

۹۵ ۱۷۷ ع

شیوه‌ای عمیق، دقیق و کاربردی برای شناخت زنان

انواع زنان

بر اساس نظریه نمادهای اسطوره‌ای در روانکاوی یونگ

استر ژان شینودا بولن | ترجمه‌ی نیلوفر نواری



انتشارات بنیاد فرهنگ زندگی

انواع زنان

نام کتاب : انواع زنان
نویسنده : ژان شینودا بولن
ترجمه : نیلوفر نواری
ویراسته : زهرا ناطقی
طراح جلد : سیده سحریم سیدی
صفحه‌آرا : سید زهرا عباسی
ناشر : بنیاد فرهنگ زنان (وابسته به بنیاد فرهنگ زندگی بالنده)
نوبت چاپ : اول ۱۳۸۶
شمارگان : ۱۰۰۰ جلد
قیمت : ۴۰۰۰۰ تومان
تلفن تماس : ۸۸۷۳۸۱۸۰-۱
نشانی : پل سید خندان، ابتدای سپهر رده‌ی شمالی، بلاک ۸۲۹، طبقه دوم، واحد ۶
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۲۵۱-۴-۹

می‌توانید جهت سفارش و تهیه آثار بنیاد فرهنگ زندگی یا شماره‌های ۳-۸۸۵۲۴۱۰۰ تماس حاصل فرمایید.

 www.bonyadonline.ir  [Bonyadfarhangzendegi](https://www.instagram.com/bonyadfarhangzendegi)  [bonyadfarhangzendegi](https://www.t.me/bonyadfarhangzendegi)

سرشت‌نامه	بولن، جین شینودا Bolen, Jean Shinoda
عنوان و نام پدیدآور	اساطیر زنان یونان / ژان شینودا بولن [مترجم: نیلوفر نواری]
مشخصات نشر	تهران : بنیاد فرهنگ زندگی، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	۵۰۰ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۹۲۲۵۱-۴-۵ / ریال
وضعیت فهرست نویسی	قیما
یادداشت	Goddess in everywoman : powerful archetypes in...
موضوع	زنان -- روان‌شناسی
موضوع	Women -- Psychology
موضوع	اساطیر یونانی -- روان‌شناسی
موضوع	Mythology, Greek -- Psychology
موضوع	نمونه‌آرکی
موضوع	(Archetype Psychology)
شماره افزوده	نواری، نیلوفر، ۱۳۶۳. -- مترجم
رده بندی کنگره	HQ۱۲۰۶۱۸۱۳۹۵ الف ب
رده بندی دیویی	۳۰۵/۴
شماره کتابشناسی ملی	۴۲۴۵۲۰۷



۷	پیش‌گفتار
۱۳	مقدمه: سخن بیست‌مین سالگرد چاپ
۱۷	مقدمه: درون پر زرق‌استوره‌هایی حضور دارد
۳۳	فصل یک: کهن‌الگوها و انکارهای درونی
۵۱	فصل دو: فعال کردن اسطوره‌ها
۶۹	فصل سه: اسطوره‌های باکره
۸۷	فصل چهار: آرتیمیس: اسطوره‌ی شکر و مادر...
۱۳۱	فصل پنج: آتنا: اسطوره‌ی خرد که از محدودیت‌ها
۱۷۹	فصل شش: هستیا: اسطوره‌ی خانه و کاشانه، معبد
۲۱۹	فصل هفت: اسطوره‌های آسیب‌پذیر
۲۳۱	فصل هشت: هرا: اسطوره‌ی ازدواج، تعهد و همسر
۲۷۵	فصل نه: دیمتر: اسطوره‌ی غلات تغذیه‌کننده و مادر
۳۱۹	فصل ده: پرسفون: دوشیزه و ملکه جهان زیرین...

۳۶۱	فصل یازده: اسطوره‌ی کیمیا
۳۷۳	فصل دوازده: آفرودیت، اسطوره‌ی عشق و زیبایی...
۴۱۳	فصل سیزده: کدام اسطوره‌ی سرخ‌علائی را می‌برد؟
۴۳۵	فصل چهارده: قهرمان درون هر زن
۴۶۳	تبارشناسی: کهن‌الگوهای یونان باستان
۴۷۵	یادداشت‌ها
۴۸۵	منابع و مآخذ



■ پیش‌گفتار: بسترهای فارسی کتاب

من در دوران کودکی تعداد زیادی افسانه خواندم و همان‌طور که در این فکر بودم که کتاب من به فارسی در حال ترجمه است به ذهنم رسید که کتاب‌هایی که خوانده‌ام ترجمه افسانه‌هایی از بسیاری کشورها و زبان‌ها بود.

اگر چه بیش از صد ترجمه به زبان‌های مختلف از کتاب‌های متعدد من موجود است اکنون به ترجمه برخی از کتاب‌هایم به زبان «هزار و یکشب» باز به دوره کودکی‌ام برگشته‌ام. از دوران کودکی تا امروز من در رشته پزشکی و با تخصص روان‌پزشدی از دانشگاه علوم پزشکی کالیفرنیا سانفرانسیسکو فارغ‌التحصیل شدم. به عنوان روان‌تحلیل‌گر یونگی در موسسه سی.جی.یونگ در سان‌فرانسیسکو آموزش دیده‌ام. موضوع داستان‌هایی که من در دوران نوجوانی می‌خواندم، عمیق و کهن‌الگویی بود و به همین دلیل در طول سالیان سال، دوباره و دوباره نقل شده‌اند. نمادها و استعاره‌های موجود در افسانه‌ها و اسطوره‌ها، همگی در ما زنده هستند زیرا

همه ما دارای یک ناخودآگاه جمعی مشترک هستیم که مانند یک الگوی غریزی به محرک‌ها پاسخ می‌دهد. زیست‌شناسان نظری این ناخودآگاه جمعی را میدان مورفیک نژاد بشر نامگذاری کرده‌اند که ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد و ما نیز متقابلاً روی آن تأثیر می‌گذاریم. من در کتاب‌هایم شروع به شناخت و بررسی این الگوهای کهن‌الگویی کردم زیرا به‌عنوان یک تحلیل‌گر یونگی برایم قابل تأمل و تقدیر بودند. من همچنین می‌دیدم که چگونه فرهنگ می‌تواند تعیین کند که کهن‌الگوهایی مورد توجه قرار گیرند و چه کهن‌الگوهایی سرکوب شوند، زیرا من زنی هستم که در قرن بیستم متولد شدم و فعالان درگیر نسل‌های بیست و یکم هستم که در آن زندگی به‌طرز عمیقی به‌خاطر تغییر نگرش‌های فرهنگی و جنبش‌هایی که در ایالات متحده به‌وقوع پیوسته، دستخوش تغییر شده است. از آنجاکه من زمانی در کالج دانشجوی تاریخ بودم و همچنین یک آمریکایی ژاپنی‌تبار هستم، این موضوعات به‌دیده‌گاه روانشناسانه من اضافه شده که خودم به آن «بینایی فرهنگی» می‌گویم. درست شبیه روش کار چشم‌های ما، هر چشم اشیاء را از زاویه اندک متفاوتی می‌بیند. مغز این دو تصویر را با هم ترکیب می‌کند و تصویری به ما ارائه می‌دهد که دارای عمق یا سه‌بعدی است. همان‌طور که یک فرد مانند من به هر دلیلی (اعم از نژاد، جنسیت، تخصصات، تخصص، و مذهب) یک اقلیت باشد می‌تواند به ویژگی‌های گروه غالب از بیرون نگاه کند. من هرگز به‌طور کامل با هیچ‌یک از فضاها یا فرهنگ‌ها نبودم به‌طور کامل تطبیق پیدا نکردم و همین موضوع به من درک روانشناسانه دوچشمی داد. من می‌توانم ببینم که چگونه کهن‌الگوها و کلیشه‌ها — این الگوها و روش‌های درونی بودن و رفتار کردن — همه ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این آگاهی، نوشته‌های مرا تحت تأثیر قرار می‌دهد، حتی اگر مشخصاً به آن اشاره نشود.

خودآگاهی و انتخاب دو موضوع اساسی افسانه‌ها و اسطوره‌ها داستان زندگی همه انسان‌ها است. من به‌عنوان یک نویسنده و سخنران، یک قصه‌گو هستم و به‌عنوان یک روانشناس و تحلیلگر یونگی یک شنونده قصه. این نقش‌ها نیاز به رشد و توسعه مهارت تصور نمودن خود در جای دیگران دارد. بودن در جای این دختر یا پسر در حال رشد در این خانواده خاص چگونه است؟ در این زمان خاص و در این کشور با این پیشینه تاریخی؟ در دوران جنگ یا رکود اقتصادی؟ من می‌توانم تصور کنم چهار ساله بودن چگونه است؟ یا هفتاد و چهار ساله بودن؟ یا دارای جنسیت مخالف یا از نژاد، دین یا طبقه اجتماعی دیگری بودن؟ حتی در آن دسته از کتاب‌هایم که با قصه نویسی نپرداخته‌ام، اظهار نظرهایم بر پایه داستان زندگی افرادی است که می‌شناخته‌ام. وقتی کتابه‌ایم را می‌نویسم، افرادی که در دفتر من با زندگی شخصی‌ام می‌شناسم، درست به اندازه شخصیت‌های اجتماعی یا نویسندگانی که می‌شناسم، مرا تحت تأثیر قرار می‌دهند و از ادبیات آن‌ها استفاده می‌کنم. من همچنین به این موضوع فکری می‌کنم که برای افرادی که قرار است با نوشته‌های من مورد حمایت قرار بگیرند و به آن‌ها کمک شود، چه چیزی درست است. مهم است که از نیروهای درونی و بیرونی که بر ما فشار وارد می‌کنند، آگاه باشیم. در سفر پیرمانی ما نکته بسیار تعیین‌کننده‌ای وجود دارد و آن شناخت - طاعت - انتخاب یا لحظات حقیقت است که شخصیت ما و آنچه قرار است بشویم را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

من می‌خواهم خوانندگانم در زمینه درک روانشناسانه همدلانه، به این معنا که بتوانند خود را جای دیگران بگذارند، رشد پیدا کنند. زیرا که این موضوع باعث ایجاد شفقت می‌شود، نه فقط در قبال دیگران بلکه در قبال خودمان.

همانطور که هر افسانه یا اسطوره معمولاً یک بازیگر اصلی دارد که در مواقع بحرانی تصمیم‌های اصلی را می‌گیرد زندگی ما نیز همین‌گونه است. در «هزار و یکشب»، شهرزاد محکوم به سرنوشتی بود که زنان پیش از او به آن دچار شده بودند. او توسط شهریار یا حاکم به‌عنوان ملکه برای یک روز انتخاب شده بود و قرار بود که در پایان آن روز اعدام شود. با این حال او هر شب با تعریف کردن یک داستان ادامه‌دار یک روز دیگر به زندگی ادامه می‌داد. او در واقع پاسخی خلاقانه برای چنین یافته بود که دیگران آن را سرنوشت محتوم می‌دانستند. او یک شب یک شب و یک داستان یک داستان، آن قدر جریان کار را کشید تا در نهایت شهریار تغییر کرد و زندگی‌اش نجات پیدا کرد. بعضی اوقات انسان‌ها برای شناخت خودشان یا درک این موضوع که آن‌ها نقش اصلی زندگی خودشان هستند، حتی زمانی که به‌نظر کنترل بسیار کمی بر محیط دارند، نیاز به شنیدن یک داستان دارند. در این جاست که خردمند سورفانکار را متوجه می‌شویم: فارغ از محیط (او یکی از اسرای بارباراس که نازی‌ها بوده است) ما همیشه در پاسخ به محیط، حق انتخاب داریم. من متوجه شدم که چگونه تخیل می‌تواند چیزی را در درون ما زنده نگاه دارد و راه‌حل‌های خلاقانه پیش پای ما بگذارد، در حالی که دیگران از آن استقبال نمی‌کردند من متوجه شدم که یک زندگی درونی غنی، یک تخیل خلاقانه و یا زندگی کردن در رویا می‌تواند جبران یک زندگی بیرونی بی‌حاصل باشد و در عین حال ما را برای روزی که در آن زندگی درونی و بیرونی بازتاب خواسته‌های حقیقی ما باشد آماده کند. من می‌دانم چگونه فکر انسان‌ها بر درک آن‌ها از خودشان و دیگران تأثیر می‌گذارد که در ادامه بر روی احساسات و عملکردشان نیز تأثیرگذار خواهد بود. این آرزویی است که من در مورد کتاب‌هایم دارم. خوانندگانم به کرات به من گفته‌اند: «چیزی که شما نوشته‌اید

زندگی ما را تغییر داد». این حرف همیشه برای من دلگرم کننده بوده است. در حالی که می دانم این، آن داستان یا مثال، اسطوره، عبارت شاعرانه یا تصویر بوده است که من خوانده، شنیده یا دیده‌ام و ابتدا مرا تحت تأثیر قرار داده و بعد در نوشته‌هایم خود را نشان داده که اکنون این افراد را به آگاهی، پند یک داستان یا معنایی که می‌تواند برای آن‌ها داشته باشد رهنمون می‌شود این تمام نیت من است.

من یک پیرو مقوله‌ی همزمانی کتاب هستم. همزمانی لغتی است که نال گوستاو یونگ برای «تصادفات معنادار» ابداع کرد؛ ارتباطات عجیبی که بین چیزهای مهم درون یک فرد و یک ملاقات یا حادثه بیرونی وجود دارد. همانگونه که شرقی‌ها می‌گویند: «وقتی شاگرد آماده باشد، استاد خود خواهد آمد.» همزمانی کتاب اسبابی غیرعالی است به از طریق آن یک کتاب به دست خواننده‌ای می‌رسد که واقعاً به دنبال آن بوده است.

با عشق و ارزوی بهترین‌ها، ۲۴ سپتامبر ۲۰۱۴