

حلقه‌ی قدرت

جین شینودا بولن

شهاب کامکار

با همکاری

ناهد معتمدی



<i>Bolen, Jean Shinoda</i>	: بولن، جین شینودا	: سرشناسه
	: حلقه‌ی قدرت / جین شینودا بولن	: عنوان و نام پدیدآور:
	: لیوسا. شهاب کامکار، ناهید معتمدی	: مشخصات نشر و نام مترجم
	: ۳۲۸ ص.	: مشخصات ظاهری
	: براساس اطلاعات فیپا.	: وضعیت فهرست‌نویسی
<i>Ring of power</i>	:	: عنوان اصلی
	: جنبه‌های روان‌شناسی فمینیستی - روان‌شناسی یونگی	: موضوع
	: ۱۳۹۳ ب ۱۹/و ۴۱۰/ML	: رده‌بندی کنگره
	: ۷۸۲/۱	: رده‌بندی دیویی
	: ۳۷۱۸۶۰۰	: شماره کتابخانه ملی ایران



- ☐ نام کتاب: حلقه‌ی قدرت
- ☐ ناشر: لیوسا
- ☐ نویسنده: جین شینودا بولن
- ☐ ترجمه: شهاب کامکار با همکاری ناهید معتمدی
- ☐ ویراستار: علی ابوظالبی
- ☐ چاپ اول: ۱۳۹۴
- ☐ تیراژ: ۱۱۰۰ نسخه
- ☐ چاپ: نیکاجاپ
- ☐ صحافی: منصوری
- ☐ قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان
- ☐ شابک: ۹-۲۶-۰۰۳۴۰-۶۰۰-۹۷۸
- ☐ ISBN: 978-600-340-026-9

آدرس: خیابان انقلاب - بعد از خیابان وصال - جنب سینما سپیده - کوچه اسکو - پلاک ۱۲

تلفن: ۶۶۴۶۴۵۷۷ - ۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵

سأانه ساعتی: ۳۰۰۰۲۴۰۰۴۲

www.nashreliusa.com
liusa@nashreliusa.com
www.dorsabook.ir

سایت اینترنت:
پست الکترونیکی:
فروش الکترونیکی:

فهرست مطالب

۷	 مقدمه‌ی نویسنده
۱۴	 مقدمه‌ی مترجم
۲۲	 فهرست اسامی
۳۷	 «چرخه‌ی حلقه» در مورد ماست
۵۳	 فصل اول: طلای راین
۸۹	 فصل دوم: الهه‌ی جنگ
۱۴۷	 فصل سوم: زیگفرید
۲۰۹	 فصل چهارم: پایان خدایان
۲۷۷	 فصل پنجم: آزاد کردن خویش از چرخه‌ی حلقه
۳۱۱	 فصل ششم: فراتر از وال‌هالا: یک دنیای پس از پدرسالاری؟

مقدمه‌ی نویسنده

به عنوان روان‌شناس و روان‌تحلیلگر بر مبنای نظریات یونگ،^۱ همواره سعی من بر این است که آنچه را که از منظر روان‌شناسی زنگ حقیقت را به صدا درمی‌آورد تشخیص دهم. با یک «گوش» این چنین، و نه «گوش» یک موسیقی‌دان، به شنیدن اپرای «حلقه‌ی نیبلونگ»^۲ اثر ریچارد واگنر^۳ نشستم. آنچه تجربه کردم داستانی مهیج و الهام‌بخش بود. واگنر داستانی نمایشی را در قالب چهار اپرا خلق کرده است که در آن، موقعیت‌ها شخصیت‌ها، و گفت‌وگوها، و تک‌گویی‌ها، همگی برگرفته از اساطیر است و در عین حال قدرت اسطوره‌ای چنان به کار گرفته شده که تا عمیق‌ترین لایه‌های روح ما نفوذ کند و طنین‌انداز شود. «چرخه‌ی حلقه» به عواطف موجود در زندگی واقعی ورود کرده زمینه‌های زندگی ما را همچون آینه‌ای در مقابل چشمان ما به نمایش می‌گذارد. من می‌دانستم که اگر بتوانم این داستان و مفهوم واقعی آن را، چنان که خود تجربه کرده و دریافت کرده‌ام، برای دیگران نیز زنده کنم، خواهم توانست به خوانندگان داستان کمک کنم تا به درک عمیقی از خودشان و روابط مهم زندگی‌شان برسند و در عین حال منظر نگرشی در رابطه با ریشه‌های روانی و قدرت تخریبی نظام‌های استبدادی ایجاد کنم. نامی که در ابتدا برای این کتاب در

1. C.G. Jung

2. Ring of the Nibelung

3. Richard Wagner

نظر داشتیم، عنوانی بود بسیار طولانی، چنان که نمی‌شد از آن استفاده کرد؛ اما عنوانی بود که کاملاً روشن می‌ساخت این کتاب راجع به چه چیزهایی نوشته شده است: «حلقه‌ی قدرت: پدر مستبد (یا خودشیفته)، فرزند ره‌اشده (یا رانده‌شده)، زن خلع‌قدرت‌شده (یا غایب)، و خانواده و اجتماع ناکارآمد».

چنین شد که من مصمم شدم داستان «حلقه‌ی نیبلونگ» را به نحوی شایسته به رشته‌ی نگارش درآورم. این داستان پیچیده‌ای است که تمامی توجه انسان را به انحصار خود درمی‌آورد و می‌توان آن را با یک مجموعه‌ی تلویزیونی چهارقسمتی که در طی زندگی سه نسل از یک خانواده اتفاق می‌افتد، یا با یک کتاب داستان روسی با شخصیت‌های فراوان و همچنین تغییرات بسیار در صحنه‌ها و زمان رویدادها مقایسه کرد. هرچند که این مسئله ضروری نیست، اما آشنایی با داستان اپرا پیش از دیدن خود آن، قطعاً به درکی عمیق‌تر و تجربه‌ای شگفت‌انگیزتر منجر خواهد شد. قبل از دیدن هر یک از چهار اپرا، من خود به دنبال آن بودم که شرحی از ماجرای اپرا را بخوانم که بتواند داستان را در ذهن من زنده کند، ولی چیزی نمی‌یافتم. در کنار آنچه می‌خواستم با نگارش این کتاب به انجام رسانم، این نکته از بالاترین درجه‌ی اهمیت برخوردار بود که شرح ماجرا بتواند احساسات، تصاویر ذهنی، و خاطرات شخصی و خصوصی خواننده را فراخواند و زنده سازد. برای انجام این کار، من راوی داستان شدم. در نتیجه، هر یک از چهار فصل اصلی و مرکزی کتاب را با شرح داستان اپرای مربوطه یعنی «طلای راین»، «الهه‌ی جنگ»، «زیگفرید»، و «پایان خدایان» که تشکیل‌دهنده‌ی ماجراهای «حلقه‌ی نیبلونگ» هستند آغاز کرده‌ام. اینها، مشروح داستان هر بخش است که می‌توان قبل از دیدن اپرا آن را خواند، و درعین حال به واسطه‌ی آنها می‌توان به ماجرای هر قسمت، پیش از فرورفتن در عمق روانی آن، در

ذهن خود حیات بخشید. در فصل‌های اول تا چهارم کتاب شرح داستان هر اپرا با تفاسیر و توضیحاتی براساس روان‌شناسی کهن‌الگویی در ترکیب با روان‌شناسی روابط ناکارآمد و پدرسالاری (همگی بر مبنای نظریات یونگ) تعقیب شده است. پس از برقراری ارتباط با داستانی که ما و همچنین زندگی واقعی را به احاطه‌ی خود درمی‌آورد، پی‌بردن به حقیقتی که ما از طریق آن داستان درباره‌ی خود، یا خانواده‌ی خود، یا اجتماع خود می‌جوئیم، می‌تواند کاملاً متحول‌کننده باشد. شهود عاطفی و ادراکی به همراه یکدیگر، «چرخه‌ی حلقه» را با نیرویی انکارناشدنی به ذهن ما وارد می‌کنند. اکنون، ما چیزی را دریافته‌ایم که حقیقت دارد.

در مجامع مرتبط با اپرا، اپرای «حلقه» از جذابیتی برخوردار است که هیچ اپرای دیگری با آن قابل مقایسه نیست. قدرت شگفت‌انگیز موسیقی در کنار اسطوره به‌منظور فراخوانی و لمس رشته‌های عمیق مفاهیم شخصی، خود بیانگر این مسئله است که چرا و چگونه گروه بیشماری از افراد این چنین اسیر و شیفته‌ی «حلقه‌ی نیبلونگ» می‌شوند. چنین تجربه‌ای، روح انسان را تکان می‌دهد و آنگاه که درک روان‌شناسانه نیز به آن اضافه شود، ذهن آدمی نیز در آن درگیر می‌شود. من کتاب **حلقه‌ی قدرت** را به این منظور به نگارش درآوردم که واسطه‌ای برای ورود قلمرو روان‌شناسی به ذهن آگاه افرادی باشد که مایلند این بُعد را نیز به تجربه‌ی خود از «حلقه» بیفزایند.

«حلقه‌ی نیبلونگ» که ریچارد واگنر چهار سال از زندگی خود (۱۸۵۲-۱۸۴۸) را صرف خلق آن کرد، در تمام طول هستی خود شاهدی انکارناشدنی بر توانایی شگفت‌انگیز واگنر برای بیان مفاهیم اصلی عالم‌گیر، یا تجربیات کهن‌الگویی انسانی که زمینه‌هایی تکراری در زندگی واقعی ما هستند، از طریق موسیقی و نمایش به شمار می‌آید.

«چرخه‌ی حلقه» از چنان پیروان سرسپرده و متعصب و وفاداری

برخوردار است که هیچ اثر اپرایی دیگری با آن قابل مقایسه نیست. هرگاه که قرار باشد این اثر به‌طور کامل به نمایش درآید، طرفداران آن از سراسر جهان برای تماشای آن حضور می‌یابند. شاید فقط یک گروه موسیقی راک در ناحیه‌ی سانفرانسیسکو موسوم به Grateful Dead (مرده‌ی شاکر) که هوادارانش نیز به Deadheads (کله‌مرده‌ها) موسوم‌اند از چنین پیروانی برخوردار باشد. هنگامی که «چرخه‌ی حلقه» به سانفرانسیسکو رسید و مردمی که در جلوی سالن اپرا ازدحام کرده بودند، رفتاری را به نمایش گذاشتند که بیشتر به تعریف «هوادار» نزدیک بود تا «تماشاگر اپرا»، این امر اجتناب‌ناپذیر شد که آنها را Ringhead (کله‌حلقه‌ای) بنامند. جالب توجه است که دو تن از اعضای گروه «مرده‌ی شاکر» خودشان جزء «کله‌حلقه‌ای»ها هستند. هیجان پدیدآمده از این اپرا، Ring Mania (جنون حلقه) نامیده شد که شاهده‌ی دیگر بر عمق و شدت جذابیت «حلقه‌ی نیلونگ» بود. مقارن با همین زمان، شبکه‌ی پی‌بی‌اس^۱ اقدام به پخش فیلم **چرخه‌ی حلقه** کرد که به‌وسیله‌ی گروه اپرای «متروپولیتن» تهیه شده بود و بدین ترتیب، ماجراهای «حلقه» به مدت چهار شب بر صفحه‌ی تلویزیون نیز به نمایش درآمد. این برنامه که مورد تماشا و بحث گروه بیشماری قرار گرفت و هزاران دستگاه ویدئو آن را ضبط و تکثیر کردند، درست به‌مانند برنامه‌ی «قدرت اسطوره» که موضوع آن گفتگوی بیل مویر^۲ با جوزف کمپبل^۳، اسطوره‌شناس معروف بود، توانست هزاران نفر از بینندگان فرهیخته‌ی تلویزیونی را مجذوب و مسحور خود کند. در هر دو برنامه، موضوعات اسطوره‌ای که تا پیش از آن عمدتاً تحصیلکردگان، اسطوره‌شناسان، پیروان یونگ، و طرفداران واگنر با آن آشنایی داشتند، به‌آسانی و وفور در اختیار اجتماع مشتاق و مجذوب قرار

گرفت. تماشاگران این برنامه‌ها، به شدت تحت تأثیر آنچه دیدند و شنیدند قرار گرفتند و به دنبال آن، تمایل داشتند که بیشتر بدانند.

رشد چشمگیر توانمندی درک و پذیرش اسطوره از طرف عامه‌ی افزایش مردم، به همراه افزایش روزافزون عدم پذیرش اخبار جرح و تعدیل شده‌ای که سیاستمداران به خورد مردم می‌دهند، نشان‌دهنده‌ی توان تشخیص و تمیز حقیقت و عمق از طرف جامعه است. اخبار «مدیریت شده»، به همراه تصاویر و صداهایی که برای آنها به کار گرفته می‌شود، به عنوان مواردی واقعی به خورد مردم داده می‌شوند در حالی که این اخبار به واقع جرح و تعدیل و دستکاری شده‌اند و غالباً نوعی داستان‌سرایی فریبکارانه بیش نیستند. برخلاف اینها، اساطیر، بدون هیچ ادعایی مبنی بر حقیقی بودن، به مانند رؤیاها، حقیقت را برای ما بیان می‌کنند، آن هم به زبان استعاره و نمادین.

جلب توجه من به «حلقه‌ی نیبلونگ» ناشی از همان اندیشه و الهامی بود که راهنمای من در نگارش الهه‌هایی در هر زن^۱ و خدایانی در هر مرد^۲ شد. در این دو کتاب، من به شرح نمونه‌های قدرتمند کهن‌الگویی در درون زنان و مردان می‌پردازم که مشروحی از الهه‌ها و خدایان یونان باستان هستند و نشان می‌دهم که چگونه این کهن‌الگوها با مبانی ارزشی فرهنگ پدرسالاری درهم آمیخته که در نهایت برخی از کهن‌الگوها را تشویق و برخی دیگر را تنبیه می‌نمایند. به علت نگارش این کتاب‌ها، از من خواسته شد در گردهمایی فرهنگی مربوط به «چرخه‌ی حلقه‌ی واگنر، راجع به خدایان و الهه‌ها صحبت کنم، که این گردهمایی با حمایت انجمن روان‌شناسی لانگلی پورتر،^۳ دانشکده‌ی روان‌شناسی دانشگاه کالیفرنیا (سانفرانسیسکو)، که من خود به عنوان پروفیسور روان‌شناسی

1. Goddesses in every woman

2. Gods in every man

3. Langley Porter Psychiatric Institute

بالینی در آنجا شاغلم، و اپرای سانفرانسیسکو، تشکیل شده بود. پس از آنکه اشعار اپرا را خواندم و به دنبال آن به تماشای اپراها نشستم، خود را در مقابل کهن‌الگوهای آشنایی از اسطوره‌شناسی یونان باستان یافتم؛ با این تفاوت که در اینجا، همه‌ی این کهن‌الگوها اسامی آلمانی داشتند و به‌صورت شخصیت‌هایی با خصوصیات انسانی بیشتر و پیچیده‌تر به نمایش درآمده بودند.

آنچه من از تماشای این اپرا تجربه کردم، عمیقاً مرا تکان داد و این اشتیاق را در من به‌وجود آورد که آنچه را احساس و از درون درک کرده‌ام به نگارش درآورم. بدون هیچ اندیشه‌ی دیگری یا ریزنی با خود یا ناشرم، کتابی را که در آن زمان در دست نگارش داشتم و با شدت و شتاب فراوان روی آن کار می‌کردم به کناری گذاشتم و تمام خلاقیت من بر نگارش «حلقه‌ی نیلونگ» متمرکز شد.

بدین ترتیب، کتاب **حلقه‌ی قدرت** به‌وجود آمد. انتظار من بر این است که خوانندگان این کتاب، جنبه‌هایی از زندگی شخصی خویش را در چهار فصل اولیه‌ی این کتاب بیابند و امیدوارم شرح و جزئیات ماجراها در خاطرها باقی بماند و هرگاه که نمونه‌ای موازی یا مشابه بین زندگی واقعی و «چرخه‌ی حلقه» آشکار شد، با عواطف و احساسات مربوطه ارتباط برقرار کند. هرچند که مایه‌ی اصلی کتاب در همین چهار فصل نگاشته شده است، اما پیام اصلی و معنوی این کتاب را می‌توان در فصل پنجم یافت: «آزادکردن خویش از چرخه‌ی حلقه».

درنهایت، پس از آنکه ما بتوانیم خود را از برآوردن انتظاراتی آزاد کنیم که با آنچه عمیقاً در درون ما از اهمیت برخوردار است متفاوتند، یا خود را از اعتیادها و عقده‌هایی که بر وجود ما پنجه انداخته‌اند برهانیم، موارد روان‌شناسانه به مواردی معنوی تبدیل خواهند شد و آن‌گاه خواهیم توانست به یک رابطه‌ی پایدار یا چیزی برسیم که یونگ آن را کهن‌الگوی

«خود» نامیده است. من «خود» را واژه‌ای عمومی در نظر می‌گیرم که به مفهوم تجربه‌ای درونی از خدا، الهه، تائو^۱ (طریقت)، قدرت‌های مافوق، یا روح است. این «خود» با هر اسمی که خوانده شود، منبعی از خرد و شفقت و معانی است، که از طریق آن می‌توانیم دریابیم ما نیز از جایگاهی در این عالم هستی برخورداریم.

فصل ششم، «فراتر از وال‌هالا: یک دنیای پس از پدرسالاری؟»، نوعی گمانه‌زنی رؤیایی از امکان شکل‌گیری یک عصر پس از پدرسالاری است و آنچه ما باید برای تحقق چنین امری به انجام رسانیم، که همانا زیستن به مفهوم راستین و نیز بیان حقیقت است.

این کتاب، که خود اصرار داشت متولدش کنم، اکنون پای به دنیا خواهد گذاشت. امید من بر این است که بتواند هم با قلب و هم با ذهن خواننده ارتباط برقرار کند، رویاها را فراخواند، و به مردان و زنان قدرت بخشد که بتوانند بر مبنای آنچه برای‌شان حقیقت دارد عمل کنند. آرزو می‌کنم حلقه‌ی قدرت بتواند در اشخاصی تفاوت ایجاد کند که قادرند در هر جا که هستند، تفاوت ایجاد کنند.

مقدمه‌ی مترجم

سلام

کتابی که در دست دارید براساس مجموعه اپرای حلقه‌ی نیبلونگ اثر ماندگار ریچارد واگنر، موسیقیدان شهیر آلمانی به نگارش درآمده است.

ویلهلم ریچارد واگنر (۱۸۸۲ - ۱۸۱۳) موسیقیدان، شاعر، فیلسوف، رهبر اکستر و کارگردان تئاتر، مجموعه‌ی «حلقه‌ی نیبلونگ» را در چهار اپرا تصنیف کرد. وی اپرای اول یعنی «طلای راین» را در سال ۱۸۵۴ و اپرای دوم یعنی «الهه‌ی جنگ» را در سال ۱۸۵۶ تکمیل نمود، اما درحین تصنیف اپرای سوم یعنی «زیگفرید»، در سال ۱۸۵۷ وی مجموعه‌ی «حلقه‌ی نیبلونگ» را به مدت هفت سال به کنار گذاشت و طی این مدت اثر عاشقانه‌ی **تریستان و ایزولت** و اثر کمدی **استادان آواز نورنبرگ** را تصنیف کرد و از سال ۱۸۶۴ مجدداً به تکمیل مجموعه‌ی حلقه‌ی نیبلونگ پرداخت و در نهایت در سال ۱۸۷۴ با تکمیل اپرای «پایان خدایان»، این مجموعه را به پایان رساند. با توجه به اینکه وی سرودن اشعار اپرای «طلای راین» را در سال ۱۸۴۸ آغاز کرده بود، تکمیل مجموعه‌ی حلقه‌ی نیبلونگ بیست و شش سال (۱۸۷۴ - ۱۸۴۸) به طول انجامیده است. پس از آن واگنر به مدت دو سال به ساخت سالن اپرای مخصوصی برای اجرای این اثر اهتمام ورزید که با تکمیل این سالن،

ایرای حلقه‌ی نیبلونگ برای اولین بار در سال ۱۸۷۶ به اجرا درآمد. وی این چهار اپرا را با ترکیبی از افسانه‌های اسطوره‌ای ایسلند، نروژ، یونان و آلمان تنظیم کرد، که البته برخی از شخصیت‌های این افسانه‌ها را تغییر داده و چند شخصیت همچون برونهیلد، زیگموند و زیگلیند را نیز که ساخته‌ی تخیل خود وی هستند، به این ترکیب اضافه کرد تا ماجراها را به نحو دلخواه خود شکل دهد.

در مجموع، واگنر می‌خواست با این اثر، به‌نوعی اعتراض خود را به سلطه‌ی قدرت (به جای عشق) بر دنیا ابراز کند. او می‌خواست با شخصیت زیگفرید، «انسانی آزاد» را به نمایش بگذارد که این قدرت را داشت که نظام سلطه‌ی ظالمانه بر دنیا را پایان دهد، کاری که درنهایت، برونهیلد (با محرکه‌ی عشق) به انجام می‌رساند.

نویسنده‌ی این کتاب، خانم یولن، که از روان‌شناسان برجسته‌ی مکتب یونگ^۱ است، با شرح ماجراهای چهار اپرا و تحلیل روان‌شناسانه‌ی شخصیت‌ها و اتفاقات، و سپس با مقایسه و تطابق آنها با زندگی واقعی، به طرح برخی مسائل مهم شخصی و اجتماعی دنیای امروزی می‌پردازد. در این کتاب از برخی واژه‌ها استفاده شده است که شاید توضیح مختصری در مورد آنها خالی از فایده نباشد.

عقده (Complex)

این از واژه‌هایی است که یونگ ابداع کرد و چنین به نظر می‌رسد که یونگ عقده‌های بشری را جزئی درونی و مستقل در شخصیت روانی افراد

۱. کارل گوستاو یونگ (۱۸۷۵-۱۹۶۱) روان‌درمانگر سوئیسی و بنیان‌گذار روان‌شناسی تحلیلی. او مفاهیمی برای برون‌گرایی، درون‌گرایی، کهن‌الگو، ناخودآگاه شخصی و ناخودآگاه جمعی و بسیاری موارد دیگر ارائه داد و سپس به گسترش این مفاهیم پرداخت. م

می‌دانسته است. حتی ممکن است به‌نظر برسد که وی از چند شخصیت در درون یک شخص سخن می‌گوید، که البته این به‌هیچ‌وجه به مفهوم ضایعه‌ی چندشخصیتی‌بودن (Multiple personality Disorder) نیست. به‌نظر یونگ، عقده‌ها مواردی هستند که ما را از درون به شخص متفاوتی تبدیل می‌کنند (به مفهوم بروز رفتاری متفاوت). یونگ معتقد بود که همواره یک کهن‌الگو تشکیل‌دهنده‌ی ساختار مرکزی یک عقده است.

کهن‌الگو (Archetype)

بر طبق نظر یونگ، کهن‌الگو یک نماد، رؤیا، یا تصویری ذهنی است که بین همه‌ی انسان‌ها مشترک، و نشان‌دهنده و بیانگر نظریات ترس‌های نهانی است که همه‌ی ما تجربه می‌کنیم. به‌عنوان مثال، آب (در ادبیات یا رؤیاها و غیره) کهن‌الگویی است برای تولد، خلافت، احیا، باروری، رشد و بسیاری چیزهای دیگر، حتی مرگ (غرق شدن در آب).

ناخودآگاه شخصی (Personal Unconscious)

مجموعه‌ای از عواطف، احساسات، افکار، خاطرات و تجربیات ناخواسته و ناخوشایند ماست که سرکوب و از ضمیر آگاه ما به پایین رانده شده‌اند.

فرض اولیه بر این است که ناخودآگاه شخصی، بخش فعال، و در برخی موارد حتی بخش فعال‌تر، در روان عادی اشخاص است. همچنین باور به این نکته ضروری است که رؤیاهای واقعی، نشان‌دهنده‌ی نظرها، اعتقادات و احساساتی هستند که بیننده‌ی رؤیا از آنها آگاه نیست، اما باید آگاه باشد یا آگاه شود.

مواردی که «می‌دانیم اما نمی‌دانیم» در ضمیر ناخودآگاه ما جای

دارند و رؤیا یکی از اصلی‌ترین ابزارهای ناخودآگاه شخصی برای بیان و ابراز این گونه موارد است.

و نیز اینکه یونگ معتقد است ارتباط منطقی و پایدار بین «خودآگاه» و «ناخودآگاه» شخصی، از مهم‌ترین ملزومات برای کامل‌بودن یا کامل‌شدن شخصیت روانی انسان است.

ناخودآگاه جمعی (Collective Unconscious)

در روان‌شناسی کهن‌الگویی، ناخودآگاه شخصی و ناخودآگاه جمعی (یا مشترک) کاملاً از یکدیگر متمایزند، زیرا هرچند که ناخودآگاه جمعی حاوی کهن‌الگوها^۱یی است که بین همه‌ی انسان‌ها مشترک هستند، اما این کهن‌الگوها الزاماً به موارد تجربه‌شده در زندگی شخصی هر فرد مربوط نمی‌شوند.

شاید بهترین تعریف برای ناخودآگاه این باشد که همچنان‌که ساختار فیزیکی همه‌ی انسان‌ها بر مبنای یک الگوی مشترک است که با DNA^۱ افراد مشخص می‌شود، کهن‌الگوها نیز عناصری در روان انسان‌ها هستند که الگوی روانی مشترک بشر را تعیین می‌کند و می‌توان آن را DNA روان انسان‌ها شمرد. یونگ آنها را ناخودآگاه جمعی نامیده است.

خود (Self)

برای این واژه تعریف‌های فراوانی شده است اما هم‌اکنون اغلب روان‌شناسان بر این عقیده‌اند که «خود»، مجموعه‌ی وجوه خودآگاه و ناخودآگاه در روان اشخاص است که به‌علاوه‌ی شخصیت فردی،

۱. DeoxyriboNucleic Acid: مولکولی که نمایشگر کُد ساختار ژنتیک همه‌ی موجودات زنده و بسیاری از ویروس‌هاست.

شناخت کلی (که شامل درک درونی و حافظه و خاطرات نیز می‌شود)، افکار، و احساسات، همگی به همراه یکدیگر هسته‌ی مرکزی هویت شخص را تشکیل می‌دهند.

من (Ego)

فروید این واژه را «من» (I) نامیده است درحالی‌که یونگ آن را به مانند یک عقده می‌داند. اگر هر دوی این مفاهیم را با هم در نظر بگیریم، یعنی اگر «من» نوعی «عقده» باشد، چه چیزی می‌تواند کهن‌الگوی مناسبی برای Ego در نظر گرفته شود؟ با توجه به نظریات یونگ می‌توان نتیجه گرفت که «کهن‌الگوی قهرمان» جواب این سؤال خواهد بود.

مؤنث درون (Anima) و مذکر درون (Animus)

به نظر یونگ، «مؤنث درون» عبارت از وجوه زنانه‌ی ناخودآگاه در روان مردان، و «مذکر درون»، وجوه مردانه‌ی ناخودآگاه در روان زنان است. اما هم‌اینک روان‌شناسان پیرو مکتب یونگ بر این باورند که هر دو مورد فوق، یعنی هم «مؤنث درون»، و هم «مذکر درون» در روان ناخودآگاه همه‌ی انسان‌ها وجود دارند. یونگ معتقد بود که «مؤنث درون» و «مذکر درون» راهنمای انسان‌ها برای رسیدن به «وحدت وجود» یا «خود واحد» است (به مفهوم ارتباط و اتصال ضمائر آگاه و ناخودآگاه) و نیز اینکه کسب آگاهی کامل و برقراری ارتباط سازنده با این دو عنصر، مشکل‌ترین و درعین حال ارزشمندترین مرحله در رشد و تکامل روانی هر انسان است. درعین حال، بی‌اعتنایی به این دو عنصر باعث خواهد شد ضمیر ناخودآگاه ما آن را در دیگران بازتاب دهد، به این معنی که ما ناگهان به یک شخص کاملاً بیگانه جذب می‌شویم، زیرا «آنیما» یا «آنیموس»

خود را در وی می‌بینیم. شاید «عشق در یک نگاه» یکی از بهترین مثال‌ها برای این وضعیت باشد.

سایه (Shadow)

بنا بر نظر یونگ، «سایه» عقده‌ای ناخودآگاه است که همانا از مواردی که «خود» آگاه ما مایل به حفظ آنها نیست و در نتیجه سرکوب و به پایین رانده شده‌اند تشکیل می‌شود. این شخصیت «سایه» می‌تواند شامل وجوه مخرب شخص باشد (که معمولاً افراد این وجوه را در مورد خود قبول ندارند) مانند کسانی که خود را به صورت فردی مهربان همانندسازی می‌کنند در حالی که شخصیت «سایه»ی آنها خشن و نامهربان است. یا اینکه شخصیت «سایه» می‌تواند شامل وجوه مثبت و سازنده‌ی نهانی انسان‌ها باشد، درست برعکس مثال قبلی؛ یعنی فردی که ظاهراً خشن و نامهربان می‌نماید به واقع از باطنی ملایم و مهربان برخوردار است. این وضعیت دوم، «طلا در سایه» (Gold in the Shadow) نامیده شده است.

«درک درونی» یا «شهود» (Intuition)

این واژه به مفهوم درکی روانی یا درونی از موارد ناخودآگاه است. در مقایسه با «تفکر» که عملی اختیاری است، این «درک درونی» یا «شهود» عملی ناخودآگاه و غیراختیاری است.

این کتاب در مورد دردهای آشکار و نهان شخصی و اجتماعی و چگونگی ارتباط بین آنهاست. آشنایی با این کتاب، به جز ترجمه‌ی آن،

مرا درگیر تحقیق و مطالعه در داستان‌های اسطوره‌ای، مکتب و نظریات یونگ و تفکر و تعمق در مورد آنها و بسیاری مسائل دیگر کرد. شما در حین مطالعه‌ی این کتاب خواهید دید که تا چه حد خودتان، عزیزان و نزدیکان و اطرافیانتان، و مشکلات موجودتان را در لابه‌لای ماجراها و شخصیت‌های داستان و تجزیه و تحلیل‌های آنها خواهید یافت. کشف نکات مثبت به کنار، ولی امید است که با کشف و درک برخی نکات منفی و احساس لزوم تحول، به اعمال تحول مورد نیاز نیز همت گماریم. اما باید به این نکته‌ی مهم نیز توجه داشته باشیم که یکی از مهم‌ترین ملزومات تحول، تحمل است. اگر از وضع موجود خود راضی نیستیم باید بدانیم که همه‌ی آنچه بر ما می‌گذرد لزوماً تقدیر ما نیست، و البته چاره‌ی آن تدبیر است. با باور به این مطلب که هیچ چیز در این دنیا بیهوده و بی‌دلیل آفریده نشده، باید تلاش کنیم جایگاه و پایگاه معنوی و الهی خود را در این دنیا بیابیم. شاید این جمله‌ی آن بزرگوار که فرمود: «در زندگی، خیلی مهم نیست که به چی نگاه می‌کنی، مهم این است که چی می‌بینی!» بتواند راه‌گشای ما باشد که بدانیم فارغ از اینکه در چه موقعیت اجتماعی قرار داریم، آیا «خود» مان هستیم یا نه؛ تا چه حد به آن انسانی که خداوند تبارک و تعالی تعریف فرموده و تمامی فرشتگان را به تعظیم به او امر کرده نزدیک هستیم.

با عنایت به توضیحات فوق، ذکر این نکته را ضروری می‌دانم که قسمت‌هایی که در متن کتاب پررنگ‌تر چاپ شده‌اند به انتخاب اینجانب بوده که می‌توانند برای تفکر و تعمق بیشتر و در نهایت برای اعمال در زندگی شخصی ما مفید و کارساز باشند. تمامی این جملات مواردی هستند که در مورد زنان یا مردان تفاوتی نمی‌کنند و قابل عمل یا اعمال برای همه‌ی افراد هستند. به گفته‌ی ژان ژک روسو، «انسان آزاد آفریده شده اما همیشه در زنجیری است که خود بافته است.» دیگر اینکه

«بزرگ‌ترین تفاوت انسان با حیوان فقط در داشتن فهم و اندیشه نیست بلکه در داشتن اراده و اختیار (پس از اندیشیدن) نیز هست.» بکوشیم از این نعمت‌هایی که خداوند یکتا به همه‌ی ما عنایت فرموده در راه تکامل و تعالی خود استفاده کنیم. ان شاء الله.

آنچه در اینجا برای گفتن باقی مانده است لطف و محبت بی‌پایان استاد بزرگوار و دوست گرامی، سرکار خانم ناهید معتمدی است. ترجمه‌ی این کتاب اساساً به پیشنهاد ایشان به دست اینجانب به انجام رسید و بدین وسیله سپاس بی‌پایان خود را از توضیحات و راهنمایی‌های بی‌دریغ آن بزرگوار اعلام می‌دارم و برای شان تندرستی و توفیق روزافزون آرزومندم.

سخن را به پایان می‌برم که فرموده است:

اندکی پیش تو گفتم غم دل ترسیدم
که دل آزرده شوی ورنه سخن بسیار است

خداوند خیر دهد. ان شاء الله.

شهاب کامکار

تهران - تابستان ۱۳۹۴