمی‌دانستم با آن‌ها چه کنم. می‌خواستم زنی را در زندگیم دوست داشته باشم تا مجبور نباشم در تنهایی با درونم زندگی را سپری کنم. باید از کل این موضوع سردرمی‌آوردم. بنابراین به گوشه‌تاریک کودکی‌ام سرک کشیدم تا ریشه مشکلاتم را شناسایی کنم. همچنین به کاوش زندگی‌های زنانی که با آن‌ها آشنا می‌شدم پرداختم و سعی کردم در سرگذشت‌های بیمارانم به سرنخ‌هایی دست پیدا کنم.

به تدریج دریافتم که عشق نیروی پیونددهنده قدرتمندی است که از طریق خواستن شدید و رنج ما را به‌طور اتفاقی در مسیر یکدیگر قرار می‌دهد. اکنون می‌دانم عشق نیرویی است که ما را به رویارویی با خود و نیز دیگران سوق می‌دهد. ما به واسطه‌موانعی که بر سر راه عشق پدید می‌آید، شناخت و کشف خود را آغاز می‌کنیم. بنابراین باید گفت، عشق به ما زخم می‌زند، ما را آسیب‌پذیر می‌سازد و به زمین می‌زند تا بتوانیم آن را با تمام شکوه و جلالش احساس کنیم و آن‌گاه با فروتنی بیشتری آغوش خود را به روی خوشبختی و سعادت بگشاییم.

امروز، بار دیگر قلبم آواز سر می دهد. سفر درونی ام مرا احیا کرده و به آرامش رسانده است. اکنون عشق برای من حالتی است درونی که وابسته به یک شریک یا همسر نیست. اما این را نیز می دانم که تداوم این حالت و بازسازی آن، خود، مستلزم به جان خریدن رنج عشق است. اما آیا کاری باشکوه تر یا الزام آورتر از تجدید عشق بشری هست؟

عشق در جنگ

جنگ در سرزمین عشق آغاز شده است. چرا باید چنین جنگی وجود داشته باشد، آن هم وقتی تنها چیزی که می خواهیم، سعادت و خوشبختی است؟ چرا با کسانی که بیش از همه به آن ها عشق می ورزیم، سر جنگ داریم؟ آیا این جنگ هدفی را دنبال می کند؟ چه کسی این جنگ را اعلام کرد؟ آیا دستاوردی هم دارد؟ و بالاخره این که، چگونه می توان به آن پایان داد؟

در حقیقت، تمام جنگ ها، صرف نظر از این که بر سر چه چیزی آغاز می شود، مبنایی ارضی دارد. جنگ ها وقتی آغاز می شود که دو کشور ادعای حاکمیت بر یک سرزمین را داشته باشند، یا زمانی که مرزهای بین دو ایالت مستقل به درستی مشخص نشده یا به مرور زمان محو شده باشد. وقتی مرزهای مشخص تعیین شده و به رسمیت شناخته شود، هیچ ابهام و هیچ نزاعی در کار نخواهد بود.

اکنون در جامعه ای که در آن تعریف نقش ها و مرزها به طور کلی تغییر یافته است، چالشی به همان نسبت قابل توجه نیز پدید خواهد آمد. چنین عدم قطعیتی منجر به نزاعی وسیع به ویژه در رابطه با تأثیر آن بر خانواده ها و زوج ها خواهد شد. در واقع، از آنجا که امروز نقش های تعیین شده در چارچوب فرهنگ مردسالارانه ما زیر سؤال می رود و جرأت می کنیم مفاهیمی همچون پدر، مادر، مرد، زن، علاقمند به جنس مخالف را مورد سؤال قرار دهیم، ممکن است با تضادی آشکار مواجه شویم که حوزه روابط عاطفی بین مردان و زنان را تحت تأثیر قرار دهد.

از جهتی، می‌توان گفت ما به چنین تضادی نیاز داشتیم تا از الگوهای منسوخ‌ی که نحوه زندگی ما را از پیش تعیین می‌کرد رها شویم. مناقشه، مردان و زنان را به نقطه جوش می‌آورد. درست همان‌طور که طبیعت برای جداسازی برخی ترکیبات و ساختن مولکول‌های جدید نیاز به گرمای شدید دارد، این امر در حوزه فیزیک و روان‌شناسی نیز صدق می‌کند.

اما هر بحران، خطری را پیش روی مان قرار می‌دهد. در فرهنگ چینی، واژه بحران به معنای فرصت و نیز خطر است. می‌توان گفت، بحران امکانی خطرناک برای تغییر را نیز دربر دارد و فرصتی برای خلق نوع جدیدی از رابطه بین مردان و زنان را نیز میسر می‌سازد. ممکن است هر دو جنس با این خطر مواجه باشند که یک عمر با جنگ و ستیز با هم زندگی کنند.

خوشبختی یعنی ...

در سمینارهای عشق و روابط عاطفی، اغلب سخنان را با این پرسش از مستمعین آغاز می‌کنم که آیا حداقل یک زوج خوشبخت را می‌شناسند. اغلب آنان دست‌های‌شان را بالا می‌برند. سه زوج؟ فقط حدود ده نفر از یک گروه پانصد نفری پاسخ می‌دهند. پنج زوج؟ به ندرت دستی بالا می‌رود.

چه آمار حیرت‌انگیزی! آیا زندگی مشترک وهم و خیال یا حتی نوعی آزارطلبی است؟ تقریباً هر کسی یک‌بار در زندگی آن را امتحان می‌کند با این امید که به سعادت‌ی که همواره گریزان است دست پیدا کند. اغلب افراد هویجی را که مقابل‌شان آویزان است دوست دارند، امید رسیدن به سعادت با کسی، ما را به جلو می‌راند؟ آیا به چنین سعادت‌ی دست خواهیم یافت؟

من نیز همچون روان‌تحلیل‌گر یونگی، ژان بوئر^۱ بر این باورم که در حقیقت، عشق بین مردان و زنان به‌جز در چند مورد خاص، هرگز وجود نداشته است. نمی‌توانیم بگوییم در روزگار گذشته سعادت یک واقعیت بود و

1. Jan Bauer

نسل‌های پیشین در آن موفق عمل کردند و ما به نحوی مایوس‌کننده در آن شکست خوردیم. نه! پدیده‌ی زوج خوشبخت - عشق و عاطفه بین مردان و زنان - پیش روی ما... و در انتظار است تا ابداع شود. این به معنای تصدیق شکست نیست، بلکه فرایندی است برای خلق چیزی جدید. همه ما در این زمینه شاگرد محسوب می‌شویم.

اختراع عشق

هدف این کتاب بررسی چالش‌های موجود در روابط عاطفی بین مردان و زنان در برهه‌ای است که به هزاره سوم نزدیک می‌شویم. در این سفر دشواری‌های بسیاری پیش رو داریم... مشکلاتی که به آن‌ها اشاره خواهم کرد. وانمود نمی‌کنم که می‌توانم فرمولی جادویی برای سعادت زندگی مشترک ارائه دهم. نه تنها چنین فرمولی در اختیار ندارم بلکه در حقیقت باور به وجود چنین فرمولی ندارم. من به جای این‌که تدابیر و سازوکارهایی ابداع کنم که این مسیر را آسان‌تر کند، تلاش خواهم کرد تا قفل مفهومی را که ورای این مشکلات نهفته است بگشایم. با پرده برداشتن از برخی الگوها، در معرض دید قرار دادن و شناخت آن‌ها، امید آن می‌رود که بتواند ارتقا داده شود.

کتاب حاضر در ابتدا به بحران ناشی از وضعیت نامطلوب زوج‌های امروزی در ساختاری کمابیش مردسالارانه می‌پردازد. سپس برخی از نظریه‌هایی که در سرتاسر کتاب به کار خواهد رفت، همچون شکل‌گیری «من»، عقده‌های والدین، عزت نفس و کهن‌الگوهای آنیموس و آنیما را شرح می‌دهد. به دنبال آن در بخش‌های یک و دو، به بررسی روابط پدر-دختر و مادر-پسر خواهیم پرداخت، زیرا منشأ اصلی عملکردهای متقابل زوجین است. در حقیقت کمبودهای ناشی از گذشته تا حد وسیعی منحصه‌های وضعیت کنونی را توضیح می‌دهد. در این بخش می‌بینیم که چطور بی‌توجهی و قصور پدر باعث پدید آمدن زنی می‌شود که «خیلی زیاد عشق می‌ورزد» و

چگونه مادری سرکوب شده می‌تواند مردی را پرورش دهد که «از عشق ورزیدن می‌هراسد.» همچنین به بحث پیرامون تضاد درونی خواهیم پرداخت که «پسر خوب» در تلاش برای یافتن قابلیت عشق ورزیدن و «دختر خوب» در تلاش برای ابراز حسی از پیش قدم شدن، با آن مواجه می‌شود. همچنین به شرح افکاری درباره «نقش مادر»، خواهیم پرداخت زیرا متوجه شدم یکی از کتاب‌هایم تحت عنوان پدر غایب، پسران گم شده^۱، تا چه میزان باعث رنجش برخی مادران به‌ویژه والدین مجرد شده است.

در بخش سوم، سخن گفتن در باب عشق را آغاز می‌کنیم. فصل ۹، با عنوان «عشق و مرارت» از مشکلاتی سخن می‌گوید که زوج‌ها هنگام روی آوردن به رفتارهای تکراری با آن‌ها مواجه می‌شوند. این بخش شرح می‌دهد که چرا مردان از آنچه به شوخی می‌توان «سندرم دام» نامید رنج می‌برند و چرا زنان با مشکلات مربوط به «سندرم گره» دست‌به‌گریبان‌اند. فصل ۱۰ با عنوان «عشق در شادی» به بحث پیرامون چالش عشقی کنونی می‌پردازد و راه‌حلهایی ممکن برای کمک به ما در برون‌رفت از این بحران ارائه می‌دهد. سپس به مطرح نمودن برخی مسائل و ارائه نگرش‌هایی در رابطه با ساختن یک زندگی مشترک پایدار می‌پردازد.

این کتاب بخشی درباره «عشق‌ورزی به خود» دارد؛ زیرا به‌نظر من موضوع جدید امروز این است: چگونه کسی می‌تواند دیگری را دوست بدارد، در حالی که هیچ عواطفی نسبت به خود ندارد؟ رابطه عشقی نه تنها فرصتی عظیم برای خودشناسی به ما می‌دهد، بلکه می‌تواند پلی برای ارتباط با فردی دیگر و نیز جهان باشد.

توجه اصلی من در این کتاب معطوف به روابط زن و مرد است، زیرا تجربه زوج‌ها، صرف‌نظر از نوع گرایش جنسی شباهت‌های شگفت‌انگیزی به یکدیگر دارد. همچنین شایان ذکر است پیوندهای متعارف پدر-دختر و

1. Absent Father, Lost Sons

مادر-پسر نسبی است. بدیهی است که در بازی عشق، یک مرد همیشه زنی را که شبیه مادرش است انتخاب نمی‌کند و چه بسازن مزبور در برخی صفات به پدرش شباهت داشته باشد. به همین شکل، ممکن است زنی عاشق مردی شود که به لحاظ روان‌شناختی به مادرش شباهت دارد.

در تفکر روان‌شناختی تعصب وجود ندارد

من مدعی نیستم که حقیقت را می‌دانم. از نظر من، حقیقت همان چیزی است که در واقعیت خود یک فرد تأثیرگذار است و همواره در چارچوبی عظیم‌تر قرار می‌گیرد. سرخپوست‌ها خود را همچون پسران و دختران خدای خورشید می‌دانستند و هر روز آن را پرستش می‌کردند. آن‌ها بر این باور بودند که اگر نسبت به اعمال مذهبی خود بی‌توجه باشند، خورشید طلوع نخواهد کرد. چنین باوری به موجودیت آن‌ها معنا می‌بخشید و با الهام گرفتن از آن در ارتباط نزدیک با طبیعت زندگی می‌کردند. گرفتن این باور از آن‌ها می‌توانست موجب بیماری‌شان شود. این حقیقت روان‌شناختی از واقعیت آن‌ها در آن زمان بود، باوری که امروز می‌تواند تأثیر کمتری داشته باشد. هر انسانی نیاز به اصلی هدایت‌گر یا اسطوره‌ای دارد که به زندگی او معنا ببخشد. در اینجا نکته مهم، هدفمند بودن یا تحقق‌پذیر بودن این معنا نیست، بلکه اشتیاقی است که از این طریق در فرد پدید می‌آید تا بتواند به پیشروی در مسیر زندگی ادامه دهد.

این همان قسم حقیقتی است که من در جست‌وجویش هستم، حقیقتی روان‌شناختی که به ما این امکان را می‌دهد که از زاویه‌ای جدید به تعاملات زوج‌ها بنگریم، حقیقتی که می‌تواند به مشکلات ما معنا بدهد و ما را ترغیب کند تا به زندگی کردن و عشق ورزیدن ادامه دهیم. پس به شما توصیه می‌کنم، از این کتاب استفاده کنید، البته نه به عنوان یک ابزار تحقیقاتی. آنچه را برای‌تان مهم است از آن برداشت کنید، چیزی که به مسائل زندگی‌تان نزدیک است و از بقیه صرف‌نظر کنید.

امروزه عشق تبدیل به یک میدان جنگ شده است و من هیچ راه مطمئنی برای فرار از آن نمی‌شناسم. فقط بنا به تجربه می‌دانم که درون‌گرایی مداوم؛ یعنی توجه به آنچه در درون‌مان رخ می‌دهد، مشاهده عملکردهای خود بدون قضاوت، بخشیدن خود، والدین و هر کسی که در زندگی ما حضور دارد – منشأ آرامشی می‌شود که شادی عظیمی را پدید می‌آورد. به این طریق تا حدی از چنگال رنج رها می‌شویم و زندگی برای‌مان بسیار دلپذیرتر خواهد شد.

رسیدن به این مرتبه از رهایی، مستلزم این است که خانه خود را پاکیزه کنیم. به این معنا که باید در راه عشق پیکار کنیم، چیزی مهم را به دست آوریم. در واقع باید بر سردرگمی خود غلبه کنیم و برای در دست گرفتن حقی که برای خویشتن بودن برای خود قائل هستیم، بجنگیم. بین شیطان و خدا، بین معنویت و مادیت، بین ارزش‌های زنانه و مردانه، مسیری هست که به ما اجازه می‌دهد بر سطحی محکم قدم برداریم، جایی نزدیک به زمین. وقتی ریشه تمام حس‌های‌مان را بشناسیم، با قلبی شادمان و روانی آرام، شادمانی و شغف سهیم شدن در جامعه بزرگ جهانی را درک خواهیم کرد. ما به دنیا نیامده‌ایم که به غرایز جنسی خود پردازیم یا ناامیدانه عشق بورزیم یا این‌که گوشه عزلت‌گزینیم و ترک دنیا کنیم.

در این کتاب با اشک، درون‌بینی، فریاد و خنده مواجه خواهید شد. این کتاب با روحیه‌ای از عشق و آرامش نگاشته شده است. می‌توانید این چشمه را کشف کنید و غم و اندوه سفر زندگی را با آن فرو بنشانید.

۱

عشق در جنگ

تاکتیک‌های کاناپه

زن

او هم اکنون از سر کار برگشته و روی نیمکت لم داده است، خسته اما خشنود است. پس از این‌که کفش‌هایش را درمی‌آورد، خمیازه می‌کشد و کمی عضلاتش را کش و قوس می‌دهد. امروز عصر حرف‌های زیادی برای گفتن دارد و حتی وقتی تو برای آوردن چای به آشپزخانه می‌روی همچنان به صحبت ادامه می‌دهد. او پیراهنی به تن دارد که تو خیلی دوستش داری. در حقیقت خودت آن را برایش انتخاب کرده‌ای چون به او حال و هوای شیطنت‌آمیزی می‌دهد. او زندگی را خیلی جدی می‌گیرد! تو این اوقات را دوست داری، همین زمانی که او در آرامش است و صحبت می‌کند. البته خسته بودن به این آرامش کمک می‌کند. تو موضوع جالب به‌خصوصی پیدا نمی‌کنی، اما حداقل او دارد با تو حرف می‌زند؛ دارد با تو ارتباط برقرار می‌کند.

وقتی حرف می‌زند، تو به سمت کاناپه خم می‌شوی، حالتی هوس‌آلود به تو دست داده است. احساس می‌کنی هم‌اکنون می‌خواهی او را ببوسی، فقط

برای این که این لحظه را جشن بگیری. برای یک بار هم که شده به جای او برای بازی پیشقدم خواهی شد - مسئولیتی که او با ناراحتی از آن شکایت می کند.

او از گوشه چشم به تو نگاه می کند. لبخند می زند و فنجان های چای را برمی دارد و روی میز می گذارد. با لذتی مشهود به نخستین بوسه های پاسخی می دهد. اما هر چه بیشتر اصرار می کنی، بدتر می شود. آشکارا احساس می کنی که او معذب است. احساس می کنی بدنش منقبض می شود، مثل این که تمایلی به ادامه این کار ندارد. هنوز لبخند بر لب دارد، اما چهره اش یخ زده است. دیگر صحبت نمی کند و فنجان چایش را در دست می گیرد.

اضطراب و پریشانی او مشهود است و تو نمی توانی به علت آن پی ببری. شاید هم می دانی، اما آنچه را کم کم درک می کنی، دوست نداری. حقیقت این است که هرگاه تو پیشقدم می شوی، این روند به جایی نمی رسد. هرگز زمان مناسبی نیست. حتی ممکن است بگویند که سرش درد می کند! شاید فکر کنی او پسریچه کوچکی است که از مادرش می ترسد. اما تو مادرش نیستی و نمی خواهی هیچ ربطی به او داشته باشی. اما شاید دلت بخواهد پسر کوچولوی عزیزش را بسته بندی کنی، برچسب «کالای معیوب» رویش بزنی و برایش پس بفرستی.

مرد

او قبل از تو از سر کار به خانه می آید، بوی عطرش تمام آپارتمان را پر کرده و با گرمای آفتاب بعد از ظهر که از پنجره به داخل می تابد، درهم آمیخته است. از تو می پرسد چای می خواهی و تو جواب می دهی چرا که نه؟ خیلی خوشحالی که او را با این روحیه خوب می بینی و هر نیاز و خواسته ای که داشته باشی برایت فراهم می کند. وقتی اوضاع به این شکل است، زندگی زیباست. از این که به شیوه های خیلی خاص تو را لوس می کند، احساس خوشبختی می کنی.

فصل ۱ - عشق در جنگ ۳

وقتی به آشپزخانه می‌رود، تو از هر دری سخن می‌گویی تا او را بخندانی چون می‌دانی که از بلبل‌زبانی تو خوشش می‌آید. همچنان که در حال صحبت هستی، ناگهان احساس می‌کنی که می‌خواهی با او معاشقه کنی و با خودت می‌گویی... اگر او اولین قدم را برمی‌داشت (که او تقریباً هرگز این کار را نمی‌کند)، همین الان قورتش می‌دادی! اما عجب شانس، او خودش پیشقدم شده است - این رؤیا به حقیقت پیوسته است. اما اشکالی در کار است. آیا این همه شور و حال مبالغه‌آمیز نیست؟ چنین اشتیاقی تو را غمگین می‌کند. مثل این است که زندگی او به آن بستگی دارد، مثل این‌که نیاز او به معاشقه چنان زیاد است که هیچ مرد دیگری هرگز نتوانسته آن را برآورده کند.

او فنجانش را روی میز گذاشته و تو را در آغوش می‌گیرد و می‌بوسد. حالا می‌خواهد جمله دوستت دارم را از زیانت بشنود. وای نه! باز دوباره. او همیشه از تو می‌خواهد که بگویی دوستت دارم. بهتر نیست این جمله را برایش ضبط کنی تا تمام روز به آن گوش کند. این وضعیت رفته‌رفته تو را عصبی می‌کند. منشأ نیاز به این همه مهر و علاقه کجاست، نیازی چنان شدید که جرأت نمی‌کنی خیلی به آن نزدیک شوی چون می‌ترسی بلعیده شوی؟ بهانه همیشگی او این است «او پدر نداشته است!» واقعاً! «او پدر نداشته است!» انگار که تو پدر داشته‌ای.

پس از چهارمین بوسه، دست دراز می‌کنی تا فنجانت را برداری. امیدواری او متوجه ناراحتی تو نشده باشد، اما از آنجا که با حس شهودی او آشنا هستی، هیچ‌وقت نمی‌توانی مطمئن باشی. شاید ریختن چای روی فرش راه‌حل خوبی باشد، اما دوباره که به آن فکر می‌کنی، تصمیم می‌گیری به حمام بروی و کمی خودت را جمع‌وجور کنی و موضوع را پشت گوش بیندازی.

زن

خوب، او باز هم دارد فرار می‌کند، اما این بار دنبالش نخواهی رفت. به اندازه کافی تحمل کرده‌ای. دیگر این بی‌تفاوتی مردانه بس است. بس است که مثل

یک دختر خوب رفتار کنی. بس است که غذاهای مورد علاقه‌اش را آماده کنی و در ازای محبتی که هرگز دریافت نمی‌کنی، به تمام تمایلاتش پاسخ بدهی. عصبانیت او ج می‌گیرد و تصمیم می‌گیری دوباره سکوت اختیار کنی. آنچه می‌خواهی بگویی به‌نظر بیش از حد ترسناک و شرم‌آور است. پنج دقیقه پیش می‌خواستی او را ببوسی، اما حالا می‌خواهی با او مثل خودش رفتار کنی. پس کی از حمام بیرون می‌آید.

مرد

همین‌طور که در حمام وقت تلف می‌کنی، به‌خاطر رفتارت خود را ملامت می‌کنی. به‌هر حال، او برای خشنود کردن تو هر کاری کرد. اگر یک بار هم که شده وقتی پیشقدم می‌شد با او همراه می‌شدی... اگر عشقی را که انتظار دارد به او می‌دادی، مختصر دعوای چند روز پیش هم فیصله پیدا می‌کرد. پس با یک دنیا افکار مثبت به اتاق نشیمن بازمی‌گردی.

او را می‌بینی که با فاصله، سرد و خشمگین ته‌کاناچه چمباتمه زده است. در همان لحظه افکار خوبت ناپدید می‌شوند. با خودت فکر می‌کنی «اگر این جنگی است که او می‌خواهد، همان را دریافت خواهد کرد». اجازه نمی‌دهی بر تو سلطه پیدا کند! به‌علاوه، ظاهراً از وقتی شروع به روان‌درمانی کرد و کم‌کم خودی نشان داد، فقط مشکلات افزایش پیدا کرده است. هیچ‌جوری نمی‌شود با او کنار آمد.

بعد که یکی از نطق‌های آتشین خود درباره‌ تعهد را از سر می‌گیری، خونت به جوش می‌آید. کمی چای قورت می‌دهی تا آرام شوی، اما تلخ و بدمزه است. گویی در یک لحظه اصل مشکل را درک کرده‌ای. حالا با یک من‌عسل هم نمی‌شود قورتش داد! به هر چه دست می‌زنی تلخ و بدمزه می‌شود. یک بعدازظهر خراب دیگر و حالا تنها فکری که به ذهنت می‌رسد این است که از خانه بزنی بیرون.

سعی می‌کنی حرفش را قطع کنی و برایش توضیح بدهی، اما او درست همان چیزی را که در ذهنت داری، به تو می‌گوید: «حتماً دوباره می‌خواهی

فصل ۱ - عشق در جنگ ۵

بروی بیرون. شاید فکر می‌کنی ناراحت شده‌ام، اما واقعیت این نیست که من مزاحم تو هستم؟ می‌فهمی عزیزم! به علاوه، آیا واقعاً فکر می‌کنی زن‌های دیگر با من فرق دارند؟ آیا واقعاً فکر می‌کنی هیچ‌وقت بتوانی زن ایده‌آلت را پیدا کنی؟ به خودت نگاه کن!»

بار سنگین یک رؤیا

و دوباره روز از نوروزی از نو! باران سرزنش و اتهام. داد و فریاد. به هم کوبیده شدن درها. یک نفر به قهر خواهد رفت و باز خواهد گشت. جیغ و داد، اشک، تلخی و ناراحتی در هر دو طرف، پشیمانی، کمی بوسه و در یک شب خوب، یک رابطه جبرانی! و پس از چند روز دوباره از اول.

می‌دانم، احتمالاً فکر می‌کنید که این فقط در خانه شما اتفاق می‌افتد. متأسفم که مایوستان می‌کنم، همه جا اوضاع به همین شکل است! البته، هر رابطه‌ای ویژگی‌های خاص خودش را دارد. اغلب این شریک مؤنث است که نمی‌گذارد طرف مقابل به او نزدیک شود. در برخی موارد، خشونت فیزیکی هم رخ خواهد داد. اما در کل، این سناریو همه جا یکسان است. گاهی اوقات فکر می‌کنید انسان، عاشق روابطی است که از برنامه‌ای از پیش تعیین شده پیروی کند.

زن می‌گوید آماده‌ی ایجاد ارتباط با مردی است که بتواند نسبت به او متعهد باشد. او از مرد چیزی را می‌خواهد که پدرش هرگز نتوانست به او بدهد. اما سنگینی چنین انتظاری مرد را می‌ترساند، به‌ویژه از این جهت که او اصلاً نمی‌داند محبت چیست، خواه در رابطه با دیگران یا خودش. او قدرت، شهرت، جنبه‌های فنی و ایده‌ها را می‌فهمد. اما احساسات مقوله دیگری است. او فاقد اجزای اصلی برای این دستورکار عشقی است، اجزایی که زن ادعا می‌کند در اختیار دارد. در نتیجه، مرد در سطح عاطفی، خود را بی‌ارزش می‌پندارد.

مرد از این حیث که نمی‌تواند به رؤیای زن جامه عمل بپوشاند احساس گناه می‌کند و می‌داند که قادر نیست نقشی را که زن از او انتظار دارد به شایستگی ایفا نماید. زن از این ناراحت است که نمی‌تواند مرد را خوشحال کند و هر چه سعی می‌کند به مرد کمک کند تا شاهزادهٔ جذاب رؤیاهایش شود، به این خواسته دست پیدا نمی‌کند. مرد احساس می‌کند تحت سلطه است، از او سوءاستفاده می‌شود و به اجبار از او می‌خواهند چیزی باشد که نیست. وقتی در کنار مادرش بود نیز همین سردرگمی را احساس می‌کرد، مادرش هم آرزو داشت پسرش را تبدیل به شاهزادهٔ خود کند. دوباره همان رؤیا تکرار می‌شود. زن نیز همین درخواست را از او دارد، بدون این‌که حتی بداند.

زن نمی‌داند رؤیایش چه بار سنگینی را به مرد تحمیل می‌کند. مرد نمی‌داند خواسته‌هایش چقدر دشوار است، همین‌طور بی‌توجهی‌اش. او نمی‌داند رفتارش در واقع قیمتی است که به زن در ازای از دست رفتن رؤیایش می‌پردازد. به این ترتیب مرد زن را فریب می‌دهد و او را به تلاشی سخت برای خشنود ساختن خود وامی‌دارد و به تدریج این روند تحمل‌ناپذیر می‌شود. انتظار و به دنبال مرد بودن زن و سکوت و گریز مرد.

تمام اعمال آن‌ها بر ضد انتظاراتی است که از یکدیگر دارند؛ بنابراین هر دو فریب می‌خورند. آن‌ها به هر صورت به بازی ادامه می‌دهند و هر یک با بداندیشی دیگری را می‌نگرد تا ببیند قبل از تسلیم رؤیای خود تا به کجا پیش خواهد رفت. آن‌ها از سرِ درماندگی به این روند ادامه می‌دهند و وقتی به حد کافی جنگیدند و به اندازهٔ کافی یکدیگر را تخریب کردند، با نفرت از هم جدا می‌شوند. زن خواهد گفت که یک بار دیگر مورد سوءاستفاده قرار گرفته است. مرد خواهد گفت که یک بار دیگر در همان دام افتاده است. هر دو رنج خواهند برد، زیرا تلاش‌های‌شان بی‌ثمر مانده است. قرن‌هاست که زنان و مردان با همین آهنگ معیوب رقصیده‌اند، اما به‌راستی تنها یک بحران عظیم نمی‌تواند توجه ما را به تغییر این آهنگ معطوف سازد؟

مردسالاری در اهتزاز

مرد و زن توصیف شده در سناریوی قبلی شبیه بسیاری از زوج‌های عصر معاصر هستند. اما نزاع بین آن‌ها مدت‌ها قبل از عصر آنان آغاز شده است. این نزاع تا حد زیادی از قدرت سازمان‌یافته در پدیدهٔ موسوم به مردسالاری نشأت می‌گیرد، به این معنا که جامعه تحت سلطهٔ قوانین پدر و ارزش‌های مردانه است.

بدین ترتیب، شاید ما نیز بخواهیم سخن اسکار وایلد^۱ را تکرار کنیم، «عشاق با هم یکی می‌شوند... اما کدام یک؟» در زوج‌های سنتی، آرامش خانواده محصول قربانی شدن زن به خاطر منفعت همسرش بود. مردان و زنان با هم یکی می‌شدند و زوجی «مرد» را تشکیل می‌دادند، شخصیتی مطیع دستورات مردسالارانه. زن، فردیت، علائق، آرزوها و خلاقیت خود را فدا می‌کرد تا فرزندانش را پرورش دهد. او در محراب سوگند خورده بود به شوهرش «عشق بورزد، به او افتخار کند و مطیع او باشد» و نام او را بر خود بنهد. از روزی که زنان شروع به مقابله با وضعیت موجود کردند، بحرانی اجتناب‌ناپذیر آغاز شد، زیرا ما فاقد هرگونه الگوی تاریخی هستیم که براساس آن مرد و زن در کنار یکدیگر زندگی کنند و در عین حال بتوانند تمامیت و خودمختاری خویش را حفظ نمایند.

مردسالاری، نظامی از مفاهیم و افکار است که هویت‌های اجتماعی و روانی مردان و زنان را شکل می‌دهد. این طرز تفکر به زنان می‌گوید نقش آن‌ها این است که زیردست مردان باشند. این تفکر مبنایی متعصبانه به این شرح دارد: عمل و اندیشهٔ مردان مهم‌تر از اعمال، تفکر و احساسات زنان است. در نتیجه هر آنچه زنانه، عاطفی و خانگی تلقی شود، کم‌ارزش است. وقتی زنان شروع کردند به اثبات این‌که آن‌ها نیز انسان‌هایی کامل هستند، ساختار مردسالارانه به چالش کشیده شد. از همین جا جنگ بین زن و مرد در خانه و بیرون آغاز شد و تا به امروز هم ادامه دارد. ستیزی که از یک منظر

1. Oscar Wilds

می‌توان در قالب پرسشی بسیار ساده خلاصه کرد: چه کسی خدمات می‌دهد، چه کسی خدمات را دریافت می‌کند؟

ما نیز همچون ادگار مورین^۱، جامعه‌شناس، می‌توانیم بگوییم «زنان مأموران سِریِ مدرنیته هستند.» زیرا شکنندگی تدریجی فرهنگی مردسالارانه، حرکت آن‌ها به سمت خودمختاری را به دنبال دارد. گرچه همیشه بوده‌اند زنانی که مدعی حقوق برابر شده‌اند، اما اخیراً وضعیت آن‌ها دستخوش تغییر چشمگیری شده است. اختراع قرص و رها شدن زنان از بارداری‌های ناخواسته، بدون شک یکی از نخستین برهه‌های سرنوشت‌ساز زندگی آن‌ها بود که در نتیجه آن مردان قدرت خود را در تسلط بر همسران‌شان از دست دادند. وقتی دروازه لذت و شهوت به روی زنان گشوده شد، نقش‌های جنسی سنتی به چالش کشیده شدند. دومین مرحله بی‌ثباتی مردسالارانه به ورود انفجاری زنان به بازار کار در دهه ۱۹۶۰ مربوط می‌شود. در این برهه زنان حضور در حوزه اقتصاد را آغاز و خود را از وابستگی مالی رها کردند. این امر به‌طور مستقیم به جنبش سازمان‌یافته و فعال فمینیسم در دهه ۱۹۷۰ منتهی شد که برابری زنان در تمام حوزه‌های زندگی را رقم زد. طبیعتاً، این مبحث نیز تأثیر عمیقی در حوزه عشق و روابط زن و مرد به‌جای گذاشته است. در اینجا است که برای نخستین بار زوج مدرن وارد جدال می‌شوند و مردسالاری به چالش کشیده می‌شود، زیرا در اینجا فرهنگ‌های متضاد مردانه و زنانه با هم در بوتۀ آزمایش زندگی روزمره قرار می‌گیرند. در نتیجه، در آشپزخانه‌ها و اتاق خواب‌ها در مورد مردسالاری تصمیم‌گیری می‌شود، نه در فضاهای کاری یا سیاسی.

مردسالاری، باوری که درون تک‌تک ما وجود دارد

شاید وهم و خیالی بیش نباشد که فکر کنیم می‌توانیم این نزاع را با جدا کردن خوب و بد از یکدیگر حل کنیم. زیرا ورای این داستان، اکثریت مردان نیز

1. Edgar Morin

فصل ۱ - عشق در جنگ ۹

داستانی دیگر دارند و آن‌ها نیز همچون زنان، مورد ظلم و ستم ناشی از نظام مردسالاری قرار می‌گیرند. مردان ناچارند از یک کلیشهٔ مردانهٔ سخت و قهرمانانه تقلید کنند، قادر به تبادل احساسات نباشند و به طرز قابل توجهی با بخش عظیمی از خویشان خود بیگانه باشند. این فشارها به حدی است که زنان معتقدند مردها بی‌احساس‌اند و وقتی صحبت از تشکیل خانواده و تحصیل فرزند به میان بیاید، مردها هیچ شایستگی ندارند. در نقطهٔ مقابل، مردها بر این باورند که زنان قادر به اندیشیدن نیستند.

ادامهٔ ترویج چنین تعصباتی، به جاودانه ساختن نابرابری‌های نشأت‌یافته از نظام مردسالاری دامن می‌زند. آیا زمان آن فرا نرسیده که مردان و زنان مسئولیت مشترک خود را در این درام تاریخی بپذیرند؟ آیا وقت آن نرسیده که بپذیرند در هر دو سوی ماجرا دژخیمان و قربانیانی وجود داشته‌اند؟ آیا این واقعیت هر دو جنس را ملزم نمی‌سازد که نسبت به جایگاه‌های خود آگاهی بیشتری پیدا کنند؟ حقیقت این است که زنان بسیاری در تقلا برای موفقیت در دنیای مردانه، وارد این بازی «خشن» می‌شوند و از همین طریق قدرت این قانون مردسالاری و حشتناک را تحکیم می‌کنند، قانونی که تأثیری برابر روی مردان و زنان دارد: اگر می‌خواهید بقای خود را حفظ کنید، خود را از عواطف و احساسات جدا کنید!

در حقیقت، تا وقتی چنین دیدگاه‌هایی بر جامعهٔ ما حاکم باشد، «زندگی مشترک» همچون رؤیایی دست‌نیافتنی به قوت خود باقی خواهد ماند. مردانگی پدرسالارانه بر بریده‌های قلب‌ها و کالدها بنا شده است. این نظام بر مبنای سرکوب احساسات و نفسانیت و مسدود ساختن ابراز احساسات خودانگیز بنا شده است. دارویی که این نظام برای تمام بیماری‌های ما تجویز می‌کند، قدرت استدلال انتزاعی است که قانون خود را بر سایر مفاهیم انسانی اعمال می‌کند. این مشارکت جمعی ما - مردان و زنان شبیه به هم - در این افسانهٔ جمعی است که ما را دورتر می‌برد و از زندگی و هر نوع عشق ممکن نسبت به افراد و دنیای پیرامون مان جدا می‌سازد.

در حقیقت، مردسالاری خیلی بیشتر از قدرت اجتماعی و سیاسی سازمان یافته خودنمایی می کند. مردسالاری، موجودیتی انتزاعی و مستقل از ما نیست؛ بلکه قبل از هر چیز و بیش از هر چیز در درون ماست. به عنوان مثال، وقتی همواره بیش از ارزش های عاطفی، به وظایف خود در قبال دیگران اهمیت می دهیم و به عقل اجازه می دهیم تا به طور مستمر بر قلب های مان حکومت کند، در واقع مؤید این است که عواطف و افکارمان را مطابق آنچه نظام مردسالارانه به ما دیکته می کند، مدیریت می کنیم. مردسالاری ما را به طرز وحشتناکی منزوی ساخته است و از این حیث زخمی عمیق بر پیکر هر مرد و زنی وارد آورده است. تنها علاج ممکن برای بیماری های ما این است که عشق و محبت واقعی را بین مردان و زنان گسترش دهیم تا به یکدیگر همچون شرکایی برابر و مکمل بنگرند.

به سمت عشقی نوین

سابقه عشق ورزی بین مردان و زنان چندان گسترده نیست. ازدواج از روی عشق پدیده ای است که نسبتاً مربوط به دوران اخیر است و زندگی با یکدیگر بر مبنای عشق حتی از آن هم نویاتر است. اجداد و نیاکان ما، گذشته از ضرورت تشکیل یک خانواده، اغلب به خاطر بقای اقتصادی ازدواج می کردند تا بتوانند به وضعیت اجتماعی خود بهبود بخشند یا این که میراث اجدادی خود را حفظ نمایند یا افزایش دهند. در موارد بسیاری، آن ها با هم می ماندند تا از انگشت اتهام کلیسا و نیز همسایگان شان برحذر باشند. برای آن ها، رابطه عاشقانه جایی در فهرست وظایف ازدواج نداشت، بنابراین رابطه عاشقانه با فرزندان شان نیز برای آن ها فاقد اهمیت بود.

در نسل های پیشین، نقش های مادر و پدر و مرد و زن از پیش تعیین شده بود. اما نوعی ابهام بیمارگونه این مفهوم کهنه از هستی را کم رنگ می کرد و به همین دلیل است که اکنون تصویری که از خود داریم و نحوه ارتباط خود با دیگران را مورد پرسش قرار می دهیم. مادر و پدر نقش های مشخصی ندارند.

فصل ۱ - عشق در جنگ ۱۱

اکنون ما با پرسش‌هایی از این قبیل مواجه شده‌ایم؛ مرد چیست، زن چیست، رابطه با جنس مخالف چیست و رابطه همجنس‌گرایانه چیست؟ چنین انفجاری اجتناب‌ناپذیر بود! امروز با بحرانی بی‌سابقه مواجهیم که فرصتی بی‌مانند برای رشد را پیش روی‌مان قرار می‌دهد. تاکنون هیچ تمدن دیگری این فرصت را نداشته است که چنین موضوعاتی را در سطح وسیع مورد توجه قرار دهد، امری که موجب می‌شود با عصری هیجان‌انگیز و در عین حال مشکل‌دار مواجه شویم. آرین اموند^۱، روزنامه‌نگار و نویسنده، علت بدبینی که روابط فاجعه‌بارمان را تهدید می‌کند، شرح می‌دهد. او تصدیق می‌کند که مردان و زنان هرگز در شرایطی بهتر از این نبوده‌اند، زیرا برای نخستین بار در تاریخ، ارتباط با یکدیگر خارج از نقش‌های مقرر خود را آغاز کرده‌اند.

نظام مردسالاری، ساختار هویت‌های مردانه و زنانه را به نحوی طرح‌ریزی نموده که امروز وجود زوج‌های سازگار تبدیل به امری غیرممکن شده است. با این حال اقدام مخاطره‌آمیز نوین انسان، و سوسه‌انگیزی و تحریک‌آمیز است. اما یک چیز قطعی است. اکنون که افراد مدعی استقلال خود هستند، چالش جدید روابط عاشقانه، نه بر مبنای قربانی شدن یک فرد به خاطر دیگری، بلکه بر اساس چنین الگویی است: با هم یکی شویم و در عین حال همواره فردیت‌های کامل خود را حفظ کنیم، دو فرد مستقل و در عین حال همواره با هم یکی باشیم.

در فصل آتی، قصد داریم به کندوکاو زیربناهای این کتاب بپردازیم. اما اگر شما اهمیتی برای مطالب نظری قائل نیستید، می‌توانید مستقیماً به مطالعه فصل‌هایی که برای‌تان جالب است بپردازید. گرچه این کتاب سیر پیش‌رونده منطقی را طی می‌کند، هر فصل کاملاً مستقل است و می‌تواند به خودی خود مورد مطالعه قرار گیرد، به‌گونه‌ای که می‌توانید حین مطالعه کتاب مسیر دلخواه خود را دنبال کنید.

1. Ariane Émond

مرد به دنیا بیاییم یا زن

مفهوم هویت

معنای انسان بودن

چگونه می‌توانیم موجودیتی مستقل و در عین حال یگانه داشته باشیم؟ پرسشی اساسی که نه تنها زوج‌ها، بلکه زندگی روانی هر فرد با آن مواجه است.

برای پاسخ به این پرسش – که محور اصلی این کتاب را تشکیل می‌دهد – نیاز به برخی معیارهای نظری داریم. بنابراین در این فصل به معرفی این مفاهیم اولیه خواهیم پرداخت: شکل‌گیری «من» و عقده‌هایش و ریشه‌های عزت‌نفس، هویت جنسی و کهن‌الگوهای آنیموس / آنیما^۱. نخست به بحث پیرامون معنای انسان بودن خواهیم پرداخت که در خدمت حفظ هویت است.

۱. آنیموس / آنیما (Animus/Anima): یونگ معتقد است که جنبهٔ زنانهٔ شخصیت مرد و جنبهٔ مردانهٔ شخصیت زن مربوط به کهن‌الگوهاست. کهن‌الگوی زنانه در مرد آنیما نام دارد و کهن‌الگوی مردانه در زن، آنیموس نامیده می‌شود.

در وهله نخست، هویت نیاز به عملکردی دوگانه دارد: نزدیک شدن به دیگران برای دریافت عشق و حفظ فاصله برای اثبات تفاوت خود. وقتی به دیگران نزدیک می شویم، به دنبال حسی از تعلق و وابستگی هستیم. وقتی فاصله ایجاد می کنیم، در صدد کشف فردیت خود هستیم. این که چگونه این عملکرد دوگانه را انسجام می بخشیم، تأثیر تعیین کننده ای در زندگی عشقی ما دارد، زیرا تمام رخدادهای زندگی بین دو قطب ادغام و جدایی روی می دهد. در ابتدای زندگی، همه چیز برای کودک یکی است. نوزاد در همزیستی کامل با محیط خود زندگی می کند، درست مثل زمانی که در زهدان مادر بود. تولد نخستین شوکی است که آگاهی کودک از فردیتش را نمایان می سازد. اما این تنها بیداری نخست است و هنوز هیچ چیز شکل نگرفته است. به مدت چندین ماه، نوزاد احساس یکی بودن با محیط پیرامونش را خواهد داشت، بدون هیچ گونه احساسی از جدایی. مادر بخشی از خود اوست، یا از آن هم بهتر، نوزاد به شکلی مبهم خود را ادامه ای از بدن مادرش می داند.

وقتی محرومیت های کوچک دوران نوزادی کم کم پدیدار می شود، در مواردی که دیر به کودک غذا داده می شود، یا وقتی گریه های ناشی از ناراحتی او بی پاسخ می ماند، او به این آگاهی دست پیدا می کند که فردیتی جدا از دیگران دارد. وقتی کودک با نخستین تکان های زندگی مواجه می شود، از شکل گرفتن وجود خود آگاه می شود. بدون این اختلاف بین او و دیگران، هیچ زندگی درونی برایش وجود نخواهد داشت که این به معنای آگاهی زندگی از خودش است. اما توجه داشته باشید این محرومیت به خودی خود نیست که موجب خود آگاهی می شود، بلکه آگاهی است که وقتی کودک از وجود خود مطلع می شود، به آن دست پیدا می کند.

بنابراین خود آگاهی محصول کناره گیری از دیگران و تمرکز روی خود است، نوعی انقباض در واکنش به تأثیری که محیط بیرونی روی ما دارد. اما این کناره گیری به فرد اجازه می دهد همچون یک وجود در عالم هستی آشکار شود. در واقع وظیفه فرد این است که واکنش های ابتدایی خود را به

فصل ۲ - مرد به دنیا بیایم یا زن ۱۵

خلاقیت‌های جدید تبدیل کند که آن‌ها نیز به نوبه خود آن را به جهان هستی باز می‌تاباند. به همین دلیل است که می‌توانیم به ظرفیت خلاق و اعجاب‌انگیز موجودات بشری دست پیدا کنیم. بنابراین جریان زندگی به این ترتیب شکل می‌گیرد: عمل، واکنش، تبدیل، عمل. کودک گرسنگی خود را به گریه تبدیل می‌کند، گریه کودک موجب واکنش والدین می‌شود و آن‌ها واکنش شفقت‌آمیز خود را به عمل غذا دادن به کودک تبدیل می‌کنند.

همین کشمکش بین خویشتن و جهان هستی و بین خویشتن و سایرین است که زندگی روانی فرد را رقم می‌زند. این معنای انسان بودن است. فرد باید این کشمکش را بپذیرد، زیرا تعادل شخصی او در دل حرکت و تغییر را تضمین می‌نماید. کشمکشی که اغلب به فرد اجازه می‌دهد تا هویت خود را بیابد زیرا از جهتی می‌توان گفت هویت بشر از دل بی‌نظمی پدید می‌آید. ابتدا بشر می‌بیند که هویتش به هویت‌های دیگری گره خورده است و بنابراین باید به تدریج آن را از سایرین جدا کند تا بتواند به آن شکل بدهد. اگر این کشمکش ابتدایی که تمام موجودات را تحت فشار قرار می‌دهد تا از قالب ابتدایی‌شان بیرون بیایند و خودشان شوند، وجود نداشت، در احاطه سایرین باقی می‌ماندیم و از وجود مستقل خود آگاه نمی‌شدیم. همچون غنچه‌ای که هیچ‌گاه به گل تبدیل نمی‌شد.

شکل‌گیری «من»

هر چه نوزاد رشد می‌کند، آگاهی او از فردیت خویش پایدارتر می‌شود و به مرور زمان با آن احساس پیوستگی پیدا می‌کند. کم‌کم، «من» کودک شکل می‌گیرد و اکنون به تصویر خود در آینه شکل دوباره می‌دهد. کودک از بودن با خود لذت می‌برد، همچون نارسیس^۱ که عاشق تصویر خود در یک دریاچه

۱. نارسیس (Narcissus) در یونان باستان، پسر جوان زیبارویی بود که به عشق دلباختگان خود توجهی نمی‌کرد و حتی به الهه‌هایی که عاشق او بودند بی‌اعتنایی می‌کرد. تا این‌که روزی به کنار چشمه‌ای می‌رود و در هنگام آب نوشیدن، صورت خود را در آب می‌بیند و فریفته

شد. این همان اصطلاح معروف مرحلهٔ آینه^۱ است که روان‌کاوی به نام ژاک لاکان ابداع نموده است. از آن پس، «من» مرکز قلمرو آگاهی فرد را تسخیر می‌کند و پدیدار شدن آن منجر به تولد روانی واقعی فرد به‌عنوان یک انسان می‌شود که می‌تواند دربارهٔ تجربهٔ ذهنی خود صحبت کند و خود را «من» خطاب نماید.

فریفته شدن فرد به واسطهٔ تصویر خود، حالتی است که روان‌کاوان آن را نارسسیم^۲ یا خودشیفتگی می‌نامند. کودک به‌طور طبیعی خودشیفته است، یا می‌توان گفت روی خود متمرکز است و این مرحله به‌طور یقین ضروری است، زیرا مبنای عزت‌نفس است که در بخش‌های بعدی به جزئیات آن خواهیم پرداخت.

کودک متعاقباً به اثبات خویش خواهد پرداخت و اجازه می‌دهد تا شخصیت او به نحوی آگاهانه‌تر رشد کند. او که در چارچوب مادر و پدر قرار دارد و هویت خویش را از ارزش‌های آن‌ها می‌گیرد، به‌تدریج خود را از آرزوهای آن‌ها جدا می‌کند و وقتی به مدرسه می‌رود، محیط خود را نیز از خانواده مجزا می‌سازد. این تغییر مهم به او کمک خواهد کرد تا نه تنها خود را از خانواده‌اش مجزا سازد، بلکه از این طریق با ارزش‌های دیگری آشنا شود که موجب می‌شود یک بار دیگر از خانواده فاصله بگیرد تا بتواند رشد نماید. بعدها در سنین بلوغ، با همین منطق با هویت تحمیل شده به‌واسطهٔ مهارت یا

خود می‌شود. برای آن‌که خود را در آغوش بکشد، در آب می‌پرد و غرق می‌شود. خدایان به‌خاطر این ناکامی وی را به گل‌نرگس (نارسیسیوم) تبدیل می‌کنند تا همواره برب آب بروید و خود را نظاره کند. نارسیسیسم در روان‌شناسی به معنی عشق به خود یا تمایلات دورهٔ طفولیت و بزرگی و خودشیفتگی است.

۱. مرحلهٔ آینه (Mirror phase/ Jacques Lacan) اصطلاح لاکان برای پدیده‌ای فرضی که در حدود یک سالگی ظاهر می‌شود و در آن نوزاد محو تماشای خود در آینه یا سطوح شفاف می‌شود و به دلایل نامعلوم تصویرش را خود واقعی تصور می‌کند.

2. Narcissism