

✓ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و..... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند،

شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید. برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی

لینک زیر کلیک کنید.

[www.karnil.com](http://www.karnil.com)

WWW.KARNIL.COM



# آزمون خودشناسی زنان

(تست جین شینودا بولن)

بر اساس انواع آرکی تایپها

ترجمه و گردآوری:

راشین گوهرشاهی

۱۳۹۲

مشخصات کتاب بر اساس اطلاعات کتابخانه ملی :

گوهرشاهی ، راشین . سال تولد - ۱۳۵۴ مولف

عنوان کتاب: آزمون خودشناسی زنان (تست جین شینودا بولن) بر اساس انواع آرکی تایپها

ترجمه و گردآوری : راشین گوهر شاهی

تهران : ۱۳۹۲ - ناشر مولف.

تعداد صفحه: ۸۲

قیمت در سال ۹۲..... ۳۰۰۰۰ ریال

همه حقوق برای ناشر(مولف) محفوظ است

خواننده گرامی :

مبلغی را که شما برای خرید این کتاب از طریق ارسال به شماره کارت زیر می پردازید، صرف کمک به ساخت مدرسه برای روستای احمد آباد تبتکان، و صرف دانش آموزان و خانواده های بی بضاعت می شود. حتی اگر فرصت ارسال این مبلغ را از طریق فوق ندارید، حتما بعد از دانلود این کتاب مبلغ آن را به یک فرد واقعا مستحق تحویل دهید و یا برای کودکی فقیر، هدیه ای و یا برای دانش آموزی فقیر، لوازم التحریر بخرید.

مبلغ دانلود این کتاب را مستقیما به شماره کارت زیر ارسال کنید:

۶۲۸۰۲۳۱۲۳۵۱۵۷۷۲۳

راشین گوهرشاهی- مسکن کارت

قیمت در سال ۹۲ : ۳۰۰۰۰ ریال

تمام حقوق مادی این کتاب از طریق فوق، متعلق به افراد بی بضاعت بوده و هیچ سایت و وبلاگی حق فروش این کتاب را خارج از روش فوق ندارد. لطفا موارد متخلف را جهت پی گیری قانونی به ایمیل زیر اطلاع دهید.

[rashingoharshahi@gmail.com](mailto:rashingoharshahi@gmail.com)





. Jean Shinoda Bolen, M.D - "Goddess in  
every woman

Goddess Archetype Questionnaire

تست آزمایش جین شینودا بولن

پرسشنامه نقش آرکه تایپ الهه ها در زنان

مترجم: راشین گوهرشاهی



دستورالعمل:

با استفاده از یک ورق کاغذ خالی، شما می توانید پاسخ خود را مطابق با هر سوال در هر گروه مطابق جدول زیر پر کنید. هر گروه از سوالات ۱ - ۱۳ هفت بند دارد. هر بند را با دقت پر بخوانید و دقت کنید که در حال حاضر کدام بند در نظر شما درست تر می آید. کنار هر بند، امتیازی را که برایش در نظر می گیرید بنویسید. باید دقت کنید که جوابهای ما در زمانهای متفاوت از زندگی، متفاوت است و آنچه که در این تست به طور کلی باید پاسخ بدهید، مربوط به زمان حالست نه زمانهای گذشته یا احساساتی که در گذشته داشته اید. درباره پاسخ دادن به سوالات کلی باید با خود بیندیشید که شما در حال حاضر تصمیم می گیرید که تا چه حد موافق یا مخالف با هر بند عمل کنید؟ تعداد امتیازی را که به هر احساس می دهید از ۲- تا ۳ در محل مربوط به آن، در گروهی که به آن تعلق دارد بنویسید و به همین ترتیب ادامه دهید. سپس، امتیاز جواب سوالها را در جدول انتهایی وارد کنید. با جمع امتیازها در هر گروه و مقایسه ی آنها در آن جدول می توانید به آرکی تایپ غالب فعلیتان پی ببرید.

محدوده امتیاز:

۳ = ۹۰٪ یا بیشتر، (معمولا همیشه) درست است

۲ = ۸۹٪ - ۷۰٪ (بیشتر مواقع) درست است

۱ = ۶۹٪ - ۵۰٪ (نیمی از مواقع) درست است

۱- = کمتر از ۵۰٪ درست است

۲- = درست نیست



جدول رتبه آرکی تایپ:



	1.	2.	3.	4.	5.
A.	___	A. ___	A. ___	A. ___	A. ___
B.	___	B. ___	B. ___	B. ___	B. ___
C.	___	C. ___	C. ___	C. ___	C. ___
D.	___	D. ___	D. ___	D. ___	D. ___
E.	___	E. ___	E. ___	E. ___	E. ___
F.	___	F. ___	F. ___	F. ___	F. ___
G.	___	G. ___	G. ___	G. ___	G. ___



	6.	7.	8.	9.	10.
A.	___	A. ___	A. ___	A. ___	A. ___
B.	___	B. ___	B. ___	B. ___	B. ___
C.	___	C. ___	C. ___	C. ___	C. ___
D.	___	D. ___	D. ___	D. ___	D. ___
E.	___	E. ___	E. ___	E. ___	E. ___
F.	___	F. ___	F. ___	F. ___	F. ___
G.	___	G. ___	G. ___	G. ___	G. ___

	11.	12.	13.
A.	___	A. ___	A. ___
B.	___	B. ___	B. ___
C.	___	C. ___	C. ___
D.	___	D. ___	D. ___
E.	___	E. ___	E. ___
F.	___	F. ___	F. ___
G.	___	G. ___	G. ___

محدوده امتیاز:

۳ = ۹۰٪ یا بیشتر، (معمولا همیشه) درست است

۲ = ۸۹٪ - ۷۰٪ (بیشتر مواقع) درست است

۱ = ۶۹٪ - ۵۰٪ (نیمی از مواقع) درست است

-۱ = کمتر از ۵۰٪ درست است

-۲ = درست نیست



## سوال یک: ظاهر و سر و وضع

**A: (-----)** از آنجائی که ترجیح می دهیم به جای بیرون رفتن در خانه و با خانواده باشیم، و زیاد از خانه خارج نمیشوم، لباس و آرایشم اصلا مهم نیست

**B: (-----)** من لباس های راحت تر مثل تیشرت و جین را به لباسهای تنگ تر و شیک تر، ترجیح می دهم.

**C: (-----)** من لباسهایی زیبا احتمالا با طرح های گلدارو یا چاپی می پوشم، که شاید دارای زوائد و تزئیناتی هم باشند که با احساسات دخترانه من تطابق بیشتری دارند، حتی اگر به نظر بیاید آرایش و لباس من غیر معمول و غیر متعارف است ( مثل همه نیست )

**D: (-----)** سبک لباس پوشیدن من محافظه کارانه است. ترجیح می دهم مطابق عرف و رسمی لباس بپوشم و آرایشی سبک داشته باشم. کت و شلوار و لباسهای رسمی را به لباسهای تن نما ترجیح می دهم، کمتر از کفش پاشنه بلند استفاده می کنم ، با حداقل جواهرات – غیر از حلقه ازدوажم.

**E: (-----)** من عاشق این هستم که خیلی زنانه و جذاب لباس بپوشم و آرایش کنم و طرز لباس پوشیدنم جذابیتهای وجودم را کاملا نشان بدهد. دوست دارم جواهراتم را با دقت و سلیقه انتخاب کنم، همچنین روسریهای رنگین ابریشمی ام را که برای ست کردن با لباسهایم استفاده می کنم.

**F: (-----)** من به پیروی از مد علاقه ای ندارم و لباسهای سنتی و کلاسیک را ترجیح می دهم – برخی ممکن است لباس پوشیدنم را به سبک لباس پوشیدن مردانه نزدیک بدانند – درحقیقت با لباس پوشیدن به سبک مردانه احساس بهتری دارم.

**G: (-----)** من ترجیح می دهم لباس کارایی بیشتری داشته باشد تا اینکه مد روز باشد، من علاقه مند به جلب توجه دیگران به سمت خودم با نوع لباس پوشیدنم نیستم ، بنابراین، من سبک لباس پوشیدن بسیار ساده را در رنگ های خنثی ترجیح می دهم .





## سوال دو: تناسب اندام

**A: (-----)** من زیاد به زیبایی اندامم فکر نمیکنم. من بیشتر به افکار و ایده هایم فکر می کنم تا اینکه توجه خاصی به اندامم داشته باشم.

**B: (-----)** بدن من نیاز به ورزش منظم دارد - آمادگی جسمانی به عنوان یک اولویت در زندگی من است. وقتی بدن ام ورزشکاری و فعال است احساس خوبی دارم. با اینکه لمسهای بی هدف معمولی برایم مشکلی ندارد اما علاقه مند به نوازش نیستم و یک فاصله عاطفی را ترجیح می دهم.

**C: (-----)** من دوست دارم که بدنم را آنهایی که دوستشان دارم لمس کنند. من از تماس فیزیکی، به طور منظم، در تعامل با کسانی که دوست شان دارم لذت می برم. من دوست دارم با استفاده از عطر، لوسیون کرم پوستم را شبیه پوست نوزاد نرم و لمس کنم.

**D: (-----)** من زیاد با بدنم ارتباط ندارم و زیاد بر آن تمرکز نمی کنم. صادقانه بگویم، توجه من به بدنم مورد تمرکز و- در آگاهی هشیار من نیست - به همان اندازه از آن آگاهی دارم که از افکار درونی ام، رویاها و خیالاتم.

**E: (-----)** من اصلا راحت نیستم راجع به بدنم حرف بزنم . من زیاد علاقه مند به تمرکز بر بدنم نیستم، چیزهای مهم تری هستند که باید به آنها فکر کنم - فعالیت هایم در : سازمان ها، جلسات، و مسائل خانواده ام.

**F: (-----)** بدن من برای تربیت کودکان ساخته شده است - نگه داشتن، بغل کردن.. این نوع از لمس لذت بیش از همه به من می دهد. من در مورد رابطه جنسی خودم را را نگران نمی کنم - مگر اینکه من به دنبال به داشتن فرزند دیگری باشم، من دوست دارم تن ام را باردار و حامله بینم این فرایند است که من می پرستم.

**G: (-----)** مراقبت از بدن من به شیوه ای شبیه همان مراقبتیست که از خانه ام دارم. من بیشتر از این که بدنم باید به خوبی وظایف و توانایی هایش را انجام دهد، به بدنم فکر نمی کنم. من از لمس توسط شوهرم، وقتی مورد مهر واقع می شوم، لذت می برم. بدنم بیشتر ازین، چیزی نیست که تمرکز را به خود اختصاص دهد.





## سوال سه: خانه و امور منزل

**A:(-----)** من بیشتر ترجیح میدهم که خانه ام خیلی مجلل باشد و همه را تحت تاثیر قرار بدهد. خانه ام در محله ای معتبر واقع شده باشد، من خانه بزرگ، با شکوه، شسته و رفته و مرتب را ترجیح می دهم - جایی برای تحت تاثیر قرار دادن همکاران برجسته شریک زندگی ام - که در آن به عنوان میزبان بدرخشم....

**B:(-----)** من ترجیح میدهم که در جاهای شلوغ و پر رفت و آمد شهر زندگی کنم. - خانه ای که به کتاب فروشی ها نزدیک و نزدیک محل کار من باشد ، من به ساعت ها کار طولانی تمایل دارم. شما ممکن است لپ تاپ من را در میز ناهار خوری به همراه کاغذهای کارم پیدا کنید و من اغلب در میان کارم هستم .

**C:(-----)** من دوست دارم خانه ام گرم و راحت و برای هر کدام از اعضا خانواده یک اتاق باشد. خانه من اغلب بوی پخت و پخت و پز غذا می دهد. خانه من به ندرت مرتب، اما همه به خوبی در آن زندگی می کنند و به خوبی همه لذت می برند.

**D:(-----)** من در خانه فضای خصوصی لازم دارم تا کارهایی که دوست دارم انجام بدهم. من زر و زیور آراستن منزل با شمع و / یا دیگر چیزها را دوست دارم که حال و هوا و احساس ویژه ای در وجودم ایجاد کند .

**E:(-----)** هر کجا زندگی میکنم باید راحت و قشنگ باشد. خانه من کاملاً با ذوق رنگ آمیزی شده ، کارهای هنری زیبا در آن وجود دارد ، قطعات هنری دوست داشتنی، پارچه های خوش لمس در مبلمانم ، فرش مخمل خواب دار که به پای خود فرو برود.

**F:(-----)** من ترجیح میدهم در حومه شهر و یا جاهای بیلاقی و سبز زندگی کنم . من ترجیح می دهم - به طبیعت نزدیک تر باشم؛ ترجیح می دهم خانه ام در نزدیکی یک پارک باشد به طوری که بتوانم از درختان و حیات وحش لذت ببرم. در خانه ام بیش از آثار هنری فانتزی ترجیح می دهم گیاهان حضور داشته باشند. مبلمان من راحت و ساده است.

**G:(-----)** من در کدبانوگری و خانه داری قوی هستم . خانه داری را دوست دارم - و مانند مدیتیشن به آن مشغول می شوم . خانه من منظم و سازمان یافته است، اما نه زیاده از حد. گل های تازه بریده شده و نانهای تازه پخته شده چیزهایی است که من همیشه برای داشتنشان در خانه در تلاشم.







## سوال چهار: غذا و آشپزی

**A: (-----)** من طوری غذا میخورم که بدن ام را سلامت و متناسب نگه دارم. غذاهای ارگانیک سالم را به مواد غذایی فروشگاهها ترجیح می دهم. توجه دارم که بدن من برای تامین سوخت فعالیت های فیزیکی ام نیاز به پروتئین و املاح کافی دارد.

**B: (-----)** من دوست دارم که در جاهای رمانتیک غذا بخورم. محیطی که در آن غذا می خورم برای من اهمیت بیشتری دارد تا نوع غذایی که می خورم، اگر چه از غذای خوب هم لذت می برم - من دوست دارم یک گاز از غذایی که همراهم با انگشت به من می دهد، بخورم. من از عاشقانه و رمانتیک بودن لذت می برم.

**C: (-----)** من ترجیح می دهم بیرون غذا بخورم و زیاد وقت ندارم تا برای خودم آشپزی کنم. من دوست دارم بیرون و با دوستانم غذا بخورم و از حرف زدن با یکدیگر لذت ببریم.

**D: (-----)** من عاشق این هستم که خانواده و بچه هایی داشته باشم تا بتوانم برایشان آشپزی کنم، همچنین از آشپزی کردن برای مهمانها لذت می برم و دوست دارم مهمان دعوت کنم و برایشان آشپزی کنم.

**E: (-----)** من غذا خوردن با خانواده بر سر یک میز برایم خیلی مهم است. همچنین گفتار و رفتار مناسب افراد در زمان غذا خوردن برای من اهمیت زیادی دارد.

**F: (-----)** من زیاد اهل غذا خوردن و اهل شکم نیستم. فقط خوردن برای من مهم نیست. من ممکن است در شرایطی باشم که به یک لقمه نان و پنیر هم کفایت کنم. زیاد برایم مهم نیست که حتما پشت میز بنشینم و غذای مفصلی میل کنم.

**G: (-----)** آماده کردن غذا یکی از مهمترین اجزای خانه داراست. و من ترجیح می دهم خیلی آرام و بی ادعا غذایی مغذی و مناسب برای وعده های غذایی آماده کنم.



### سوال پنج، دوران کودکی:

- (-----) A: من در زمان کودکی بازیهای یواشکی، تنهائی و یا با دوستان خیالی داشتم.
- (-----) B: من همه بازیهای همیشه با دوستانم بود. من تصور می کردم که بزرگ شده ام و همسری دارم که باید از آن مراقبت کنم. من از خانه های عروسکی و خانه بازی با دوستانم و دعوت کردن آنها به چای در بازی لذت می بردم.
- (-----) C: من بیشتر نقش مادر را برای عروسکهایم بازی میکردم. آنها را غذا می دادم و گردش می بردم.
- (-----) D: من عاشق کتاب خواندن بودم. مهارتهای دوختن، قلاب دوزی، شطرنج را یاد گرفتم و از فعالیتهای ذهنی نیاز با هماهنگی دست نظیر شطرنج لذت می بردم.
- (-----) E: من دوست داشتم بیرون بروم. عاشق کشف گیاهان و تماشای جنگل و رودخانه ها و مخلوقاتی که در طبیعت زندگی می کردند بودم. از بررسی مواد زیر میکروسکوپ لذت می بردم. و حیوانات را دوست داشتم. تیر اندازی با کمان و سایر ورزشها نیز برایم دوست داشتنی بود.
- (-----) F: من دوست داشتم لباسهای پرزرق و برق مادرم را بپوشم. راه رفتن با کفش پاشنه بلند مادر و آرایش کردن را دوست داشتم.
- (-----) G: من از خودم به عنوان یک کودک نگهداری می کردم. من آرام و غیر وابسته بودم. کودک سازگاری بودم بنابراین، با خودم بی سر و صدا و آرام بازی می کردم. در بازیهای دنباله روی از دیگران و یا جلب خوشنودی ایشان را جستجو نمی کردم.





## سوال شش: جنس مخالف - کدامیک از این مردان در وهله اول اهمیت اند:

**A: (-----)** من مردی را دوست دارم که مهمتر از هر چیز در عشق من را به هیجان بیاورد. قدیمها من جذب مردانی می شدم که هیچ مناسب حالم نبودند. - مردانی خلاق، عاطفی اما ، دم دمی مزاج ، گریزها، با روابط عاطفی پرتنش، افراد شاعرانه کلام، غیر قابل پیش بینی ، جذاب، عاشق پیشه های حساس... اما حالا که بالغ شده ام، افراد پیچیده ، با فرهنگ و خوش مشرب و شریکی برای لذت بردن از روابط رمانتیک را ترجیح می دهم .

**B: (-----)** من مردی را دوست دارم که مهمتر از هر چیز از من حمایت کند و مرا لوس کند. بیشتر دوستدار مردانی هستم که در وجود زنها به دنبال شخصیت مادرانه شان می گردند. تمایل من به بخشیدن بیشتر از دریافت کردن است و من توقع زیادی از شریک زندگی ام ندارم.

**C: (-----)** من به مردی تمایل دارم که از نظر فکری با من برابر باشد. شخصیتی خلاقانه ، هنری، گرم و با استعداد موسیقی. من شریکی را می خواهم که مرا پرورش دهد . ما منافع مکملمان را به اشتراک گذاشته و از هم یاد بگیریم و به هم یاد بدهیم " ما عاشق فعالیت کردن با هم باشیم . اینکه به دلیل نیاز به تحریک عاشقانه از طریق ماجراجویی و سورپرایز اقدام کنیم، برای من مهم است. من به عملی تر بودن نسبت به احساساتی بودن بیشتر تمایل دارم .

**D: (-----)** من مردی را دوست دارم که مهمتر از هر چیز از لحاظ فکری چالش برانگیز باشد. مرد موفق که تمایل داشته باشد کارهای مرا ببیند و مخ زن و رمانتیک نباشد. طبیعت من بیشتر نگاه به هدف است. من به سمت مردانی کشیده می شوم که با فرهنگ باشند و از چالشهای زندگی شهری با علایق فکری و سیاسی برخوردار باشند . من نیاز دارم که از لحاظ فکری تحریک شوم.

**E: (-----)** من مردی را دوست دارم که مهمتر از هر چیز دنیای ژرف درون من را بفهمد. مکمل متضاد من باشد. با وسعت فکر. سخت. مغناطیسی. از لحاظ سکس جذاب باشد. شخصیتی غالب یا کسی که از من قدیمی تر و پخته تر در عمل باشد به عنوان " استاد معنوی / راهنمای " و عاشق من . من تمایل به شریکی دارم که دنیای درون مرا درک کند.

**F: (-----)** من شریکی را میخواهم که مهمتر از هر چیز مقام داشته باشد و من به او سرافراز باشم . من همیشه به ترقی و قدرتمند بودن فکر کرده ام ، شریکی موفق داشتن که با موقعیت ممتاز اودر جامعه می توان افتخار را به خود جلب کرد. من مایل به قرار دادن تمرکز و حمایت شخصی ام به منظور حمایت و برای پیشبرد موفقیت آنها هستم.

**G:(-----)** من جذب مردی ساکت و آرام و محبوب می شوم. فرد خانواده دوستی که درک کند من همسر خوبی هستم. شریک زندگی من مرد خانواده دوست و تکیه گاه خانواده و نان آور زندگیست. ما هر دو نسبتاً مستقیم و سکس در روابط ما در اولویت نیست.



### سوال هفت: عشق و ازدواج

**A:(-----)** شاید من به خاطر اینکه جرات زیادی ندارم ازدواج را ترجیح بدهم و یا اینکه از نظر فرهنگی، به نظر بیاید که باید چنین کنم. اما تصویری فراتر از آنچه که در واقعیت هست از ازدواج دارم. من در ازدواج طالب برقراری یک ارتباط معنوی و روحانی بالا هستم.

**B:(-----)** من با ازدواج احساس کامل بودن می کنم. و میزان ثبات ازدواج ما بستگی به نوع بازی هریک از ما در ازدواج دارد. به عنوان یک همسر، من انتظار از خود گذشتگی شریک زندگی ام را از احساس یک فرد مطلق بودن به احساس یک خانواده بودن دارم.

**C:(-----)** فقط عشق مهم است - من داشتن رابطه ای عاشقانه را ترجیح می دهم. ازدواج به خودی خود از تجربه ی عشق و هیجان عاطفی و جسمی اهمیت کمتری دارد. اگر چه وقتی این هیجانها در اولویت باشد، ممکن است الگوی زنجیره ای الگوی روابط عشقی، را تشکیل دهد.

**D:(-----)** من به ازدواج تمایل خاصی ندارم. من طبیعت مستقلى دارم و آزادی ام از ازدواج برایم مهم تر است. من عقیده ندارم که برای کامل بودن، نیازی به ازدواج باشد. البته ازدواج در غالب دوستانه و با همکاری های برابر خوب است بشرطیکه من آزادی کافی داشته باشم و الزاما نیازی به تغییر فامیل فرد با ازدواج نیست.

**E:(-----)** مهمتر از هر چیز ازدواج ضامن و حامی فرزندان است. عشق تنها کافی نیست. آرزوی من برای ازدواج این است که یک محیط امن با یک شریک مسئول ایجاد کنم برای تولد بچه ها و برای لذت بردن از پرورش کودکانم.

**F:(-----)** شغل و حرفه تخصصی من از ازدواج مهمتر است. من در ازدواج بیشتر علاقه مند به همراهی هستم تا رسیدن به شور و شوق - همکاری در ازدواج از دو طرف سودمند است. ما تا حد زیادی می توانیم از گفتگو در مورد وقایع، سیاست، و زندگی حرفه ای مان لذت ببریم. احساسات، اولویت موضوع بحث هایمان نیست.

**G:(-----)** من واقعا فرد جاه طلبی در جهان خارج نیستم. من یک زندگی آرام را در خانه ترجیح می دهم و البته بدون ازدواج و به تنهایی هم خوبم. شریک زندگی من ممکن است سفر و یا دور از خانه مشغول به کار باشد. من خانه دار هستم و به نظر می رسد که در یک مفهوم سنتی، با این حال، شریک زندگی من لازم نیست مرا از احساس سرشار کند. برای معنا بخشیدن به زندگی ام چنین چیزهایی زیاد برایم مهم نیست.



## سوال هشت: روابط جنسی

**A: (-----)** برای من، رسیدگی به تمایلات جنسی و ازدواج یکیست. روابط جنسی بخشی از نقش من برای ارائه به همسر است. من در تحریک شدن به شریک جنسی ام وابسته هستم. وفاداری همسر در امور جنسی کاملاً ضروری است.

**B: (-----)** من به خوبی از نظر جنسی پاسخگو هستم - به راحتی توسط شریک مور علاقه ام به هیجان می آیم. من ترجیح می دهم عشق ورزی به عنوان بخشی از تعاملات ما باشد. گرایش من به سمت رابطه ی جنسی، بیشتر اتفاقی است.

**C: (-----)** در سالهای جوانی من انرژی ام را به زندگی حرفه ای ام سوق داده ام. من تمایل دارم بیشتر با عقل و هوشم در ارتباط باشم تا تمایلات جنسی ام. من به تمایلات جنسی به اندازه دیگر تجربه ها - ایده ها و مباحث علاقه مند نیستم. با این وجود من می توانم عاشق ماهری باشم اگر بخواهم آن را در ذهنم بگنجانم.

**D: (-----)** من در حقیقت، دوست دارم نوازش بشوم و عشق بورزم. تمایلات جنسی به خاطر خودش زیاد برای من مهم نیست - و امکان به دنیا آوردن نوزاد حاصل از ارتباط جنسی بیشتر خوشنودم می کند. قدیمها نیز، من بیشتر از روابط جنسی انتظار داشتم بچه دار بشوم.

**E: (-----)** در سالهای اولیه رابطه جنسی برایم فقط مثل یک ماجراجویی بود. با این حال، بالغتر شدنم استقلال را افزایش داده است. در هر حالت، اشتراک داشتن و انجام یک فعالیت مشترک با شریک زندگی مهم تر از سکس به نظر می رسد.

**F: (-----)** بیداری جنسی برای من کمی دیر تر از سن رشد اتفاق افتاد. از آن زمان مدتی. در حقیقت، من بیشتر از زن بودن احساس دختر بودن می کردم - به هر حال، من احساس خوبی در مورد خودم دارم وقتی که طبیعت ارگاسم را در وجودم کشف کردم.

**G: (-----)** رابطه جنسی به خودی خود برای من مهم نیست. در واقع، تمایلات جنسی من اغلب در درونم نهفته است مگر زمانی که عشق ورزی اتفاق بیفتد. من از عشق ورزی وقتی که رخ می دهد لذت می برم عشق ورزی یک تجربه گرم و لذت بخش برای هر دوی ماست و من هم در آن نقش خودم را خوب بازی می کنم.



### سوال نه: نقش فرزندان در زندگی

(-----)A: من با وجود اینکه بچه ها را دوست دارم ولیکن یک کشش غریزی خاص به نقش مادربودن ندارم. من از تیپ ورزشکاری و فعالیتهایم بیشتر از بارداربودن خوشم می آید و به همان اندازه از تملک یک خانواده از پیش ساخته شده رضایت دارم. من به تقویت استقلال در فرزندانم اهمیت می دهم و از پیاده روی با آنها و آموزش دادن به ایشان درباره طبیعت و حیوانات بیشتر لذت می برم.

(-----)B: من تمایل غریزی شدیدی به مادر بودن و زایمان و مراقبت از فرزندان خودم دارم. نداشتن فرزند آرزویی برآورده نشده را در قلبم ایجاد می کند.

(-----)C: کودکان جزء مهمی از یک خانواده هستند. من انتظار رفتار خوب و موفقیت را از فرزندانم دارم. آنها نیز باید پدر و مادر خود افتخار کنند.

(-----)D: من دلم می خواهد انرژی ام را به زندگی حرفه ای ام سرازیر کنم به جای اینکه بر کودکان تمرکز کنم. با این حال، مشتاقانه منتظرم فرزندانم به رشد «عقلی» برسند به طوری که من بتوانم از مکالمات با آنها و همچنین تشریح طرحها دغدغه ها و پروژه هایم با آنها لذت ببرم. من ترجیح می دهم که بچه ها کنجکاوی نشان بدهند و استقلال منطقی داشته باشند و بچه هایی لوس و بهانه گیر نباشند.

(-----)E: من فرزندانم را دوست دارم ولی مسائل مهم دیگری هم در زندگی من هستند. من عاشق این هستم که الهام بخش خلاقیت، ابراز وجود و خود بیان گری در بچه هایم باشم و آنها را به سمتی سوق بدهم که به خوبی رفتار کنند. بیرون کشیدن توانایی های فرزندم در راه است که در او احساس زیبا و قابل قبول بودن را به وجود می آورد. با این حال، به من گفته شده است، که من ممکن است توجه کل خود را در یک زمان به فرزندم معطوف کنم ولی پس از آن ممکن است سرگرم علایق اجتماعی خودم بشوم و از آنها غافل بمانم. من با بچه هایم گرم و سخاوتمندانه رفتار می کنم اگرچه آنها در مرکزیت زندگی من نیستند.

(-----)F: من عاشق بچه هایم هستم و نسبت به نیازهایشان حساسم. دائما میخواهم بدانم که آنها چه احساس میکنند و به چه فکر میکنند. اما نظم بخشیدن به آنها برایم سخت است و مرز بندیها به خوبی انجام نمی گیرد. از اینکه بر آنها ادعای قدرت داشته باشم احساس راحتی نمی کنم. مانند بچه ها، من هم از پرورش تخیل آنها در طول بازی و داستان گفتن لذت می برم.

(-----)G: من یک پناهگاه امن و راحت برای خانواده و فرزندانم ایجاد کرده ام. من آنها را با پذیرشی عاشقانه پرورش داده ام. این در طبیعت من نیست که آنها را به سمت جهان هل بدهم - من هیچ جاه طلبی

های بزرگی برای آنها ندارم. هر چه را که آنها دلشان بخواهد و آرزو داشته باشند برای من هم خوبست. با این حال، متوجه شده ام که گاهی هم ممکن است یک ذره منفعل و غیر منطقی نسبت به عزیزانم باشم.



سوال ده: اوقات فراغت- در اوقات فراغت بیشترین کاری که انجام می‌دهید چیست؟

**A: (-----)** من عاشق خواندن، نوشتن، نگه داشتن یک دفترچه خاطرات رویایی، تصور و خیال پردازی رویاها و فانتزی هایم هستم، من عاشق باغ و رشد گل و گیاهانم. من نیاز دارم که بیشتر وقتها را برای تجدید قوایم با خودم تنها باشم و به برنامه های شخصی ام اختصاص دهم اگر چه از بودن در کنار دوستانم هم لذت می برم،

**B: (-----)** من عاشق جمع آوری هنر های زیبا - نقاشی، سرامیک، لباس زیبا و جواهرات هستم، من حضور در گالری های هنری و گروههای هنری را دوست دارم. من از تئاتر، رقص و اجرای موسیقی و فعالیتهای گروهی لذت می برم.

**C: (-----)** من یک کوهنورد مشتاق هستم، من از کمپینگ در طبیعت بکر لذت می برم. به طور طبیعی ورزشی هستم و اغلب از ورزش های رقابتی یا فعالیت در بیرون به صورت منظم لذت برده ام.

**D: (-----)** من به صورت داوطلب در جامعه و در انجمنهای محلی و / یا در ارتباط با مدرسه بچه ها درگیرم. من لذت خاصی از تصدی گری و سازماندهی اینگونه امور دریافت می کنم. کار من چیزی است که خارج از خانه انجام می دهم، با این حال، تعهد اولیه من متعلق به شریک زندگی ام است. من زمان و فعالیتهایم را با زمان بودن همسرم در خانه، تطبیق می دهم.

**E: (-----)** من بسیار علاقه مند به خواندن و مطالعه شرایط سیاسی کنونی محلی، ملی و خارج از کشور هستم. این بحثها را با افراد آگاه بسیار تحریک کننده می بینم. معمولاً از مسائل گروههای اقلیت حمایت میکنم، از رفتن به موزه ها، محافل سخنرانی و سمینارها و ورک شاپ ها لذت می برم، من مشتاقانه در جستجوی بحث های اندیشمندانه ام و تماشای فیلم های برانگیزاننده را دنبال می کنم.

**F: (-----)** ارتباط با خانواده و دوستان نزدیک بیشتر مورد علاقه ام است. من عاشق پخت و پز برای خانواده، دوستان و فرزندان خود هستم. اینکه همه را در یک وعده غذایی دور هم جمع کنم - بچه ها با هم

بازی کنند - کودکان بازی با هم این تجربه رضایت بخش پیدا کنم. همچنین من از دوخت و دوز، بافندگی، پخت کلوچه و بیسکویت و کیک با بچه ها یا دوستانم لذت می برم.

**G: (-----)** من از زمانهای سکوت لذت می برم. می خواهید باور کنید یا نه، از کارهای خانه ام لذت می برم. این کار برای من شبیه به مراقبه است. به این صورت که در هر زمانی بر روی یکی از کارهای عادی و روزمره تمرکز می کنم و بدون هیچ گونه نگرانی در مورد 'زمان' وارد جریان آن می شوم. همچنین از خواندن، پخت و پز، مراقبه، و مرتب کردن گل ها لذت می برم. همچنین خوردن چای در محیطی آرام با دوستی صمیمی را دوست دارم. گاهی اوقات من مشتاقانه در جستجوی زمانی برای حضور در خلوت و سکوت هستم.



### سوال یازده: رفتن به میهمانی

**A: (-----)** من در میهمانی معمولاً مشغول بحث سیاسی اجتماعی هستم. شما معمولاً می توانید مرا در میان گروهی از مردان، اغلب به عنوان یکی از تنها زنان درگیر یک بحث فکری یا سیاسی، پیدا کنید. من علاقه مند به عناصری که در بحثهای زنانه عنوان می شود، نیستم.

**B: (-----)** من از شرکت در بحثهای اجتماعی خجالت می کشم و صحبتهای دونفره را با کسی که نیاز به یک گوش برای شنیدن نگرانیهایش دارد، بیشتر دوست دارم.

**C: (-----)** من ترجیح می دهم که میزبان باشم. در اجتماعی از همکاران شوهرم و همسران خود و یا خانواده دوستان و همکاران خودم - من دوست دارم سازماندهی و داشتن مسئولیت این موقعیت بر عهده خود من باشد و در این جمع مهم بدرخشم.

**D: (-----)** من عاشق گردهمایی ها و میهمانیهای دسته جمعی هستم. من همیشه می درخشم. من قطعاً متوجه جذاب ترین افراد در میهمانی خواهم شد و آنها هم به من توجه خواهند کرد.

**E: (-----)** من زیاد مشتاق شرکت در میهمانیهای دست جمعی و رویدادهای اجتماعی با بزرگسالان دیگر در خارج از دامنه دوستان و خانواده ام نیستم. من اغلب احساس تمایلی به رفتن ندارم. چرا که نمی دانم در جمع اینطور آدمها چطور باید صحبت کنم.

**F: (-----)** من در میهمانی های بزرگ و مختلط که مدام بین این و آن نکته های عشقی رد و بدل می شود، احساس بی قراری می کنم. من ترجیح می دهم با یک گروه از دوستان هم جنس خودم باشم و در مورد چیزهایی که واقعا مهم هستند صحبت کنم.



G: (-----) شرکت در میهمانی های بزرگ زیاد برای من مهم نیست. من ترجیح می دهم در خانه بمانم و از خواندن یک کتاب خوب و در محیطی راحت در کنار شومینه ام لذت ببرم.



### سوال دوازده : دوستان

A: (-----) ما به خاطر بچه هایمان با هم دوست می شویم. دوستی من ، تا حد زیادی ، به خاطر فرزندانم و با خانواده ها و مادران دوستان بچه هایم است. عشق به فرزندان، فرایند مشترکی در میان خانواده های ماست.

B: (-----) من مانند زنانی نیستم که دوستی با مردان را ترجیح می دهند. من به داشتن روابط خواهرانه و دوستی با زنان تمایل دارم . این روابط برای من بسیار مهم است - من با گرایش فمینیستی تر به دوستی با زنان کشیده شده ام.

C: (-----) انرژی من در دوستی بیشتر به ذهنیت گرایی کشیده شده است. ما به طور معمول در مورد کار ، سیاست، و دیگر مباحث عقلانی بحث می کنیم . دوستان من چه مرد چه زن، باید شبیه من ، دیدگاهی قوی داشته باشند که بتوانند آنها را به خوبی بیان کنند و ممکن است گاهی ما باهم تمایل به رقابت فکری به صورتی فعال داشته باشیم.

D: (-----) دوستان من دوست دارند که با من متفاوت باشند - می گویند من شبیه آفتاب پرست هستم. دوستان دختر من تمایل دارند که شخصیت قوی تری از من داشته باشند. من با "نه" گفتن معمولاً مشکل دارم. برایم سخت است که احساساتم را در قالب کلمات بگنجانم. درست است که بودن در کنار دوستانم را خیلی دوست دارم ولی در هر حال از تنها بودن، کمی بیشتر از بودن با دوستانم لذت می برم.

E: (-----) من تعداد زیادی از آشنایان زن را از طریق شرکت در فعالیتهای سازمانی و گروه های مختلف یافته ام. با این حال ، اگر به دلیل شغل همسرم مجبور به نقل مکان شویم، شرایط خانواده ام در اولویت است. من به راحتی قادر به نقل و انتقال و تغییر شرایط به خاطر همسرم هستم. این در نظر من از دوستیها مهم تر است.

F: (-----) من یک دایره گسترده از دوستان و آشنایان زن را دور و برم دارم با اینحال، دوستان مرد را به دوستان زن خودم ترجیح میدهم و در کنار آنها دوستانی هم دارم که بین من و آنها عشق جریان دارد و یا ارتباطم با آنها به نوعی مربوط به ماجراهای عشقی گذشته ام می شود. دوستان زن من از لحاظ سطح زندگی به خودم شباهت دارند. من دلم می خواهد که با دوستانم وقت بیشتری بگذرانم با این حال به نظر می آید که سرم خیلی شلوغ است و تقویمهای اجتماعی ام پر است و ما نمی توانیم به شرایطمان برای اجرای برنامه های مشترکمان آسیب بزنیم.

**G: (-----)** من فقط یک یا دو دوست از میان همجنسانم دارم – که گاه گاهی از بودن در کنار هم لذت می بریم . ما تمایل به لذت بردن از احساسات مشابه و به اشتراک گذاری ارزش های مشابه هم داریم. ما به با دلسوزی و مهر به یکدیگر گوش می دهیم ولی درگیر شایعه سازی و یا بنهای فکری نیستیم.



سوال سیزده : نوع کتاب و موضوعات مورد علاقه مطالعه

**A: (-----)** من دوست دارم بیشتر کتابها و مقالاتی که می خوانم درباره آشپزی، دستور العمل های مختلف، بافندگی و مجلات باغبانی و مجلات صنایع دستی باشد، در کتابخانه من ، تعدادی از کتاب های مربوط به بچه داری و کودکان هم هست .

**B: (-----)** من علاقه مند به مقالات روشهای بهتر کردن فضای خانه و باغ هستم. کتابخانه من دارای مجلات مربوط به تزئینات خانه، روش نگه داری ، کتابهای مربوط به سفر و جهان گردی، مجلات مردم شناسی و مجله های زندگیست، من دوست دارم که آخرین شماره چنین مجله هایی همیشه بر روی میز قهوه خوری ام باشد.

**C: (-----)** در اطراف من کتاب در مورد موضوعات متافیزیکی و معنویت ، روانشناسی، اسطوره شناسی و عکاسی و نوشتن خلاق زیاد است . من خیلی از زمانهایی آرامی که به خواندن اختصاص می دهم، لذت می برم.

**D: (-----)** من دوست دارم که دور و برم کتابهای یوگا ، مجلات و بروشورهای ورزشی نظیر مجلات قایقرانی و قایق سواری ، نشنال جئوگرافیک، کتابهایی در مورد بهترین مکان های پیاده روی، و کتابهای مربوط به تصاویر پارک های ملی و حیوانات باشد. من علاقه مند به مقالات مربوط به یوگا و تناسب اندام، ورزش، محیط طبیعی و حیوانات هستم.



با جاگذاری امتیاز هر الهه در محل خودش و جمع بندی آنها، بالاترین نمره و پایین ترین رتبه مربوط به الهه ها به دست می آید. بالاترین سطح رتبه الهه ای را نشان می دهد که انرژی خصوصیات آن الهه در شما جریان دارد و حاکم بر آگاهی شماست. 'پایین ترین نمره منعکس می کند که خصوصیات آن الهه در سطح حداقل در روحيات شما امکان ظهور یافته است. این ویژگی ها بیست که ممکن است شما کمتر آنها را در خود شناخته باشید و با شما آشنا باشد. ممکن است نسبت به ویژگیهای دیگر کمتر در شما بروز پیدا کند و میزان آن کمتر از خصوصیات آشنا در خودتان می باشد. شما ممکن است مایل به این را در ذهن به عنوان شما در مورد الهه های مختلف در این سایت به عنوان خوانده شده. شما با انجام این تست می توانید کیفیت الهه هایی را که نسبت به آنها نمره پایینی را دریافت کرده اید، در وجود خود ارتقا بخشید.

محل امتیاز الهه توسط هر یک از نام الهه - دیدن که الهه از بالاترین نمره و پایین ترین نمره. بالاترین نمره 'نشان می

_____ پرسفون: _____	_____ هرا: _____
جهان زیرین / رمز و راز	همسر و یار
_____ آفرودیت: _____	_____ دیمیترا: _____
عشق / زیبایی	مادر / زاینده
_____ آرتمیس: _____	_____ آتنا: _____
طبیعت، عاشق حیوانات	فرصت های شغلی - حکمت - عمل کننده
	_____ هستیا: _____
	تمرکز روحانی

# آشنایی با لزوم شناخت آرکی تایپهای فعال در انواع تیپهای شخصیتی:

زنی که به نیروهای موثر در خود شناخت پیدا میکند، به سلاح قدرتمند آگاهی از خود نیز دست یافته است. خدایانوان نیروهای مقتدر و نامرئی هستند که بخشی از رفتار غریزی و عواطف زنان را شکل میدهند. شناخت این نیروهای درونی گستره جدیدی را در جهت ارتقاء آگاهی زنان پیش رو نهاده است. با دانستن اینکه کدام خدایانوان نیروی غالب درونی شماست، میتوان به غرایز ویژه، اولویت ها و توانایی های غریزی خود بصیرت یافت.

شناخت الگوهای رفتاری خدایانوان در نحوه ارتباط زنان با مردان نیز موثر است. با کمک آنها میتوان به این درک رسید که چرا بعضی از زنان با گروهی از مردان در تضادند و با برخی دیگر روابطی صمیمانه دارند. آیا زنان مردانی را برمیگزینند که پر قدرت و موفق، پرتوان و خلاق و یا کودک وارند؟ و سرانجام اینکه کدام خدایانوان انگیزه نهانی کشش زن به نمونه خاصی از مردان است؟ شناخت این الگوها بر انتخاب و تداوم روابط تاثیر میگذارد.

هر زنی از موهبت هایی غریزی که در اینجا به صورت سمبلیک به عنوان انواع آرکی تایپ از آن یاد می شود، یا خصوصیت های "خدایانوان داده" برخوردار است که باید آنها را بشناسد و سپاسگزارانه پذیرایشان باشد. اما کمبود هایی هم دارد که برای دگرگونی و تحول باید آنها را شناخت و بر آنها فائق آمد. هیچ زنی نمیتواند در برابر الگوی رفتاری خدایانوانی که نمونه ای درون مقاومت ورزد، مگر آنکه به موجودیت آن و نیروی تحقش آگاه گردد.

## آرکی تایپ یا کهن الگو چیست؟

مفهوم کهن الگو ابتدا توسط یونگ وارد روان شناسی شد. کهن الگوها، الگوی رفتارهای غریزی انسانند که برای درک پدیده ها و پاسخ دهی به آنها، در انسان وجود دارند و ازلی، اما ناآشکارند. آنها در ناخودآگاه جمعی که بخشی از ناخودآگاه انسان است قرار دارند و غیر شخصی و جهان شمول هستند. البته می توان با فرض سمبلیک این الگوها در قالب خدایان و خدایانوان که اسطوره های کهن الگویی

هستند، آنها را توضیح داد.خدایان و خدایانوان، در حقیقت، همان الگوهای غریزی برانگیزاننده عواطف و تصاویر ذهنی انسان و با موضوعات جهان شمول و نیز با ویژگی های انسانی مرتبط اند. الگوهای غرایز طبیعی یا خدایان، رویاهای شخصی انسان را تحت تاثیر قرار می دهند و هم چون نور آفکنی، بخش تاریک موقعیت یا شخصیت ما یا کسی را که می شناسیم، روشن می سازند.

نقش کهن الگوها یا غرایز طبیعی را در شکل گیری شخصیت افراد می توان به ماهیت بذر گیاهان تشبیه کرد. اما رشد بذرها به عواملی چون خاک و شرایط جوی، مواد غذایی خاص در خاک، مراقبت از سر علاقمندی و یا بی توجهی باغبان، اندازه و عمق ظرفی که بذر در آن پاشیده شده و پیچیدگی خود گیاه بستگی دارد. به عبارت دیگر، شرایط محیط بر وضعیت رشدی بذر تأثیری ویژه دارند، اما اینکه خود گیاه چه نوعی باشد بستگی به نوع همان بذر اولیه اش دارد. {مثلا ممکن است گندم باشد یا برنج}، نوع بذر گیاه، در نهایت همان چیزیست که گیاه رشد یافته را شکل می دهد اما میزان رشد یافتگی آن، ارتباط با شرایط محیط رشد دارد. وضعیت یک کهن الگو هم به همین طریق نقش بذر را برای گیاه بازی می کند.

شناخت کهن الگوی مهم درونی به ما می گوید چه استعداد یا تواناییها و ضعفهایی در عمق وجودمان امکان وجود دارد و همین شناخت، در حفظ موقعیت به ما کمک خواهد کرد تا اختیار زندگیمان را در دست بگیریم.

افسانه ها و اسطوره ها و همچنین تصاویر و محتوای خواب ها بیانگر این کهن الگوهای غریزی هستند. شباهت های بسیار میان اساطیر فرهنگ های مختلف، خود بیانگر حضور مشترک الگوهای کهن نمونه ای در همه مردم است. این الگوهای از پیش موجود، بر چگونگی رفتار و واکنش های ما با دیگران تأثیر میگذارد. با شناخت کهن الگوها میتوانیم به وضوح کهن الگوهای فعال در خود و دیگران را تشخیص دهیم. برای مثال دیمتر، خدایانو-مادر، تجسم کهن نمونه مادر است. بقیه عبارتند از: پرسفون (دختر)، هرا (همسر)، آفرودیت (دلداده)، آرتمیس (خواهر و رقیب)، آتنا (مدبر) و هستیا (نگاهدارنده آتشکده). خدایانوان در مقام شناسایی انگاره های درونی وقتی به کمک فرد می آیند که با احساسات درونی زن هماهنگ باشند، در غیر این صورت کهن نمونه ها اساسا نام پذیر نیستند.

این انگاره ها به صورت نمادهای از غرایز طبیعی و قدرتمند وجود انسانی که بر بخشی از فعالیتهای بشری حکم می راند، به صورت اسطوره های خدایان یونان بیش از سه هزار سال در ذهن بشر زیسته اند. آنها تفاوت های بسیاری با یکدیگر دارند و هر یک برخوردار از ویژگی های بالقوه مثبت و منفی هستند. حتی برخی از آنها مخالف یکدیگرند که این خود تمثیلی است برای گوناگونی رفتار و نیز وجود تضاد در زنان. با وجودی که خدایانوان الگوهای رفتاری بالقوه در روان همه زنانند، اما برخی از آنها در زنی برانگیخته شده (فعال است و رشد یافته) و برخی دیگر خاموش مانده اند. یونگ از تشبیه شکل گیری بلور برای درک تفاوت های میان الگوهای کهن نمونه ای (که جهان شمول هستند) و کهن نمونه برانگیخته شده (که در درون ما فعال است)، استفاده کرده است: کهن نمونه همچون طرحی نامرئی و تعیین کننده فرم و ساختار

بلوری است که میخواهد شکل بگیرد. زمانی که بلور عملاً شکل گرفت، این شکل و طرح قابل رویت و تشخیص شبیه کهن نمونه برانگیخته شده است.

بدین ترتیب، اینکه کدام خدایان و یا خدایان (تعدادی از آنها ممکن است همزمان با هم حضور داشته باشند) در زنی و یا در مرحله ای از زندگی زنی فعال و متبلور شود، بستگی به چند عامل دارد. این عوامل عبارتند از: استعداد، خانواده و فرهنگ، هورمونها، انسان های اطراف، وقایع غیرقابل پیش بینی، گزینش فعالیت ها و نیز مراحل مختلف زندگی.

هنگامی که زندگی از معنا تهی می شود و مبتدل به نظر می رسد، یا وقتی که احساس می کنیم در شیوه زندگی و یا اعمالمان چیزی یا چیزهایی اساساً نادرست هستند، می توانیم با آگاهی از مغایرت و تناقض بین کهن الگوهای درونی یا غرایز طبیعیمان و نقشی که بر عهده ما قرار گرفته است، به خود کمک کنیم. اشخاص اغلب گرفتار نبرد درونی بین کهن الگوهای خود از یک سو و کلیشه های دنیای بیرون از سوی دیگر هستند. وقتی نقشی را ایفا می کنید که با کهن الگوی درونی شما در ارتباط است، از اعماق وجودتان، نیروی لازم برای ایفای معنادار آن نقش را دریافت می کنید. چرا که تقویت توانایی های بالقوه انسان تنها با بروز خود حقیقی او که دارای استعدادهای فطری و سرشتی است، بروز پیدا می کند. هنگامی که دیگران ما را می پذیرند و اجازه پیدا می کنیم خود واقعی مان باشیم، عزت نفس، خود باوری و تحقق خود حقیقی ما ممکن می گردد، و این امر تنها زمانی امکان پذیر است که خود انگیزته باشیم. بی ریا عمل کنیم، مجذوب آنچه دوست داریم شویم و مورد حمایت و تشویق اطرافیان خاص زندگی خود قرار گیریم، نه آنکه با عکس العمل های نادرست آنها دچار هراس، افسردگی و نگرانی شویم.

### خدایان آسیب پذیر:

هرا (ایزدبانوی زناشویی)، دیمتر (ایزدبانوی غلات و مادر)، پرسفون (اسطوره دختر) مظهر نقش های سستی زنان هستند یعنی همسر، مادر و دختر. آنها رابطه گرایی به نحوی که هویت و سلامتشان مشروط به رابطه ای اساسی در زندگیشان است و از آنجا که خود را با دیگران هماهنگ می کنند، آسیب پذیرند به عبارت دیگر این گروه تجلی نیاز زنان به پیوند و ارتباطند.

### خدایانوی کیمیاگر:

آفرودیت، ایزدبانوی عشق و زیبایی، که به تنهایی گروه خدایان کیمیاگر را تشکیل میدهد در میان خدا بانوان زیباترین و وسوسه انگیزترین بود. روابطش را خود بر می گزید و هرگز قربانی کسی نشد. بدین ترتیب همچون خدایان باکره قادر به حفظ خود مختاری و همانند خدایان آسیب پذیر در تداوم روابطش توانا

بود. با هوشیاری متمرکز و پذیرای خود امکان رابطه ای دوجانبه را فراهم می کرد، رابطه ای که هم او و هم طرف مقابل را تحت تأثیر قرار می داد.

### خدابانوان باکره:

آرتمیس (ایزد بانوی ماه و شکار)، آتنا (ایزدبانوی عقل و مهارت) و هستیا (ایزدبانوی آتشکده) که مظهر ویژگی های زنانه و خود بسندگی در زنانند بر خلاف دیگر خدایان و خدایانوان در مقابل عشق و عاشقی مصونیت دارند. دلستگی های عاطفی آنها را از پیگیری آنچه برایشان مهم بود باز نمیداشت. در مقام کهن الگو آنها بیانگر نیاز زنان به خود مختاریند و نیز مظهر توانایی در تمرکز کردن بر آنچه که برایشان پر معناست. این سه کهن الگو نمونه های زنانه ای هستند که فعالانه اهداف خویش را دنبال می کنند.

در تبیین مفهوم باکره می توان گفت جنبه باکره این خدایانوان اشاره به بخشی از روان زن دارد که تحت سلطه و تملک مردان در نمی آید، از مردان و تأییدشان بی نیاز است و موجودیتی به کمال، جدا از مرد و از آن خود دارد. آنها هرگز تن به ازدواج نداده زیر نفوذ قدرتمندی نرفته، اغفال نشده، مورد تجاوز و تحقیر قرار نگرفته اند به علاوه عشق و دلباختگی در آنان کارساز نیست.

آنها این توانایی را دارند که در مشغولیت های خویش غرق شوند و در عین حال هر آنچه را که از حوزه تمرکزشان خارج است و یا ربطی به هدف نهایشان ندارد نادیده بینگارند. این دسته از زنان با بی اعتنایی به قضاوت دیگران کاری را انجام می دهند که برایشان اهمیت دارد و رضایت خاطرشان را فراهم می سازد. این تمرکز یکسویه موجب دور شدن آنها از عواطف و غرایز خویش و نیز گسست پیوندشان با دیگران می شود.

این زنان به منظور رشد استعدادها و پیگیری ارزش های درون، غالباً از اجرای نقش های سنتی زنان اجتناب می ورزند. وفاداری به خویشان و در عین حال انطباق با شیوه زندگی در دنیای مردان مبارزه اصیلشان می باشد.



# آتنا



Athena. Bronze group by Myron. Photo ©Maicar Förlag-GML

آتنا، خدایانوی عقل و مهارت، مدبری رزم آرا و دختر عزیز کرده پدر

آتنا، خدایانوی عقل و مهارت خدایانوی باکره بود و تنها خدایانوی است که با زره جنگی مجسم شده است. بنا به روایت متیس اولین همسر رسمی زئوس، خدایانوی اقیانوس و نماینده عقل و دانایی بود.

## ویژگی ها

آتنا به خاطر تدبیر اندیشی و راه حل های عملی به خدایانوی عقل شهرت داشت. در مقام یک کهن الگو، آتنا الگوی شخصیتی زنانی است که تحت فرمان عقلشان هستند و از قلبشان پیروی نمی کنند.

خوب اندیشیدن، مقاومت در اوج بحران عاطفی و تدبیر کردن از جمله خصایص ذاتی اوست. اینجاست که می توان برخلاف نظریه یونگ بیان کرد که در چنین زنی آنیموس مسؤل اندیشیدن او نیست بلکه خود زنانه اش است که با وضوح و برای خویش می اندیشد.. آتنا به تفکر عقلانی ارج می نهد و حیطة اراده و عقل را برتر از غریزه و ذات می داند.

با حضور آتنا در ساختار روان، زن بر اعمال و نحوه دستیابی به خواسته های خویش آگاه می شود. انگیزه رفتاری این زن اولویت های خودش است در واقع آتنا زن را آماده می سازد که به جای پاسخ گویی به نیازهای دیگران بر خواسته های خویش متمرکز شود.

آتنا در جایگاه کهن الگوی عزیز کرده پدر نماینده زنانی است که به سوی مردانی قدرتمند، پرنفوذ و با مسئولیت جلب می شوند و زن را آماده ایجاد رابطه ای دو جانبه با مردان پر قدرت می کند. او که از حقوق و ارزش های پدرسالاری دفاع می کند، بر تداوم سنت مردانه و حقانیت قدرت مردان اصرار می ورزد.

او به دوستی و رفاقت با مردان تمایل دارد. اگرچه او حضور در فعالیت های مردانه را به جای جدایی و کناره گیری از آنها ترجیح می دهد، اما بخش باکره وجودش او را از درگیری جنسی و عاطفی با مردان همکاری مصون می دارد و قادر است بدون برقرار کردن رابطه جنسی و یا نزدیکی عاطفی، دوست، همکار و محرم راز مردان باشد.

زره عقلانیت، زن آتنایی را معمولاً از احساس درد مصون می‌دارد. در اوج بحرانهای عاطفی و تضادهای درونی آتنا قادر است احساسات را کاملاً انکار کند و همچنان به نظارت وقایع و تحلیل آنها بپردازد. این زن همیشه طالب میانه روی است چراکه افراط غالباً نتیجه احساسات تحریک شده یا احتیاجات شدید است و نیز از ذاتی تندررو، حق به جانب، ترسو یا طماع سرچشمه می‌گیرد که البته همه اینها با آتنای منطقی در تضاد است.

کهن الگوی آتنا در زمینه های تجارت، فرهنگ و آموزش، علوم، ارتش و سیاست شکوفایی دارد. تیز هوشی آتنا او را قادر می‌سازد تا در وضعیت های حساس سیاسی و اقتصادی مسیر خود را به نحوی مؤثر طی کند.

کودک آتنایی از توانایی تمرکز حواس برخوردار است و تمایلات روشنفکری آگاهانه دارد. در هر سنی که باشد سرش همیشه توی کتاب است و معمولاً پاسخ سوالات خود را از پدر می‌خواهد مگر آنکه مادری آتنایی داشته باشد که به او پاسخ های منطقی دلخواهش را بدهد. دختر آتنایی کنجکاو و به دنبال کسب اطلاعات است و می‌خواهد بداند چیزها چگونه کار می‌کنند.

دختران آتنایی به شناخت موتور ماشین علاقه نشان می‌دهند و می‌دانند چگونه آلات مختلف را تعمیر کنند. آنها دخترانی هستند که از بازار بورس و سهام شناخت دارند و سرمایه اندوزی و سرمایه گذاری می‌کنند... به ریاضیات علاقه دارند و در آن استعداد نشان می‌دهند و زمان زیادی را در آزمایشگاه های فیزیک شیمی و یا کامپیوتر سپری می‌کنند.

در بافندگی، خیاطی و سوزن دوزی مهارت نشان می‌دهد و از کارهای دستی گوناگون لذت می‌برد و شاید اینها تنها علایق مشترک او با مادران و دختران سنت گرا باشد. دور اندیشی، طرح ریزی، مهارت در کار و نیز صبر و شکیبایی شیوه کاری و مشخصه کهن الگوی آتناست. در هنرهای خانگی نیز تبحر دارد، از این رو اگر ازدواج کند با استفاده از ذهن عملگرا و دید ظریفش معمولاً خانه را به نحو احسن اداره می‌کند.

بر خلاف بعضی از دختران دیگر بی‌دردسر است. جیغ و فریاد و زار زدن شیوه آنها نیست تغییرات هورمونی نیز به ندرت در رفتار و حالت های احساسی آنها تغییر ایجاد می‌کند. نسبت به محیط اطراف خود بسیار هوشیار است و از این توانایی در انتخاب دوستان و یا حفظ روابط اجتماعی بهره می‌گیرد. او می‌داند چگونه به رقابت با دیگران بپردازد و برای آینده خود برنامه ریزی کند.

زن آتنایی می‌تواند آموزگاری عالی باشد زیرا مسائل را به خوبی و روشنی توضیح می‌دهد. تبحر او در مسائل پیچیده ای است که باید مرحله به مرحله توضیح داده شود. به شاگردان خوب و کوشا علاقه مند است و اکثر اوقات خود را با آنها می‌گذراند.

زن آتنایی در گستره دانشگاهی پژوهشگری قادر و تواناست. در ریاضیات و علوم قوی است و شاید به رشته های تجارت، حقوق، مهندسی و یا پزشکی - حرفه هایی که بر اساس سنت از آن مردها بوده - وارد می شود، جایی که به رغم تعداد قلیل زنان همکار احساس راحتی می کند.

## پرورش آتنا

از آنجا که تحصیل علم نیازمند ویژگی های آتنایی است لذا تحصیل هر نوع علمی موجب پرورش این کهن الگو می شود. آگاهی از واقعیت های ملموس، واضح اندیشی، آمادگی برای امتحانات و گذراندن آنها همگی تمریناتی است که آتنای وجود را بیدار می کند. اشتغال به کار نیز همین پیامد را به همراه دارد چرا که رفتار حرفه ای مستلزم آنست که زن منطقی، جدی و کاردان باشد که این خود از ویژگی های آتنایی می باشد.

گاه ضرورت زندگی نیز باعث رشد ویژگی های آتنایی در ما می شود برای مثال هرگاه زنی مظلوم برای نجات خویش و فرار از ظلم به طرح نقشه ای می پردازد در واقع زره تدافعی آتنا را برتن کرده است و آتنای وجودش را فرا خوانده است. به علاوه می توان کهن الگوی آتنا را در مواقعی که زن به واضح اندیشی نیاز دارد و در کوران شرایط عاطفی است و یا زمانی که در حیطه تحصیلی یا حرفه ای مجبور به رقابت با مردان است، با دعوت به خویش نزدیکتر کرد.

## روابط با زنان و مردان

زن آتنایی معمولا دوستان نزدیک مؤنث ندارد. فقدان حس همدردی با دیگر دختران و یا نیاز او به برنده شدن دوستی را برای آتنا ناممکن می سازد و باعث نابودی روابطش می گردد. آتنا هیچ گاه احساس خواهر واری با زنان ندارد. او نه تنها به پیشرفت و ترقی خواهران خود یاری نمی رساند بلکه در بسیاری مواقع سد راهشان نیز می شود.

در مقابل رابطه دور و از بین رفته آتنا با زنان، آتنا غالبا کشش بسیاری به سوی مردان موفق دارد. آنها مجذوب قدرتند و به جستجوی آن می روند. از موقعیت های گوناگون استفاده می کند تا کفایت و سخت کوشی خود را بر مردان آشکار سازد و از انجام هیچ کاری برای رئیس مذکر خود رویگردان نیست. همسر و همراه مردی کبیر بودن و فداکاری در حق او برای زن آتنایی به مفهوم احساس قدرت پیوند با مرد دلخواه است.

زنان آتنایی رابطه خوبی با آدم های ساده لوح ندارند. همچنین در مقابل مردان رویایی و آنهایی که به دنبال ارزش های غیر مادی هستند و نیز مردان دلرجم کوچکترین حس همدردی و تحملی نشان نمی دهند.

زن آتنایی غالباً خود مرد زندگیش را برمی گزیند. او مرد دلخواه خود را نشان می کند بعد با چنان ظرافتی پیش می رود که مرد ندانسته به سوی او کشیده می شود و فکر می کند که او خود زن را برگزیده است.

### روابط با همسر و فرزندان

زن آتنایی در قلمرو مغز و اندیشه زندگی می کند و بدنش را ماشینی در خدمت خود می بیند. او نه زنی حساس شهوانی است نه عشوه گر و رمانتیک. مردها را بیشتر در قالب دوستی یا استادی می پسندد و نه در قالب دلداده. معمولاً در انتخاب همسر هوشیار است و مردی موافق و دمساز را برمی گزیند. در طرح و تدبیر روش پیشرفت و ترقی همسر خود شرکت می کند، در مواقع لزوم نیز مانع از واکنش های عجولانه و آنی همسر خود می شود.

غالباً در امور خانه با نهایت کفایت عمل می کند. ذهنیتی عملگرا دارد و به جزئیات امور توجه بسیار نشان می دهد. کنترل بودجه و وظایف دیگر هم برایش سهل است. مراقبت و پرورش فرزندان را به عنوان بخشی از وظیفه زناشویی خود به عهده می گیرد.

بر خلاف هرا زن آتنایی از حسادت های جنسی بری است. او زناشویی را شراکتی می داند که به نفع هر دو طرف است. معمولاً بسیار وفادار است و از همسر نیز انتظار وفاداری دارد، اما خیانت جنسی را با عدم وفاداری یکی نمی داند. زن آتنایی تا جایی که پیوند ازدواجش پابرجاست، می تواند وجود معشوقه های شوهر را توجیه کرده و بپذیرد. او چه خود طالب طلاق باشد چه همسرش با وضعیت خود به خوبی کنار می آید و احتمالاً دوستی با همسر سابقش را حفظ می کند.

زنان آتنایی در نقش یک مادر آتنایی بی صبرانه مشتاق رسیدن فرزندان به سن بلوغ است تا بتواند با آنها صحبت کند، در انجام کارهای مورد علاقه شان به آنها یاری رساند. از داشتن فرزند پسر رقابت جو، برونگرا و تیز هوش و کنجکاو بسیار خرسند می شود و با دخترش چنانچه مانند او مستقل و از ذهنیتی منطقی برخوردار باشد رابطه خوبی دارد حال آنکه از داشتن دختری سنتی چندان خشنود نیست.

ذهن عملگرای آتنایی برای فرزندان رویایی و خیال پرداز تحمل پذیر نیست. مادر آتنایی از فرزندانش انتظار دارد مطابق دستورات او عمل کنند، در زندگی بر عواطف و احساسات فایق آیند و همچون خود او سرباز خوبی شوند.

گرچه او غالباً قادر به بیان احساسات خویش نیست اما در حفظ ارتباطات خانوادگی و وقایع مربوط به خانواده و سنت ها کوشاست و رابطه اش با فرزندان و نوه هایش معمولاً دوستانه و دلپذیر است.

## میانسالی :

گذشت دهه های زندگی آستن تغییرات چندانی برای زن آتنایی نیست. او در تمامی دوران زندگی پرتوان و فعال بوده از این رو به خاطر دستاوردهای گذشته اش در زندگی گاه میانسالی برای او بهترین دوران زندگی محسوب می شود. معمولا در این دوران وضعیت خود را می سنجد. همه امکاناتش را بررسی می کند و بدین ترتیب مسیر خود را می بیند و گذارش را برای ورود به دوره بعد تا اندازه ای هموار می گرداند.

## کهنسالی:

زن آتنایی به هنگام بزرگ شدن فرزندان خود آنگاه که هر یک پی سرنوشت خود خانه را ترک می کنند به عزلت و غم نمی نشیند بلکه این را فرصتی برای انجام بهتر و بیشتر کارهای دیگر خود می داند.

پا به سن گذاشتن برای او به معنای کمبود نیست، برعکس، اعتماد به نفس و سلامت کلیش در این دوران از هر زمان دیگر بیشتر می شود و این در حالی است که زنان دیگر به اضطراب پیری و از دست دادن جذابیت و زیبایی دچار می شوند.

بیوگی برای او غیر منتظره نیست. او می داند که حد متوسط عمر زن بیشتر از مرد است و از آنجا که او احتمالا با مردی مسن تر از خود ازدواج کرده دوران بیوگی خود را نیز پیش بینی می کند و غافلگیر نمی شود و حرفه خانوادگی را به تنهایی ادامه می دهد و در خارج از خانه زندگی فعال و پر مشغله ای را دنبال می کند.

## مشکلات روانی آتنا

اگر چه آتنای منطقی هرگز دچار گمگشتگی فکری و احساسی نمی شود و همیشه کنترل خویش را در دست دارد و در گیر عواطف و احساسات نا معقول نمی شود، انعطاف ناپذیر است و سنجیده و به دور از هیجان عمل می کند اما مشکلاتش از همین ویژگی های او سرچشمه می گیرد. یعنی پوشش مسلح و زره ای روانش رشد یک بعدی او را موجب گردیده و او را از دیگر جنبه هایش که نیاز به پرورش دارد دور نگه داشته است.

چنین زنی تک بعدی است و فقط برای کار زندگی می کند. با اینکه از مصاحبت با دیگران لذت می برد اما از شور و شغف عاطفی و کشش شهوانی، صمیمیت و اشتیاق و سرخوشی زندگی بی بهره است او حتی از لحظات نا امیدی و یأس و اندوه هم که موجب نزدیکی با دیگران و درک نیاز پیوند با آنها می شود، نیز محروم است .

همسانی خالص با آتنا زن را از تجربه تمام و کمال عواطف انسانی دور می‌دارد، زیرا احساساتش به وسیله آتنا کاملاً به درجه تعادل می‌رسد. آتنا زن را ورای حس غریزی نگه می‌دارد، به طوری که او نهایت هیچ یک از غرایز مادری، شهوانی و زایشی خود را حس نمی‌کند. او به حضور فعال کهن الگوی افرودیت (ایزد بانوی عشق) و هرا (ایزدبانوی زناشویی) در زندگی‌اش نیازمند است چرا که در غیر این صورت این غرایز را بخشی از قرارداد زندگی و یا فعالیتی برنامه‌ریزی شده می‌داند. گرچه آتنا در بعد غرایز خود دارای عملکردی ضعیف می‌باشد اما چنانچه با پرورش سایر کهن الگوها وارد دنیای فعالیت‌های غریزی خود شود رموز آنرا به شیوه‌ای ماهرانه فرا می‌گیرد. لذا حضور و پرورش سایر کهن الگوها او را قادر می‌سازد تا در زندگی و شخصیت یک بعدی خود تعادل همگونی را برقرار نماید. برای این منظور علاوه بر پرورش کهن الگوهای افرودیت و هرا، زن آتنایی بیش از هر چیز نیازمند بازیابی حس مادر بودن و پرورش کودک درون خود می‌باشد:

### پرورش کودک درون

از آنجا که آتنا در هیئت زنی بالغ به دنیا آمد، او هرگز کودکی نکرد. یک زن آتنایی از همان اوان کودکی در پی یادگیری و باهوش شدن است و باورهای استواری دارد که گاهی مشکلاتی را برای او به همراه دارد. از این رو او باید کودکی را که هیچ‌گاه نبوده، در خود باز یابد و به او اجازه بیان بدهد.

برای این منظور زن آتنایی می‌بایست در مواجهه با تجربه‌های جدید برخورد شخص بالغ معقول را کنار بگذارد (برخوردی که از کودکی داشته است) و در مقابل چون کودک با چشمانی گشاده با زندگی روبرو گردد، همه چیز را از نو ببیند و کشف کند. و همچون یک کودک زمانی که مجذوب چیز تازه‌ای در زندگی می‌شود، همه وجودش در اختیار آن چیز قرار دهد.

او باید در بحبوحه بحران عاطفی تأمل کند و اجازه دهد دیگران یاریش کنند و به او آرامش بخشند. او برای بازیابی کودک گمشده درون نیاز دارد بازی کند، بخندد، گریه کند و نوازش شود.

### بازیابی مادر

در اسطوره، آتنا ایزد بانوی بی‌مادری بود که تنها از داشتن یک پدر یعنی ژئوس به خود می‌بالید و از وجود مادرش اطلاعی نداشت. از دید کهن الگویی زنان آتنایی از بسیاری جهات بی‌مادرند و نیازمند آنکه مادر خود را باز یابند و برایش ارزش قائل شوند تا بتوانند به خود اجازه مادر بودن بدهند.

زن آتنايي عموماً با كهن الكوى ديميترا (ايزدبانوى مادري) حس نژديكى ندارد، حسى كه براى تجربه عميق و غريزى مادر شدن به آن نيازمند است. براى پرورش و بازبائى اين حس با تفكرى جدى در مورد بچه دار شدن، چه خود زن بر آن آگاه باشد چه نباشد كهن الكوى مادر بيدار شده به فعاليت مى افتد و رشد مى يابد. او مى تواند با به تصور در آوردن حاملگى و داشتن فرزند ديميترا درون را پرورش دهد. توجه به زنان باردار، به آغوش كشيدن نوزادان و توجه عميق به كودكان نيز مى تواند اين كهن الكو را فراخواند. در اين صورت شايد زن آتنايي بتواند از زاويه جديدى به مادر خود، زنان ديگر و نيز خود بنگرد. تنها با اين تغيير طرز تفكر است كه روابط زن آتنايي دستخوش دگرگونى مى شود.

### آتنا و مديريت بحران:

زمانيكه اتفاقى مغاير با دلخواه ما و يا پيش بينى ما اتفاق مى افتد، و امور طبق روالى كه ما انتظار داشته ايم پيش نيمرود، بسيارى از ما غافلگير مى شويم. ممكن است دست و پاى خودمان را گم كنيم و براى تصميم گيرى دچار ترديد شويم و قادر نباشيم انتخاب مناسب را انجام دهيم. بطوريكه در شرايط بحراني، به جاي مديريت بحران، دچار بحران زدگى مى شويم!

افرادى كه انرژى آتنا در آنها فعال باشد، مديريت بحران را به خوبي مى شناسند. بطوريكه در زمانهائى بحراني و شرايط خاص كه ديگران قادر به تصميم گيرى صحيح نيستند و بحران زده مى شوند، آنها به راحتى مى توانند، تصميمات ذهنى سريع بگيرند. در مواقع حساس و شرايط بغرنج همواره خونسردى خود را حفظ مى كنند، چراكه مشاهده گر قوى دارند و قادر هستند بدون در نظر گرفتن احساس و هيجان، منطقي انديشيده و تصميم صحيح بگيرند.

يكى از دلايل مهمى كه مانع تصميم گيرى صحيح در لحظات حساس مى شود، بالا بودن هيجان و احساسات است. تا وقتى تحت تاثير عواطف باشيم و هيجان زده به اطراف بنگريم، قادر نخواهيم بود، شرايط را واقع بينانه بسنجيم و تحليل و بررسى كنيم. در حاليكه براى تصميم گيرى صحيح و مديريت يك مسئله، احتياج به فعاليت ذهن و حوزه سر داريم.

افرادى كه انرژى آتنا در آنها فعال است، اولاً از قبل كلييه حالات احتمالي را بررسى کرده اند و معمولاً غافلگير نمى شوند. با توجه به ذهن فعالى كه دارند، غالب اوقات نشانه هاى موجود را به دقت مشاهده مى كنند و با توجه به اين علايم قادر هستند اتفاقات بعدى را واقع بينانه پيش بينى (و نه پيش گويى) كنند. بنا بر اين اتفاقات بعدى براى آنها غافلگير كننده نيست و به اصطلاح سورپرايز نمى شوند.

از آنجائيكه در اين افراد حوزه سر بسيار فعال است، اگر به هر دليلى در شرايط پيش بينى نشده و بحراني، قرار بگيرند، دست و پاى خود را گم نمى كنند.



آنها ذهنی پویا و فعال دارند، ابتدا شرایط موجود را به دقت و موشکافانه بررسی می کنند. تمام نشانه های موجود را می بینند و با در نظر گرفتن تمام جزئیات به کل ، نگاه می کنند و به اندازه لازم به جزئیاتی که به کل مسئله مربوط است نیز توجه می کنند، در حالیکه سایرین عموماً یا جزئیات را نادیده می گیرند و یا بیش از اندازه به مطالب ریزی که اهمیت چندانی ندارد بها می دهند. از این رو و به دلیل وجود این واقع بینی، آنها قادر هستند تصمیم درست و به جا و مناسبی بگیرند. از این رو است که معمولاً گفته می شود آنها مدیریت بحران را بلد هستند!

تصور کنید در حال رانندگی در جاده هستید و تصادف شدیدی پیش چشم شما اتفاق می افتد. برخی افراد سریع و بدون فکر وارد عمل می شوند، بدون در نظر گرفتن احتمال آسیب های نخاعی ، مصدوم را حرکت می دهند. برخی شوک می شوند و هیچ کمکی نمی کنند. عده ای بی تفاوت عبور می کنند تا به قرار کاری مهم خود برسند. برخی نیز به جای کمک گریه و زاری می کنند. برخی سریعاً با گروه امداد و پلیس تماس می گیرند و ....

اما کسیکه انرژی آتنا در او فعال باشد ، بدون اینکه دستپاچه شود و تحت تاثیر احساسی حادثه قرار بگیرد، ابتدا وضعیت موجود را به دقت مشاهده می کند و سپس به بهترین شکل و با در نظر گرفتن تمامی ابعاد (حفظ سلامت مصدوم ، جلوگیری از ادامه تصادفات ، احتمال آتش سوزی، ... ) راه مناسب را انتخاب می کند.

آتنا، ایزدبانوی عقل و مدیریت، پدیدآورنده جنگ و صلح ،خدای تمدن، مدنیت، ادبیات و هنر ،خدای صنایع دستی

هدایای آرکتایپ آتنا:

•تصمیم گیری بر اساس اولویت های شخصی خودش و نه لزوم مردان و ...تمایل به سیستم مردانه و تایید سیستم زنوسی •مقاومت در اوج بحران عاطفی •میل به کسب علم

بروز آتنا زنان در:

•زنان صنعتگر •اکثر منشیهای وفادار •اکثر زنان تحصیل کرده

کودکی آتنا:

•توانایی تمرکز حواس •دائم در حال سوال است و کنجکاوی می کند •با پدر معیوب، این بچه حتی از موفقیت های خود لذت نمی برد.

## نوجوانی آتنا:

• مهارت یابی ویژه در رایانه • نگاه تحقیرآمیز به اکثر دختران لوس و بیمزه اطراف • برنامه ریزی دقیق برای دانشگاه

## شغل مناسب زن آتنايي:

• زن آتنايي مي خواهد جاگه اجتماعي عالي بدست آورد • خانه را به نحوي عالي اداره مي کند • در مسائل پيچيده خبره ميشود • در تجارت و طب و حقوق و مهندسي رشد مي کند.

## رابطه زن آتنايي با زنان:

• رابطه خوبي معمولاً با زنان ندارد • فقدان حس همدردی با سایر زنان

## رابطه زن آتنايي با مردان:

• از مردان موفق خوشش مي آيد • از افراد ساده لوح خوشش نمي آيد • متنفر از مردان نوجوان ابدی • متنفر از مردان آنيمايي، دل رحم، حساس • عاشق اسرار پنهان، مبتکر • مردش را خودش انتخاب مي کند.

## ازدواج زن آتنايي:

• ازدواجش با مرد جاافتاده است • موفق در ازدواج هايي که مرد و زن هر دو شاغلند • مقاوم به حسادت هاي جنسي

## مادري کردن زن آتنايي:

• عاشق فرزند پسر، رقابت جو و تيزهوش، دختر ساعي و مستقل را مي پسندد و هم مادري براي مي کند هم معلمي

• اگر خودش به هر دليل موفق نبوده باشد، فشاري مخرب براي رشد فرزندانش مي آورد.

## ميانسالي و کهنسالي آتنا:

• دوران طلايي او ميانسالي است • بحران همسر خطر اين سنين است • با يائسگي راحت کنار مي آيد

## چند نکته کلیدی درباره زنان با غرایز مسلط خدابانوی آتنا به زبان ساده:

آتنا ایزدبانوی عقل ، خرد ، منطق ، تدبیر ، باوقار و زیبا

این تیپ شخصیتی ، افرادی هستند عاقل ، هماهنگ کننده ، همسو کننده ، مدیر و مدبر ، رزم آرا

برای رسیدن به هدف از بهترین و راحت ترین راهها اقدام می کنند و قبل از آن ، برنامه ریزی کرده و همه جوانب آن را می سنجند .

بسیار با نظم و ترتیب و مقررات هستند و در تمام کارهاشون برنامه ریزی دارند ، از رفتن به یک مهمانی ساده گرفته تا سفر و کارهای اجتماعی و مدیریتی بزرگ.

بدون برنامه ریزی هیچ کاری نمی کنند .

قانون و مقررات جامعه را به نحو احسن اجرا می کنند . محافظ تمدن و شهرنشینی و نظم و قواعد مربوط به آن هستند .

این افراد رابطه خوبی با پدرشان دارند . از میان مردان فقط مردان قدرتمند و قهرمان و در حوزه سر ، اجازه هم صحبتی و هم نشینی با آنها را دارند این افراد معمولاً رؤسای دفاتر و کارمندان ارشد و عالی رتبه ای دقیق و منظم برای افراد و موسسات و مجموعه های شغلی قدرتمند هستند .

از بچگی دنبال مطالعه و کشف علم و اطلاعاتند . در دوران مدرسه زرنگترین بچه مدرسه هستن و به قول بچه های دیگه بچه خر خونه مدرسه هستن . این افراد برای اول شدن ، اگه لازم باشه ، خر خونی هم می کنن .

اول شدن برای اونها خیلی خیلی اهمیت داره .

گرفتن مدارک عالی تحصیلی از بزرگترین هدفهای اونهاست و تا هر وقت که بتونند درس می خونند و می خونند و هی مدرک رو مدرک و دکترای رو دکترای و .... بالاترین لذت برای آنها کسب مدارک بالای تحصیلی است

ورزش رو فقط برای سلامتی و سالم موندن انجام می دن و به قهرمانی در رشته ورزشی خاصی اهمیت نمی دن .

از ازدواج دوری می کنن و اگر هم ازدواج کنن کاملاً در حوزه سر و کاملاً با برنامه ریزی و منطقی ازدواج می کنن .

تمام قسمتهای زندگی زناشویی از همسر داری گرفته تا آشپزی و بچه داری از روی برنامه ریزی انجام می شه ، حتی مسائل جنسی این افراد نیز بر طبق برنامه ریزی و سر وقت انجام می شه .

برای تربیت و نگهداری بچشون برنامه خاصی رو آماده کرده و طبق اون عمل می کنن و اگر بچشون دچار مشکلی بشه ، برای اونها بسیار عذاب آور و ناراحت کننده است و دائم در این فکرند که کجای کارشون ایراد داشته .

زمانبندی برای این افراد بسیار مهم است و طبق آن عمل می کنن. تعریف آنها از زمان ، ثانیه و یا کسری از ثانیه است .

احساسات در این افراد نقشی نداره و حتی اگه به اونا بگن که مامانتون یه ماه دیگه می میره ، گریه و زاری نمی کنن و می گن خوب مرگ حقه و همه یه روز می میرن .

آنها افرادی بسیار بسیار رک هستند .

درد و دل کردن با این افراد کاری مسخره و وقت تلف کردنه ، چون اگه یه روزه کامل هم جلوشون گریه و زاری کنی ، براشون فرقی نداره و در آخر می گن می خواستی این اشتباهو نکنی . البته این افراد مشاور و معلم خوبی هستن و به راحتی آدم ها رو راهنمایی می کنن ، ولیکن کاملاً خارج از حوزه احساسات .

آدم های احساساتی و عاشق پیشه برای اونها بسیار مسخره هستن .

این افراد بسیار رازدار هستن ، پس اگه می خواید رازتونو به کسی بگید و هیچ کس دیگه هم از اون با خبر نشه ، به سراغه این افراد برید .

این افراد زیبا و ساده پوشن ، در عین حال بسیار خوش تیپ و با کلاس هستند . اهل آرایش کردن و قر و فر هم نیستن .

از بین دختران هم کسانی رو برای دوستی انتخاب می کنن که هم شأن و منزلت خودشون باشن و با هر کسی دوست نمی شن . در کل ، دوستان این افراد گلچینی از موفق ترین افراد جامعه هستن .

نگاه مدوسایی از دیگر مشخصه های این افراد . نگاهی که روح رو از تن آدم بیرون می کنه . برای مثال ، پسری که با یه دنیا عشق می آد سمتش که بهش پیشنهاد دوستی بده و اون فقط با یه نگاه مدوسایی کاری می کنه که پسره تا آخره عمرش هوس عشق و عاشقی به سرش نزنه .

### اگر آنها هستی

- ۱- به کودک درونت فرصت بده تا زندگی کنه . احساساتت را سرکوب نکن . به احساسات دیگران بها بده .
- ۲- به "طنازی" و دختران از نوع "لوس و عشوه گر" نگاهی متفاوت بنداز
- ۳- گاهی بعضی موفقیت ها را فدای "از دست نرفتن زنانگی ات" کن . می توانی آنها را با موفقیت هایی که کمتر با حفظ زنانگی در تعارض اند جایگزین کنی .

# پرسفون



پرسفون :

ایزدبانوی دوشیزه و ملکه جهان زیرین ، زنی پذیرا ، دختر مادر

این افراد ملایم ، آرام و انعطاف پذیر هستند .

اغلب آنها کمتر از سن واقعی به نظر می آیند .

عاشق فالگیری ، داستانهای عاشقانه ، رمان و صفحه حوادث هستند .

عاشق عروسک بازی هستند .

به رنگ صورتی کم رنگ بسیار علاقه دارند .

دائماً شغل عوض می کنند .

معمولاً وارد کاری می شوند که صاحب کار خیلی آشنا و یا فامیل نزدیک باشد ، تا هر وقت دوست داشتند بیایند و هر وقت دوست داشتند بروند و هر وقت دلشان خواست مرخصی بگیرند .

اهل تعهد دادن نیستند .

در رابطه با جنس مخالف تبدیل به کودکی آویزان می شوند و می خواهند که سرویس بگیرند .

معمولاً در سنین بالا می خواهند به جوانی برگردند، مدل مو، لباس و حتی جراحی زیبایی می کنند ، هر کاری می کنند تا جوانتر جلوه کنند .

شدیداً از پیری وحشت دارند و از آن گریزانند .

صفات بارز پرسفون پذیرا بودن است. او واکنشی مغایر با خواست مادر نشان نمی دهد. بسیاری از دختران پرسفونی جوان روابط غیرصمیمانه‌ای با پدر خود دارند. زن پرسفون در رابطه با مردان کودک- زنی فاقد اعتماد به نفس و برخوردار از ذهنیتی جوان است.

زن در مرحله پرسفون جوان همچون زیبای خفته یا سپیدبرفی است نسبت به جنسیت خویش در خواب و بی هوشی است و منتظر است شهزاده‌اش از راه برسد و او را از خواب بیدار کند.

زنان پرسفونی از بروز خشم جلوگیری می کنند زیرا نمی خواهند که مورد خشم دیگران قرار بگیرند. پرسفون در بخشی از اسطوره‌اش - آنگاه که در جهان زیرین و در اسارات به سر می برد جوانی بود غمگین که نه غذایی می خورد و نه می خندید. زن پرسفونی که زندگیش محدود و نیز تحت نفوذ اشخاصی است که می - خواهند او را به خود وابسته نگاه دارند مستعد ابتلا به افسردگی است. از آنجا که شخصیتی پذیرا دارد بجای ابراز خشم و بیان تفاوت‌های خود این احساسات را از خود دور نگاه می دارد در نتیجه عواطف منفی رو به رشد در او به افسردگی می انجامد. خشم فرو خورده افسردگی ایجاد می کند. احساس تنهایی ناهمگونی و نارضایتی از خود نیز بر اندوه و افسردگی او می افزاید.

زن پرسفونی است که در درون احساس گناه، شرمساری و ناتوانی می کند. غالباً برای حرفی که زده و یا کاری که کرده بدون دلیل معذب و ناراحت می شود. دمیترا افسرده حضوری عظیم و محوری در خانه دارد در حالیکه که پرسفون افسرده در اتاقهای عقبی خانه پنهان می شود. دلمشغولی با دنیای درون، تماس او را با دیگران قطع می کند. او برای فرار از مشکلات دنیای واقعی به درون خویش پناه می برد. زن پرسفونی که بتازگی از روانپزشی بیرون آمده برخوردار از بصیرتی است که می تواند معنای کنایی وقایع را بفهمد.

طلاق برای زنان پرسفونی بشارت دهنده مرحله تازه‌ای می شود. رشد و تحول فقط زمانی است که آنها از وجود کسی که مسئولیتشان را به عهده گیرد و یا هدف تقصیراتشان واقع شود محروم شود.

نگاهی بر شخصیت پردازی پرسفون

پرسفون مظهر دوشیزگی، بهار، پذیرش و دگرگونی و نماد اضطراب جدایی از مادر، و یا بطور کلی اضطراب جدایی از زندگی قبلی به یک زندگی جدید است. از دیدگاه روانشناسی شخصیت پرسفون بدلیل سفر به دنیای زیرین، عمیق بوده و می تواند به سطوح بالای خودآگاهی دست یابد.

منفعل بودن، مطیع و فرمانبردار بودن، تعهد نداشتن نسبت به اهداف، بی مسوولیتی و داشتن منیت ضعیف از معایب این کهن الگوست و عشق، معصومیت، باروری، نشاط و سرزندگی دخترانه و سازگاری از مزایای اوست.

بدلیل سفری که به دنیای زیرین داشته از ناخودآگاه یا درونیات قوی برخوردار است و حس ششم و قدرت خیالپردازی خوبی دارد. زنان پرسفون ممکن است از نظر ذهنی و روانی افرادی با استعداد باشند، اما از بیماریهای روانی مانند افسردگی یا اضطراب و یا گرسنگی روانی رنج ببرند.

پرسفون نوجوان ابدی است و معصومیت و پاکی در چهره اش قابل مشاهده است. در صورت ناآگاهی، اعتماد بنفس کمی داشته و زیاد دروغ می گوید، ولی به گونه ای است که افراد دیگر فکر نمی کنند که او این قدر دروغگو باشد.

بخشی از چرخه به وجود آمدن شخصیت پرسفون مربوط به ترکیب والدین او یعنی زئوس پدر قوی، مدیر، تا حدودی مستبد، نه چندان عاطفی و دیمیترا مادر عاطفی، حمایتگر و کنترلگر بیش از حد او می باشد. پرسفون در بیشتر مواقع در انتظار کمک دیگران بوده و مسوولیت کارهای خود را نمی پذیرد.

زنان پرسفون، افرادی مراقب، مهربان، بی تجربه و ساده لوح هستند. آنها اشتیهای جنسی بسیار زیاد و فوق العاده ای دارند و به راحتی جذب جنس مخالف می شوند.

### پرسفون :

الهه ی بهار و دوشیزگی ، زنی پذیرنده ، نشان دهنده ی دخترانگی

• دختری که رو هوا زندگی می کنه .

• پر از معصومیت احمقانه .

• بی خبر از توانمندی های خود .

• بی مسؤلیت در امور جدی مثل رابطه ، ازدواج ، کار

• همیشه منتظر یک معجزه و تحول اند

• شخصیت منفعل و پذیرا نسبت به مادر و همسر

## دخترک پرسفونی :

- دختر بچه ای مطیع و مؤدب و خواهان تأیید شدن توسط دیگران
- مادر دلواپس با مراقبت های افراطی خود ، این بچه را خجالتی و نامطمئن بار می آورد .
- دختر پرسفونی معمولاً درونگرا می شود.

## دوشیزه ی جوان پرسفونی:

- دخترانی که خود و خواسته هایش را نمی شناسد.
- دختری مطیع که معتقد است هر مامان بگه درسته .
- مامان در تمام شئون زندگی او دخالت می کند و برای او خلوتی نمی گذارد .
- برداشت های او متأثر از درک مادرش است .
- با وجود کار و درس و... هدفی برای خود حس نمی کند .

## سه دسته مرد جذبش می شوند :

- مرد خیلی مرد :حالت سنتی ازدواج ، مردان قوی با زنان کم عرضه
- مردی که نمی تواند با زنان قدرتمند رابطه داشته باشد.
- مردان بی تجربه و جوان مثل خودش
- ازدواج بهانه ای است ، برای جدال با مادر.
- استقلال روانی از مادر به بهانه ی ازدواج ، می تواند عامل رشد فردی دختر شود ؛ ولی ممکن است فقط جایگزین شود.

## کمک به پرسفون :

- ازدواج آگاهانه و نترسیدن از پیوند زناشویی
- گاهی اوقات طلاق برای پرسفون به منزله ی بلوغ دوباره است .



## اگر پرسفون هستی

- ۱- به درخواست هایی که با "اولویت بندی ارزش هایت" در تعارض اند با قاطعیت "نه" بگو.
- ۲- توانایی ها، ناتوانی ها و نیازهایت را بشناس. هدفت را مشخص کن.
- ۳- به "استقلال روانی" بها بده.

## چند نکته کلیدی درباره پرسفونها با زبان محاوره:

دخترمادر - هر چی بخواد بدون هیچ زحمتی همون میشه - به راحتی به دیگران احساس گناه میده - بی مسئولیت - وابستگی - تائید طلبی منفی و مثبت هر کدام که پیش بیاد - فنجان خالی و آماده برای پر شدن از هر چیز - پر خواب و خوش خواب - خیلی بسیار زیاد دوست داره از همه جلب توجه کنه و انرژی بگیره ازشون - تنبل و تن پرور - بی خون و بی حس و بی حال - بی توجه و بی اهمیت به همه چیز - ملکه جهان زیرین - آشنا به دنیای زیرین و غیر فیزیک - افسرده - نا امید - بی زمان - نمیدونه چی میخواد - نقش پذیر و منعطف - همیشه ناراضی - عدم ارزش به خود - کامل نبودن با خود و مدام از خودش عیب و ایراد میگیره - صورتی - بی ثبات و دمدمی مزاج - سیاه و یا سفید - خرید های زیاد الکی و بدون مصرف و بدرد نخور - مارک باز - گریه مستمر و بی پایان - گربه لوس و ملوس و تنبل - عاشق اسرار و غیر فیزیک و نادیدنی و ترسناک - توهم همه چیز - علاقه مند و دوستدار فال و فالگیری - واسطه دنیای واقعی و دنیاهای دیگر - انعطاف پذیر و نرم و به راحتی شکل پذیر - نرم و سرد و مرطوب - پذیرش - با هم راز داری کنیم! یعنی راز دار نیست و سفره دل را پیش همه می گشاید - بی زمان و بی مکان - بی هدف و سرگردان و آویزان - دیمتر قلاب کن و تحریک کننده حس حمایت و مادری در دیگران - آنیما - تاریکی و سیاهی و بی شکلی - عاشق و دوستدار شب و سکوت و آرامش و اسرارش - مفعول - منفعل - همیشه در حال رژیم - دوست داشتنی و زیبا - خوشرو و تایید طلب - خوش خنده - بد گریه - دنباله رو - تقلید کننده - خجسته و سرخوش - قابل پروجکت - هر کسی می تواند هر چی می خواهد را در او ببینه - از این شاخه به آن شاخه پریدن - از دور دلبر و از جلو زهره بر - نق زدن - متوقع - انرژی خور - کابل زدن به این و آن برای یافتن و نگه داشتن امنیت - معمولاً دیگران به او تجاوز می کنند و این مطلب را در دیگران تقویت می کند - دزدیده شدن - ساعتی متمادی بی عمل و خیره به هر چیز و یا تلویزیون - مودی - جیغ بنفش - داد و بیداد باور نکردنی با صدای بلند - عشوه - خودکشی - دروغ الکی و بدون دلیل و بی فایده - شلخته و شل و ول - نا امنی همیشگی - بی مرزی - همسوئی بی دلیل با دیگران - بی تفاوتی نسبت به همه چیز و پذیرش ناآگاهانه - بچه اش را رقیب خودش میبیند و حس میکند جای و را گرفته و جایش را تنگ کرده است - عاشق و علاقه مند به انواع عمل جراحی برای رسیدن به زیبایی و خوش اندامی رویایی و توهمی و دست نیافتنی - نوجوان ابدی - بدون دوست - هاله های باز و پذیرای همه چیز - متوقع از همه چیز و همه کس و همه وقت - هم ذات پنداری با هر چیزی - پذیرش نا آگاهانه - آرایش های عجیب و غریب و غلیظ و پر رنگ و آب - خیلی قهر و ناز و آشتی می کند - و .....

# دیمیترا



دیمیترا :

ایزدبانوی غلات ، روزی دهنده ، مادر، پرورش جسمانی و معنوی است.

این افراد همیشه در حال سرویس دادن و انجام کاری برای دیگران هستند ، به همین علت اطرافیان آنها آدم های بی مسئولیتی هستند .

عاشق مهمان هستند .

به هیچ عنوان نمی توانند " نه " بگویند .

مجال است دست خالی به جایی بروند ، گل ، شیرینی ، غذا و .... ، همیشه با دست پُر .

اغلب در رابطه با جنس مخالف در نقش ماما ظاهر می شوند .

آغوشی مهربانی دارند .

ماساژورهای پر عشق و تاثیرگذار و خوبی هستند .

دست پخته‌های خیلی خوشمزه دارند .

همیشه در کیف یا کم‌دشان خوراکی دارند . آنقدر خوراکی و دهندگی به طرفشان می‌خوراند تا بترکد .

این شخصیت به طور کلی حامی خوبی برای دیگران است و همیشه آنها را در حال دادن سرویس دادن و خدمت به دیگران مبینید.

هدف از ازدواج این افراد آوردن فرزند و بارداری و زایمان است تا بتوانند آنها را پرورش دهند و در کل به آنها سرویس بدهند خدمت کنند و بر این اساس هر چقدر بچه کوچکتر و ناتوان تر پر خور تر باشد انرژی دیمتری و مادرانه آنها را بیشتر تخلیه میکنند . بارداری برای آنها بسیار زیباست. و بعضاً شوهرشان نیز مانند یکی از فرزندان آنهاست و به همان سبک و سیاق و روش با یکدیگر ارتباط برقرار کرده و رفتار میکنند .

تصویر شیر دادن مادر به فرزند بهترین و متعالی ترین تصویر زندگی این شخصیت و زیباترین اتفاق ممکن در جهان هستی و کائنات است .

این افراد در کودکی نیز در عروسک بازیها و خاله بازی هایشان نقش مادر را بر عهده دارند . میزان تمایل و علاقه به داشتن فرزند در آنها به اندازه ایست که به راحتی باور نکردنی زایمان می‌کنند و در زمان زایمان از سر رضایت و خشنودیشان حتی خنده بر لب دارند.

دمیتر در اسطوره بخشاینده‌ترین خدایانو بود.

دمیتر به دلیل ذات مادری اش به هیچ چیز "نه" نمی‌گوید. زن دیمتری از نگاه مادری به سوی مرد کشیده می‌شود و بعضی وقتها دلیل کشیده شدنش ترحم است. خصیصه مادرگونه دمیتر و مشککش در رد خواستهای دیگران او را طعمه سودجویی مردانی می‌کند که جامعه ستیزند، رابطه دمیتر با مرد جامعه ستیز در ظاهر امر به رابطه مادر کبیر و پسرشفته شباهت دارد و وجود مشترکی هم بینشان است. اما نمونه پسر شیفته قادر به مهرورزی و وفاداری و همچنین واجد حس ندامت و پشیمانی است. مرد جامعه ستیز از این ویژگیها محروم می‌باشد و این خود وجه تمایز مهمی است. مرد جامعه ستیز متوقع است دیگران به نیازها و تمنیاتش پاسخ دهند اما خود عاری از حس قدردانی، صمیمیت و دوستی با دیگران است. او به راحتی قادر است فداکاریها و ایثارهای گذشته زن دیمتری و همچنین سودجوییهای خود را به فراموشی سپارد. پیوسته نیازمند است و همین نیازمندی است که دیمتری ایثارگر را به خود می‌خواند. ارتباط با مرد جامعه ستیز زن دیمتری را در چارچوب تنگ عواطف خود زندانی و از نظر مادی نیز او را ورشکسته می‌کند.

در صورتیکه کهن الگوی دمیتر زن قوی باشد یعنی در هر کاری مادرانه به انجام آن مشغول شود ولی نتواند در زندگی به آن تحقق ببخشد احتمال ابتلا به افسردگی که از حس بی‌معنایی و پوچی سرچشمه می‌گیرد بسیار است.

وقتی دیمیترا افسرده به پوچی رسیده و دست از کار بردارد بخش ویرانگر دیمیترا فعال می‌شود و از تمام کارهای فعال روزانه دست خواهد کشید. در این حالت او زمین را سرگردان به دنبال دختر خود پرسفون می‌گردد تا او را در آغوش گیرد. دختر شاد و سرزنده او پرسفون ربوده شده است و او به دنبال آن می‌گردد تا انرژی خود را بازیابد.

او برای یافتن دختر خود پرسفون باید به جای فرو خوردن خشم، ابراز خشم کند. خدایانوان دیگر را بنا بر شرایط و جایگاه آن پرورش دهد و اینکه دیمیترا و مادری مهربان را برای خود به کار گیرد. راه دیگر رهایی از چنگال افسردگی که دیمیترا افسرده به خاطر نداشتن کارآیی مهرمادری خود دچارش شده اینست که بتواند پرسفون خود را پیدا کرده و با او پیوند ببندد تا سلامت را به او بازگرداند. مادر افسرده پس از یافتن دخترش از افسردگی نجات خواهد یافت و زایش و رشد را به زمین و زمینیان باز خواهد گرداند. این بازگشت کهن الگوی جوانی است که به افسردگی پایان می‌دهد. چگونگی این فرایند غالباً اسرارآمیز است و به دنبال سوگواری فرامی‌رسد. پیدا کردن پرسفون نشانه‌های عاطفی بازگشت بهار زندگی است. پس از ظهور اولین نشانه‌ها زن دوباره در خود شور زندگی می‌یابد خویشتن گمگشته را بازمی‌یابد و می‌تواند با دریایی از حکمت و درک معنوی شکوفا گردد. چنین زنی می‌داند که در گذر مراحل زندگی تواناست.

### دیمیترا : نمونه ی غریزی مادری

مادری کردن : افراطی ، تفریطی ، نرمال

• افراطی : بچه های بی اراده ( هاری عاطفی ! یعنی بچه ی دیمیترا ، همیشه انتظار داره بقیه مثل مادرش باهانش رفتار کنن ، همیشه نیازمند به مادر هستند)

• تفریطی : کم گذاشتن برای بچه ها

• نرمال : توجه به بچه ، بدون اینکه وابسته شود.

### دیمیترا در رابطه با مرد ها :

• انتظار زیادی از مرد خود ندارند.

• مردی را جذب می کند که نیاز به مادر داشته باشد.

• دایم شوهر خود را می ستایند، مرد خانواده می خواهد.

• ذهن عقیفانه نسبت به مسائل جنسی دارند.

• راحت استثمار می شوند.

## افسردگی دیمیترا

- تعهد های بیش از حد، رفتارهای نامردی بقیه و از دست دادن رابطه ای که در آن مادری می کند؛ او را به خلأ می برد.
- افسردگی پر سروصدایی دارند.
- ضعف ها
- نه نمی توانند بگویند.
- به راحتی وقت و پول و... آنها استثمار می شود.
- بدون برنامه ریزی باردار می شوند.
- وابستگی های بچه ها را زیاد می کنند.
- چگونه دیمیترا به خود کمک کند
- برای خود مادری کند.
- جمله ی تأکیدی عاشقانه برای خود بگوید.
- نه گفتن به موقع را یاد بگیرد.

اگر دیمیترا هستی:

- ۱- یادت باشد از خود گذشتگی و ترحم همیشه بهترین راه حل نیست.
- ۲- به "نیازهای خودت" بها بده.
- ۳- برای همه در همه ی اوقات مادری نکن. به بچه هایت فرصت بالغ شدن بده. برای همسرت بیشتر همسری کن تا مادری.

## چند نکته کلیدی درباره دیمیتراها به زبان ساده :

علاقه مند به پروسه تغذیه و غذا دادن به همه چیز و همه کس - رشد و پرورش دهنده فیزیکی و متافیزیکی - غذای مادرانه خوشمزه و خورشت جا افتاده - فداکاری - گذشت - ایثار - کنترلر از زیر (به صورت نا محسوس و غیر آشکار همه از او تبعیت می کنند و فرمانبردارش هستند) - مادر - استفاده از محرومیت به

عنوان ابزار کنترلی - حمایت بی دریغ - آغوش گرم و نرم مهربان و صمیمی - پرورش همه جانبه - غذای خوشمزه مامانی - عجزه پروری (در راستای دهنده گی های بی دریغ و بی شائبه و بی شمارش) - تغذیه روحی و عاطفی - رشد دهنده فیزیک (آنچه که دیدنی است و با حواس پنجگانه می توان حس و لمس نمود) - سرویس دهنده بی انتها و بدون حد و مرز - بهترین چیزها برای دیگران و باقی مانده بدرد نخور، قبل از حرام شدن و ضایع شدن برای او - قلدر و توانمند - و.....

مامانهای گومبلی که دائماً دور فرزندشون، هم عین شیر ژیان و هم عین پروانه می چرخند و به آنها سرویس میدهند (و البته گاهی اوقات اینقدر سرویس میدهند که ناآگاهانه کمی تا قسمتهای زیادی سرویس هم میکنند) دقیقاً تیپ شخصیتی دیمیترا را دارند و تحت تاثیر این مجموعه رفتاری عمل میکنند.

جملاتی که همیشه از دیمیترا میشنوید:

الهی بمیرم گشنه موندی؟

اگه سیر نشدی برات غذا درست کنم.

مامان خیر و صلاح تو بهتر میدونه

صفات بارزشون هم که خیلی بدردتون میخورن:

قطعاً عجزه پرورند و آدمها در کنارشون فلج میشن

بسیار پر توان و قلدر در حوزه خودشون

یک مدیر عاطفی و پر توان و فوق العاده

مادرانی خستگی ناپذیر و تسلیم ناپذیر

ضد افسردگی

همیشه خیلی بیشتر از نیاز و مصرف غذا درست میکند و در پختن خورشتهای جا افتاده تخصص ویژه دارند و برای مهمانیها حتماً چند مدل غذای لذیذ و خوشمزه و خوش طعم و خوش عطری که همه شکموها عاشق اون هستند درست میکنند.

# افرودیت



آفرودیت :

ایزدبانوی عشق و زیبایی ، زن خلاق و عاشق ، شوق و هیجان ، کیمیاگر

افرودیت: ایزد بانوی کیمیاگری

• خدای عشق و زیبایی

• زن خلاق و عاشق بیشه

این افراد دارای شور زندگی هستند ، زنانی خلاق و عاشق ، عاشق رنگ ، زیبایی و ست بودن هستند .

به طور مداوم عاشق می شوند و به زندگی در مفهوم کلی آن عشق می ورزند .

به راحتی می توانند سایرین را به خود جذب کنند ، جذابیت در ذات آنهاست .

خلاقیت در وجود آنهاست .

لباس پوشیدن و آرایش کردنشان خاص خودشان است .

خانه شان پر رنگ و زیباست، پر از چیزهای حتی غیر مفید ، ولی خیلی قشنگ .

در مدرسه و دانشگاه بیشتر از آنکه جذب درس باشند ، عاشق فعالیت فوق برنامه مثل سرود ، نمایش و ... هستند.

شرّ و شیطان و شیرین و دوست داشتنی هستند .

افرادی که این کهن الگو در آنها حضور دارد شور و شوق زندگی در آنها موج میزند. این افراد را همیشه با شور و نشاط درونی و در تعامل با زندگی ببینید و حس میکنید و این افراد از ارتباط با انسانها لذت میبرند.

در مهمانی ها همیشه مرکز توجه و نُقل مجلس هستند و همواره خودشان و دیگران از همنشینی با یکدیگر لذت می برند. زنان آفرودیت معمولاً زنانی ساده رو ویا کم آرایش اما جذاب و دوست داشتنی هستند که این سادگی ذره ای از جذابیت آنها کم نمی کند و حتی در بعضی موارد انسانها شیفته ی همین سادگی در کنار جذابیت او می شوند.

این ایزد بانو حتی در کودکی هم ، دیگران را شیفته ی خود می کند و حتی مانند دختران وزنان بالغ جنس مخالف را جذب خود می کنند. در اسطوره شناسی هم ایزد بانو آفرودیت همچون یک زن بالغ به همراه جشن و سرور و پایکوبی آسمانی و زمینی متولد شد.

هرا کُش هستند

یعنی هرا در مجاورت با آفرودیت برای رابطه ی زناشویی خود احساس خطر شدید می کند، در حالی که آفرودیت ناخواسته این حس را به اطرافیان خود می دهد و این دیگران هستند که شیفته ی آفرودیت می شوند.

انرژی و مجموعه رفتارهای آفرودیت در سه حوزه سر، احساسات و غرایز، و درون و روح فعال میباشد و افعال این فرد در تعادل و هماهنگی با این سه حوزه انجام میشود. همین مسئله باعث میشود که افراد با صفات و رفتارهای متفاوت به سمت آفرودیت مجذوب و مرتبط شوند. (با این رویکرد، آفرودیت فردی جذاب ، بی



نقص و زیبا و خلاصه؛ آخر هر چیزی که فکرش را بکنید بنظر میاد و باعث تمایل افراد به رابطه با این فرد میشود.

با رویکردی دیگر آفرودیت حوزه مردانه و زنانه درون خود را با اراده و انتخاب خودش مثل وولوم تلویزیون، تنظیم می کند که باعث میشود با اطرافیان رابطه عمیق برقرار کند. این هم باعث جذابیت و به دل نشستن این فرد می شود. این همان خاصیت کیمیاگر آفرودیت است که او می تواند از بسیاری از مردان مرد تر و از بسیاری از زنان نیز زن تر بشود. برای مثال تا حدی که زنان و دختران نیز تمایل به رابطه عاطفی و ازدواج با زن آفرودیت پیدا میکنند.

ارکی تایپ آفرودیت ناظر بر لذت عشق و زیبایی، میل و تمنای جسمی و جنسی است. قلمرو عشق برای بسیاری از زنان نیروی کشش و جذبه دارد و قدرت در شخصیت زن بشمار می آید. آفرودیت میتواند مانند هرا و دیمیترا خیلی طلبکار و درخواست کننده باشد. آفرودیت زنان را ناگزیر به عملکرد خلاق و ایده خلاقیت میسازد و هم می تواند حس حسادت شدیدی را در آنها ایجاد کند.

## آفرودیت در عشق

هر زنی که به کسی عاشق میشود که او نیز عاشق اوست در آن لحظه آن زن، تشخص آرکی تایپ آفرودیت است. که از یک زن معمولی ناگهان تبدیل به یک خدایانوی عشق گشته است. آن زن در آن حالت، احساس زیبایی، جذابیت و دلربائی عاشقانه میکند و تبدیل به ارکی تایپ عاشق میشود.

وقتی که آرکی تایپ بخش اعظمی از شخصیت زن را اشغال میکند، تبدیل به زنی میشود که دائما عاشق است و عاشق پیشه و جاذبه جنسی فراوانی پیدا میکند. در ادیان پدر سالارانه یهودی- مسیحی و اسلامی، میل جنسی زن فروکاسته شد. در این فرهنگ ها زنی که دارای انرژی آفرودایتی باشد، روسپی و یا اغواگر قلمداد میشود و نظر تائید را جلب نمیکند. بنابراین وقتی که این آرکی تاپ خودش را عیان میکند برای زن دردسر ایجاد کرده و مسئله اخلاقی را به میان می کشد.

## در دام عشق

وقتی که افراد عاشق میشوند، هر یک دیگری را در نور طلایی (نور افروختی) می بیند که تنها زیبایی ها را نشان میدهد. فضا سحر انگیز میشود و یک حالت شوریدگی و شیدائی بر میخیزد. هر یک احساس زیبایی، منحصر به فرد بودن و احساس خداگونگی می کنند. زمینه انرژی کاملاً احساسی و الکتریسیته عشق به همه جا منتشر است و مغناطیس جاذبه همه جا در کار است. در این فضای طلایی که دور و بر عاشق و معشوق را احاطه میکند، همه حس ها تشدید شده و موسیقی دلنواز تر و رایجه ها دلپذیر تر به مشام میرسند. طعم غذا و احساس لمس کردن هم تجربه متفاوتی میشود و خلاصه آفرودیت همه حواس پنجگانه را به سر حد اعلاء تیز و قوی میکند.

اما وقتی کسی دچار عشق یک طرفه میشود، گوئی که توسط یک میل و تمنائی تسخیر شده که جز رنج و محنت چیزی برای او به ارمغان نمی آورد...

## دوران کودکی و نوجوانی آفرودیت

در کودکی، آفرودیت کوچک معصوم است و دلربائی های کودکانه دارد. این دلربائی ها میتواند با اقوام مرد بیشتر باشد. معمولاً کامنت هائی از این قبیل: "صبر کن بزرگ بشه بین چه دلبری بشه" در مورد او گفته میشود. او از اینکه مرکز توجه باشد لذت می برد و معمولاً در میهمانی ها مشغول رقص و دلربائی های کودکانه است. در حدود سن هشت و یا نه سالگی، آفرودیت جوان با عجله سعی دارد که خود را بالغ تر از آنچه که هست نشان بدهد. خیلی زود عاشق میشود و در مورد معلمین مرد، خوانندگان و هنرپیشگان رویابافی میکند. گاهی آفرودیت جوان با پسرهای فامیل و دور و بر شوخی و با حرکات دلبرانه نشان میدهد.

## والدین آفرودیت

برخی از والدین آفرودیت کوچک، او را همیشه نوازش و تشویق می کنند، لباس زیبا بر تن او می کنند، موهای او را آرایش می کنند و با روبانهای رنگی تزئین می کنند و یا در مسابقات زیبایی او را شرکت میدهند.

اما وقتی که او به سن بلوغ و فعالیت جنسی میرسد، ناگهان والدین رفتار متفاوتی نشان میدهند. و در این حالت است که الگوی مخرب بوجود می آید: پدر و مادری که او را به دلربائی تشویق کرده بودند، حالا او را برای همین کار تنبیه می کنند. این دو روئی و نفاق پدر مادر در پراکندن حالات جنسی کودک و همینطور معلم اخلاق او شدن بسیار مخرب است.

پدر ناگهان احساس دوری از دختر زیبا و جوان خود می کند و او را کمتر به خود می پذیرد و دختر هم از پدر فاصله می گیرد گوئی که هر دو خوف و وحشت زنای محارم در ناآگاهشان آنها را از هم دور میکند. مادر هم احساسات گوناگونی به آفرودیت جوان دارد. بعضی مادرها کنترل کننده تر میشوند و راجع به لباس، موسیقی و هر کار دیگر دخترشان سختگیری می کنند. معاشرت ها و رفت و آمدهای دخترشان را محدود میکنند و با دختر جوان مثل یک موجود تشنه شهوت که باید جلوی او را گرفت رفتار میکنند. بعضی مادران هم احساس رقابت و حسادت به دخترانشان پیدا میکنند و از زیبایی و جوانی دخترشان احساس تهدید شدگی میکنند. گاهی هم با دوستان پسر دخترشان به دلربائی می پردازند (بنظرم بیشتر مادران غربی مورد مثال است).

اما بهترین والدین برای آفرودیت جوان، آنانی هستند که از ابتدا با دخترشان مثل یک شیء زیبا رفتار نمی کنند و رفتارشان مثبت، یکنواخت و متعادل است و انرژی آفرودیت جوان را به هنر، خلاقیت و مهربانی با دیگران هدایت میکنند. این والدین ایده آل در دوران بلوغ برای دختر جوان راهنمای دلسوزی میشوند و محدودیت هائی که برای او قائل میشوند معقول و قابل اجرا است.

## دوران بلوغ زن آفرودیت ای

دوران بلوغ برای این دسته از دختران جوان، دوران بسیار خطرناکی است. تصویری که دختر جوان از خود و از چهره و وزن خود دارد و عدم اعتماد به نفس در این زمینه که میتواند منجر به مشکلات تغذیه و لاغری مفرط بشود. از سوئی دیگر خطرات حاملگی های ناخواسته و بیماری های مقاربتی بر اثر نادانی و پس زده شدن و تأیید نشدن از طرف دخترهای خوب از دیگر مشکلات آفرودیت جوان است. گاهی این سرخوردگی و فرو دادن انرژی آفرودیتی در حالت تفریط، تا جائی به پیش میرود که او این حس فرو خورده را به زیر آگاهی بفرستد و بعد این انرژی تبدیل به احساس اخلاقی افراطی و مذهبی شدید شده و به حالت "سایه"، بر روی دختران دیگر پراکنده بشود و او آنها را بشدت مورد قضاوت قرار بدهد و دیگران را برای کاری که خودش بشدت مایل است انجام بدهد سرزنش کند. اگر آفرودیت جوان، "هرا" هم در شخصیت اش باشد،

آنوقت ممکن است که ازدواج زود هنگامی داشته باشد و خیلی زود وارد زناشویی بشود. و اگر "آئنا" را در شخصیت خود داشته باشد میتواند یک ترکیبی از استراتژی و سکسوالیته داشته باشد که در این صورت او خودش را هم مواظب خواهد بود و حمایت خواهد کرد. یعنی هم حواس خود را جمع میکند و هم به جستجوی لذت است.

### شغل و کار در زندگی زن آفرودیت ای

آفرودیت از لحاظ احساسی خیلی اهل کار و محیط کار نیست. او دوست دارد در محیط کار، تنوع فراوانی داشته باشد و کار یکنواخت را دوست نخواهد داشت. معمولاً شغل زنهای آفرودیت، زیبایی و آرایش، دکوراتوری، موسیقی، هنر، نویسندگی، رقص و درام است و یا با مردم بودن و در "رابطه" بودن با دیگران مثل معلمی و تراپیست و یا ادیتوری. بنابراین او یا عاشق کارش است و یا از آن متنفر است و حد وسط هم ندارد! هیچ چیزی مثل تکرار و یکنواختی آفرودیت را از کار دلزده نمیکند. او ترجیح میدهد که حقوق کمتری بگیرد ولی کارش را بیشتر دوست داشته باشد.

### رابطه با مردان

زنان آفرودیتی بطرف مردانی که مطلقاً برای آنها مناسب نیستند کشیده میشوند. مگر آنکه یک خدا بانوی قوی دیگری در روان آنها حضور داشته باشد و گرنه انتخاب زن آفرودیتی، عیناً مثل انتخاب خود خدا بانو خواهد بود از میان مردان اهل صنعت و هنر، پیچیده، و احساسات بالا و پائین مثل هفاستیوس، و یا خدای جنگ آرس و یا مرد بسیار باهوش و گریز پائی مثل هرمس خواهد بود. این مردها یا مردهائی هستند که نمی خواهند قدرت خانه به دستشان باشد و سرشان به کار خودشان است و یا بسیار بازیگوش اند و اصلاً نمی خواهند تن به ازدواج بدهند. هفاستیوس درون گرا که خشم خود را فرو خورده و آن را تبدیل به کار خلاق نموده، میتواند در قالب مردی که رابطه اش با خانواده خودش خیلی خوب نیست (درست مثل خود هفاستیوس که مادرش او را از خود رانده)، و در نتیجه با زنان حالت عشق و تنفر همیشگی دارد، بسوی آفرودیت جذب شود و آفرودیت هم میتواند جذب هنرهای او بشود و از اینکه او خیلی حس کنترل و مالکیت ندارد و خیلی به پرو پای او نمی پیچید و آزادش میگذارد، مطلوب بنظر بیاید. مرد دیگری که ممکن است برای آفرودیت جذاب بنظر بیاید، مرد ارس ای است. زن آفرودیتی با این مرد ممکن است یک رابطه چالش آمیز و شورمندانه توأم با قهر و آشتی فراوان و بطور کلی روابط آتشین داشته باشد که البته اینگونه روابط زیاد هم طول نخواهد کشید مگر آنکه مرد ارس ای بتواند انگیزه ها و عصبانیت های آنی خودش را کنترل کند و زن آفرودیتی هم "هرا" را در خود داشته باشد.

مرد دیگری که میتواند برای آفرودیت جذاب باشد، مرد هرمس ای است. مردی کودک صفت ( جوان ابدی)، اهل حرف و بحث، جالب و خوش مشرب و با هوش. این مرد با بازی کردن با آفرودیت و "شاید" گفتن ها و پس زدن و پیش کشیدن هایش، او را دائما به خود مشغول نگاه میدارد. چنین رابطه ای ممکن است تعهد و الزام ای نداشته باشد و یک رابطه آزاد باشد مگر آنکه باز آفرودیت "هرا" را در کنار خود داشته باشد و یا مرد هرمس ای یک بازرگان و یا یک مربی باشد و مردی باشد بالغ، یعنی آن جوان ابدی نباشد.

## ازدواج

زن آفرودیتی اگر "هرا" را در کنار خود داشته باشد ازدواج موفق خواهد داشت زیرا هم تعهد و هم جذابیت جنسی در این ازدواج قوی است. در غیر اینصورت ماندن در یک ازدواج برای زن آفرودیتی معمولا آسان نیست و طلاق ها و ازدواج های چندین باره احتمال اش بسیار زیاد است. الیزابت تیلور یک نمونه از چنین زنی است

## زن آفرودیتی در ارتباط با سایر زنان

زنهای آفرودیتی برای زنهای دیگر قابل اعتماد نیستند، بخصوص زنهای "هرا" مانند. از قضا زن آفرودیتی هر چه کمتر متوجه تاثیرش بر روی مردان است، آشوب برانگیز تر است. مثلا ممکن است زن آفرودیتی به یک میهمانی برود و با مردی به بحث و گفتگوی گرمی پردازد. این حرکت باعث حسادت و احساس ترس و احساس بسیار نامطلوبی بر روی زنان دیگر حاضر در میهمانی خواهد گذاشت. زن آفرودیتی حتی اگر خودش متوجه نباشد با درگیر شدن گفتگو با هر مردی یک نور طلائی به دور خود و آن مرد افکنده است و حاضران در آن مجلس کاملا متوجه شده و برانگیخته میشوند.

زن آفرودیتی با این حال دوستان فراوانی دارد ( که معمولا "هرا" ها در میان آنها نیستند) که کم و بیش یا مانند خودش هستند و یا مثل ندیمه برای او خدمت میکنند و از اینکه دوست او هستند و به ماجراهای او گوش میدهند لذت می برند. البته دوستی های زنان آفرودیتی تا وقتی که تهدیدی برای این دوستان نباشد باقی می ماند.

## فرزندان

زنان آفرودیتی بچه ها را دوست دارند و بچه ها هم آنها را دوست دارند. بچه ها بدون قضاوت با او برخورد میکنند و جذابیت او را می ستایند. زن آفرودیتی قابلیت های بچه ها را بیرون میکشد و آنها را تشویق میکند و بچه ها در کنار او احساس خلاقیت، سرزندگی و با استعدادی میکنند. زن آفرودیتی بچه ها را هم افسون

میکنند و به خودش جلب میکنند. او به فرزندان خودش، آزادی و استقلال میدهد بشرطیکه کمی "دیمتر" هم در او باشد.

اما اگر دیمتر در او نباشد میتواند بچه هایش که مانند خودش زیبا و با شکوه اند را حبس کند و مانع شکوفائی شان بشود (حسادت) و ضمناً نیاز بچه ها به امنیت و تداوم را بر آورده نکند و در رفتارش بی ثباتی کند که برای فرزندان او عواقب خوبی نخواهد داشت. این بچه ها گاهی از مادرشان توجه زیادی به رسم خوش باشی مادرشان در لحظه می گیرند و بعد ناگهان برای مدتی رها میشوند. یکی از بیماران که مادر آفرودیتی داشت تعریف میکرد که مادرش او را در خانه با یک مستخدم برای مدتهای طولانی تنها میگذاشت. آن بیمار تعریف میکرد که بازگشت مادر به خانه خیلی با مراسم بود. مادر پرواز کنان به داخل خانه وارد میشد و دستهایش را بسوی من باز میکرد گوئی که مهمترین آدم دنیا دارد این تشریفات را انجام میدهد. مادر که به خانه وارد میشد گوئی آفتاب هم در خانه می درخشید! گوئی که یک خدایانو وارد خانه شده است. با آنکه این بیمار از مادرش رنجیده و خشمگین بود وقتی چشمش به مادر می افتاد جاذبه حضوری مادر، همه چیز را از یاد او می برد. این بیمار با احساس ناتوانی و ناقابل رشد کرده و احساس پوچی میکرد در حالیکه قابلیت های بسیاری را در خود داشت.

وقتی که یک مادر آفرودیتی توجه دائم و شدید خود را بر روی پسرش دارد، این در رابطه آن پسر با همسر آینده اش بسیار تاثیر گذار خواهد بود و همینطور در حرمت نفس آن پسر که ممکن است به افسردگی بیانجامد، بسیار موثر خواهد بود. زن آفرودیتی میتواند پسرش را در چنگ خود نگاه دارد ولی خودش توجه اش به جایی دیگر معطوف باشد و فرزند پسر در حالتی خیلی ناتوان، شرمنده و تهی از خود نگاه دارد و مثل این میشود که این پسر دائماً در حال باز پس گرفتن مادر از رقیب است. در سنین بالا آنوقت این مرد است که میخواهد به مادرش مسلط بشود. بر اساس این تجربیات دوران کودکی، مرد ممکن است بطور کلی اعتمادش نسبت به همه زنان از دست برود و گمان کند که همه زنان مانند مادر خود هستند.

## آفرودیت در میان سالی

مسئله کتمان ناپذیر سن و گذاشتن رو به پیری، برای آفرودیت ای که مهمترین چیز در شخصیت او زیبایی اش بوده است بسیار دردناک است. وقتی که او متوجه میشود که زیبایی اش رو به افول گذاشته، دیگر آن توجه عمیقی که به دیگران میکرد بطوریکه در دیگری حل میشد را تغییر میدهد. زن آفرودیتی نمیداند که زیبایی جسمانی او در مقابل جاذبه روحی او آنقدرها هم مهم نیست و این خاصیت مغناطیسی بیشتر در کاراکتر او بوده تا در زیبایی جسمی او. در ارتباط با مردان کماکان او جذاب است و ممکن است بنظر بیاید که از مردان دلبری میکند و شوخی و دعوت میکند ولی وقتی پیشنهادی را رد کند، مردان نسبت به او خشمگین و سرخورده شده، خشم خود را به او نشان بدهند. او نیز متقابلاً از اینکه چنین رفتاری با او میشود

خشمگین میشود و نمیداند که چه اتفاقی افتاده که با او اینطور رفتار میشود. بعد ها زنان آفرودیتی یاد میگیرند که این الگوی رفتاری را باید عوض کنند و همیشه خود را غیر قابل دسترس و درگیر رابطه با شخصی نشان بدهند تا سوء تفاهم دیگری پیش نیاید.

ولی برای زنان آفرودیتی که هنر و حرفه ای دارند ، میانسالی آنقدر هم مسئله بر انگیز نیست. معمولا این گونه زنها خودشان را در کار و فعالیت غرق میکنند و به توسعه فن و هنر های دیگر می پردازند .

## زن آفرودیتی در پیری

بعضی از زنان آفرودیتی گنجایش دیدن زیبایی در درون چیز ها را دارند و همیشه کمی با چیزی که به آن چشم دارند عشق می ورزند. این گونه زنان با جذابیت و وقار پیر میشوند و توجه شان در سنین پیری کاملا به سوی خلاقیت و کارهایی است که در اجتماع انجام میدهند . همیشه زنده دل اند و دیگران را به خوشی دعوت میکنند .

آفرودیتی که در جامعه ای زندگی کند که سکس‌آلیته برای زنان ارزش اخلاقی ندارد ، ممکن است توجه اش را به مردان بکلی از دست بدهد و نسبت به اینکه احساس شوق در خودش دارد احساس بدی به خودش داشته باشد و احساس گناه کند. در اینجاست که او با بخش عظیمی از واقعیت زنانگی خودش قطع رابطه میکند و سرزندگی و شوق به زندگی را از دست میدهد .

## آفرودیت در لحظه های زندگی

زنان آفرودیتی در لحظه زندگی میکنند و زندگی را همانطور که هست در می یابند و از آن لذت می برند. در یک لحظه ممکن است کارهایی انجام بدهند که به پی آمد آن اصلا فکر نکنند . مثلا یک چیز گرانبها بخرند در حالیکه نتوانند تقبل کنند و یا برنامه هائی در زندگی پیاده کنند که پرداخت های سنگینی داشته باشد. ذهنیت زن آفرودیتی به هیچ وجه عاقبت بین و آینده نگر نیست و ممکن است بخاطر دنبال دل رفتن و خوشباشی بعدها با مشکلات شدید مالی روبرو بشود .

## زخمی های عشق

زن آفرودیتی مردان بسیاری را به اصطلاح "زخمی عشق" میکند. از آنجائیکه خودش به سادگی عاشق میشود و هر بار هم مطمئن است که این بار مرد ایده آل اش را پیدا کرده ولی بعد فکرش عوض میشود و از آن عشق فارغ میشود. در نتیجه ممکن است زنهای آفرودیتی تعداد بسیار زیادی ماجراهای عشقی را پشت سر گذاشته باشند. تراژدی دیگری که برای زن آفرودیتی ممکن است رخ بدهد این است که از آغاز مصرا نه عاشق فردی میشود که بهیچ وجه قابل دسترس نیست و آینده ای با او نخواهد داشت و ارتباط فقط برای مدتی کوتاه است که در این صورت این اوست که زخمی میشود و وارد یک رابطه مخرب شده است. آزاد کردن زن آفرودیتی از الگوی رابطه های تکراری ویرانگرش کار آسانی نیست. بهترین روش درمانگری این است که او به این الگوهای رفتارهای غریزی خودش و به خدایانو واقف شود و بداند که چه انگیزه هائی در او مشغول به کارند. ضمنا روی آوردن به حرفه و کار و مشغول شدن به یک هنر و تخصص میتواند توجه او را تا حدی از آن الگوی ویرانگر معطوف به کارهای سازنده کند که در اینصورت "آنا" و "آرتیموس" در او بیدار میشوند و به یاری اش می شتابند. اگر "هستی" در او بیدار شود او ممکن است از وسوسه های جهان بیرون چشم ببوشد و نگاهش به درون خود باشد و جذابیت روحی خود را به شکل تجربه های معنوی آشکار کند.

## چند نکته کلیدی به زبان ساده درباره آفرودیتها:

دارا بودن شور زندگی - همیشه با هیجان در جریان زندگی - عاشق زندگی با همه چیزاش - دغدغه رشد دارد - انتخابگر تجربیات زندگی - روح بخشی به همه ابعاد زندگی و تجربیات - خوش سفر - خوش مزه - شیرین - خلاق و عاشق و متنوع - دوست داشتنی - دلبر - با خودش همانطوری که هست کامل است - جذاب - همه چیز تمام - شغف - ارتباط گرا - زودجوش و خون گرم و زنده به معنای حقیقی کلمه - در لحظه - فی البداهگی در تمامی شئون زندگی - هرا نابود کن - خاص - تقلید نمی کنه و همه چیزش خاص خودشه - طبیعت دوست - رنگین - اغواگر - ارزش به خود - با بدن خودش همونجوری که هست کامله - با ذوق و هیجان بخش - آدم ها براش زود تمام میشوند (اگر که متحول نشن و نوبه نو نشن و ثابت بمونن و ساکن باشن) - مدیر رابطه موازی و سایر روابط - رقصنده - از همه چیز زندگی لذت می بره - شر و شیطون - با انرژی زیاد - سر حال - نقل مجلس - مرکز توجه - خوش اندام - با خودش شادی می آورد - با خودش جادو داره - ستاره درخشان - به هیچ چیز گیر نمیکند - قرمز و نارنجی - گل رز قرمز - طلای هر چیزی را دیدن و کشف کردن - مصداق عینی از دل برود ، هر آنچه از دیده برفت - برقرار کننده رابطه جنسی انتخابگرانه - هارمونی - هماهنگ - خالق مد - فقط مدل خودش لباس میپوشه و نه



شبيه هيچ كس يا بر طبق مد خاص - پيشرو - جيگر - بالغ - خاص - حال خوب هميشگي - دوستدار هنر و بعضاً اگر كه بخواهد و انتخابش باشد هنرمند - زيبا - خوش ذات منحصر به فرد و شبيه به هيچ كس - وقتي هست ، هست ، و وقتي نيست ، نيست و همه دنبالش هستند - آرس را تبديل به هفايستوس مي كند - در كنارش سايرين بي ارزشي ميگيرند - غذاي من در آوردي خوشمزه في البداهه بوسيله امكانات موجود - انرژي تمام نشدني - شكلا تي كه هيچ وقت دل رو نمي زنه .

### اگر آفرودیت هستی

- ۱- به "تک مرد" زندگی ات گاهی وابسته شو
- ۲- به یکی از زمینه های مورد علاقه ات بیشتر بها داده ، رشدش بده.
- ۳- اصولا مردها "اسباب بازی" و "یک بار مصرف" نیستند. دائم عوضشان نکن.

مقاله خدایانوی درون هر زن - اثر جین شینودا بولن - بخش آفرودیت که به فارسی ترجمه نشده است ( ترجمه : نسرين بيرق دار)

در اسطوره یونانی ، آفرودیت (خدایانوی کیمیاگر) حضور بی نظیری دارد که باعث می شود میرنده ها (انسانها) و خدایان ( به استثنای سه خدا بانوی باکره) عاشق او بشوند و زندگی نو و تازه ای بیابند. او میتواند یک مجسمه را تبدیل به زنی جاندار کند در حالیکه آتنا میتواند انسانهای جاندار را تبدیل به مجسمه کند. آفرودیت الهام بخش شعر و سخنان شور آمیز است و نماد نیروی عشق و خاصیت تبدیل بخشی آن است .

با آنکه آفرودیت از جهاتی ویژگی مشترکی با خدایانهای باکره ( آتنا و آرتیموس و هستیا) و خدایانهای آسیب پذیر ( دیمتر و هرا و پرسه فونه) دارد ، ولی به هیچیک از آن گروه تعلق ندارد. او بعنوان ایزد بانویی که بیشترین تمایلات شهوانی را دارا است بی شک ، ایزدبانوی باکره نمی تواند باشد- هر چند او نیز مثل آرتیمس ، آتنا و هستیا هر کاری که مورد پسند خودش است انجام میدهد. و همینطور ایزد بانوی آسیب پذیر نیز نیست- با آنکه او نیز مثل هرا ، دیمتر و پرسه فونه با خدایان مردان سر و کار دارد و فرزندان هم دارد .

اما آفرودیت هیچگاه قربانی و مظلوم واقع نگشت و هیچگاه رنج و مرارت نکشید. در روابط اش با دیگری ، احساس میل و تمنا همیشه دوطرفه بوده و او هرگز قربانی هوس های دیگری نشده است. او تجربه های احساسی با دیگران را بیشتر از تجربه های مستقل و تنها( که تنها خدایان باکره را بر می انگیزاند) ، و یا تجربه های متصل شدن و باقی ماندن در یک رابطه ( خدا بانو های آسیب پذیر) ارزش می نهد .

پس بعنوان یک خدایانوی کیمیاگری ( خاصیت استحاله بخشی)، آفرودیت شباهت هایش با خدایانهای دو دسته دیگر آشکار است اما او بطور ذاتی ، متفاوت با هر دو گروه خدایانها است. یعنی درست است که برای آفرودیت رابطه مهم است اما نه به معنای رابطه توام با تعهد طولانی مدت ( مثل خدایانهای آسیب پذیر) . آفرودیت بدنبال ایجاد رابطه است تا انرژی جدیدی به زندگی بیابد. این آرکی تایپ، ظهور اش یا از طریق روابط جنسی است و یا خلاقیت وسیله بیان حضور او می گردد. آنچه که آفرودیت بدنبال اش است با خدایان باکره متفاوت است اما او نیز مانند خدایانهای باکره ، تمرکز اش در این است که چه چیزی برای خود او معنا دار است . و وقتی تمرکز میکند دیگران نمی توانند حواس او را از هدفی که دارد پرت کنند. آفرودیت به آنچه ارزش می نهد منحصر برای شوق شخصی است و جهت موفقیت ، دست آورد اجتماعی و یا شهرت نیست. از قضا آفرودیت در این مورد بطور متناقضی (پارادوکسی) به هستیای درون گرا شبیه است که در صورت ظاهر هیچ شباهتی به آفرودیت ندارد. ( هیچکدام به دنبال شهرت و موفقیت اجتماعی نیستند .

هر کس و هر چیز که آفرودیت به آن نظر کند و دلش بخواهد در مقابل زیبایی او مقاومت اش را از دست بدهد. و یک جذب مغناطیسی دو طرفه صورت می گیرد و در آن شرایط هر دو طرف یکدیگر را بطور مساوی طلب می کنند و هر دو یک شوق قدرتمندی برای به سوی هم رفتن، و با یکدیگر در آمیختن و یکدیگر را "دیدن" و "شناختن" پیدا میکنند. در عین حال که این رانش می تواند فقط شوق جنسی باشد، اما انگیزه اصلی آن مثل یک انگیزه روحی و یا معنوی، عمیق تر از آن می باشد. برای آفرودیت، رابطه جنسی مثل رابطه زبانی و یا میل به کمال با پیوستن به دیگری، به منظور یک جور ارتباط و یا اتحاد است. پس آنچه آفرودیت تولید میکند میل به شناخته شدن و شناختن دیگری است. اگر این میل به روابط جسمی بیانجامد، باروری و زندگی تازه ای در پی خواهد داشت. اگر این اتحاد در ذهن، دل و یا روح، صورت بگیرد، آنوقت رشد روحی، احساسی و معنوی را باعث خواهد گشت.

هنگامی که آفرودیت در یک رابطه متقابل، تاثیر بخش می شود، تاثیرش منحصر به رابطه رمانتیک و یا جنسی نیست بلکه رابطه افلاطونی، رابطه عمیق روحی، دوستی های عمیق و پیوند ها و شفقت و فهم دیگری هم از دیگر تاثیرات آفرودیت در روابط انسانی است. هر گاه رشد صورت می گیرد یک جرقه از خلاقیت هم درخشیده میشود - مثلا در معلمی، راهنمایی، مشاوره، ادیت کردن نوشتار دیگری و روانکاو - آفرودیت در کار است. زیرا اینگونه کارها به تنهایی نیست و دو سوپه است و باید هر دو نفر را مشغول بدارد.

#### کیفیت آگاهی، هشیاری - The quality of awareness

اگر ایزد بانوان باکره آگاهی تمرکز یافته ای دارند و آرکی تایپ هائی هستند که زنان را قادر به تمرکز درباره آن چیزی که برایشان مهم است می کنند و اگر خدایانوی های آسیب پذیر و اثر پذیر هم تمرکزشان پخش و توزیع است، آگاهی آفرودیتی هم متمرکز است و هم پخش شده و در همه کارها، هر دو این تمرکزها را بکار می گیرد.

آگاهی آفرودیتی هم متمرکز با شدت است و پخش شونده و بسیط. البته این آگاهی بیشتر منفعل، اثر پذیر و متوجه اطراف است تا متمرکز. این آگاهی نه فقط مانند یک لامپ اتاق که همه چیز را در حوزه روشنائی خودش نورانی کند و نور گرم و ملایم پخش شده ای داشته باشد و نه فقط مانند یک چراغ قوه و یا اشعه لیزر، متمرکز بر یک جا می تابد. بلکه مثل چراغهای تئاتر که هم صحنه را روشن میکند، هم به درامای نمایش می افزاید و هم میتواند یک قسمت خاصی را روشنتر نشان بدهد و نورهای صحنه میتوانند بر احساسات و واکنش تماشاچی هم اثر بگذارند.

چیزی که در زیر نور پروژکتور تناثر توجه ما را جلب میکند این است که آنچه که ما بعنوان تماشاگر می بینیم هم آسوده نشستن روی صندلی و هم تمرکز است. در زیر نور آگاهی آفرودایت هم هر چه را بینیم برایمان جالب است از چهره و رفتار یک فرد گرفته یا ایده و طبیعت این عالم و یا شفافیت و فرم یک کاسه چینی. هر کس که عاشق یک فرد و یا یک مکان و یا یک ایده و یا یک شیء بشود در واقع آگاهی آفرودایتی را بخود خوانده است .

آگاهی آفرودیتی در همه کارهای خلاق او حضور دارد حتی کارهایی که در انزوا و تنهایی صورت می گیرد. در این حالت دیالوگ میان عاشق و معشوق ، دیالوگ میان فرد و کاری است که مشغول خلق آن است تا چیزی تازه از آن بوجود بیاید. در هر نوع ارتباط که خلاقیت در آن باشد انرژی آفرودیتی در آن یافت میشود. مثلا گفتگو میان دونفر میتواند خیلی ملال انگیز و بی معنی باشد و یا میتواند یک گفتگوی خلاق و مشغول کننده باشد که آگاهی آفرودیتی در آن را میتوان دید. هر کجا آگاهی آفرودیتی باشد ، انرژی آن مکان هم عوض میشود. احساسات و افکار و روابط حال و شکل دیگری پیدا میکند و احساس خرسندی و سرزندگی تولید میشود .

# هرا



هرا :

ایزدبانوی همسر ، زناشویی ، زن زندگی ، پایدار و ماندگار در زندگی مشترک

## ویژگی های اخلاقی

افرادی که این کهن الگو در آنها حضور داشته و فعال میباشند، تمایل زیادی به ازدواج و همسررداری و زندگی مشترک دارند به طوری که همه هدف زندگیشان و تعالی خودشان را در کامل شدن به واسطه ازدواج می دانند. وفاداری، سیاستمداری، ماندگاری و همینطور حسادت از صفات اصلی این تیپ شخصیتی می باشد. از نظر آنها، پارتنرشان، بهترین، زیباترین و کامل ترین و مناسبترین فرد روی زمین است و به حرف هیچ کس در مورد او گوش نمی دهند. در برابر تحریک حسادت، بسیار شدید واکنش نشان می دهند. می خواهند که از همه مسائل و کارهای همسرشان مطلع باشند. اگر همسرشان به جنس مخالف توجه کند، سریع رقیب را از میدان به در می کنند. همیشه حفظ ظاهر می کنند که رابطه من و همسرم بسیار خوب است. اولین شغل خودشان را همسررداری می دانند.

## در کودکی

از همان سنین کودکی به دنبال مرد مناسبی برای ازدواج هستند و همیشه طوری با مردهای دور و بر خودشان رفتار می کنند که گویی در مراسم خواستگاری آن مرد از خودشان هستند. این احساس را به همه اطرافیان مرد خود که آنها را مورد مناسبی برای ازدواج بداند، دارد و بدون در نظر گرفتن سن سال خودشان و یا آن آقا از ایشان دلبری می کنند و در جهت جلب توجه او رفتار می کنند، بعنوان مثال در سن ۷ سالگی، هنگام دیدن مردی ۴۰ ساله طوری رفتار می کنند که گویی آن آقا به خواستگاری اش اومده و همه سعی اش را در جلب توجه او می نماید.

## دوران تحصیلی

در سن بلوغ از داشتن دوست دختر و یا پسر خوشحال می شوند و آن را به همه نشان می دهند و همه فکرشان پیش دوست صمیمیشان است و دوست دارند فقط در مورد او صحبت کنند.

## رابطه زنان هرا تایپ با مردان و زنان

از آنجایی که برایشان ارتباط با جنس مخالف بسیار مهم است، از هر گونه ارتباطی با مردان استقبال می کنند و همیشه در جهت جلب توجه آنان رفتار می کنند. فقط تا وقتی با زنان ارتباط دارند که مورد مناسبی برای ازدواج پیدا کنند، در واقع از ارتباطات دوستانشان با مردان برای پیدا کردن مرد مناسب استفاده می کنند و بعد از آن ارتباطشان را با آنها قطع می کنند چون دوستانشان (بخصوص مجردها) را تهدیدی برای رابطه شان می دانند.

## ازدواج در زنان هرا تایپ

این افراد دوست دارند که هر چه زودتر ازدواج کرده و تشکیل زندگی مشترک بدهند و همه تمایلات و رفتارهایشان جهت رضایت و خشنودی همسرشان باشد. برای مثال این زنان با استفاده از تدبیر زنانه، سیاست و خشم های خاص خودشان، زنان دیگر را از همسر خود دور کرده و زندگی و رابطه دونفره خودشان و همسرشان را همواره حفظ میکنند.

بسیار با سلیقه و کدبانو و خانه دار هستند و در تمامی مواردی که مربوط به خانه و توجه کردن به همسر است سنگ تمام میگذارند و به راستی که در این موارد بسیار ایده آل هستند، از شربت و آبمیوه طبیعی و چای و میوه پوست کنده برای همسرش گرفته تا ماساژ و انجام دادن کارهای همسرش! در واقع حاضرند برای شوهرشان هر کاری انجام بدهند و همه نیازهای او را برآورده کنند که شوهرشان در هیچ زمینه ای دلیلی برای ارتباط برقرار کردن با بقیه و بخصوص با خانمها نداشته باشد.

#### رابطه با فرزند

فرزند را فقط و فقط به خاطر همسرشان می خواهند و در واقع فرزند را زنجیری بر پای شوهرشان می دانند و به منظور تحکیم روابط با همسرشان بچه دار می شوند و گرنه خود بچه برایشان ارزش چندانی ندارد و به آن اهمیت چندانی نمی دهند.

#### در کار

حضورشان در محیط کار فقط برای پیدا کردن پارتنر و جلب توجه مردان است و اگر مرد دلخواهشان را پیدا کند، اصراری برای سر کار کردن ندارند. اغلب حتی بر روی رئیسشان نیز حساس هستند و روابط ایشان با دیگران را زیر نظر دارند و کنترل می کنند.

#### ویژگی های کلی

برخی از نمادها و نشانه های هرا تاج ، طاووس ، حلقه ازدواج نگین دار ، کفش پاشنه بلند ، لباسهای فاخر ماکسی و ابروهای مدل هشتی میباشد .

این افراد عاشق شوهر کردن و خرید جهیزیه و تمام مسائل مربوط به آن هستند . بسیار شیک و خوش پوش هستند، همیشه خودشان را همچون ملکه ای می دانند که با بقیه تعامل می کنند، اداها، حالتها، و تمامی رفتارهای یک ملکه در آنها دیده می شود!

بسیار انحصارطلبند یعنی شوهرشان را فقط برای خودشان می خواهند و حاضر نیستند تحت هیچ شرایطی شوهرشان را آزاد بگذارند که با هر کسی دوست دارد معاشرت کند و یا اینکه هر جایی که دوست دارند بروند! این افراد وقتی وارد رابطه با کسی می شوند از آنجایی که دوست دارند فقط و فقط با شوهرشان باشند و هیچ کس دیگری هم برایشان مهم نیست، از شوهرشان هم توقع دارند که فقط و فقط با ایشان بوده و اگر شوهرش اهل معاشرت با دوستانش باشد و روابط اجتماعی متعددی داشته باشد، بدون اینکه خودش متوجه باشد بعد از یه مدتی می بیند که رفت و آمدهایش با دوستانش به صفر رسیده!

البته شایان ذکر است که الزاما با دعوا و کتک کاری این کار را نمی کند ( بلکه با یک سیاستی رفتار می کند که اگر تمام عمر هم بگردید پیدایش نمی کنید) یعنی یک کاری می کند که یک دفعه بعد از چند سال سرتان را برمی گردانید و می بینید مدتهاست که از دوستانتان بی خبرید!

مطلب بالا تا ۱۰۰% در مورد دوستهای مجرد همسرشان صادق است، و در مورد متاهل ها هم فقط خدا می داند!

اگر خدای نکرده شوهرشان بخواد به شخصی غیر از آنها توجه کند بسیار آشوب می شوند و عکس العمل نشان میدهند و حتی حاضر نیستند که ببینند یا بشنوند همسرشون به زن دیگری نگاه کرده و یا باز هم خدای نکرده تعریف یا تمجیدی کند. (قطعا در چنین وقتی خون نفر سوم را حلال می دانند!) پس اگر همچنین پارتنر و یا همسری دارید اصلا و تحت هیچ شرایطی از زن دیگری تعریف نکنید و حسادتش را تحریک نکنید چون عواقب وحشتناکی دارد! بسیار نکته بین، نکته سنج و دقیق هستند و همه جا چشم دارند و از همه چیز خبر دارند، شوهران این خانم ها باید حواسشان را حسابی جمع کنند چون او تمام حرفهای آنها را با ساعت و دقیقه و ثانیه در ذهن خود ذخیره می کند و اگر ذره ای مغایرت در حرفهایشان باشد، حتما متوجه می شود و تا وقتی نفهمد در آن پنج دقیقه ای که شوهرش در صحبتهایش سوتی داده، کجا بوده و کجا کن ماجرا نیست!

پس آقایانی که همسرانی با تایپ غالب هرا دارند ، دقت کنند هنگام صحبت کردن حواسشان به حرفهایشان و زمان انجام کارهایی که انجام داده اند ، باشد!

برای هراها وجه اجتماعی بسیار برایشان مهم است و همیشه حواسش هست که وجه اجتماعی خودش و همسرش را حفظ کند! بخاطر همین هم خودش و هم همسرش همیشه ظاهر آراسته باشند و همه چیز بی نقص باشد و از نظر دیگران خوشبخت ترین زوج دنیا به نظر بیایند، بخاطر همین هم حتی اگر قبل از یک مهمانی با شوهرش دعوی مفصلی کرده باشد وقتی وارد مهمانی می شود، دستش را دور دست شوهرش میندازد و با یک لبخند (انگار که نه انگار اتفاقی افتاده) وارد مهمانی میشود و در مهمانی مثل همیشه به شوهرش توجه می کند!

هرا : الهه ی زناشویی

موفقیت در زندگی را ، موفقیت در ازدواج می بیند .

دوستی های هرا :

- دوستی هایی برای هرا ارزش دارند که خطری برای ازدواجش نباشد .
- بعد از ازدواج دوست های مجرد خودش را دور می ریزد.
- تنهاست .

ازدواج هرا :

- هرا هم همسری خواستنی است و هم تحقیر می شود .
- هرای درون یک زن او را به زناشویی می کشاند .
- مردانی موفق را انتخاب می کند که نیاز به تیمار او دارند.
- او مردی را که توقع دارد ، می بیند ؛ نه واقعیت را .
- در برابر بی توجهی مرد ، دو کار می کند : سلیطه گری یا انزوا
- ترجیح می دهد ، جشن عروسی مفصلی داشته باشد.
- زن هرابی با وجود زجری که شاید بکشد ، مایل به جدایی نیست .



### فرزندان هرا :

- در درجه ی دوم اهمیت قرار دارند .
- هرا زمانی به فرزندان خود می رسد که خیالش از شوهرش راحت باشد .
- در برابر فرزندان از شوهر دفاع می کند.

### ضعف هرا :

- به شدت به بی توجهی حساس می شود.
  - زن هرابی وجودش و ارزشش را با همسر خود تعریف می کند .
  - انحصارطلبی افراطی دارد.
  - با بی توجهی مرد دچار سرخوردگی شدید می شود.
  - حسود است .
  - زن هرابی می تواند بی رحم باشد و فرزند خود را مورد بی توجهی قرار دهد .
- با تقویت هرا در یک زن است که او از روابط گذرا و زنگ تفریحی دست می کشد و به توانایی متعهد بودن بها می دهد.

### کمک به هرا :

- به خود بگویید از همین الان مسئولیت زندگی ام را خودم به عهده می گیرم.
- خانه ی خود را برای خود تزئین کنید .
- ارتباط های خود را زیاد کنید .
- سعی کنید به انسان ها فارغ از روابط زناشویی ، ارزش بدهید.

در اسطوره شناسی هرا هفتمین همسر رسمی زنوس است و جالب اینکه زنوس بعد از ازدواج با هرا دیگر ازدواج رسمی نکرد و هرا ملکه زنوس میباشد. حتماً زنان هرا تایپ را دیده اید که در رابطه خود و همسرشان نوعی ارتباط پادشاه و ملکه ایجاد میکنند .

### شاید در کودکی هرا بوده اید :

دخترانی که در بازی بچگانه ، پسر همسایه را مثلاً صبحانه میدهند و بعد بهش میگویند برو سر کار ( به جای خاله بازی و عروسک شیر دادن) در نوجوانی معمولاً در دبیرستان رابطه برقرار میکنند و اتفاقاً از روابط گذرای آن دوران دچار ضربه شدید عاطفی میشوند. وارد دانشگاه که میشوند ناخودآگاه در سال یک و دو دنبال ارتباطی جدی میگردند و اگر ازدواج نکنند از ۲۱-۲۲ سالگی ترس ترشیده شدن و پیر دختری دارند.

## ازدواج برای این زن امری مقدس است

زنانی که الگویی را در روحشان غالب است، بدون شوهر یا مردی که مال آنها باشد، احساس نقص دارند و زمانی که مرد زندگی‌شان را داشته باشند، شاد و شکوفا هستند. در روابط عاطفی‌شان، زنی وفادار و همسری تمام عیار را در میابد. هیچ مردی جرات نزدیک شدن به هرایی شوهر دار را ندارد. این زن با ازدواج است که احساس محترم بودن میکند. بسیار دوست دارد که بیشتر خانم فلانی به او بگویند تا نام خودش. ازدواج برای چنین زنی بیشتر حالتی روحانی و مقدس پیدا میکند مثل یک مراسم روحانی، مثل عبادت. این زن پس از ازدواج اکثر کارهایش را کنار میگذارد و فقط به شوهرداری میپردازد. زن هرایی هرگز از درد فوت شوهرش التیام نمی‌یابد.

## روابط کوتاه و گذری / روابط طولانی

اگر زنی ویژگی‌ها را نداشته باشد، توانایی برقراری روابط طولانی را ندارد و از یک ارتباط به یک ارتباط در حال نوسان است (مرد هم همینطور) زنی که هر آنقدر تنها زندگی کردن برایش دلچسب تر است و معمولاً از بی توجهی یا شیطننت زیرآبی شوهرش، زیاد اذیت نمیشود. اما زن هرایی به شدت نسبت به شوهرش حساس است و اتفاقاً بیش از اینکه از شوهرش به خاطر بی وفایی و خیانت دلخور شود از زنان هرزه ای خشمگین میشود که قصد فریفتن شوهرش را دارند. این زن حتماً آبروی زنان متجاوز را خواهد برد و به شوهرش خیلی خرده خواهد گرفت!

## شوهر مرکز زندگی زن هرایی است

به قول معروف، گل ته دیگ، مال آقای خونه است بعد بچه‌ها و سایرین، هر مردی با داشتن این زن احساس محوری دارد و به ویژه مردان ایرانی در به در دنبال چنین زنی میگردند اما قصه فقط همین روی سکه نیست. هرایی در اثر اشتباه مرد یا کم توجهی مرد به شدت تحقیر میشود (بیشتر از بقیه زن‌ها) و تبدیل به زنی سلیطه و بسیار تلخ میشود؛ هرچند تلخی را کمتر به شوهرش نشان میدهد اما واقعا قابل تحمل نخواهد بود. با اینکه زن هرایی بعضاً مورد تحقیر قرار میگیرد اما تن به جدایی و طلاق نمیدهد و اگر زن هرایی از شوهرش جدا شود، مدتها خودسازی و روانکاو لازم دارد تا از درون خود را متعلق به شوهر سابق خود نداند.

رابطه‌ها با سایر دختران و زنان ضعیف است. اینها دخترانی هستند که تا با یک مرد ارتباط برقرار می‌کنند یا ازدواج میکنند، همه دوستان را به فراموشی میسپارند و بقیه را در حیرت فرو میبرند. اتفاقاً این زن همان زنیست که زنان مجرد را برای زندگی مشترک خود خطرناک میدانند. اگر دوست صمیمی زن هرایی بیوه شود، از نظر او ناقص است و شاید کنار گذاشته شوند!

## فرزند داری :

معمولاً فرزند داری را جزو وظایف زن‌شویی میدانند و گرنه خیلی هم بچه داری دوست ندارند.

## نقاط ضعف‌ها و راه‌های رشد

### ۱. ازدواج زودرس بدون مطالعه و بررسی

۲. حسادت مخرب: غیرت و حسادت هم ریشه هستند و زن هرایی باید مراقب باشد که در تله کنترل کردن نیفتد. شوهر این زن نباید به حسادت زنش دامن بزند و لو با یک تلفن، اما زن هرایی هم باید فرصت وفاداری به شوهرش بدهد

### ۳. زن هرایی باید خشم و حسادت خود را تبدیل به نیروی خلاق و هنر کند.

۴. زن هرایی خوبست که نقش قربانی را رها کند و سعی در متهم کردن مردان را کنار بگذارد و به تدبیر زندگی خودپردازد. این زن باید حلقه ارتباطی بهتری با زنان دیگر داشته باشد به ویژه زناتی که مثل خودش نباشند بلکه زناتی فهمیده و تا حدی مستقل از لحاظ شخصیتی که به آتش حسادت و خشم او دامن نزنند.

۵. تقویت معنویت به استقلال این زن کمک بزرگی میکند . امنیت درونی این زن از نا امنی بیرونی او می‌کاهد.

۶. قانون تشعشع و جذب به ما می آموزد که به هر چیزی در زندگی خود بیشتر بیندیشیم یا بپردازیم یا نگران باشیم ، همانرا جذب زندگی خود میکنیم . پس اگر به همسر خود شک بیش از حد داشته باشیم، ممکن است قانون جذب درین باره هم فعال شود .

### اگر هرا هستی:

- ۱- از غیرت نسبت به همسرت بکاه، گاهی او واقعاً "مجبور" است در زمینه های کاری و... با زنان دیگر تعامل داشته باشد. این تعامل ها اکثرا سطحی و بی خطر اند
- ۲- ازدواج یکی از مهم ترین ارکان زندگیست، اما "همه ی زندگی نیست"، روی ارزش های دیگر هم سرمایه گذاری کن.
- ۳- مراقب باش بچه هایت حسود نشوند، یکی در میان آنها را هم در سفرها و دیگر تفریحات شرکت بده.

### کلمات کلیدی آرک تایپ هرا:

همسر / ملکه

کدبانو

دست به کمر

حلقه/پاشنه بلند

عشق عروسی

ابرو هستی

عکس تکی دونفره

حسادت

خشم /قهر / غرغر

شوهری /مرد شناس

دشمن آفرودیت

چشم تیزبین

نا امنی

وفادار و ماندگار/کنترل گر

اتاق خواب مثل معبد/ بچه ابزار پیوند

سرکوب گر یا سرکوب شده

### تمرین عملی برای رشد آرک تایپ هرا

- ۱- هنگامی که همسرتان به منزل می آید آراسته باشید و خود را برای استقبال از او آماده کرده باشید. این گونه برای خودتان و رابطه مشترکتان احترام قایل بوده و او را نیز مورد تکریم و احترام قرار می دهید
- ۲- هنگام ورود همسرتان به منزل با روی خوش به استقبال او بروید و یا هنگامی که همسرتان شب هنگام با شما تماس می گیرد خوشرو و خوش اخلاق با او صحبت کنید و طوری رفتار بنمایید که مکالمه با شما خستگی را از تن او به در ببرد. این گونه وقتی همسرتان بعد از یک روز شلوغ، با رفتار زیبای شما روبرو میشود، احساس خوشایندی پیدا کرده و از بودن در کنار شما احساس لذت بیشتری می کند.
- ۳- زمان هایی که می دانید همسرتان درگیر مسئله ای نا خوشایند است و یا دغدغه ای دارد، سعی کنید محیط آرامی را برای او فراهم کنید. تنها از این طریق است که همسرتان می تواند دوباره انرژی لازم برای حل مسایل و مشکلاتش پیدا می کند و می تواند بر آنها فائق آید.
- ۴- هنگام صحبت کردن با شریک زندگی و یا همسرتان و یا هنگامی که با دیگران در مورد ایشان صحبت می کنید، به او احترام بگذارید و او را با ضمایرو افعال جمع مورد خطاب قرار دهید. با احترام گذاشتن به او شما شاعن و مقام خود را بالا می برید، چون همه ما می دانیم همیشه در کنار یک مرد والا مقام، یک زن والا قرار دارد و در کنار یک شاه پر قدرت است که یک ملکه حضور پیدا می کند.
- ۵- هنگامی که با همسر و شریک زندگیتان مشکلی دارید، اطرافیان را در جریان مسائل و مشکلات زناشویی خود نگذارید و طوری رفتار نمایید که انگار هیچ مسئله و موردی پیش نیامده و بعد در فرصت مناسب با همسرتان در مورد آن صحبت نمایید. چون دیگران هرچقدر هم که در جریان مسایل زناشویی شما باشند، با شما زندگی نمی کنند و از همه وقایع مابین شما و همسرتان آگاه نیستند و همچنین با توجه به اینکه آدمها بسیار با هم متفاوتند، ممکن است مسئله ای که برای شما بسیار مهم و ارزشمند باشد، از نظر دوستان بسیار پیش پا افتاده باشد و بالعکس، لذا نمی توانند شما را به درستی راهنمایی کنند و فقط تاثیر غیر سازنده می گذارند.

# آرتمیس



آرتمیس تیپ شخصیتی جنگاوری - شکارچی - ماه - هدفگرای بی منطق - آسیب ناپذیر

## چند نکته کلیدی درباره آرتمیسا به زبان ساده:

این تیپ شخصیتی مستقل و هدف گذارند ، از هر راهی برای رسیدن به هدفشان استفاده می کنند چه منطقی و چه غیر منطقی ، حتی زمانی برای رسیدن به یک هدفی که ممکن است از نظر دیگران و بعضا از نظر خودشان بچ و مسخره باشد از خیلی چیزهای باارزششان هم می گذرند.

برای این افراد هدف وسیله رو توجیه می کند.

این افراد دوست دارند آزاد و مستقل و یله و رها باشند و هیچ کس در هیچ موردی و هیچ جا جلوی آزادی عملشان را نگیرد، برای همین اگر کسی در این زمینه محدودشان کند با او می جنگند و به راحتی میتوانند نابودش کنند ، حتی به قیمت نابودی خودشان .

آنها عاشق طبیعت بکر و دست نخورده هستند و در طبیعت انگار توی خودشانند .

آنها عاشق ورزش اند و در مدرسه همیشه از ورزش نمره ۲۰ میارند .

عاشق دویدن و ورزش دو هستند . مدرک تحصیلی برایشان خیلی اهمیت ندارد .

اکثراً لباسهای ورزشی و اسپرت و نخعی می پوشند ، و در این لباس ها احساس راحتی و آزادی می کنند و خیلی فرمال رسمی پوش نیستند .

وقتی کفش پاشنه بلند می پوشند واقعا خنده دار می شوند و مثل کلاغ راه می روند و بعدش هم قیافه شان دیدنیست وقتی میفهمند که چه بلایی سر پاهایشان که ابزار و وسیله اصلی و مهمترین عضو جنگ وگریزشانست آورده اند .

اینگونه افراد از زنهای ضعیف متنفر بوده ، ولیکن طرفدار آنها هستند ، و همیشه حق را به آنها می دهند البته در برابر مردان .

نمونه بارز این مسئله را در رانندگی میشود دید، خانمهایی که خودشان از رانندگی خانمها ایراد می گیرند ولی وقتی یک آقا از رانندگی خانمها ایراد میگیرد عصبانی می شوند.

از لجبازی با مردها و به اصطلاح حال ایشان را گرفتن، کل کل کردن و رویشان راکم کردن لذت می برند .

آنها همیشه مجرد می مانند و به ندرت تن به ازدواج می دهند و تعهدات زناشویی برای آنها حکم زندان را دارد .

به فعالیتهای اجتماعی بسیار اهمیت داده و کار بیرون از خانه را به کار خانه ترجیح می دهند، برای همین هم تن به ازدواج و تعهدات زناشویی نمی دهند.

بیشتر به سمت کارهای منجی گرایانه و کمک به دیگران کشیده می شوند مثل مامایی، مددکار اجتماعی و خانمهایی که رانندگی ماشینهای سنگین را انتخاب می کنند و ...

فرزندان این افراد اکثرا مستقل بوده و ایشان فرزندانشان را اینگونه به بار می آورند که تمام کارهای خودشان را خودشان انجام می دهند.

این تیپ شخصیتی، ناجی دیگران بوده و از این جایگاه افراد دلسوز، حامی و مهربانی شناخته می شوند ولی همچنان افراد محکم و انعطاف ناپذیر و زبر و خشنی هستند.

آرتمیس بیانگر کیفیتهای آرمانی جنبش زنان چون نیل به هدف، توانایی، رهایی از قید مردان و داوریهایشان و حمایت از مظلومان، زنان ناتوان و کودکان بوده است. مسائل مورد توجه آرتمیس با اولویتهای جنبش زنان همسانی دارد. آرتمیس نقش خواهر بزرگ و رهبر را دارد.

برای زنی که رابطه های پی در پی و شکست خورده ای با مردان داشته است و احساس بی ارزشی می کند پرورش و رشد آرتمیس فقط زمانی ممکن می گردد که مردان را مطلقا رها کرده و ایده ازدواج کردن را به طور جدی کنار بگذارد و حس یگانگی با خویشتن و کمال را در خود تجربه کند. برنامه های دسته جمعی گردش در طبیعت با اهدافی متحول کننده باعث بیداری آرتمیس می گردد.

آرتمیس در پیگیری اهداف و اصول اخلاقی خود بسیار جدی است. مشکلی که دختران آرتمیس با آن مواجهند رابطه با مادرانی است که از نظر آنان ضعیف و منفعل هستند. آرتمیس در پی نفی همگونی با مادر هر آنچه که زنانه پنداشته شده چون لطافت، پذیرا بودن و امیال زناشویی و مادری را رد می کند.

آرتمیس در کودکی رقابتجو، مصمم، شجاع و نیز اراده ای در جهت پیروز شدن دارد و در راه رسیدن به خواسته اش محدودیتی برای خود قائل نمی شود. در آرتمیس بودن دختری که در نوجوانی عاشق اسب سواری است شک و تردیدی وجود ندارد.

نوعی رابطه ناسازگار و ناقص هم هست که بعضی از زنان آرتمیسی در تکرار رابطه ناهمگون خود با پدر درگیر آن می شوند. چنین همسری او را در اهدافش یاری و تشویق نمی کند و با عیبجویی و انتقاد نیرویش را تحلیل می دهد. زن آرتمیسی نیز همانطور که با پدر رفتار می کرد ستیزه جو باقی می ماند و به کار خود ادامه می دهد اما روان و حرمت ذاتش تحت تاثیر این ناسازگاری در هم می شکنند و سرانجام به قالب زنی که خواست شوهر است درمی آید.

زن آرتمیسی دلباخته مردی توانا می‌شود اما چون نمی‌تواند حس رقابتجویی خود را از این رابطه دور نگاه دارد سرانجام باعث نابودی رابطه می‌شود. مثلاً اگر مرد به موفقیت‌هایی نائل شود زن آرتمیسی بجای شادمانی حسادت می‌ورزد و در کار مرد خلل وارد می‌کند.

همسانی با آرتمیسی ساختار شخصیتی زن را شکل می‌دهد و احساس نیاز به پیگیری علایق و خواسته‌های شخصی را در او برمی‌انگیزد. در غیر این صورت این کهن الگو از تحقق واقعی و بیان راستین خویش باز می‌ماند و زن آرتمیسی را مضطرب و در نهایت افسرده می‌سازد.

آرتمیسی عنوان دور دست را از آن خود کرده است. فاصله‌گیری عاطفی از ویژگی‌های زن آرتمیسی است. خشم از کردار ناشایست، وفاداری به دیگران، قدرت بیان نظرات خویش و نیز گرایش به عمل همگی می‌تواند از خصایص نیکوی زنان آرتمیسی باشد اما فاقد حس ترحم است. اگر زن آرتمیسی ضعف و آسیب‌پذیری را تجربه کند و بتواند اشتباهات خود و دیگران را نادیده بگیرد در نتیجه همدلی‌اش با دیگران بیشتر می‌شود.

دو عملکرد متفاوت آرتمیسی؛ از یک طرف او ناجی زنان و ارزشهای زنانه است که در چنگال مردسالاری بی‌حرمت و سرکوب گشته‌اند و از طرف دیگر با قدرت تمرکز بر اهداف قادر است زن را به قربانی کردن خصایص سنتی زنانه، چون پذیرا بودن، تیمارداری، پیوند با دیگران و نیز فداکاری در حق دیگران برانگیزاند. در هر زن آرتمیسی احتمالاً جنبه‌های زیبا و خوشبینانه‌ای که جلوه لطافت و آسیب‌پذیری و استعداد او برای صمیمیت، نزدیکی و وابستگی به دیگران است، نهفته است.

زن آرتمیسی باید بخشهای انعطاف‌ناپذیر و نیز استعداد برقراری رابطه برقراری با دیگران را در خود پرورش دهد. او نیاز دارد آسیب‌پذیری را تجربه کند، دیگران را دوست بدارد و عمیقاً نگران‌شان باشد. او نه تنها به استقلال به صمیمیت و نزدیکی هم نیاز دارد.

## آرتمیسی

• الهه ماه

• الهه شکار و حیوانات وحشی و استقلال

• پیچیده ترین خدای المپ

هدایای آرکتایپ آرتمیسی:

• استقلال شخصیت

• زنانیکه از نیروی فیزیکی خود برای رسیدن به خواسته خود بهره می‌برند

• پارانرژی، هیجان زده و آزاد



- عشق شدید به طبیعت بکر
- نماد خلوص روح
- او بر اساس ارتباط با دیگران شناخته می شود (مثل آفرودیت، دیمیتر، پرسفون)
- الگوی قدرتمند در ارتباط با مردان، حفظ هویت فردی
- کودکی آرتمیس:
- کودکی نامنفع
- لجباز
- حمایت از ضعیف ترها
- طالب برابری با برادر خود
- شادمان از دختر بودن خود
- برای متفاوت بودن از مادر، تقلایی زیاد می کنند و بخشهای عاطفی خود را سرکوب می کنند.
- نوجوانی آرتمیس:
- با اراده و مستقل
- ورزشکار
- دانشجوی پیگیر
- کله شق و دختر عاری از زنانگی
- رابطه با مردان:
- بیشتر برادر مردان است
- جذب مردانی میشود باطبعی زیبادوست، خلاق، دارای ذوق موسیقی
- متنفر از ایفای نقش ضعیفه
- ازدواجی غیرجنسی و دوستانه
- عاشق مردان توانا میشود اما با رقابت جویی، خود او رابطه را تخریب می کند.

محبوب مردانی که:

- دنبال استقلال شخصیتند
- دنبال خصوصیات غیر زنانه و متفاوتند
- عاشق معنویت مرتبط با طبیعت در این زنان میشوند.
- آرتemis چگونه مادری میشود:
- از نقش حامله متنفر است
- در مجموع مثل خرس مادر خوبی است.
- تقویت آرتemis:
- کجاها باید تمرین "نه" گفتن کنی
- هدفشان را ببینید و سریع تغییر موضع ندهید
- اهدافشان را بنویسید
- اگر با مرد نمیتوانید رشد کنید شرایط بدون مرد را فراهم آورید.

اگر آرتemis هستی:

- ۱- گاهی به جنس مخالف "نیاز" داشته باش.
- ۲- محتاط و ترسو بودن لزوما همیشه مورد نکوهش نیست.
- ۳- مراقب فمینیست شدن باش.

# هستیا



هستیا :

ایزدبانوی آتشکده و معابد ، زنی دانا ، خاله و عمه ، نسل اول المپیها ، ایزدبانوی باکره

این افراد بینش روحانی دارند .

با خودشان کامل کامل هستند .

محیط خانه برایشان مقدس است ، درست مثل معبد .

لباس ساده می پوشند .

تنهایی را به راحتی تحمل می کنند .

توجه دیگران را به خودشان جلب نمی کنند .

بی توقع و بدون قضاوت هستند .

در بلوغ ، هیچگونه التهابات عاطفی ندارند .

هیچ چیز برایشان مهم نیست .

در عالم معنوی خودشان هستند .

عاشق پرورش گل هستند و خود را با آنها سرگرم می کنند .

در سرای سالمندان و یا در کانون بچه های معلول به راحتی کار می کنند و با آن کامل می شوند .

اهل غیبت کردن و چشم و هم چسبی نیستند .

با حضور هستیا درون زن از قید وابستگی به انسانها، نتایج کارها و نیز مایملک و مقام و قدرت رهاست زیرا بدون وجود اینها در خود کامل است. رها و آزاد از عوامل بیرونی است و با دگرگونی حوادث خوشحال و خرسند یا مات و مبهوت نمی شود.

او مانند پیرزنی داناست که طعم خوب و بد روزگار را چشیده و نه تنها روحش خدشه دار نشده بلکه شخصیتش نیز از تجارب بسیار آبدیده گشته است.

آرامش و حجب دو خصیصه هستیای خدابانو، در زن هستیایی نیز یافت می شود. او معمولا زنی است درونگرا که از تنهایی لذت می برد. هستیای خردسال شباهت زیادی به پرسفون خردسال دارد. در هر دو کودکی بسیار مطبوع و با خودسری سپری می شود. پرسفون دنباله روی دیگران است و میل به راضی کردن دارد هستیا گرچه اوامر بزرگترها را اطاعت می کند و به ظاهر خشنود به نظر می آید اما اگر به حال خود رها شود بدون راهنمایی دیگران نیز خود را سرگرم می کند.

هستیای کوچک طبعی آرام و خودبسنده دارد. شخصیت درونی او بسیار جذاب است و آدمها را به سوی خود می کشد و کیفیتی همچون روح کهن در اوست که از آن دانایی و آرامش می تراود. سالهای کودکی بسیاری از هستیایی ها زندگی با پدرانی مستبد و متجاوز و مادرانی ناتوان و غالباً افسرده است. بسیار از آنها در خانواده‌هایی بزرگ می شوند که به نیاز کودکان اهمیتی نمی دهند. آنها کمابیش به حال خود رها هستند و هر نوع بیان شخصیتی تحت تاثیر نیاز پدر به سلطه جویی بلعیده می شود.

دختران هستیایی در شرایطی که زندگی خانوادگی پر از مشکلات و درد است و یا محیط مدرسه غریبه و ناآشناست، در پی تسکین عاطفی به درون خود پناه می برد. او معمولاً خود را بسیار منزوی و بیگانه با خواهران، برادران و والدین خود می یابد و واقعا هم با آنها تفاوت دارد. ظاهری مطیع دارد اما در درونش اعتقاد دارد با آدمهای اطرافش متفاوت است. در هر وضعیتی سعی اش این است که به کار دیگران دخالت نکند و حتی در میان جمع تنهایی می آفریند در نتیجه همچون خود هستیا بدون نقاب شخصیتی است. دختر هستیایی در دوران بلوغ خود را از هیجانات و التهابات عاطفی و نیز از موضوع طرفداری یک دوست به نفع دیگری دور نگاه می دارد. فردی است که می خواهد کنار باشد و بی نیاز از دیگران است.

اگر زنی در خود فقط هستیا را داشته باشد تمایل چندانی به دانشگاه رفتن ندارد زیرا میل به پیشرفت عقلانی، یافتن شوهر و یا کسب تخصص حرفه‌ای جزء نیازهای هستیا نیست. این انگیزه‌ها با حضور خدایانوان دیگر شکل می گیرد. بیشتر دختران هستیایی به خاطر وجود کهن نمونه‌های دیگر و یا به دلیل توقعات دیگران به دانشگاه می روند.

زن هستیایی در غالب سنتی همسر خوب می گنجد و در مراقبت از منزل کوشاست. تا وقتی آفرودیت در او نفوذ نکرده باشد هیچ گونه انگیزه خیانت در او یافت نمی شود.

زنان هستیایی گاه مردانی را به خود جلب می کنند که از دیدشان زنان در دو گروه مقدس و فاسد می گنجد.

در زن هستیایی همواره حالتی از متانت و دانایی نهفته است. در تنهایی به راحتی زندگی می کند و گاه در تمام عمر تنهاست. در مواقع لزوم در نقش خاله یا عمه مجرد به یاری اعضای خانواده می شتابد. اگر این زنان به دلیل طلاق نقش خانه دار بودن را از دست بدهد و از نظر مادی در تنگنا قرار بگیرد در رویارویی با دنیای مادی ماهیتا شکست می خورد. هستیا در مقام کهن الگوی خرد درونی فاقد هر گونه جنبه منفی است. او نقاب شخصیتی ندارد.

زندگی در قالب هستیا به معنای موجودی نامرئی و بی هویت بودن به بیانی محو و گمنام بودن است. زن هستیایی مشخصاً فاقد توانایی اظهار وجود است و حتی مواقعی که احساساتش جریحه دار شده باشد سکوت می کند. ذات اصلی هستیا گرایش به جمع نیست. انگیزه های جاه طلبانه ندارد.

مشکلات زن هستیایی هنگامی ظهور می یابد که او از پناهگاه محفوظ خود خانه و معبد بیرون برود و به دنیای مادی راه پیدا کند.

زن هستیایی باید نقاب شخصیتی درخور اجتماع بیابد. زن هستیایی برای مصاحبه شغلی باید نقاب شخصیتی با دقت از پیش برگزیند و تصویری واضح و مشخص از این تصویر داشته باشد. زن هستیایی به کسب توانایی برای ابراز قاطعانه وجود خویش نیازمند است برای ارتباط با دیگران باید بخش فعال شخصیت خود را بکار بگیرد و نیز در اجتماع از خود دفاع کند. او هرگز رقابت نمی کند.  
کمک به زن هستیایی:

با شرکت در ورزشهای رقابتجویانه اردوهای تابستانی، اجتماعات زنان، فعالیت های ورزشی و نیز موفقیت در دوران تحصیل می تواند آرتمیس و آتنا را در خود پرورش می دهد.

#### هستیا

• الهه آتش قلب

• سمبل نور تزکیه دهنده درون

• او بیشتر ماهیت است تا فرد

هدایای آرکتایپ هستیا:

• زنانی دارای خلوت و آرامش درونی و تمرکز به درون خود

• روش ادراکی او غریزی شهودی است

جنبه مرکزیت و نورانیت درون و معنویت هستیا:

• اعطای حس استواری به زن

• حس پیوند با کل زندگی و خلقت

• هستیا کمک می کند آتش درون را زنده نگه داریم.

شغل مناسب هستیایی:

• کارهایی که بردباری می خواهد

- خیریه و کارهای عام المنفعه
- او محیط کارش را همچون خانه پر از صمیمیت می کند.
- دوستان زن/دوستان مرد
- برای مصاحبت‌های معنوی دوستان خوب دارد
- اهل گفتگوهای اجتماعی و سیاسی و... نیست
- همسری خوب و سستی است و البته برای رضایت عاطفی محتاج مردان نیست.

#### ضعف هستیا:

- خیلی کم مشکل روانی دارد
- نقاب نداشتن موجب آسیب او می شود
- فقدان توانایی ابراز وجود
- درونگرایی و انزوا

#### روشهای پرورش و ردیابی هستیا:

- هنگام کار در منزل با تمرکز بر قداست
- روشن کردن شمع به نشانه آتش هستی
- مرتب کردن منزل، قابها و...
- تنهایی اجباری در سوگ و غمها

کلمات کلیدی شخصیت هستیا:

شرف حضور

عشق فراشخصی

همیشه در نماز

پذیرش آگاهانه شرایط

آرامش عمیق درونی

دیگران از او آرامش می گیرند

همه چیز همانجوری که هست خوبست

گردگیری چقدر لذت بخش است

وقتی چروک های لباس باز می شوند انگار چروک های درون من باز می شوند

نیایش در رکوع

در راه رسالت شخصی

زمان کایروس

ناپیدا

مرکز شغف

مقدس

بودن

وحدت در کثرت

شغف در مسیر رشد

گرمابخش

ناپیدا

خودش را زندگی می کند



خرد زنانه را منتقل می کند

ریا و سمعه ندارد

هست و نیست

بدون معبد

راهنمای زنان

ساده پوش و ساده زیست

اگر هستیا هستی:

- ۱- به "دنیای خودت" نگاهی تازه داشته باش .
- ۲- گاهی خودی نشان بده ، بگذار بدانند که تو هم هستی .
- ۳- "شور و هیجان" زندگیت را بیشتر کن .

منابع:

<http://goddess-power.com/questions.htm>

<http://shakhsiatshenasi-zanan.persianblog.ir>

<http://carljung.blogfa.com>

<http://ghahremanedaroon.ir>

<http://hammsarane.blogfa.com>

تبصره: مناسفانه علی رغم تلاش برای رعایت حقوق معنوی و یافتن و ذکر نام نویسندگان مقالاتی که در این کتاب استفاده شده، به این مهم دست نیافتیم. لذا نام یکایک وبلاگها و سایتهایی که مقالات بدون ذکر نام نویسنده از آنها اقتباس شده و ظاهراً منع اقتباس از مقالاتشان را در وبلاگ و یا سایتشان عنوان نکرده اند، در این بخش قید کرده ام. امید که ازین پس مقالات جامعه روانشناسی هم به شیوه ای علمی تر و با قید نام نویسنده در فضای مجازی منتشر گردد. تا بتوان در کتابهای اینترنتی به رعایت کامل حقوق معنوی مولف اهتمام ورزید.

لطفا پیشنهادات خود را با ایمیل نگارنده در میان بگذارید:

Rashinegoharshahi@yahoo.com



در کانال تلگرام کارنیل هر روز انگیزه خود را شارژ کنید 😊

<https://telegram.me/karnil>

 @karnil