



تنها راه

پایداری زندگی زنashویی

آدولف گوگنبال - کریگ

سیمین موحد



انتشارات ماز

وابسته به بنیاد فرهنگ زندگی بالنده

Guggenbuhl - Craig/ Adolf

آدولف گوگنبال - کریگ

تنها راه پایدار نمودن زندگی زناشویی، بچه دار شدن، عبور از تنهایی، فرار از خانواده پدری و خارج شدن زندگی از یکنواختی و عشق دلایل مناسبی برای پایداری رابطه زناشویی نیستند.

آدولف گوگنبال، ترجمه سیمین موحد - تهران: ماز، ۱۳۸۸. قیمت: ۴۰۰۰۰ ریال

۱۷۶ ص:

ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۲۰۵-۲-۹

Marriage - dead or alive

عنوان انگلیسی:

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

رده بندی کنگره: HQ ۷۳۹ / ک ۹ الف ۴ ۱۳۸۸ رده بندی دیویی: ۳۰۶/۸۱ شماره کتابشناسی ملی: ۱۸۹۰۷۹۳



انتشارات ماز

وابسته به بنیاد فرهنگ زندگی

تنها راه پایداری زندگی زناشویی

نویسنده: آدولف گوگنبال

ترجمه: سیمین موحد

ناشر: ماز (وابسته به بنیاد فرهنگ زندگی بالنده)

چاپ: اول

ویراستار: گروه ویراستاران بنیاد فرهنگ زندگی

شمارگان: ۱۵۰۰

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

تلفن تماس: ۸۸۵۲۴۱۰۰-۱

نشانی: پل سید خندان، ابتدای سهروردی شمالی، پلاک ۸۲۹، طبقه ۲، واحد ۶

به نام خدا

فهرست

پنج	مقدمه
هفت	پیشگفتار
۱	فصل یک ازدواج و خانواده: ابزاری برای شکنجه یا نهادی رو به زوال؟
۷	فصل دو ازدواج در دنیا هیچ‌گاه عصر طلایی نداشته است
۱۷	فصل سه جنگ و صلح در ازدواج
۲۵	فصل چهار هدف از ازدواج چیست؟
۳۳	فصل پنج روند رشد فردیت: روندی که ما را در ازدواج به تکامل می‌رساند
۴۵	فصل شش ازدواج برای دستیابی به خوشبختی؛ خودفریبی بزرگ
۵۷	فصل هفت روانشناسی تحلیلی تجویز می‌کند؛ با خیال راحت دعوا کنید
۷۵	فصل هشت پذیرش همه حرف‌های همسر یعنی خیانت به او
۸۱	فصل نه غریزه جنسی، نقشی فراتر از تولیدمثل
۸۷	فصل ده میل جنسی؛ عادی، غیرعادی
۹۳	فصل یازده روابط زناشویی و روند رشد فردیت (دستیابی به خود واقعی)
۱۰۷	فصل دوازده وجه منفی میل جنسی
۱۱۵	فصل سیزده تا دلتان بخواهد دلیل برای جدایی دارید
	فصل چهارده ازدواج مسئله‌ای خصوصی نیست با خانواده همسر درگیر شوید
۱۱۹	اما قطع رابطه نکنید
۱۲۳	فصل پانزده چیزهای ارزشمندی که حتماً باید در ازدواج قربانی کنیم
۱۳۳	فصل شانزده طلاق
۱۳۷	فصل هفده آیا حاضرید یک بار دیگر در ازدواج‌تان تجدیدنظر کنید؟
۱۴۱	فصل هجده ازدواج در جهان معاصر، کسل‌کننده، بی‌معنی و رو به زوال است

مقدمه

بزرگی گفته است: «اگر چرایی زندگی را بدانیم، با هر چگونه‌ای آن می‌سازیم.» مفهوم عمیقی که زندگی حیوانی ما را تبدیل به زندگی انسانی می‌نماید، مفهوم «معنای زندگی» است. انسان در بیشترین لذت‌ها و کامل‌ترین شرایط رفاهی از زندگی خشنود نخواهد بود، مگر این‌که برای چرایی زندگی پاسخی درخور و قابل‌اعتنا یافته باشد. «زندگی چرخشی» انسان را دچار احساس پوچی و بی‌هدفی می‌کند و اگر نه برای همه، برای نخبگان و اندیشه‌ورزان غیرقابل‌تحمل است. «رستگاری» از آن مفاهیمی است که در مقوله «معنای زندگی» پا به عرصه می‌گذارد. «رستگاری» ریشه در «فراسو» دارد و از منظر «زندگی روزمره» پا را بیرون می‌نهد و نگاهی «هستی‌شناسانه» در ما ایجاد می‌کند.

اغلب کتاب‌هایی که این روزها راجع به ازدواج و زناشویی منتشر می‌شوند، دچار خلأ معنایی هستند. به‌ندرت به چرایی ازدواج می‌پردازند و به‌طور عمده به سراغ چگونگی آن می‌روند. فراموش کرده‌ایم که اگر فلسفه‌ای نداشته باشیم، روش‌ها و مهارت‌ها به کارمان نخواهند آمد. از سوی دیگر کتاب‌های زیادی در باب رستگاری منتشر می‌شوند که دچار یک طرحواره «رستگاری انفرادی» هستند. مسیر پیشنهادی آن‌ها برای رستگاری هیچ ربطی با ازدواج، خانواده، قبیله، ملیت و جامعه بزرگ جهانی ندارد. هر کس باید خود به تنهایی مسیر رستگاری خویش را طی نماید.

این دو جریان که یکی ازدواج را تهی از معنا و با شکر تکنیک و مهارت، شیرین می‌کند و دیگری رستگاری را در مسیری انفرادی می‌آموزاند، هرگز نخواهند توانست بحران امروز جهان را در زمینه ازدواج و خانواده حل کنند.

نویسنده کتاب «تنها راه پایداری زندگی زنشویی» این شکاف را پر کرده است. او پلی ساخته است که ازدواج را به رستگاری متصل می‌سازد. چنین نگاهی لازم است تا بشر معناجوی هزاره سوم ارتباط خود را با ازدواج قطع نکند.

همراه شو عزیز، تنها نمان به درد

کاین درد مشترک، هرگز جدا جدا درمان نمی‌شود

دکتر محمدرضا سرگلزایی

پیشگفتار

به قلم دیوید دالریمل^۱

کتاب آدولف گوگنبال^۲ به نام «تنها راه پایداری زندگی زناشویی» شاید یکی از ده کتاب برتری باشد (به همراه کتاب قدرت در حوزه حرفه‌های امدادگری) که طی ده‌ها سال گذشته تأثیر ژرفی بر رشته‌های گوناگون گذاشته است. نسخه جدید انتشارات اسپرینگ یک کتاب کلاسیک روانشناسی تحلیلی را در برابر نسل جوان‌تر و جمع وسیع‌تر مردم زمانه‌ای می‌گذارد که هنوز ازدواج را به‌طور سطحی بیشتر رابطه‌ای جامعه‌شناسانه و روانشناسانه می‌داند تا رابطه‌ای تصویری و تخیلی^۳.

بسیاری از تحلیل‌گران روانشناسی تحلیلی، درمانگران و روانشناسان بالینی از این که این کتاب حیات تازه‌ای یافته خشنود خواهند شد، زیرا ما در عصری زندگی می‌کنیم که درک روانشناسان بالینی از نشانه‌های موجود بیماری صرفاً حول روابط عاشقانه می‌چرخد و در نتیجه معنای تحت‌اللفظی روابط زناشویی تقویت می‌شود. ما همچنان درمانگرانی داریم که روی بهبود ارتباطات، قدرت بخشیدن به نیازهای عاشقانه

1. David Dabrymple

2. Adolf Guggenbuhl

۳. درباره اصطلاحانی که با علامت * مشخص شده‌اند در قسمت راهنمای مطالعه کتاب که در پایان کتاب آمده، توضیحات بیشتری داده شده است.

شخص و مطرح شدن کشمکش طرفین در وهله اول تمرکز می‌کنند و همه این‌ها هم به قیمت نادیده گرفتن قوه تخیل که در پس بسیاری از کشمکش‌های زوج‌ها نهفته است مانند خیال‌بافی‌های مهم، تصاویر رؤیا، درون‌مایه‌های استعاری و افسانه‌های مربوط به روابط می‌شود، که می‌توانند معنای تجارب ما را در رابطه با یکدیگر آشکار کنند.

یادم می‌آید که وقتی در «مؤسسه یونگ» در زوریخ بودم چقدر از کشف این کتاب خوشحال شدم. من به عنوان روانپزشک به زوج‌های بسیاری که با هم کشمکش داشتند مشاوره داده بودم. در همین زمان بود که دریافتم بین انتظارات جامعه از ازدواج و محصله‌ای که زوج‌ها پس از پایان دوره شیفته‌گی و با پیچیده‌تر شدن ازدواج، خودشان را در آن می‌یابند چه دره عمیقی هست. گوگنبال نه تنها به قابلیت‌هایی از ازدواج توجه دارد بلکه به سایه* ازدواج هم نظر می‌افکند. او ازدواج را همچون آفرینش و تجلی تجسم و تخیل انسان می‌داند نه حاصل غریزه یا صرفاً نهادی اجتماعی. او ورای انتظارات عملی برای کسب سعادت و رفاه اجتماعی می‌نگرد و ماهیت واقعی ازدواج را می‌بیند. روانشناسی ازدواج او بیانگر چالشی است در برابر آرزوی زوج‌ها برای کسب سعادت و صلح و آرامش. گوگنبال می‌پرسد، «آیا ازدواج نهادی رو به مرگ است و یا صرفاً نهادی اجتماعی برای شکنجه افراد؟» او نتیجه می‌گیرد که ازدواج محلی برای روند رشد فردیت* است و جایی برای وقوع این روند دشوار تعمیق درک شخص، از وجود حقیقی خویش. به نظر او روند رشد فردیت صرفاً مختص آنهایی که برای روانکاوی می‌آیند نیست بلکه رنج‌های موجود در ازدواج نیز می‌تواند یکی از راه‌های نیل به آن باشد. کتاب تنها راه پایداری زندگی زناشویی به نراحتی‌ها و رنج‌های ضروری این مسیر را ارج می‌نهد.

امروزه احکام مربوط به رابطه سالم در فرهنگ غربی به کلی تحریف شده است. و این تحریف به حوزه روانشناسی نیز سرایت کرده است. این روانشناسی می‌پندارد که مشکل کل ازدواج، خانواده و معیوب بودن روابط آدم‌ها در بدی ارتباطات است. کافی است مردم را تعلیم دهی و هدایت کنی یا به شرکت در جلسات سخنرانی مربوط به روابط وادارکنی تا وضعیت معمول آرامش‌بخش و مولد برقرار شده و رابطه زناشویی و خانواده از نو احیا شود.

کتاب گرانقدر گوگنبال این ساده‌انگاری رابطه بشری و درد روحی انسان را فاش می‌کند که رابطه نیز مثل بخش اعظم زندگی به معنی کیمیاگری دردناکی است که روح را می‌سازد. انسان‌ها برای کسب معنا زندگی می‌کنند نه کسب سعادت و برای تحقق تقدیر نه انطباق و سازگاری و برای روح زندگی و نه آرامش. گوگنبال می‌گوید که شاید بهترین ابزار کسب این معنا ازدواج باشد، اما این راه عده‌ای صرفاً محدود است، نه خیل عظیم توده‌ها. ازدواج دیوهای تحول یا تخریب را عمیق‌تر، سریع‌تر و طولانی‌تر از هر آفریده فرهنگی دیگر بشری از بندرها می‌کند. ازدواج می‌تواند شمارا پیش از شفا از میان ببرد و نابود کند مگر این‌که آگاه و هشیار و قاعده‌مند باقی بمانید. این یک روانشناسی تزئینی نیست بلکه روانشناسی بی‌تعارف از زندگی و دیگ‌های دائم جوشان رنج و درد آن است البته نه رنج سادیستی، بلکه رنج تحول‌گرانه‌ای که به ما می‌آموزد که برای کسب خرد زندگی باید بها پرداخت.

با چاپ کتاب تنها راه پایداری زندگی زناشویی، مهم است که جایگاه آن در تاریخ فرهنگی خودمان را نیز ارج بنهیم و ببینیم که چگونه دشواری‌های کنونی را از طریق مفاهیم کهن‌الگویی* روشن می‌کند. سال‌های سال است که تنها چند اثر معدود درباره روانشناسی تحلیلی و

مفاهیم کهن‌الگویی مربوط به ازدواج و خانواده در دسترس بوده است. تعهد بنیادی روانشناسی تحلیلی به روند رشد فردیت با این خطر روبه‌رو شد که تنها روی پویایی‌های فردی و رابطه روحی دو نفر تمرکز کند و نه بر روی مشکلات و پیچیدگی‌های شخصی افراد مزدوج.

امروزه فشارهای روی جوانان اغلب اوقات در جهت این است که تا حد امکان مجرد بمانند. گوینبال زنانی را می‌دید که منتظرند تا پس از ازدواج و تشکیل خانواده به حرفه مورد علاقه‌شان بپردازند. امروزه ما شاهد زنانی هستیم که از اوان جوانی به کار و حرفه می‌پردازند و بعد نگران بالا رفتن سنشان برای ازدواج می‌شوند. امروزه امکانات متنوعی برای نگهداری و مراقبت از بچه‌ها و آموزش آنها وجود دارد.

اکنون ازدواج‌های دو شغله (زن و شوهر هر دو کار می‌کنند)، ازدواج‌های کامپیوتری و جدایی‌ها و طلاق‌ها متداول شده‌اند. اکنون عصر ازدواج‌های دوم، توافقات پیش از نکاح، و قواعد و مقررات به‌جای تعهدات کورکورانه مادام‌العمر است.

به‌راستی، کتاب تنها راه پایداری زندگی زناشویی هنوز هم برای زنان و مردانی که درگیر انواع گوناگونی از روابط هستند - و نه فقط آن دسته از افرادی که ازدواج کرده‌اند - مهم است. بنابراین، این کتاب نه تنها برای تمامی حرفه‌ها (به‌رغم تعصب تشکیلاتی‌شان) بلکه برای تمام نسل‌های روانکاوان، مشاوران ازدواج و خانواده، مبلغان دینی، مددکاران اجتماعی و افراد دیگری که به روانشناسی عمیق‌تر ازدواج و روابط روح‌بخش و بامعنا علاقمندند همچنان مهم و تأثیرگذار خواهد بود.

راکفورد، ایلی نویز