

به نام خدا

فهرست مطالب

۱	فصل اول رهایی از بند والدین
۱	«می‌خواهم همه کارها را به شیوه‌ای متفاوت انجام دهم.»
۵	نوجوانی زن
۹	پذیرش مادر
۱۷	فصل دوم عقده‌ها و خاطرات ایزودیک
۱۷	«دلیلی ندارد که کاری انجام دهم.»
۲۹	فصل سوم عقده مادر مثبت در زنان
۲۹	«تو از عهده هر کاری می‌توانی بر آبی، چون خوب غذا خورده‌ای»
۳۰	«فقط همین قدر از من تشکر می‌شود؟» - باربارا
۳۴	«همه چیز به طریقی حل می‌شود» - اگنس
۳۸	«فقط کافی است بچه کوچکی باشی، تا همه چیز روبراه شود»
	ریشه این وضعیت ناشی از عقده
۴۳	عدم آمادگی برای فقدان و جدایی
	مقایسه دو وضعیت ناشی از عقده
۴۷	فصل چهارم زندگی کن و بگذار دیگران هم زندگی کنند
۴۷	ویژگی‌های معمول عقده مادر مثبت
۵۲	نه جدایی و نه تصمیم‌گیری
	مصائب و مشکلات

- ۵۴ وعده‌ای که هرگز به آن عمل نمی‌شود
عقدۀ مادر مثبت و گرایش به افسردگی
- ۵۷ اندوه به شادی تبدیل می‌شود
الهه مادر - یک انحراف
- ۶۵ فصل پنجم پرخاشگری و سوگواری
۶۵ رشد و رای عقدۀ مادر مثبت
۶۵ دختر غازچران
- ۷۹ فصل ششم دختران مطیع
۷۹ عقدۀ پدر مثبت در زنان
۷۹ «مردان جالب‌تر از زنان هستند» - نورا
۸۱ «کارهایی که آدم به خاطر مردها انجام می‌دهد»
شکل‌گیری و تأثیر عقدۀ پدر
- ۸۷ «کسی که خونگرم نیست و رفتار صمیمانه‌ای با دیگران ندارد» - آن
۹۰ «کسی که نمی‌تواند این موضوع را درک کند، آدم بی‌مصرفی است»
شکل‌گیری و تأثیر این نوع عقدۀ پدر
- ۹۳ دانش‌آموزانی سخت‌کوش
صفات مشترک زنانی که دارای عقدۀ پدر مثبت هستند
- ۹۵ نظم و قانون مهربان و بخشنده
خدایان پدر: یک انحراف
- ۹۸ پدر به‌عنوان «دیگری»
نقش پدر در روان‌شناسی رشد
- ۱۰۰ غریبۀ افسونگر
رشد آنیموس

۱۰۳	فصل هفتم عقده مادر منفی در زنان
۱۰۳	«فردی بد در دنیایی بد»
۱۰۳	«هیچ حقی برای زندگی کردن ندارم» - هلما
۱۰۶	«دنیا سرد است» - راهکارهایی برای بقا
۱۱۲	مادران زیاده‌خواه
	چطور یک عقده مادر منفی رخ می‌دهد
۱۱۵	فصل هشتم عقده پدر منفی در زنان
۱۱۵	«من به هیچ دردی نمی‌خورم»
۱۱۵	«از همین حالا می‌دانم که تو هرگز نمی‌توانی ...»
۱۱۷	«تو هرگز زن شایسته‌ای نخواهی شد»
	پیشینه این عقده
۱۱۹	هلن
۱۲۳	فصل نهم قلمرویی در سرزمین ناشناخته‌ها
۱۲۳	نتیجه‌گیری
۱۲۵	آمادگی برای تولد دوباره
۱۲۷	مشارکت یا کسب موفقیت - دو اصل متضاد
۱۳۱	مراجع

سخن ناشر ...

سید سهیل رضایی
رئیس هیئت مدیره بنیاد فرهنگ زندگی



عقده یعنی گذشته. همه ما چون گذشته داریم، پس عقده نیز داریم. شما پدر و مادر خود را چگونه درک کرده‌اید؟ درک شما از پدر، عقده پدر و درک شما از مادرتان، عقده مادر را در شما شکل می‌دهد. ممکن است شما پدرتان را به شکل یک حامی و پشتیبان قوی درک کرده باشید، که این امر شما را صاحب عقده مثبت پدر می‌کند و اگر احیاناً خدایی ناکرده پدرتان غایب بوده یا برخورد نامناسبی با شما داشته است، شما صاحب عقده منفی پدر خواهید بود. در این کتاب از تأثیر متنوع عقده‌های مثبت و منفی بسیار خواهید شنید. این‌که شما حتماً پدر و مادر داشته‌اید موضوعی نیست که عقده را ایجاد می‌کند. حتی اگر آن‌ها وجود هم نداشته باشند، شما ممکن است با جانشینان پدر و مادر زندگی کرده باشید، و یا بنا به تعریف‌هایی که از آنان شنیده‌اید برداشتی از آن‌ها داشته باشید.

عقده پدر و عقده مادر دو عنصر اصلی است که در ناخودآگاه شما نقشی جدی ایفا می‌کنند و زندگی شما را کاملاً در سلطه خود دارند. مهم نیست که سن شما چقدر است و یا اینکه رئیس شرکت بزرگی هستید، یا در هر جایگاه دیگری قرار گرفته‌اید. یونگ درباره عقده می‌گوید: «امروزه همه می‌دانند که انسان عقده دارد. آنچه هنوز به‌خوبی درک نشده این است که عقده‌ها هم می‌توانند ما را داشته باشند.»

در روان‌شناسی تحلیلی ایگو (من)، بخش خودآگاه شما را شامل می‌شود. شما با ایگوی خود امورات روزمره‌تان را انجام می‌دهید. این‌که ما فکر می‌کنیم می‌توانیم با برنامه‌ریزی بر دنیا و آینده تسلط داشته باشیم، تصویری است که در سطح خودآگاه و ایگوی ماست.

ایگوی ما شغل، همسر و مسیری را برای ما انتخاب می‌کند و باور دارد که بهترین کار ممکن را انجام داده است و حتماً هم از این مسیر به نتیجه خواهد رسید! و شاید هم تا مدتی با انتخابی که انجام داده‌ایم احساس خاص بودن کنیم و یا دچار غرور شویم، در صورتی که هنوز تا نتیجه قطعی فاصله داریم. این غرور کاذب نشان از این است که درک ما محدود به ایگو شده است.

درک زندگی در سطح ایگو (خودآگاه) موجب نمی‌شود اقدامات و تمایلات ناخودآگاه از حرکت باز ایستند. همان‌گونه که گفتیم ناخودآگاه ما (از جمله عقده‌های ما که موضوع اصلی این کتاب است) در حال انجام کار خود است.

اگر با ناخودآگاه خود در ارتباط قرار نگیریم و در نتیجه از پیام‌های آن بهره نگیریم مجبوریم دائم شاهد شکست‌های پی‌درپی ایگو باشیم که در نهایت ما را از زندگی سرخورده می‌کند.

در جامعه فراوان می‌شنویم: «تقدیر» کسی این‌طور بوده است که این امر حکایت و واقعیت تلخی را بیان می‌کند که اگر به عقده‌های خود هشیار نشویم باید با یک داستان و اتفاق تکراری و شکست مداوم یا احساس تلخ همیشگی نسبت به زندگی، علی‌رغم داشتن دستاوردهای بیرونی فراوان، همسفر باشیم.

این کتاب دعوتی است برای رها شدن از اسارت عقده و یافتن اقتدار شخصی در زندگی.

در پایان از خانم پروفیسور ورناکست تقدیر می‌نماییم که با اجازه نشر این اثر توسط انتشارات بنیاد فرهنگ زندگی در ایران موافقت فرمودند. قطعاً این کتاب می‌تواند کمک مؤثری به خوانندگان آن برای در دست گرفتن اختیار زندگی باشد.

فصل اول

رهایی از بند والدین

«می خواهم همه کارها را به شیوه‌ای متفاوت انجام دهم.»

بباید ابتدا نگاه دقیق‌تری به اهمیت عقده‌ها^۱ بیندازیم. عقده مثبت، عقده‌ای است که در آغاز تأثیر مثبتی بر احساس فرد نسبت به زندگی و در نتیجه بر رشد هویت او داشته است. تأثیر این عقده در آینده و تا هنگامی که زمان رهایی از بند والدین فرا برسد، تداوم خواهد داشت.

«عقده مادر مثبت» به کودک این احساس را می‌دهد که هستی، حق مسلم و بی‌چون و چرای اوست، که او موجود جالبی است، که او بخشی از جهانی است که همه نیازهای او را، تمام و کمال، ارضا می‌کند. در نتیجه، ایگو می‌تواند به «دیگری» اعتماد کرده و با او ارتباط برقرار کند. بدن، پایه و اساس عقده ایگو است. عقده مادر مثبت، به ما فرصتی می‌دهد تا نیازهای بدنی مان را به عنوان چیزی «بهنجار و عادی» تجربه کنیم و آن‌ها را به شیوه‌ای بهنجار نیز ارضا کنیم. این عقده باعث می‌شود که از بدن، انرژی حیاتی، غذا و جنسیت خود کاملاً لذت ببریم. بدن آزاد است که احساسات خود را ابراز کند

1. Complexe

و چنین ابراز احساساتی را از جانب دیگران نیز بپذیرد. ایگویی که به این شکل رشد کرده باشد در ارتباط با دیگران می‌تواند از مرزهای خود فراتر رود و در عین حال نگران غفلت از خودش نباشد. این موضوع درباره صمیمیت هم صادق است: دیگران می‌توانند ما را درک کنند و ما نیز می‌توانیم آن‌ها را درک کنیم. آن‌ها در سلامت روان ما سهم دارند و ما در سلامت روان آن‌ها سهم هستیم. وقتی به کسی اطمینان داده شود که دیگران به او علاقه‌مند هستند و او را درک می‌کنند، وقتی فردی از جانب دیگران عشق، مراقبت، همدلی و حمایت دریافت کند ایگوی چنین فردی کنش سالمی خواهد داشت.

هنگامی که کودک به سنین بزرگسالی (بلوغ و سال‌های پس از بلوغ تا سن بیست سالگی) می‌رسد، دیگر والدین نباید سعی کنند که افرادی ایده‌آل به‌نظر برسند. وقتی والدین می‌خواهند خود را افرادی ایده‌آل نشان دهند، تلویحاً جایگاه کودک را بی‌ارزش می‌سازند. در این سن، معمولاً عقده پدر و عقده مادر «خودآگاه» می‌شوند و فرد تا اندازه‌ای از والدین حقیقی‌اش جدا می‌شود. اما در این فرایند نباید نقش عقده‌ها را دست‌کم گرفت؛ هر یک از عقده‌ها، به گام‌هایی در جهت جدایی از والدین مجوز می‌دهند و از برداشتن گام‌های دیگری ممانعت می‌کنند. اگر به فردی هرگز اجازه داده نشود که والدینش را ترک کند و از آن‌ها جدا شود، یا اگر از داشتن طرز تفکر متفاوت با پدرش منع شود، در این صورت جنبه‌های خاصی از عقده‌ها را تجربه خواهد کرد. در چنین شرایطی دختر یا پسر جوان مجبور می‌شود با والدینش بستیزد، چون در غیر این صورت نمی‌تواند به جدایی از آن‌ها و آزادی دست یابد. گاهی اوقات، حتی زمانی که والدین به فرزندشان اجازه جدایی از خود را نمی‌دهند، امکان دارد که فرد آنچه را که پدر و مادرش به او نداده‌اند از دیگران دریافت کند و به این روش به استقلال پنهان دست یابد. اما وقتی راه‌های مستقیم و آشکار دستیابی به استقلال بسته شده‌اند و فرد مجبور می‌شود به‌طور مخفیانه به آن دست پیدا کند، مقداری از قدرت ایگو تحلیل

فصل اول - رهایی از بند والدین ۳

می‌رود. بعضی از دختران و پسران جوان، برخلاف تأثیر عقده‌ها، میل شدید خود را برای استقلال به راحتی برآورده می‌کنند.

منظور از استقلال این است که بین نیازها و الزامات زندگی خود و اطرافیان مان یعنی پدر، مادر، معلم، جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنیم، تعادل برقرار کنیم. هنگامی که فرد در سنین بزرگسالی وارد چنین مرحله‌ای می‌شود، احساس می‌کند وقت رفتن و شروعی تازه فرا رسیده است. در طی این مراحل، تغییرات شدیدی رخ می‌دهند. عقده‌ای که خود را دوباره سازمان می‌دهد و به شدت تلاش می‌کند تا بر بی‌ثباتی احساسات «ارزش خویشتن»^۱ چیره شود.

بنابراین با وجودی که لازم است با والدین خود رودررو شویم، اما مهم است که تا اندازه‌ای هم با آن‌ها همبستگی داشته باشیم. ما باید والدینی داشته باشیم که سپس بخواهیم از آن‌ها جدا شویم. به همین دلیل، عقده‌هایی که از هرگونه جدایی جلوگیری می‌کنند و عقده‌هایی که نوجوان را تهدید به از دست دادن عشق می‌کنند یا موجب می‌شوند که او ارزش خویشتن را انکار کند، مشکلاتی را در پی دارند. چنین به نظر می‌رسد والدینی که مانع استقلال فرزندشان می‌شوند، توری امن برای محافظت از فرزندشان فراهم می‌کنند، اما این کار هرگز نمی‌تواند جایگزین برخوردی محبت‌آمیز، دردناک و صادقانه با فرزندان باشد. والدین از خلال این برخورد، «خودپنداره‌ای»^۲ را آشکار می‌سازند که احتمالاً نوجوان‌شان قبلاً هرگز آن را ندیده است. وقتی نوجوان با چنین خودپنداره‌ای مواجه می‌شود می‌تواند خودپنداره خود را نیز تعیین کند. در چنین مواقعی بچه‌ها به آرزوهای ناکام والدین‌شان پی می‌برند و به احتمال زیاد از رؤیاهای والدین، آرزو می‌سازند که می‌خواهند خودشان دنبال کنند و به آن دست یابند. گاهی اوقات وقتی

I. Self-worth

۲. خودپنداره یا Self-image تصویری که فرد از خودش دارد یا فکر می‌کند دیگران از او دارند.

نوجوانان کارهایی را انجام می‌دهند که والدین، خود را از آن‌ها محروم کرده‌اند حسادت والدین تحریک می‌شود. در چنین شرایطی سایه (همه آنچه که فرد باید تجربه می‌کرده، اما تجربه نکرده) اهمیت ویژه‌ای دارد.

با این حال، نوجوانان فقط از والدین‌شان جدا نمی‌شوند. نسل آن‌ها هم از نسل پیشین جدا می‌شود. یک سایه گروهی وجود دارد که معمولاً نوجوانان آن را با اشتیاقی خلاق دنبال و تبدیل به یک سبک زندگی می‌کنند. مثلاً در اواخر دهه ۱۹۶۰ و در طول دهه ۱۹۷۰، ناگهان فرزندان افراد متخصص و ثروتمند با غرق شدن در موسیقی، عشق و لذت‌های جسمانی، تبدیل به «هیپی‌ها» شدند. در دنیایی که با عقده پدر شکل گرفته بود ناگهان ویژگی‌های عقده مادر مثبت، عمومیت یافت و ارج نهاده شد. این‌گونه عمومیت یافتن عقده را حتی می‌توانیم در لباس‌هایی که در هر دوره زمانی مد می‌شوند نیز مشاهده کنیم. اکنون فرزندان نسلی که لباس جین می‌پوشیدند، لباس‌هایی را می‌پسندند که محصول کار طراحان و شرکت‌های معروف هستند.

در نوجوانی، والدین قهرمان، مانند تصویری که مذاهب از والدین ارائه می‌دهند، می‌توانند جایگزین والدین واقعی شوند. مربیان تعالیم مذهبی دریافته‌اند که افراد در سن نوجوانی در جست‌وجوی پاسخ دقیقی برای سؤالات مذهبی خود هستند. این مسئله را از دیدگاه روان‌شناختی به راحتی می‌توان تبیین کرد. نوجوان غرق در بحران هویت و به دنبال تعیین مسیری برای زندگی‌اش است. از آنجا که والدین واقعی‌اش، دیگر او را راهنمایی نمی‌کنند کهن‌الگوهای والدینی و سیستم‌های ارزشی جمعی دوباره جان می‌گیرند. ممکن است نوجوانان به شدت غرق در مذهبی خاص شوند و شاید عمیقاً درگیر تعالیمی شوند که بر اساس آن‌ها می‌خواهند زندگی کنند. در این دوره‌های گذار، نوجوان «فرزند نیروی برتر»^۱ می‌شود؛ در این حالت

۱. اصطلاحی که در دهه ۱۹۳۰ ابداع شد و در برنامه‌های دوازده گام به کار می‌رود؛ نیروی برتر اشاره به نیرویی برتر از انسان دارد. در اینجا منظور این است که ما فقط فرزندان والدین واقعی خود نیستیم بلکه فرزند نیروی برتر آسمانی هستیم. - م.

فصل اول - رهایی از بند والدین ۵

احساسات مبنی بر ارزش خویشتن تثبیت می‌شوند و مرزگذاری بین خود و والدین آسان‌تر می‌گردد و نوجوان بدون توجه به والدین کارهایی را که دوست دارد انجام می‌دهد. اما اغلب اوقات آنچه که نوجوان «راه خودش» می‌داند، در واقع راهی عمومی و جمعی است. قبل از این‌که نوجوان بتواند مسیری واقعاً منحصر به فرد برای خودش بیابد، باید مرحله‌ی جدایی را طی کرده باشد. لازم است تصویری که فرد از خدا دارد به مرور زمان شکل بگیرد؛ به همین شکل اگر تصویری را که از زندگی‌مان نیز داریم بررسی کنیم، در می‌یابیم که آن‌ها هم به مرور زمان رشد می‌کنند و تغییر می‌یابند.

یک باور سیاسی قدرتمند در دوره‌ی نوجوانی می‌تواند نشان از عقده‌های پدر و مادری باشد که بر روی وعده‌های عمل نشده‌ی سیاستمداران فرافکنی شده است. تفاوت بین دغدغه‌ی سیاسی «طبیعی» و دغدغه‌ی سیاسی که ریشه در عقده‌ها دارد زمانی روشن می‌شود که عقاید سیاسی، مقدس شمرده می‌شوند، مثل زمانی که اصطلاحاتی مانند «خیانت» در مباحث سیاسی به کار می‌رود و سیاست، به جای آنکه ابزاری برای سامان دادن به جامعه‌ی انسانی شمرده شود و برای اداره‌ی منطقی و آسان جامعه به کار رود، وسیله‌ای پنداشته می‌شود که درمان تمامی دردها است. قطعاً چنین دیدگاهی محکوم به شکست و یأس است.

نوجوانی زن

عقده‌ی پدر و مادر در طول دوران نوجوانی دختر نیز اهمیت می‌یابند. عقده‌ی پدر، که سرشار از آشکال «آنیموسی» مرتبط با آن است، وارد صحنه می‌شود. ویژگی‌ها و خصوصیتی که دختر در رابطه با پدر تجربه کرده است، به نامزد، همسر یا فعالیت‌های حرفه‌ای‌اش انتقال می‌دهد، همچنین ویژگی‌هایی را هم که در پدرش نمی‌یابد در چنین حوزه‌هایی دنبال می‌کند.

دختران به یکی از این دو طریق در مسیر انسجام اجتماعی^۱ می‌افتند: یا خیلی زود درگیر رابطه با جنس مخالف می‌شوند یا این‌که خود را وقف دنیای ذهنیات می‌کنند که در این صورت گاهی در می‌یابند که ارتباط با بدن برای شان دشوار است. اما به دلیل تأثیر مثبت عقده مادر، حتی هنگامی که این عقده ناخودآگاه باقی می‌ماند، دخترها غالباً می‌توانند به راحتی و بدون تلاش‌های بی‌مورد، نسبت به بدن خود آگاهی داشته باشند. دنیای ذهن، که این دخترها احساس می‌کنند به سمت آن جذب می‌شوند، می‌تواند برای آن‌ها قلمرویی جذاب و الهام‌بخش و انباشته از تحقیق و تفحص‌های عقلانی و تجربه‌های معنوی باشد، یا می‌تواند چکیده‌ای از دانش بشری را برای آن‌ها فراهم کند. برای دستیابی به هر یک از این دو مورد، حساسیت و هوش لازم است.

گاهی اوقات هر دو شکل انسجام اجتماعی در یک فرد دیده می‌شود. در هر دو شکل، پیوند با عقده پدر حفظ می‌شود و بنابراین ایده‌آل‌سازی ناخودآگاه حقیقت پدر^۲ نیز باقی می‌ماند.

مشکل زنان این است که جامعه، رهایی از بند عقده پدر را تشویق نمی‌کند. یک زن با پیدا کردن همسر، نقش اجتماعی خود را کامل می‌کند؛ دیگر تفاوتی ندارد که فرایند رشد هویت او، به لحاظ اهمیت، در جایگاه دوم باشد. با نگاهی اغراق‌آمیز به این موضوع می‌توان چنین گفت که جامعه ما سعی دارد به دختر نوجوان بقبولاند که حتی اگر نتواند هویت خودش را بسازد، حتی هنگامی که تصور کند فقط به واسطه ارتباط با یک مرد می‌تواند هویت بیابد، او باز هم «عادی» و یک زن واقعی است. در چنین شرایطی، این زن فقط باید در کنار یک مرد باشد تا احساس کند «خودش» است، مردی که

1. Social Integration

۲. حقیقت پدر (the father principle)، الگوهایی درونی است که ورای بیولوژی و شرایط محیطی هستند. حقیقت پدر در اسطوره‌ها، افسانه‌ها و رؤیاهای به شکل پیر فرزانه یا پادشاه مجسم می‌گردد. - م.

فصل اول - رهایی از بند والدین ۷

به راحتی می‌تواند برایش تجویز کند که او باید چگونه باشد، باید چه احساسی داشته باشد و باید چگونه رفتار کند. اگر این زن آنقدر شهامت داشته باشد که بر طبق باورهای خودش زندگی کند، دیگر در نظر مردها یک زن «شایسته و لایق» نخواهد بود. در صورتی که نظر مردان برای او مهم باشد، انتقاد آن‌ها یا او را دچار بحران هویت می‌کند یا وادارش می‌سازد که بار دیگر خود را با آن‌ها وفق دهد. بحران هویت، فرصتی در اختیار این زن قرار می‌دهد تا خود را کشف کند.

زنانی که هویتی اصیل را در خود شکل نداده‌اند، کسانی که نمی‌توانند خود را از بند عقده پدرها سازند یا قادر نیستند با عقده مادر مواجه شوند، یا به دلایل دیگری هویت خود را رشد نمی‌دهند، غالباً به هنگام مواجهه با جدایی‌ها بسیار افسرده می‌گردند. هنگامی که رابطه‌ای قطع می‌شود، ما باید بتوانیم خویشتنی^۱ مستقل از آن رابطه را بازیابیم که چنین کاری صرفاً زمانی امکان‌پذیر است که قبلاً خویشتن فرد، تا اندازه‌ای، شکل گرفته باشد. امیلی هانکوک در تحقیقاتش دریافت زنانی که از خویشتن آگاهی^۲ برخوردارند، حتی پس از این که سال‌ها باورها و آرزوهای شان را با دیگران تطبیق دادند باز هم توانستند به «دختر درونی شان»، و بنابراین به ایگوی واقعی شان، دست یابند. کارول هاگمن وایت^۳ از این موضوع این‌گونه نتیجه‌گیری می‌کند که دختران خویشتن آگاه و لایق غالباً از خویشتن واقعی شان غافل می‌شوند و خود را با تصویری وفق می‌دهند که محیط از آن‌ها می‌خواهد.

شاید اظهار نظری چنین کلی، کمی اغراق‌آمیز باشد و مطمئناً در هر وضعیت ناشی از عقده صحت ندارد، اما اگر از زنان بپرسید که در دوران کودکی شان چگونه بوده‌اند غالباً پاسخ می‌دهند که آن‌ها در حدود ده سالگی، نسبت به سال‌های بعد، شخصیت بسیار مستقل‌تر و جذاب‌تری داشته‌اند و

1. Self

2. Self-awareness

3. Carol Hagemann-White

بیشتر خودشان را ابراز می‌کرده‌اند. در حالی که دختران، خود را با خواسته‌های جامعه تطبیق می‌دهند، بخش‌های مهمی از خویشتن واقعی‌شان را از دست می‌دهند. اگر خویشتن اصیل دختران بیشتر تشویق می‌شد و آن‌ها کمتر ترغیب می‌شدند که خود را با خواسته‌های جامعه وفق دهند، اگر زنان فقط «ضمیمه مردان» پنداشته نمی‌شدند، آنگاه همه چیز تغییر می‌کرد.

واضح است زنانی که موقعیت‌های شغلی مهمی در جامعه دارند و مسئولیت‌های اجرایی سنگینی را پذیرفته‌اند، بسیار شیفته نقش پدر شده‌اند. در چنین زنانی، مشکلات یاد شده و مربوط به نوجوانی زن به وضوح دیده می‌شود. برناردونی و وردر^۱ نشان داده‌اند از هر ده زنی که در حرفه خود افراد موفق هستند، هشت نفر پدرانی با تحصیلات دانشگاهی داشته‌اند و دختران خود را به گونه‌ای پرورده‌اند که متکی به خود و مستقل باشند. چنین زنانی پدران خود را افرادی پویا، فعال، بلندپرواز و آزادی‌خواه توصیف کرده‌اند. این زنان پدر را یک الگو می‌دانستند، در حالی که مادر را طرد می‌کردند. آن‌ها نقش مادر را رد می‌کردند و او را فردی می‌دانستند که خود را زیاده از حد با جامعه وفق داده و منفعل و کودن است. هنگامی که از آن‌ها پرسید چگونه با مشکلات هویت دوره نوجوانی کنار آمده‌اند، عموماً پاسخ می‌دهند در آن دوران خیلی بیشتر از سال‌های قبل آموخته‌اند و به موفقیت‌های زیادی دست یافته‌اند. آن‌ها در آن دوران دریافته‌اند که موفقیت می‌تواند مشکلات هویت را جبران کند. تقریباً همه این زنان متأهل بودند (تأهل نشان‌دهنده عقده پدر مثبت است). از نگاه این زنان، مردها جذاب و قابل اعتماد هستند. چنین زنانی معمولاً هنجارهای جامعه را می‌پذیرند. بنابراین اگر ازدواج، یک هنجار اجتماعی باشد آن‌ها ازدواج می‌کنند.

یکی از شکل‌های امروزی انسجام اجتماعی در زنان، رها نشدن از بند عقده پدر و در عین حال کار کردن در «دنیای پدر» و کسب موفقیت و تأیید

1. Bernardoni & Werder

فصل اول - رهایی از بند والدین ۹

به واسطه کار در این دنیا است. هویت زنانه این زنها در زیر هویت اجتماعی شان تکه تکه شده است؛ این حقیقت یا زمانی آشکار می شود که موفقیت های آنها دیگر قادر به جبران مشکلات هویتی آنها نیست، یا زمانی که یک جدایی و فراق در زندگی آنها رخ می دهد. در چنین شرایطی آنها مجبور می شوند مادر و عقده مادر را بپذیرند.

در دنیای مردمحور ما، همه مان توسط عقده های پدر شکل گرفته ایم و تحت تأثیر آن هستیم؛ تفاوتی ندارد که عقده پدر مخصوص به خودمان چگونه است. بنابراین مطمئناً خیلی مهم است که زنان پیوسته تلاش کنند احساسات شان را درباره هویت خود و آسیب پذیری های آنها بپذیرند و به جای آنکه خودشان را به راحتی با فرضیه های موجود درباره هویت زنان تطبیق دهند، در همه تجربه هایی که دارند در جست و جوی هویت خود باشند. آنها باید درباره این مسائل با همدیگر صحبت کنند. زنان در پاسخ به آنچه کریستا ولف^۱ در کتاب «هیچ کجا، هیچ جا»^۲ از آنها می خواهد، باید به جامعه و دیگران اظهار دارند که به زندگی و جایگاهی متعلق به خودشان نیاز دارند. اما دیگران، نه زنان دیگر و مطمئناً نه مردان دیگر، نمی توانند چنین جایگاهی را تعیین کنند. هر زنی باید خودش آن را بیابد، به خود اختصاص دهد و به تصرف خود درآورد.

پذیرش مادر

برای این که یک دختر جوان هویتش را پیدا کند، لازم است مادرش را بپذیرد و با عقده مادر مواجه شود. در غیر این صورت هر نوع رابطه او با جنس مخالف، نه تنها متحمل فرافکنی های ناشی از رابطه او با پدرش و انتظارات برآورده نشده او از پدرش می شود، بلکه بار انتظارات برآورده نشده او از مادرش و مشکلاتی که در رابطه با او داشته را هم به دوش خواهد کشید.

1. Christa Wolf

2. No place anywhere

رها شدن از مادر، در شرایط بغرنجی رخ می‌دهد و از آنجا که جامعه هم آن را تشویق نمی‌کند، این شرایط دشوارتر نیز می‌شود. اما هدف این رهایی، لزوماً این نیست که ارتباط با مادر قطع شود و دختر به استقلال از مادر دست یابد. به طور ایده‌آل، جدایی دختر نوجوان از مادرش به طریقی رخ می‌دهد که رابطه جدیدی میان آن‌ها میسر شود؛ رابطه‌ای که در آن ارتباطات ناشی از عقده دوران کودکی تا حد ممکن اصلاح شوند و تغییر یابند. استقلال دختر از مادر ضروری است، این استقلال به معنای یک جدایی قطعی نیست بلکه هدف آن آغاز رابطه‌ای شفاف‌تر و بی‌پرده‌تر با یکدیگر است.

در هر مادری نیز در ارتباط با فرزندانش، یک عقده دختر و پسر شکل می‌گیرد. اما به دلایل عجیبی هرگز به این موضوع توجهی نشده است! در هر پدری نیز این‌گونه است. هنگامی که مادران یا پدران از نگرانی در مورد فرزندان خود صحبت می‌کنند یا از آن‌ها شکایت دارند، معمولاً چنین می‌پنداریم نگرانی‌ها و شکایت‌های آن‌ها مشکلاتی «واقعی» هستند. اما عقده‌ها در اینجا هم حضور دارند. انتظارات والدین به فرزندان شان فراقنی می‌شود، این انتظارات فراتر از انتظارات فردی است و بر اساس سن فرزندان تغییر می‌کند. هنگامی که نوجوانان خود را از والدین شان رها می‌سازند، پدران و مادران آن‌ها هم فرایند رهاسازی خویش از والدین خود که فرایندی ضروری است و باید پیش از این رخ می‌داد را طی می‌کنند. به نظر من والدین با رهاسازی خویش از عقده‌های دختر و پسر، در کمک به دستیابی فرزندان شان به استقلال سهم مهمی دارند؛ البته این نکته به تحقیقات بیشتری نیاز دارد.

این روزها مادرانی هم وجود دارند که در زندگی خود نقش‌های متعددی را با همدیگر می‌آمیزند. مثلاً ساندرا اسکار^۱ نشان داده دختران مادرانی که از شغل خود راضی هستند، از خویشتن آگاهی بیشتری، به‌عنوان یک زن،

1. Sandra Scarr

برخوردارند و حتی زمانی که تحت تأثیر عقده پدر مثبت باشند، احتمال کمتری دارد که به مردها وابسته شوند. همچنین از آنجا که آنها مجبور نیستند در معنایی که از مادرشان در ذهن دارند تجدیدنظر کنند، پذیرش مادر برای شان راحت تر خواهد بود.

اما در رهایی دختر از عقده مادر، تنها مادر خود او و نقش مادر در جامعه تأثیرگذار نیست؛ تصاویر کهن‌الگویی زنانه یعنی ویژگی‌هایی که به طور کلی زنانه دانسته می‌شوند نیز تأثیر دارند. ما پیوسته با این طرز فکر روبه‌رو می‌شویم که هر آنچه «زنانه» است، خطرناک هم هست. قدرت خدایانوان [در اسطوره‌ها] در زمینه تولد و مرگ، باروری و ناباروری، عشق و نفرت، و هر آنچه مربوط به زندگی است، اغلب اوقات به زنان واقعی فرافکنی می‌شوند. چنین کاری اشتباه است، چون چنین فرافکنی‌هایی بیانگر نوعی ترس از قدرت زنانه است: ترسی که در این حقیقت ریشه دارد که زنان یا بی‌ارزش شده‌اند و یا ایده‌آل‌سازی، اما هستی واقعی آنها به طور کامل درک نشده و ارج داده نشده است. فقط به این دلیل که یک مادر، کودکی به دنیا می‌آورد و آن کودک روزی از دنیا می‌رود و می‌میرد، نمی‌توان گفت که مادر تجسم مرگ است. چنین تصاویری از زن که در تبلیغات، فیلم‌ها و ادبیات ارائه می‌شوند، هر روز دختر نوجوان را بمباران می‌کنند و به او القا می‌کنند که باید درباره آنچه در ژرفای هستی اوست، احساسات دوگانه‌ای داشته باشد. در اسطوره‌ها نیز، خدایان خیلی مستقل‌تر از الهه‌ها هستند، اگرچه این موضوع در سال‌های اخیر به طور قابل توجهی تغییر یافته است. در آگاهی زنان، کل طیف خدایانوان و ویژگی‌های آنها وجود دارد، نه فقط جنبه مادرانه آنها. این حقیقت نشان می‌دهد که زنان نیاز دارند احساس کنند که به جای یک خدای مرد، یک خدایانو هم در کنارشان وجود دارد؛ به عبارت دیگر یک زن حق دارد که هویتی اصیل داشته باشد نه فقط هویتی که از خدایان مرد نشأت گرفته است. باید پیوسته از مادینه‌روانی کهن‌الگویی، آن‌گونه که امروزه به نظر ما می‌آید، توصیف‌هایی ارائه شود و به آگاهی آورده شود. آنگاه دیگر جنس