

اسطوره سازی از مادر چه آسیبی می زند؟

مادرها فرزندانشان را عاشقانه دوست دارند اما دلیلی ندارد به چیزی غیر از فرزندانشان فکر نکنند



کریستین اورگان از واشنگتن پست، **نجمه رضائی** مترجم

وقتی در نوار جست‌وجوی گوگل عبارت «مادر یعنی» را تایپ کنید، بلافاصله چنین جمله‌هایی پدیدار می‌شود: «مادر یعنی مهر»، «مادر یعنی از خود گذشتگی» یا «مادر یعنی عشق واقعی». این تعبیرات تصویر عمومی ما از مادر را ساخته‌اند. نگاهی اسطوره‌ای که باعث می‌شود جنبه‌های دیگر این نقش پنهان بماند. مادری وظیفه‌ای در هم‌برهم است که خستگی و افسردگی هم بخشی از آن است. آن‌ها آدم‌هایی از پوست و گوشت‌اند که باید نیازها و نقصان‌هایشان را هم دید.

درگیرسوارکردن‌دوپسرپرانرژی‌امتوی ماشین‌بودم، مردی‌که‌در حال‌تماشای‌ما‌بود، گفت: «نمی‌دانم‌شما‌مادر‌ها‌چطور‌از‌پس‌این‌کار‌ها‌برمی‌آیید». «مادر‌بودن‌از‌سخت‌ترین‌کار‌های‌ممکن‌است» این‌جمله‌را‌در‌مطلبی‌خواندم‌که‌به‌تازگی‌دست‌به‌دست‌می‌شد. این‌اظهار‌نظر‌ها‌شاید‌از‌منابع‌مختلفی‌بیایند‌اما‌همگی‌نیت‌خیر‌دارند: تأیید، قدر‌دانی‌یا‌صرفاً‌توجه‌نشان‌دادن‌به‌تلاش‌ها‌و‌نقش‌زن‌در‌مقام‌مادر‌اما‌این‌حرف‌ها‌تصویری‌آرمانی‌و‌غیرواقعی‌از «مادر‌مظلوم» ارائه‌می‌دهند. گویا‌در‌فرهنگ‌معاصر‌این‌انتظار‌وجود‌دارد‌که‌همه‌مادر‌ها‌تمام‌وقت‌در‌اختیار‌خانواده‌باشند، به‌ویژه‌وقتی‌موضوع‌تکالیف‌مدرسه، فعالیت‌های‌فوق‌برنامه‌و‌مسئولیت‌های‌خانه‌داری‌در‌میان‌باشد. بخشی‌از‌این‌انتظارات‌در‌واقع‌فشار‌های‌داخلی‌هستند‌که‌مادران‌به‌خود‌وارد‌می‌کنند؛ اضطراب‌هایی‌که‌اگر‌گاهی‌به‌خودشان‌بگویند «به

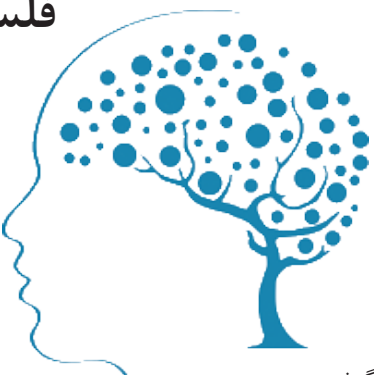
اندازهٔ کافی خوب هستی» می‌شود آن‌ها را به حداقل رساند. ظاهر آدم‌ها برای جبران نیازهایی که در مقام مادر حس می‌کنند، تصویری از مادر خلق می‌کنند که سر‌اسر بخشندگی، دانش، از خودگذشتگی و نوعی ابر انسان است؛ مادری که با شادمانی آخرین تکه‌پای سبب را برای دلخوشی بچه‌اش باقی می‌گذارد.

بی‌شک مادران در راه مراقبت از فرزندان فداکاری‌های بسیاری می‌کنند، اما این بدان معنا نیست که این فداکاری‌ها، عواقبی مثل خشم‌پنهان، خودمرغی، ضعف و دوستی‌های از دست‌رفته را در پی نداشته باشد. اسطوره‌سازی از مادر خطر ایجاد استانداردهایی دست‌نیافتنی در مادری عاشقانه را با خود دارد که به چرخه‌های افسوس‌ناشیر منجر می‌شود؛ زیرا احساسات برخی از مادران به دلیل افسردگی پس از زایمان، الزامات شغلی یا ویژگی‌های شخصیتی، در قالب این استانداردها دمی‌گنجد. افزون‌بر این، دایره‌خشانی که بر

یادداشت

فلسفه خواندن، کاری مازوخیستی است؟

چرا باید به سراغ چیزی برویم که غمگین و ناامیدمان کند و باعث شود کمتر بخندیم؟



اگر نیچه

هم‌مانند افلاطون از دار دنیا مال‌ومال‌ی داشت و برای خودش یک آکادمی دست‌وپا می‌کرد، حتماً بر سر در آکادمی با خط درشت می‌نوشت: «هر کس خندیدن نمی‌داند و دانشمند نشود». اما حیف که نیچه دستش به دهانش نمی‌رسید و مجبور بود تنهایی بخند و آن قدر بخندد که دیوانه شود. سوال این است که فلسفه چقدر باعث می‌شود شاد زندگی کنیم؟ چقدر به ما شادی و خنده را هدیه می‌دهد؟ کافی است عکس‌روی جلد یکی از این کتاب‌های تاریخ فلسفه یا «فلائیو بهمانی: بررسی تطبیقی آرای دویژ گوار» را دوباره نگاه کنیم. کدام یک به ما بلخند می‌زند؟ تقریباً هیچ کدام. فلاسفه اغلب از عبوس‌ترین قشرهایی هستند که زمین به خود دیده است. قدیم‌ترها

خواندنی

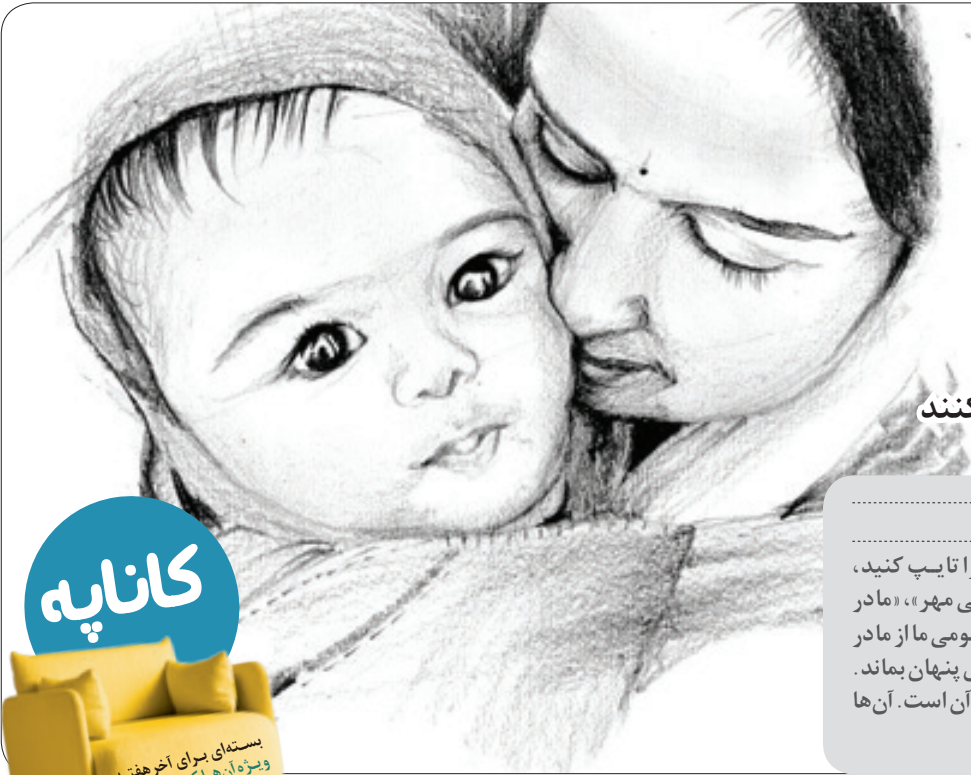
چهره‌های سرشناس در چنبره بیماری‌های روانی

شاید ارویان تاریخ دوست نداشتند داستان زندگی چهره‌ها غم‌انگیز به نظر برسد. گویا می‌اندیشیدند وقتی مردم به‌فهمند اسطوره‌ها نیز مثل همه انسان‌ها دچار بیماری – اعم از جسمی و روحی – می‌شوند، اعتمادشان از آن‌ها سلب می‌شود. باز شاید از همین رو است که شرح زندگی خصوصی چهره‌های نامدار و بیماری‌های عجیب و غریب‌شان که سال‌ها از مردم پنهان داشته شده است، امروز خریداران بی‌شمار دارد.

تاریخ

دکتر سولماز قلی‌زاده

بخش اعظم ساکنان سرزمین کهن ایران به سبب موقعیت خاص جغرافیایی‌اش، همواره در طول فصل‌های پاییز و زمستان نیاز به گرم نگه‌داشتن منازل‌شان داشته‌اند. کرسی قدمتی به اندازه پیدایش نخستین سازه‌ها و نشیمن‌گاه‌ها در ایران دارد، چرا که بعد از کشف آتش، خانه‌سازی و ساخت و یافت وسایل اولیه زندگی، این روش برای قشر متوسط و کم‌درآمد جامعه به‌صرفه بوده است. ژان باپتیست تاورنیه، جهانگرد و بازرگان فرانسوی که در عصر صفوی بارها به ایران و مشرق آمده است درباره ایران‌یان می‌گوید: «آتش زیاد در دست نمی‌کنند، زیرا چوب در آن جا خیلی گران و بسیار کمیاب است.» با توجه به پوشش جنگلی ناچیز فلات ایران این گزارش صحت دارد و بی‌شک تهیه



کاناپه

بسته‌ای برای آخر هفته و میزبان‌ها که مطالعه را دوست دارند اما وقت ندارند

نقش مادری می‌پوشانیم ممکن است برای پدران و زنان به‌طور کلی مضر باشد. وقتی روی کارهای مادری احساساتش به فرزندان بیش از حد تأکید می‌کنیم، با این خطر مواجهیم که از ارزش دیگر نقش‌های زن در مقام همسر، خواهر، دوست، دختر، همکار، همسایه یا گاهی نقش پدر در زندگی فرزندان خود را از بین ببریم. تصویر آرمانی پیکره مادر به‌عنوان ابر انسانی خستگی‌ناپذیر و از خود گذشته برای بچه‌ها هم مفید نیست. نباید فرزندان، مادر را مظلومی از خود گذشته بدانند؛ آن‌ها باید بدانند بخشی از یک خانواده و جامعه‌ای بزرگ‌ترند که این یعنی همواره نیازهای آن‌ها در اولویت قرار نمی‌گیرد و مادر به‌عنوان یک زن، نظرات، افکار و نیازهای خودش را دارد؛ نقش‌ها و روابط دیگری جز مادری هم دارد و مانند هر کس دیگر گاهی اشتباه می‌کند.

از این احساسات منفی در نظر ارسطو نه تنها با فرار از آن‌ها ممکن نیست بلکه مواجهه سخت و نفس‌گیری می‌طلبد. پس سراغ فلسفه رفتن انسان‌ها خیلی هم مازوخیستی نیست. ماز قبل در دهایی درون‌مان داریم و روزی می‌رسد که این دردها از ما رسماتقاضای درمان می‌کنند. شاید فیلسوفانی که امروز روی جلد کتاب‌ها به ما اخم می‌کنند اگر سراغ فلسفه نمی‌رفتند کارشان بیشتر بیخ‌پیدی می‌کرد. فردی یک‌بار از نیچه می‌پرسد: «انگیزه‌ات برای نوشتن چیست؟ چرا اصبح که از خواب بر می‌خیزی می‌خواهی بنویسی؟» نیچه پاسخ می‌دهد: «نمی‌خواهم، مجبورم». اما فلسفه آن قدر هم بی‌حرکت نیست و به فرزندان می‌پرسد: چندان بی‌توجهی نمی‌کنی. فرزانگانی بوده‌اند که بعد از طی مسیری سخت و طولانی و رسیدن به نقطه یختری در نگاهشان به شادی عمیقی دست‌یافته‌اند قطعاً معجزه‌تر، شدیدتر و ماندگارتر از مردمانی که از اول شاد بوده‌اند و خندیده‌اند. متأسفانه همیشه هم این‌طور نبوده و حکمایی بوده‌اند که تا آخرین لحظه حیات‌شان دست‌از اخم و بدبینی برنداشته‌اند.

منبع: فلسفه‌نقد، ژان ژرف، هانگ عامه

تشخیص داده‌اند.

۲) آلفرد هیچ‌کاک استاد مسلم سینما و چهره درخشان فیلم‌های معمایی و دلهره‌آور در طول زندگی خود از دو چیز بی‌نهایت وحشت داشت؛ نخست از پلیس و سپس از تخم‌مرغ! این فیلم‌ساز صاحب سبک، تخم‌مرغ را موجودی ترسناک می‌دانست که لا به‌لای دیوارهای سفیدش موجودی زرد رنگ زندگی می‌کند! پدر فیلم‌های اضطراب‌آور همچنین با دیدن پلیس‌ها خیلی زود در نا لاین‌خوش بالا می‌رفت و دچار وحشت می‌شد.

تاریخچه و آداب نشستن دور کرسی در ایران قدیم

دارد که از پیوند عمیق این وسیله با جامعه حکایت می‌کند. با وجود کشف چاه‌های نفت در اواخر دوره قاجار و جایگزینی تدریجی این ماده به‌عنوان سوخت گرمایشی در دوره پهلوی، گرمای کرسی همچنان رونق بخش بسیاری از دورهمی‌های ایرانیان بود. حتی در روزگار کنونی نیز ساکنان بعضی از روستاها با برپایی کرسی بیگانه نیستند و برای گرم کردن خودشان از آن استفاده می‌کنند. کرسی در روزگار کنونی افزون بر گرمابخشی برای سلامتی فواید زیادی دارد که از آن جمله می‌توان به رفعمک‌خونی، پاک‌سازی بدن، تقویت حافظه، درمان آرتروز و کاهش قند خون اشاره کرد. زیرپاهادر زیر آن آرام‌گرم می‌شوند و در این حالت مغز استخوان که کارش خون‌سازی است شروع به فعالیت می‌کند، زیر کرسی عروق‌هایش می‌شود، به مغز سریع‌تر خون می‌رسد، همین‌طور گرمای پاها در بهبود درد زانو، کمر درد و آرتروز نقش دارد.

چوب و برپایی بخاری‌های هیزمی برای بیشتر ایرانی‌ها هزینه زیادی داشت. این شرایط زمینه‌برپایی کرسی را فراهم کرد. در میان مردم ایران نشستن دور کرسی فقط برای گرم‌شدن نبود، بلکه اعضای خانواده از کوچک تا بزرگ، دوست و غریبه را دور هم جمع و مهرورزی و پیوندهای خانوادگی را تقویت می‌کردند. این تأثیر تا جایی بود که نشستن دور کرسی آدابی داشت چنان که بزرگ‌ترها در دورترین فاصله از در اتاق، به معنایی در بالای اتاق و کودکان جایی پایین‌تر از اتاق می‌نشستند.

با ورود هنر عکاسی در دوران قاجار، تصاویری از ایرانیان آن دوره در کنار کرسی به‌جا مانده است که حکایت از حضور ریشه‌دار این وسیله گرم‌ابخش دارد. در عکس‌های آنتوان سورورگین، پرکارترین عکاس دوران قاجار و پدر عکاسی اجتماعی ایران، عکسی از دوزن ایرانی نشسته زیر کرسی در زمان قاجار وجود

کتاب خوان‌ها بهترین آدم‌ها برای دوستی و عشق ورزیدن

کتاب‌خوان‌ها به دلیل دایره وسیع واژگان‌شان و مهارت‌های حافظه، آدم‌های باهوش‌تری هستند



چندی پیش، مقاله‌ای در مجله تایم منتشر شد که نویسنده‌اش ادعای کرد، آن‌چه «مطالعه عمیق» نامیده می‌شود به‌رودی از بین خواهد رفت؛ چرا که میزان مطالعه عمیق میان آدم‌ها کمتر شده است و این روزها دیگر آدم‌ها سرسری کتاب می‌خوانند و با وجود مطالب خلاصه شده اینترنتی تعداد خواننده‌های کتاب‌ها روز به روز تقلیل می‌یابد. نکته وحشتناک ماجرا این جاست که مطالعات ثابت کرده است، کتاب‌خوان‌ها در قیاس با افراد عادی آدم‌های خوب‌تر و باهوش‌تری هستند و شاید تنها آدم‌هایی روی این کره خاکی باشند که ارزش عاشق شدن را داشته باشند.

بر اساس مطالعاتی که روان‌شناسان در سال‌های ۲۰۰۶ و ۲۰۰۹ انجام داده‌اند، کسانی که زمان می‌خوانند میان انسان‌ها بیشترین قدرت همدلی با دیگران را دارند و قابلیتی دارند با عنوان «تئوری ذهن» که در کنار آن چه خود به آن اعتقاد دارند، می‌توانند عقاید، نظر و علایق دیگری را مدنظر قرار دهند و درباره آن قضاوت کنند. آن‌ها می‌توانند بدون این که عقاید دیگران را رد کنند یا از عقیده خودشان دست‌بردارند، از شنیدن عقاید دیگران لذت ببرند. تعجبی هم ندارد که کتاب‌خوان‌ها آدم‌های بهتری باشند. کتاب‌خواندن تجربه کردن زندگی دیگران با چشم‌غیرواقعی است. یاد گرفتن این نکته که چطور بدون این که خودت در ماجرای دخیل باشی، بتوانی دنیا را در چارچوب دیگری ببینی. کتاب‌خوان‌ها به‌روح‌هزاران آدم و خرد جمعی همه این آدم‌ها دسترسی دارند. آن‌ها چیزهایی دیده‌اند که غیر کتاب‌خوان‌ها امکان ندارد از آن‌ها سر در بیاورند و مرگ انسان‌هایی را تجربه کرده‌اند که شما هرگز آن‌ها را نمی‌شناسید. آن‌ها یاد گرفته‌اند که زن بودن چیست و مرد بودن یعنی چه، فهمیده‌اند که تماشاچی رنج دیگران یعنی چه.

کتاب‌خوان‌ها بسیار از سن‌شان عاقل‌ترند

تحقیق دیگری در سال ۲۰۱۰ ثابت کرده است که هر چقدر بیشتر برای کودکان کتاب بخوانیم، «تئوری ذهن» در آن‌ها قوی‌تر و در نهایت باعث می‌شود این بچه‌ها و افعا عاقل‌تر شوند، با محیط‌شان بیشتر انطباق پیدا کنند و قدرت درک‌شان بالاتر برود. تجربه‌های قهرمان‌های داستان‌ها تبدیل به تجربه‌های خود خواننده‌ها می‌شود. هر در دورنجی که شخصیت داستان می‌گشود، تبدیل به باری می‌شود که خواننده باید تحمل کند. خواننده‌های کتاب‌ها هزاران بار زندگی می‌کنند و از هر کدام از این تجربه‌ها چیزی یاد می‌گیرند. کتاب‌خوان‌ها با شما حرف نمی‌زنند، با شما رابطه برقرار می‌کنند. آن‌ها در نامه‌ها یا پیام‌هایشان انگار برایتان شعر می‌نویسند. صرفاً به سوالاتان جواب نمی‌دهند یا بیانه صادر نمی‌کنند، بلکه با عمیق‌ترین فکرها و نظریه‌ها، پاسخ شما را می‌دهند. شما را با دانش بالای کلمات و ایده‌هایشان مسحور خواهند کرد. آدم‌ها فقط باید عاشق کسی شوند که بتواند روح‌شان را ببیند. این آدم باید کسی باشد که به‌روح شما نفوذ و به بخش‌هایی از روح شما دسترسی پیدا کند که هیچ‌کس دیگر قبلاً کشف‌اش نکرده است. بهترین کاری که خواندن داستان‌ها با آدم‌ها می‌کند این است که کامل نبودن شخصیت‌ها باعث می‌شود ذهن شما سعی کند از ذهن دیگران سر در بیاورد. این جور آدم‌ها توانایی همدلی می‌یابند. ممکن است همیشه با شما موافق نباشند، اما سعی می‌کنند ماجرا را از زاویه دید شما ببینند. آن‌ها نه تنها باهوش‌اند که عاقل هم هستند. باهوش بودن همیشه هم خوشایند نیست، اما عاقل بودن آدم‌ها را یاد گرفت کمی سخت است. عاشق برابر آدم‌هایی که می‌شود چیزی از شان یاد گرفت کمی سخت است. عاشق یک آدم کتاب‌خوان شدن نه تنها کیفیت گفت‌وگورا بالا می‌برد، بلکه باعث می‌شود سطح گفت‌وگو بالا برود. بر اساس تحقیقات، کتاب‌خوان‌ها به دلیل دایره وسیع واژگان‌شان و مهارت‌های حافظه، آدم‌های باهوش‌تری هستند. ذهن آن‌ها در قیاس با آدمی معمولی که کتاب نمی‌خواند توانایی درک بالاتری دارد و راحت‌تر و به‌شکل موثرتری می‌توانند با دیگران ارتباط برقرار کنند. ملاقات با آدم‌اهل کتاب به‌قرار گذاشتن با هزاران نفر می‌ماند. انگار که تجربه‌ای را که او با خواندن زندگی همه این آدم‌ها به دست آورده است در اختیار شما قرار دهد، انگار با یک کاشف قرار گذاشته باشید. اگر با کسی دوست باشید که کتاب می‌خواند، یعنی می‌توانید هزاران بار زندگی کنید.

