

مایکل دانیلز



# خودشناسی

باروش

# یونگ

ترجمه

اسماعیل فصیح





# خودشناسی باروش یونگ

تکنیک «رمزواژه»

مایکل دانیلز

ترجمه  
اسماعیل فصیح

نشر فاخته

تهران، ۱۳۷۲

## فهرست

۱	پیشگفتار
۷	فصل اول: بسوی خودشناسی
۲۳	فصل دوم: تکنیک «رمزواژه»
۲۹	فصل سوم: منطق و ساختار
۶۵	فصل چهارم: کلیدهای «رمزواژه»
۹۵	فصل پنجم: تپهای روانشناختی
۱۲۹	فصل ششم: جریان تفسیری
۱۷۹	فصل هفتم: نمونه تجزیه و تحلیل خود
۲۰۷	فصل هشتم: تحلیل تغییر
۲۲۳	فصل نهم: افکار نهایی

کرده‌اند به من گفته‌اند که این روش نه تنها برایشان تازگی داشته بلکه برای اشخاص غیر حرفه‌ای نیز که هیچ آگاهی ویژه‌ای از شیوه خودسازی ندارند، روشی سودمند و قابل حصول است. حتی آنهایی که ابتدا این روش را خیلی خوب یاد نمی‌گیرند عموماً آن را جالب و شگفت آور می‌دانند و مشتاق هستند که این روش را دوباره، هم روی خودشان و هم روی دوستان و آشنایان پیاده کنند. من مواردی را دیده‌ام که این روش با سرعت، مانند یک بیماری در میان گروهها و شبکه‌های مردمی پخش شده است. در نتیجه، چندین بار هنگامی که افرادی به من گفتند این تمرینات را قبلاً انجام داده‌اند بسیار متعجب شدم.

با اینکه من اصول اولیه این تکنیک را برای دانشجویان و دوستان و اشخاص تحت آموزش خود توضیح داده‌ام ولی تا به حال شرح منظم و کاملی از این روش در دست نبوده است. در نتیجه بسیاری در فهم کامل زیر و بم این روش گیج می‌شوند و یا آن را نمی‌فهمند. به عقیده من هنگامی که این تکنیک بطور غیرمستقیم آموزش داده می‌شود، و یا در مراحل بعدی یادگیری، این مسئله تبدیل به یک مشکل خاص می‌گردد. به همین دلیل، اگرچه فکر نمی‌کنم در این مرحله از کار برای چاپ این کتاب آمادگی داشته، و ترجیح می‌دهم برای تحقیقات بیشتر فرصت داشته باشم، ولی خیلی مهم است که روش اساسی این تکنیک هم‌اکنون چاپ شود تا به این طریق اشتباهاتی که ممکن است رخ داده باشند فوراً اصلاح شوند. همچنین این کتاب جوابی است به درخواستهای فراوانی که برای نوشتن توضیح جزئیات ساده تکنیک رمزواژه دریافت کرده‌ام و در ضمن می‌تواند برای افرادی که دوست دارند بطور شخصی از این تکنیک استفاده کنند ولی استطاعت کافی برای پرداخت شهریه ندارند قابل

استفاده باشد.

یکی از منتقدین، تکنیک رمزواژه را برای من به عنوان یک تکنیک صد درصد تعصب آمیز یونگی (Jung) توصیف کرده است و من هرچند که از این توصیف احساس غرور می‌کنم، ولی آن را محتاج توضیحاتی می‌دانم. در ابتدا باید بگویم من روانکاو یونگی نیستم. اگرچه از اولین روزهایی که دانشجو بودم تا به امروز که یونگ را به دانشجویان کثیری درس می‌دهم، به روانشناسی تحلیلی کارل یونگ علاقه داشته‌ام ولی تا هنگامی که کار با رمزواژه را شروع نکرده بودم هیچ‌گاه خود را روانکاو یونگی نمی‌دانستم. علاقه و مطالعات اولیه من درباره مفهوم خودشکوفایی از جنبه روانشناسی انسان‌گرایانه، روانشناسی رشد و روانشناسی وجودی به این مبحث جلب شد و با آنکه از عقاید یونگ اطلاع داشتم و شیفته آن بودم، تئوریهای او را پیچیده و مشکل‌تر از آن می‌پنداشتم که بتواند در زندگی و تجارب روزمره بکار آید.

بسط و توسعه تکنیک رمزواژه مرا درگیر روند عجیب و مرموز کشف عقلانی کرد و حتی می‌شود گفت نوعی رازگشایی بود. هنگام مطالعه و فکر کردن درباره این تکنیک به نظر می‌رسید بی‌اختیار به قواعد یونگی نزدیک و نزدیک‌تر می‌شوم. بارها متوجه شدم که ناباورانه به مشابهت و توازی غیرمنتظره و غیرقابل انکار نتایج مطالعات و تحقیقاتم با عناصر مهم رهیافتهای نظری یونگ خیره مانده‌ام. البته تفکرات من قاعدتاً باید نتیجه مطالعات قبلی‌ام در آثار یونگ باشد اما این تأثیر اساساً ناموفق بود. فقط یک مثال ذکر می‌کنم: قبل از اینکه ساختار اصلی ماتریس رمزواژه را بفهمم و آن را به توصیفات یونگ از فرایند تفرد (individuation) ربط دهم، هنگام دیدن ماتریسهایی که بعدها آزمایش کردم ناگهان نظریه تپهای روانشناختی (psychological)

(types) یونگ به ذهنم خطور کرد.

بیان این مسائل به این خاطر نبود که خواننده را به هوس بیندازد و یا مرموز بودن روش را توضیح دهد بلکه منظور فقط این بود که برای همه معلوم شود من این کتاب را به قصد اختراع تکنیک خاص یونگی شروع نکرده‌ام. از بسیاری از جهات من نیز به اندازه دیگران متعجبم که تکنیک رمزواژه به این صورت از کار در آمد اما گوشه ذهنم مرتب به من یادآوری می‌کند که در روانشناسی یونگ نکات پایه‌ای و درستی وجود دارد.

رمزواژه تکنیک خاصی است که برای استفاده کردن در نظر گرفته شده است و با این دید، روش فوق یکی از معدود روشهای یونگی است که در بررسی تجربه روانشناختی فردی، هم برای افراد حرفه‌ای و هم برای عموم مردم در دسترس است.

این کتاب را تا آنجا که توانستم غیر تخصصی و مربوط به موضوع نوشته‌ام و آرزو دارم که مردم روانشناسی یونگی را بیشتر بدانند، بیشتر بفهمند، بیشتر توصیه کنند و مهم‌تر از همه بیشتر استفاده کنند. بعلاوه در استفاده اولیه آن به عنوان وسیله‌ای که ممکن است هر انسانی را به مرحله خودشناسی برساند، رمزواژه هم مورد توجه روانکاو یونگی است و هم تعداد زیادی از درمانگران و مشاوران و دیگر افرادی که با درمانجویان در محدوده کلی سلامت روانی و یا رشد شخصی کار می‌کنند به آن توجه دارند.

این توضیح کوتاه روشن می‌سازد که رمزواژه نباید به عنوان روشی که به آخرین مرحله پیشرفت رسیده است در نظر گرفته شود. تحقیقات تکمیلی این موضوع را تأکید می‌کنند و اکتشافات جدیدی نیز ممکن است انجام شود.

\* \* \*

لازم به تذکر است که فصلهای این کتاب طوری طرح‌ریزی شده‌اند که بطور پی‌درپی خوانده شوند، ولی اگر شما می‌خواهید فوراً تکنیک رمزواژه را بیازمایید به فصل ۲ مراجعه کنید.





## فصل اول

### بسوی خودشناسی

سقراط می‌گوید: «خود را بشناس، زیرا زندگی آزمون نشده ارزش زیستن ندارد.» در طول تاریخ و در تمام فرهنگها، خودشناسی به عنوان مهم‌ترین - و شاید تنها - نشان انسان پخته و روشن، و نیز شاهرهی بسوی نهایت کامیابی بوده است.

#### کنجکاو و سرگرمی

اگر نظر مردم عادی را درباره «خودشناسی» جویا بشویم، اکثراً به «اهمیت» آن اذعان می‌کنند. همچنین اگر به محبوبیت انواع پرسشنامه‌های «خودآزمایی» که در سالهای اخیر در مجلات باب شده توجه کنیم و آنها را ملاکی عملی محسوب نماییم، می‌توان چنین استدلال کرد که بیشتر ما برای کشف «حقایق» ناشناخته درباره خود، عطشی سیری‌ناپذیر به کنجکاو داریم. یعنی کشف استعدادهای نهفته، آرزوهای پنهانی، جذبه جنسی، ارزشهای اساسی، نیازهای عاطفی و قوه هوش‌مان. بی‌شک این علاقه، برانگیخته از هوس گرم شدن و تعریف و تمجید شنیدن می‌باشد تا کششی واقعی برای کشف

«حقیقت» در خصوص شخصیت یا وضعیت زندگی ما. با وجود این، احتمالاً در اعماق ذهن ما، این امید مبهم و ابراز نشده هست که شاید روزی به چیز باارزشی درباره آن نیز پی ببریم.

بدیهی است «پرسشنامه‌هایی» که در مجلات و نشریات به چاپ می‌رسند، بیشتر برای سرگرمی خوانندگان و بالا بردن تیراژ برنامه‌ریزی شده‌اند و از نظر روانشناختی چندان ارزش و اعتباری ندارند، معیار و ضمانتی هم نیست که توسط خوانندگان خیلی جدی تلقی شوند و سهمی باارزش و ماندگار در دانش بشری داشته باشند. اینگونه آزمون‌ها (یا تست‌های شخصیت)، نوعی پدیده فرهنگی کم‌دوام هستند، چیزی که می‌توان در مواقع بیکاری از آن لذت برد، هنگام نوشیدن چای و قهوه درباره‌اش بحث کرد و سپس آن را به دور انداخت و فراموش نمود. به همین دلیل، این آزمون‌ها هرگز با نظمی علمی و اصولی تدوین نشده‌اند و نتایج آنها نیز بطور دقیق قابل ارزیابی نیست. به عبارت ساده‌تر، هیچ اطمینانی وجود ندارد که آنچه آزمون درباره شما می‌گوید صحت داشته باشد. (هرچند نتایج این آزمون‌ها، مانند فال و پیشگویی، بقدری کلی و همگانی است که می‌تواند کم و بیش در مورد هر کس صدق کند.)

### سنجش روانشناختی

در برابر پرسشنامه‌هایی که بدان اشاره شد (که اکثراً نیز توسط روزنامه‌نگاران تدوین می‌شوند)، علم روانشناسی نیز طی سالهای اخیر انواع و اقسام آزمون‌های «استاندلرد» و شیوه‌های ارزیابی را ارائه داده است که امکان سنجش هر چیزی را فراهم می‌کند؛ از استعداد تحصیلی گرفته تا بیگانهراسی، و از تمکین گرفته تا سرزندگی و ابتکار عمل.

اینگونه آزمون‌ها، اغلب بر مبنای اصول صحیح «علمی» پذیرفته شده، تنظیم و ارزیابی می‌شوند و لذا می‌توان انتظار داشت که نتایج آنها در خصوص خصلتهای مربوطه، تا حدی درست و دقیق باشد.

متأسفانه کثرت و گوناگونی گنج‌کننده این آزمون‌ها نیز موجب شده است تا فرد غیرمتخصص، خود نتواند تشخیص دهد که در موارد خاص به چه نوع آزمونی نیاز دارد. حتی روانپزشکان معمولی نیز ممکن است در انتخاب «تست» مناسب برای موارد خاص دچار اشکال شده به مشورت با همکاری باتجربه‌تر نیاز پیدا کنند. از این مهم‌تر، اکثر تستهای روانشناختی امروز بسیار پیچیده و تخصصی‌اند، و لازم است توسط متخصصی خبره و آموزش‌دیده ارائه و تصحیح و تفسیر شوند تا نتایج آنها قابل استناد باشد. برای اجتناب از هرگونه اشتباه، و همچنین به منظور پیشگیری از هر نوع تحریف یا سوءتعبیر نتایج توسط افراد بی‌تجربه یا کلاهبردار، حق استفاده از بسیاری شیوه‌های روانشناختی در انحصار افراد متخصص و باصلاحیت قرار گرفته است که طبق ضوابط حرفه‌شان، متعهد و پایبند به اصول رفتاری صحیح می‌باشند.

امروزه بسیاری از روانشناسان خدمات سنجش و ارزیابی را به صورت تجاری، برای افراد و سازمانها انجام می‌دهند. آژانسهای خدماتی خاصی وجود دارند که انواع نمودارهای شخصیتی را در زمینه مهارتها، استعدادها، خصلتها، نیازها و ارزشها ارائه می‌دهند. اینگونه ارزیابیها معمولاً به منظور راهنمایی در انتخاب حرف و یا در رابطه با گزینش پرسنل و آموزش مدیریت بکار می‌روند و اگر با حسن نظر و توسط افراد واجد شرایط انجام شوند، می‌توانند خدمتی بالارزش باشند.

## محدودیت‌های آزمون‌های روانشناختی

اگرچه دستیابی به چنین نمودار شخصیتی روانشناختی (psychological profile) می‌تواند جالب و مفید باشد، ولی اینگونه توضیحات و مشاهدات عینی راجع به «خود» می‌تواند خطرهایی جدی نیز برای فرد دربر داشته باشد. مهم‌ترین خطر آن است که این باور در ما بوجود بیاید که شخصیت ما ثابت و غیرقابل تغییر است، که تا آخر عمر همیشه مثلاً مضطرب، خیالباف، و یا باهوش و محبوب باقی خواهیم ماند، زیرا این خصلت در ما «هست». خطر دوم اینکه تقسیم‌بندی شخصیت بدین نحو ممکن است باعث گردد ما خود را صرفاً به عنوان مجموعه‌ای از عناصر روانی گسسته تصور کنیم. مسلم است که چنین تصویری باعث از بین رفتن احساس وحدت و انسجام می‌شود که شخصیت ما برپایه آن استوار است. آزمون‌های روانشناختی ممکن است درختهای مختلفی را به ما نشان دهند، ولی آیا نباید «کل جنگل» را هم بتوانیم ببینیم؟ در میان این مجموعه پیچیده از «نشانه‌های گوناگون»، «من» کجا هستم؟

فراتر از این، آزمون‌های روانشناختی چیزی را توضیح نمی‌دهند و نمی‌توانند به مفهوم، موقعیت یا اهمیت فردی مسئله‌ای بپردازند. دانستن این مطلب که «من مضطربم» می‌تواند جالب باشد یا نباشد، مهم این است که فرد بداند، چرا مضطربم؟ چه عاملی این احساس را در من برانگیخت؟ این اضطراب برای من چه مفهومی دارد؟ چه نقشی در موقعیت فعلی من دارد؟ در رابطه با این اضطراب چه می‌توانم بکنم؟ اینها سؤالاتی هستند که آزمون‌های روانشناختی توانایی پاسخگویی به آنها را ندارند.

در اینجا تمثیلی آورده می‌شود که برخلاف ظاهر پیش‌پاافتاده‌اش، شاید بجا جلوه نماید: سنجش روانشناختی یک فرد به‌مثابه آن است که در توصیف کتابی تنها مضمون و ویژگی‌های ادبی آن را ذکر کنیم، و به عنوان مثال در تعریف کتاب بگوئیم، «داستانی است تاریخی، مربوط به دوران ملکه ویکتوریا، به زبان انگلیسی، با ساختاری منطقی، در عین حال گیرا، ژرف، و از لحاظ تاریخی دقیق. رویهمرفته از هر نظر ارزش خواندن را دارد.» بدیهی است که چنین توصیفی فقط بطور محدودی می‌تواند برای ما مفید باشد؛ شاید باعث شود این کتاب را به عنوان هدیه برای دوستی انتخاب کنیم، ولی این جانشین خواندن خود اثر نیست، و هیچ نظر شخصی مستقلی از داستان کتاب، مفهوم و یا ارزش آن به ما نمی‌دهد و در تحلیل نهایی به عنوان یک تعریف می‌توان گفت بی‌ربط است.

در حقیقت آزمونهای روانشناختی بوسیله روانشناسان و برای استفاده روانشناسان (و یا تولیدکنندگان) طرح شده‌اند، لذا هدف اکثریت این آزمونها، تقسیم و طبقه‌بندی اشخاص به دسته‌های مشخص است تا بتوان از این طریق به بررسی «علمی» خصلتهای آنان پرداخته، آنها را در نقشهای اجتماعی مناسب یا موقعیتهای اجتماعی «صحیح» خود قرار داد. حتی در جایی که این آزمونها به عنوان ابزار تشخیص بکار می‌روند، به عنوان مثال در موقعیتهای بالینی یا آموزشی، عموماً هدف نهایی آنها توجیه و هدایت نوعی اقدام حرفه‌ای و درمانی است. در اینگونه موارد مهم آن نیست که بیمار در کی روانشناختی از رفتار خود پیدا کند یا نه، بلکه هدف این است که روانپزشک بتواند نتایج آزمون را تفسیر نموده جهت درمان وی بکار گیرد. اکثر آزمونهای روانشناختی به عنوان ابزاری برای خودشناسی طراحی نشده‌اند و لذا بکارگیری آنها بدین منظور توسط فرد غیرمتخصص مناسب و مفید

نخواهد بود.

در ادامه تمثیل فوق، می‌توان گفت که آزمونهای روانشناختی انسان را به گونه‌ای توصیف می‌کنند که یک کتابفروش یا مسئول کتابخانه، کتابی را توصیف می‌نماید: این توصیف برای دست‌اندرکاران خرید و فروش یا برای فهرست‌برداری از کتاب بسیار سودمند است. ولی کتابفروشان و کتابداران بندرت کتابهای موجود در قفسه‌هایشان را می‌خوانند، زیرا برای انجام کارشان نیازی به درک مطالب کتابها ندارند. روانشناسی که بر سلاح آزمون متکی است، چندان تفاوتی با این افراد ندارد.

### نیاز به فهمیدن

کمت‌ر کسی می‌تواند ادعا کند که قادر است با مطالعه «نمودار شخصیتی روانشناختی» یک فرد (چه یک دوست و چه شخصیتی خیالی و ادبی) واقعاً او را درک کند. لذا این تصور نیز که می‌توان از این طریق خود را شناخت فریبی بیش نیست. انسانهای واقعی نیز مانند شخصیت‌های آثار ادبی، تنها زمانی قابل درکند که «داستان زندگی» شان را واقعاً فهمید. به همین دلیل است که برای آشنا شدن با یک رمان، ترجیح می‌دهیم متن کامل و یا در صورت عدم امکان حداقل خلاصه‌ای دقیق از آن را بخوانیم. اگر این کتاب یا خلاصه، چیزی جز جدول نتایج «آزمون شناخت» شخصیتها نباشد، احساس می‌کنیم به ما کلک زده‌اند. برای شناختن افراد باید دانست و فهمید چه بر آنها گذشته است، اکنون در چه موقعیتی هستند و چه می‌کنند، و از آینده چه انتظاراتی دارند. از این مهم‌تر، باید فهمید گذشته و حال و آینده فرد چگونه در قالب روایتی یکپارچه و قابل فهم درآمده‌اند. بدین منظور،

باید زندگی افراد را تفسیر نمود و کردار و گفتارشان را درک کرد. باید به مفهومی دست یافت که نهایتاً بتواند همه چیز را تعبیر کند و در جایگاهی صحیح قرار دهد.

فرایند خودشناسی نیز به همین منوال است. باید داستان زندگی خویش را کشف یا به عبارت دقیق‌تر دوباره خلق کنیم و الگوی قابل فهمی در آن بیابیم که بتواند سفر فردی ما را در این جهان معنایی بخشد. چنین داستانی نه تنها پیشرفتهای گذشته و موقعیت کنونی ما را نشان می‌دهد، بلکه می‌تواند در یافتن ادامهٔ راه نیز به ما کمک کند. بدین ترتیب، روایت شخصی هر یک از ما نه تنها می‌تواند حس جهت‌یابی و راهنمایی مثبت برای آینده، بلکه توضیح و تفسیری نیز بر وقایع گذشته و حال باشد.

### آموختن خودنگری (self-observation)

در آغاز مسیر خودیابی (self-discovery) یا «کشف خویشتن»، دو کار لازم است. نخست باید بیاموزیم که به موقعیت خود، به تجربیات، به افکار، احساسات و اعمال خویش توجه کنیم. ثانیاً، باید به دنبال الگوها، ساختارها و مفاهیم پنهانی به جستجو پردازیم. هر چند می‌توان این کارها را به تنهایی نیز انجام داد، ولی تاریخ بشر نشان می‌دهد که افراد در این سلوک همواره از یکدیگر یاری طلبیده‌اند. این کمک عمدتاً به صورت آموزش فنون ویژه برای تمرکز یا خودنگری (مانند تفکر و مراقبه یا «مدی‌تیشن»، خاطره‌نویسی، تداعی آزاد و یادآوری رؤیاها)، توأم با نظام خاص تفسیر روانشناختی یا روانی/معنوی بوده



است. (مانند کابالای یهود، آبی دارمای بودایی<sup>۲</sup>، و یا مکاتب فروید<sup>۳</sup> و

(۱) cabala یا cabala نوعی عرفان که در قرن ۱۲ میلادی میان علمای دین یهود در اسپانیا رواج یافت، و پایه‌های فکری آن تا هزار سال قبل نیز وجود داشت. اساس «کابالا»، یافتن پاسخی برای این سؤال است که چگونه ذات اقدس خداوندی، که از جسم و ماده مبراست، جهان مادی را آفریده و با آن ارتباط برقرار می‌کند؟ «کابالا» ده «میانجی»، ده جلوه از قدرت الهی یا «سپیروت» را به عنوان عامل اراده خداوند و واسطه بین دو عالم می‌داند: (تاج، حکمت، درک، لطف، قدرت، جلال، عظمت، شکوه، بنیاد و ملکوت). کتب بسیاری درباره این «سپیروت» و اسامی خداوند و ترکیبات آنها نوشته شده است. مبحثی از «کابالا»ی عملی وجود دارد که طریق انجام معجزه و استجاب دعا را با استفاده از ترکیبات «سپیروت» و اسامی الهی، توضیح می‌دهد. (دایرةالمعارف امریکانا). -م.

(۲) Abidharma: یکی از سه کتاب اصلی تعالیم بودیسم. در گذشته کل متن مجموعه‌ای از هفت کتاب بوده است، شامل مباحث متافیزیک، شرح عناصر هستی، جلوه‌های حق، و مسائل شناخت روان و غیره. (دایرةالمعارف امریکانا). -م.

(۳) فروید، زیگموند (۱۸۵۶-۱۹۳۹): عصب‌شناس اتریشی و بنیانگذار علم روانکاوی. دارای درجه دکترای طب از دانشگاه وین (۱۸۸۱)، تخصص (۱۸۸۳) و استاد آسیب‌شناسی اعصاب در دانشگاه وین (۱۹۰۲-۱۹۳۸). در درمان هیستری روشی ابداع کرد که در آن به جای هیپنوتیسم از تداعی آزاد استفاده می‌شود.

معتقد بود منشاء تمام اختلالات ذهنی، مجموعه‌ای از تصورات سرکوب و فراموش‌شده در اعماق روان هستند و در بسیاری از موارد صرفاً آشکار ساختن این تصورات برای درمان کافی است. همچنین فرایندهای ذهنی دوران کودکی را در دوره‌های بعدی رشد بسیار مهم می‌داند. نظریه‌های ابداع نمود به این مضمون که رویاها، تجسم ناخودآگاه امیال سرکوب‌شده، بویژه امیال جنسی هستند. (فرهنگ بیوگرافی وبستر). -م.

یونگ<sup>۲</sup>)، اینگونه آزمایشها معمولاً تحت نظر استاد، مربی، مشاور و یا درمانگر انجام می‌گیرد.

دلائل یاری گرفتن و اتکاء به دیگران، بسیار پیچیده هستند. به نظر می‌رسد مهم‌ترین دلیل این باشد که مردم برای مشاهده صحیح حالات روانی خویش نیاز به آموزش دارند. در هر رشته علمی دیگر، این اصل بدیهی است که دانشجویان باید نخست مهارتهای اساسی مشاهده را فراگیرند. دانشجویان زمین‌شناسی باید برای معاینه خاک و سنگ آموزش ببینند، نقاشان و عکاسان باید نحوه دیدن منظره را فراگیرند، پزشکان باید طرز معاینه بیماران را بیاموزند، و مشاورین و درمانگران نیز باید درست شنیدن مطالب را یاد بگیرند. ما همه، به نحوی و به عنوان اصلی مسلم می‌دانیم که بین چشم و گوش فرد تعلیم‌دیده و آدم چشم و گوش‌بسته چه تفاوتی وجود دارد.

لیکن وقتی صحبت از خودنگری و مشاهده حالات «خود» به میان

۴) یونگ، کارل گوستاو؛ روانشناس سوئیسی (۱۸۷۵-۱۹۶۱) با تحصیلات پزشکی در دانشگاه بال. ابتدا قویاً تحت تأثیر افکار زیگموند فروید قرار گرفت، و با او (از سال ۱۹۰۷) به همکاری پرداخت. او در کتاب روانشناسی تحلیلی خود، ضمیر ناخودآگاه انسان (یا ضمیر نابخرد «خود») را به دو لایه تقسیم می‌کند: طبقه نسبتاً سطحی‌تر را منشاء «لیبیدو» (منشاء غرائز جنسی و نیروی محرک زندگی)، و طبقه والاتر و گسترده‌تر (در ارتباط با نژاد بشر و هستی) را «ضمیر ناخودآگاه جمعی» می‌نامد. یونگ از سال انتشار نخستین کتاب خود با فروید ترک رابطه کرد، فوضیه‌ها و روشهای او و سایر روانشناسان و روانکاوان عصر خود را محدود و ناقص دانست، و اعلام کرد که آنها «جز توضیح و تعبیرهای کم‌ارزج رویاها و افکار درون»، آدمی را به رمزها و علائم جنسی تنزل داده‌اند... یونگ در روشهای کشف رمز درون انسان، فرضیه‌های دیگری پدید آورد که دامنه این افکار و پیگیریها، شناخت انسان را به رمزهای آفرینش و همبستگی آدمی با خداوندگار جهان پیوند می‌دهد. (فرهنگ بیوگرافی وبستر). -م.

می آید، اکثر ما به این خیال خام و خودبینانه می افتیم که فطرتاً از صلاحیت و مهارت لازم در این زمینه برخوردار هستیم، شاید به این دلیل که حس می کنیم خودمان نوعی دسترسی سریع و بی واسطه به اعماق ذهن خود داریم که هیچ کس دیگر به آن دسترسی ندارد و لذا هیچ کس دیگر نمی تواند در این مورد به ما کمکی مؤثر کند. لیکن اگر لحظه ای به این مطلب بیندیشیم، به غلط بودن دیدگاه خود پی خواهیم برد. در وهله اول، برای همه ما باید این تجربه پیش آمده باشد که شخصی دیگر به مراتب بهتر از ما توانسته است شخصیت، موقعیت و حالت روحی ما را در آن لحظه درک کند. ثانیاً، بیشتر اوقات ما به احوال خود بی توجهیم، و عادت به مشاهده جدی و منظم و اصولی خویشتن نداریم. اکثر مواقع، بطور خودکار در مسیر زندگی حرکت می کنیم، فقط نیمه آگاه هستیم، و بندرت واقعاً از حس خود - آگاهی کامل برخورداریم. گفتار، کردار و پندارمان معمولاً بدون فکر و مقدمه قبلی، بطور ناگهانی و بی تأمل صورت می گیرد. به گفته گورجی یف (۱۹۷۴) ما از خیلی لحاظ «در خواب» هستیم و تنها در موارد نادر، هنگام بروز شوک یا ضربه روانی، بیدار می شویم.

## مکتبها و نظامها

هر وقت از این «خواب» به اندازه کافی بیدار شویم و بطور جدی به خودنگری بپردازیم، بلافاصله با مشکلات بیشتری مواجه خواهیم شد. یک مشکل این است که بفهمیم چه چیزی را باید مشاهده کنیم. واضح است که ما قادر نیستیم بر تمام افکار و کردار خود ناظر و شاهد باشیم، بلکه باید مانند دانشجویان زمین شناسی و نقاشی یاد بگیریم آنچه را مهم است ببینیم و جزئیات بی ربط را نادیده بگیریم.

در عمل، این مکتب و نظام خودشناسی مورد انتخاب ما است که تعیین می‌کند چه چیزی را مشاهده کنیم یا نکنیم. به عنوان مثال، پیروان مکتب بودیسم می‌آموزند که چگونه با تمرین تفکر و تمرکز، به حالات جسمانی و جریان ناگهانی ظهور و ناپدید شدن افکار ناپیوسته در هوشیاری توجه کنند. درمانگران مکتب «گشتالت»<sup>۵</sup> (هیأت‌نگری) به بیماران خویش آموزش می‌دهند که عواطف خود را شناسایی کرده روی وقایع «اینجا و الآن» تمرکز نمایند. روانکاوان پیرو مکتب فروید، بیماران خود را به «تداعی آزاد» (یا بیان هر آنچه به ذهن می‌رسد بدون هیچ‌گونه سانسور افکار) و به صحبت آزادانه راجع به تجربه‌های گذشته، تشویق می‌نمایند. تحلیلگران مکتب یونگ اکثرأ روی اهمیت یادآوری و تعبیر رؤیاها تأکید دارند. تحلیل رفتار متقابل شامل نظامی برای بررسی الگوهای رفتاری میان افراد است. درمان احساسی-منطقی، افراد را به شناسایی و زیر سؤال آوردن باورهای غیرمنطقی‌شان نسبت به خود و دیگران برمی‌انگیزد. به هر ترتیب، با استفاده از هر یک از روشهای «بینشی» فوق، نهایتاً فرد آموزش می‌بیند که به جنبه‌ای از وجود خویش که تاکنون قادر یا راضی به بررسی آن نبوده یا صرفاً حال و حوصله این کار را نداشت، توجه کند. تفاوت‌های کلی موجود بین این تکنیکها بدوآ ناشی از تئوری یا نظام تعبیری آنهاست.

لازم نیست فعلاً وارد این بحث شویم که کدام روش یا دیدگاه یا

(۵) Gestalt: مکتب روانشناسی توسعه‌یافته در آلمان، معتقد به این که تمام تجربیات انسان بر پایه یک «اساس» یا «فرم» یا «هیأت‌نگری» کلی می‌باشد. پاسخ هر «ارگان» انسان به موقعیتی خاص، کلیتی کامل و غیرقابل تجزیه و تحلیل است، نه مجموعه‌ای از پاسخهای عناصر مشخص در آن موقعیت. (فرهنگ وبستر). -م.

نظام «از همه بهتر» است. به هر حال، هریک از این شیوه‌ها طرفداران و حتی فداکاران خاص خود را دارد، و هر کدام نیز عده‌ای بیمار طرفدار خود دارند که حاضرند به موفقیت آن قسم بخورند. شواهد عینی که با مقایسه انواع روشهای روان‌درمانی به دست آمده است، اشاره بدان دارد که همه شیوه‌ها در حد معقول مؤثر هستند و همچنین هیچ شیوه‌ای نیست که در تمام موارد و تحت کلیه شرایط بر شیوه‌های دیگر برتری داشته باشد. (برای مثال رجوع کنید به راکمن و ویلسون (Rachman and Wilson)، ۱۹۸۰، یا اسمیت و دیگران (Smith et al)، ۱۹۸۰). ضمناً به نظر می‌رسد که کار آیی هر روش تا اندازه‌ای نیز به نوع مشکلات و اخلاق و شخصیت فرد بستگی دارد. با اینهمه، مدارک نشان داده‌اند که در هر صورت، هریک از گونه‌های خودنگری بهتر از هیچ است.

### خودفریبی و نقش دیگران

هر کدام از روشهای خودنگری که به کار گرفته شود، مشکلی که همواره خواه‌ناخواه بروز می‌نماید مسئله تعصب یا خودفریبی است. اکثر ما بالفطره دوست داریم تصور خوبی از خویشتن داشته باشیم، و خودبینی و تحسین‌طلبی ما، قوه ادراکمان را براحتی مختل می‌سازد. لذا همه ما گرایش بدان داریم که به نحوی «تقلب» کنیم تا خون گرم‌تر، بهتر، محبوب‌تر، ثابت‌قدم‌تر یا بی‌دغدغه‌تر جلوه کنیم (البته افرادی نیز هستند که آنچنان به خود بدبینند که ممکن است به نحوی اغراق‌آمیز تمام صفات بد خودشان را عظیم جلوه دهند). یکی از بحثهای اصلی که در تأیید لزوم بکارگیری استاد یا درمانگر ذکر می‌شود، این است که برای بشر فطرتاً فریب دادن دیگران بمراتب دشوارتر از خودفریبی است. لذا فرد راهنما یا درمانگر، اگر صادقانه به

وظیفه خود عمل نماید، می‌تواند به منزله آینه‌ای در برابر ما باشد و رنگ و جلوه حقیقی‌مان را به ما نشان دهد. این مهم است، زیرا تجربه نشان می‌دهد که فرایند خودنگری، اگر صحیح اعمال شود، می‌تواند حقایق ناخوشایندی را درباره «خود» آشکار سازد. حقیقت این است که هیچ‌یک از ما به اندازه‌ای که تصور می‌کنیم خوب، ثابت‌قدم یا بی‌خیال نیستیم و هرگاه در اعماق «خود» مان کنکاش کنیم، به حقایق بسیار ناراحت‌کننده‌ای پی خواهیم برد. بسیاری از مردم در برابر این موقعیت بجای مبارزه کردن و کسب تجربه، از آن روی برمی‌گردانند، یا از فرط احساس گناه و شرمساری یا ناتوانی، از پای درمی‌آیند. اینجاست که معلم یا مربی، می‌تواند ما را به حفظ دیدی صحیح نسبت به مشکلات ترغیب کند و راههایی مناسب جهت درک و تفسیر مشکلات، پیشنهاد نماید.

دلیل مناسب برای کار کردن با شخصی دیگر، این توانایی است که او با دید عینی و مستقل خویش بهتر می‌تواند با «خود» (ما) روبرو شده مبارزه نماید و از این طریق، محرکی بسیار ضروری برای رشد شخصیت باشد. در صورت نبودن این محرک، این احتمال هست که فرد نسبت به مشکلاتی که واقعاً نیاز به بررسی دارند بی‌توجه بماند. همچنین ما به خود اجازه می‌دهیم که بدون اعمال هیچ تغییری به زندگی ادامه دهیم، و با همان طرز برخوردها و دیدگاههای کهنه و قالبی و بی‌فایده خویش پیش برویم.

## روشهای جنبی

بسیاری از مردم تمایلی به پیگیری دوره‌ای طولانی از تزکیه و ریاضت یا درمان فردی ندارند. یا ممکن است وقت، یا فرصت یا

امکانات لازم برای دنبال کردن چنین اهدافی را نداشته باشند. اینگونه افراد معمولاً برای درک خود (آگاهانه یا ناآگاهانه) به وسایل کمکی نظیر کتاب، گروه‌درمانی یا دوره‌های کوتاه‌مدت روانشناسی روی می‌آورند که این فعالیتها بطور کلی نظرات اساسی و مطلبی علمی در اختیارشان می‌گذارد تا آنها بتوانند این دانش را در فرصتی مناسب و بنابر تشخیص خود بکار گیرند.

در دههٔ اخیر شاهد افزایش توجه و علاقهٔ مردم به اینگونه خودیابی بوده‌ایم. از جمله شواهد این مقوله، افزایش تعداد کتبی است که هر ساله در خصوص شیوه‌های خودسازی نظیر مدی‌تیشن، تعبیر رؤیا، خود هیپنوتیسم، قدرت فکر، تعبیرات ای‌چینگ، و تجسم خلاق است. در شهرهای بزرگ، انواع دوره‌ها و گروه‌ها برای فراگیری مثبت‌اندیشی، مشاوره، طرز برخورد، رقص‌درمانی، نقش‌گذاری روانی (psychodrama) یا روش ریچ (Reichian massage) پا گرفته است. برای هر نوع سلیقه و بودجه، انواع انتخابها وجود دارد.

این شیوه‌ها می‌توانند بسیار ارزشمند باشند، مشروط بر آنکه با میزانی از دقت و قوهٔ تشخیص و دیدی عینی در نظر گرفته شده، و مهم‌تر از هر چیز، با شوخی توأم نباشند. اگر غیر از این با آنها برخورد شود، بصراحت می‌توان گفت که می‌توانند بسیار زیان‌بار باشند. گذشته از مسئلهٔ خودفریبی، این خطر نیز وجود دارد که ما سر از پا نشناخته غرق یک‌سری فعالیت‌هایی شویم که کمک و فایده‌ای برای مورد بخصوص ما ندارند. متأسفانه باید گفت که بسیاری افراد بدون داشتن هیچ‌گونه مهارت واضح و کلی برای خودسازی، به مجموعهٔ این

(۶) I Ching (یا کتاب تعبیرات): مجموعه‌ای از نشانه‌ها که برای فالگیری و طالع‌بینی بکار می‌رود. حدوداً یازده قرن قبل از میلاد تدوین شده است. (دایرةالمعارف امریکنا).—م.

شیوه‌ها معتاد می‌شوند. یا سفت و سخت به یک روش می‌چسبند، و یا در جستجویی نومیدانه برای کسب تجارب جدید و کشف «حقایق» تازه درباره خود، دیوانه‌وار از شیوه‌ای به شیوه دیگر می‌پرند. ولی باید توجه داشت این‌گونه فعالیتها، صرفاً به مشکلاتی محدود و مشخص پاسخهایی نسبی و جنبی می‌دهند. اینها نه دواي هر دردی هستند و نه عصایی که مردم بر آن تکیه کنند. بالاتر از همه، هیچ‌یک از شیوه‌های نامبرده مذهب یا ایدئولوژی محسوب نمی‌شوند. باید از آنها با احتیاط و هوشیاری و تنها در مورد مناسب استفاده نمود، و محض اینکه اثر لازم به دست آمد، کل فعالیت کنار گذاشته شود.

محدودیت اصلی این تکنیکها این است که هیچ‌گونه تصویر جامع و کلی از «خود» و تاریخچه آن به دست نمی‌دهند. لذا نمی‌توانند راهنمایی مطلق و بارزش در مسیر زندگی یا تاریخ روایتی فرد باشند. ممکن است در بعضی موارد، با ارائه کمک عملی یا آرامش موقت، سودمند باشند. مشروط بر آنکه بدواً تشخیص داده شود چنین فعالیتی در این مرحله از زندگی فرد لازم است. اما این تشخیص چگونه باید داده شود؟ چگونه از داستان «خود» مان آگاه شویم و چه «روشی» در جستجو برای کشف مفهوم و اهمیت شخصیت خویش ما را یاری خواهد بخشید؟

یک جواب به این سؤالات، بی‌شک موضوع کار کردن با فرد دیگر است، نظیر رابطه بین پیر و سالک طریقت، یا رابطه بیمار و درمانگر در مشاوره و روان‌درمانی. ولی یک جستجوگر تنها، در این راه چه باید بکند؟ آیا هیچ شگردی وجود ندارد تا کسانی که ترجیح می‌دهند تنها در این راه قدم گذارند بتوانند برای درک بهتر الگوی زندگی خود از آن استفاده کنند؟



## تکنیک «رمزواژه» (Watchword)

اینجاست که تکنیک «رمزواژه» مفهوم می‌یابد. از یک لحاظ، «رمزواژه» را باید شیوه خودیابی جنبی یا نسبی محسوب کرد. البته نباید زیاده از حد به آن وابسته شد یا آن را جدی گرفت. این روش، بهیچوجه به عنوان بهترین و ضروری‌ترین یا تنها ابزار خودشناسی توصیه نمی‌گردد. ولی با تمرکز روی کل «خود» و با برانگیختن نوعی گفتگو و پرسش و پاسخ درونی، روش «رمزواژه» می‌تواند راهی بسوی درک ساختار و روند رشد «خود» و کشف معمای شخصیتی ما - یا داستان زندگی ما - ارائه کند.

«رمزواژه» یک شروع است، یک ابزار. کار اصلی، یعنی زحمت کسب نتایج و تفسیر مفاهیم، به عهده خود شماست. تکنیک «رمزواژه» را آزمایش کنید. اگر توانستید، از آن یاد بگیرید. اگر نشد، رهایش کنید. ولی آن را منصفانه امتحان بکنید. دست کم کل تجربه را چیز جالبی خواهید یافت.

## فصل دوم

### تکنیک «رمزواژه»

اگر نخستین تجربه شما از تکنیک «رمزواژه» زمانی صورت گیرد که از هدف و ساختار دقیق آن کاملاً بی‌اطلاع هستید، این تجربه برایتان مؤثر و آموزنده خواهد بود. لذا سعی کنید در این مرحله از خواندن بقیه صفحات کتاب خودداری نموده، صرفاً به مطالعه و اجرای دستورالعملهای زیر اکتفا کنید. اگر قبلاً کسی درباره تکنیک کار برایتان توضیح داده است، یا خود به بقیه کتاب نظر انداخته‌اید، دیگر کار از کار گذشته است. بعداً تشخیص خواهید داد که این آگاهی قبلی تا چه اندازه روی پاسخهای شما تأثیر می‌گذارد. برای اینکه دیگران بتوانند بدون آمادگی و تأمل قبلی، «رمزواژه» را برای نخستین بار تجربه کنند، سعی کنید از قبل چیزی درباره کارکرد آن برایشان بازگو نکنید. مطمئن باشید در بلندمدت، سپاسگزار شما خواهند بود.

### تکمیل ماتریس «رمزواژه»

برای شروع همین‌قدر کافی است که توجه کنید «رمزواژه» نوعی بازی «تداعی واژه‌ها» است. کاملاً راحت باشید و اطمینان حاصل کنید که حداقل نیم‌ساعت کسی مزاحم کارتان نشود. شاید بد نباشد پرریز

تلفن را هم بکشید. اگر کاملاً تنها باشید، چه بهتر، اگر نه، نگذارید دیگران ناظر یا مزاحم کارتان باشند یا با شما صحبت کنند.

اکنون سعی کنید هرگونه فکر و مشغله‌ای را از ذهنتان دور کنید. چشمهایتان را ببندید. به آرامی روی دم و بازدم تنفس خود متمرکز شوید. سعی کنید هرگونه تنشی را از خود دور کنید، کاملاً آسوده و راحت تکیه بدهید و بدنتان را لخت کنید. در بلندمدت بکوشید در حین آرامش و آسودگی خاطر، به نوعی آمادگی ذهنی دست یابید. به کاری که می‌خواهید انجام دهید اصلاً فکر نکنید. از همه مهم‌تر، اگر قبلاً جدول یا ماتریس «رمزواژه» را پر کرده‌اید، (نگاه کنید به ضمایم) ابدأ به آنچه می‌خواهید بنویسید فکر نکنید. فقط روی تنفس خود تمرکز کنید. خواهید دید که تنها دو یا سه دقیقه آماده‌سازی ذهن، بیش از آنچه تصور می‌کردید مؤثر واقع می‌شود.

هرگاه خود را کاملاً آماده حس کردید، یک صفحه ماتریس سفید برداشته و طبق دستورات زیر آن را پر کنید.

### مرحله ۱

صفحه کاغذ را به صورت افقی پیش روی خود قرار داده به ترتیب از راست به چپ ۸ واژه مختلف را در خانه‌های ردیف اول صفحه بنویسید. می‌توانید هر واژه‌ای که به فکرتان رسید بنویسید، سعی کنید بهیچوجه افکارتان را سانسور نکنید. زیاد هم راجع به اینکه چه بنویسید فکر نکنید. ضمناً، نباید جمله یا زنجیره‌ای از کلمات مرتبط بنویسید. تنها هشت واژه مجزا کافی است.

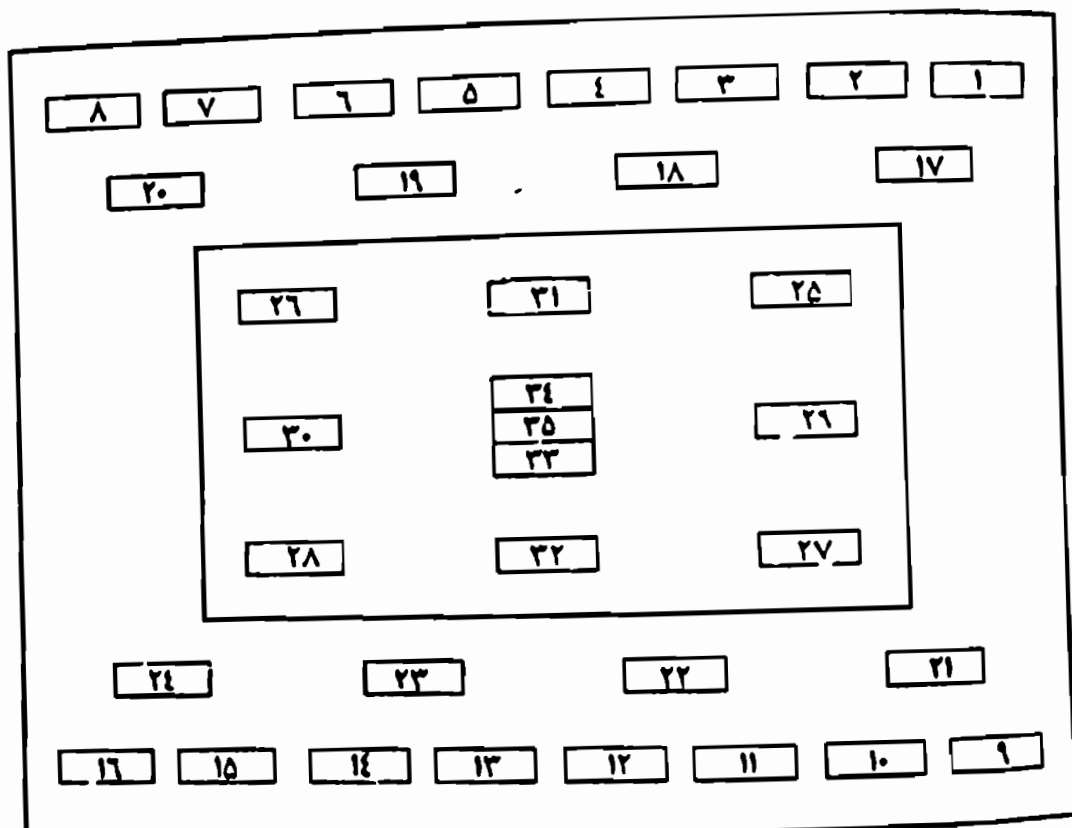
### مرحله ۲

اینک ۸ واژه دیگر را به ترتیب از راست به چپ در خانه‌های

پایین ترین ردیف صفحه بنویسید، البته بدون اینکه صفحه را برگردانید، یا بالا و پایین کنید.

مرحله ۳

اکنون به ماتریس شماره یک رجوع کرده به دو واژه‌ای که در خانه‌های ۱ و ۲ نوشته‌اید، دقت کنید. به واژه‌ای فکر کنید که به نظر شما به نحوی این دو واژه را به هم پیوند می‌دهد.



نمودار ۱: ترتیب کلمات و تداعی

این رابطه می‌تواند به هر گونه‌ای که می‌خواهید باشد، کافی است که برای خودتان مفهوم باشد. نگران نباشید که دیگران این رابطه را درک می‌کنند یا نه. اگر بیش از یک واژه را برای ربط دادن این دو ضروری می‌دانید، واژه‌ای را انتخاب نمایید که به نظرتان بیش از همه با مفهوم است. واژه انتخاب شده نباید از واژه‌های دو خانه ۱ و ۲ باشد، ولی

می‌تواند در جای دیگری از ماتریس تکرار شود. اگر واقعاً نمی‌توانید با یک واژه آنها را به هم ربط دهید، از یک عبارت کوتاه استفاده کنید. واژه (یا عبارت) منتخبان را در خانه ۱۷ بنویسید.

جدول ۱ ارتباطهای «رمزواژه»

خانه ارتباط	خانه‌هایی که باید مرتبط شوند	
۱۷	۲	۱
۱۸	۴	۳
۱۹	۶	۵
۲۰	۸	۷
۲۱	۱۰	۹
۲۲	۱۲	۱۱
۲۳	۱۴	۱۳
۲۴	۱۶	۱۵
۲۵	۱۸	۱۷
۲۶	۲۰	۱۹
۲۷	۲۲	۲۱
۲۸	۲۴	۲۳
۲۹	۲۷	۲۵
۳۰	۲۸	۲۶
۳۱	۲۹	۲۵
۳۲	۲۸	۲۷
۳۳	۳۰	۲۹
۳۴	۳۲	۳۱
۳۵	۳۴	۳۳

مرحله ۴

همین کار را مطابق جدول شماره ۱ با دیگر خانه‌های ماتریس تکرار

کنید. به جلو یا عقب نپرید، به ترتیب جدول کار کنید و تا یک واژه ارتباطی را ننوشته‌اید، به سراغ بعدی نروید. ضمناً پس از نوشتن یک واژه، بهیچوجه آن را تغییر ندهید.

## سؤالات

اکنون شما ماتریس «رمزواژه» را تکمیل نموده آماده تفسیر آن هستید. ولی بد نیست پیش از پرداختن به تفسیر، به سؤالات زیر توجه کنید:

- ۱) آیا ضمن پر کردن خانه‌ها، احساس کردید که بتدریج به لایه‌های عمیق‌تر و حساس‌تر فکر و روان خود نفوذ می‌کنید؟
- ۲) آیا به نظر نمی‌رسد یازده کلمه‌ای که در مستطیل وسط ماتریس قرار دارد، از اهمیتی ویژه برخوردار هستند، شاید حتی به عنوان استعاره و یا سمبول؟
- ۳) آیا سه واژه خانه‌های ۳۳ و ۳۴ و ۳۵ بطور آشکار یا سمبولیک، حقیقتی اساسی راجع به شخصیت یا موقعیت کنونی شما بیان نمی‌کنند؟

اگر به این سؤالات پاسخ مثبت دادید، کار تفسیر نتایج ماتریس برایتان جالب، و نسبتاً ساده و احتمالاً آموزنده خواهد بود. ولی، از سوی دیگر، اگر واژه‌هایی که در ماتریس نوشته‌اید، به نظر پوچ یا بی‌ربط می‌آیند، الزاماً دلیل نمی‌شود که تمرین برای شما «بی‌اثر» بوده است. احتمالاً باید هنگام تفسیر، رغبت و آمادگی یافتن اشاره‌ها و مفاهیم نهفته و سمبولیک را داشته باشید، و همت بیشتری بکار گیرید.



## فصل سوم

### منطق و ساختار

#### تکامل «رمز واژه»

در سال ۱۹۸۴، یک همکار روانشناس، شیوه «تداعی واژه»های ساده‌ای را که خود از دوستی آموخته بود، به من نشان داد. او خود نیز بدرستی نمی‌دانست که این تکنیک دقیقاً در کجا و چگونه بوجود آمده بود، و پیگیریهای بعدی نیز منشاء مشخصی برای آن بدست نداد، ولی ظاهراً چندین سال بود که این روش دست به دست میان افراد علاقه‌مند رواج پیدا کرده بود. هدف این تکنیک، ساختن سلسله‌ارتباطاتی میان شانزده واژه آزادانه انتخاب شده توسط شخص بود، بطوری که نهایتاً رابطه‌ای واحد از وضع روحی فرد را نشان دهد. به عقیده بسیاری از استفاده‌کنندگان این تکنیک، واژه‌نهایی از نوعی اهمیت شخصی فوق‌العاده برخوردار است.

این تکنیک، علاقه و کنجکاوی مرا برانگیخت. زیرا در تجربه شخصی خودم واژه‌ای که در آخر آزمون «رمز واژه» بدست آوردم، برآستی بیانگر وضعیتم در آن زمان بود. لیکن از این مهم‌تر، احساس کردم بسیاری از «واژه‌های ارتباطی» نیز که نوشته بودم برای من بسیار



معنی‌دار بودند و از این هم مهم‌تر، نوعی ساختار و الگوی افشاکننده درونی میان آنها به چشم می‌خورد.

ماه‌ها روی این تکنیک کار و پژوهش کردم، و آن را روی خود و دوستانم آزمایش نمودم. به مرور و پس از بررسی نتایج حاصل، اندک‌اندک یک سلسله اصول ساختاری تکنیک بدست آمد، و بدین ترتیب بود که ساختار اساسی ماتریس «رمزواژه» شکل گرفت. طی این تجربیات و مطالعات قابل توجه بود که با افزایش و گسترش رشته ارتباطات اولیه، این امکان میسر می‌شد که به نتایج جالبی رسید. سرانجام، همان‌گونه که در مقدمه نیز توضیح داده شد، در تدوین ساختار «رمزواژه»، بی‌اختیار بسوی فرمول‌بندی مکتب یونگ (که بعداً شرح داده خواهد شد) کشیده شدم. قابل ذکر است که در این رابطه «رمزواژه» را می‌توان یکی از معدود روشهای خودکاوی مکتب یونگ و قابل استفاده برای عموم دانست.

از آغاز تدوین روش «رمزواژه» آن را به صدها نفر، بطور فردی و گروهی نشان دادم. بسیاری از آنها بقدری مجذوب این روش گردیدند که آن را روی افراد خانواده، دوستان یا همکاران خود نیز آزمایش کردند. بررسی صرفاً علمی روشی چون «رمزواژه» بسیار مشکل است، اگرچه مطالعات اولیه انواع ارتباط واژه‌ها، ساختار اساسی روش را تأیید نموده است. می‌توانم با اطمینان بگویم که اکثر کسانی که این روش را آزمایش کرده و پاسخهای خود را به دقت بررسی نموده‌اند، «رمزواژه» را جالب و آموزنده یافته‌اند. در بسیاری از موارد، تجربه‌کنندگان از دقت و صحت تشخیص «رمزواژه» شگفت‌زده شده و درکی مهم دربارهٔ موقعیت خود بدست آورده‌اند.

## هدف «رمزواژه»

«رمزواژه» ابزاری کمکی برای درک روانشناختی است. هدف آن در واقع، کمک به افراد در شناسایی نیروها و گرایشهای مهم روانی‌شان است، تا از این طریق به درک بهتری از شخصیت خود دست یابند. برخلاف طالع‌بینی، خواندن تعبیرات آی‌چینگ، فال ورق، و دیگر روشهای سنتی پیشگویی، «رمزواژه» وسیله فالگیری نیست. در خصوص مشکلات هم، راهنمایی و نصیحت نمی‌کند. لیکن با تشریح و تفسیر «زمینه» روانی فرد، می‌تواند در تصمیم‌گیری و انتخاب، راهنمای شایسته‌ای برای وی باشد.

در واقع شما مسئول «رمزواژه» هستید. این شماست که واژه‌ها و تداعیها را انتخاب می‌کنید، و ارتباطهایی را که مشخص کرده‌اید تفسیر می‌نمایید. ساختار ماتریس «رمزواژه» (که بعداً شرح داده خواهد شد)، صرفاً به منزله اسکلتی از مفاهیم ممکن طراحی شده است که تجربه‌کننده باید آن را با گوشت و پوست تجربه شخصی بپوشاند. این کتاب اطلاعات لازم در این زمینه را در اختیار تجربه‌کننده قرار می‌دهد، و لازم نیست با یک مرشد، درمانگر یا متخصص در تماس باشد. اگرچه تجربه‌کننده می‌تواند با دیگران در مورد ماتریسهایش صحبت کند، ولی نباید براحتمی و به هر کسی اجازه تفسیر آنها را بدهد. یکی از ویژگیهای عمده و سودمند «رمزواژه» این است که به تجربه‌کننده یاد می‌دهد به بینش خود و به ادراکهای شخصی خود تکیه کند.

در سطحی‌ترین برخورد، می‌توان از تکنیک «رمزواژه» به عنوان نوعی سرگرمی جالب برای مهمانیها یا بازیهای فردی لذت برد. در

عمیق‌ترین و جدی‌ترین نوع استفاده نیز، این تکنیک می‌تواند روشی برای هدایت فرد بسوی کمال و کامیابی باشد. به زبان روانشناسی تحلیلی کارل یونگ، ماتریس «رمزواژه»، سمبولی وحدت‌بخش یا نشانه‌ای از روان، ذهن یا شخصیت منسجم فرد به دست می‌دهد (رجوع کنید به یاکوبی (Jacobi)، ۱۹۶۸؛ یونگ (Jung)، ۱۹۶۸، a.b.c. یونگ بر این عقیده بود که مطالعه و بررسی این سمبولهای وحدت‌بخش، که عمدتاً به صورت تصاویری قرینه بر مرکز یک نقطه هستند (مانند ماندالاهای (mandala) هیندو و بودیستی)، در فرایند دشوار خودشکوفایی یا فردیت (individuation) به فرد کمک می‌کنند. این سمبولها صرفاً هماهنگی روانی را توصیف نمی‌کنند بلکه به عقیده یونگ می‌توانند در رسیدن به آن نیز به فرد کمک نمایند.

### اصول ساختاری

ماتریس «رمزواژه» مانند سمبولهای ماندالا (به عنوان مثال رجوع کنید به یونگ، ۱۹۶۸؛ توچی (Tucci) ۱۹۶۱) به شکل مربع (یا دایره) نشانه‌تمامت امر است، و نقطه مرکز آن دارای اهمیت ویژه و به منزله نقطه تلاقی یا توازن نیروهای مخالف است. برای سهولت تفسیر، مربع «رمزواژه» از هشت واژه (در خانه‌های ۲۵ الی ۳۲) تشکیل می‌شود. «هسته مرکزی» ماتریس، سه خانه ۳۳ و ۳۴ و ۳۵ است، و خانه شماره ۳۵، نقطه مرکز کل ماتریس است.

علاوه بر رابطه موجود بین مرکز و محیط اطراف شکل، ساختار تفسیری «رمزواژه» از مفهوم استعاره فضایی (spatial metaphor) نیز بهره می‌گیرد. به عبارت ساده‌تر، فضا یا جهتهای یک فضا نسبت به فرد، دارای اهمیت نمادین و سمبولیک تلقی می‌شود. همچنین، مانند اکثر

سمبولهای ماندالا، ماتریس «رمزواژه» بر مبنای اصل چهارگانه پایه‌ریزی شده است. طبق این اصل، شیء در فضای دو بُعدی می‌تواند در چهار جهت حرکت کند - به جلو، به عقب، به چپ و به راست. طبق طرح ماتریس «رمزواژه»، سمت جلو به صورت «بالا»، سمت عقب به صورت «پایین» صفحه مشخص شده است.

### بعد عمودی

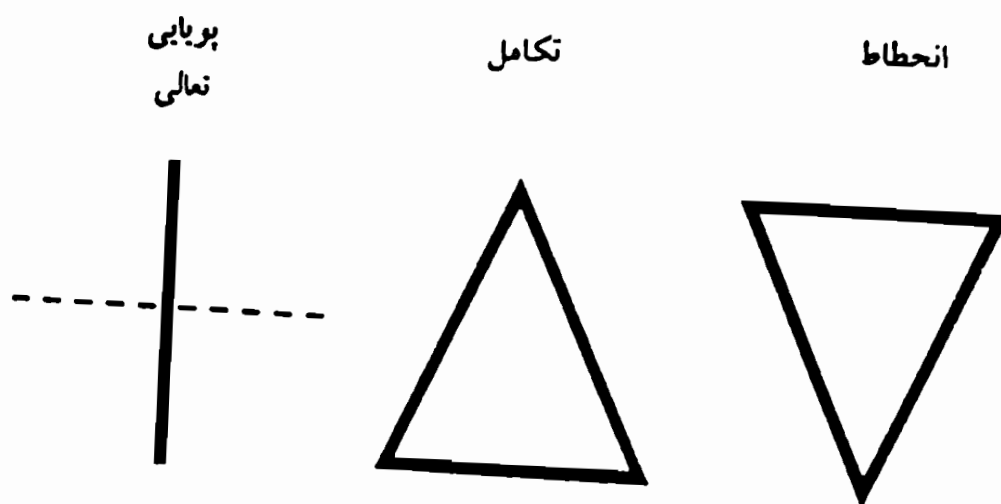
مفاهیم «بالا» (بلند، سر، بر) و «پایین» (پشت، زیر)، علاوه بر نشان دادن موقعیت نسبی در فضا، چندین معنی دیگر را نیز تداعی می‌کنند، که در همه‌جای دنیا مشترک هستند. هرگاه احساس خوبی داریم، خوش و پر نشاط هستیم، می‌گوییم سرزنده‌ایم، سرحالیم، و روی فرم هستیم. از سوی دیگر، هرگاه غمگین، گرفته یا بی‌حال هستیم می‌گوییم پایین هستیم، اُفت کرده‌ایم، بی‌حال افتاده‌ایم، کشتیهایمان غرق شده‌اند. در این صورت ممکن است به ما بگویند سرت را بالا کن. می‌گوییم فلانی اهداف بلندی دارد، از نردبان ترقی بالا می‌رود، از نظر یا چشمان افتاده است، خنده سر داده است، استانداردها اُفت کرده‌اند، بر مشکلات چیره شده است، یا به قعر نومیدی سقوط کرده است. سن بالا می‌رود، ولی سطح کارایی اُفت می‌کند. افراد تربیت‌شده را بلندنظر و افراد بی‌ادب را پست می‌شماریم. افراد مهم در بالای مجلس می‌نشینند و دیگران در پایین. یکی بر مسند قدرت می‌نشینند و دیگری سرنگون می‌شود.

در طول تاریخ، مکانهای مرتفع مانند قلّه کوهها، یا اوج آسمان با پرواز روح، و تجربیات «رفیع» یا معراج، در ارتباط با پروردگار تداعی شده‌اند. مکانهای پست و زیرزمینی مانند غارها، چاله‌ها و گودالها

معمولاً با پلیدی، تیرگی، فساد و مرگ پیوند خورده‌اند. به عنوان مثال، در اساطیر یونان کوه المپ اقامتگاه خدایان است در حالی که مردگان و نیروهای پلید همچون بیماری و پیری در قعر زمین، در تاریکی عبوس و نمناک ابدی بسر می‌برند. در دین مسیحیت، بهشت «در آسمانها» جای دارد، سرزمینی از مهر و زیبایی که شاید ورای ابرها باشد. به هر حال، روحها به عرش آن صعود می‌کنند. از سوی دیگر، نفرین‌شدگان به قعر جهنم «سقوط» می‌کنند که معمولاً به صورت دنیایی از دود و آتش و گوگرد سوزان در اعماق زمین تصور شده است. فرشتگان، ارواح، پریان و حوریان و دیگر موجودات نیک و افسانه‌ای، معمولاً بالدار هستند که نشانه پرواز و رهایی از قید و بند این دنیا است. این گونه موجودات، براحتی از هیولاها، دیوها، غولها، جنها و لولوهای وحشتناک ساکن در غارهای زیرزمینی، قابل تشخیص‌اند. نباید فراموش کرد که شیطان را «فرشتهٔ چاه بی‌انتها» نیز خوانده‌اند.

اشیاء یا ساختارهای عمودی، معمولاً سمبول حرکت صعودی (یا نزولی) در سطوح مختلف زندگی روانی و معنوی هستند. اغلب این نشانه‌ها، به منزلهٔ گذرگاهی بین دو جهان هستند. شاید قدیمی‌ترین آنها، سمبول درخت مقدس باشد که در بسیاری از افسانه‌ها و مذاهب جهان مشترک است («شجرهٔ خیر و شر» در انجیل، درخت «ایگداراسیل» (Yggdrasil) در اساطیر وایکینگها و «درخت زندگی» کابالیستها). سمبول درخت، با ریشه‌های دونده در عمق زمین و شاخ و برگهای کشیده بسوی آسمان، نشانگر ارتباط یا گذرگاهی بین دنیای خاکی و سرای جاوید است. رابطهٔ بین دو جهان فانی و جاوید، از طریق تنهٔ درخت یا به عبارتی تجربهٔ بشر صورت می‌گیرد. با صعود از «تنهٔ درخت» استعاری، انسان فانی می‌تواند به خدایان پیوندد. تعالی روحی و معنوی در اثر تلاش فرد، در سمبولهایی دیگر تجلی یافته‌اند،

مانند نردبان، برج، پلکان، ریسمان، تیرچه، دیرک، دکل، تپه و هرم - کلاً هر شیئی که از زمین بسوی آسمان سر برافرازد. در کالبد انسان، ستون فقرات نشانگر پیشرفت معنوی یا تعالی روان بوده است. ستون فقرات، به عنوان ارتباطی بین اعمال نفسانی «پست» (مانند مدفوعات، عطش جنسی) و جنبه‌های والای فکری و معنوی (سر یا مغز)، سمبول تبدیل یا تعالی است. تعجبی ندارد که اکثر ادیان کهن، معمولاً ستون فقرات را راه یا نردبان یا درخت خوانده‌اند.



نمودار ۲: سمبولهای گرافیک ساده

شاید مفصل‌ترین نمونه سمبولیک ستون فقرات، یوگای کوندالینی (Kundalini) است (رجوع کنید به وود (Wood)، ۱۹۶۲). یوگیها معتقدند نوعی نیروی الهی به نام کوندالینی (معمولاً به صورت ماری چنبره‌زده) در انتهای ستون فقرات خوابیده است و در اثر تمرینات یوگای سالهای طولانی، گویا می‌توان این کوندالینی را بیدار کرده، آن را برانگیخت و مجبورش کرد که از کانال نیروی درون ستون فقرات، بالا بیاید. ظاهراً با عبور کوندالینی از مراکز مختلف روانی یا

چاکرا (chakra)ها، نیروهای بیشتر و آگاهیهای جدید به انسان دست می‌دهد. نهایتاً، زمانی که کوندالینی به بالاترین چاکرا یا «نیلوفر هزاربرگ» واقع در مغز صعود نماید، وجود یوگی به کل هستی جهان می‌پیوندد و با آن یکی می‌شود.

### جدول ۲ سمبولیسم بالا و پایین

پایین	بالا
پسروی	پیشروی
پست‌تر	برتر
ایستا	پویا
سست	پرتوان
نزول	صعود
انحطاط	تکامل
پس	پیش
گذشته	آینده
نابالغ	بالیده
غمگین	شاد
بد	خوب
ضد اخلاقی	اخلاقی
دوزخ	بهشت
مادی	معنوی
ناخالص	پالوده
مرگ	زندگی
پوسیدگی	رشد
بیماری	سلامتی

بسیاری از نشانه‌های تصویری و علائم گرافیک نیز سمبول

مفاهیمی چون رشد و نیرو و تعالی هستند. ساده‌ترین این نشانه‌ها، خط عمودی است که (در غرب) معمولاً به شکل علاماتی پیچیده‌تر چون صلیب درمی‌آید. مثلث بیانگر عقاید عمیق‌تر در این زمینه است. مثلی که به سمت بالا اشاره می‌کند، سمبول معنویت، پیشرفت یا تکامل است. مثلی که به سمت پایین اشاره می‌کند، نشانگر پلیدی، پسرفت یا انحطاط است (رجوع کنید به سیرلو (Cirlot)، ۱۹۷۱). در همین رابطه باید توجه داشت که مهم‌ترین جنبه سمبولیک شکل هرم، سطوح مثلث شکل و رو-به-آسمان است.

بنا بر این شواهد، به نظر می‌رسد که بعد عمودی بیانگر مفاهیمی چون نیرو، سطح، پیشرفت، اخلاق و معنویت است. در نتیجه، دو قطب متضاد این بعد (بالا/بلند/سر؛ در مقابل پایین/پست/زیر) یک‌سری دوگانگی را در بر می‌گیرند که بوضوح با این مفاهیم اساسی، تناسب دارند. این دوگانگیها در جدول شماره ۲ نمایش داده شده‌اند.

### بعد افقی: ملاحظات اولیه

به همین ترتیب ولی با وضوح کمتر، دو سمت راست و چپ نیز مفاهیمی سمبولیک دارند که در بسیاری از مذاهب و افسانه‌ها نیز آورده شده‌اند. خواهیم دید که بسیاری از همین مفاهیم قدیمی و سنتی، در سالهای اخیر به طرزی بسیار جالب از جهات علمی بطور کاملاً غیرمنتظره تأیید شده‌اند، از قبیل مطالعات عصب/روانشناختی و کارکرد مغز انسان.

امروزه بارزترین و مهم‌ترین تمایزهایی که بین مفاهیم چپ و راست تداعی می‌شوند، عبارتند از:



چپ: نادرست، غلط، منحرف، غیرطبیعی، دروغ، ناخالص، ضعیف.

راست: درست، صحیح، مستقیم، طبیعی، حقیقت، خالص، قوی.

چپ و چپ بودن در تمامی زبانهای هندو-اروپایی و همچنین زبانهای دیگر، دارای تعبیراتی تحقیر آمیز هستند. واژه «left» در زبان انگلیسی از کلمه انگلیسی قرون ۵ تا ۱۱ «lyft» به مفهوم ضعیف و بی‌فایده ریشه گرفته است. واژه انگلیسی «sinisten» (شوم) نیز در اصل در زبان لاتین به معنای چپ بوده است. در زبان فرانسه نیز واژه «gauche» (چپ) به معنای خام، بی‌تجربه یا دست و پاچلفتی بکار می‌رود. در زبان ایتالیایی واژه «mancino» علاوه بر مفهوم «چپ»، معانی خیانت، دورویی، آب زیرکاه بودن و حتی ناقص بودن را نیز دربر دارد. با کنجکاو بیشتر، شواهد و مدارک بیشتری به دست می‌آید. فرهنگ لغات آکسفورد برای واژه‌های «left» و «left-handed» معادلهایی به معنای موزی، بدیمن، بدشگون، نامبارک، آب زیرکاه، پست، معلول، ناقص، دست و پاچلفتی، ناجور، مبهم، مشکوک و جعلی را ذکر می‌کند. [در زبان فارسی، واژه «چپ» علاوه بر معانی مخالف راست، به معانی چشم‌لوج و ناسالم آمده است و صفت چپ‌اندر قیچی اشاره به نمادی کج و معوج دارد؛ ترکیب چپ با افعال به صورتهای مختلف از قبیل چپ شدن (واژگون شدن/افتادن)، چپ افتادن (لج کردن/کینه به دل گرفتن) چپ‌چپ نگاه کردن (با خشم و کینه نظر دوختن) چپ دادن (فریب دادن) نیز آمده است. -م.]

در مقابل، واژه «راست» همواره با راستی و درستی تداعی می‌شود (حقیقت، صحیح، مستقیم، درست، حق، طبیعی، سالم، سلیم). راست می‌تواند: سراسر است، روراست، راست و پاک و واقعاً و راستی‌راستی

باشد. راست و ریست کردن به مفهوم رتق و فتق امور بکار می‌رود. سمت راست، جایی است که با احترام و افتخار همراه است. شخصی که در همهٔ امور مددکار ما باشد، عصای دست یا در زبان انگلیسی «دست راست» ما خوانده می‌شود. برای دست دادن، سلام نظامی دادن، صلیب کشیدن و سوگند یاد کردن از دست راست استفاده می‌شود. راست‌دست بودن به مفهوم ماهر بودن نیز بکار رفته است. واژه‌های «dextrous» و «adroit» که به ترتیب در زبانهای لاتین و فرانسه به معنای «راست» هستند، در زبان انگلیسی به مفهوم ماهر، چیره‌دست یا زبردست بکار می‌روند.

### مسئلهٔ چپ‌دستی و راست‌دستی

شاید ساده‌ترین توضیحی که بتوان برای تفاوت‌های فوق ارائه نمود، برتری راست‌دست بودن در تمام فرهنگ‌های امروزی است (افراد چپ‌دست تنها ۵ تا ۱۰ درصد از جمعیت بالغ جهان را تشکیل می‌دهند). مطالعات انجام شده روی ابزارها و اشیاء هنری انسانهای بدوی، نشان داده است که ۵۰۰۰ سال پیش و احتمالاً پیش از آن نیز همین میزان برتری راست‌دستان وجود داشته است. لذا برای اکثر مردم، دست راست از توانایی و مهارت بیشتر برخوردار بوده و هست. طبیعتاً افراد راست‌دست، در موضع اکثریت، چنین تصور نموده‌اند که الگوی طبیعی و صحیح یا مطلوب نیز همین است. ناتوانی در استفاده از دست چپ، و نیز عدم مهارت افراد چپ‌دست در انجام بعضی از کارها موجب پدید آمدن تصور برتری و «درستی» سمت راست گردیده است. اگر به این نکته توجه شود که در سالهای اخیر پزشکان، چپ‌دست بودن را با امراض صرع، خوانش‌پریشی (dyslexia) [اختلال

در خواندن]، لکنت زبان، اختلال در یادگیری، مشکلات عاطفی و همجنس‌گرایی ارتباط داده‌اند (رجوع کنید به آنت، ۱۹۸۵؛ بارسلی، ۱۹۶۶، ۱۹۷۰) (Annett and Barsley) بسادگی خواهیم دید چگونه مفهوم «چپ» به عنوان سمبول نابهنجاری، انحراف و پلیدی در آمده است.

این توضیح، اگرچه به ظاهر جالب و جذاب است، ولی مسائلی هم دارد. نخست آنکه شواهد محکمی در تأیید «فطری» بودن (دارای منشاء ارثی یا زیستی بودن) پدیده راست‌دستی وجود ندارد. میمون‌ها و میمون‌های انسان‌نما نیز گرایش به استفاده بیشتر از یک دست را نشان می‌دهند، ولی میان آنها چپ‌دستی و راست‌دستی به یک میزان یافت می‌شود. از این گذشته، کودکان از هر دو دست با مهارت یکسان استفاده می‌کنند، و پس از گذراندن مراحل رشد است که آنها به تناوب، دست راست و چپ را بکار می‌گیرند، و نهایتاً یک دست بر دیگری برتری می‌یابد. این تثبیت نهایی در سن هشت‌سالگی صورت می‌گیرد. (گسل و ایمز، ۱۹۴۷) (Gesell and Ames).

البته، این الگوی تکامل می‌تواند انعکاسی از فرایندهای بلوغ جسمی با منشاء زیستی باشد. از سوی دیگر، این امکان نیز وجود دارد که کودک یاد می‌گیرد که از یکی از دو دست (معمولاً راست) استفاده کند. در اینجا باید خاطر نشان کرد که اگرچه چپ‌دستی و راست‌دستی، بسته به اینکه فرد با کدام دست می‌نویسد تعیین می‌گردد، بسیاری از افراد ضمن نوشتن با یک دست، ترجیح می‌دهند دست (یا پای) مخالف را برای کارهای دیگر بکار ببرند. همه ما تا اندازه‌ای دو دست (mixed-handed) یا دوسو توان (ambidextrous) هستیم.

شواهدی بسیار واضح (البته واضح برای افراد چپ‌دست) وجود دارد دال بر اینکه بیشتر فرهنگها مجدانه سعی در سرکوب و منع استفاده از چپ‌دستی دارند، که گویا اکتسابی بودن گرایش به یک

دست را تأیید می‌کند. از جمله این موارد، نحوه طراحی ابزارهایی چون قیچی، خودنویس، چرخ خیاطی و چوب گلف است. همچنین تلاش‌های والدین و مربیان در تشویق کودکان به استفاده از دست راست. مواردی گزارش شده که برای منع استفاده کودک از دست چپ، این دست باندپیچی شده است. اگر راست‌دستی واقعاً طبیعی و فطری است، آیا چنین تدابیر شدیدی لازم است؟

اگر راست‌دستی اکتسابی است، پس ما با این نتیجه‌گیری مواجه می‌شویم که راست نه تنها به خاطر اینکه ما راست‌دست هستیم درست (صحیح، سالم، طبیعی و جز اینها) است بلکه راست‌دستی را می‌آموزیم چون می‌خواهیم راست را درست و صحیح تلقی کنیم. به عبارت دیگر، نوعی تبعیض فرهنگی در حمایت از دست راست وجود دارد. با همه اینها، تمام قضیه این سؤال را مطرح می‌کند که چرا راست درست است؟

### فرهنگهای وابسته به خورشید و ماه

مایکل بارزلی (۱۹۷۰) (Michael Barsley) در این رابطه فرضیه‌ای دارد که مورد قبول کسانی از جمله نگارنده نیز هست. وی پیشنهادی ارائه می‌کند دال بر این که تبعیض علیه چپ و چپ‌دستی به دوران خورشیدپرستی آدمی بازمی‌گردد، کیشی که نزد بسیاری از تمدنها و ملل کهن، از جمله آریاییها، آشوریها، پارسیها، مصریها، یونانیها، رومیها، سرخپوستان امریکای شمالی، اینکاها و سایاها مقبول بوده است. کسانی که در نیمکره شمالی زندگی می‌کنند (و اکثریت عمده بشریت هنوز در این نیمکره سکونت دارند) حرکت خورشید را در جهت عقربه ساعت یا به سمت راست مشاهده کرده‌اند. از این گذشته، هرگاه

رو به شمال بایستیم، مشرق (محل طلوع خورشید) در سمت راست و مغرب (محل غروب خورشید) در سمت چپ خواهد بود. ولی ممکن است بپرسید چرا اصلاً باید رو به شمال بایستیم؟

انسان اولیه از دو لحاظ رو به سوی شمال داشت: نخست، شواهد موجود نشان می‌دهند که اولین کوچها و مهاجرت‌های قبایل بشر به سمت شمال، یعنی از افریقای مرکزی به شمال این قاره و از آنجا به اروپا و آسیا بوده است. در طول این کوچهای بدوی، انسانها پیوسته طلوع خورشید را در سمت راست و غروب را در سمت چپ مشاهده می‌کردند. یقیناً چنین مشاهداتی باید در طول تکامل طولانی روان بشر، تأثیری قوی به جای گذاشته باشد. ثانیاً، تنها نقطه واضح و ثابت برای جهت‌یابی در نیمکره شمالی «ستاره قطبی» یا «ستاره شمالی» است. از جمله شواهدی که این فرضیه را تأیید می‌کند، این نکته است که چون ستاره قطبی به عنوان «مرکز» دیده می‌شود که افلاک به دور آن می‌گردند، لذا «ستاره شمالی» جایگاهی ویژه در افسانه‌های ملتهای مختلف داشته است.

با درک این دیدگاه، به آسانی می‌توان دریافت که مفاهیم و تداعیهای سمبولیک واژه‌های «راست» و «چپ» چگونه بوجود آمده‌اند. راست (مشرق، یا محل طلوع خورشید) طبیعتاً روز است و مفاهیمی چون روشنایی، گرمی، بیدار شدن، تولد دوباره، کوشش، دانش و زیبایی را در بر دارد. برخلاف آن چپ (مغرب یا محل غروب خورشید) نماد فرارسیدن شب است و در نتیجه تداعی‌کننده تاریکی، سرما، ترس، بیهوشی، خستگی، ناشناخته‌ها، وهم و خیال می‌باشد.

در مفهوم (کیش) پرستش خورشید، طلوع (سمت راست) به عنوان سمبول اشراق معنوی و رویارویی با پروردگار نمود می‌یابد، در صورتی که غروب (سمت چپ) نمادی از روی گرداندن خدا از

بندگانش یا پیروزی نیروهای تباهی و هرج و مرج است. بدین ترتیب قابل فهم است که چرا در انجیل (ماتئوس مقدس) آمده که در «روز قضا» گوسپندان در سمت راست خدا و بزها<sup>۱</sup> در سمت چپ جای خواهند گرفت. به همین دلیل نیز درهای معابد رومیها و یونانیان باستان اکثراً رو به شرق باز می‌شدند و در کلیساهای مسیحی نیز محراب در ضلع شرقی قرار دارد. از سوی دیگر، از زمانهای ماقبل تاریخ، اجساد مردگان بشر اغلب با سر بسوی مغرب دفن می‌شدند، چون مغرب سرای مردگان تلقی می‌شد. در اساطیر یونان نیز، دروازه اصلی «عالم زیرین» (نه لزوماً دوزخ)، در منتهی‌علیه غرب قرار داشت.

وقتی خورشید در مغرب «می‌میرد»، «بانوی شب» یا ماه جای آن را در آسمان می‌گیرد. بدین‌سان مغرب با ماه نیز پیوند می‌خورد، و تداعی می‌شود (چون معمولاً طلوع ماه دیده نمی‌شود، و ارتباطی با شرق ندارد). از زمانهای نخستین، از دیدگاه بشر ماه با پدیده‌های اسرارآمیز طبیعی (مانند جزر و مد دریا، باران، فصول، زندگی و مرگ، باروری، فساد، و تمایلات جنسی)، با حالات عجیب انسان (خواب، رؤیا، خیالات، غرایز، عواطف، بیماری، جنون، بخت، سحر و جادو) و بویژه با معماهای زنانگی (عادت ماهانه، لقاح، آبستنی، زایمان) ارتباط و پیوند داشته است. بسیاری از این باورها، از مشاهده (یا تشابه) دورانهای ماه نشأت گرفته‌اند.

تأثیر ماه بر جزر و مد دریا، از دیرباز شناخته شده است. بسیاری از اقوام، نمودهای ماه را با بارش باران، رشد گیاهان، رفتار حیوانات

۱) قابل توجه است که در افسانه‌های مسیحی بز اغلب سمبول «شیطان» و هرزه‌درایی بوده است و گوسفند و بره سمبول بی‌گناهی و خداوند شبان آنها (دایرةالمعارف امریکانا). -م.

بویژه جانوران دریایی، ارتباط داده‌اند. اولین سالنامه‌ها بر اساس «ماه»های (قمری) حدوداً ۲۸ روزه توسط قبایل بدوی کوچ‌نشین تدوین گردیده‌اند که به منظور محاسبه مهاجرت گله‌ها مورد استفاده قرار می‌گرفتند. با شکل‌گیری کشاورزی ثابت و روستایی، سالنامه قمری برای نظم بخشیدن به دورانه‌های کشت و برداشت و محاسبه تاریخ جشنهای مذهبی بکار گرفته شد. امروزه، ادیانی چند (از جمله دین شریف اسلام) از تقویم قمری استفاده می‌کنند.

بدیهی است که «ماه» به دلیل رابطه‌اش با شب، با خواب و رؤیا (و بنابراین با خیال) نیز تداعی یافته است. نفوذ ماه روی احساسها و حالات روحی انسان و رابطه آن با جنون، تصویری است که با فرهنگ مردمی ما عجین گشته است. محاق و استحاله ماه، می‌تواند بیماری و تندرستی، یا تولد و مرگ را تداعی کند، یا غرابتها و روال بخت آدمی را برساند، شکل همیشه متغیر ماه سمبولی مؤثر از دگرگونی جادویی است.

شاید مهم‌ترین جنبه سمبولیسم ماه، رابطه فرضی آن با زنان باشد. در اکثر افسانه‌ها و اساطیر، ماه مؤنث شناخته می‌شود. حتی در مواردی که ماه را مذکر می‌دانند، نقش وی عمدتاً آبستن کردن زنان است. بی‌شک این رابطه فرضی بین ماه و زنان از تشابه عجیب بین دوره‌های تقریباً ۲۸ روزه اهلۀ ماه و عادت ماهانه سرچشمه گرفته است. نه تنها واژه «menstruation» (قاعدگی) از واژه لاتین «*mensis*» (ماه) آمده است، بلکه شواهد آماری نیز هست (رجوع کنید به یونگبلوت، ۱۹۸۳) (Jongbloet) که دال بر وجود رابطه‌ای بین دوره‌های قاعدگی و اهلۀ ماه است. در بسیاری از نقاط دنیا این اعتقاد وجود دارد که زن می‌تواند با قرار دادن بدن خود در معرض تابش مهتاب، عادت ماهانه خود را منظم سازد، یا از محاسبه اهلۀ ماه به عنوان نوعی روش ابتدایی

پیشگیری از بارداری استفاده کند. پر شدن قرص ماه، آبستنی را تداعی می‌کند. دوران بارداری معمولاً در انسان ۹ ماه است.

مطالعات انجام شده بر روی هنرهای قدیمه و اشیاء مقدس ماقبل تاریخ، اشاره به رواج آیین پرستش «الهه بزرگ» یا «مادر زمین» در آغاز «عصر حجر» یا ۳۰'۰۰۰ سال پیش دارد (رجوع کنید به گیمبوتاس (Gimbutas)، ۱۹۸۹). در این کیش زن و بارداری و باروری ظاهراً مضامین اصلی را تشکیل می‌دادند، و احتمالاً ساختار اجتماعی در این دوران به شکل مادرسالاری و مادر تباری بوده است. با تأکیدی که بر «اصل مادینگی» وجود داشت، به احتمال قوی ماه نیز در این کیش مورد پرستش قرار می‌گرفته است.

کیش پرستش «الهه بزرگ» ظاهراً تا مدت‌ها، حتی تا ۳۰۰۰ سال قبل از میلاد، در تاریخ بشر رواج داشت. در این موقع، با تشکیل تدریجی شهرها، اختراع چرخ و بوجود آمدن نوشتار و حساب، و پیشرفتهای عظیمی که در ستاره‌شناسی صورت گرفت، سیستمهای طبقاتی بوجود آمد و سازماندهی جامعه بر محور «پادشاه» تشکیل شد که نمایشگر تصویری نوین از نظم و ساختار گیتی بود. در همین زمان، کاهنان مرد اداره آیینهای مذهبی را به عهده گرفتند، پدرسالاری و پدر تباری احتمالاً در جامعه پا گرفت و جنگ در مقیاسی وسیع به عرصه حیات بشری وارد گشت.

در این عصر، تسلط مردان بر جامعه و مذهب بوضوح مشاهده می‌شود. این تغییرات هرچند برای کسانی که در این دوران می‌زیستند حتماً تدریجی و نامحسوس بوده است، ولی در سیر تکامل تاریخ بشر، جهشی بواقع ناگهانی بود. با رواج پدرسالاری، فرهنگ وابسته به ماه جای خود را به فرهنگ وابسته به خورشید، «خدا/شاه» بخشید. در فرهنگهای وابسته به خورشید، خورشید معمولاً مذکر و منسوب به



صفتی «مردانه» چون قدرت و شهامت و جنگجویی بود. قهرمان معمولاً با خورشید تداعی می‌شد، و به صورت پهلوانی شمشیر به دست یا در حال راندن ارابهٔ طلایی در آسمانها به تصویر کشیده می‌شد که همه تصاویر و تداعیهایی از جنگجویی و دلاوری مردانه هستند.

اگرچه آیینهای «الهه‌پرستی» به نحوی در بسیاری از نقاط دنیا برجای ماندند، ولی غالباً به صورت اقلیتی و زیرزمینی در آمدند یا در نظام جدید نقشی فرعی و جزئی پیدا کردند. به عنوان مثال در مصر کهن، پرستش الهه «نوئیت» (بعدها آیسس) جای خود را به پرستش «را» رب‌النوع خورشید (بعداً اوسیریس) داد. در یونان نیز پرستش قدیمی‌ترین الهه، «گایا» (مادر زمین) جای خود را به پرستش «زئوس» (پدر آسمانها) بخشید. جالب توجه است که زئوس با شکست دادن «تایتانها» یا فرزندان «گایا»، پادشاه خدایان شد.

بدون شك تسلط مردان و رشد فرهنگهای خورشیدپرستی تا اندازه‌ای توأم با عنصر زن‌ستیزی، سرکوب زنان و کلاً تحقیر «اصل مادینگی» بود. لذا زنان ضعیف، خوار، هرج و مرج طلب، دیوانه و پلید محسوب شدند و کارکردهای طبیعی جسمانی آنها ناپاک و حرام شناخته شد. برای نمونه، جادوگران را اکثراً زن می‌پنداشتند، عادت ماهانه به صورت «بلا» یا «نفرین» تعبیر می‌شد. در بسیاری از جوامع، زن در روزهای قاعدگی از جمع رانده می‌شد، و اجازهٔ فعالیت‌های روزمره را نداشت. بنیانگذاران کلیسای مسیحیت حتی بر سر این مسئله که آیا زنان نیز روح دارند یا نه، مجادله می‌کردند. در بسیاری از ادیان و مذاهب، در برخی از نقاط دنیا، هنوز مقام و منزلت زن از مرد پایین‌تر است.

## بعد افقی: نگاهی دیگر

بررسی تاریخی مختصر فوق برای توضیح و روشن‌گری مفاهیم «راست» و «چپ» ارائه گردید. اگر نظریه فرهنگی‌های وابسته به خورشید و ماه صحیح باشد، پس «راست و چپ» می‌باید با «نرینگی و مادینگی» تداعی شوند. شواهد بسیار دیگری نیز در تأیید این مطالب وجود دارد. در «جدول متضادهای فیثاغورس»، نر در کنار راست و چپ همراه با ماده ذکر شده است. نظریه‌ای منسوب به آناکساگورس نیز وجود دارد که می‌گوید فرزند دختر از منی بیضه چپ و فرزند پسر از منی بیضه راست نطفه می‌بندد. در آغاز همین قرن نیز پزشکی به نام ای. راملی داوسن (E. Rumley Dawson) متخصص زایمان این تئوری عجیب را مطرح نمود که پسر از تخمکی بوجود می‌آید که در تخمدان راست تلقیح شود و دختر از تخمکی که در تخمدان چپ. در احادیث گفته شده که حوا از دنده سمت چپ حضرت آدم بوجود آمد. در تعالیم فلسفه یوگا نیز آمده است که نیروی مهتابی (مؤنث) به نام «ایدا» (*ida*) از منخر چپ [سوراخ چپ بینی] به انتهای ستون فقرات، و نیروی خورشیدی (مذکر) به نام «پینگالا» (*pingala*) از منخر راست به انتهای ستون فقرات جریان دارد. در اساطیر مصر باستان ماه را چشم چپ و خورشید را چشم راست خدای خدایان می‌دانستند. در کابالای یهودیان، ستون چپ مؤنث است و در رأس آن بینه (*Binah*) (دریای عظیم) قرار دارد، و ستون راست مذکر است و بر رأس آن حکمه (*Hokmah*) (آبرپدر) قرار دارد. بالاخره، در مراسم عروسی مسیحیان، خانواده عروس سنتاً در سمت چپ و خانواده داماد در سمت راست کلیسا می‌نشینند.

توجه به این نکته که فلان یا بهمان فرهنگ کهن «الهه بزرگ» که وابسته به ماه است، توسط فرهنگهای مردسالاری که وابسته به خورشیدند سرکوب شده، کمک شایان توجهی است به تفسیر مفاهیمی که به چپ و راست نسبت داده می‌شود. با توجه به این تفسیر، تحقیر چپ و چپ‌دستی (با تداعی مفاهیمی چون ضعف، دروغ، انحراف، کجی، نادرستی، ناپسند و حتی بد بودن) می‌تواند پدیده‌ای نسبتاً نوین باشد. این مفاهیم، به احتمال قوی در معنی اولیه‌ی واژه چپ وجود نداشتند. همچنین، معنی اولیه‌ی واژه راست هم احتمالاً با مفاهیمی چون درستی، صحت، سالم بودن، نیکی، نظم، یا حق بودن آنچنان ارتباطی نداشت. به عبارت دیگر، این مفاهیم ممکن است تداعی صفات ذکور و مردانگی در واژه راست باشند.

پس تمایز اصلی بین چپ و راست، تمایز بین خوبی و بدی نیست (این تمایز در دو قطب بالا و پایین بیان می‌شود)، بلکه چپ، سمبول ماه/شب/مادینگی است و راست، نمادی از خورشید/روز/نرینگی. لذا برای درک کامل مفاهیم چپ و راست، بهتر آن است که به بررسی دقیق و کامل دوگانگیهای عمده و بیانگر این دو قطب بپردازیم. مهم‌ترین نمونه‌های واژه‌های متضاد در این زمینه، که از منابع مختلف جمع‌آوری شده‌اند، در «جدول ۳» دیده می‌شوند.

باید توجه داشت که منظور از درج «نر» و «ماده» در این جدول، آن نیست که گفته شود مردها الزاماً صفات ستون «راست» و زنان خصلتهای ستون «چپ» را دارا می‌باشند. این نکته را نیز باید درک کرد که «الهه بزرگ» سمبول فرایندهایی است که کل زمین و نسل بشر را دربر می‌گیرند - او یک انسان مؤنث نیست. این مطلب در مورد رب‌النوع خورشید «نر» هم صدق می‌کند. روز و شب، خورشید و ماه، نر و ماده - همه ما اینها را تجربه کرده‌ایم و اگر دقت کنیم،

تأثیرشان را درون وجود خویش خواهیم یافت. علاوه بر دلالت بر ویژگیهای جسمانی، مفاهیم «نر» و «ماده» را می‌توان به عنوان سمبول قطبهای مخالف روانشناختی نیز شناسایی کرد که در هر فرد، چه زن و چه مرد، وجود دارند. همان‌گونه که در افسانه‌های پراز و رمز، همه ما از نظر روانشناختی دوجنسیتی هستیم.

## جدول ۳ سمبولیسم چپ و راست

چپ	راست	چپ	راست
ماه	خورشید	غریزه	هوش
شب	روز	بالیدگی	آموختگی
ماده	نر	درک	دانش
تاریک	روشن	ترکیب	تحلیل
منفی	مثبت	الگو	فرضیه
منفعل	فعال	همزمان	متوالی
ذهنی	عینی	عشق	قانون
متغیر	ثابت	هنر	علم
نرم	سفت	غیرکلامی	کلامی
پذیرنده	آفریننده	موسیقی	گفتار
پلیدی	پاکی	شهودی	منطقی
مرموز	آشکار	دل	عقل
خیال	واقعیت	احساس	منطق
خواب	بیداری	درونی	بیرونی
بی‌هوش	هشیاری	درون‌گرایی	برون‌گرایی
رؤیا	عمل	پنهان	هویدا

اصل سمبولیسم نر و ماده بیشتر بر مبنای تشابه‌های موجود بین خصلتهای روحی/روانی و تفاوت‌های جسمانی دو جنس، نتیجه‌گیری شده

است. این تفاوتها، شامل تفاوت در مقدار چربی (نرم و سفت)، تفاوت در شکل و کار اعضاء تناسلی (تفاوت بین پنهان و آشکار، درونی و برونی) و تفاوت در نقشهای تکوینی (رویاننده در مقابل تغذیه‌دهنده) هستند. به عنوان مثال، درون‌گرایی یک مفهوم روانشناختی است که می‌تواند با سمبول مادینگی شناخته شود و برون‌گرایی با نرینگی. لیکن این بدان معنی نیست که همه زنان درون‌گرا و همه مردان برون‌گرا هستند. این حتی بدان معنا اشاره نمی‌کند که زنان بطور میانگین بیشتر از مردان درون‌گرا هستند. باید همواره به خاطر داشت که ما راجع به «اصل» نرینگی و مادینگی - یعنی مجموعه مفاهیم ظریفی که می‌توانند با سمبول جنسیت نمود پیدا کنند - سخن می‌گوییم و نه راجع به زن یا مرد بودن. در بررسی سمبولیسم مفاهیم چپ و راست نیز باید توجه داشته باشیم که بسیاری از این تضادها، بیشتر از مفاهیم شب و روز یا ماه و خورشید نشأت گرفته‌اند. (مانند تاریک و روشن، خیال و عمل) تا از مفاهیم نرینگی و مادینگی.

## دو جنبه ما

شواهدی موجود است که نشان می‌دهد بسیاری از خصیلت‌های روانی متضاد (جدول ۳) به نحوی با یکی از دو سمت چپ و راست بدن ما نیز ارتباط دارند. به عنوان مثال، گفته می‌شود که طرز روی هم گذاشتن دستها، خصایل روحی فرد را نشان می‌دهد. در این فرضیه، اگر شصت دست راست رو قرار بگیرد، فرد منطقی و فعال است. رو قرار گرفتن شصت دست چپ نشانگر برتری احساسات، غرایز، قوه تخیل و شخصیتی منفعل است. در کف‌بینی، دست چپ نشانگر خصایل ذاتی است و دست راست، نمایانگر آنچه خواهیم بود. تئوری بسیار جالبی

نیز وجود دارد مبنی بر اینکه دو نیمه صورت انسان نیز کاملاً از نظر شکل و حالت متفاوت هستند (وولف (Wolf)، ۱۹۳۳). ظاهراً نیمه راست صورت، شخصیت آگاه و روزانه ما را نشان می‌دهد و سمت چپ، گرایشهای نهفته و ناخودآگاه را. مطالعات آزمایشی اخیر (به عنوان مثال، شیف و مک‌دونالد (Schiff and MacDonald)، ۱۹۹۰) که نشان داده‌اند عواطف مثبت در نیمه راست صورت و عواطف منفی در نیمه چپ نمود می‌یابند، تا اندازه‌ای این نظریه را تأیید می‌نماید. بالاخره روانشناس رابرت اورنستاین (Robert Ornstein) (۱۹۷۷) پیشنهاد می‌کند که اگر سعی کنیم دو نیمه بدن خود را آگاهانه و به نوبت «احساس» کنیم، احتمالاً (اگر راست‌دست باشیم) سمت راست بدنمان را روشن، فعال، منطقی و «مذکر» و سمت چپ را تیره، منفعل، شهودی، مرموز، «مؤنث» و حساس‌تر نسبت به هنر حس خواهیم کرد.

یک توضیح احتمالی برای این تفاوتها، در روان-فیزیولوژی (psychophysiology) مغز نهفته است. قرنهایست که می‌دانیم مغز، یا به عبارت صحیح‌تر قشر مخ (cerebral cortex) (لایه عظیم بیرونی مغز که «فکر» می‌کند) به دو نیمه تقریباً مساوی و قرینه تقسیم شده است. این نیمکره‌های مخ (cerebral hemispheres) بوسیله گره بزرگی از رشته‌های رابط به نام جسم پنبه‌ای (corpus callosum) با هم ارتباط دارند. اگرچه دو نیمکره در بسیاری از کارها مشترک هستند، هر یک نیز فعالیت‌های ویژه خود را دارند. با مشاهده بیمارانی که در یک نیمکره دچار سکته یا صدمه شده‌اند و یا جسم پنبه‌ای آنها به دلایل طبی و از طریق جراحی قطع شده (و اصطلاحاً «دو پاره مخ» (split-brain) نامیده می‌شوند)، وظایف دو نیمکره شناسایی شده‌اند (رجوع کنید به برادشاو و نتلتون (Bradshaw and Nettleton)، ۱۹۸۱؛ اورنستاین، ۱۹۷۳،

(۱۹۷۷).

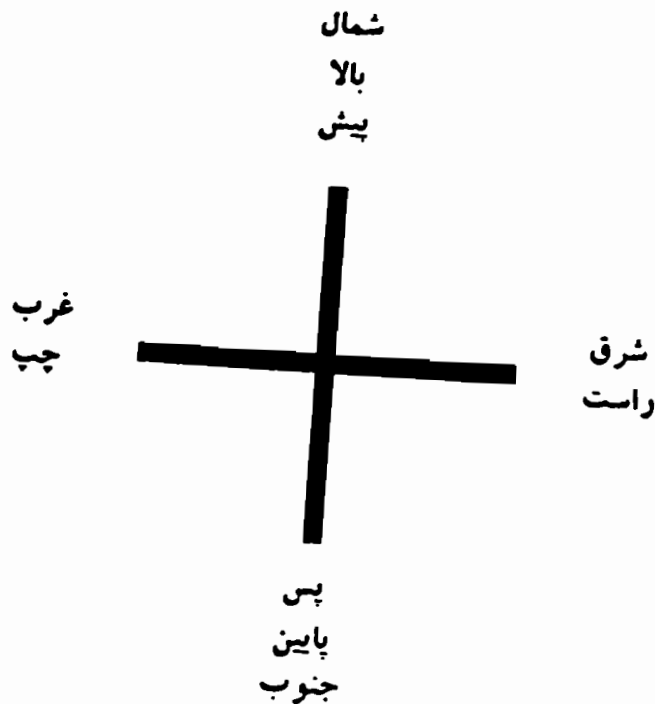
در بحث دو نیمکره مغز، لازم به توضیح است که به خاطر ارتباط معکوس نیمکره‌ها با کارکرد حسی و حرکتی (به عنوان مثال، سکتۀ سمت چپ مغز می‌تواند ایجاد فلج و بی‌حسی در سمت راست بدن نماید) این در واقع نیمکره چپ مغز است که تجربه نیمه راست بدن ما را طرح‌ریزی می‌کند و تجربه سمت چپ بدن نیز مشابهاً توسط نیمکره راست مغز طرح‌ریزی می‌شود.

در افراد راست‌دست (در مورد چپ‌دستان، شواهد چندان روشنی در دست نیست) نیمکره چپ (که به صورت راست تجربه می‌شود) معمولاً مسئول گفتار و پندار منطقی، تحلیلی، ریاضی یا کلامی است. تصور می‌شود که نیمکره چپ اطلاعات را به نحوی خطی و زنجیره‌ای پردازش می‌نماید. نیمکره چپ را به لحاظ کارکرد کلامی و منطقی آن به ذهن خود آگاه در نظریه روانکاوی تشبیه کرده‌اند (اورنستاین (Ornstein)، ۱۹۷۱).

در نقطه مقابل، نیمکره راست (که به صورت چپ تجربه می‌شود) معمولاً به جهت‌یابی در فضا، آگاهی غیر کلامی، تصور جسمی، شناسایی الگو و صورت‌تک، فعالیت‌های هنری و دستی، لذت بردن از موسیقی، درک شهودی و رؤیا اختصاص دارد. به نظر می‌رسد این نیمکره قادر به ترکیب، ارتباط دادن، یا ادغام کردن اطلاعات متنوع و پردازش آنها بطور همزمان است. این نیمکره را از لحاظ ارتباطش با شعور غیر کلامی و شهودی و با خیال و رؤیا، با «ناخود آگاه» در فلسفه روانکاوی مقایسه کرده‌اند (م.م.).

اهمیت اصلی این بررسی‌های عصبی/روانشناختی برای نظریه مورد بحث در اینجا، به لحاظ تأیید مفاهیم پیشنهادی چپ و راست است. (البته همواره باید به خاطر داشت که مفهوم چپ در نیمکره راست و

مفهوم راست در نیمکره چپ احساس می‌شود. با ارائه این واقعیت که بسیاری از قطبهای روانشناختی پیشنهاد شده بوضوح به کارکرد مغز مربوط می‌شوند، این مطالعات نشان می‌دهند که مطلب مورد بحث در اینجا مفاهیمی کاملاً اصلی و اساسی از تجربه انسانی است. مفاهیم سمبولیک چپ و راست از چیزی بیش از خرافه و یاوه ناشی گردیده است. بعلاوه، چون همه ما دارای دو نیمکره مخ هستیم، پژوهشهای مذکور، این نکته مهم را تأیید کرده‌اند که همه ما ظرفیت عملکرد به هردو طریق را داریم.



نمودار ۳: چلیپای یونانی

### سمبولیسم علامت صلیب

پس از بررسی مفاهیم سمبولیک دو بُعد عمودی و افقی، اکنون

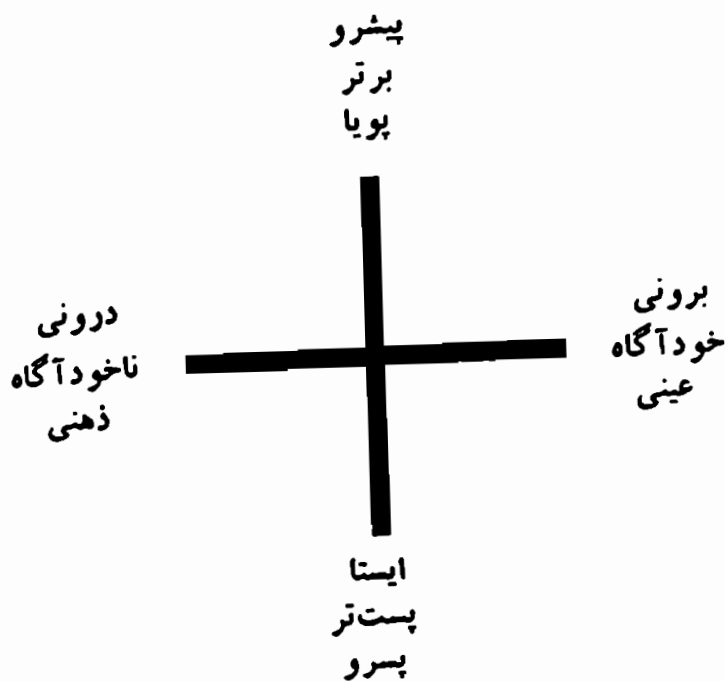


می‌توانیم به جستجو و گزینش راهی برای ترکیب این دو بُعد پردازیم که ارکان درک بهتر و کامل‌تر وضعیت روانی فرد را فراهم می‌سازد. نشان صلیب، مدتها پیش از آنکه به صورت سمبول مسیحیت در آید، حتی در زمان انسانهای نخستین وجود داشته است. سمبولی پیچیده و اغلب بیانگر احساسات و عواطف بسیار قوی است. معانی مشخص انواع صلیب معمولاً بستگی به شکل یا صورت خاص آن دارد (صلیب مسیحی و صلیب شکسته حزب نازی آلمان را مقایسه کنید). برای مسیحیان، اهمیت صلیب یادآور (فاجعه) به صلیب کشیده شدن مسیح و رنجهای وی برای کفاره گناهان مردم است. در مذاهب و فرهنگهای دیگر، صلیب با اندک تنوعی در شکل به صورت سمبول آتش، خورشید یا نیروی زندگی آمده است (مثلاً عنخ مقدس مصریان کهن)<sup>۲</sup>.

ساده‌ترین و قدیمی‌ترین شکل صلیب برای کار ما (یعنی تفسیر ماتریس «رمزواژه») کفایت می‌کند. این شکل از دو خط هم‌اندازه عمودی و افقی متقاطع در وسط تشکیل شده است و به چلیپای ارتدکس یونانی معروف است. چلیپای یونانی، چهار سمت را بر محور یک نقطه مرکزی نمایش می‌دهد و لذا نشانگر جهت‌یابی در فضا است (به عنوان مثال، رجوع کنید به سیرلو (Cirlot)، ۱۹۷۱). این چهار جهت را می‌توان به صورت زیر نامگذاری نمود: (الف) شمال، جنوب، مغرب، مشرق؛ (ب) بالا، پایین، چپ و راست؛ و یا (ج) جلو، عقب، چپ و راست. چلیپای یونانی، چون فضا را بر محور یک نقطه مرکزی ترسیم می‌کند، به عنوان سمبول مرکز کیهان نیز می‌باشد. از

(۲) *ankh* در خط هیروگلیف مصر باستان سمبول زندگی بوده است. -م.

آنجا که کیهان را می‌توان نه تنها از بُعد فیزیکی بلکه از بُعد روانی نیز تفسیر نمود، چلیپای یونانی نیز می‌تواند به عنوان سمبول آگاهی و موجودیت فردی تلقی و تفسیر گردد.



نمودار ۴: صلیب «تحقق خود»

خط عمودی چلیپای یونانی که بوسیله خط افقی از وسط قطع می‌شود، نمایشگر تفاوت بین دو عالم خاکی و آسمانی، بین نیکی و بدی، روح و جسم، تکامل و انحطاط، و یا آینده و گذشته است. خط افقی نیز به دو نیمه چپ و راست وجودی تقسیم می‌گردد: ناآگاهی و آگاهی، درونی و بیرونی، منفعل و فعال، مؤنث و مذکر، یا ذهنی و عینی. ولی چلیپا چیزی بمراتب بیش از سمبول تقسیم است: مفهوم بنیادین آن، توازن و اتحاد و پیوند تناقضات است. لذا همان‌گونه که کارل یونگ گفته است (به عنوان مثال c.d، ۱۹۶۸) شکل صلیب سمبول

اساسی درک خود یا فردیت است (نمودار ۴).

### ماتریس «رمزواژه»

اساس تفکیک «رمزواژه» بر مبنای این فرضیه پایه‌گذاری می‌شود که انتخاب ۱۶ واژه اولیه به نحوی تحت تأثیر نوعی درک ناخودآگاه (و احتمالاً با منشاء عصب‌شناختی) از جهات چهارگانه و معانی سمبولیکشان صورت می‌گیرد. لذا نخستین ۸ واژه که در بالای صفحه نوشته می‌شوند، احتمالاً بیانگر جنبه‌های پویا، پیشرو و برتر فرد هستند، و ۸ واژه‌ای که در پایین‌ترین ردیف صفحه نوشته می‌شوند، ممکن است نمایانگر گرایشهای پس‌رونده، پست یا ایستای فرد باشند. با همین طرز نگرش، چنین استنباط می‌شود که ۸ واژه‌ای که در خانه‌های نیمه چپ ماتریس (۴-۱، ۱۲-۹، ۱۷، ۱۸، ۲۱ و ۲۲) نوشته می‌شوند، سمبول و منعکس‌کننده فرایندهای درونی، ناخودآگاه و ذهنی، و در مقابل ۸ واژه سمت راست ماتریس (۸-۵، ۱۶-۱۳، ۱۹، ۲۰، ۲۳ و ۲۴) بیانگر فرایندهای برونی، آگاه و یا عینی هستند.

ممکن است فرضیه‌های ذکرشده در بالا به ظاهر کمی بعید و دور از ذهن به نظر آیند، ولی اگر اکنون واژه‌هایی را که در این خانه‌ها نوشته‌اید به دقت بررسی کنید، شاید بتوانید نوع ارتباطها را لااقل بطور ضمنی شناسایی نمایید. ضمناً با توجه به شواهد بررسی‌شده درباره یکپارچگی و جامعیت نمادگرایی فضایی، و نیز با پژوهشهای جالبی که در مورد تفاوت کارکرد دو نیمکره مغزی صورت گرفته است، امکان چنین تأثیرگذاری قوی می‌باشد. با وجود این، نحوه دقیق این تأثیرگذاری در حال حاضر در پرده ابهام مانده است. به منظور روشن‌تر کردن الگوی روانشناختی، یک سلسله ارتباطات

بین ۸ جفت واژه اولیه ساخته می‌شود. این فرایند به شخص کمک می‌کند که موضوعهای نهفته را شناسایی کرده به معانی دقیق‌تر دست یابد. همچنین احتمالاً فرصت بیشتری می‌دهد تا واژه‌ها تحت تأثیر آگاهی ما از استعاره فضایی انتخاب شوند. در عین حال، این تمرکز پیش‌رونده معمولاً مانع از هرگونه تلاش آگاهانه برای کنترل پاسخ‌دهی می‌گردد. مطمئناً در نتیجه این فرایند گام به گام، بسیاری از افراد دریافته‌اند که اگرچه ۱۶ واژه اولیه تا اندازه‌ای بی‌ربط و بی‌معنی جلوه می‌کند، ولی ارتباطهای بعدی اغلب اهمیت قابل توجهی می‌یابند.

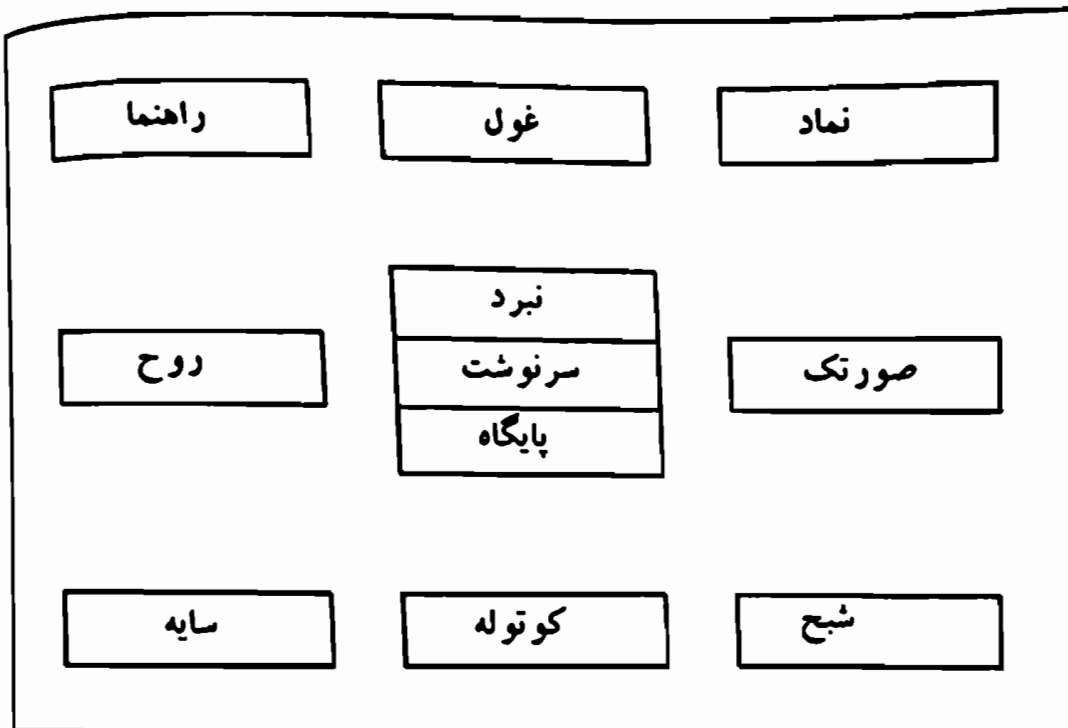
هنگام تفسیر ماتریس «رمزواژه»، تنها ۱۱ کلمه درون مستطیل وسط مورد توجه قرار می‌گیرند. هر یک از این واژه‌ها مفهومی خاص و کلیدی دارد که از موقعیتش در درون ماتریس نشأت می‌گیرد. کلیدهای «رمزواژه» در نمودار ۵ نشان داده شده است.

در این ماتریس، غول (Giant) و کوتوله (Dwarf) نشانگر دو قطب مخالف بالا و پایین (پیشرفت و پسرفت) هستند. روح (Soul) و صورتک (Persona) نمایانگر دو قطب افقی چپ و راست (درونی و برونی) اند.

چهار کلید گوشه این مستطیل نشانگر ترکیبات مختلف قطبها در این دو بُعد هستند. لذا راهنما (Guide)، اصل پیشرفت درونی، نماد (Imago) پیشرفت برونی، سایه (Shadow) پسرفت درونی و شبح (Spectre) پسرفت برونی است.

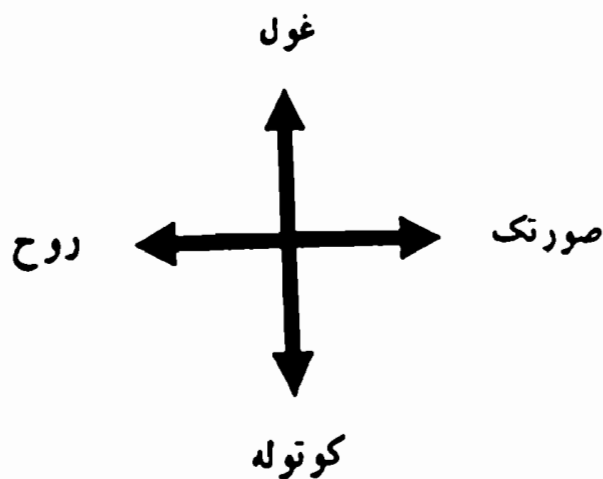
پایگاه (Station) و نبرد (Battle) به ترتیب نمایانگر نقطه توازن یا تنش دو قطب برونی-درونی و پیشرفت/پسرفت هستند. کلید پایانی ماتریس، سرنوشت (Destiny) است که به منزله حل نهایی کلیه نیروها و تنشها و تضادهای موجود در روان انسان است.

منشاء مستقیم آن پیوند پایگاه و نبرد است.

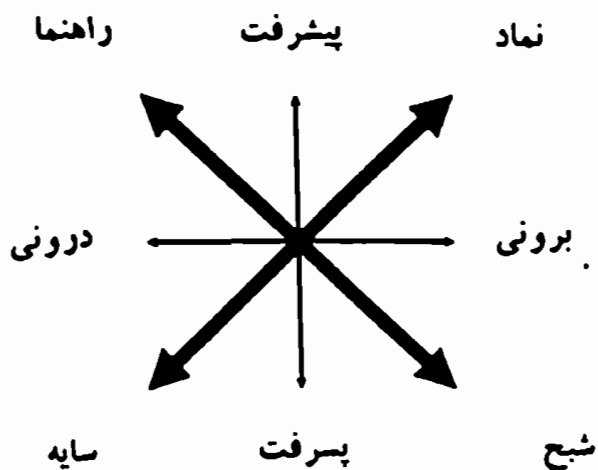


نمودار ۵: کلیدهای «رمزواژه»

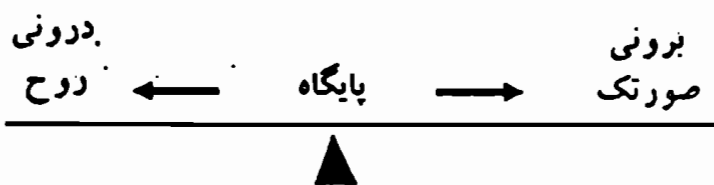
این روابط در نمودارهای ۶ الی ۱۰ و همچنین در جدول شماره ۲ نمایش داده شده‌اند. جدول شماره ۴ حاوی شاخصهای اساسی روانشناختی هر کلید نیز می‌باشد.



نمودار ۶: ابعاد اصلی



نمودار ۷: ترکیبات ابعادی



نمودار ۸: توازن/تنش بیرون و درون



نمودار ۹: توازن/تنش پیشرفت و پسرفت



نمودار ۱۰: حل نهایی

## معاینه ماتریس

پیش از مطالعه تعریف تفصیلی هریک از کلیدهای «رمزواژه» در فصل بعدی، شاید مایل باشید ببینید واژه‌هایی که در خانه‌های کلیدی نوشته‌اید، تا چه حد مفاهیم درج‌شده در جدول ۴ را منعکس می‌سازند. روشن‌ترین روابط، در ارتباط با چهار سمت اصلی (غول، کوتوله، روح، صورتک) و سه کلید مرکزی (پایگاه، نبرد، سرنوشت) مشهود می‌گردد.

اگر در ظاهر هیچ رابطه واضح و آشکاری بین واژه‌هایی که در این خانه‌ها نوشته‌اید و «کلید»های مربوطه به چشم نمی‌خورد، شاید لازم باشد واژه‌ها را به عنوان سمبول یا مفاهیم مجازی تعبیر کنید. به عنوان مثال کلید واژه غول معمولاً همراه واژه‌هایی می‌آید که سمبول حرکت هستند (مانند اتوبوس، قطار، جاده، شنا، سیل، رودخانه). این گونه واژه‌ها ممکن است نشانگر لزوم نوعی تغییر اساسی در زندگی‌تان یا نیاز به برخوردی کلاً پویاتر باشد.

گاه متوجه می‌شوید واژه‌ای که نوشته‌اید، ظاهراً با اصل کلید مربوطه مغایرت دارد. در اکثر موارد این تضاد تنها جنبه ظاهری دارد و به معنای لزوم معکوس کردن قطبهای ماتریس نیست. به همین دلیل همیشه سعی کنید واژه‌هایتان را در ارتباط با معنی کلیدی تفسیر کنید و بلافاصله نگوئید که قطبها معکوس شده‌اند. به عنوان مثال، واژه «شکست» در موقعیت کلیدی غول می‌تواند مؤید این نکته باشد که ترس از شکست باعث تحریک شما است. همچنین واژه «تمیز» در موقعیت کوتوله می‌تواند اشاره به این داشته باشد که وسواس نظافت شما را عقب نگه داشته است.

## جدول ۴: اصول و شاخصهای روانشناختی کلیدها

شاخصهای روانی	اصل	کلید
نیروهای محرک	پیشرفت	غول
گرایش به سستی	پسرفت	کوتوله
پایه شخصیت درونی	درون‌گرایی	روح
پایه شخصیت برونی	برون‌گرایی	صورتک
کشف شهود برتر	پیشرفت درونی	راهنما
آرمانهای «من»	پیشرفت برونی	نماد
«چیزهای» سرکوب‌شده	پسرفت درونی	سایه
مشکلات و اضطرابها	پسرفت برونی	شبح
احساس بنیاد «خود»	توازن یا تنش درون / بیرون	پایگاه
تکلیف شخصی	توازن یا تنش پیشرفت / پسرفت	نبرد
«خود» تحقق یافته		سرنوشت راه حل نهایی

این سؤال که آیا در قطبهای ماتریس «رمزواژه» واقعاً جابجایی رخ می‌دهد (مثلاً جابجایی چپ و راست یا بالا و پایین) هنوز پاسخی قطعی ندارد. طی سالها، چندین مورد مشاهده شده است که شخص تجربه‌کننده «رمزواژه» ادعا نموده است که تنها با جابجایی دو قطب، تفسیر ماتریس میسر می‌گردد. لیکن در اکثر این موارد حتی در مواردی که در نظر اول نیاز به جابجایی وجود داشت، پس از بررسی دقیق‌تر، ارائه تفسیری مفهوم و مفید بر مبنای ساختار اصلی ماتریس امکان‌پذیر بود.

پیچیدگی مهم دیگر که باید در نظر گرفته شود این است که عقاید



معمولاً می‌توانند بیانگر مفهوم متضاد خود باشند. این امر هم به صورت طنز بروز می‌کند و هم به صورت معکوس‌سازی عمدی. مثلاً «شیر پاک خورده» (که می‌تواند به معنی «حرام‌لقمه» باشد) و یا واژه «بدجنس» (به معنای «عالی»). در سمبولیسم نیز، اینگونه معانی معکوس زیاد به چشم می‌خورند: تیپ دلچک (و بهلول) - مانند سمبول حکمت و دانایی می‌شود و مرگ، نمادی از تولد دوباره. به نظر می‌رسد که هر فکر (تز)، بذرفکر ضد (آنتی‌تز) خود را دربر دارد. در تأیید این مطلب، نگارنده بارها مشاهده کرده است که افراد هنگام پر کردن ماتریس، واژه‌ای را خط زده دقیقاً متضاد آن را نوشته‌اند. این امر عملاً نشانگر آن است که واژه‌ای چون «شکست» در خانه غول می‌تواند چنین تعبیر شود که نیروی عمده انگیزش، نیاز به موفقیت است. این نکات ممکن است به صورت طفره و گریز به نظر آیند: متأسفانه تفکر انسانی آنقدرها که مایل هستیم باور کنیم، ساده و خالی از ابهام و چندگونگی نیست. باید این پیچیدگیها را بپذیریم، به آنها عادت کنیم و نهایتاً از آنها یاد بگیریم.

جالب توجه است که اشخاص، در اکثر موارد ویژه، مدعی جابجا شدن قطبهای چپ و راست ماتریس می‌شوند و نه قطبهای بالا و پایین. این بیشتر از عدم تشخیص صحیح فرد از جنبه‌های «درونی» و «برونی» شخصیت ناشی می‌شود و نشانگر جابجایی واقعی در این بُعد نیست. همچنین، لازم به توجه است که اگرچه می‌توان مدعی تأثیرگذاری شهودی یا نظری چپ‌دستی و راست‌دستی روی قطبهای چپ و راست ماتریس شد، ولی هیچ شاهد و مدرک مشخصی برای این فرضیه وجود ندارد. برعکس به نظر می‌رسد که بُعد چپ/راست بخصوص مفهومی ثابت و همگانی دارد.

نتیجه بحث چنین است: بهتر است ماتریس خود را بر مبنای قطبهای استاندارد مشروح در این کتاب تفسیر نماییم. بعید است که

معکوس کردن محورهای ماتریس بتواند بهبودی در تفسیر و تعبیر حاصل نماید. مهم‌تر آنکه اگر به خود اجازه دستکاری سیستم را بدهیم، تنها باعث خواهد شد که از واقعیت دقیق و سودمند منحرف شده به دنبال خوشایندترین یا مطلوب‌ترین تفسیر برویم... در واقع ساختار ثابت ماتریس «رمزواژه» حکم «شخص دوم» در فرایند دیالکتیکی خودشناسی را دارد. لذا معنی هر کلید، عقاید شما درباره خودتان را آشکار نموده زیر سؤال قرار می‌دهد، تا از این راه قادر شوید درک جدیدتر و بهتری از خود بدست آورید. ولی مورد سؤال قرار دادن «خود» تنها زمانی امکان‌پذیر است که کلیدها را در جای اصلی خود بگذارید و مطابق میل و هوس یا تصویری که از خودتان دارید، آنها را جابجا نکنید.

اگر به هر صورت از طریق استاندارد موفق به یافتن تفسیری نگشتید، امکان دارد مجبور شوید قطبهای یک یا هر دو بُعد را جابجا کنید (ساده‌ترین راه این است که واژه‌هایتان را دوباره در یک ماتریس خالی بازنویسی کنید). به دلایل گفته شده صلاح نیست این کار را همیشه تکرار نمایید بلکه باید آن را به عنوان آخرین راه چاره تلقی کرد. از سوی دیگر، اگر با جابجا کردن قطبها، تفسیری قابل فهم بدست آمد که قبلاً امکان‌پذیر نبود، باید آن را اقدامی مقبول و توجیه‌شده بدانیم. به هر حال، در اینگونه مسائل نباید زیاده از حد یکدنده و متعصب باشیم.



## فصل چهارم

### کلیدهای «رمزواژه»

سازمان

در این فصل، هر یک از کلیدهای «رمزواژه» به تفصیل شرح داده شده است. توصیفهای کلیدی به بخشهای پنجگانه زیر تقسیم می‌گردند:

اصل

اصول عمده یا آرمانهای اساسی و مشخصه هر کلید را شرح می‌دهد. این اصول مستقیماً از ساختار سازمانی ماتریس ناشی می‌شوند.

دلالت عمومی

نیروها، فرایندها و یا گرایشهای عمده هر کلید را شرح می‌دهد.

موضوعهای مشترک

اهداف یا موضوعهایی را شرح می‌دهد که بیشتر با کلید همراه هستند.

## نشانه‌های نمونه

انواع استعاره‌ها، سمبولها و نشانه‌های بیانگر جنبه‌های مهم هر کلید را فهرست می‌کند. بیشتر این اشارات اغلب در خانه‌ی مربوط در ماتریس به چشم می‌خورند. در این گونه موارد، هنگام تفسیر، کشف مفهوم یا پیام خاصشان، باید این سمبول یا استعاره را در کل ماتریس نیز پیدا کنید. نشانه‌های سنتی نیز برای روشنگری و تشریح کامل‌تر تداعیها، ارائه می‌گردند.

ملاحظه خواهد شد که گهگاه ممکن است یک نشانه برای دو یا چند کلید ذکر شود. این بدان دلیل است که اکثر نشانه‌ها می‌توانند گویای بیش از یک مفهوم باشند. مثلاً خورشید می‌تواند نشانه‌ی هوشیاری، یا سمبول قدرت، یا موفقیت، و یا وحدت باشد. در تفسیر نشانه‌ها، لازم است اصل معرف هر کلید را به خاطر داشت. لذا خورشید می‌تواند در خانه‌ی غول سمبول توانایی یا انگیزش باشد، در خانه‌ی صورتک می‌تواند نشانگر آفرینندگی یا برون‌گرایی باشد، در خانه‌ی نماد می‌تواند بیانگر منزلت و موفقیت باشد و در خانه‌ی سرنوشت می‌تواند اشاره به رسیدن به کمال و فردیت باشد. هرچند ممکن است این توضیحات برای ذهن ساده و منطق‌گرا مبهم و نومیدکننده جلوه نماید، ولی این گونه پیچیدگی و ابهام خصیصه‌ی ذاتی و اجتناب‌ناپذیر اندیشه‌ی سمبولیک است.

## ملاحظات

در این بخش مشاهدات مهمی که در رابطه با مفهوم عملی و تفسیر هر کلید به دست آمده است، از جمله تغییرات اساسی در نحوه‌ی نمودیابی کلید در جدول، ارائه می‌گردد. مفاهیم نظریه‌ی یونگ نیز

هرکجا با کلید دارای تناسب و ارتباط باشد، ذکر شده است.

### شناخت کلیدهای «رمزواژه»

توصیه می‌شود پیش از اقدام به تفسیر جدی یک ماتریس، تک‌تک کلیدها را بررسی و شناسایی نمایید. در حین مطالعه توضیحات مربوط به هر کلید، مقایسه کردن پاسخهای خودتان بسیار جالب و آموزنده خواهد بود.

لزومی ندارد توضیحات را حفظ کنید، بلکه مهم آن است که درکی کلی و «حس» صحیح از هر کلید داشته باشید. در ضمن به ارتباط بین کلیدها نیز باید توجه شود. در این رابطه، بررسی کلیدها بر مبنای اصول ساختاری ماتریس (فصل ۳) می‌تواند کمکی سودمند باشد.

### غول

#### اصل

پیشرفت. رشد. حرکت. جنبش. آزادی. بلوغ. قدرت. انگیزش. نظم. پیشروی. آینده.

#### اشاره‌های عمومی

نیروهای محرک. انگیزه غالب. منبع قدرت. نیروی خلاقه. تحرک یا رشد لازم. جنبه‌هایی که فرد را به پیش می‌برند. محسنات شخصی.

## موضوعهای مشترک

جاه‌طلبی. شهرت. موفقیت. پیروزی. پول. خوشبختی. تغییر. حرکت. رهایی. خودانگیختگی. بازیگوشی. سفر. اراده. ابراز وجود. کار. تحصیل. خلاقیت. روشن‌بینی. خدمت. ایثار. شفا. توجه. مذهب. امید. عشق. خانواده. دوست. ارتباط. تولیدمثل. تازگی. پاکی. طبیعت. نیکی. نظم. عدل.

## نشانه‌های نمونه

سفید. بهار. تخم. دانه. بذر. گیاه. ستاره. فضا. آسمان. پرواز. زمان. مارپیچ. پلکان. جاده. کوه. کشتی. اتوبوس. قطار. ماشین. موتور. رانها. تندر. درخت بلوط. شاه. خدا. زئوس. مشتری. ثور<sup>۱</sup>. سرور. امید.

## ملاحظات

در اصل کلید غول بیانگر انگیزش و گرایشهای پیشتاز کلی فرد در زندگی است و عموماً نشانگر انگیزه‌هایی است که فرد را به پیش می‌برد. این انگیزه‌ها به مراتب اساسی‌تر از اهداف و امیال آگاهانه «خود» هستند (که اغلب بوضوح در کلید نماد نمایانگر می‌شود).

برای بسیاری از افراد، تأکید اصلی روی موفقیت فردی و پیروزی و خوشبختی، و برای برخی نیز خدمت و توجه و ایثار است. دیگر موضوعهای مهمی که در قالب غول بیان می‌شوند، می‌توانند بر پایه آرمانهای روشنفکری، سیاسی، هنری یا خانوادگی باشند.

(۱) Thor: در اساطیر ژومن و وایکینگها، خدای رعد و برق و سمبول قدرت و مردانگی. -م.

همچنین غول می‌تواند به خصلتهای پیشرو، معنوی یا خلاق در وجود فرد، در موقعیت وی اشاره داشته باشد. از سوی دیگر، همچنین می‌تواند صرفاً بیانگر نیاز به رشد و تغییر و یا لزوم برخوردی پویاتر با زندگی باشد.

## کوتوله

### اصل

واپسروی. فساد. اضمحلال. انحطاط. عدم بلوغ. ضعف. سستی. هرج و مرج. عقب‌ماندگی. قهقرا. گذشته.

### اشاره‌های عمومی

پستی و بی‌ارادگی. منشاء ضعف. جذبه‌هایی که فرد را عقب نگه می‌دارند. صفاتی که باید کنترل یا مهار شوند. موقعیت پیشین. کودکی. تکانشهای بچگانه. عیبهای شخصیتی.

### موضوعهای مشترک

منفی‌گرایی. یأس. افسردگی. خستگی. بی‌حوصلگی. رکود. تنبلی. شکست. هراس از مکانهای بسته. محدودیت. سردمزاجی. ناتوانی (عنین). اغتشاش. دیوانگی. جنون. اضطراب. بی‌توجهی. خام‌دستی. دروغ. گناه. شر. کثافت. پوسیدگی. غم. مرگ. سرما. بیماری. خشونت. درگیری. عدم اتحاد. انتقاد. امتحانات. بدبینی. ماده‌گرایی. پستی. کم‌ارزشی. عادت. فشار اجتماعی. احتیاط. ناپختگی. طفولیت. بچه‌بازی در آوردن. تکبر. کهنه‌پرستی.



## نشانه‌های نمونه

سیاه. زمستان. یخ. مرگ. تابوت. کرم. اسکلت. گِل. داس. زحل  
 (سمبول تاریکی و آشفتگی). شیطان. عالم مردگان. مفاک. بیابان.  
 پوچی. خرابه. هرج و مرج. دیوانه. شمشیر شکسته. جنگ. خون. چاقو.  
 غل و زنجیر. زندان. حلزون. تختخواب. عهد دقیانوس. عتیقه. نی‌نی  
 کوچولو. اسباب‌بازی. سرب. حلب.

## ملاحظات

کوتوله معمولاً اشاره است به الف) گذشته، یا سمتی که فرد از آنجا  
 آمده است؛ ب) مشکلات یا مسائلی که مانع پیشرفتند؛ و ج) ضعفها و  
 نواقص فردی. موضوعاتی که اغلب با کلید کوتوله همراهند، با  
 مشکلاتی چون بی‌احساسی، لختی و سستی، نابالیدگی، محدودیت  
 اجتماعی، افسردگی، اضطراب و تنش در ارتباطند.

هرچند کوتوله اساساً نیرویی منفی است، ولی در اکثر موارد  
 می‌توان از این کلید درسی مثبت گرفت. به عنوان مثال، کلید کوتوله  
 با شناساندن نیروهای بازدارنده یا ضعفهای عمده شخصیتی، به ما  
 کمک می‌کند که اقداماتی در جهت خنثی کردن تأثیرات منفی  
 صورت دهیم. باید دانست که هیچ‌یک از بخشهای ماتریس «رمزواژه»  
 ثابت، غیرقابل تغییر و ابدی نیستند، لذا کوتوله نشانگر هیچ نوع عیب  
 و نقص دائمی یا مشکل برطرف‌ناشدنی نیست، بلکه نشانگر آن است  
 که کدام‌یک از جنبه‌های شخصیتی یا موقعیتی ما نیاز به غلبه کردن یا  
 برخوردی سازنده دارد.

## روح

## اصل

درون‌گرایی. ذهنیت. ناهشیاری. ناآگاهی. توداری. پذیرش.  
 فعل‌پذیری. معما.

## اشاره‌های عمومی

پایه شخصیت درونی. «خود» ذهنی یا خصوصی. افکار و احساسات.  
 وضعیت عاطفی. گرایش‌های ناخودآگاه یا نهفته. طرز برخورد با ضمیر  
 ناخودآگاه. خصلت‌های جنس مخالف که ما را مجذوب (و یا مرعوب)  
 می‌سازند. مادینه‌روان<sup>۲</sup> یا نرینه‌روان<sup>۳</sup> در نظریه یونگ.

## موضوع‌های مشترک

عواطف. دلبستگی‌ها. خاطرات. احساس رضایت یا عدم رضایت.  
 امنیت یا عدم اطمینان. معصومیت. دلربایی. لطافت طبع. ریشه‌های  
 فرهنگی. خانواده نزدیک. دنج بودن. با هم بودن. عشق. عاشقی. خنده.  
 کودکی. دوران مدرسه. گوش دادن. مخفی کردن. تاریکی. معما.  
 غریب بودن. تناقض. عمق. سنگینی. انعطاف. منحصر به فرد بودن.  
 خودمختاری. تصمیم.

۲) anima در فلسفه یونگ: اصل مادینگی موجود در مردان، روح،  
 روان. —م.

۳) animus در فلسفه یونگ: اصل نرینگی موجود در زنان، جان،  
 شهامت، شور. —م.

## نشانه‌های نمونه

جنگل. شئل. پرده. سبزه. ماه. شب. گنجه. انبار. دیگ. کوزه. غلر. چاه. آب. دریا. گرداب. حیوان اهلی. فرشته. گل سرخ. لب. زیبای خفته. خانه. در. کلید. عروسی. دمپایی. نرگس. آینه. مغز. پلاستیک. دلچک.

## ملاحظات

روح در اصل نمایانگر جنبه‌ای از «کارکرد درونی» فرد است. در بعضی از موارد، واژه‌ای که در این خانه نوشته می‌شود، ممکن است صرفاً بیانگر یک فکر، خاطره یا احساس غالب باشد که معمولاً خصوصی یا مخفی نگاه داشته می‌شود، یا عمدتاً در ناخودآگاه قرار دارد. در موارد دیگر، روح می‌تواند گویای سبک یا ماهیت بنیادین «خود» ذهنی و خصوصی فرد باشد. این «خود»ی است که تنها برای فرد و چند دوست بسیار صمیمی شناخته شده است. «خود»ی است که غالباً آن را به عنوان «من واقعی» یا «من درونی» می‌خوانیم.

برای بعضی از افراد «خود» درونی می‌تواند سرزمینی ناشناخته و ناآشنا باشد که هرچند ممکن است آنها مایل به شناسایی آن باشند ولی آمادگی کشف آن را ندارند. وجود واژه‌های دال بر احساس بیگانگی، عمق یا تاریکی در این خانه، این میل را تأیید می‌کند. همچنین روح می‌تواند بیانگر خصلتها و صفاتی باشد که آن را بسیار جذاب می‌دانیم ولی در شخصیت خود نمی‌بینیم، و بالعکس آنها را در وجود افراد دیگر (بویژه در جنس مخالف) جستجو می‌کنیم. در زبان روانکاو تحلیلی یونگ، این جنبه روح به عنوان تصویر روح تضادی خوانده می‌شود. در مردان گونه‌ای مادینه‌روانی (anima) و در

زنان نوعی نرینه‌روانی (animus) (رجوع کنید به یاکوبی (Jacobi)، ۱۹۶۸؛ یونگ (Jung)، ۱۹۶۶، ۱۹۶۸، b, a). به همین دلیل است که مردان اغلب به سمت زنانی کشیده می‌شوند که آنها را لطیف، مهربان یا مادرانه می‌بینند، و زنها نیز مجذوب مردانی می‌شوند که در نظرشان مسلط، باجرات یا دارای اعتماد به نفس جلوه می‌کنند. یونگ معتقد بود ما تنها زمانی می‌توانیم به صورت انسانی کامل در آیم که قادر شویم صفاتی را که در جنس مخالف جذاب می‌دانیم، به عنوان اجزاء و عناصر مهم شخصیتی خودمان بشناسیم و بپذیریم.

از سوی دیگر تصویر روح بویژه اگر آلوده به عناصر سایه (مکتب یونگ، بعداً شرح داده خواهد شد) گردد، می‌تواند بروزی منفی داشته باشد و به صورت خصایلی ناپسند نمایان شود که فرد معمولاً به جنس مقابل نسبت می‌دهد. بدین ترتیب یک مرد ممکن است زنها را اهل غیبت، خودپسند یا کج‌خلق ببیند و یا یک زن، مردها را به خاطر سلطه‌جویی، عدم حساسیت یا خشونت مورد انتقاد قرار دهد. در واقع این خصایل سرکوب‌شده (و ناخودآگاه) خود فرد هستند که به دیگران تعمیم داده می‌شوند. احتمال دارد تصویر روح در مواقع فشار یا بروز مشکل، به حیطة آگاهی وی نیز تجاوز کند و به عنوان مثال، مرد فوق‌الذکر خودش اهل غیبت، خودپسند یا کج‌خلق باشد یا زن فوق‌الذکر به طرزی سلطه‌جویانه، خشن و عاری از حساسیت رفتار نماید. در اینجا همچنین حائز اهمیت است که فرد این گرایشهای نهانی را بشناسد، آنها را به عنوان جنبه‌های مهم شخصیتی خویش بپذیرد، و نهایتاً جایی مناسب و قابل درک برای آنها در ساختار کلی روانی خویش پیدا کند.

## صورتک

اصل

برون‌گرایی. عینیت. خود آگاهی. وسعت نظر. خلاقیت. فعالیت. گشادگی. روراستی. ارتباط.

اشاره‌های عمومی

اساس شخصیت خارجی. خودِ خارجی یا عینی. ماسک. خیمه‌شب‌بازی. نقشهای اجتماعی. وضعیت فیزیکی یا اجتماعی. بازخوردها و گرایشهای خود آگاه. مفهوم یونگی چهره<sup>۴</sup>.

موضوعهای مشترک

زندگی عمومی و اجتماعی. حرفه. موقعیت اجتماعی. عرضه خود. تبلیغ. کفایت یا عدم کفایت. کارایی یا عدم کارایی. ایفای نقش. ارزیابی خود از نظر اجتماعی. صورت ظاهری. نماد بدن. جنسیت. تفریح. تعطیلات. ورزش. نرمش. فعالیت. خوشگذرانی. شانس. خودانگیختگی. خلاقیت. ابراز خویشتن. گشاده‌رویی. ارتباط. کلام. نوشتار. نمایش. ابراز عواطف. صدا. نمایان کردن. استحکام. ریاکاری. دروغ. سردی. نامفهومی. فرار.

نشانه‌های نمونه

شهر. میدان. عرصه. هوا. خیابان. باغ. هتل. تئاتر. نقاب. صورتک. چشم. پا. دهان. سیگار. آفتاب‌سوختگی. خورشید. مشعل. آتش.

۴) persona: در فرضیه یونگ، چهره شخصیتی فرد است. همچنین رجوع کنید به روانشناسی کمال نوشته دوان شولتس، نشر نو، تهران، ۱۳۶۲ (ص ۱۶۷).

پرواز. بال. آرم یا شعار. کتاب. مجله. نامه. قلم. انفجار. ترقه. دستگاه. یخ. تئاتر عروسکی.

#### ملاحظات

صورتک یا همان مفهوم پرسونا در نظریه یونگ، نمایشگر جنبه‌ای از «کارکرد برونی» فرد است (به عنوان مثال، رجوع کنید به یاکوبی (Jacobi)، ۱۹۶۸؛ یونگ (Jung)، ۱۹۶۶، ۱۹۷۱). اغلب واژه‌ای که در خانه صورتک قرار دارد، به فعالیت یا موضوع مورد توجهی اشاره دارد که نمود خارجی دارد و یا دیگران را نیز درگیر می‌کند. این موضوع می‌تواند در زمینه شغل، زندگی اجتماعی، ورزش، یا اوقات فراغت فرد باشد.

بطور کلی صورتک نشانگر «خود»ی است که دیگران می‌شناسند، تصویری که در برابر انظار و برای ارزیابی دیگران به نمایش می‌گذاریم. این «خود» بیرونی در وهله اول، جسمانی است (لذا تأکید بر ظاهر و جذبه جنسی دارد). همچنین وسیله‌ای است که توسط آن با دیگران ارتباط برقرار کرده بر دیگران تأثیر می‌گذاریم، چه به صورت کلامی و چه غیر کلامی. از اینرو، صورتک معمولاً بیانگر موضوعاتی در زمینه ارتباط بین افراد است.

سبک رفتار «خود» خارجی، چیزی است که ما معمولاً «شخصیت» می‌نامیم. به عنوان مثال، فرد از اینرو «خوش‌برخورد»، «عصبی» یا «مضطرب» خوانده می‌شود که سایرین عموماً وی را این‌گونه می‌بینند. صورتک می‌تواند نشانگر خصایل برجسته این شخصیت خارجی باشد. از سوی دیگر، چون «خود» خارجی به صورت جزئی از اجزاء جهان اجتماعی وجود دارد، صورتک می‌تواند نشانگر نقش اجتماعی و یا موقعیت فرد در درون شبکه اجتماعی نیز باشد.

برای بسیاری از افراد، «خود» خارجی نمایانگر مهم‌ترین بخش از زندگی است. آنها شخصیت خارجی خود را با هویت خویش اشتباه گرفته‌اند، و هدفشان معمولاً این است که به نحوی جلوه یا منزلت خود را در نظر دیگران حفظ کرده، یا بیشتر کنند. چنین دیدی می‌تواند بسیار خطرناک باشد، نه فقط به این خاطر که باعث نادیده گرفتن جنبه‌های ذهنی شخصیت ما می‌گردد، بلکه بیشتر به این دلیل که ما را کاملاً محتاج تأیید و قبول سایرین می‌سازد. در نتیجه، همیشه به دنبال جلب توجه هستیم تا وجودمان را برای خویش ثابت کنیم. و در عین حال نیز همواره نگرانیم که مبادا از چشم دیگران بیفتیم. این خود می‌تواند موجب اضطراب دائمی ما دربارهٔ جذبه، کفایت، کارایی و موفقیت اجتماعی مان گردد.

برای دیگران، شخصیت خارجی ما می‌تواند به صورت یک نقاب یا مجموعهٔ نقشهای کاذب و دروغین جلوه کند که «خود واقعی» در پس آن پنهان گردیده است. جالب توجه است که ریشهٔ واژهٔ انگلیسی *person* (شخص) و «personality» (شخصیت) و *Persona* که واژهٔ لاتین *persona* می‌باشد، به معنی «نقاب» است که بازیگران سنتی نمایشها بر صورت می‌نهادند. این دید راجع به شخصیت خارجی یا «خود» اجتماعی، بویژه زمانی نمود پیدا می‌کند که در این خانهٔ ماتریس قرار می‌گیرد، و مفهوم کذب، دروغ، سوءظن، سردی یا بی‌معنایی را می‌رساند.

در مثبت‌ترین وجه، صورتک می‌تواند روحیهٔ باز، صداقت، خودانگیختگی، و فعالیت خلاقه را تداعی کند. در این‌گونه موارد، «خود اجتماعی» ماهیت درونی و «حقیقی» فرد را نمی‌پوشاند و مخفی نمی‌کند، بلکه می‌تواند ابزاری برای ابراز افکار و عواطف خصوصی و گرایشهای خلاقه باشد.

## راهنما

## اصل

رشد و ترقی درونی. معنویت. حساسیت بیشتر. نور. الهام، نیکی از دید ذهنی.

## اشاره‌های عمومی

«خود» برتر. حس مربی باطنی. نیرو یا عظمت درونی. بینشهای شهودی. تسلط کیفیت حسی. منبع اصلی الهام یا لذت. خصلتهای درونی که نیاز به شناسایی یا پرورش دارند. وجدان. اصول اخلاقی. جهان‌بینی. پیام از ناخودآگاه، جهت تلاش ناخودآگاهانه. شخصیت مانا<sup>۵</sup> در نظریه یونگ.

## موضوعهای مشترک

حکمت. تحصیل. فرهنگ. انسانیت. هستی. نظم. قانون. وجدان. گناه. جهان‌بینی. رهبر. طبیعت. آفرینش. توجه. محبت. ثروت. معنویت. کشف شهودی. پیام. حس. استراحت. آسایش. صلح. گرما. خوشبختی. سرزندگی. ماجرا. جشن. ناشناخته. نیروی بالقوه. منع. نیاز. رشد.

۵) *mana*: نیروی غیرشخصی و ماوراء طبیعی که در بعضی از قومهای بلوی، نیکبختی، جادو، شانس و غیره را بدان نسبت می‌دادند. — م.



## نشانه‌های نمونه

حیوان. پشم. پرنده. کبک. جغد. پَر. بال. زنبور. پروانه. فرشته. پَری. آسمان. آبی. خورشید. ستاره. بینی. بو. غذا. عسل. اتاق. زیرشیروانی. طاق. لنگر. دشت و دمن. باغچه. کودک. پیک‌نیک. رقص. سیرک. پیر فرزانه. جادوگر قبيله. مرد روحانی. حکیم. پیغمبر. بانوی عاقله. مام زمین. راهبه. دکتر. استاد. تارک دنیا. زاهد. کاتب. کلیسا. معبد. مسیح. بودا. کریشنا. زمزمه. ناقوس. کتاب. شمع. چراغ. فانوس.

## ملاحظات

راهنما بطور کلی به جنبه «بهتر» یا «برتر» طبیعت درونی ما و یا آنچه لازمه رشد و سعادت باطنی است اشاره دارد. برای بسیاری از افراد، این جنبه‌ها در قالب تحصیل، مذهب، طبیعت، هنر، اخلاق یا فعالیت‌های سیاسی/اجتماعی نمود پیدا می‌کند. برای عده‌ای نیز، توجه اصلی روی کسب لذت حسی یا احساس رضایت فردی است.

پُر بیراهه نرفته‌ایم اگر بگوییم کلید راهنما بیانگر دیدگاه شخصی ما درباره خداوند، نیکی یا سعادت نهایی است. قطعاً واژه‌ای که در این خانه نوشته می‌شود، اغلب بیانگر یا سمبول عمیق‌ترین تمایلات درونی و یا احساس درستی فردی است، اگرچه در بعضی موارد نیز امکان دارد راهنما صرفاً نشان‌دهنده هوسی گذرا یا بینشی محدود و موقت باشد. به هر حال، واژه این کلید، هر قدر هم به ظاهر سطحی و بی‌اهمیت جلوه کند، باید آن را دقیقاً مورد توجه قرار داد، زیرا اغلب ممکن است درباره جهتی که ما را به رشد باطنی می‌رساند، پیامی مهم القاء نماید.

نکته دیگر حائز اهمیت دربارهٔ راهنما آن است که معمولاً یک تلاش نامحسوس، ظاهراً اجتناب‌ناپذیر، و اغلب ناخودآگاه را منعکس می‌سازد. هدف یا «خدا»یی که ما بسوی آن کشیده می‌شویم، نه خود انتخاب می‌کنیم و نه آموخته‌ایم که به آن ارج بنهیم (مقایسه کنید با نماد)، بلکه ظاهراً آرمانی است که فطرتاً به آن گرایش داریم. در عمل، این آرمان ممکن است با ارزشهای آگاهانهٔ ما سازگار باشد، و ممکن است نباشد.

راهنما، تا حد قابل ملاحظه‌ای، با مفهوم شخصیت مانا در نظریهٔ یونگ مطابقت دارد (رجوع کنید به یاکوبی، ۱۹۶۸؛ یونگ، ۱۹۶۶)، مانا در اصل واژه‌ای است به زبان پلینزی که به نیروهای بنیادین طبیعت اشاره دارد و شخصیت مانا اساساً سرچشمهٔ احساس نیرو، عظمت، جذب و یا فرّه هر شخص است. یونگ شخصیت مانا را به عنوان ریشه و منشاء اصلی نرینگی یا مادینگی انسان نیز می‌شناخت و به همین دلیل، معتقد بود که شخصیت مانا در زن و مرد اساساً از نظر طبیعت و عملکرد متفاوت هستند.

شخصیت مانای مرد معمولاً با سمبول یا کهن الگو<sup>۶</sup> «پیر فرزانه» تجسم می‌یابد، که شخصیت بخشی از روح یا به عبارت صحیح‌تر، روح مادی شده است (یاکوبی، ۱۹۶۸). لذا اصل نرینگی، نشانگر نزول نوعی نیروی معنوی «والا» است. شخصیت مانای مرد در قالب مام زمین (Magna Mater) تجسم می‌یابد، که همانا شخصیت بخشی ساده یا به عبارت صحیح‌تر، ماده روح یافته است (م.ه). لذا اصل مادینگی،

۶ archetype (باستانگونه، صورت ازلی، صورت مثالی، کهن الگو): الگوی اولیه‌ای است که در ساخت چیزی بکار می‌رود و انگاره یا پیش‌نمونهٔ تصاویر بعدی است (روانشناسی کمال، نوشتهٔ د. شولتس، نشر نو، تهران ۱۳۶۲).

اشاره به دمیدن روح در ماده (طبیعت) دارد. شاید تفاوت‌های مذکور در مورد دو «اصل» نر و ماده، توضیحی باشد بر اینکه چرا از قدیم‌الایام «جادو و جنبل» را مختص زنان، ولی سحر و معجزه (theurgy) را سنتاً کار مردان دانسته‌اند. به عقیده من، کهن‌الگوها نیز از لحاظ تاریخی، به دوران کیش پرستش «الهه بزرگ»، «ستاره-خورشید»، یا پدر آسمانی (فصل ۳) مربوط می‌شوند.

شخصیتهای مانا نیز می‌تواند همانند مادینه‌روان و نرینه‌روان، در عمل، نمودی مثبت یا منفی داشته باشند. اینها در شکل ثابتشان به صورت کهن‌الگوها، معنویت، دانش، نیروی باطنی و عشق ظاهر می‌گردند. صورتهای منفی شخصیت مانا عبارتند از تکبر، خودبینی، و غرور بیش از حد. این نمودهای منفی بویژه زمانی بروز می‌کنند که فرد قادر نیست شخصیت مانا را به صورت جزئی از کل شخصیت خود بپذیرد، بلکه کاملاً تحت نفوذ آن قرار می‌گیرد یا آن را عین شخصیت خویش می‌پندارد. یونگ این را منشاء پیدایش بیماری خودبزرگ‌بینی (megalomania) می‌دانست.

نماد

اصل

پیشرفت خارجی. موفقیت مادی. نیل به اهداف. ترقی مادی و اجتماعی. نیکی عینی.

اشاره‌های عمومی

آرمانهای «من» (ego). ارزشها. اهداف و امیال ناخودآگاه. تصور ایدئالیستی از خود. موقعیت آتی تصور شده، یا رشته‌ای ظاهراً

اجتناب‌ناپذیر از جریانات کنونی. نیاز مادی، جسمانی یا اجتماعی.

### موضوعهای مشترک

پول. تعلقات. حرص. لذت. هیجان. ارضا. شهرت. موفقیت. شغل. هنر. عادت. اعتیاد. وسواس. رؤیا. بصیرت. اهداف. ارتباط. رابطه. تجربه جنسی. ازدواج. خانواده. تلاش. انرژی. نیرو. کنترل. فرمانروایی. روشنی. بیان. هوش. سرگردانی. سردرگمی. سقوط. رنج. مرگ.

### نشانه‌های نمونه

مغازه. بانک. کیک. بستنی. جواهرات. حلقه. تابستان. خورشید. گل. پرچم. پیروزی. فتح. مدال. تاج. عقاب. کلاهخود. تاج شاه. مجسمه. دلکک. تیر. قهرمان. شیپور. ماشین. دویدن. رودخانه. تپه. شیشه. صیقل.

### ملاحظات

نماد معمولاً نشانگر اهداف خود آگاهی است که برای خود (عینی) تعیین می‌کنیم. این اهداف معمولاً چیزهایی هستند که ما یاد گرفته‌ایم آنها را ارج بگذاریم و بخواهیم. موضوعات مشترک در این محدوده معمولاً در زمینه‌های الف) موفقیت مادی؛ ب) لذت جسمانی؛ ج) قدرت و منزلت؛ و د) عشق و ازدواج هستند. از سوی دیگر، نماد همچنین می‌تواند نشانگر سرانجامی باشد که برای ما دلخواه نیست ولی اجتناب‌ناپذیر به نظر می‌رسد (مانند بیماری، شکست، مرگ).  
گاه، کلید نماد هدفی را که آگاهانه بسوی آن حرکت می‌کنیم یا در جهت آن کشیده می‌شویم نشان نمی‌دهد بلکه اشاره بدان دارد که

چه کاری را باید انجام دهیم یا بر چه مشکلی باید چیره شویم تا بتوانیم به اهداف نزدیک‌تر، دست یابیم. این اشاره می‌تواند در قالب پیشنهاد روش یا سبک رفتاری باشد که بتواند باعث پیشرفت بیشتر در روابط، حرفه یا زندگی اجتماعی گردد.

اساساً نماد بیانگر تصویری ایدئالیستی از «خود» آتی است. این تصور خود ایدئال، صورتکی خیالی است که فکر می‌کنیم باید به آن دست یابیم تا بتوانیم در بالاترین حد ممکن مورد توجه و پذیرش دیگران واقع شویم.

بسیاری از روانشناسان، فلاسفه اگزیستانسیالیست و متفکران مذهبی، خطرات ناشی از پذیرفتن و دنبال کردن این «تصویر خیالی» از خویشتن را خاطر نشان کرده‌اند. مهم‌تر از همه اینکه چون تصور ایدئالیستی خود، بدو بر اساس و زمینه عقیده و خواسته‌های دیگران (مثلاً والدین، مربیان و دوستان) به ما القاء شده است، این امکان هست که الزاماً نیازها و استعاره‌های «فطری» و «حقیقی» ما را منعکس ننماید، و در واقع بیشتر ایدئالهای دروغین و غیرواقعی را در بر گیرد که نهایتاً بهتر است کلاً نادیده گرفته شوند. به جای آنها، باید به درون خود بنگریم و در تجربیات ذهنی خود، مسیر «حقیقی» زندگی خویش را پیدا کنیم (دانیلز (Daniels)، ۱۹۸۸).

با اینهمه، در رابطه با الگوی «رمزواژه»، مشکل عمده در این است که احتمال دارد ما توجه بیش از حدی به جنبه برونی و عینی وجود خود بدهیم که به قیمت پرورش نیافتن جنبه‌های درونی و ذهنی تمام می‌شود. نماد، بخشی مهم از روان است و باید متوجه نقش و نفوذ آن در کل ساختار روانی خود باشیم، هرگز نباید اجازه داد که نماد، یا هر جنبه روانی/شخصیتی دیگر (از جمله تجارب درونی و ذهنی)، بر کل هستی ما حاکم شود.

## سایه

## اصل

پسرفت درونی. تاریکی. نهی و نفی. سرکوب. مفهوم ذهنی «بدوی».

## اشاره‌های عمومی

مسائل سرکوب‌شده. جنبه تاریک و نهفته شخصیت. خصیلت‌های منفوری که شخص حاضر نیست در وجود خود بپذیرد و به دیگران نسبت می‌دهد. صفات، کارها یا برخوردهایی که فرد آگاهانه در پالایش یا پرورش آنها ناموفق بوده است. حساسیت‌های غیرمنطقی. عقده‌ها. احساس انزجار. ضعف درونی. مفهوم سایه<sup>۷</sup> در نظریه یونگ.

## موضوعهای مشترک

سکس. کثافت. درد (یا لذت). ناراحتی (یا خوشحالی). اشک (یا خنده). جذاب نبودن (یا جذابیت). نفرت. تبعیض. خشونت. بزدلی. ظلم. بیماری. اعتیاد. مرگ. خیالبافی. نومیدی. پوچی. ضعف. تنبلی. تنهایی. انتظار. بازایستادن. غربت. ناآشنایی. سرگرمی. کنجکاوی. قضاوت.

۷ shadow در نظریه یونگ: سایه عمیق‌ترین و نیرومندترین کهن‌الگو است که غرایز ابتدایی نیاکان ماقبل انسانی ما را دربر می‌گیرد. متضمن بهترین و بدترین جنبه‌های طبیعت آدمی، و حاوی جوششهایی است که جامعه آنها را شر، گناه و غیراخلاقی می‌پندارد (روانشناسی کمال، د. شولتس، نشر نو، تهران، ۱۳۶۲، ص ۱۶۶).

## نشانه‌های نمونه

غروب. ماه. شب. خواب. دریا. جنگل. نامرئی بودن. دیگ جادو. غار. شیطان. نهنگ. بُز نر (سمبول شیطان). نپتون<sup>۸</sup>. هکت<sup>۹</sup>. جادوگر. مار. اژدها. ختم. کلیسا. قیر. آلودگی. زباله. خاک. تماس. بدن. لباس. دزدی. تفنگ. چاقو. خنجر. به دار آویختن. زمستان. مرگ.

## ملاحظات

کلید سایه در ماتریس «رمزواژه» اساساً با کهن الگو سایه در تئوری کارل یونگ (یاکوبی، ۱۹۶۸؛ یونگ، ۱۹۶۸، a, b) یکی است. سایه نمایانگر بخش تیره، نهفته و سرکوب‌شده ماست. بخشی از شخصیتمان که آن را انکار، یا سرکوب می‌کنیم، زیرا با گرایشهای آگاهانه یا عقاید ما نسبت به «خود» مان مغایرت دارد. اغلب سایه خود را به دیگران نسبت می‌دهیم و صفاتی را که حاضر نیستیم در وجود خویش ببینیم و بپذیریم در آنها می‌یابیم. لذا هرگاه بطور شدید و غیرمنطقی شروع به انتقاد و بهانه‌جویی از دیگران نمودیم، باید ببینیم مبدا تقصیری که به گردن دیگران می‌اندازیم واقعاً از درون ما نشأت گرفته باشد.

لازم به توجه است که سایه همیشه بیانگر صفات منفی، پست یا پلید «خود» نیست. اگرچه خشونت، نفرت، تنبلی، تبعیض، بزدلی و شگفتی از موضوعهای رایج این کلید هستند ولی این امکان نیز وجود

(۸) Neptune: در اساطیر روم باستان، خدای دریاها. — م.  
 (۹) Hecate: در اساطیر یونان باستان، الهه ماه تاریک، یا شبهای تاریک که ماه پنهان است. بطور کلی با تیرگی، اعمال پلید، شر، سحر و جادو و ناشناخته‌ها در ارتباط است. — م.

دارد که سایه مثبت ولی سرکوب شده باشد. به عنوان مثال، بسیاری از افراد حاضر نیستند استعداد بالقوه خود را برای سرزندگی، خلاقیت، همدردی، نوع دوستی، کسب سعادت یا هوشمندی بپذیرند. در نظر این افراد، اینگونه صفات همیشه متعلق به «دیگران» است.

سایه ما چه مثبت جلوه کند و چه منفی، باید به این جنبه مهم شخصیتی توجه کنیم، نه تنها به دلیل اینکه بتوانیم نقصهای خود را بپذیریم (و نتیجتاً میانه روی کنیم)، بلکه برای اینکه بتوانیم به نحوی صادقانه و بدون غرض با دیگران ارتباط حاصل کنیم بی آنکه صفاتی ناپسند و دروغین به آنها نسبت دهیم.

## شبح

### اصل

واپسروی برونی. مشکل یا شکست مادی. انحطاط جسمانی و اجتماعی. مفهوم عینی «بدی».

### اشاره‌های عمومی

مشکلات زندگی. ترسها و اضطرابها. مواردی که به زبان آوردن و ابراز آنها مشکل باشد. ارزشهای مردود. مشغولیت‌های ذهنی کهنه. جنبه‌هایی که انسان در خود یا در موقعیت می‌بیند ولی بنیاداً از آنها نفرت دارد. ترس از آنچه پیش می‌آید. موارد کمک خواستن. میل به گریختن. نیروی سلطه‌گر.

### موضوعهای مشترک

شکست. مشکلات. امتحانات. عجز. ناتوانی. خستگی. عدم اطمینان.



ناراحتی. اهانت. اضطراب. کثافت. جنسیت. برهنگی. بیماری. خطر. مرگ. آشفتگی. اعتیاد. مستی. جنون. خشونت. ویرانی. بی‌معنایی. رهایی. فرار. ارتباط.

#### نشانه‌های نمونه

چاقو. جنگ. خون. تشییع جنازه. باران. تاس کباب. لکه. صابون. پانسمان. گره. تصادف. تونل. سیاه. شیطان. موش. سگ. لولو. درنده. هیولا. میمون. ملخ. خوک. روباه. خر. دلچک. عروسک. نوزاد. مشروب. مواد مخدر.

#### ملاحظات

در اصل شبیح نشانگر هر جنبه‌ای از شخصیت یا موقعیت ما است که مانع می‌گردد در عرصه اجتماعی یا مادی به موفقیت دست یابیم. ریشه‌های شناخته‌شده اینگونه مشکلات عبارتند از الف) مشکلات در روابط خانوادگی و شغلی یا مشکلات مادی؛ ب) اضطرابها، ترسها یا هراسهای فلج‌کننده؛ ج) مشغول بودن ذهن به گذشته یا به حفظ وضعیت موجود؛ د) گرایش به فرار یا گریز از مشکلات؛ ه) ترس از آزادی و یا مسئولیت؛ و) کمبود اراده، یا فقدان جرأت.

شاید در نظر اول، وجوه مشترک بسیاری بین شبیح و کوتوله به چشم بخورد. فرق اصلی بین این دو کلید در آن است که کوتوله بیانگر ضعفهای بنیادی و مشکلات اساسی فرد است که قادرند بر کل شخصیت و رفتار فرد تأثیر بگذارند. حال آنکه شبیح به مراتب مشخص‌تر و وابسته به موقعیتها است. شبیح عموماً گویای مشکلات ویژه (و اکثراً موقت) است که بوضوح با عدم موفقیت مادی یا اجتماعی فرد ارتباط دارند.

گذشته از اشاره به منبع مشکلات، کلید شبح گهگاه مستقیماً ترسها و اضطرابهای آگاهانه عمده ما را نیز منعکس می‌سازد. بدین ترتیب، شبح می‌تواند دربرگیرنده خصلتهایی باشد که آگاهانه از آنها نفرت داریم، یا می‌ترسیم در ما ظهور کنند. همچنین شبح می‌تواند بیانگر ارزشهایی باشد که ما آنها را رد می‌کنیم، احتمالاً به این دلیل که آنها را مربوط به گذشته یا متعلق به والدین می‌دانیم. باید توجه داشت که شبح نشانه رد کردن آگاهانه (و معمولاً عقلانی) صفات ناپسند است، و این وجه تمایز اصلی آن از کلید سایه است که عموماً بیانگر نفی، سرکوب، یا فرافکنی است.

## پایگاه

### اصل

توازن یا تنش بین بیرون و درون. نقطه تماس زندگی خارجی و خصوصی. سبک یا شکل اساسی هستی.

### دلالت عمومی

حس «خود». منزلت یا موقعیت اساسی فردی. ویژگی اساسی شخص. مشغله ذهنی مداوم. آهنگ کلی عاطفی. سبک شخصی. مشکلات هویتی. مفهوم «من»<sup>۱</sup> در نظریه یونگ.

۱۰ ego: در نظریه یونگ، آگاهی هشیارانه فرد از «خود» همیشگی و دائمی است. (دایرةالمعارف امریکانا). م.

## موضوعهای مشترک

اماکن. اشخاص. اشیاء. شکلها. حرفه‌ها. فعالیتها. باورها. خاطرات. عواطف. زمان. ایمنی یا ناامنی. عدم اطمینان. مشکل. تنش.

## نشانه‌های نمونه

انسان. حیوان. دوجنسیتی. ازدواج. ذهن. سر. مکان. سلول. خانه. کاشانه. منزل. حمام. پنجره. در. سنگ. مجسمه. شهر. پایتخت. جزیره. دفتر خاطرات. نام. اکنون. من. لباس. آئینه. موم. کاسه. کوزه. آستانه. پل. گذار. نگهبان. پیچ و خم.

## ملاحظات

پایگاه، شخصی‌ترین و منحصر به فردترین کلید «رمزواژه» است و در نتیجه، واژه‌هایی که در این خانه نوشته می‌شوند، گوناگونی بیشتری دارند. به نظر می‌رسد این واژه‌ها اساساً حس منحصر به فرد بودن شخص را منعکس می‌سازد و اغلب دارای مفهومی رمزی و بسیار خصوصی هستند که توسط شخصی دیگر قابل درک نیست. گهگاه در برخی موارد نیز واژه کلید پایگاه چنان دقیق ماهیت فرد را می‌رساند که تقریباً به صورت شعار اختصاصی وی درمی‌آید. گاه ممکن است اسامی حیوانات یا موضوعات طبیعی به عنوان سمبول سبک رفتار فرد در این کلید بیاید.

پایگاه، بطور کلی بیانگر پیوند زندگی خارجی و خصوصی فرد، و یا شخصیت‌های درونی و خارجی وی است. پایگاه مرکز وجود خودآگاه ما است که به عنوان حس هویت اساسی و پیوستگی شخصی‌مان درک می‌شود. از این لحاظ، کم و بیش، با مفهوم من در

نظریه یونگ مترادف است (به عنوان مثال، رجوع کنید به یاکوبی، ۱۹۶۸؛ یونگ، b ۱۹۶۸، ۱۹۶۹، ۱۹۷۱).

در عمل، واژه‌ای که در خانه پایگاه نوشته می‌شود، معمولاً اشاره به آن چیزی دارد که بیش از همه در حس «خود» نقش دارد و می‌تواند به صورت معانی زیر باشد: الف) صفت اخلاقی، فعالیت یا علاقه غالب؛ ب) نقش اساسی در زندگی (مثلاً مادر، پزشک، کشیش)؛ ج) صورت ظاهری؛ د) خانواده، ملت، قوم و نژاد؛ ه) تجربه مهم زندگی؛ و) قهرمان یا بت؛ ز) خانه یا اموال شخصی؛ ح) باور یا عقیده بنیادی.

بسیاری از افراد، بویژه جوانان، ممکن است هنوز هویت ثابت خود را پیدا نکرده باشند. عده‌ای نیز ممکن است در موارد ناراحتی یا ضربه عصبی و یا در تغییرات مهم زندگی‌شان، هویتشان مورد تهدید واقع شود. در خانه کلیدی پایگاه، واژه‌های دال بر عدم اطمینان، ناامنی، دشواری یا تنش، اغلب بیانگر مشکلات هویتی و بحرانهای شخصی هستند.

نبرد

اصل

توازن یا تنش بین پیشرفت / پسرفت. جستجو. مأموریت. رسالت. پیکار. درگیری اخلاقی.

اشاره‌های عمومی

تکلیف. جستجو یا ماجرای شخصی. میدان کشمکش. مسئله اخلاقی. آشفتگی درونی. بحران روحی. دلیل عمده برای نگرانی. راه پیش.

## موضوعهای مشترک

درگیری. آشفتگی. هرج و مرج. نظم. آزادی. انقلاب. بحران. فد  
و نقیض. توان. جرأت. قابلیت اعتماد. اخلاق‌گرایی. دانش. هوش.  
مذهب. تعالی. انسانیت. توجه. باروری. تغییر. تولد. کمک. راستی در  
برابر دروغ. امنیت در برابر رشد. بالیدگی در برابر نابالیدگی.

## نشانه‌های نمونه

صلیب. شورش. جنگ. نبرد. هرکول. جوانی. قهرمان. عرابه.  
شمشیر. دندان. تله. مشت‌زنی. زمین‌بازی. مساوی. زنجیر. گرفتن  
خرابه. سیخ. جاز. کلیسا. افت. برخاستن. سفر. راه. زائر. افزوده.

## ملاحظات

کلید نبرد از اهمیت ویژه‌ای برخوردار و نشانگر انتخاب مهمی  
است که «خود» باید انجام دهد. این انتخاب بین رشد و امنیت، بین  
پیش رفتن یا به عقب بازگشتن است (یا حرکت و سکون)، که در  
بسیاری از مواقع می‌تواند به شکل معنوی یعنی انتخاب بین خوب و  
بد، صحیح و غلط، نظم و بی‌نظمی، یا راست و دروغ ابراز شود.  
نبرد، همچنین نشانه «خود در حال حرکت» است، در تناقض با  
پایگاه که سمبول خود ایستا می‌باشد. نبرد اشاره بدان دارد که همیشه  
تکلیفی هست که باید انجام دهیم، مفهوم یا منظوری هست که باید به  
آن تحقق بخشیم، هدف و آرمانی هست که باید بدان دست یابیم. در  
عمل، واژه‌ای که در این خانه نوشته می‌شود معمولاً به یکی از چهار  
مورد زیر اشاره دارد: الف) بخشی از زندگی فرد که نیاز به انتخاب،  
تصمیم‌گیری یا اقدام دارد؛ ب) نیاز به قاطعیت، پویایی و جسارت بیشتر

در برخورد کلی با زندگی؛ ج) راهی برای پیشرفت و رسیدن به هدف اصلی؛ و یا د) احتمال شکست اخلاقی یا معنوی.

اگرچه در بعضی از موارد نبرد ممکن است به ظاهر به مسائل و درگیریهای جزئی مربوط بنماید، ولی این مسائل باید عمیقاً مورد بررسی قرار گیرند، زیرا این امکان هست که مشکلی بنیادی در وراء آنها نهفته باشد. نبرد از کلیدهای مرکزی ماتریس «رمزواژه» است و هرگز نباید بطور سرسری با آن برخورد کرد. آنچه ممکن است در نظر اول جزئی و بی‌اهمیت جلوه نماید، اغلب می‌تواند سمبول، انعکاس یا سرپوشی بر درگیری اخلاقی اساسی یا بحران معنوی باشد.

### سرنوشت

#### اصل

سرانجام. راه‌حل نهایی. پیروزی. آغاز مجدد. تبدیل.

#### اشاره‌های عمومی

«خود» تحقق یافته. سرانجام پیش‌بینی شده نبرد یا جستجو. هدف یا ارزش نهائی. تبدیل شخصی. «خود»<sup>۱۱</sup> در نظریه یونگ.

#### موضوعهای مشترک

زمان. به کمال رسیدن. تکمیل. بر آوردن. انجام. رضایت و خشنودی. سلامت. عشق. صلح. آرامش. سکوت. زیبایی. عدل.

۱۱) self: حالتی از تحقق فردی است و زمانی حاصل می‌شود که فرد تمام اجزاء شخصیتی خود را به صورتی یکپارچه و با مفهوم و هدفدار ترکیب و ادغام کند. (دایرةالمعارف امریکانا). -م.

حقیقت. ایمان. رستگاری. موفقیت. کنترل. قدرت. مشعل. پول. پاداش. ثروت. پشتکار. زندگی. تولد دوباره. آغاز مجدد. خانواده. پدر یا مادر شدن. طلاق.

#### نشانه‌های نمونه

برف. بهشت. دولت. تخت. شاه. خورشید. شیر. توله. دود. کود. گلخانه. طوفان. آتش. انفجار. بمب. کشتی گذاره (اتوبوس رودخانه‌ای). ایست. تکان. مدال. گنج. جواهر. گل سرخ. مروارید. جایزه. حلقه. دایره. جام.

#### ملاحظات

سرنوشت، نطفه مرکزی و سرانجام نهایی ماتریس «رمزواژه» است که در اثر ترکیب کلیه کلیدها و توازن همه قطبها حاصل گردیده است، لذا از نظر مفهوم، سرنوشت معادل «خود تحقق یافته» در نظریه یونگ است. حد وسط نظری روان زمانی بدست می آید که تضادها و تناقضهای روانی هماهنگ و برابر شوند (رجوع کنید به یاکوبی، ۱۹۶۸؛ یونگ، ۱۹۶۸، c, b).

بطور کلی، سرنوشت نشانگر سرانجام پیش‌بینی شده سفر «خود» و وضعیت و منزلگاه نهایی آن در مسیر زندگی است. کلید سرنوشت بیش از هر کلید دیگر آشکارکننده ارزشها و اهداف بنیادین ماست که با تصورمان از «کمال» یا «تحقق یافتن» عجین شده‌اند.

سرنوشت اغلب تجلیگاه «حقایق جاودان» (مانند کمال، عشق، صلح، زیبایی، شرافت، عدل، نظم، راستی و ایمان) است، ولی در بسیاری از موارد نیز ارزشهایی دنیوی و مادی در آن به چشم می‌خورند، از جمله موفقیت، کنترل، یا قدرت. گاه سرنوشت بخودی خود مستقیماً بیانگر

هدف یا ارزش نهایی نیست، بلکه به لزوم دگرگونی یا بازسازی اساسی وضعیت یا شخصیت فرد بستگی دارد.

در تفسیر کلید سرنوشت به خاطر داشته باشید که «رمزواژه» تحلیل روانکاوی است و نه شیوه فالگیری. لذا واژه داخل خانه سرنوشت، گویای این نیست که وقوع چه اتفاقی مقدر است. سرنوشت اساساً بیانگر باورهای کنونی ما درباره هدف یا مفهوم بنیادین زندگی‌مان است و همانند سایر کلیدهای ماتریس «رمزواژه»، معنای نهایی آن را باید در زمینه کل ساختار روانی حال حاضر خود جستجو کنیم. سرنوشت می‌تواند نشانگر آن چیزی باشد که فکر می‌کنیم اتفاق می‌افتد، نه آنچه حتماً رخ خواهد داد.

گذشته از آن، این کلید همیشه باید از نقطه‌نظر روانی (یا روحی) تفسیر شود و نه از نظر فیزیکی. اگر به نظر می‌رسد واژه سرنوشت به یک امر یا پیامد مادی اشاره دارد، باید آن را به عنوان سمبول یا تعبیر مجازی فرایندی روحی-روانی نهفته تفسیر نمود. لذا اگر در این خانه واژه «تصادف» را نوشته‌اید، احتمالاً مفهوم این نیست که در آینده دچار سانحه‌ای خواهید شد، ولی می‌تواند نشانگر این باشد که نوعی بحران یا شکست در انتظار شماست. از همه مهم‌تر، اگر واژه خانه سرنوشت با مرگ در ارتباط باشد (که در بسیاری از موارد پیش می‌آید)، به هیچ‌وجه نباید آن را بدیمن و بدشگون تلقی نمود. این احتمالاً به بدبینی فطری فرد، یا به نیاز تغییر و تحول در برخوردها و شرایط فعلی زندگی شخص اشاره دارد.





## فصل پنجم

### تیپهای روانشناختی

وقتی «ماتریس» چندین نفر را با هم مقایسه کنیم، بارزترین تفاوتها معمولاً در نوع واژه‌هایی است که در خانه‌های کلیدی نوشته می‌شوند. تفاوت‌های بین ۱۶ واژه اولیه، چندان چشمگیر نیستند. لذا چنین برمی آید که عامل اصلی تفاوت ماتریسها، نوع ادراک، یا فرایند فکری زیربنایی شخصی است که تداعیها از آن سرچشمه می‌گیرند. به عنوان مثال، عده‌ای تداعیهای خود را بر پایه رابطه عینی، فیزیکی یا ادراکی بین تصویرها، می‌سازند. برخی دیگر، ارتباطهای انتزاعی، تخیلی یا تحلیلی درست می‌کنند. گروهی دیگر بر پایه تفکر ذهنی، عاطفی یا احساسی واژه‌ها را پیوند می‌دهند، و بالاخره دسته‌ای هم هستند که واژه‌های پیوندی‌شان به نحوی هدف‌دار، آفریننده، قراردادی یا عمیق به نظر می‌رسند.

به نظر می‌رسد این اختلاف در شیوه تداعی‌سازی، انعکاسی نسبتاً دقیق از نظریه کارل یونگ درباره چهار وظیفه یا کارکردهای آگاهی (هوشیاری) (Functions of Consciousness) است. اگر واقعاً چنین باشد، این امکان مهم نیز مطرح می‌گردد که شاید ماتریس «رمزواژه» بتواند هر فرد را در چارچوب یکی از تیپهای روانی یونگی شناسایی کند.

ولی قبل از پرداختن به نحوه عملی این کار، لازم است مروری بر خلاصه نظریه یونگ (۱۹۷۱) درباره تپهای روانشناختی انسانها داشته باشیم.

## وظایف آگاهی

یونگ مدعی است که ذهن آگاه و هوشیار به چهار طریق می تواند واقعیت را درک کند: حس (sensation)، درک شهودی (یا فراستی) (intuition)، تفکر (thinking) و احساسات (feeling). در نظریه یونگ، این چهار کارکرد به صورت دو جفت قطب مخالف قرار دارند نخست، دو کارکرد غیرمنطقی (یا غیرعقلانی) حسی و شهودی، و در برابر آنها کارکردهای عقلانی یا عقلی یعنی تفکر و احساسات.

### کارکردهای غیرعقلانی

حس عبارت است از درک بلاواسطه ما از جهان عینی، فرایندی که بدون هیچ گونه ارزیابی صورت می گیرد. حس اشیاء را آن گونه که هستند درمی یابد - واقع بینانه و عینی. قادر به در نظر گرفتن زمینه، اشارات ضمنی، مفاهیم یا تعبیر و تفاسیر نیست، بلکه سعی دارد اطلاعاتی را که حواس دریافت می کنند، عیناً و با تفصیل نمایش دهد.

درک شهودی، یعنی پی بردن به امکانات ذاتی و مفاهیم درونی. این کارکرد، جزئیات امر را نادیده گرفته در عوض روی زمینه یا جو کلی تمرکز دارد و (بدون هیچ مدرک و شاهد واضح) مسیر حرکت، روابط ظریف درونی و فرایندهای نهفته و همچنین امکانات بالقوه هر موقعیت را درک می کند. درک شهودی هرگز وقایع را مستقیماً آشکار

نمی‌نماید بلکه با دریافتن مطالبی نهفته که به چشم مشاهده‌گر عینی نمی‌آید، با خلاقیت و ابتکار و بینش، مضامین نامفهوم را درمی‌یابد.

#### کارکردهای عقلانی

تفکر، شیوه‌ای از ارزیابی است که تجربه را تأیید یا تکذیب می‌کند. تفکر بر پایهٔ درک هوشمندانهٔ مسائل و بویژه رابطهٔ بین آنها انجام می‌گیرد. این کارکرد فرایندی عقلانی و نظام‌مند است که سعی دارد واقعیت را از راه تحلیل و قیاس منطقی درک نماید.

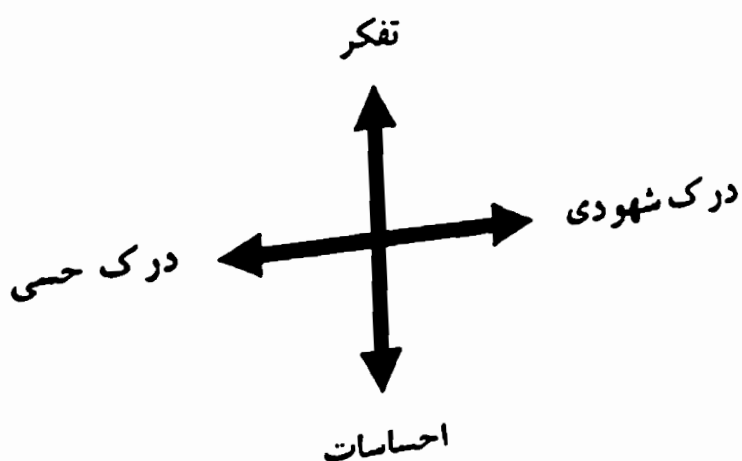
احساسات، کارکردی عاطفی است که ارزش یا عقیدهٔ فرد نسبت به پدیده‌ای را بر اساس خوش آمدن یا نیامدن، تعیین می‌کند. این کارکرد هر تجربه را به صورت «خوب یا بد»، «خوشایند یا ناخوشایند» و «قابل قبول یا غیرقابل قبول» می‌سنجد. احساس دقیقاً مترادف عاطفه نیست، زیرا این امکان هست که از چیزی خوش یا بدمان بیاید یا وابستگی احساسی خود را نسبت به چیزی رها کنیم، بی‌آنکه درگیر عاطفه گردیم. با وجود این، عاطفه تا حدودی یکی از جلوه‌های مهم کارکرد احساسی بشمار می‌رود.

#### روابط کارکردی

اگرچه در هر فرد توان بالقوهٔ چهار کارکرد فوق وجود دارد، یونگ معتقد بود که در هر فرد بنا بر عوامل ذاتی و نهادی، یکی از چهار کارکرد هوشیاری و آگاهی غالب و برتر خواهد بود. هر کدام که برتر باشد، کارکرد عکس (یا مادون و پست‌تر) آن معمولاً در حیطهٔ آگاهی نخواهد بود، بلکه مطابق اصل جبران، به صورت کارکرد ناآگاه درخواهد آمد. در عمل، این بدان معنی است که کارکرد پست‌تر معمولاً یا سرکوب خواهد شد، یا به شیوه‌ای بدوی و کودکانه و قدیمی

شده و ناهماهنگ بروز خواهد کرد. به عنوان مثال، فردی که ذهن خود آگاهش کارکرد تفکری دارد، در ابراز احساسات و عواطف دچار مشکل خواهد شد، و احساسات او گه‌گاه در ضمیر آگاه و در قالب خیالپردازیهای کودکانه یا انفجار عواطف غریزی بروز خواهد کرد. بالعکس، فردی که دارای کارکرد احساساتی قوی باشد، در تفکر نظام‌مند و منطقی دچار مشکل خواهد شد و هرگونه تلاش وی برای تفکری معنادار، بچگانه و پیش‌پا افتاده به نظر خواهد رسید.

درک حسی و درک شهودی (یا فراستی) نیز دو قطب مخالف هم هستند، زیرا نمی‌توان در آن واحد هم به ظاهر و هم به عمق واقعیت پی برد. هر کجا کارکرد حسی برتری داشته باشد، یقیناً بینش و بصیرت و قوهٔ تخیل قوی نخواهد بود و درک شهودی این افراد بسیار ابتدایی، ناآگاهانه و فاقد هماهنگی خواهد بود، مانند باورهای خرافی یا حسادتهای بی‌اساس و دلیل. برعکس، شخصی که دارای درک حسی شهودی است، اغلب در رابطه با واقعیت عینی دچار مشکل می‌شود و یا حس را به شیوه‌های بچگانه از قبیل جنون خوردن یا مالیخولیا و تمارض بروز خواهد داد.



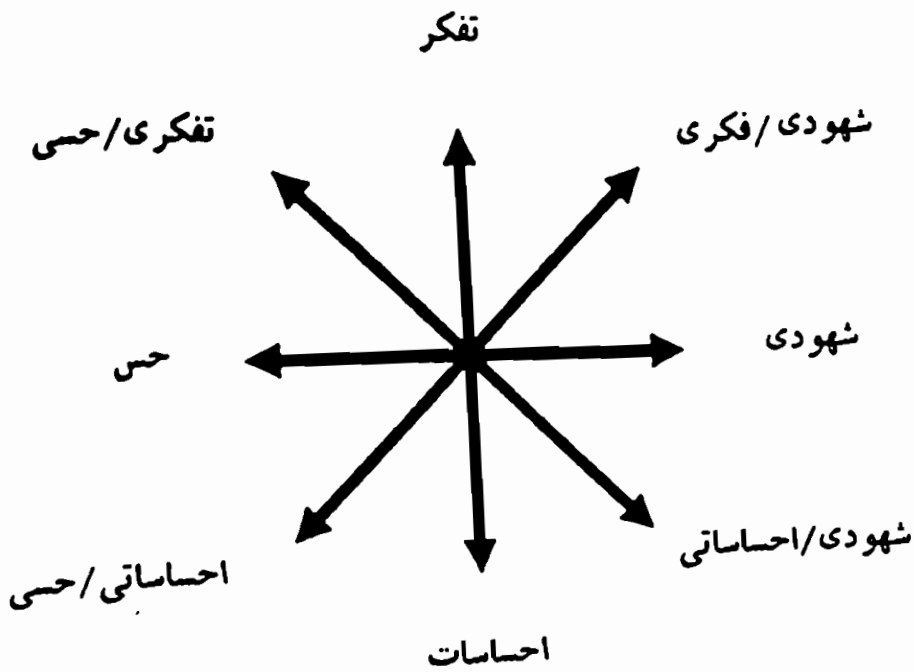
نمودار ۱۱: کارکردهای ذهن آگاه

علاوه بر کارکرد غالب، اکثر افراد به یکی از دو کارکرد متضاد جفت دوم نیز دسترسی دارند. لذا فرد اهل تفکر می‌تواند یکی از دو درک حسی یا شهودی را به عنوان کارکرد فرعی داشته باشد. کسی که اهل درک است، می‌تواند یکی از دو کارکرد تفکر یا احساسات را نیز نشان دهد. یونگ معتقد بود تعداد افرادی که می‌توانند هر دو کارکرد جفت دوم را به یک اندازه بکار گیرند بسیار اندک است، گرچه اختلاف بین قطبهای این جفت به مراتب کمتر از اختلاف بین کارکرد برتر و پست‌تر است. از لحاظ تئوری، فرایند رشد شخصیت آوردن هر چهار کارکرد به حیطة آگاهی را ممکن می‌سازد. ولی در عمل، دستیابی به یک چنین حد کمال روانشناختی بسی دشوار و نادر است.

نمونه‌ای از این‌گونه روابط کارکردی در (نمودار ۱۱) ارائه گردیده است. قرار داشتن کارکرد تفکر در بالای نمودار، نشانگر آن است که این کارکرد برای شخص مورد نظر، کارکرد برتر و احساسات، کارکرد پست فرض شده است. دو کارکرد دیگر (یعنی درک حسی و درک شهودی یا فراستی) کارکردهای بالقوه کمکی هستند. نمودار ارائه شده، هیچ‌گونه تمایز چپ/راست بین دو کارکرد بعد افقی را در نظر نمی‌گیرد.

### انواع کارکرد

نظریه یونگ تلویحاً بر این دلالت دارد که هشت نوع کارکرد امکان‌پذیر است. این هشت کارکرد علاوه بر چهار کارکرد نامبرده، چهار ترکیب برتر و کمتی را نیز شامل می‌شود (که از یکدیگر کاملاً متمایز شده‌اند). انواع هشتگانه کارکرد در (نمودار ۱۲) نشان داده شده‌اند.



نمودار ۱۲: هشت نوع کارکرد

### طرز برخورد های آگاهانه

علاوه بر چهار کارکرد مذکور، یونگ دو طرز برخورد اساسی دیگر را نیز برای آگاهی انسان شناسایی کرده است که آنها را به ترتیب درون‌گرایی (introversion) و برون‌گرایی (extroversion) می‌نامد. این دو شیوه برخورد، بر مبنای دو جهت فرضی که علائق و نیروی بشر می‌تواند در آنها جریان یابد، پایه‌ریزی شده‌اند: به سمت وجود انسان و تجربه ذهنی و فرایندهای روانشناختی، و یا به سمت خارج وجود و محیط شامل اشیاء، اشخاص و هنجارهای جمعی. یونگ معتقد بود که طرز برخوردهای ما ذاتاً و بطور مادرزاد تعیین شده است، ولی می‌تواند به طرق مختلف از جمله روانکوی تغییر داده شود. واژه‌های «درون‌گرایی» و «برون‌گرایی» اکنون تا حدی زبانزد همگان شده‌اند، چه در میان روانشناسان و چه در میان افراد عامی.

متأسفانه مفهوم اولیه این دو واژه از زمان یونگ تا کنون تا حدی تغییر یافته است، بطوری که امروزه دلالت بر طرز رفتار فرد در موقعیتهای اجتماعی دارد. حال آنکه در تئوری یونگ، درون‌گرایی و برون‌گرایی به طرز برخورد آگاهی فرد و نه نوع رفتار اجتماعی او اطلاق می‌گردد. هرچند طرز رفتار معمولاً انعکاسی از برخورد آگاهانه است، ولی در برخی از موارد هم می‌تواند تحت تأثیر گرایشهای ناخودآگاه (مخالف و جبرانی) باشد.

انواع طرز برخورد: (درون‌گرا و برون‌گرا)

برطبق نظریه یونگ، افراد درون‌گرا (کسانی که برخورد آگاهانه آنها به سمت درون گرایش دارد) اغلب از محیط خارجی کناره می‌گیرند. این افراد به منظور حفظ انرژی‌شان در درون «خود»، از وابسته شدن و علاقه بستن به دنیای خارج پرهیز می‌کنند و ممکن است از تماس با دنیا و اشیاء و افراد روگردان شوند، و در نتیجه معمولاً حالتی تدافعی دارند. بطور کلی، تیپ درون‌گرا افرادی تودار، خجالتی و دیرجوش هستند که معمولاً با محیط اجتماعی‌شان سازگاری چندانی ندارند. از سوی دیگر، این افراد عموماً با دنیای درونی خویش سازش خوبی داشته، به لحاظ طبیعت درون‌گرایشان معمولاً دیدگاههای ذهنی و تمایلات و عقاید خود را بوضوح می‌شناسند.

نقطه مقابل این گروه، افراد برون‌گرا (که آگاهی‌شان به بیرون گرایش دارد) هر آنچه را در جهان خارج است، جالب می‌بینند - اشیاء، افراد، حوادث، و تمام عقاید جمعی. ضمناً، هر آنچه فکر می‌کنند، یا احساس می‌کنند، یا انجام می‌دهند، مستقیماً با شرایط خارجی ارتباط دارد. در نتیجه، افراد برون‌گرا، براحتی خود را با موقعیتهای خارجی وفق می‌دهند، هرچند به همین دلائل، تا اندازه‌ای نیز تأثیرپذیر و متغیر



و متلون هستند. عموماً افرادی زودجوش، باشهامت، متکی به نفس، خوش‌برخورد و اجتماعی که براحتی به مسائل جدید دلبستگی و علاقه پیدا می‌کنند. در عین حال، علاقهٔ برون‌گرایان به جهان خارج، معمولاً باعث می‌شود از مسائل ذهنی خویش غافل بمانند. به همین دلیل، آنها اغلب شاد و بی‌دغدغهٔ خاطر، و کاملاً از جریانات درونی و روانی خود بی‌خبرند.

رابطهٔ بین برون‌گرایی و درون‌گرایی اگرچه هر فرد، آگاهانه به یکی از دو سمت بیرون و درون‌گرایش دارد، این نظریه نیز غیرقابل انکار است که هر یک از ما بالقوه استعداد بروز هر دو برخورد را در خود داریم. بطور کلی، برخورد غالب یا برتر (خودآگاه) بوسیلهٔ برخورد مخالف یا پست‌تر (ناخودآگاه) جبران می‌شود.

از آنجا که طرز برخورد مخالف در حیطهٔ ناخودآگاه جای دارد، در مواقع بروز مشکل و ناراحتی و یا تحت تأثیر مواد مخدر یا الکل، بطور خودانگیخته و به شیوه‌های ناسازگار، وسواسی و کودکانه بروز خواهد نمود. به عنوان مثال، فرد برون‌گرا ممکن است در حالت مستی و پریشانی و یا روان‌رنجوری (neurosis)، عبوس و گرفته و شلوغ، هیجان‌زده و پرحرف شود. از سوی دیگر، این امکان نیز وجود دارد که همین خصیصه‌های منفی را به افراد تپه‌های مخالف نسبت دهند، و به عنوان مثال، فرد برون‌گرا، افراد درون‌گرا را عبوس و خودمحور ببیند و فرد درون‌گرا، برون‌گرایان را الوس و بچگانه بیندازد. قابل ذکر است که اینگونه نسبت‌دادنها، اساس بسیاری از درگیری‌های خانوادگی، زناشویی و روابط بین فردی را تشکیل می‌دهد.

## تیپهای روانشناختی

با ترکیب دو تیپ برخوردی با هشت تیپ کار کردی، جمعاً شانزده حالت ممکن بوجود می‌یابد. این شانزده حالت روانی در (جدول ۵) نشان داده شده است.

## تیپهای «خالص»

حسی درون‌گرا	حسی برون‌گرا
شهودی درون‌گرا	شهودی برون‌گرا
متفکر درون‌گرا	متفکر برون‌گرا
احساسی درون‌گرا	احساسی برون‌گرا

## تیپهای «آمیخته»

متفکر حسی درون‌گرا	متفکر حسی برون‌گرا
احساسی حسی درون‌گرا	احساسی حسی برون‌گرا
متفکر شهودی درون‌گرا	متفکر شهودی برون‌گرا
احساسی شهودی درون‌گرا	احساسی شهودی برون‌گرا

جدول ۵: شانزده تیپ روانشناختی یونگ

یونگ خودش تنها روی هشت تیپ «خالص» (یعنی ترکیب برخورد با کارکرد واحد) بحث کرده است. با شناخت دو تیپ موجود

در تیپ خالص، می‌توان تیپ آمیخته را بخوبی درک نمود. به عنوان مثال، متفکر حسی برون‌گرا اساساً آمیخته‌ای از تیپ حسی برون‌گرا و متفکر برون‌گرا است.

### تیپ حسی برون‌گرا

حسی برون‌گرا، گرایش به تجربه عمیق اشیاء مادی و فعالیت‌های جسمانی دارد. لذا خود آگاه او به سمت بیرون و به سوی آن‌دسته از اشیاء و فعالیت‌ها گرایش دارد که انتظار می‌رود قوی‌ترین تجربه حسی را بدست دهند.

تیپ حسی برون‌گرا، فردی است واقع‌بین که نفساً متمایل به دست‌یافتن به حداکثر تجربه عینی و ترجیحاً (ولی نه الزاماً) لذت‌بخش است. این تجربیات وسیله‌ای برای منظور و مقصودی نیستند، بلکه خود هدف نهایی‌اند. افراد طبیعی این تیپ، زیباپرست‌هایی هوسبازند که مجذوب و ویژگی‌های فیزیکی افراد و اشیاء می‌گردند. خوب می‌پوشند، خوب می‌خورند، مهمان‌نوازند و کلاً هم‌نشینان خوبی بشمار می‌آیند. اهل تأمل و خودنگری نیستند و هیچ ایدئالی جز لذت حسی ندارند. بطور کلی به فرایندهای درونی و روانی ایمان ندارند و این نوع مسائل را ناشی از عوامل خارجی می‌دانند (به عنوان مثال، بدخلقی خود را به گرفتگی هوا نسبت می‌دهند). در حالت افراطی، افراد حسی برون‌گرا، شهوتران و لذت‌طلبند و ممکن است برای کسب لذت بیشتر، از دیگران یا از موقعیتها سوءاستفاده کنند. اگر روان‌رنجور باشند، امکان دارد به دیگران حس شهودی واپس‌رانده شده نسبت دهند، و یا به طرزی نامعقول سوءظن یا حسادت نشان دهند، یا دچار باورها و عادات خرافی گردند.

## تیپ حسی درون‌گرا

حس درون‌گرا، از صافی ذهنیت عبور می‌کند. درک حسی مستقیماً بر پایه شیء صورت نمی‌گیرد، بلکه از تصور یک شیء نشأت می‌گیرد. لایه‌هایی متعدد از برداشتهای ذهنی تصویر شیء را می‌پوشانند، بطوری که دیگر نمی‌توان تصور اولیه شیء را مجسم نمود. لذا درک حسی درون‌گرا، اساساً متکی بر فرایندهای روانی درونی است که در افراد مختلف، متفاوتند. مثبت‌ترین شکل حسی درون‌گرا، در شخصیت هنرمند خلاق مشاهده می‌شود. در افراطی‌ترین شکل، این نوع درک منجر به توهمات، روان‌پریشی (psychosis) و بیگانگی کامل با واقعیت می‌گردد.

تیپ حسی درون‌گرا در برابر وقایع عکس‌العملی ذهنی نشان می‌دهد که با معیارهای عینی تناسبی نداشته اغلب عکس‌العملی بی‌جا و افراطی به نظر می‌آید. چون اشیاء قادر نیستند مستقیماً از حجاب تصورات ذهنی این تیپ افراد بگذرند، و به عمق ذهنشان نفوذ نمی‌کنند، این نوع افراد در برابر واقعیت عینی بی‌تفاوت و بی‌علاقه به نظر می‌رسند و حتی بعضاً دنیای اطراف را مضحک می‌بینند یا آن را وهم و خیال می‌پندارند. در موارد بسیار پیشرفته (روان‌رنجور)، می‌تواند باعث ناتوانی در تمیز دادن خطای حسی از واقعیت گردد. در این حالت، عالم ذهنی تصورات کهنه می‌تواند کاملاً بر خودآگاه فرد مستولی شود بطوری که فرد در یک دنیای خیالی کاملاً افسانه‌ای و انحصاری بسر برد. درک شهودی (یا فراستی) واپس رانده شده نزد این افراد ممکن است به صورت احساس تهدیدهای مبهم و خیالی یا دلشوره از احتمال بروز حادثه‌ای ناگوار، جلوه‌گر شود.

## تیپ شهودی برون گرا

درک شهودی (یا فراستی) برون گرا، سعی در پیش بینی کلیه احتمالات نهفته در یک موقعیت عینی را دارد. افراد این تیپ، وقایع عادی را به صورت مجموعه‌ای از اشارات و کلیدهای رمزی می‌بینند که می‌توان از روی آنها، به فرایندهای نهفته و احتمالات بالقوه پی برد. چون به مجرد کشف این احتمالات، اشیاء و وقایع اهمیت خود را از دست می‌دهند. تیپ شهودی برون گرا برای کسب محرکهای تازه برای این فرایند پیوسته نیاز به تجارب و وقایع جدید دارد.

تیپ شهودی برون گرا، متخصص شناخت و استفاده از موقعیتهاست. این افراد، در هر کار و اقدام جدید، فرصتهای هیجان‌انگیزی پیدا می‌کنند و در تشخیص استعدادهای بالقوه دیگران، استعدادی فوق‌العاده دارند. گاه از شدت شور و شوق کشفایشان هیجان‌زده می‌شوند و اغلب دیگران را هم با جرأت و قاطعیت خود برمی‌انگیزند. لذا در مشاغلی که این‌گونه خصلتها امتیاز بحساب می‌آیند - مانند راه‌اندازی پروژه‌های جدید، دنیای تجارت، سیاست، یا بازار بورس، افراد تیپ شهودی برون گرا موفق هستند، ولی در موقعیتهای ثابت، کسل و دلمرده می‌شوند. در نتیجه، این امکان هست که آنها اغلب با جستجوی امکانات و فرصتهای جدید و از این شاخه به آن شاخه پریدن، عمر و استعداد خود را تلف کنند و هیچ وقت به حد کافی سر پروژه‌ای نمی‌مانند تا آن را به ثمر رسانند. از این گذشته، گه‌گاه بقدری به دید و نظر خود متعهد می‌شوند که توجهی به نیازها، نظرها و اعتقادات دیگران ندارند. در افراد عصبی یا نیوروتیک این تیپ، حس واپس‌رانده شده ممکن است باعث وابستگی به افراد، اشیاء یا فعالیت‌هایی گردد که احساس‌هایی بدوی مثل لذت، ترس، یا درد را در

آنها برانگیزد. نهایت این وابستگیها می‌تواند به شکل انواع هراسها، مالیخولیاها و یا انواع وسواسهای فکری بروز نماید.

### تیپ شهودی درون‌گرا

درک شهودی (یا فراستی) درون‌گرا، به سمت محتویات ناخودآگاه گرایش دارد. فرد این تیپ سعی می‌کند پدیده‌های درونی را با ارتباط دادن آنها به فرایندهای روانشناختی همگانی یا سایر تصورات کهن الگویی (archetypal) شناسایی کند. لذا، این نوع درک عموماً جنبه افسانه‌ای، سمبولیک یا پیشگویی دارد.

به گفته یونگ، تیپ شهودی درون‌گرا می‌تواند هنرمند، پیشگو یا خُل باشد. چنین فردی، دارای نوعی آرمان‌رؤیایی و خیالی است که از مسائل عجیب و مرموز پرده برمی‌دارد. اینها ممکن است افرادی مرموز و «غیردنیوی» باشند که بین خودشان و دنیا فاصله می‌اندازند. علاقه چندانی به توضیح یا توجیه رؤیا و خیالهای شخصی خویش ندارند بلکه صرفاً با اظهار نمودن آنها رضایت حاصل می‌کنند و در نتیجه، به ندرت کسی آنها را درک می‌کند. اگرچه دید هنرمند درک شهودی درون‌گرا معمولاً کاملاً در سطح درک شهودی باقی می‌ماند، اما خیالبافیهای استعاری و اهل راز و رمز و تصوف و یا «خُل»ها احتمال دارد که در بینشهای خود غرق شوند. در آن صورت، زندگی فرد حالتی سمبولیک پیدا می‌کند و حتی ممکن است به صورت «امر عظیم» رسالت یا جستجوی معنوی/اخلاقی درآید. اگر این فرد نیوروتیک یا عصبی هم باشد، درک شهودی سرکوب شده ممکن است در وی به شکلهای بدوی و غریزی تظاهر نموده در نتیجه مانند هموعان برون‌گرای خود دچار مالیخولیا و وسواس شود.

## تیپ متفکر برون‌گرا

متفکر برون‌گرا، از شواهد عینی حواس یا عقاید عینی (جمعی) ناشی از سنت یا دانش اکتسابی الهام می‌گیرد. هدف آن، استنتاج رابطه مفاهیم از تجربه عینی و ارتباط دادن عقاید به طرزی منطقی و عقلانی است. ضمناً هرگونه نتیجه‌گیری که بدست آید، همیشه به سمت بیرون و بسوی نوعی محصول عینی یا پیامد عملی گرایش دارد. تفکر هرگز فی‌نفسه و به عنوان فعالیتی خصوصی و ذهنی صورت نمی‌گیرد.

تیپ متفکر برون‌گرا، هر اقدامی را بر اساس تحلیل هوشمندانه داده‌های عینی پایه‌ریزی می‌کند. اینگونه افراد، طبق یک فرمول کلی فکری یا آیین معنوی دنیوی مبنی بر تصورات انتزاعی از حقیقت یا عدالت اجتماعی، زندگی می‌کنند و از دیگران نیز انتظار دارند این فرمول را شناخته و از آن پیروی کنند. این تیپ، کارکرد احساسات (یعنی وابستگی‌های احساسی، دوستیها، تقوای مذهبی) را سرکوب کرده، ممکن است به مسائل شخصی مانند سلامتی یا رفاه مادی خویش نیز بی‌توجه باشد. در حالت افراطی یا نیوروتیک، این افراد می‌توانند خرده‌گیر، متعصب یا ظالم باشند، یا با کسانی که فرمول فکری‌شان را تهدید می‌کنند، برخوردی خصمانه داشته باشند. از سوی دیگر، احتمال دارد گرایشها و امیال سرکوب‌شده آنها به صورت انواع مسائل «خلاف اخلاق» (از قبیل خودخواهی، خلافهای جنسی، تقلب یا نیرنگ) بروز کند.

## تیپ متفکر درون‌گرا

متفکر درون‌گرا در اصل اهل اندیشه است و درگیر با عقاید درونی، تفکر به خاطر تفکر و همواره گرایش به سمت درون و عقاید ذهنی و

اعتقادات شخصی است، نه بسوی پیامدهای عملی. هدف اصلی این نوع تفکر، پرداختن به کلیه تفصیلات و جزئیات فرعی عقیده‌ای نطفه‌ای است. در نتیجه، تفکر درون‌گرا می‌تواند پیچیده، سنگین و حتی بیش از حد وسواسی و موشکاف شود. همچنین، به علت کناره‌گیری از واقعیت عینی، متفکر درون‌گرا ممکن است حالتی کاملاً انتزاعی، سمبولیک و یا اسرار آمیز به خود گیرد.

تیپ متفکر درون‌گرا، معمولاً در مورد مسائل عینی بی‌تفاوت و ناتوان است. اینگونه افراد کمتر مورد توجه قرار می‌گیرند و ممکن است سرد، متکبر و عبوس به نظر برسند. از سوی دیگر، کارکرد احساسی سرکوب‌شده در این تیپ، ممکن است گه‌گاه در قالب ساده‌لوحی بچگانه بروز نماید. افراد این تیپ غالباً غرق در افکار و اندیشه‌های خود هستند و سعی دارند هر چیز مربوط به خودشان را تا حد امکان بطور عمیق و کامل بررسی کنند. آنها اگر افراطی یا نیوروتیک باشند، ممکن است سرسخت، ترشرو، عبوس یا گرفته باشند. ضمناً این احتمال هست که درک ذهنی‌شان از حقیقت، آنچنان با شخصیتشان عجین شود که هرگونه انتقادی بر طرز فکر و تفکر آنها به عنوان حمله‌ای علیه وجودشان تلقی شود، که این درگیریها نیز ممکن است به عواقب تلخ و حتی برخوردهای سخت با انتقادکننده منجر گردد.

### تیپ احساساتی برون‌گرا

احساساتی برون‌گرا، بر پایه ارزشها، عقاید سنتی و روندهای پذیرفته‌شده جامعه شکل می‌گیرد. کارکرد این تیپ عبارت است از بطور کلی انطباق و سازش‌پذیری در برابر شرایط عینی به منظور برقراری سازش و همخوانی با جهان خارجی. از آنجا که افراد این تیپ بیشتر



به محرکهای خارجی متکی هستند تا بر عقاید واقعاً ذهنی، این امکان هست که اغلب سرد، بی‌احساس، تصنعی یا متظاهر به نظر برسند.

تیپ احساساتی برون‌گرا همچنین پیرو چیزهای باب روز است و سعی دارد احساسات شخصی خودش را با ارزشهای عمومی جامعه انطباق دهد. در این افراد تفکر تابع احساس است، و اگر تفکر و منطق نتیجه‌گیری اعتقادات قلبی را تأیید نکند، نادیده گرفته می‌شود. این فرد اگر افراطی یا نیوروتیک هم باشد، اغلب احساساتش زیاده از حد شدید و قوی می‌شود، دچار هیجان لحظه‌ای می‌شود و ممکن است با تغییر شرایط، صد و هشتاد درجه از این‌رو به آن‌رو شود. لذا چنین فردی ممکن است هیستریک، بی‌ثبات، دمدمی و یا حتی چندشخصیتی به نظر بیاید. تفکرهای سرکوب‌شده تیپ احساساتی برون‌گرا نیز ممکن است به شیوه‌های بچگانه، منفی و وسواسی بروز کند، از جمله نسبت دادن حرفها و خصلتهای منفور به اشیاء یا به افراد نزدیک یا افرادی که بسیار دوست دارد و ارج می‌نهد.

### تیپ احساساتی درون‌گرا

احساساتی درون‌گرا، سعی دارد به نوعی تمرکز درونی دسترسی یابد که از هرگونه ارتباط با اشیاء خارجی به‌دور باشد. اینگونه شخصیت برای واقعیت عینی ارزشی قائل نیست و بندرت آشکارا بروز می‌دهد. اگر احساسی از او بروز کند، عموماً منفی و بی‌تفاوت به‌نظر می‌رسد. احساساتی درون‌گرا اغلب روی فرایندهای درونی و تصاویر نهفته و ازلی تمرکز دارد. در افراطی‌ترین وجه، می‌تواند به صورت شخصی در خلصه راز و رمزهای درونی نمود پیدا کند.

تیپ احساساتی درون‌گرا معمولاً در وجود و افکار خود مغروق است و یا در پس صورتکی کودک‌گونه پنهان می‌باشد. چنین فردی

اغلب در پشت صحنه می‌ماند، تلاشی برای شناساندن خود نشان نمی‌دهد، و عموماً در برابر احساسات دیگران نیز پاسخی بروز نمی‌دهد. ظاهرش اغلب سرد، بی‌تفاوت، خنثی است و دیگران را پس می‌زند، گرچه ممکن است احساسات درونی او عمیق، شدید و پرشور باشد. دیده شده امثال این افراد به گرایشهای مذهبی یا شاعرانه نهفته نیز اشتغال ذهنی دارند. تأثیر این خصیلتها ممکن است برای سایرین خفقان آور و سرکوب‌کننده باشد. در حالت نیوروتیک و افراطی، این تیپ می‌تواند سلطه‌جو و خودبین باشد. تفکر واپس‌رانده شده و منفی در نزد این افراد، به دیگران نسبت داده می‌شود، بطوری که تصور می‌کنند افکار دیگران را می‌خوانند. این امر می‌تواند به صورت پارانوئیا (یا جنون سوءظن) و رقابتها و چشم و همچشمیهای مخفیانه و پنهان تظاهر نماید.

### شناخت و ارزیابی تیپها

برای تشخیص و شناسایی تیپهای روانشناختی از روی ماتریس «رمزواژه»، لازم است نوع واژه نوشته‌شده در هر یک از خانه‌های کلیدی را مورد بررسی قرار داد. در عمل این کار بمراتب آسان‌تر از آن است تا فرایندهای روانی نهفته در پس هر ارتباط را مورد بررسی قرار دهید. در ابتدا باید تعیین کنید که هر یک از ۱۱ واژه کلیدی نشانگر کدام کارکرد آگاهانه (یعنی درکهای حسی، شهودی، تفکری، و احساساتی) است. سپس می‌توانید به بررسی برخورد روانی (برون‌گرا یا درون‌گرا) پردازید که در کل ماتریس مشهود است. برای سهولت در تمیز نوع کارکردها و برخوردهای روانی، اصول کلی زیر را باید به خاطر داشت.

## اصول کلی

حس زمانی مطرح است که واژه‌های کلیدی به اشیاء محسوس (مانند «ماشین»، «کتاب»، «کفش») یا تجربه کاملاً فیزیکی و حسی (مانند «گرسنگی»، «داغ»، «سیاه») دلالت داشته باشند. نباید شاهد و دلیلی واضح بر هیجان و تنش (یا انزجار) احساسی یا عاطفی به سمت این اشیاء یا تجربه‌های فردی وجود داشته باشد. همچنین، هیچگونه اشاره آشکار به تعابیر مجازی یا سمبولیسم روانی نباید مشاهده شود. هرچند پایه اصلی فرضیه تکنیک «رمزواژه» آن است که واژه‌های به ظاهر پیش پا افتاده و اسامی ذات می‌توانند نمایانگر یا سمبول فرایندهای عمیق روانی باشند، اما لزوماً چنین امکانی نباید آشکارا برای مشاهده‌گر سطحی واضح باشد.

شناسایی [تیپ] کارکرد درک شهودی در ماتریس رمزواژه از تمام چهار کارکرد دیگر دشوارتر است. این کارکرد زمانی قابل شناسایی است که واژه‌ها، حاکی از شناخت یا تفسیر فرایندهای اسامی و احتمالات بالقوه دنیا باشند. لذا درک شهودی، واقعیات را بمراتب عمیق‌تر از درک حسی درمی‌یابد. این تیپ عموماً به پدیده‌های اجتماعی یا روانشناختی عمیق‌تر، تجارب ژرف و مهم انسانی، یا انگیزشها و نیروهای محرک بنیادی دلالت دارد. همراه این شاخصها، بلااستثناء، نشانهایی نیز از درگیری شخصی و سازنده فرد با این فرایندها جلوه دارد. از جمله نمونه‌های واژه‌های شهودی، کلماتی چون «آفرینش»، «فداکاری»، «بر آورده شدن»، «رشد»، «تصمیم»، «ایمان» و «جاه‌طلبی» هستند.

کارکرد تفکر زمانی در ماتریس نمایانگر می‌شود که واژه‌های خانه‌های کلیدی جنبه تحلیلی، تجربیدی، و مفهومی محکم داشته باشند

(مانند «مطالعه»، «اکثریت»، «بیگانه»، «مشابه»، «ساختار» و «مجموعه».) اینگونه واژه‌ها معمولاً از نظر عاطفی خنثی بوده یا اگر بار عاطفی داشته باشند، بیشتر بر بُعد تأثیرگذاری دلالت دارند تا واکنش احساسی حقیقی (مثلاً «تنبیه» به جای «زدن»، «نوع دوستی» به جای «کمک»، «رابطه» به جای «دوست پسر»). همچنین نباید هیچ‌گونه ملاک آشکاری دال بر این تصور بخواهیم که مفاهیم به دست آمده حاصل کنکاش عمیق در واقعیت برای شناسایی فرایندها یا احتمالات مهم‌تر باشد.

کارکرد احساسات زمانی قابل شناسایی است که واژه‌های کلیدی، نوعی بازتاب شخصی و عاطفی یا عکس‌العمل احساساتی در برابر شیء، شخص یا چنین مفاهیمی را نشان دهند («مادر»، «ناراحت»، «سکس»، «کثافت»، «خوشحال»، «حیوان دست‌آموز»). این واژه‌ها تقریباً همیشه حس خوشایند یا ناخوشایند بودن (خوش آمدن یا بد آمدن) را دربر دارند، که ظاهراً باید بر تمام جنبه‌های دیگر غالب باشد.

درون‌گرایی زمانی قابل تشخیص است که واژه‌های کلیدی ماتبیس حاکی از تجربه خصوصی، شخصی و ابراز نشده و یا بُعد درونی و روانی باشند (مانند «مطالعه»، «نومیدی»، «سکوت»، «نهفته»، «خواب»، «افکار»). در اینجا ارتباط یا اشاره چندان با جهان فیزیکی خارجی و وقایع اجتماعی مشاهده نمی‌گردد، بلکه برعکس واژه‌ها عموماً به حالتی از خودنگری و تعمق در خویشتن اشاره دارند.

برون‌گرایی زمانی قابل شناسایی است که واژه‌ها به سمت (یا به ارتباط برقرار کردن با) محیط فیزیکی یا اجتماعی بیرونی گرایش دارند (مانند «مهمانی»، «تعطیلات»، «شهر»، «همکار»، «از کوره در رفتن» و «تلفن»). اگرچه ممکن است گه‌گاه افکار و احساسات و فرایندهای روانی در ماتریس برون‌گرا آورده شوند، ولی اینها همیشه ارتباطی روشن با وقایع خارجی و اشیاء مادی، یا اعتقادات مشترک

خواهند داشت.

تیپهای آمیخته (mixed) و دوسوگرا (ambivalent) بندرت اتفاق می‌افتد که یک ماتریس، تنها یکی از کارکردهای چهارگانه را منعکس سازد. در اکثر موارد، دو (یا حتی سه) کارکرد در یک ماتریس به چشم می‌خورند، اگرچه معمولاً یکی غالب به نظر خواهد آید. این نوع تیپهای آمیخته زمانی قابل تشخیصند که بعضی از واژه‌های ماتریس حاکی از نوعی کارکرد باشند و در کنار آنها، واژه‌هایی گویای کارکردی دیگر. گاه، یک واژه کلیدی خود حاکی از دو نوع کارکرد است (مثل واژه «گرم» یا واژه «یکنواخت» که اشاره به هر دو کارکرد حسی و احساساتی دارد).

جالب و قابل توجه است که تکنیک «رمزواژه»، بطور قابل ملاحظه‌ای عقیده یونگ به دو قطبی و مخالف بودن کارکردها را تأیید می‌نماید. بندرت می‌توان ترکیبی از تفکر/احساسات یا حس/فراست را مشاهده نمود. برعکس، اکثر موارد ترکیبی، براحتی با تیپهای آمیخته در نظریه یونگ قابل تطبیقند. (از قبیل متفکر/حسی، متفکر/شهودی، احساساتی/حسی و احساساتی/شهودی).

تمایز بین درون‌گرایی و برون‌گرایی قدری دشوارتر است. در بسیاری از ماتریسها، گرایشی نسبتاً دوسوگرا (میان‌گرا) با عناصری ترکیبی از درون‌گرایی و برون‌گرایی به چشم می‌خورد. با وجود این، معمولاً می‌توان یکی از این دو را به عنوان برخوردار غالب تشخیص داده، از این طریق تیپ روانشناختی نهایی را شناسایی نمود.

## فراگیری نحوه تشخیص تیپ ماتریس

بهترین راه برای تعیین تیپ ماتریس «رمزواژه»، مطالعه نمونه‌ها است. برای شروع، بهتر است تنها هشت تیپ تک‌برخوردی و تک‌کارکردی را بطور ساده در نظر بگیریم. وقتی با ویژگیهای این تیپهای «خالص» بخوبی آشنا شدید، تسلط بهتری در ارزیابی ماتریسهای دوسوگرا و چندکارکردی خواهید داشت. لذا، در بخشهای زیر، برای هر یک از هشت تیپ اساسی یونگ که در بالا بحث شد، ماتریسهای نمونه ارائه گردیده است. این ماتریسها باید با دقت مورد بررسی قرار گیرند تا منطق طبقه‌بندیها بطور کامل شناسایی گردد. لازم به توجه است که تمام ماتریسهای ارائه‌شده واقعی هستند و به منظور کمک به بحث و درک مطلب ساخته نشده‌اند. لذا هر چند برخورد و کارکرد غالب در تمامی موارد نسبتاً واضح است، در بعضی از ماتریسها، آثاری از برخورد یا کارکردهای دیگر نیز قابل مشاهده است. این مؤید آن است که تیپهای واقعاً «خالص» و ناآلوده نادر هستند.

## تیپ حسی برون‌گرا

حس برون‌گرا معمولاً بواسطه یک‌سری واژه‌های کلیدی دال بر اشیاء معمول و روزمره، تجربیات حسی و یا فعالیت جسمانی قابل تشخیص است. هیچ‌گونه سمبولیسم آشکار در واژه‌های مورد استفاده وجود ندارد. همچنین هیچ اشاره‌ای به اینکه مفهوم واژه‌ها بوسیله عوامل شخصی یا ذهنی رنگ یا تأثیر گرفته باشد وجود ندارد. برعکس، در ماتریس این تیپ حالتی بسیار سطحی و پیش‌پا افتاده به چشم می‌خورد، که در ظاهر مانع از یافتن هرگونه تعبیر و تفسیر روانشناختی از آن می‌گردد. گه‌گاه ماتریس بوضوح نشانگر طبیعتی

ساده و بی‌آلایش است که به لذت حسی گرایش دارد. در مواردی نیز احتمال دارد اشاره‌هایی به تجربه‌های (و نه احساسات) ناخوشایندی نظیر ملالت، مستی، بیماری، بوی بد، صدا یا سوزش به چشم بخورد. ماتریسهای ۱ الی ۴، نمونه‌های واقعی حسی برون‌گرا هستند. ماتریس ۱، نمونه خوبی از پیش پا افتاده‌ترین و سطحی‌ترین شکل «رمزواژه» است. ماتریسهای ۲ و ۳، جنبه لذت‌جویی فرد حسی برون‌گرا را نشان می‌دهند (هرچند در هر دو ماتریس، تجارب ناخوشایند نیز شناخته شده است). و بالاخره ماتریس ۴ گویای گرایش به سمت حس شدید نفسانی و بی‌ارتباط با لذت است.

#### تیپ حسی درون‌گرا

تشخیص حسی درون‌گرا از حسی برون‌گرا در ماتریس «رمزواژه» می‌تواند بسیار مشکل باشد، زیرا عموماً هر دو بر اشیاء عینی و محسوس یا تجارب حسی اشاره دارند. ولی بطور کلی، تجربه حسی برای فرد درون‌گرا همیشه نزدیک‌تر، خصوصی‌تر و فردی‌تر است تا برای تیپ برون‌گرا. همچنین، واژه‌هایی که تیپ برون‌گرا انتخاب می‌کند بیشتر نشانگر قوه تخیل است. چنین برمی‌آید که اشیاء برای تیپ درون‌گرا، تداعیهای بسیار ذهنی دارند و تجارب نیز به تنهایی بهتر درک می‌شوند. این احتمال هم وجود دارد که در ماتریس حسی درون‌گرا حالتی از رؤیا، خیال یا وهم حاکم باشد.

ماتریسهای ۵ الی ۸، نمونه‌های واقعی از حسی درون‌گرا هستند. ماتریس ۵ تا اندازه‌ای نشانگر صمیمیت و یگانگی این تیپ است، حال آنکه در ماتریس ۶ حالت‌های تخیلی و ظاهراً کهن بیشتر مشهودند. ماتریس ۷ بیشتر روی تجربیات حسی خصوصی فرد تمرکز دارد، و بالاخره ماتریس ۸ به ماهیت بالقوه توهمی، خیالی، بیگانه و کاملاً ذهنی حس درون‌گرا دلالت دارد.

حصار	گرفته	جوجه
تق! .	سرفه دود آتش	بریان
باد	خشک	برشته

ماتریس ۱

ملاحت	آسمان	آبی
گرما	صاف زیبا آفتاب	ماشین
ساحل	تعطیلات	بدک کش

ماتریس ۲



کوههای آلپ	ایدئال	ایسلند
تعطیلات	بیرون از شهر برف گریسمس	لیورپول
یکشنبه	سردرد	مستی

ماتریس ۳

مردم	سروصدا	زندگی
فریاد	آبشار برهنه مرد	حرکت
خیس	آب	خالی

ماتریس ۴

مادر	آرام	دریا
تمیز	آب نوشیدن باران	طبیعت
صابون	تازه	گل همیشه بهار

ماتریس ۵

قتل	بازی	مشت
فریاد	خنده توله گرگی	جنگل
مرد	بچه	ماه

ماتریس ۶

رادیو	پنجره	آبی
شب	گرما حواس سرد	دریا
سیاه	زغال	محبوب

ماتریس ۷

مخدر	قارچ	گرسنه
کشیش	رویا مدی‌تیشن شیدایی	فيله
تشیع جنازه	ماهی قرمز	ماهی

ماتریس ۸

## تیپ شهودی برون‌گرا

تیپ شهودی (یا فراستی) برون‌گرا، زمانی قابل شناسایی است که واژه‌های کلیدی به امکانات بالقوه موجود در تجربه خارجی (و عموماً اجتماعی) اشاره دارند، و یا به فرایندهای اجتماعی نهفته، یا انگیزشها و محرکهای اساسی و برون‌گرا. این چیزی کاملاً فراتر از تحلیل مفهومی ساده دنیای اطراف است. بوضوح مشخص است که فرد تیپ شهودی، واقعیت خارجی را بر پایه اهداف اساسی خود تفسیر می‌نماید، به عبارت دیگر، مفاهیمی را در واقعیات دنیا می‌خواند که به احتمال قوی، فرد دیگر، دوست یا برادرش، چنین چیزی را نمی‌بینند. به همین دلیل، واژه‌های کلیدی او دارای اهمیتی فردی است، و بیشتر نشانگر تعهد و درگیر بودن شخصیت او است. ضمناً این واژه‌ها هرگز کاملاً انتزاعی و خنثی نیستند.

درک شهودی برون‌گرا، معمولاً در جهت پیشرفت شخصی یا نیل به موفقیت و سعادت است، که معمولاً با حرفه فرد یا با حس وظیفه یا گرایش به تشکیل خانواده یا دوستیهای جدید مرتبط می‌شود. همچنین درک شهودی در شناخت تکاپوی زندگی خود و نیاز به تغییر و تصمیم‌گیری، یا اقدام به کار نمودن نیز موفق است.

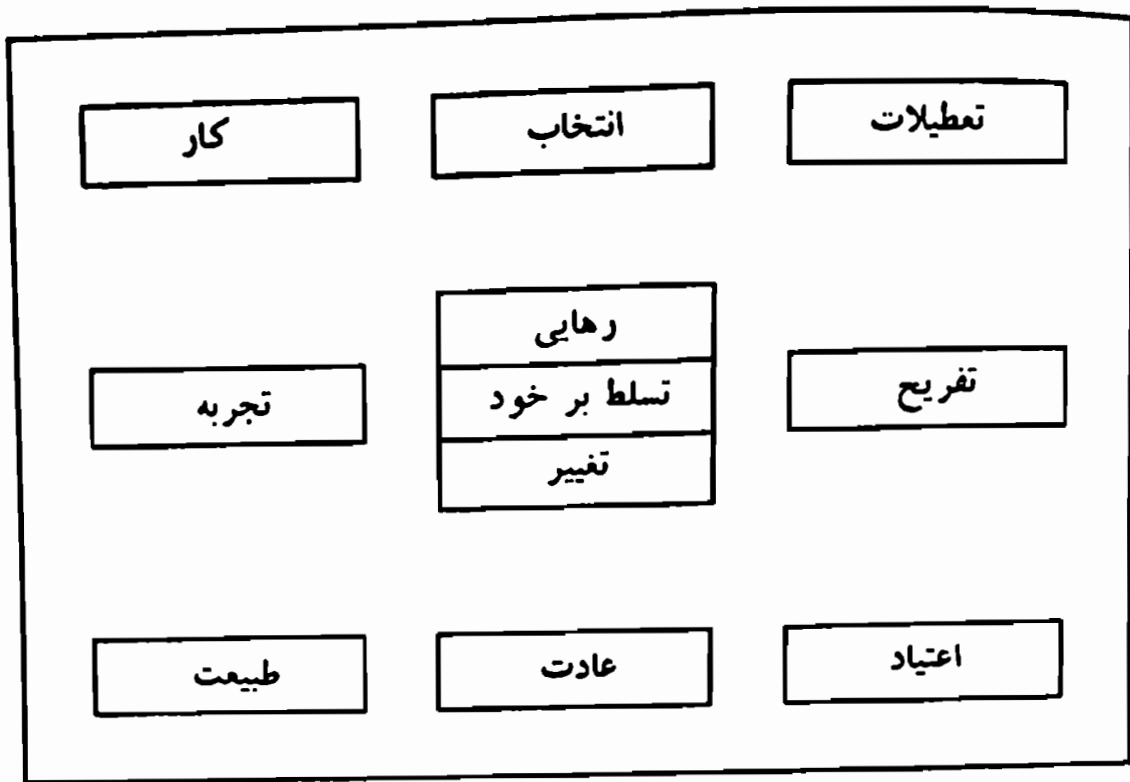
ماتریسهای ۹ الی ۱۲، نمونه‌هایی واقعی از درک شهودی برون‌گرا هستند. ماتریس ۹، نمونه خوبی از تیپ «شغل محور» است. ماتریس ۱۰ نشانگر تمرکز روی نیاز به توسعه دوستیها و شخصیت مردمی و اجتماعی دارد. ماتریس ۱۱ حاکی از شناخت درگیریهای فعلی فرد بوده بر نیاز به تغییر و تصمیم‌گیری تأکید دارد. ماتریس ۱۲ قدری پیچیده‌تر است، ولی نشانگر اهمیت تغییر طرز برخورد شخصی در برابر مشکلات است و درگیری موقعیت کنونی.

حرفه	هدف	موفقیت
خوشبختی	ماجرا حرفه مهم	حرفه
آزادی	اکتشاف	مسافرت

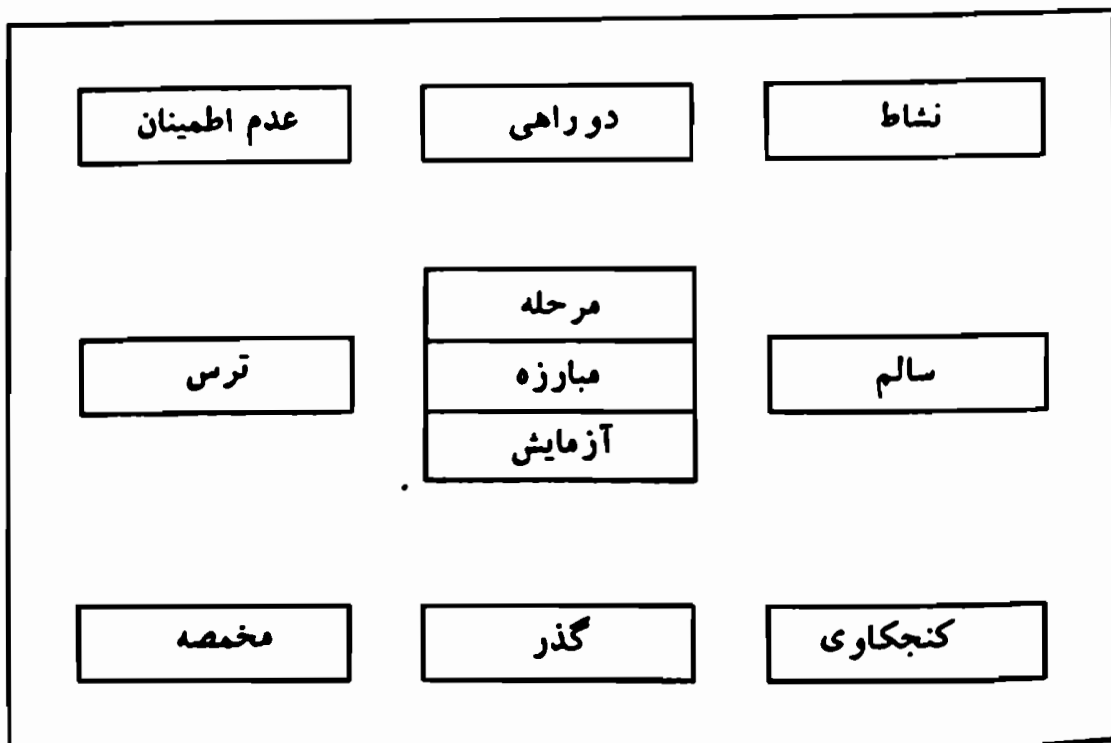
ماتریس ۹

توسعه	رشد	شخصیت
دوستی	دست یافتن تلاش طبیعت	فردی
دوست داشتن	مطبوع	فعالیت

ماتریس ۱۰



ماتریس ۱۱



ماتریس ۱۲

## تیپ شهودی درون‌گرا

شهودی (یا فراستی) درون‌گرا، در خالص‌ترین شکل خود، بندرت در ماتریس «رمزواژه» به چشم می‌آید. او زمانی قابل شناسایی است که واژه‌های کلیدی به فرایندهای درونی بنیادی مربوط به رشد فردی اشاره داشته باشد. این عقاید بطور واقعی، در قالب تصاویر اسرارآمیز و کهن‌الگو (همچون خدا، بودا، قهرمان) یا با اشاره مستقیم به مطلقهای جهانی (مانند هستی، ذهن یا انرژی) بیان می‌شوند. شهودی درون‌گرا، اغلب دارای ماهیتی «آندنیایی» و وحی‌گونه است که اگر در ماتریس بیاید کاملاً بوضوح قابل شناخت است. در عین حال همیشه هم مشخصاً و به مفهوم عامه‌پذیر «مذهبی» نیست و می‌تواند صرفاً روانشناختی باشد. قابل توجه است که در ماتریس «رمزواژه» این تیپ، اشاره به مذهب همیشه با حالتی اسرارآمیز تعبیر می‌شود - از قبیل «ایمان» «درک باطنی» و «معنویت پروردگار» - و نه به صورت نمادهای عام مذهبی مانند رفتن به کلیسا یا انجام امور خیریه.

ماتریسهای ۱۳ الی ۱۶، نمونه‌هایی واقعی از درک شهودی درون‌گرا هستند. ماتریس ۱۳، نمادی آشکار از تجربه بودیسم است. ماتریس ۱۴، حالتی انتزاعی و گرایش به سوی مطلقهای جهانی دارد، و تأثیر قوی مذهب در آن مشهود است. ماتریس ۱۵ نمونه‌ای جالب است، زیرا تمام واژه‌های آن بیانگر تصاویر و سمبولهای کهن‌الگو می‌باشد. بالاخره، ماتریس ۱۶ بطور کلی غیرمذهبی و غیرسمبولیک است و در عوض، مستقیماً روی فرایندهای درونی پرورش روانشناختی تمرکز دارد.

باغ	اشراق	بودا
آزادی	امید آرامش گلستان	ایمان
درخت	بودهی	بین

ماتریس ۱۳

انرژی	زندگی	هستی
پاک	خدا رستگاری راهنمایی	راستی
نور	وحی	صادق

ماتریس ۱۴



فرزند	عشق	آفریدن
خورشید	قدرت	خدا
	طوفان	
	آسمان	
نور	نیرو	مردم

ماتریس ۱۵

قهرمان	خدا	درونی
کمبود	جدید	یکبارچگی
	روان	
	وضعیت	
رشد	ازهم پاشی	اتحاد

ماتریس ۱۶

## تیپ متفکر برون‌گرا

ماتریسهای نشانگر تیپ متفکر برون‌گرا معمولاً حاوی یک‌سری واژه‌ها هستند که با یکدیگر ارتباط منطقی داشته و ظاهراً با شناسایی اصول اساسی و مفهومی در ارتباط می‌باشند. ضمناً این مفاهیم، همیشه ریشه در گرایش به سوی وقایع خارجی یا باورهای جمعی (سنتی) دارند.

ماتریسهای ۱۷ الی ۲۰، نمونه‌هایی واقعی از متفکر برون‌گرا هستند. ماتریس ۱۷ شاید بارزترین نمونه باشد، زیرا تقریباً صد درصد انتزاعی و معنایی بوده و در عین حال بوضوح با وقایع خارجی ارتباط دارد. ماتریسهای ۱۸ و ۱۹ عینی‌تر و محسوس‌تر هستند، ولی در عین حال، اشاره به تحلیل مفهومی محیط خارجی دارند. قابل ذکر است که واژه‌های «کودک»، «فرزند»، «بستگان» و غیره در ماتریس ۱۹ به احتمال زیاد اشاره به بازتابی عاطفی یا احساساتی نداشته، بلکه اشاره به درکی کاملاً تفکری دارند. بالاخره ماتریس ۲۰، از این لحاظ جالب توجه است که نمونه‌ای قابل مطالعه از متفکر برون‌گرای ایدئولوژیک است (که نباید با درک شهودی فرایندهای اجتماعی اشتباه شود).

تکلیف	برنامه ه	نظم
ضد	نظم روانشناسی آزمون	شکل
اختیاری	الگو	تعلق

ماتریس ۱۷

حاکم	اجتماعی کردن	پیام
کشور	رسانه‌ها ارتباط برقرار کردن بین الملل	تلفن
شاه	مردم	ارتباط برقرار کردن

ماتریس ۱۸

انسانها	اطفال	یاد دادن
بچه‌ها	جوان پیشکار دشوار	فراگیری
جوان	فرزندان	بستگان

ماتریس ۱۹

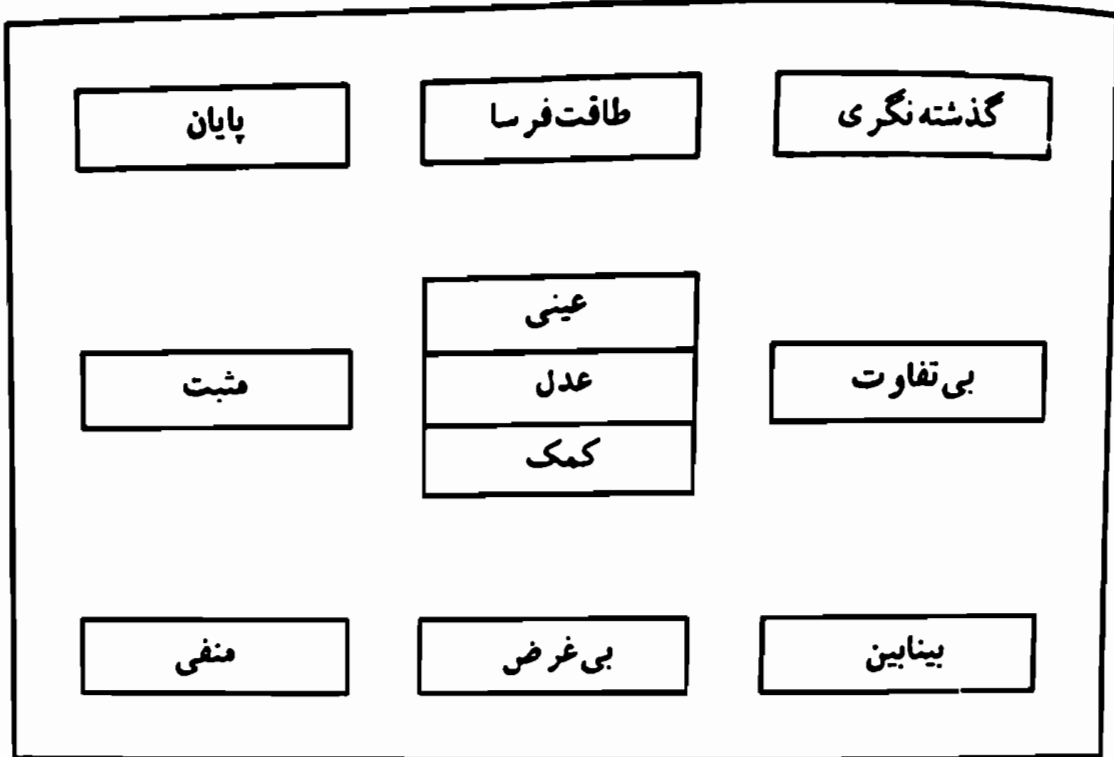
انگیزه	یهودیان	اسرائیل
ارزشها	اسرائیل خانه صهیونیسم	یابوتینسکی
مطالعه	تز	تئوری

ماتریس ۲۰

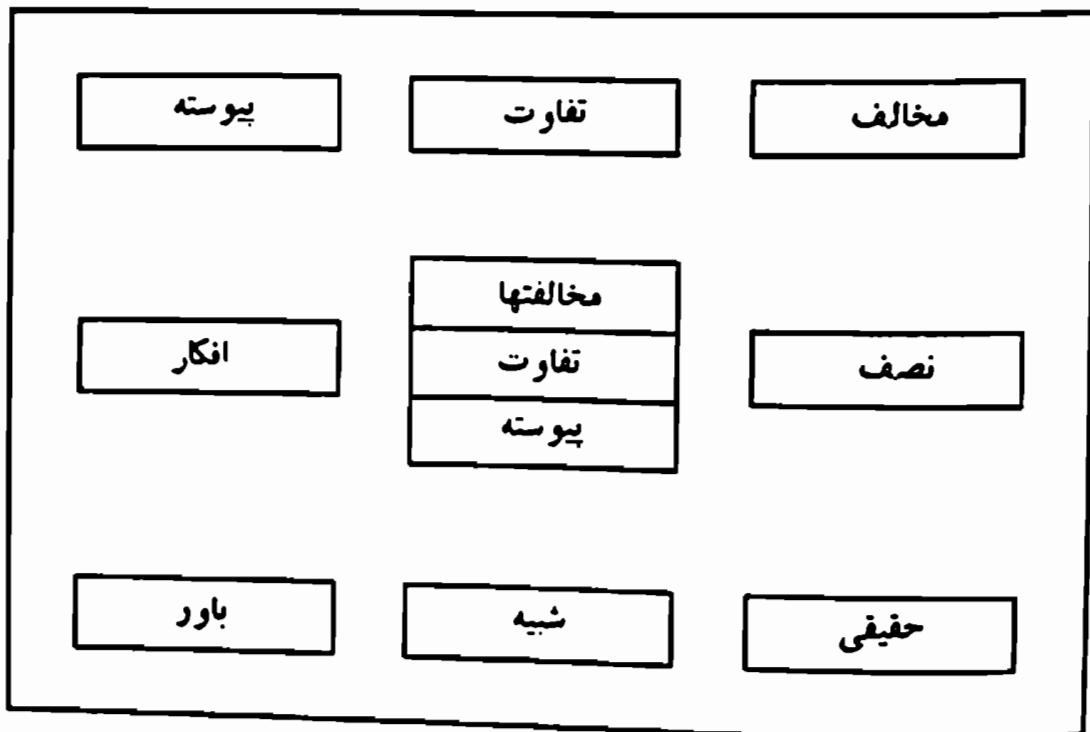
## تیپ متفکر درون‌گرا

ماتریسهای نشانگر متفکر درون‌گرا عموماً نشانگر تفکر انتزاعی هستند و این درك فی‌نفسه به عنوان تمرینی کاملاً ذهنی و بدون پیوند زیاد با وقایع خارجی صورت می‌گیرد. این ماتریسها عموماً مبهم و غیرقابل درك به نظر می‌رسند. در واقع می‌توانند به قدری مطلق و انتزاعی باشند که واقعاً فاقد محتوی و لذا نامفهوم جلوه کنند.

متفکر درون‌گرای «خالص» بندرت در یک ماتریس «رمزواژه» مشاهده می‌شود. لیکن ماتریسهای ۲۱ الی ۲۴، نمونه‌های نسبتاً خوبی از این تیپ هستند. ماتریسهای ۲۱ و ۲۲ ماهیت مطلق و بدون متن متفکر درون‌گرا را نشان می‌دهند. ماتریس ۲۳ کیفیت و کمیت بهتری دارد و حس سردرگمی درونی شخصیتی معنوی یا روشنفکر را نشان می‌دهد. بالاخره، ماتریس ۲۴ (مانند ماتریس ۲۲) نمونه‌ای است فوق‌العاده جالب از اینکه یک اندیشه درون‌گرا چگونه می‌تواند در اثر توجه زیاده از حد و سواس‌گونه با طول و تفصیل دادن به یک ایده ذهنی خاص، در خود غرق و درگیر شود. لازم به توجه است که ماتریس ۲۴، هرچند عمدتاً با بُعد عاطفی سر و کار دارد، ولی نشانگر کارکرد احساساتی نیست. لذا به نظر می‌رسد که فرد بیشتر به احساسات «فکر می‌کند» تا اینکه پاسخ احساساتی واقعی از خود نشان دهد.



ماتریس ۲۱



ماتریس ۲۲

ذهن	تخیل	هیچ چیز
امتداد	دویدن فرار ذهن	خالی
جستجو	کورمال کورمال	ناشناخته

ماتریس ۲۳

بادرک	حساس	مهربان
مهربان	مهربان نرم لطیف	قوی و در عین حال ضعیف
باملاحظه	بافکر	قاطع

ماتریس ۲۴

## تیپ احساساتی برون‌گرا

احساساتی برون‌گرا زمانی قابل تشخیص است که واژه‌های کلیدی اشاره به واکنشی عاطفی یا احساساتی داشته باشد که مستقیماً با شرایط خارجی یا ارزشهای پذیرفته در ارتباط است. بنابراین، اساس پاسخ در این است که احساسات بنا بر موقعیت وفق می‌یابد. احساساتی برون‌گرا می‌تواند به چندین شکل بروز کند و اکثراً بستگی به لحن عاطفی ماتریس نیز دارد. بعضی از ماتریسها به طبیعتی شاد، راضی، قانع و سازگار اشاره دارند، در حالی که ماتریسهای دیگر، بروزدهنده عواطفی شدید و مغشوش مانند خشم، اضطراب یا افسردگی هستند. در کلیه موارد، احساسات بوضوح به صورت واکنشی در برابر وقایع خارجی، و نه انعکاسی از گرایشهای صرفاً ذهنی دیده می‌شود.

ماتریسهای ۲۵ الی ۲۸، نمونه‌هایی واقعی از احساساتی برون‌گرا هستند. ماتریس ۲۵ نشانگر تیپ خوشحال و سازش‌پذیر است. ماتریس ۲۶، پاسخی نسبتاً افسرده در برابر مشکلات ارتباطی فرد را نشان می‌دهد، حال آنکه ماتریس ۲۷ اشاره به نگرانی شخص درباره زندگی خانوادگی، سکس و سلامتی خود دارد، و بالاخره ماتریس ۲۸ نشانگر خشم یا بدبینی نسبت به ناآرامیهای ایرلند شمالی است.

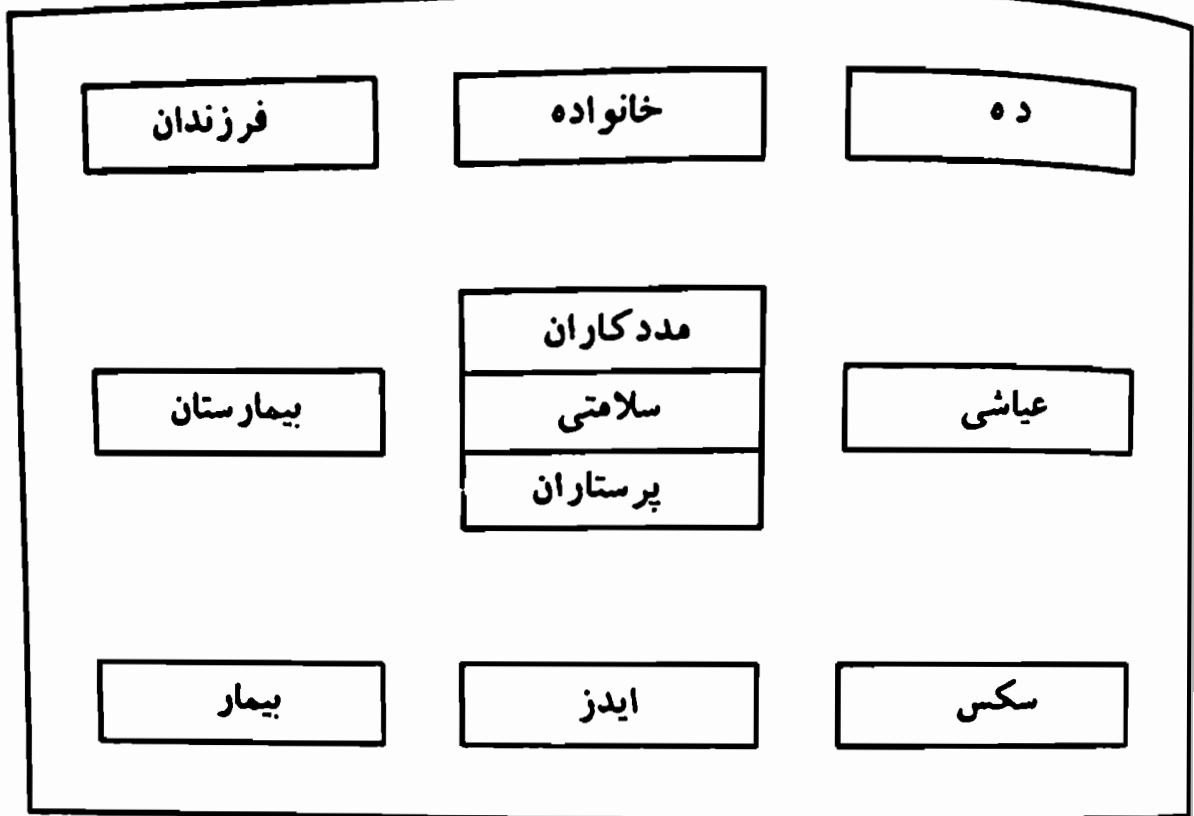


خانواده	خوشحال	آرامش
قابل اعتماد	نامزد راضی بامحبت	نامزد
ثابت	امن	باهم

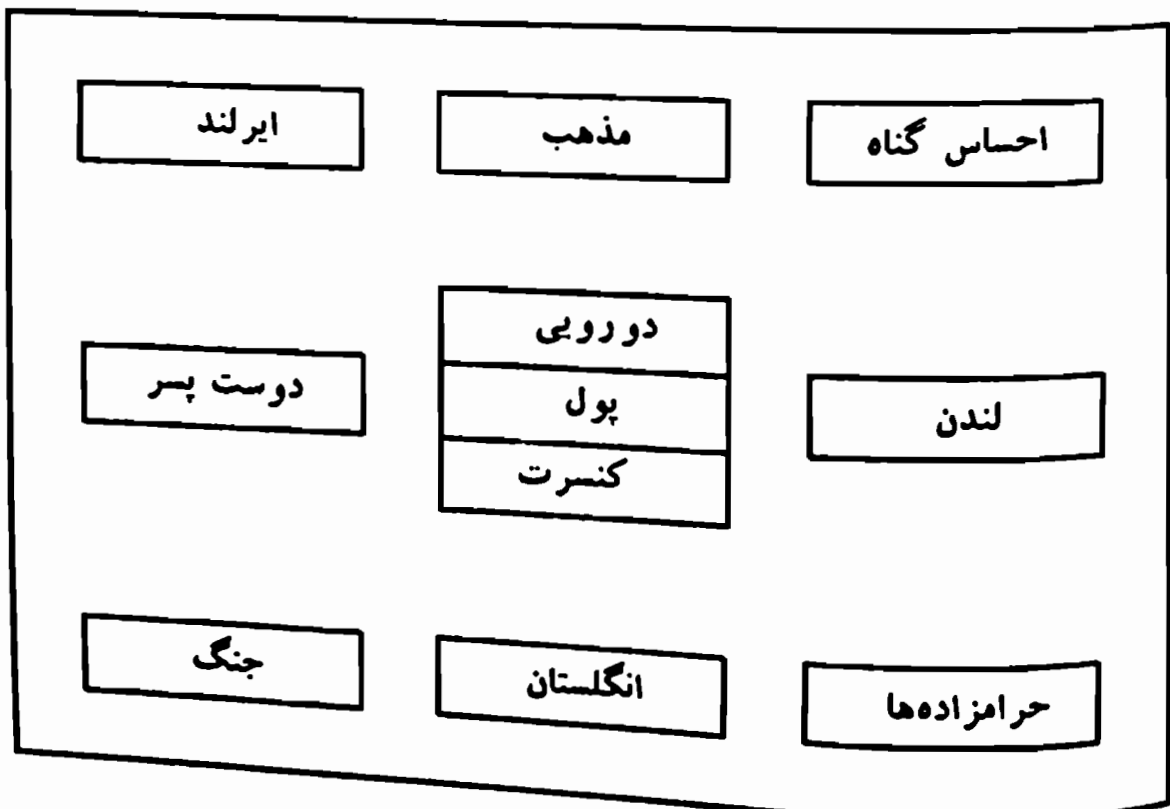
ماتریس ۲۵

تولیدمثل	ازدواج	بکر
سکس	روابط افراد نیاز	عشق
عجز	ماجرای عشقی	شادی

ماتریس ۲۶



ماتریس ۲۷



ماتریس ۲۸

## تیپ احساساتی درون‌گرا

احساساتی درون‌گرا در ماتریس «رمزواژه» به صورت عواطف شدید و بی‌پرده بروز می‌کند که ظاهراً هیچ‌گونه ارتباطی با هیچ‌شیء یا واقعه خاصی ندارد. همان‌گونه که یونگ در تحلیل این تیپ ذکر نموده است، احساسات معمولاً بطور منفی ابراز می‌شود، و اغلب به صورت اضطراب نامشخص، افسردگی، توی خود بودن، پریشانی عاطفی و یا احساس بیگانگی با واقعیت نمود پیدا می‌کند. در موارد افراطی، اینگونه ماتریسها می‌توانند نشانگر آن باشند که فرد عمیقاً مشوش، و عاجزانه خواهان کمک است.

ماتریسهای ۲۹ الی ۳۲، نمونه‌های خوبی از این تیپ هستند. ماتریسهای ۲۹ و ۳۰، نشانگر احساس بیگانگی هستند که اغلب با احساس درون‌گرایی تداعی می‌شود. ماتریسهای ۳۱ و ۳۲، بوضوح میزان اختلال عاطفی را نشان می‌دهند که می‌تواند نگران‌کننده باشد. (قابل ذکر است که هر دو این افراد، در زمان تکمیل ماتریس تحت مراقبت روانپزشک بودند).

تلاش	خسته و بی حال	دشوار
غیر واقعی	خودم سخت دروغ	خوشایند
همیشه	لازم	پذیرش

ماتریس ۲۹

بدبختی	خود	عجیب
چسبناک	دروغین بازیگری کمدی	دلقک
دادن	هیچی	غمگین

ماتریس ۳۰

پرسیدن	دوست	کمک
جستجو	با عشق پوشاندن نابود کردن پایان یافته	مراقبت
خاک	معلق	مردن

ماتریس ۳۱

خودکشی	زندگی	ترس خورده
درمانده	هیچ چیز زندگی حالا	همه چیز
شیطان	قرن	زندگی

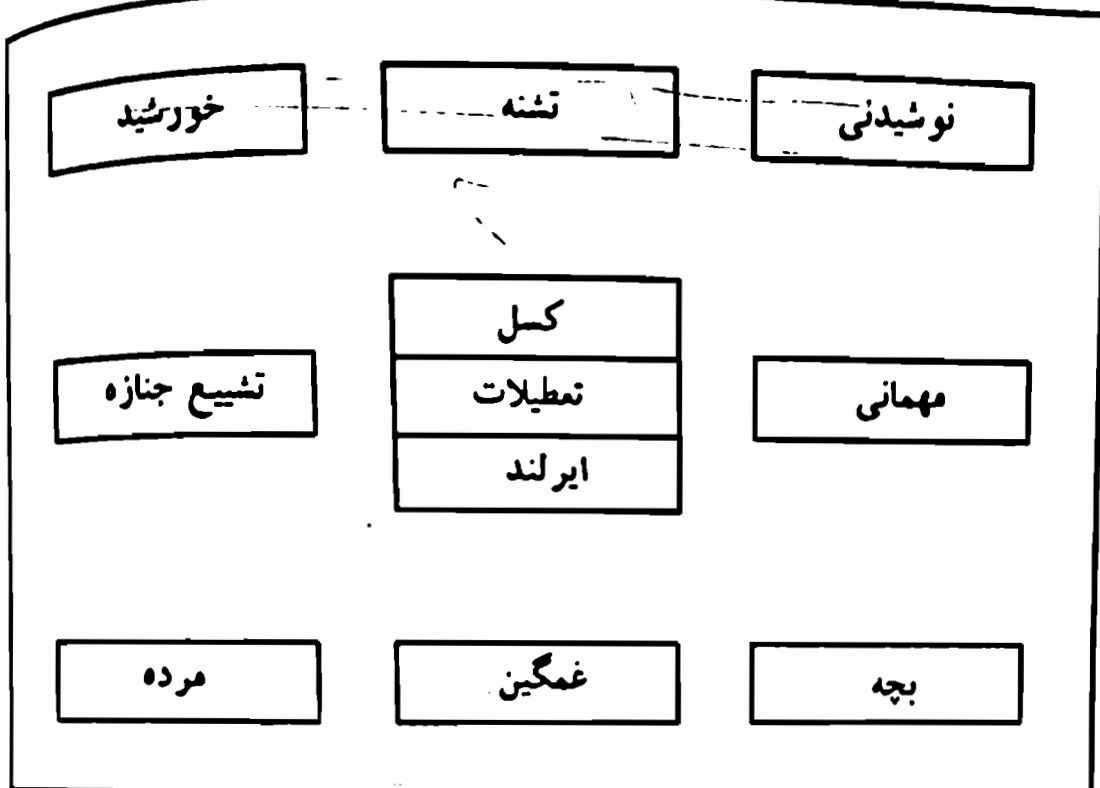
ماتریس ۳۲

## ارزیابی تیپهای آمیخته

وقتی اصول ارزیابی تیپهای روانشناختی اساسی بخوبی درک شدند، به آسانی می‌توان این اصول را در شناخت و ارزیابی رایج‌ترین «تیپهای روانی آمیخته» نیز بکار بست.

بطوری که پیش از این ذکر شد، در بررسی یک ماتریس، لازم است قبل از هر چیز کارکرد یا کارکردهای ابرازشده در آن (حس، شهود، تفکر و یا احساسات) را شناسایی نمایید. پیش از این ماتریسهای تک‌کارکردی را مورد بررسی قرار داده‌ایم. اگر در یک ماتریس، حضور دو کارکرد متفاوت مشخص گردد (واژه‌های مختلف به دلیل ابهام یا ایهام ممکن است به دو کارکرد اشاره داشته باشند)، معمولاً می‌توان تشخیص داد که کدام کارکرد غالب و کدام ثانوی یا فرعی است. با وجود این، گه‌گاه هر دو کارکرد می‌توانند به یک اندازه غالب جلوه کنند. گاهی ممکن است حتی یک کارکرد غالب و دو کارکرد فرعی مشاهده کنید که یکی از این دو نسبت به دیگری قوی‌تر جلوه کند.

از نظر عملی، شناسایی یک کارکرد غالب، و در صورت امکان، یک کارکرد ثانوی، کفایت می‌کند. کارکرد سوم (یا چهارم) را می‌توان بطور کلی نادیده گرفت. در تجانس با نظریه یونگ، تجربیات عملی با تکنیک «رمزواژه» نشان داده است که تقریباً در تمام موارد، کارکرد غالب یکی از دو کارکرد جفت مقابل را به عنوان کارکرد ثانوی به همراه دارد. به عنوان مثال، اگر کارکرد حسی غالب باشد، کارکرد ثانوی می‌تواند یکی از دو کارکرد تفکر یا احساساتی باشد ولی هرگز کارکرد شهودی نخواهد بود. به همین منوال، احساسات می‌تواند با حس یا شهودی (فراستی) همراه باشد ولی نه با تفکر.



ماتریس ۳۳

استفاده از یک سیستم نشانه‌گذاری نیز در توصیف تیپهای کارکرد، مفید است. به پیروی از شاخص تیپ مایرز-بریگز (مایرز و مکاولی (Mayers and McCaulley)، ۱۹۸۵) هر کارکرد بوسیله یک حرف نشانه‌گذاری می‌شود، شامل: S برای حس (Sensation)، N برای شهودی (Intuition)، T برای تفکر (Thinking) و F برای احساسات (Feeling). در تعریف ماتریسهای آمیخته، ابتدا حرف نشانه کارکرد غالب و سپس حرف کارکرد ثانوی در پرانتز نوشته می‌شود. بدین ترتیب  $S(F)$  نشانگر تیپ حسی/احساساتی با کارکرد حسی غالب است و  $F(S)$  نشانگر همین تیپ است با کارکرد احساساتی غالب. هرگاه دو کارکرد به یک اندازه غالب به نظر برسند، دو حرف بدون پرانتز و در کنار هم قرار می‌گیرند. لذا ST نشانگر دو کارکرد هم‌ارز حسی/تفکری و  $NF$  نشانگر تیپ هم‌ارز درک شهودی/احساساتی است. پس از تشخیص نوع کارکرد، می‌توان به بررسی ماتریس از نظر

گرایش (درون‌گرا یا برون‌گرا) پرداخت. هرچند دو طرز برخورد تا اندازه‌ای در اکثر ماتریسها قابل مشاهده هستند، معمولاً می‌توان تشخیص داد که کدام یک غالب است. گرچه گاهی نیز این امکان هست که یک ماتریس، هر دو برخورد را در حد یکسان بروز دهد. در اینگونه موارد، می‌توانیم ماتریس را دوسوگرا بنامیم.

برای نامگذاری تیپهای گرایشی، حرف I برای درون‌گرایی (Introversion)، E برای برون‌گرایی (Extraversion) و A برای دوسوگرایی (Ambivision) به کار رفته است. با ترکیب این حروف با نشانه‌های کارکردی، می‌توان به تعریف کاملی از تیپ روانشناختی رسید. لذا IS(T) نشانه تیپ درون‌گرای حسی/تفکری (با کارکرد حسی غالب) است. و EN(F) نشانگر تیپ برون‌گرای شهودی/احساساتی (با کارکرد شهودی غالب) و AF نشانگر تیپ دوسوگرای احساساتی است.

توازن	کامل	عشق
خداوند	ایمان مسیح اطمینان	خوشحال
نامزد	به کمال رسیدن	سفر



برای نشان دادن نحوه تشخیص تیپ ماتریسهای آمیخته، چند نمونه (ماتریسهای ۳۸-۳۳) کفایت می‌کند.

در ماتریس ۳۳، حس یا حسی/احساساتی غالب است («نوشیدنی»، «تشنه»، «خورشید»، «مهمانی»، «کسل»، «تعطیلات»، «ایرلند»، «بچه» و تعداد واژه‌هایی که مشخصاً به احساسات دلالت دارند («تشیع جنازه»، «غمگین»، «مرده») در اقلیت هستند. بطور کلی، کارکرد حسی قوی‌تر به نظر می‌رسد. از آنجا که طرز برخوردی که در ماتریس بروز داده شده است بوضوح برون‌گراست، می‌توان تیپ روانشناختی فرد تجربه‌کننده را برون‌گرای حسی (احساساتی) تعریف نمود. نشانه مناسب برای این ماتریس ES (F) خواهد بود.

ماتریس ۳۴ نمایشگر کارکرد شهودی یا شهودی/حسی است («عشق»، «کامل»، «ایمان»، «مسیح»، «خدا»، «اطمینان»، «سفر»، «به کمال رسیدن»). بعلاوه، دو واژه نیز در ماتریس وجود دارد که مستقیماً احساساتی است («خوشحال»، «نامزد»). در برداشت کلی، البته درک شهودی (یا فراستی) در این ماتریس بارزتر از درک احساساتی بوده و برخورد غالب نیز عموماً درون‌گراست. لذا می‌توان تیپ روانشناختی تجربه‌کننده را «درون‌گرای احساساتی/شهودی» تعیین نمود. نشانه‌گذاری اختصاری آن نیز IN (F) است.

ماتریس ۳۵، نشانگر ترکیبی از حس است («پزیدن»، «بازی»، «خوشگذراندن» و «مهر»). همچنین متفکر حسی («صحنه»، «مقالات»، «گزارش»، «کف زدن») و تفکر («تأیید»، «امنیت»، «مزایا») است. شدت و ضعف نسبی تفکر و حس تقریباً هم‌ارز هستند، یا شاید تفکر قدری قوی‌تر باشد. بنابراین برخورد غالب، برون‌گراست و لذا ماتریس اشاره به تیپ برون‌گرای احساساتی/متفکر دارد. وابستگی و توازن نسبی بین دو کارکرد تفکر و حسی این ماتریس را می‌توان به هردو صورت ET (S) و یا ES (T) نشانه‌گذاری کرد.

خوشگذرانی	بازی	پریدن
امنیت	صحنه‌ها کف زدن تأیید	مهر
گزارش	مزایا	مقالات

ماتریس ۳۵

فکر	اتاق	راحتی
ترس	شب خواب خوشحال	تناقض
تصادف	سیاه	نامه تنفرآمیز

ماتریس ۳۶

بانک	پول	بار (مشروب)
دستگاه	نشئه آور مواد مخدر باز	بسته
شب	رویا	خواب

ماتریس ۳۷

خلق	تغییر پذیر	مقاوت
ناراحت	بالا آمدن رو به بهبود تنها	منحصربه فرد
سردمزاج	ناتوان	مریض

ماتریس ۳۸

ماتریس ۳۶ شامل ۵ واژه حسی است («اتاق»، «شب»، «خواب»، «سیاه»، «تصادف»)، ۴ واژه احساساتی («راحتی»، «خوشحال»، «ترس»، «نامه تنفر آمیز») و ۲ واژه تفکری («فکر» و «تناقض»). از آنجا که تفکر در اینجا بوضوح در اقلیت کارکرد قرار دارد، می‌توان در تشخیص تیپ روانشناختی آن را نادیده گرفت. دو کارکرد دیگر (حس و احساسات) ظاهراً به یک اندازه غالب هستند، هرچند احساس اندکی قوی‌تر به نظر می‌رسد. طرز برخورد روانی غالب در این ماتریس درون‌گراست و لذا تیپ روانشناختی تجربه‌کننده را می‌توان درون‌گرای حسی/احساساتی نامگذاری نمود که نشانه اختصاری آن می‌تواند IS (F) یا IF (S) باشد.

ماتریس ۳۷ نمایانگر برتری واژه‌های حسی (مانند «بار»، «پول»، «بانک»، «نشئه‌آور»، «مواد مخدر»، «دستگاه»، «خواب»، «رؤیا»، «شب») است، همراه با دو واژه ظاهراً تفکری («باز»، «بسته»). لیکن نکته جالب‌تر در اینجا، برخورد روانی کاملاً دوسوگرا است که در جدول مشاهده می‌شود، بطوری که تعداد واژه‌های درون‌گرا («بسته»، «خواب»، «رؤیا»، و «شب») و برون‌گرا («بار»، «پول»، «بانک»، «دستگاه»، و «باز») تقریباً یکسان به نظر می‌رسند. دو واژه «نشئه‌آور» و «مواد مخدر» می‌تواند به یک اندازه منعکس‌کننده درون‌گرایی یا برون‌گرایی باشد. لذا ماتریس اشاره به تیپ دوسوگرای حسی و یا تیپ حسی دوسوگرای متفکر دارد. نشانه اختصاری آن را می‌توان AS و یا AS (T) قرار داد.

ماتریس ۳۸، نشانگر کارکرد احساساتی قوی است («خلق»، «تنها»، «ناراحت»، «مریض»، «ناتوان»، «سردمزاج») همراه با واژه‌های دیگر دال بر درک شهودی یا متفکر/شهودی (یا فراستی) («تغییرپذیر»، «بالا آوردن»، «رو به بهبود»، «منحصر به فرد»). یک واژه چشمگیر نیز در

ماتریس وجود دارد که مشخصاً نشانگر تفکر است («متفاوت»). از نظر درجه قوت، ظاهراً کارکرد احساسات قوی‌ترین و کارکرد شهودی درجه دوم به نظر می‌رسد. کارکرد تفکر با یک واژه می‌تواند نادیده گرفته شود. طرز برخوردی که در ماتریس قابل رؤیت است، اساساً درون‌گرا و نمایانگر تیپ درون‌گرای احساساتی/شهودی است. نشانه‌گذاری مناسب برای این ماتریس  $IF(N)$  است.

### اهمیت تیپ روانشناختی از نظر شناخت انسانها

شناخت تیپ روانشناختی، به چند دلیل حائز اهمیت است. مهم‌تر از همه، به ما کمک می‌کند که گرایشهای خودآگاه خویش را درک کرده و تشخیص دهیم. به عقیده یونگ، یکی از وظایف عمده نیمه اول زندگی آن است که نحوه ابراز کارکرد و طرز برخورد غالبان را فراگیریم. لیکن بسیاری از افراد کاملاً درباره تیپ روانشناختی خود بی‌اطلاعند. این عدم اطلاع می‌تواند باعث مشکلاتی در سازش‌پذیری گردد، بویژه در زمینه خواسته‌های حرفه‌ای یا روابط با دیگران. تکنیک «رمزواژه» بویژه می‌تواند برای اینگونه افراد مفید واقع شود. در رابطه با حرفه، شک نیست که تیپهای خاصی برای بعضی از مشاغل مناسب یا نامناسب هستند. به عنوان مثال، می‌توان انتظار داشت که فردی از تیپ برون‌گرای درک شهودی در مدیریت، سیاست یا تجارت پیشرفت کند ولی در حرفه نقاشی امپرسیونیست، چندان موفق نباشد. همچنین تیپ متفکر درون‌گرا، می‌تواند ریاضیدانی عالی یا متصدی کتابخانه باشد ولی در حرفه پرستاری یا مددکاری اجتماعی، دچار مشکل می‌گردد. در نظر گرفتن تیپ روانشناختی اساسی هنگام انتخاب حرفه، امکان تصمیم‌گیریهای مؤثرتری را در این زمینه فراهم

می‌نماید (همچنین رجوع کنید به مایرز و مکاولی، ۱۹۸۵).  
 تئوری تیپهای روانشناختی در توضیح ناسازگاریها و بروز  
 درگیریهای بین افراد نیز کمک می‌کند. دلیل مهم در بروز اینگونه  
 مشکلات، می‌تواند عدم تفاهمی باشد که معمولاً بین تیپهای روانی  
 مختلف وجود دارد. افراد درون‌گرا احتمال دارد در روابطشان با افراد  
 برون‌گرا دچار مشکل شوند. می‌توان انتظار داشت که تیپ درک  
 شهودی، فردی حسی را درک نکند، و تیپ احساساتی نیز با تیپ  
 متفکر درگیری پیدا کند. افراد می‌توانند تمایلات منفی، نامشخص و  
 ناخودآگاه خویش را به فرد تیپ مخالف نسبت بدهند، و باعث بروز  
 و تشدید مشکلات شوند.

علاوه بر تشخیص کارکرد و طرز برخورد آگاهانه خود، می‌توانیم  
 با استناد به اصل جبران روانی، در مورد گرایشهای ناخودآگاهمان نیز  
 بینش پیدا کنیم. بنابراین، هر کارکرد یا برخوردی که در خودآگاه  
 غالب باشد، مقابل آن در ناخودآگاه غالب خواهد بود. به عنوان مثال،  
 فردی که تیپ خودآگاه وی، متفکر برون‌گرا است، در ناخودآگاه  
 دارای تکانه‌های اساسی و درون‌گرا ولی به صورت بدوی یا بچگانه  
 خواهد شد (رجوع کنید به شرح تیپهای اساسی روانشناختی که در  
 آغاز همین فصل ارائه گردید). این امید هست که بتوانیم با شناختن  
 گرایشهای ناخودآگاه خویش، آثار خجیب و منفی آنها را کاهش  
 دهیم. از این مهم‌تر، با ارتقاء دادن به کارکرد سطح پایین روحیه خود  
 و آوردن آن حیطه خودآگاه، می‌توانیم نهایتاً این تسلط را بیابیم که  
 خصلتهای مثبت این کارکرد یا برخورد را بروز دهیم. بدین ترتیب،  
 شخصیت از کمال یا تمامتی برخوردار می‌گردد که قبلاً فاقد آن  
 بود.

شناسایی و تشخیص آگاهانه گرایشهای سطح پایین (پست‌تر)،

تکلیف بسیار دشوار روانشناختی است که یونگ معتقد بود بهتر است در نیمه دوم زندگی، یعنی در حدود سن ۳۵ سالگی به آن پرداخت. برای اکثر افراد، بهتر است شناسایی روی تشخیص کارکرد آگاهانه و فرعی بالقوه، تمرکز داده شود. بدین ترتیب، فردی که دارای کارکرد تفکر غالب است، برای دستیابی به کمال و تمامیت، بهتر است اقدام به شناسایی و بروز کارکرد حسی یا درک شهودی درون خود (و نهایتاً هردو) نماید. البته مهم است که این اقدام پس از تشخیص قطعی کارکرد غالب انجام گیرد، چون در غیر این صورت تنها اختلال و اغتشاش و بیهودگی در پی خواهد داشت.

هرچند در تئوری، ارتقاء دادن هر چهار کارکرد و هردو برخوردار و آوردن آنها به حیطة خودآگاه و ایجاد شخصیتی «کامل» می‌تواند امکان‌پذیر باشد، ولی در عمل بیشترین امیدی که می‌توان داشت این است که شخص برخوردار و کارکرد غالب شخصیت خود را تشخیص داده، دو کارکرد فرعی خود را ابراز کند، و راههای بروز برخوردار و کارکرد پست‌تر (ناخودآگاه) را شناسایی نماید. با مطالعه تیپ روانشناختی مشخص شده در ماتریس، می‌توان در نیل به این هدف، پیشرفت حاصل کرد.

در بررسی تیپ روانشناختی، باید به خاطر داشت که هرچند ماتریس کارکرد آمیخته یا دوسوگرا ممکن است نشانه بالیدگی روانی و کسب درجه‌ای از کمال باشد، ولی همچنین می‌تواند اشاره به ناتوانی در شناخت صحیح کارکرد یا برخوردار غالب باشد. در صورتی که شواهد بیشتری در دست نباشد، معمولاً تشخیص این دو احتمالاً غیرممکن است؛ اگرچه در مورد جوانان معمولاً حالت دوم صدق می‌کند. در تحلیل آخر، به عهده فرد است که خود، در مورد اهمیت تیپ روانشناختی خویش تصمیم بگیرد.

## فصل ششم

### جریان تفسیری

اینکه کار تفسیر تا چه حد عمیق و مفصل باشد، در وهله اول بستگی به هدف دارد. اگر ماتریس را به منظور یافتن پاسخ به سؤال یا مسئله‌ای خاص تکمیل کرده‌اید، معمولاً بررسی چند کلید مشخص، برای ارزیابی سریع تیپ روانشناختی، یا مضمون کلی ماتریس، کفایت خواهد کرد. از طرف دیگر، اگر تحلیل روانکاو کاملی مورد نظر باشد، باید هنگام تفسیر کلیه جوانب ماتریس به تفصیل و عمیقاً مورد بررسی قرار گیرد.

تفسیر، مهارتی است که با تمرین فراوان پرورش می‌یابد. با کسب تجربه بیشتر، شخص قادر خواهد بود بدون برداشتن یادداشتهای طولانی و رجوع مداوم به شرح کلیدها، ماتریسها را «بخواند». لیکن تا زمانی که توانایی تحلیل بی‌واسطه ماتریس بطور کامل کسب نشده است، توصیه می‌شود که کار تفسیر بطور نظام‌مند و در مراحل زیر انجام گیرد:

#### 1) Interpretive Process.



## مرحله ۱: تیپ روانشناختی

همان‌گونه که در فصل ۵ نیز ذکر شد، نکته مهم و اساسی در ماتریس، تشخیص تیپ روانشناختی است که این کار باید با روشهایی که در آن فصل آمد، انجام و ارزیابی شود.

تیپ روانشناختی در تفسیر ماتریس بسیار حائز اهمیت است. بطور کلی، هرگاه ماتریس بیانگر احساسات یا درک شهودی باشد، کار تفسیر راحت‌تر خواهد بود، زیرا این دو کار کرد بیشتر بیانگر بُعد واقعاً شخصی هستند و لذا در این‌گونه موارد، شناسایی مضامین روانشناختی نسبتاً راحت‌تر است. در مقابل آن، در ماتریسهایی که نشانگر تفکر و بویژه درک حسی هستند، واژه‌های کلیدی معمولاً قدری سطحی و دور از حیطه شخصی به نظر می‌رسند.

به عنوان مثال، ماتریسهای ۳۹ و ۴۰ را مقایسه کنید. حتی بدون بررسی تفصیلی هر کلید، واضح است که در مورد ماتریس ۴۰ (احساساتی/شهودی دوسوگرا) یک الگوی معنادار روانشناختی قوی وجود دارد، در صورتی که ماتریس ۳۹ (درک حسی برون‌گرا یا احساساتی حسی برون‌گرا) در نظر اول کاملاً فاقد هرگونه مفهوم روانشناختی به نظر می‌رسد.

گاری دستی	سفید	خورشید
میوه	صلیب تکان نارگیل	دست پیش بردن بسوی
چاقو	خطر	نردبان

ماتریس ۳۹ (ریچل)

لذت	ارضاء	عشق
خوشی	راز دوست ماجرا	از دست رفته
برزرق و برق	نومیدی	تنها

ماتریس ۴۰ (جین)

در عمل ملاحظه می‌شود که یک ماتریس هر قدر به ظاهر سطحی باشد، تقریباً همیشه می‌توان تفسیری قابل فهم برای آن پیدا کرد. لیکن این امکان هست که تیپهای متفکر و حسی، کار تفسیر را با طبیعت خود سازگار ندانند، زیرا آنها را ملزم می‌سازد که تداعی‌سازیهای ناآشکار، مبهم و (به نظر آنان) بی‌اساس بین واژه‌های محکم و تصویری و موضوعهای روانشناختی نهفته را مورد بررسی قرار دهند.

می‌توان به این تیپها توصیه کرد که در جریان کار تفسیر، از شخص دارای کارکرد احساسی یا درک شهودی قوی‌تر کمک مشورتی بگیرند. ولی گذشته از مشکلات عمومی مربوط به تفسیر ماتریس شخص دیگر، تیپهای متفکر و حسی بیش از دیگران تفسیرهای پیشنهادی «عمیق» را رد می‌کنند. به همین دلیل، برای تیپهای متفکر و حسی، از نظر روانشناختی، بهتر است که بتوانند کارکردهای فرعی درک شهودی و احساساتی خویش را به کار گیرند. به هر صورت، توصیه می‌شود که در وهله اول، تفسیر ماتریس توسط خود شخص و بدون کمک دیگران صورت گیرد. پس از آن، مشورت با فرد دیگر درباره سایر تفسیرها می‌تواند سودمند و مؤثر واقع شود.

## مرحله ۲: «موضوع غالب» (dominant theme)

پیش از بررسی تفصیلی تک‌تک واژه‌های کلیدی، معمولاً بررسی «موضوع غالب» ماتریس (در صورت موجود بودن) مفید است. این موضوعها به میزان قابل توجهی با تیپ روانشناختی متناسب هستند: ماتریسهای حسی برون‌گرا غالباً با لذت و خوشی سر و کار دارند، ماتریسهای درک شهودی درون‌گرا با تجربه مذهبی، و ماتریسهای احساساتی برون‌گرا با دوستیها؛ شناسایی موضوع غالب، معمولاً

شناخت کلی خوبی از موقعیت و مشغله‌های فکری کنونی تجربه‌کننده بدست می‌دهد.

به عنوان نمونه، ماتریس ۴۰ ظاهراً دارای موضوع درگیری عاطفی یا اغتشاش دربارهٔ دوستیها و لذت فردی است. موضوع غالب در ماتریس ۳۹ تا این حد واضح نیست ولی احتمالاً می‌تواند با «فعالیت» و «طبیعی بودن» مربوط باشد.

### مرحله ۳: تداعی واژه‌ها

در فراگیری نحوهٔ تفسیر ماتریس «رمزواژه»، در نظر گرفتن تداعیهای عمدهٔ روانی، در مورد هریک از واژه‌های کلیدی می‌تواند کمک بزرگی باشد.

شاید مهم‌ترین عامل تکنیک «رمزواژه» که باید به خاطر داشت، این فرضیه است که هریک از ۱۱ واژه‌ای که در خانه‌های کلیدی (مستطیل درون ماتریس) نوشته می‌شوند نمایانگر ترکیبی از «معانی خاص» هستند که با اصل آن کلید ارتباط دارند. لذا لازم است در بررسی واژه، صرفاً از مبنا قرار دادن بارزترین یا تحت‌اللفظی‌ترین معنی و تفسیر آن پرهیز نمود، و در عوض اجازه داد هر واژه، مجموعه‌ای از مفاهیم ظریف و بهم‌پیوسته را برای شما تداعی کند - که یک یا چند مفهوم بتواند پایهٔ تفسیر قرار گیرد.

شیوهٔ تداعی‌سازی که باید مورد استفاده قرار گیرد، تکنیک گسترشی (amplification) یونگ است که در آن باید برای هر واژه تعدادی تداعی ساخت که هر کدام مستقیماً و بلاواسطه با تصور اولیه ارتباط دارند، و بطور کلی بدین وسیله معنای آن نظریه گسترش داده می‌شود (رجوع کنید به یاکوبی، ۱۹۶۸؛ و یونگ c ۱۹۶۸، ۱۹۷۷). به

عنوان مثال، با تداعیهای خز=گربه، خز=نرم، خز=گرم و خز=گران، می‌توان مفهوم واژه «خز» را گسترش داد. باید توجه شود که در روش گسترشی یونگ، در ساختن هر تداعی رجوع به «واژه اصلی» حائز اهمیت است. این شیوه را باید از وجه تداعی آزاد فرویدی کاملاً متمایز دانست، که در آن فکری تداعی‌کننده فکر دیگر است و فکر دوم تداعی‌کننده فکری دیگر، الی آخر. در نتیجه، تداعی آزاد فرویدی می‌تواند منجر به ساختن تداعیهای زنجیره‌ای نظیر مثال زیر باشد. خز=گربه = شیر = پستان = مادر = نفرت. گرچه با این تکنیک می‌توان نهایتاً به عقده یا مانع روانی نهفته دست یافت، ولی فکر نهایی معمولاً ارتباط چندانی با فکر اولیه ندارد. به همین دلیل، شیوه تداعی آزاد فرویدی در ماتریس «رمزواژه» دارای چندان کاربردی نیست.

روش گسترشی یونگ، نه تنها تداعیهای شخصی بلکه ارتباطهای فرهنگی و همگانی کهن الگو را نیز می‌سازد. به عنوان مثال، واژه «گاو» از نظر شخصی شاید با «حماقت» یا صفات ناپسند تداعی شود، ولی از نظر فرهنگی با غذا و کشاورزی، و به عنوان یک کهن الگو می‌تواند با زمین، خوراک معنوی، و اصل مادری پیوند خورده باشد. هرچند در وهله‌های نخست تداعیهای شخصی باید مورد توجه قرار گیرند، لیکن بررسی ابعاد فرهنگی و کهن الگو نیز می‌تواند مفید فایده باشد. همچنین مراجعه به کتابهایی درباره اساطیر کهن و سمبولیسم و سؤال کردن از دیگران راجع به اینکه آنها چه چیزی را با تصوره‌های خاص تداعی می‌کنند، می‌تواند کمکی باشد.

در بسیاری از موارد، بویژه در نخستین تجربه‌های تفسیر ماتریس، فهرست کردن کلیه چیزهایی که با هر واژه کلیدی تداعی می‌شوند کمک بزرگی خواهد بود. بویژه بهتر است سعی کنید روی جنبه‌هایی که دارای «مفهوم آشکار» روانشناختی هستند تمرکز کنید. بهیچوجه افکار

خود را سانسور نکنید، یا سعی در یکپارچه نگه داشتن تداعیها  
نمایید.

(جدول ۶) نمونه‌هایی از تداعی واژه‌ها

«باران»	«بیسکویت»	«۴۴»
ناراحت	لذت	عدم اطمینان
گریه	هوس	واضح نبودن
خیس	خرد کردن	کوری
سرد	شیرینی	سردرگمی
غم‌انگیز	استراحت	بی‌هوش
شاداب	زنگ تفریح	آینده
تولد دوباره	ناکافی	مرموز
«صبور»	«دفتر خاطرات»	«گیر»
انتظار	حس هویت	مسئله
بیماری	خودآگاهی	مشکل
وابستگی	گذشته	غلبه سکسی
زخم‌پذیری	اسرار شخصی	جذبه
بهبودی	مسائل خصوصی	تصاحب
چیزی نخواستن	خاطره‌ها	محکم گرفتن
مراقبت	تقویم روزانه	تعقیب

اگر واژه مورد نظر، دال بر شیء سفت و سخت، و فاقد هرگونه مضمون روانشناختی باشد، (مثلاً «پنبه» یا «کوه») می‌توانید به خصوصیات فیزیکی آن (مثلاً نرم یا سفت، صاف یا زبر، سبک یا سنگین) پردازید، و این ممکن است به تداعی‌سازی کمک کند، زیرا اینگونه صفات معمولاً دارای مفهوم روانشناختی نیز هستند.

جدول ۶، حاوی چند نمونه از اینگونه تداعی‌سازیها است. توجه داشته باشید که در این مرحله، واژه‌های دوپهلوی (مانند «Patient») که در زبان انگلیسی هم به معنای «صبور» است و هم به معنای «بیمار» باید با معانی مختلفشان تداعی‌سازی شوند.

#### مرحله ۴: تفسیر کلیدها

توصیه می‌شود قبل از هرگونه اقدام به ربط دادن مفاهیم کلیدهای مختلف یا معاینه جریانهای دینامیک درون ماتریس، تک‌تک واژه‌های کلیدی تفسیر شوند. با ربط دادن واژه نوشته‌شده در خانه کلیدی (و معانی گسترشی آن) و با توجه به شرح مفصل کلید (فصل ۴)، مفاهیم قابل قبول برای آن کلید را یادداشت کنید. همچنین، ارزیابی کارکرد روانی بکاررفته در هر کلید نیز (حسی، شهودی، تفکری یا احساساتی) می‌تواند سودمند باشد، زیرا در مورد تیپهای آمیخته، در بخشهای مختلف ماتریس، کارکردهای مختلف نمایان می‌شوند. از سوی دیگر، حتی در کارکردهای تک-کارکردی نیز این احتمال هست که در کلیدهای خاص، یک یا دو کارکرد غیرمعمول نیز به چشم بخورد. در مورد ماتریسهای دوسوگرا، گرایشهای متفاوت (برون‌گرا یا درون‌گرا) در جاهای مختلف ماتریس مشاهده می‌شود. در عمل، هر یک از این جنبه‌ها می‌توانند هنگام تفسیر از اهمیت قابل ملاحظه‌ای برخوردار

باشند.

ترتیبی که برای بررسی کلیدها پیشنهاد می‌شود، به شرح زیر است:

۱. غول
۲. کوتوله
۳. روح
۴. صورتک
۵. راهنما
۶. نماد
۷. سایه
۸. شبح
۹. پایگاه
۱۰. نبرد
۱۱. سرنوشت

جدول ۷ به عنوان نمونه‌ای از تفسیر کلیدها، فهرست کلیه مفاهیم قابل تداعی برای واژه‌های ماتریس ۳۹ (ریچل) را نشان می‌دهد. پس از تکمیل این مرحله، اکنون در مورد اینکه آیا روش «رمزواژه» برای شما «کارساز» بوده یا نه، باید تصویری واضح در ذهنتان وجود داشته باشد و قادر باشید تفاسیری هرچند مشروط، برای کلید اصلی یا اکثر واژه‌های کلیدی، پیدا کنید. رویهم‌رفته باید احساس کنید که این واژه‌ها می‌توانند اساس توصیفی قابل فهم برای موقعیت یا شکل شخصیتی کنونی شما را تشکیل دهند.

اگر در تفسیر کلیدی خاص دچار مشکل شدید، امکان دارد با



بررسی دو واژه‌ای که واژه ترکیبی از آنها تداعی و ساخته شده است، مشکل حل شود. اگر از این طریق برطرف نشد، شاید لازم شود واژه یا عبارت ترکیبی دیگر برای دو واژه مزبور پیدا کرده آن را تفسیر کنید. لیکن توصیه می‌شود با تغییر یک واژه کلیدی، واژه‌های دیگر را نیز که بر پایه آن تداعی شده‌اند تغییر ندهید.

سرانجام، برای بسط دادن و روشن کردن بیشتر تفسیرها، «روابط درونی» بین واژه‌ها باید مورد بررسی قرار گیرند. در ماتریس «رمزواژه»، دو نوع رابطه درونی وجود دارد که عبارتند از: الف) روابط منطقی (Dialectical) و ب) روابط گسترشی (Developmental) که شرح داده می‌شوند.

### مرحله ۵: روابط منطقی

روابط وابسته به منطق منعکس کننده ساختار ماتریس هستند. لذا هر واژه را می‌توان به صورت نتیجه یا ترکیب دو فکر متضاد دانست. در جدول شماره ۸، هفت رابطه منطقی در یک ماتریس «رمزواژه» نمایش داده شده است. در هر مورد، واژه‌هایی که در خانه‌های سه‌گانه نوشته شده‌اند (با تداعیهای گسترشی عمده) باید مورد بررسی قرار گیرند، تا درکی از (الف) ماهیت تضاد یا اختلاف بین قطبین و (ب) چگونگی حل این تضاد توسط واژه ترکیبی بدست آید.

- سایه - روح در ماتریس ریچل (۳۹) توجه کنید. به نظر می‌رسد تضاد نهفته در این رابطه مابین آلوده‌طلبی و لذت بدون دغدغه خاطر و بی‌آلایشی از زندگی (واژه «خورشید») و نیاز به کوشش سخت و مداوم برای بالا رفتن از پلکان ترقی و رسیدن به خوشبختی (واژه

«نردبان» است. از آنجا که دو واژه مذکور به ترتیب در خانه‌های راهنما و سایه قرار دارند، بهترین برداشت احتمالاً این است که هرچند ریچل باطناً مایل به داشتن یک زندگی خوش، راحت و بی‌دغدغه خاطر است، ولی شاید حاضر به پذیرفتن نیاز جدی‌اش به کسب موفقیت و پیشرفت اجتماعی یا ضرورت کار سخت و مداوم در این راه نباشد. در عمل، احتمال دارد ریچل راحت‌طلب و به بالش پر قو تکیه زده باشد، و انتظار داشته باشد که خوشبختی و موفقیت را مفت و مسلم تقدیم وی کنند.

جدول ۷: تفسیر خانه‌های کلیدی ماتریس ۳۹ (ریچل)

کلید	واژه (کارکرد)	تداعیهای گسترشی	مفاهیم ممکن
غول	سفید (حسی)	روشن پاکیزه خالص بکر وضوح	انگیزه‌ها یا محرکهای اساسی = پاک‌ی معنوی یا روحی، عصمت، وضوح و روشنی بیان
کوتوله	خطر (شهودی / احساساتی)	مشکل تهدید ریسک ناامنی ترس	احساس عدم اطمینان یا ترس، باعث محدودیت یا رکود شده است. احساس تهدید، خطر، یا مشکل عمده.
روح	دست‌دراز کردن بسوی	کوشش کمبود	عدم موفقیت در شناخت یا تحقق بخشیدن به شخصیت درونی

یا عواطف. احساس نارضایتی یا پوچی. احتمالاً بسوی مردان جاه طلب یا موفق کشیده می شود.	نیاز دستورد موفقیت جاه طلبی عجز	(شهودی)	
شخصیت شوخ یا طنز؟ رسیدگی و بالیدگی شخصیت خارجی یا نقشهای اجتماعی. زندگی مادی نسبتاً راحت و بارور.	رشد رسیدگی بالیدگی تکمیل تولد مضحک بارور	میوه (حسی)	صورتک
گرایش عمیق و باطنی به سعادت، راحتی و آرامش. برای رسیدن به کمال فردی، آگاهی کامل، و معرفت.	خوشبختی گرما آرامش گشادگی کمال روشنی نور	خورشید (حسی)	راهنا
کشش به سمت حرفه‌ای در زمینه فروش، تجارت، کشاورزی یا باغبانی؟ خود ایدئال: خاکی، بی آرایش، عاشق طبیعت.	فروختنی بازار باغبانی زمین محصول	گاری دستی (حسی)	نماد
نیاز ناشناخته یا ناخودآگاه به	ترقی	نردبان	سایه

موفقیت یا پیشرفت اجتماعی، انگیزش ناخود آگاه برای ترقی در طبقات اجتماعی که احتمالاً این گرایشها را به دیگران نسبت می دهد. وجود فرصتهای شناخته نشده؟	تلاش کوشش منزلت موفقیت فرصت	(حسی)	
ترس از درد، خشونت، مرگ. هراس از خشونت کردن یا زخم زدن. طبیعی خشن یا آزارنده که می تواند موجب مشکلات شخصی گردد.	درد خشونت کشتار تیزی برندگی	چاقو (حسی) احساساتی	شبح
درک از ماهیت احساسی «خود»: ظاهر سخت یا خشن، ولی با گرایشهای مادرانه و پرورنده. شیرینی و لطافت. جذبه جنسی زنانه.	پوسته سخت زبر شهد شیر گوشت سفید تغذیه بیضهها	نارگیل (حسی)	پایگاه
نیاز به تصمیم گیری یا انتخاب بزرگ، درگیری یا مشکل مهم (شاید در رابطه با مذهب یا احساس خشم) که باید بوسیله «خود» حل شود.	چپ افتادن مشکل درگیری دوراهی مذهب	صلیب (حسی) احساساتی	نبرد

بالا و پایین شدن تحول یا تغییر مهم در	تکان	سرنوشت
زندگی خصوصی، اجتناب	(حسی / تحول)	
ناپذیر به نظر می‌رسد.	خشم	(احساساتی)
این دگرگونی می‌تواند	تهدید	
بسیار تهدیدکننده یا	اضطراب	
اضطراب آفرین باشد یا موجب		
بروز عصبانیت گردد.		

حل این تضاد، در عبارت «دست پیش بردن بسوی» در خانه روح (نرینه روان) مشاهده می‌گردد. این امر می‌تواند اشاره‌ای باشد به اینکه ریچل مجذوب مردانی می‌شود که در زندگی موفقند. مهم‌تر از آن، حاکی از نوعی آگاهی دورنی (ولی شاید شناخته‌نشده) از موفقیت و سعادت فردی هنوز حاصل نشده است و می‌باید در راه آن تلاش نمود. شاید هم عبارت «دست پیش بردن» (به دلیل ماهیت درک شهودی) مؤید این باشد که ریچل باید دیدگاهش را فراتر از لذتهای سطحی و کاملاً حسی و به سمت برآوردن هدفی عمیق‌تر گسترش دهد.

نمونه جالب دیگر در سه خانه سایه - شب - کوتوله ماتریس ۴۰ (جین) به چشم می‌خورد. در اینجا به نظر می‌رسد که تضاد موجود بین الف) انزواگرایی، گریز از درگیری و ضداجتماعی بودن (واژه «تنها» و ب) تجمل‌طلبی، خودنمایی و برون‌گرایی («پر زرق و برق») باشد. حضور واژه «پر زرق و برق» در خانه شب، گویای آن است که احتمالاً جین گرایش به خودنمایی و تجمل‌طلبی را در وجود خود یا دیگران شناخته (ولی از آن منزجر یا با آن مخالف) است. در عین حال واژه «تنها» در خانه سایه نیز اشاره بدان دارد که خصلتهایی چون انزواطلبی و گریز از اجتماع در وجود وی سرکوب یا مهار شده است. تنشی که بر اثر رد خصلتهای برون‌گرا و ناتوانی در پذیرش یا ابراز

جنبه‌های درون‌گرا بوجود آمده، نوعی بن‌بست روانی را در این شخصیت ایجاد نموده است. نهایت و نتیجه این تضاد، در خانه کوتوله و با واژه «نومیدی» مشخص می‌گردد و گویای آن است که احتمالاً جین به خاطر عدم توانایی‌اش در تمیز دادن یا اداره کردن جنبه‌های درون‌گرا و برون‌گرای شخصیت خویش، دچار یأس و نومیدی می‌شود (باید یادآوری کرد که ماتریس ۴۰ بوضوح دوسوگرا است).

(جدول ۸): هفت رابطه منطقی

نتیجه		قطبهای مخالف
روح	=	راهنما علیه سایه
صورتک	=	نماد علیه شبح
غول	=	راهنما علیه نماد
کوتوله	=	سایه علیه شبح
پایگاه	=	روح علیه صورتک
نبرد	=	غول علیه کوتوله
سرنوشت	=	پایگاه علیه نبرد

مرحله ۶: روابط پرورشی (یا گسترشی)

علاوه بر روابط منطقی ذکر شده بین واژه‌ها، ساختار ماتریس «رمزواژه» جریانهای عمده و خاص پرورشی و گسترشی درونی روان را نیز شناسایی می‌نماید. درک روابط پرورشی از اهمیتی ویژه برخوردار است زیرا می‌تواند در شناخت بخش یا بخشهای عمده

زندگی که در آن تغییر صورت می‌گیرد، سودمند باشد و همچنین می‌تواند درباره اقدامات بعدی نیز رهنمودهایی بدست دهد. در ماتریس «رمزواژه» سه رابطه پرورشی و گسترشی وجود دارد که این رابطه‌ها در (نمودار ۱۳) نشان داده شده‌اند.

پرورش درونی	پرورش «خود»	پرورش بیرونی
راهنا	سرنوشت	نماد
↑	↑	↑
روح	نبرد	صورتک
↑	↑	↑
سایه	پایگاه	شبح

نمودار ۱۳: روابط سه‌گانه پرورشی

### پرورش بیرونی

پرورش بیرونی به آن دسته از فرایندها یا جریانها اطلاق می‌شود که فرد را بسوی موفقیت، خوشبختی و کمال در عرصه مادی یا اجتماعی سوق می‌دهند. این گسترش معمولاً از موقعیت ضعف، بیگانگی، پریشانی یا مشکل (شبح) شروع می‌شود. با دستیابی به شخصیت خارجی پایدار، و انطباق با نقشهای مناسب اجتماعی (صورتک)، فرد می‌تواند نهایتاً به اهداف آگاهانه متصور (نماد) نیز دست یابد.

## پرورش درونی

پرورش درونی، فرایند یا جریانی بمراتب ظریف‌تر است که در رابطه سایه - روح - راهنما تجسم می‌یابد. این رابطه در واقع سفری است بسوی درک و دانشی عمیق‌تر از کارکرد درونی روان. قابل توجه است که رابطه «رمزواژه» عیناً با رابطه‌ای که یونگ در شرح فرایند فردیت مطرح نموده است مطابقت دارد. (رجوع کنید به یاکوبی، ۱۹۶۸؛ یونگ، ۱۹۶۶، b، ۱۹۶۸؛ فون فرانتس (Von Franz)، ۱۹۶۴). یونگ مدعی است که فردیت (Individuation) شامل مراحل متوالی رشد است که در طی آنها، فرد با تصاویر سنخهای کهن (الف) سایه، ب) نمادروان (نرینه‌روان یا مادینه‌روان) و ج) شخصیت مانا یا کهن الگو قدرت، مواجه می‌گردد. به عقیده یونگ، این مراحل سه‌گانه رشد باید طی شوند تا نهایتاً تحقق کهن الگو خود میسر گردد.

به عبارت ساده‌تر، به عنوان نخستین مرحله جریان رشد یا پرورش و گسترش درونی، باید با جنبه تاریک، نهفته، پسرانده شده یا تمیز داده نشده شخصیت خود (سایه) روبرو شویم. از جمله شاخصهای مهم شناخت «سایه» طرز برخورد پست‌تر شخص و تیپ کارکردی هستند. مواجهه با «سایه» مستلزم آن است که آمادگی ارزیابی موشکافانه و انتقاد بی‌رحمانه از خویشان را داشته باشیم و نکات تیره‌ای را که می‌بینیم، نه صرفاً به عنوان عیب دیگران بلکه به صورت جزئی از شخصیت خویش بپذیریم.

مرحله دوم، روبرویی با جنبه تکمیل‌کننده و «دیگرجنسی» موجود در شخصیت خودمان است. مردان باید برای دستیابی به کمال، صفات زنانه درونی (مادینه‌روان) خویش را شناسایی کنند و به دنبال یافتن این صفات در زنان نباشند. همچنین زنان نیز باید مردانگی درونی



(نرینه‌روان) خویش را بپذیرند، نه اینکه به دنبال یافتن این صفات در مردان خود باشند. اساساً باید توجه داشت که میل رسیدن به کمال (هرچند در قالب جنسیت)، از درون روان ما سرچشمه می‌گیرد و لذا هرگز توسط شخص دیگری ارضاء نخواهد شد. البته این بدان معنا نیست که نمی‌توانیم، و نیاز نداریم با اعضاء جنس مخالف، رابطه‌ای قابل فهم داشته باشیم، بلکه باید یاد بگیریم که اعضاء جنس مخالف را به صورت اشخاص کاملی بپذیریم و نه به عنوان تکمیل‌کننده وجود یا برآورنده نیازهای روانی ما.

سومین مرحله فردیت، رویارویی با عمیق‌ترین و قوی‌ترین امیال یا همان شخصیت مانا در ما است. همانگونه که (در فصل ۴) ذکر شد، در نظریه یونگ، گرایشها در زنان و مردان متفاوت است. در عین حال، در شناخت منبع و ماهیت قدرت باطنی (مردانگی یا زنانگی ماهیتی) خویش، باید از همان‌پنداری نیز پرهیز شود، چرا که می‌تواند منجر به ایجاد تکبر معنوی، احساس اهمیت فردی، یا خودبزرگ‌بینی گردد.

### دو مرحله زندگی

به عقیده یونگ پرورش شخصیت خارجی بر مرحله درونی و کهن‌الگو «فردیت» مقدم است، یا باید باشد (رجوع کنید به یاکوبی، ۱۹۶۸؛ یونگ، ۱۹۶۹). او چنین عنوان می‌کند که پرورش و رشد بیرونی یا رسیدن به واقعیت بیرونی، می‌باید چنانکه پیش از این گفته شد، در نیمه اول زندگی انسان (یعنی حدوداً تا سن ۳۵ سالگی) مد نظر باشد. تنها در نیمه دوم عمر، احتمالاً پس از بحران سالهای میانی است که پرورش درونی یا رسیدن به واقعیت شهودی درونی باید مورد توجه قرار گیرد.

هرچند عقاید رشد و پرورش بیرونی و درونی را می‌توان

این چنین قاطعانه به عنوان دو تکلیف ویژه نیمه‌های اول و دوم زندگی تعیین نمود، اما این تئوریه‌ها اکنون توسط بعضی از منتقدین و نوبونگیست‌ها رد شده است (مثلاً ساموئلز (Samuels)، ۱۹۸۵). تئوری پیشنهادی یونگ از این جهت سودمند است که خطرات توجه بیش از حد به جریانهای عمیق درونی را در زمانی که نیازهای اجتماعی یا مادی فوری‌تری مطرح می‌شوند، شناسایی کرده و در عین حال، خطر افراطی پرداختن به بعد بیرونی و غافل ماندن از پرورش درونی را نیز خاطر نشان می‌سازد.

در عمل، طرح پیشنهادی یونگ باید با انعطاف خاصی بکار گرفته شود. اولاً، باید دانست که «بحران»‌های زندگی فردی که می‌توانند نقطه عطف و تقسیم دو نیمه عمر باشند، همیشه و نزد همه کس در سنین ۳۰ تا ۴۰ سالگی رخ نمی‌دهند؛ اختلافهای چشمگیری بین افراد وجود دارد. برای کسانی که قبل از ۳۵ سالگی به وضعیت مادی نسبتاً ثابتی دست یافته و تقریباً از شخصیت اجتماعی خود راضی هستند، ابلهانه خواهد بود که تصور کنند چون بطور نظری هنوز به سن «میانسالی» نرسیده‌اند، باید از موضوع پرداختن به جریان درونی فردیت خود اجتناب کنند.

از آن مهم‌تر، تصویری اشتباه خواهد بود که مرحله انتقال از پرورش بیرونی به پرورش درونی را تحولی ناگهانی و برگشت‌ناپذیر بپنداریم. چنین دیده شده که بسیاری از مردم، پرورش همزمان در مردو بعد را نه تنها ممکن بلکه لازم می‌دانند، و حتی ممکن است اولویت امر در همه یکسان نباشد. اما بطور کلی، این ادعای یونگ که توجه به بعد بیرونی معمولاً به سنین جوانی مربوط می‌شود و رشد درونی در سالهای بعدی پرورش می‌یابد، یقیناً صحیح است. در مواردی خاص، تغییر شرایط و موقعیتهای زندگی فردی از جمله

بیکاری، طلاق یا بیماری، می‌تواند فرد میانسال را ناگزیر سازد که از پرداختن به پرورش درونی صرف‌نظر کند تا بار دیگر با مشکلات بُعد خارجی مقابله نماید.

در ادامه همین بحث، لازم به توجه است که جریانهای پرورش بیرونی و درونی را نباید با برخوردهای روانی برون‌گرا و درون‌گرا، اشتباه گرفت. بنابراین فردی که دارای شخصیت درون‌گرا است، لزوماً نباید به پرورش بیرونی شخصیت اولویت دهد، و برعکس. به هر حال، جوانان درون‌گرا بهتر است بیاموزند که خود را با واقعیت خارجی تطبیق دهند و افراد بالغ برون‌گرا نیز باید به شناخت و پرورش بُعد درونی‌شان پردازند. از سوی دیگر، برخورد درون‌گرا مسلماً با فرایند درونی فردیت سازگاری بیشتری دارد و برخورد برون‌گرا در سازش‌پذیری با دنیای مادی و اجتماعی خارجی، مناسب‌تر است. به گفته یونگ، برای افراد برون‌گرا نیمه اول عمر راحت است و افراد درون‌گرا استعداد بیشتری برای تکلیف نیمه دوم عمر خود دارند.

تکنیک «رمزواژه» بر این فرض مبتنی است که هر دو جریان پرورشی بالقوه و همزمان برای روان امکان‌پذیر است و در واقع در دو سمت چپ (درونی) و راست (برونی) ماتریس فرد منعکس می‌گردند. لذا بررسی این دو نیمه ماتریس می‌تواند کمکی در تکلیف مهم فراگیری تشخیص این دو جریان پرورشی در وجودمان باشد. در نهایت، برای رسیدن به کمال روحی و روانی، لازم است نیاز همیشگی خویش به پرورش درونی و برونی را بپذیریم. این دو جریان همواره در یکی از سطوح مختلف وجودی ما فعال و همچنین لازمند.

گسترش «خود»

دستیابی به درجه‌ای از رشد بیرونی و درونی شخصیت، راه را برای گسترش یا «پرورش خود» باز می‌کند که در ماتریس «رمزواژه» یا رابطه پایگاه-نبرد-سرنوشت مشخص گردیده است. از آنجا که پایگاه از ترکیب روح و چهره شخصیتی ساخته می‌شود، همواره بیانگر نوعی توازن یا تنش بین ابعاد وجود بیرونی و درونی فرد است. لذا کلید پایگاه، معمولاً اشاره به محور شخصیتی، مرکز ثبات یا «خود» ایستای فرد دارد. در عمل این کلید اکثراً منعکس‌کننده درک ما راجع به اینکه «کجا هستیم» یا راجع به حس هویت اساسی‌مان است. در نتیجه کلید پایگاه نشانگر پاسخ نمونه فرد در برابر پرسشهایی همچون «کی هستیم؟» یا «کجا هستیم؟» می‌باشد.

پایگاه مقصد نهایی ما نیست، بلکه نقطه آغاز سفر خود بسوی شناخت و فهمیدن کامل است. پرورش «خود» بدون تحول و حرکت امکان‌پذیر نیست، ولی مانع اصلی این سیر تکاملی، معمولاً از سستی و مقاومت خود ما در برابر تغییر ناشی می‌گردد. حس هویت ما بقدری برایمان مهم است که هرگونه تغییر در «خود» را به منزله تهدیدی نسبت به بنیاد خویش می‌پنداریم و از آن اجتناب می‌کنیم. بدین ترتیب است که مدام به آنچه آشنا و شناخته شده است می‌آویزیم، و راضی نمی‌شویم به عرصه احتمالات ناشناخته پا بگذاریم. در موارد دیگر نیز ممکن است به نظرمان برسد که نیروها یا شرایط خارجی مانع از این هستند که به شناخت و فهم نهایی «خود» برسیم. مثلاً عواملی چون نداری، کمبود تحصیلات، نبودن امکانات و فرصتهای مناسب، و یا سلطه دوستان و افراد خانواده برای ما محدودیت ایجاد کرده است. مهم‌ترین جنبه‌ای که درباره پرورش «خود» باید در نظر گرفته

شود، این نکته است که پرورش «خود» تقریباً همیشه در زمینه‌هایی آمیخته با درگیری و تضاد صورت می‌پذیرد. شناخت «خود» غالباً (و شاید همیشه) کاری از سر شوق و ذوق و دلخواه به سمت کمال نیست. بلکه هر وقت کوششی شده به منزله تلاشی سخت و طاقت‌فرسا برای چیره شدن بر موانع خارجی و مشکلات خود ساخته بوده است.

تلاش شخصی در ماتریس «رمزواژه» در قالب کلید نبرد نمایان می‌شود که سمبول «خودِ پویا» یا «خودِ در حال حرکت» است. بررسی مضمون واژه نوشته شده در این کلید، کمکی است به درک جهتی که «خود» باید در آن حرکت کند، و موانع عمده‌ای که باید از سر راه برداشته شوند.

کلید مرنوشت سمبول «خودِ شناخته‌شده»، نشانگر در آمدی است که برای مبارزه یا جستجوی «خود» پیش‌بینی می‌شود. بطور کلی، مرنوشت نشان‌دهنده وضعیت ایدئال ما است و اینکه پس از حل تمام تضادها و تنشها و درگیریهای روانی، چگونه شخصیتی می‌توانیم باشیم. مفهوم واژه مرنوشت باید عمیقاً و با دقت جستجو شود، زیرا این کلید به وجهی بسیار مهم سمبول چراغی است که ما پیش روی خود داریم. مرنوشت چکیده‌نهایی کل ماتریس «رمزواژه» است و باید در تمام ساعات بیداری و تلاشها و مشغله روزانه اهمیت آن را به خاطر داشته باشیم. لذا مرنوشت را می‌توان نوعی سنگ محک قلمداد نمود که به کمک آن می‌توان انگیزه‌ها و تجربه‌های زندگانی فعلی خود را ارزیابی کنیم.

البته گه‌گاه نیز ممکن است واژه نوشته شده در خانه مرنوشت نشانگر آن چیزی نباشد که ما بخواهیم به عنوان آرمان مطلوب با آن تداعی شویم. در چنین مواقعی، این کلید ممکن است پیام یا هشدار مهمی در این خصوص باشد که اگر اقدامی برای پیشگیری نکنیم،

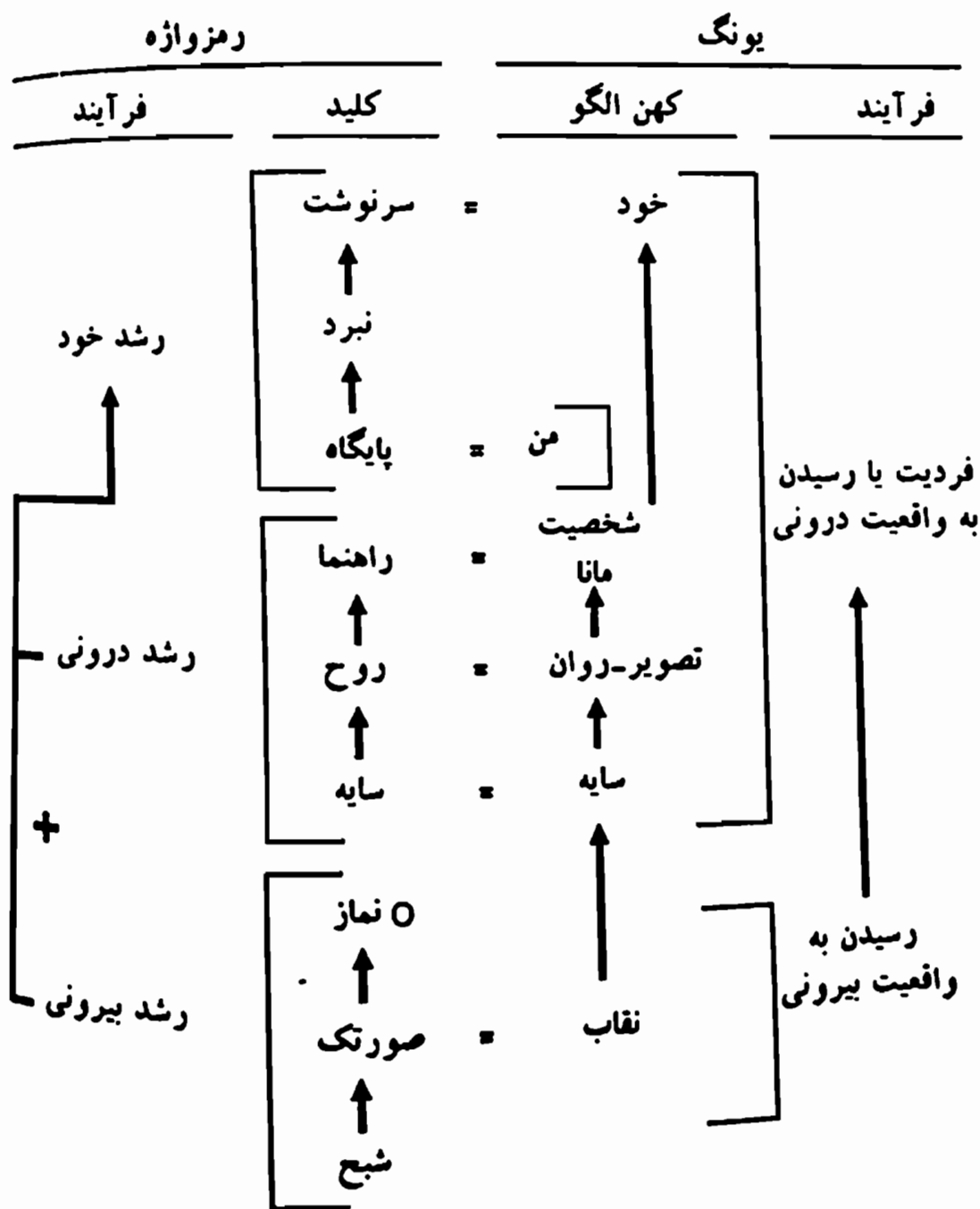
زندگی ما در چه مسیری قرار می‌گیرد یا خواهد گرفت. در عین حال، همان‌گونه که قبلاً نیز ذکر شد، باید به خاطر داشت که هیچ‌یک از بخشهای ماتریس اجتناب‌ناپذیر نیستند و نباید در صورت لزوم یا تناسب از مبارزه با «سرنوشت» خود واهمه داشته باشیم.

### مقایسه «رمزواژه» و یونگ

قبل از بررسی نمونه‌ای از تفسیر روابط پرورشی، مقایسه‌الگوی رشد شخصیتی ماتریس «رمزواژه» با الگوی فرضیه یونگ می‌تواند جالب باشد. اساس و بنیاد تکنیک «رمزواژه» بر این فرضیه مبتنی است که هر سه جریان گسترشی و پرورشی (یعنی رشد بیرونی و رشد درونی و پرورش «خود») در ماتریس نمایان می‌گردد و لذا می‌توان در هر لحظه، برداشتی هرچند نسبی از هر یک از این سه جنبه شخصیت بدست آورد. البته این بدان معنا نیست که رشد می‌بایست یا حتی می‌تواند بطور همزمان در هر سه جبهه صورت گیرد. بطوری که مشاهده شد، هر یک از دو فرایند رشد بیرونی و درونی می‌توانند بر تجربه کنونی حاکم باشند. این احتمال نیز وجود دارد که پیش از اینکه هرگونه پیشرفتی بتواند در یکی از ابعاد رشد حاصل شود، اقدامی خاص در زمینه رشد بُعد دیگر ضرورت یابد. ولی به هر تقدیر «پرورش خود» تنها در پی رشد بیرونی و درونی میسر می‌گردد زیرا مشروط به ادغام این دو فرآیند است.

الگوی رشد یا پرورش شخصیتی «رمزواژه» به طرز قابل ملاحظه‌ای شبیه به الگوی پیشنهادی کارل یونگ است. همان‌گونه که قبلاً گفته شد، تفاوت عمده بین این دو الگو در آن است که یونگ معتقد بود رشد بیرونی باید قبل از رشد درونی صورت پذیرد، حال آنکه «رمزواژه» امکان شناسایی و بررسی همزمان این دو فرآیند را

فراهم می‌سازد. تفاوت دیگر اینکه یونگ می‌گوید تحقق کهن الگو «خود» آخرین مرحله جریان فردیت است که به دنبال رویارویی فرد با شخصیت مانای خود صورت می‌گیرد و شامل بهم‌پیوستن کلیه جوانب و تضادهای درونی روان در اتحادی با مفهوم است. «رمزواژه»



نمودار ۱۴: مقایسه الگوهای پرورشی یونگ و «رمزواژه»

از این لحاظ دارای تفاوتی اساسی است: برای فرآیند «شناخت خود»، لازم است «خود» حرکتی را از تصور اساساً ایستای هویت (کلید پایگاه، معادل مفهوم من در نظریه یونگ) آغاز کند، به رویارویی پویا با تضادهای معنوی، روحی یا وجودی (کلید نبرد) برود، و نهایتاً به فرجام یکپارچگی جنبه‌های روان (کلید سرنوشت یا مفهوم «خود» شناخته‌شده» نظریه یونگ) برسد.

خلاصه‌ای از معادله‌ها و تفاوت‌های بین تصویرها و جریانهای یونگ و «رمزواژه» در نمودار ۱۴ و به منظور کمک در مقایسه این دو الگو، ارائه می‌گردد.

#### تفسیر روابط پرورشی

ماتریس جین (شماره ۴۰) به عنوان نمونه‌ای از تفسیر روابط پرورشی بررسی خواهد شد. در این ماتریس، رشد بیرونی در رابطه «پرزرق و برق-لذت-خوشی» بیان شده است، که اشاره به این دارد که جین باید، قبل از هر چیز، برای کسب رضایت یا خشنودی بیشتر در جمع اشیاء و افراد جهان خارجی، بر اضطرابهای مربوط به خودنمایی، تکبر یا گزافه‌گویی (شبح) چیره شود.

در این زمینه، نکته‌ای را باید به خاطر داشت که ماتریس جین اساساً دوسوگرا است که این خود مؤید احتمال تضاد شخصیت او، گریز از ابزارهای علمی (درون‌گرایی) و نیاز به حضور کامل و مهارنشده‌اش در جهان خارج (برون‌گرایی) است. با توجه به این مطلب، شاید جنبه درون‌گرایی جین ایجاب نماید که گرایشهای برون‌گرایی خودش را تعدیل نماید یا بیاموزد که تنها جنبه‌های مثبت و قابل قبول برون‌گرایی‌اش را نظیر سرزندگی، نشاط یا جذبۀ شخصی بروز دهد. این تفسیر با حضور واژه «خوشی» در خانه صورتک که



اشاره به شخصیت بیرونی سرزنده و خوشگذران او دارد، متناسب است. نهایتاً، با ابراز آزادانه این جنبه‌های مثبت و با مهار کردن جنبه‌های منفی، یا افراطی‌تر و تندتر برون‌گرایی است که جین می‌تواند به هدف آگاهانه خود یعنی «الذت» (خانه نماد) دست یابد.

در زمان تکمیل این ماتریس، جین ۱۹ ساله بود - واقعیتی که شاید خود دلیلی بر لزوم پرداختن به جریانهای بیرونی در این سن تلقی شود. ولی از آنجا که جین آمادگی و توانایی پرداختن به رشد درونی را نیز در خود احساس می‌کند، بی‌مناسبت نیست که رابطه «تنها-گمشده-عشق» نیز مورد بررسی قرار گیرد. واژه «تنها» در خانه سایه می‌تواند اشاره‌ای به احساس تنهایی سرکوب‌شده و واپس‌رانده باشد. لذا شاید لازم باشد این احساس تنهایی عمیق، شکافته و باز گردد تا رشد درونی امکان‌پذیر گردد. از سوی دیگر، شاید هم بهتر باشد که جین بیاموزد واقعیت تنها بودن خود را (یا بطور واضح‌تر، دوری گزیدن از اجتماع و فرورفتن در عالم خصوصی افکار و خیالات خویش را) شناسایی کند و بپذیرد (که ظاهراً این مشکل نیز از دوسوگرایی ذاتی جین سرچشمه می‌گیرد).

پس از رویارویی با سایه خود و به عنوان قدم بعدی در جریان رشد درونی، جین باید به تصور-روان خود که در عبارت «گمشده» (کلید روح) منعکس شده است، بپردازد. از نظر تئوری یونگ، این واژه می‌تواند شاخه‌ای از نرینه‌روان جین، یعنی نیمه مذکر و درونی وی باشد. واژه انتخاب‌شده جین بویژه جالب است و می‌تواند نشانگر مغشوش بودن او درباره نیمه «مردانه» طبیعتش باشد. شاید جین در ابراز جنبه‌های «مردانه» شخصیت خود مانند غرور، جدال لفظی یا روشنفکری، احساس راحتی نمی‌کند، و به این علت است که به سمت مردانی کشیده می‌شود که دارای این صفات هستند. . . . نقطه مقابله، واژه

«گمشده» احتمالاً اشاره به جنبه درونی آسیب‌پذیر، معصوم و کودکانه جین دارد که اگر ناشناخته بماند، موجب می‌گردد که او به سوی مردان ضعیف، صاف و ساده، بی‌تجربه از نظر جنسی، یا پسر بچه‌مانند، جذب شود.

با بازشناختن اینگونه فرافکنیهای نرینه‌روان، جین این امکان را بدست می‌آورد که شخصیت مانای خود را بشناسد که با واژه «عشق» در خانه راهنما مشخص گردیده است. این کلید نیز، می‌تواند اشاره‌ای دال بر این واقعیت باشد که عمیق‌ترین گرایشهای درونی جین، میل به عشق، توجه، مراقبت و اهمیت دادن است. در اصل، این امکان هست که واژه عشق سمبول منبع نیروی درونی واقعی جین، یا توانایی‌اش برای مهرورزی، توجه، مراقبت کردن، و اهمیت دادن به دیگران باشد. به تعبیر دیگر، همچنین قابل توجه است که در اینجا، نظریه یونگ مبنی بر اینکه شخصیت مانا نزد زنان به شکل «مام زمین» تظاهر می‌کند، صادق و جلوه‌گر است.

هرگاه فرآیندهای رشد بیرونی و درونی به جریان افتند، جین قادر خواهد بود به پرورش «خود» بپردازد که در ماتریس با رابطه «ماجرای راز-دوست» تجسم یافته است. واژه «ماجرای راز» در خانه پایگاه نشانگر دو چیز است: یا جین روحیه‌ای ماجراجو دارد، و یا موقعیت کنونی خویش را هیجان‌انگیز و مملو از فرصتهای عالی برای «خود» می‌بیند. در این رابطه نیز قابل ذکر است که جین ماتریس را تنها چند هفته پس از شروع اولین سال تحصیل در دانشگاه تکمیل کرده بود. واژه «راز» در کلید نبرد ممکن است تفسیرش دشوار به نظر برسد، ولی وقتی توجه کنیم که این واژه از تضاد بین «رضایت» و «نومیدی» بدست آمده است، نباید چندان مشکل باشد. ظاهراً مانع اصلی، و سد راه پرورش «خود» می‌تواند گرایش جین به پوشاندن و ابراز نکردن

عواطف مهم باشد. برای پیشرفت در پرورش «خود» شاید لازم باشد از نظر عاطفی، قدری بازتر باشد و به دیگران اجازه بدهد که به درون دنیای خصوصی احساساتش نفوذ کنند. این امر، شاید به جین توانایی تشکیل جمع دوستانی را بدهد که بیش از همه ارزشمند می‌داند (برای او «دوستی» در خانه سرنوشت آمده است).

جالب است که بسیاری از مشکلات رشدی جین، ناشی یا نمودی از برخورد دوسوگرایانه وی هستند. از آنجا که جین هنوز نسبتاً جوان است، به نظر می‌رسد که دوسوگرایی او منعکس کننده ناتوانی او در تمیز برخورد آگاهانه‌اش است و نه نشانه پختگی و ترکیب دو گرایش برون‌گرایی و درون‌گرایی. لذا ماتریس اشاره دارد به اینکه این مسئله حائز توجه ویژه است.

### مرحله ۷: ترکیب نهایی ماتریس

هدف نهایی در تفسیر ماتریس «رمزواژه» این است که گرایشها، نیروها، تضادها و جریانهای شناسایی شده طی مراحل قبل، به نحوی با هم ترکیب و به هم پیوند داده شود و به مفهومی برسیم. موضوعات مهم روح باید بوضوح روشن شوند، و تضادهای ظاهری به دقت مورد توجه قرار گیرند، زیرا ریزه‌کاریها پیچیدگیهای ظریف و نهفته‌ای هستند که در نهایت موقعیت فردی یا ساختار روانی ما را منعکس می‌سازند. هدف اصلی از این ترکیب، ارائه تصویری است که نه تنها بوضوح قابل شناسایی، بلکه مفید نیز باشد.

در قدمهای اولیه تفسیر شاید سودمند باشد که بنشینید و از ماتریس خود به شکل یک گزارش روانشناختی تفصیلی، نظیر آنچه برای بیماران روانی تهیه می‌شود، (برای خود) گزارش بنویسید. این کار به

شما کمک خواهد کرد که روی شاخصهای مهم تمرکز کنید و آنها را به شکل «گزارشی» با مفهوم و خواندنی در آورید. در نهایت باید به این نتیجه گیری مهم دست یابید که از این به بعد چه راهی را باید در پیش بگیرید.



## فصل هفتم

### نمونه تجزیه و تحلیل خود

«رمزواژه» اساساً روش تجزیه و تحلیل خود است که در آن، انسان باید تفاسیر و ارزیابیهای خودش را بعمل آورد. این عمدتاً بدین خاطر است که تنها شخص تکمیل کننده ماتریس است که از جزئیات کامل موقعیت و درون روان خویش اطلاع دارد. علاوه بر این، واژه‌هایی که در خانه‌های مختلف (بویژه در مستطیل کلیدی درون ماتریس) نوشته می‌شوند اغلب از اهمیت و مفهومی ویژه برخوردارند که جز برای خود شخص تجربه کننده، بطور جامع و واقعی قابل درک نخواهد بود. همچنین، تجزیه و تحلیل خود مانع از دستکاری یا تحریف مفاهیم ماتریس شخص توسط خود یا فرد دیگر، احتمالاً از روی مقصود و غرض و دیدگاه خاصی می‌گردد. البته این امکان وجود دارد که در زمان تفسیر ماتریس با خودمان صادق نباشیم، ولی خطرات خودفریبی به مراتب کمتر از خطرات واگذار کردن کار ظریف خودنگری به فردی بیگانه و غیرحرفه‌ای است.

اگر دوست یا دوستانی دارید که می‌توانید به عقیده و بی‌طرفی آنها اطمینان کنید، شاید سودمند باشد که درباره تفسیرتان با آنان مشورت نمایید. مشورت با فرد دیگر، اگر هیچ فایده‌ای نداشته باشد،

دست کم این امکان را به شما می‌دهد که به عمق عقاید و افکار تان بطور واضح و فورمول‌بندی شده نفوذ کنید. در این زمینه، شایان تکرار است که «رمزواژه» همچنین می‌تواند اساسی مناسب برای مشاوره یا روان‌درمانی باشد. در عین حال، ضمن مشاوره، هرچند به پیشنهاد دیگران گوش می‌کنید و همه چیز را در نظر می‌گیرید، ولی در نهایت به هیچ کس (حتی به مشاور یا درمانگر حرفه‌ای) اجازه ندهید تفاسیر خود را به شما دیکته کند.

به دلایل فوق، نگارنده، به قصد نشان دادن طرز استفاده از تکنیک «رمزواژه» و به عنوان پایه تجزیه و تحلیل خود، یکی از ماتریسهای گذشته خود را به عنوان نمونه ارائه می‌دهد. این کار، چندان با میل و رضا هم نبوده است، زیرا هم از آشکار کردن مسائل خصوصی‌ام اکراه دارم، و هم درباره اینکه تا چه حد عینی و بی‌غرض قضاوت کرده‌ام مطمئن نیستم. به هر حال، در ارزیابی نهایی، این کار شاید عاقلانه‌ترین راه باشد.

ماتریسی که مورد بررسی قرار می‌گیرد (ماتریس شماره ۴۱) ماتریسی است که در سال ۱۹۸۴ ضمن مشاوره با همکارم و به عنوان نخستین تجربه‌ام با این تکنیک پر کردم. در آن زمان، سیستم «رمزواژه» هنوز به صورت امروز شکل‌بندی نشده بود و من هیچ هدف و مقصد خاصی برای ماتریس در نظر نداشتم. تداویهای بعدی چند ماه بعد، و پس از تثبیت اصول ساختاری ماتریس «رمزواژه» برای کمک در تفسیر ۸ واژه‌ای که در اطراف مستطیل اصلی نوشته شده‌اند ارائه گردید تا منشاء تداوی واژه‌های کلیدی کاملاً مشخص باشد.

چند نکته مهم درباره موقعیت شخصی من در سال ۱۹۸۴، زمینه تفسیر ماتریس را روشن خواهد کرد. در آن زمان من ۳۴ سال داشتم، پنج ماه بود که پس از ده سال زندگی زناشویی، با همسر ممتار که

کرده بودم، بچه نداشتم، و تنها زندگی می‌کردم. آن روزها بیشتر انرژی‌ام صرف تدریس در پلی‌تکنیک و پژوهش علمی می‌شد و می‌گاه سرگرمیها و مشغولیت‌های انفرادی هم بود. هیچ‌یک از بستگانم در شهری که من بودم زندگی نمی‌کردند، و دوستان خیلی صمیمی بسیاری هم نداشتم. نگرانی عمده من در زمینه عاطفی، از این بود که ازدوجمان را من «خراب» کرده بودم و احتمالاً مدت زمان طولانی باید سپری می‌شد تا بتوانم وارد رابطه عشقی و احساسی دیگری بشوم.

چاه                      باران                      پیشین                      در

در باغ	سیل	آب
حقیقت	غلبه بر تولد دوباره پیچ و خم	گرداب
خود	من	شیطان

تنها                      با وجود این                      پلید                      یگانه

ماتریس ۴۱ (مؤلف)

### مرحله ۱: تیپ روانشناختی

این ماتریس، نمونه بارزی از تیپ درک شهودی درون‌گرایی خالص است. چندین واژه کلیدی («غلبه بر»، «تولد دوباره»)



«حقیقت»، «من» و «خود») بوضوح گویای آگاهی از فرایندهای عمیق درونی، و واژه‌های دیگر (نظیر «آب»، «سیل»، «درِ باغ»، «گرداب»، «پیچ و خم» و «شیطان») سمبولهای کهن الگو هستند. لذا بیشتر به کشف شهودی درون‌گرا اشاره دارند تا به درک حسی درون‌گرا. تعریف ارائه‌شده (در فصل ۵) برای تیپ درک شهودی درون‌گرا، امروز برای من کاملاً ملموس و آشنا است.

نیامیختگی ماتریس، می‌تواند اشاره بر این باشد که من در انجام یکی از وظایف عمده‌ای که یونگ برای نیمه اول عمر تعیین نموده است، یعنی تشخیص و تمیز دادن برخورد و کارکرد غالب روانی، موفق بوده‌ام. در عین حال، همین نکته می‌تواند نشانگر دیدی یک‌بُعدی یا باریک‌بین هم باشد. بنابراین، یکی از وظایف مهم من در آینده، احتمالاً این است که یاد بگیرم یک یا هر دو کارکرد فرعی (تفکر و احساسات) و نیز برخورد روانی دیگر (برون‌گرایی) را از خود بروز دهم. هرچند در ماتریس اشاره‌ای به این مطلب نشده، ولی با توجه به زمینه تحصیلات و کارهای آکادمیک من، باید در ابراز کارکرد تفکر با مشکل چندانی روبرو نشوم. ابراز آگاهانه کارکرد حسی و برون‌گرایی با مشکلاتِ بمراتب بیشتری همراه خواهد بود.

از آنجا که در ماتریس درون‌گرایی و کشف شهودی بر خودآگاه حاکم هستند، برون‌گرایی و درک حسی جنبه ناخودآگاه و پست‌تر خواهند داشت و به طرق بدوی یا بچگانه بروز خواهند کرد. من اکنون کاملاً به این نکته آگاه هستم که هرگونه تلاش برای اجتماعی بودن، بچگانه و بی‌مهارت و ناپخته جلوه می‌کند. به عنوان مثال، اغلب در مهمانیها ترجیح می‌دهم با بازیهای جمعی یا خودنمایی جلب توجه کنم، تا اینکه در «بحث آدم‌بزرگها» داخل شوم.

## مرحله ۲: موضوع غالب

شناسایی موضوع غالب در این ماتریس، بسادگی میسر نیست. ولی بطور کلی، به نظر می‌رسد که ماتریس منعکس‌کننده نیاز به فایق آمدن و گذشتن از تضادهای سنخهای کهن نظیر خیر و شر، نظم و هرج و مرج، امنیت و خطر، یا بازداری و درگیری است. لذا می‌توان چنین برداشت کرد که ماتریس ۴۱، اشاره به بحران شخصی عمده دارد که روی جنبه‌های اخلاقی، معنوی و وجودی مشکلات حاضر تمرکز دارد.

تفسیر بالا، با وضعیت من و بویژه با از هم‌پاشی زندگی خانوادگی‌ام، کاملاً مطابقت دارد. لذا نگرانی درباره نتایج متارکه، ناتوانی‌ام در حفظ روابط، عدم اطمینان درباره آینده و اینکه کلاً با زندگی‌ام چه باید بکنم، فکرم را مشغول کرده بود. موقعیتم را به عنوان نوعی «آزمایش» زندگی یا «سرنوشت» می‌دانستم، که برای قبول شدن در این امتحان شخصی، باید نه تنها بر واکنشهای عاطفی طبیعی ولی گذرای مربوط به متارکه با همسر فایق می‌آمدم، بلکه مسائل بنیادی‌تری را نیز از قبیل اینکه، که هستم و چرا هستم حل می‌کردم. در این رابطه، جالب توجه است که در زمان تکمیل ماتریس تقریباً درست در سنی بودم که یونگ به عنوان نقطه عطف و نیمه زندگی مطرح نموده است.

## مرحله ۳: تداعی واژه‌ها

جدول شماره ۹، نشانگر تداعیهای (گسترشی) عمده‌ای است که

برای هریک از واژه‌های کلیدی ساخته‌ام.

(جدول ۹) مرحله ۳: تداعی واژه‌ها (مؤلف، ۱۹۸۴)

کلید	واژه (کارکرد)	تداعیهای عمده
غول	سیل (N)	تخلیه هیجانی. تحت سلطه عواطف در آمدن. ویرانی. زندگی تازه. انتشار. درگیری. افزایش. وفور. «قدم پیش گذار و تولیدمثل کن» (سخن خداوند به نوح). جریان روحی. ورود. تعمید.
کوتوله	من (N)	خودمحوربینی. تنگ‌نظری. خودخواهی. بی‌ملاحظگی نسبت به دیگران. نیاز و حسرت. شکست معنوی. در دوراهی رسیدن به معرفت.
روح	گرداب (N)	سردرگمی. از کنترل خارج شدن. گم‌شده. نیروی قوی. «مرا در خود فرو می‌برد». خطر. جذبۀ مغناطیسی.
صورتک	حقیقت (N)	صادق. قابل اعتماد. گشاده. بی‌ریا. قابل اطمینان. دقیق. بی‌گناه. روشنفکر. باهوش. دانا.
راهنا	آب (N)	عاطفی. حساس. پذیرا. تسلیم. سیال بودن. خودانگیختگی. معنویت. رمانتیک بودن. طبیعی بودن. درک شهودی.

نماد	دروازه (N)	گشایش. فرصت. کنترل. دعوت. راه ندادن. مانع. بیرون. تجربه جنسی.
سایه	شیطان (N)	پلیدی فردی. شر. تسخیر. خشونت. بی‌رحمی. خشم. استثمار. تباهی. شهوت. ماده‌پرستی. ظلمت.
شبح	خود (N)	بی‌کسی. نداشتن روابط. اتکاء به نفس. تنهایی. غرق در خویشتن بودن.
پایگاه	پیچ‌وخم (N)	جستجو. قهرمان. گشتن. گمشده. خودیابی. سردرگمی. مشکل. بحران هویت.
نبرد	عروج (فایق آمدن) (N)	تسلط بر «خود». چیره شدن بر مشکلات. پیشرفت معنوی. معرفت. دید وسیع‌تر. وسعت بخشیدن به طیف دید.
سرنوشت	تولد دوباره (N)	معنویت آغازین. شروع تازه. بیدار شدن دوباره. درمان. خوب کردن. نشاط تازه.

### مرحله ۴: تفسیر کلیدها

افول = «سیل»  
 در اینجا دقیقاً به خاطر دارم که در آن زمان، واژه سیل در نظرم به نحوی  
 برای اهمیت ویژه بود. به نظرم می‌رسید که واژه «سیل» دارای لحن و  
 آهنگ و معانی معنوی و کهن الگو قوی است، بویژه از این جهت که

ترکیب بسیار سمبولیک «دروازه آب» را نیز از آن ساخته بودم. این امر برای من به صورت اشاره‌ای بود به اهمیت گشودن دریچه‌ها به روی سیلاب نیروهای معنوی در زمانی که سراسر زندگی عاطفی و شخصی‌ام در اوج بود. احساس می‌کردم در موقعیت روحی و معنوی بسیار عالی قرار دارم و باید خودم را به جریانی می‌سپردم که از وجود خودم فراتر و قوی‌تر و نیکوتر بود.

واژه «سیل» از جنبه دیگری نیز حائز اهمیت بود. این جنبه، مستقیماً به موقعیت شخصی من مربوط می‌شد و به باز کردن «دروازه‌های سیل» عاطفی برمی‌گشت. شک ندارم که از بسیاری جهات، از هم‌پاشی ازدواجم بسیار کمتر از آنچه انتظار می‌رفت روی من تأثیر گذارده بود. شاید مشاهده‌گر عینی و بی‌طرف چنین تصور می‌نمود که تحت شرایط موجود، من بسیار خوب از پس مشکلات برآمده بودم، و بی‌آنکه از نظر عاطفی و روحی صدمه زیادی ببینم، این ضربه را پشت سر گذاشته بودم. خودم نیز در اکثر اوقات همین نظر را داشتم. لیکن واقعیت امر این بود که درد و رنج جدایی را هنوز کاملاً درک و تجربه نکرده بودم. به عبارت دیگر، کوشیده بودم بطور کلاسیک، با مسدود کردن احساسات قوی، خودم را از نظر روانی محفوظ نگه دارم. لذا هرگونه ابراز عاطفه را در خود سرکوب نموده و خویشتن را از فرصت روبرو شدن با موقعیت معاف کرده بودم.

همچنین واژه «سیل» در خانه غول، بوضوح علامت نیاز به نوعی تخلیه هیجانی است. به نظر می‌رسد که این کلید مرا به کنار گذاشتن حالت تدافعی خود، و از آن مهم‌تر به شناسایی و ابراز احساسات سرکوب شده‌ام، ترغیب کرد.

کرنوله = «من» (ego)

به عقیده من، این کلید اشاره بدان دارد که توجه بیش از حد به حفظ خودبینی و همچنین برخوردی تنگ‌نظرانه و خودمحموربین با زندگی بدون ملاحظه دیگران، مانع از فرآیند رشد گردیده بود. در رابطه با موقعیت شخصی‌ام، ظاهراً این کلید در وهله اول به تدافعاتی اشاره دارد که «من» وجودم برای گریز از ضربه متارکه با همسر، بکار بسته بود. تنها برای حفظ این تصور که همه چیز را تحت کنترل دارم، «من» من مانع از درک واقعی موقعیت، و لذا ترمیم یافتن زخمها و رشد شده بود. واژه «من» همچنین حاکی از جدی گرفتن بیش از حد خود است. در لاک خود فرورفتن و خودمحموربینی، همه اشاره به نیازی مبرم به بیرون آمدن از «خود» و ایجاد روابط معنی‌دار با دیگران دارد.

روح = «گرداب»

از آنجا که کلید «روح» نمایانگر دنیای خصوصی و درونی احساسات است، واژه «گرداب» سمبولی واقعاً گویا برای موقعیت آن زمان من است. زندگی عاطفی من آشفته و نابسامان بود، هرچند به خود اجازه تجربه کامل آن را نداده بودم. در درون خویش سردرگم، پریشان و دستخوش عواطف ناشناخته و درک‌نشده قوی بودم که هر آن ممکن بود مرا به قعر خود فروبرده کنترل را از من سلب کند. چند اقدام ناپخته‌ای که طی ماههای گذشته برای ایجاد رابطه عاطفی جدید صورت داده بودم، هر کدام به نومییدی منتهی شده و تنها، وضعیتم را وخیم‌تر کرده بودند. در نتیجه، این احساس در من بوجود آمده بود که این اقدامات زمانی صورت گرفته بودند که من سرکش و بی‌ثبات و

حتی خطرناک شده بودم که اینها فی‌المنشاء اصلی مشکلات من بودند.

فرافکنی و نسبت دادن وضعیت عاطفی خودم به اعضاء جنس مخالف، تظاهر کلاسیک «مادینه‌روان» نظریه یونگ است. خوشبختانه آگاهی من از این امر باعث شد تا اندازه‌ای آن را در وجود خود بازشناخته، نهایتاً از نتایج بسیار حاد و افراطی آن در امان بمانم. با وجود این، از آن زمان تاکنون، روابط من با زنان گه‌گاه متلاطم و منشوش بوده است، و لذا به نظر می‌رسد که این جنبه از زندگی من، نیاز به بررسی و توجه ویژه دارد.

### صورتک = «حقیقت»

«حقیقت» سمبولی گویا از شخصیت بیرونی یا ظاهر شخصی من است. از بسیاری جهات، محتملاً در برخورد اول، در نظر سایرین، فردی نسبتاً آرام و فهمیده و صادق و قابل اطمینان جلوه می‌کنم. این چهره خارجی معمولاً برای خودم هم مناسب و راحت است. نقابی که برایم بقدری طبیعی شده است که از حالت ماسک ظاهری خارج شده به صورت «طبیعت واقعی» ام جلوه می‌کند. لیکن یکی از پیامهای مهم تکنیک ماتریس «رمزواژه» این است که صورتک، مانند دیگر کلیدها، تنها یکی از جنبه‌های کلی هستی ما است و لذا نباید آن را اصل هویت خویش بپنداریم. با وجود این، چون بطور کلی از چهره خارجی خود تقریباً راضی هستم و نوعی منش راستین مرا نشان می‌دهد که در زندگی اجتماعی و حرفه‌ای من کار آیی بسیار دارد، به نظر نمی‌رسد نیازی به تغییر و تحول مبرمی در این زمینه وجود داشته باشد. از طرف دیگر، به منظور شناخت واقعی خویشتن، باید به خاطر داشته باشیم که «چهره خارجی» ما می‌تواند نه تنها یک «ژست» نسبتاً سطحی جلوه

کند، بلکه الزاماً نشانگر مسائل عمیق و خدشه‌دار باشد و حتی با عناصر نیک ترکیب وجودی ما متناقض باشد.

همچنین، این کلید اشاره می‌کند که موضوع «حقیقت»، غالباً و آگاهانه، مورد توجه من بوده و هست. بی‌شک کنجکاو و هوشمندانه و همچنین نوعی جستجوی عمیق‌تر معنوی یا فلسفی، تا اندازه‌ای وجود دارد. در عین حال، از کاری که مستلزم دقت و توجه به جزئیات و ریزه‌کاریهاست، لذت می‌برم. از این لحاظ، جنبه‌ای در من هست که اصرار دارد همه چیز «راست» و «درست» باشد. لذا از ریاکاری، دروغ، دورویی، بی‌توجهی، جهالت و بی‌دقتی، چه در وجود خویش و چه در وجود دیگران، بیزارم. اینگونه خصلتهای من، هرچند می‌توانند گویای عشق به حقیقت باشند، ولی همچنین می‌توانند به فضل‌فروشی، بی‌صبری و عدم بردباری تبدیل شوند. لذا شاید این کلید، هشدار باشد که «حقیقت» در کلید «چهره شخصی» من می‌تواند به صورت نوعی وسواس هم جلوه کند.

راه‌نما = «آب»

برای من، «آب» همیشه سمبول خودانگیختگی، طبیعت، نوعی پاسخ عاطفی، ایدئال رمانتیک، و بینش معنوی بوده است. این مفاهیم، به میزان قابل ملاحظه‌ای با اصل راه‌نما مطابقت دارند. این کلید، اشاره بدان دارد که قدرت درونی خاص من، شخصیت مانای من (نگاه کنید به فصل ۴ صفحه ۷۷) و منشاء هرگونه جذبه‌ای که دارم، نوعی معصومیت، حساسیت یا شور ایدئالیستی در من است. در عین حال، همچنین می‌تواند حاکی از گرایشی غریزی به سمت مسائل معنوی نیز باشد.

پیام این کلید به من، شاید بر این اساس باشد که بکوشم از لحاظ



عاطفی کمی راحت‌تر و بردبارتر باشم و خود را به سیر طبیعی حوادث زندگی بسپارم. بعلاوه، شاید این کلید مرا تشویق می‌کند که موقعیت فعلی خویش را، با دیدی ایدئالیستی‌تر، معنوی‌تر یا فلسفی‌تر ببینم. به مشکلات شخصی و گذرای روزگار کمتر بند کنم، و بیشتر روی آگاهی معنوی تمرکز نمایم.

نماد = «دروازه» (gato)

«دروازه» (مثل دروازه باغ) ظاهراً بیشتر به معنای وسیله راه دادن به، یا راه بستن بر اشیاء در نظر گرفته شده است. دروازه اشاره به کنترل بر قلمرو خویش دارد. دروازه نیز مانند در می‌تواند سمبول راهیابی به محیط یا قلمرو فرد دیگر یا به جهانی از تجربه‌های تازه باشد. از این لحاظ «دروازه» می‌تواند نشانگر دعوت به، یا ممانعت از عمل جنسی باشد.

حضور این واژه در موقعیت نماد، اشاره بدان دارد که نیازهای آگاهانه و عمده من در آن زمان، در زمینه کسب تجربه (جنسی؟) تازه یا کنترل بیشتر روی محیط فردی‌ام بود. هردو مورد، به نظر درست و بجا می‌رسند. هرچند مستقیماً به دنبال یافتن رابطه جنسی نبودم، همواره متوجه امکان پدید آمدن روابط عاشقانه جدید بودم و امید داشتم که نهایتاً کسی را پیدا کنم که بتوانم او را شریک زندگی خود سازم. لیکن به این نکته نیز آگاه بودم که از نظر عاطفی، مرحله بسیار حساسی را می‌گذراندم و باید از درگیر شدن در رابطه‌ای فقط برای جبران ناراحتی‌ام، اجتناب می‌ورزیدم. بدین لحاظ، احساس می‌کردم باید بیشتر مراقب باشم و نگذارم دیگران (بویژه زنان) زیاد به من نزدیک شوند.

در برداشتی مثبت‌تر، دروازه می‌تواند اشاره‌ای نیز به باز شدن

فرصتهای آتی باشد. نه تنها در زمینه دلبستگیهای عاشقانه، بلکه در پیشرفتهای آکادمیک و سرگرمیهای شخصی که در آن زمان خاص زندگی من، امکان پذیر بود و هست. جالب اینکه بلافاصله پس از تکمیل ماتریس، کار پژوهش علمی من تحرک و حیات تازه‌ای به خود گرفت که در آن سالهای مورد گفتگو بی سابقه بود. هرچند احتمال دارد این مسئله به خاطر جبران شکست عاطفی صورت گرفته باشد، ولی کارهایی که در ماههای بعد انجام شد، در زندگی حرفه‌ای من بسیار ارزشمند بود.

#### سایه = «شیطان»

از آنجا که سایه اشاره به جنبه‌های سرکوب شده یا شناخته نشده شخصیت یا زندگی ما دارد، در موقع تفسیر همیشه ایجاد اشکال می‌نماید. لذا، به این علت که جنبه‌های «تیره» درون ما کاملاً در حیطة ناخودآگاه است، هرگز نمی‌توان در کی شهودی و واضح از آنچه در پس آن جریان دارد، بدست آورد. برعکس، در این مورد کاملاً باید از جنبه غیرشهودی به سایه خود بنگریم. مثلاً با بررسی تداعیهای فرعی و سمبولیک واژه کلیدی، یا پرسیدن از خود که این واژه تا چه حد منعکس کننده خصلت‌هایی است که در دیگران نمی‌پسندیم.

من از نظر مذهبی، اعتقاد چندان مدلی به وجود «شیطان» ندارم. برای من، شیطان سمبولی اغراق آمیز از تمامی چیزهای پلید و نفرت‌انگیز در وجود بشر است. لذا «شیطان» من تجسمی از تنفر، خسونت، خشم، سلطه‌جویی، جهالت، طمع، تنبلی و استعمار است. این کلید مرا بر آن می‌دارد تا از خود بپرسم آیا امکان ندارد خصلت‌های «شیطانی»، گرایش‌هایی در وجود خود من باشند که باید شناسایی و تجزیه و تحلیل شده و مورد بررسی و بهبود قرار گیرند، نه اینکه رد

شوند یا به دیگران نسبت داده شوند؟

در زمان تکمیل این ماتریس، مهم‌ترین مسئله این بود که در مورد از همپاشی ازدواجم چه مقدار درد و خشم را در خود سرکوب کرده بودم. درست یا غلط، این احساس در من وجود داشت که بدجوری زمین خورده‌ام و خشمگین بودم که چرا اجازه داده، یا باعث شده بودم چنین وضعی پیش بیاید. تنها با شناختن این احساسات بود که می‌توانستم واقعاً موقعیت خویش را پذیرفته، از آن عبرت بگیرم و از این طریق، از قید و بندهای عاطفی که هنوز پیرامون خود احساس می‌کردم بالاخره خلاصی یابم.

همچنین، این کلید می‌تواند برای من هشدار باشد که انگیزه‌های درونی و پنهانی خود (بویژه روابطم با زنان) را دقیقاً ارزیابی کنم. شاید لازم باشد جنبه‌های «شیطانی» شخصیت خودم را بهتر بشناسم، جنبه‌هایی که اگر بر موقعیت مسلط شوند، می‌توانند ایجاد فساد یا شرارت کنند. اکنون که به گذشته می‌نگرم، متوجه می‌شوم که در چندین مورد، پرداختن بی‌موقع به برقراری تماس جنسی باعث شده بود موفق به برقراری رابطه با زنان نشوم یا مسیر روابط طبیعی را منحرف کرده بود.

شبح = «خود»

واژه «خود» در این ماتریس از ترکیب «با وجود این» و «تنها» بدست آمده است. لذا به نظر می‌رسد که از لحاظ مفهوم، بیشتر به احساس تنهایی و انزوا مربوط می‌شود. این کلید، اشاره بدان دارد که نگرانیهای عمده من در آن زمان، بیشتر بر محور مسئله محل زندگی‌ام می‌گذشت که دوست و آشنایی در آنجا نداشتم، و مهم‌تر اینکه باید می‌پذیرفتم که این وضع احتمالاً بمدت نامحدودی ادامه می‌یافت.

هرچند در لحظاتی چنان غرق در یأس و نومییدی می‌شدم که شک داشتم اوضاع هرگز بهبود یابد، ولی نوعی خوش‌بینی ذاتی و حس حرمت نفس نیز در من وجود داشت که در این روزهای دشواری، مرا حفظ می‌کرد.

حضور واژه «خود» در خانهٔ شبح مؤید این نکته نیز می‌باشد که احتمال دارد عدم موفقیت من در روابط فردی، ناشی از گوشه‌گیری، اتکای بیش از حد به خود، توداری و یا مقاومت من در برابر ایجاد دوستی با دیگران بود. اکنون به این نکته رسیده‌ام که یکی از مشکلات عمدهٔ زندگی زناشویی‌ام، ناشی از انزوای و ناتوانی یا عدم آمادگی من برای صحبت کردن با همسر، در رابطه با مسائل، حتی در جزئی‌ترین و روزمره‌ترین نکات بود. بعلاوه، به حدی در کارهای علمی و پژوهشی خود غرق شده بودم که هیچ‌گونه توجه یا علاقه‌ای به حرفه یا مشغولیت‌های همسر نشان نمی‌دادم. هرچند پس از جدایی از همسر سعی کرده بودم اجتماعی‌تر باشم، و دوستی‌های تازه بوجود آورم، ولی هنوز اساساً دیرجوش، خجالتی، تودار، خیالپرور و غرق در خود بودم.

پایگاه = «پیچ و خم» (maze)

واژه «پیچ و خم» یا «حیرت» نیز به عنوان یک سمبول، حائز اهمیت است، زیرا هم نشانگر سردرگمی، روزگار سخت یا احساس بیگانگی است، و از سوی دیگر، می‌تواند به مشکل‌گشا یا گریزی از مشکلات و یا رسیدن به مقاصد دلخواه نیز تعبیر شود. در این رابطه، واژه «پیچ و خم» تفسیری بسیار جالب از موقعیت و احساس هویت آن زمان من است. پرواضح است که دچار بحران فردی عمده‌ای بودم و حوادثی که بر من گذشته بود تعادل شخصی مرا برهم زده بود. به

نظر می‌رسید که به دنیایی ناآشنا و گیج‌کننده و پر از ابعاد ناشناخته، وارد می‌شدم. از جمله مسائلی که عملاً سر راهم قرار داشت، این بود که باید می‌دیدم چه باید بکنم، چه چاره‌ای بیندیشم، چه راهی را پیش گیرم و با چه کسانی دوست شوم؟

از سوی دیگر هم احساس می‌کردم در موقعیتی قرار دارم که آکنده از فرصتهای تازه و جالب، و نوعی دعوت به مبارزه است. حس می‌کردم در آستانه‌ی ماجرای جالب قرار دارم که در پایان آن می‌توانستم خود و دیگران را «بشناسم». «پیچ و خم» یا «حیرت» به منزله‌ی سمبولی واضح از ورود به عالم ناخودآگاه تلقی می‌شود و فرآیندی است که «قهرمان» فرد خویشتن را به تحقق «خود» می‌رساند (رجوع کنید به یونگ، ۱۹۶۴). به عنوان مثال، اگر با شهامت و هوشیاری از راههای پرپیچ و خم و خطرات نهفته در این فرآیندها عبور کنیم، سرانجام به هسته‌ی اصلی وجود «خود» دست یافته، به پاداش نهایی یعنی «خود حقیقی» خواهیم رسید.

بدین ترتیب، حضور واژه «پیچ و خم» در خانه پایگاه، بسیار خوش‌یمن و امیدبخش است. این کلید به من نوید می‌داد که هر قدر وضعیت کنونی‌ام به ظاهر نامطمئن و سخت و سهمگین باشد، اگر با پشتکار و خودشناسی پیش روم و هشیار باشم، نهایتاً پیروز خواهم گشت. به عطیه‌ی جانبخش بزرگی دست خواهم یافت و سالم و نیرومند از این ماجرا بیرون خواهم آمد.

فبرد = «عروج»

برخلاف پایگاه که موقعیت مرا به صورت ترکیبی از سردرگمی و فرصتهای مناسب توصیف می‌کند، کلید نبرد، در این تفسیر، گویای تکلیف عمده‌ی معنوی برای دستیابی به هدفم است. واژه «عروج» (فایق

آمدن) دال بر آن است که دشوارترین و مهم‌ترین تکلیف برای من، عبور از، یا برتری یافتن بر قید و بندهای کنونی است. از آنجا که این واژه از ترکیب «سیل» و «من» بدست آمده است، تصور می‌کنم که در وهله اول نشانگر نیاز به گذشتن از خواسته‌های خودمحوری و اتخاذ دیدی بمراتب وسیع‌تر، سخاوتمندانه‌تر و رفیع‌تر است. از این بحث بخوبی پیدا است که در این مرحله از زندگی، کاملاً غرق در مسائل خویش بودم. البته، این امر برای کسانی که دچار بحران عظیم شخصی از قبیل جدایی، طلاق، فوت نزدیکان یا بیکاری هستند، کاملاً قابل درک و اجتناب‌ناپذیر است. در اینگونه مواقع، مشکلات همچو ماسک یا چشم‌بند جلو چشمهای ما را می‌گیرند، و همه چیز را از جنبه تأثیری که آن ضایعه بر ما می‌گذارد می‌بینیم و دائماً در حال بررسی و ارزیابی مجدد تصویری هستیم که از خودمان داشته‌ایم. لذا به نظر می‌رسد که کلید نبرد، این پیام را به من می‌دهد که کمتر روی مشکلات شخصی و نیازهای فردی‌ام تمرکز کنم و بیشتر بر آن باشم که با پرورش علاقه و توجه واقعی به دیگران و به مسائل اجتماعی و نوع‌دوستانه و معنوی، از «خود» بیرون آمده، فراتر روم.

### مزنوشت = «تولد دوباره»

به عقیده من، «تولد دوباره» سرانجامی پرمفهوم و فوق‌العاده و خوش‌فرجام برای این ماتریس است. این واژه بوضوح بیانگر آگاهی من است به اینکه هرگونه راه‌حل قطعی برای وضعیتم، مستلزم تغییری اساسی در طرز برخورد با زندگی بود. لذا این واژه، بیانگر لزوم کنارگذاری قید و بندهای قبلی و شروع کاملاً جدید و فارغ از خطرات عذاب‌آور ظاهراً ناگستنی گذشته است. این واژه، روشن‌تر

از هر چیز می‌تواند اشاره‌ای قطعی و همیشگی به قطع پیوند عاطفی با همسر م باشد.

«تولد دوباره» می‌تواند گویای چیزی بیش از نیاز به بریدن از گذشته‌ها باشد. این واژه ویژه و بسیار مهم، بیانگر آن است که باید برخوردها، باورها و گرایشهای کنونی و فردی‌ام را کاملاً مورد بازنگری و تجدیدنظر قرار دهم. برای دستیابی به هرگونه کامیابی، کمال یا حس سلامت روانی، می‌باید جزئی از اساس ساختار شخصیتی‌ام را تغییر دهم. تنها با دگرذیسی شخصیتی و با تولد دوباره یا شکل یافتن است که نیرو و نشاط خلاقه تازه بدست خواهد آمد.

### مرحله ۵: روابط منطقی

تفسیر کلیدی مشروح در مرحله ۴، تصویری تقریباً کامل و یکپارچه از موقعیت روانی من در آن زمان ارائه می‌دهند. کلیدها اسرارشان را به نحوی فاش و آشکار نموده‌اند که گویی مطلب دیگری پوشیده نمانده است. لیکن با بررسی روابط منطقی درون ماتریس، می‌توان به نکات ارزشمندی دست یافت که مهم‌ترین این ملاحظات به شرح زیر می‌باشد:

راهنما علیه روح = سایه

ظاهراً تناقض موجود در این رابطه بین الف) خصلتهای درونی نظیر معنویت، پاسخ‌دهی، حساسیت عاطفی و آرمان‌گرایی (راهنما = «آب») از یکسو و ب) گرایشهای ناشناخته از قبیل ماده‌گرایی، سردی و سلطه‌جویی عاطفی (سایه = «شیطان») از سوی دیگر است. به نظر می‌رسد که اساساً چشمانم چنان به نیکی و روشنایی خیره شده بود که

تاریکی و پلیدی درونی خودم را نمی‌دیدم. با نادیده گرفتن یا سرکوب این خصلتها، قادر به یافتن راه‌حلی مناسب برای تضاد بین نور و ظلمت یا خیر و شر در وجود خود نبودم. در نتیجه، عالم درونی‌ام همچنان مغشوش و آشفته و خارج از کنترل باقی مانده بود.

### نماد علیه شبح = صورتک

«پیچ و خم» (نماد) و «خود» (شبح) بی‌شک حاکی از تضاد بین الف) علاقه شدید به تجربه اجتماعی و جنسی جدید بود (که بواسطه لزوم احتیاط و انتخاب صحیح تعدیل می‌شد و ب) ترس از تنهایی و بی‌کس ماندن. چنین به نظر می‌رسد که در عین حال که می‌خواهم در را به روی دیگران بگشایم و پیشنهاد دوستی یا محبت آنان را بپذیرم، فکر می‌کنم که باید در انتخاب دوستانم بصورت گزینشی عمل کنم. همین امر مرا تشویق می‌کند که مبدا هنوز وسواس و ملاحظه‌کاری بیش از اندازه‌ام باعث بریدن دیگران از من، و تنها و بی‌دوست ماندنم گردد. نتیجه این تضاد، در واژه «حقیقت» در خانه صورتک مشخص می‌گردد، که می‌تواند اشاره‌ای باشد بر اینکه ریشه مشکلاتم در ایجاد روابط، بطور کلی، وسواس خودآگاهانه‌ام برای کمال است. شاید با عیب‌جویی بیش از حد، دیگران را به خاطر رسیدن به هنجارهای والای ادعایی خودم، رد می‌کنم. تا زمانی که حاضر نباشم افراد را آن‌گونه که هستند یعنی با تمام عیوب و خصلتهای فردی‌شان بپذیرم، هرگز دوستی یا عشق پایدار و لذتبخش در بین نخواهد بود، و ناگزیر در انزوا بسر خواهم برد.



### راهنا علیه نماد = غول

این رابطه دیالکتیکی، بوضوح تناقض بین تمایلات درونی و بیرونی را نشان می‌دهد. در عین حال که باطناً به سوی مسائل معنوی و آرمانهای رمانتیک گرایش دارم (راهنا = «آب»)، اهداف آگاهانه من ظاهراً در زمینه کسب تجارب تازه (اجتماعی یا جنسی) و کنترل بیشتر روی زندگی و روابط شخصی‌ام متمرکز است (نماد = «دروازه»).

واژه‌ای که برای ربط دادن این دو قطب برگزیده‌ام (غول = «سیل») به عقیده من اشاره به راهی برای یکپارچه‌سازی این نیازهای متناقض دارد. این راه، مستلزم گشودن درها به روی تجارب عاطفی خودم و همچنین کسب لذت از دیگران است. به نظر می‌رسید که من از لحاظ اجتماعی و عاطفی، دیوار بلندی از تظاهر به دور خود کشیده بودم که هرچند مرا از خطرهای اجتماعی محفوظ می‌داشت - ظاهراً هنوز هم محفوظ داشته است - ولی مرا محروم و محدود نیز ساخته است. رهایی، تنها با ویران کردن این حصارها و خود را در معرض دو جهان بیرونی و درونی قرار دادن، میسر خواهد بود.

### سایه علیه شبح = کوتوله

در نظر اول، تنش یا تضاد بین «شیطان» (سایه) و «خود» (شبح) برای من به درستی قابل تشخیص نبود، ولی پس از معاینه دقیق‌تر به این نتیجه رسیدم که تضاد عمده در این رابطه، بین الف) خشم سرکوب‌شده و نسبت داده شده به دیگران، و ب) گرایش آگاهانه به دلسوزی کردن برای، یا مقصر دانستن خود است. ظاهراً هرچند اضطراب خودآگاه من بیشتر برای خودم بود، نوعی خشم یا رنجش خاطر عمیق ناخودآگاه علیه دیگران در من وجود داشت. واژه «من» در

خانه کوتوله، در آمدی جالب برای این تضاد است، زیرا اشاره بدان دارد که احساس خشم و دلسوزی برای خود بیشتر از دیدگاهی خودمحوربینانه ناشی شده است که تشدیدکننده مشکلات و مانع پیشرفتم گردیده بود.

جنبه دیگر تضاد بین شبح و سایه، تنشی است که در وجود من بین الف) ترس از تنهایی و بی کسی و ب) نادیده گرفتن حوادث روزگار توسط ضعفهای شخصیتی ام، وجود دارد. من از تنهایی وحشت داشته‌ام و دارم، ولی جنبه‌های نامطلوب شخصیتی ام عملاً مرا به گوشه‌گیری می‌کشاند. بار دیگر، کوتوله حاکی از این است که ریشه این تضاد، «من» یا خودمحوربینی من است.

### روح علیه صورتک = پایگاه

«گرداب» (روح) و «حقیقت» (صورتک) بوضوح به تضاد بین آشفستگی و کشمکش درونی از یک سو و متانت و آرامش ظاهری از سوی دیگر اشاره دارد. از نظر عاطفی، در آن زمان شدیداً مغشوش بودم، هرچند که به ظاهر آرام و کاملاً مسلط بر اوضاع بودم. واژه «پیچ و خم» در کلید پایگاه اشاره بدان دارد که برای حل این تضاد بین شخصیت‌های بیرونی و درونی، می‌باید مبارزه نهفته در موقعیت را می‌پذیرفتم. اگر صادقانه با آشفستگی عاطفی خود مقابله می‌نمودم و ناراحتیهای فعلی ام را به عنوان مشکلاتی که نیاز به حل دارند می‌دیدم، این امکان وجود داشت که در مورد خویش به حقایقی ژرف دست یابم.

### غول علیه کوتوله = نبرد

در این رابطه، تضاد اصلی موجود بین الف) نیروی وسیع و

خروشان «سیل» (غول) و ب) محدودیت و مردگی «من» (کوتوله) است. این دو نیروی متضاد، کلیدهای ماتریسی پویا را تشکیل می‌دهند که امکان پیشرفت یا پسرفت روی آن شکل می‌گیرد. واژه «عروج» بیانگر مسئله مهم معنوی است. تکلیف فردی عمده برای من، گذشتن از خودمحوری و فایق آمدن بر احساس «سوای دیگران» بودنم بود که مرا نسبت به سایرین بیگانه و وصله ناجور می‌ساخت.

### پایگاه علیه نبرد = سرنوشت

تضاد بین «پیچ و خم» (پایگاه) و «عروج» (نبرد)، در واقع تضاد بین الف) حبس بودن در قلمرو محدود «خود» و مشکلات کنونی آن، و ب) نیاز به گذشتن از، یا برتری یافتن بر محدودیتها و مشغولیتهای فعلی است. عبارت «تولد دوباره» (در خانه سرنوشت) گویای آن است که برای یافتن راه‌حلی قطعی برای این تضاد (که تناقض بین غول و کوتوله را تصریح می‌کند و افزایش می‌بخشد) نوعی دگرگونی یا اشراق معنوی است که باید حاصل شود. این کلید به بریدن از گذشته و موقعیت کنونی، به دور ریختن ترسها و نگرانیهای شخصی و به کنار گذاشتن عصایی اشاره دارد که حس هویت بیماری‌ام را بر آن تکیه می‌دادم. از همه بالاتر، باید آمادگی از سر شروع کردن و دوباره متولد شدن را پیدا می‌کردم، تا بتوانم زندگی جدیدی را با اولویتهای تغییر یافته و فرصتهای تازه آغاز نمایم.

### مرحله ۶: روابط گسترشی

رشد بیرونی: (شبح-صورتک-نماد)  
 رشد بیرونی در تسلسل «خود-حقیقت-دروازه» انعکاس یافته است.

این امر، مؤید آن است که برای پیشرفت در زندگی خارجی یا اجتماعی خود، باید نخست با تضاد بین ترس خود از تنهایی و گرایش به گوشه‌گیری و انزوای طلبی (شبح = «خود») مقابله می‌نمودم. باید می‌پذیرفتم که غرق در خود بودن و عدم برقراری ارتباط با دیگران، مانع از این شده بود که روابط سودمند و ماندگاری داشته باشم.

واژه «حقیقت» در کلید صورتک، حکم نوعی شمشیر دو دم را دارد: از یک طرف، قوه تعقل بی‌احساس، و سواس کمال‌طلبی و عیب‌جویی فوق‌العاده من موجب کناره‌گیری‌ام از جمع دیگران و ناتوانی‌ام در صمیمی شدن گردیده بود حال آنکه از سوی دیگر، یکی از محاسن عمده من صداقت، بی‌ریایی و گشاده‌رویی بود که باعث می‌شد دیگران نیز پاسخ مثبت نشان داده، براحتی در مورد مسائل خصوصی، سفره دلشان را برای من باز کنند. به نظر می‌رسد واژه «حقیقت» به من می‌گوید که باید این تناقض را در شخصیت خارجی‌ام شناسایی کنم. به عبارت دقیق‌تر، باید در جهت پرورش خصلت‌های مثبت «حقیقت» در شخصیتم بکوشم و گرایشهای منفی آن را محدود سازم. شاید از این طریق، بتوانم به اهداف آگاهانه‌ای دست یابم که در واژه «دروازه» (نماد) تداعی می‌شوند، مانند تجارب جنسی و اجتماعی جدید، همچنین اختیار در روابط و کنترل روی زندگی خصوصی‌ام.

رشد درونی: (سایه-روح-راه‌نما)  
 گرچه در زمان تکمیل این ماتریس در ۳۴ سالگی یعنی تقریباً در همان سنی بودم که یونگ به عنوان «بحران نیمه عمر» یا خط فاصل بین دو مرحله رشد بیرونی و درونی مشخص کرده است، بسیاری از مسائل نهفته در ماتریس بیشتر به سازش‌پذیری مجدد با محیط خارجی زندگانی‌ام مربوط می‌شوند. از اینرو، ظاهراً چنین برمی‌آید که رشد

بیرونی برای من در آن زمان اولویت عمده خود آگاه را تشکیل می‌داد. از طرفی نیز احتمال دارد که مشکلات نامبرده نتیجه ناتوانی در مقابله با گرایشهای فراموش یا سرکوب‌شده درونی باشد، که در این ایام بحرانی سر بر آورده و خود را نشان داده بودند. بدین دلیل، و نیز برای رسیدن به کمال مطلوب، لازم است که فرآیند رشد درونی نیز مورد بررسی قرار گیرد.

رشد درونی در توالی «شیطان-گرداب-آب» نمایش داده شده است. لذا به عنوان نخستین مرحله در فرآیند فردیت، باید گرایشهای تبهکارانه، پلید یا اهریمنی سرکوب‌شده خود از قبیل تکبر، خشم، سوءاستفاده یا شهوت (سایه = «شیطان») را شناسایی و درک می‌کردم.

پس از این مرحله، می‌توان به بررسی فرافکنیهای مادینه‌روان (روح = «گرداب») پرداخت که از بسیاری لحاظ، ظاهراً منشاء و ریشه مشکلاتم در رابطه برقرار کردن با زنان است. بویژه باید می‌دیدم چرا زنانی را که جذب و شیفته‌شان می‌شدم، به عنوان موجوداتی خطرناک می‌دیدم که مرا به نابودی می‌کشاندند؟ با بررسی این مبحث از دیدگاه یونگ، بینش مطالعه دقیق این برخوردهای ناخود آگاه نسبت به زنان، می‌تواند حقایق مهمی درباره ماهیت مادینه‌روان درونی ما را فاش سازد.

این فرافکنیهای مادینه‌روان بوضوح نشان می‌دهند که چه زمینه‌ای بیشتر نیاز به کار و کوشش دارد. نهایتاً این امکان فراهم خواهد آمد که با جنبه‌هایی از شخصیت مانای خود (راهنما = «آب») رویارو شوم. کلید راهنما اشاره بدان دارد که مرحله سوم فرآیند فردیت، مستلزم آشنایی کامل با گرایشهای درونی برای آرمانهای رمانتیک، معنویت و واکنشهای عاطفی است. بویژه باید می‌آموختم که این گرایشها را که به

زندگی‌ام جهت و نیرو می‌بخشید، به عنوان انگیزه‌های عمده باطنی بپذیرم. در عین حال، هرگز نباید اجازه دهم که شخصیت مانای من کاملاً بر من مسلط شود، بلکه باید این جنبه از طبیعتم را به نحوی مفهوم در بافت کلی «خود»م جای دهم.

پرورش خود (پایگاه-نبرد-سرنوشت)

پرورش «خود»، عمدتاً منوط به پیشرفت کافی در دو زمینه رشد بیرونی و درونی است و لذا بطور مجزا نمی‌تواند کاملاً و دقیقاً بررسی شود. بدین سان است که با مطالعه مسیر پیشرفت از پایگاه به نبرد و از نبرد به سرنوشت، می‌توان به نکاتی مفید برای شناخت واقعی خود دست یافت.

پرورش «خود»، در توالی «پیچ و خم-عروج-تولد دوباره» نمایانگر می‌شود. در مورد من، «پیچ و خم» گویای آن است که سرآغاز سیر شناخت «خود»، موقعیتی بود از انتخاب، عدم اطمینان و بحران فردی و در عین حال، حاوی فرصتهای بسیار مهم که امکانات خاص رشد فردی نهفته در این موقعیت را بشناسم. هرچند دوران سختی را می‌گذراندم، باید برخوردی مثبت و توأم با خوش‌بینی را حفظ می‌کردم.

پس از اتخاذ این دید مثبت و آینده‌نگر، مرحله بعدی شاید شامل مبارزه‌ای برای فایق آمدن بر محدودیتهای فردی و نیازهای خودمحوربینانه بود. از این طریق بود که می‌توانستم جهان درونی خود را با صراحت و بدون غرض مشاهده کنم و حتی در برقراری رابطه مثبت یا منفی با دیگران تلاشی واقعی صورت دهم. بالاخره، عبارت «تولد دوباره» این نوید را می‌دهد که در اثر این مبارزه فردی، در نهایت نوعی «خود» دگرگونی عمیق و هستی‌بخش در من بروز خواهد

کرد.

## مرحله ۷: ترکیب دادن ماتریس

تحلیل ارائه شده در مباحث فوق، تصویری کامل و متجانس از وضعیت من در سال ۱۹۸۴ بدست می‌دهد. لذا برای اینکه خواننده خسته و کسل نشود، این مبحث را خلاصه و مختصر بیان می‌کنم. موضوعهای غالب ماتریس، نشانگر تضادی بنیادی در وجود من (بین الف) محدودیتهای فردی، انزوای طلبی و میل به محافظت از «من» خودم، و ب) شخصیت من نیاز به کسب تجربه عاطفی و درونی، تماس با دیگران، «آرام شدن» و فایق آمدن (یا خروج) بر برخوردها و مشغولیتهای خودمحور بینانه دارد.

مشکلات خاصی که در این ماتریس مشخص گردیده، عبارتند از:  
 ۱. برخوردهای برون‌گرای سرکوب‌شده که باعث رفتارهای اجتماعی کودکانه شود.

۲. ناتوانی در تمیز صحیح کارکرد حسی که منجر به ناتوانی در درک تجارب عاطفی شود.

۳. سرکوب درک حسی، که می‌تواند موجب بی‌توجهی در امور شخصی، انواع وسواسها، عادات بیمارگونه و ناتوانی در «آرام بودن» و لذت بردن از تفریحات ساده و سالم گردد.

۴. احساس درد و خشم و اضطراب سرکوب‌شده، بویژه در رابطه با ازهمپاشی زندگی زناشویی‌ام.

۵. هراس از تنهایی و در انزوا بودن.

۶. پریشانی و احساس مشکل در روابطم با زنها، که می‌تواند ناشی از بعضی فرافکنیهای مادینه‌روانم باشد.

۷. تکبر، کمال‌طلبی، حس برتری بر دیگران از نظر هوشی، گوشه‌گیری و اتکاء به نفس بیش از اندازه، که همگی می‌توانند باعث رد کردن پیشنهادات دوستی از سوی دیگران باشند.
۸. منحرف، یا باطل شدن تلاش برای برقراری روابط، به دلیل دخالت منافع خودخواهانه، امیال جنسی یا نیاز به اعمال کنترل.

در عین حال، جنبه‌های مثبتی نیز در ماتریس بارز است که نیاز به تشویق و پروراندن دارد. از جمله حساسیت عاطفی، آرمان‌گرایی، امانت‌داری و راستی و علاقه شدید به مسائل معنوی. از همه مهم‌تر، ماتریس به طرزی واضح و امیدوارکننده اشاره به قدرت من در رسیدن به کشف یا نقطه عطف عظیم روانشناختی، تخلیه هیجانی یا دگرگونی شخصیتی دارد که می‌تواند آغازی نوین و فرصتهایی مناسب را به همراه داشته باشد.

## بازنگری نهایی

اکنون که چندین سال از زمان تکمیل این ماتریس می‌گذرد، هنگام نوشتن این فصل، باز از صحت عجیب و دقت خارق‌العاده تحلیل‌های آن یکه می‌خورم. گرچه بعضی از مسائل مورد اشاره ماتریس با مرور زمان دیگر فوریت و حاد بودن خود را از دست داده و تا اندازه‌ای حل شده‌اند، یا در حوادث بعدی محو گشته‌اند (به عنوان مثال، مجدداً ازدواج کرده و صاحب یک فرزند شده‌ام)، بسیاری از خصلتها و مسائل همچنان در من باقی مانده‌اند. نهایتاً اینطور به نظر می‌آید که مواردی از رشد فردی، چندان آسان و سریع میسر نمی‌گردند.





## فصل هشتم

### تحلیل تغییر

#### تکرار تکنیک «رمزواژه»

تکنیک «رمزواژه» بیشتر کسانی را تحت تأثیر قرار می‌دهد که فرم ماتریس را برای اولین بار پر می‌کنند و هنوز اطلاعاتی از معانی و القائنات ساختاری آن ندارند. اما یک بار که ما از کل سیستم «رمزواژه» و تداعیها و واژه‌های خانه‌های کلیدی و غیره آگاهی پیدا کردیم، این امکان بطور مؤثر هست که در تمرینهای بعد ذهن ما آگاهانه یا ناآگاهانه تحت نفوذ قرار گیرد. به این دلیل است که نباید مقصود نهایی و دقیق اصول ساختاری سیستم را برای دوستانی که می‌خواهند این تکنیک را تجربه کنند، از پیش بروز دهید.

اگرچه در تمرینهای بعدی امکان اعمال نظر قبلی وجود دارد، اما تجربه نشان داده است که تکنیک «رمزواژه» را بخوبی می‌توان به عنوان وسیله‌ای برای تحلیل موقعیتها و وضعیتها و تغییرات در طرح تجربیات گوناگون خود بکار گرفت. بویژه اگر (روحیه‌ای مثبت حفظ شده باشد و) هیچ‌گونه تلاش بخصوصی برای تأثیر گذاشتن روی نتیجه کار صورت نگرفته باشد، ماتریسهای بعدی بطور عجیبی شبیه به

ماتریسهای اولیه هستند. معمولاً این ثبات نتایج، از همه واضح تر در زمینه علائم تیپ روانشناختی فرد و نیز در موضوع غالب وجود دارند. گذشته از اینها، در موارد مختلف در برخی از خانه‌های کلیدی، واژه‌هایی مترادف و شبیه نوشته می‌شوند. حتی در صورتی که شانزده واژه اولیه، هر بار کاملاً متفاوت باشند. اینگونه پایداریهای ماتریس یک شخصیت، قاعدتاً مدرکی قوی دال بر این هستند که تکنیک «رمزواژه» بر چیزی مهم و بنیادی در ترکیب روانشناختی افراد اثر دارد.

ماتریسهای شماره ۴۲ و ۴۳ و ۴۴ را به عنوان نمونه‌ای از این پایداری بررسی می‌کنیم. هر سه ماتریس بوسیله یک نفر (سوزان) در سه زمان متفاوت تکمیل شده‌اند. ماتریسهای ۴۲ و ۴۳ به فاصله شش ماه و ماتریس ۴۴، ۱۱ ماه پس از ماتریس ۴۳ تکمیل گردیده است. بار دیگر، برای ایجاد سهولت در تفسیر این ماتریسها، هشت واژه اطراف مستطیل اصلی ارائه گردیده است.

از لحاظ تیپ روانشناختی، هر سه ماتریس به گونه‌ای نشانگر احساس درک شهودی برون‌گرا هستند (هرچند اشاراتی به درون‌گرایی نیز به چشم می‌خورد). ماتریس ۴۲ را می‌توان به صورت  $EN(F)$  شناسایی نمود (درک شهودی احساساتی برون‌گرا)، ماتریس ۴۳ را  $EF(N)$  (احساساتی درک شهودی برون‌گرا) یا  $ENF$  درک شهودی احساساتی برون‌گرا و ماتریس ۴۴ را نیز  $EN(F)$  درک شهودی احساساتی برون‌گرا.

موضوع غالب کلی نیز در هر سه ماتریس اساساً ثابت بوده و نشانگر تضاد بین الف) ایدئالیسم رمانتیک و نیاز به دوستی، خوشبختی، نظم و کامیابی شخصی از یک سو و ب) احساس بیگانگی، بی‌مفومی، هرج و مرج و تنهایی از سوی دیگر است، که به نوبه خود

می‌تواند ناشی از نگرانیهای اجتماعی یا جنسی باشد. هرچند تغییراتی محسوس در واژه‌های چندین خانه کلیدی به چشم می‌خورد، ولی مفاهیم سایر کلیدها حداقل در دو مورد ثابت است. از جمله کلید غول («آرزو» و «رسیدن به آرزوها») و کلید نماد («رویاها» و «عاشقی»).

آینده      زیبایی      ایده‌آل      خواب

رویاها	رسیدن به آرزوها	خوشبختی
بی مفهوم	بهبود حقیقت زندگی	حق
سرسری	دروغ	قانون

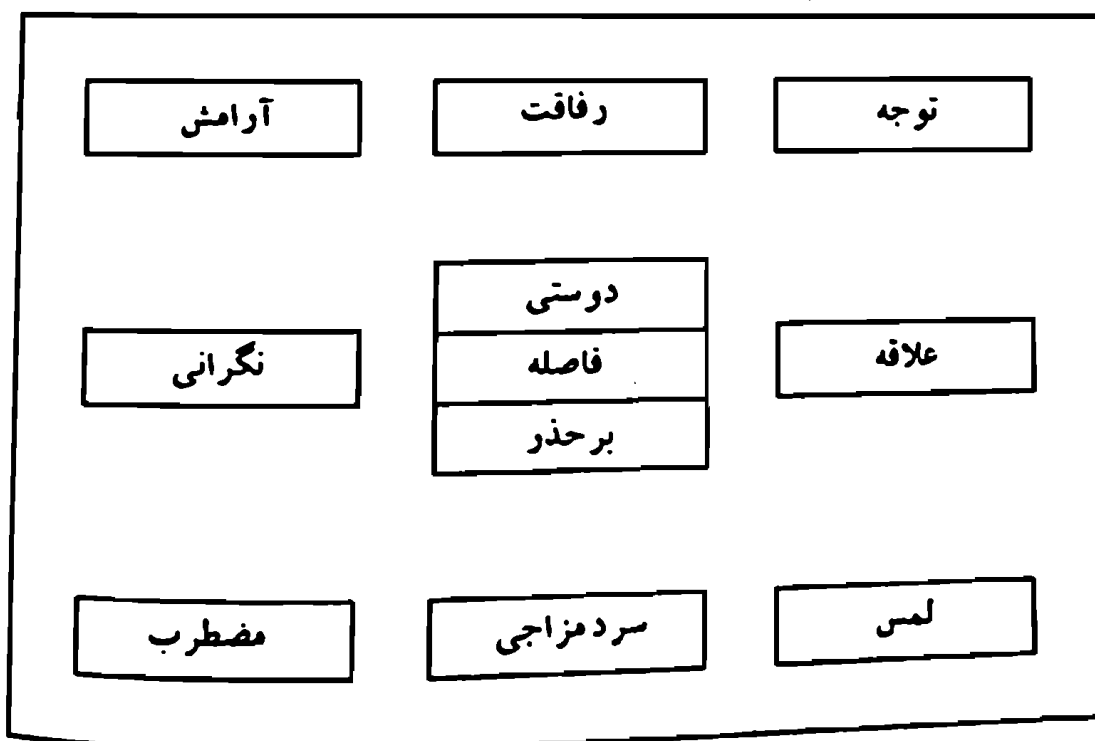
کثافت      سگس      افسار      خالی

ماتریس شماره ۴۲ (سوزان، شماره ۱)

گاه افراد سؤال می‌کنند تجربه تکنیک «رمزواژه» هرچند وقت یکبار باید تکرار شود؟ از آنجا که این سیستم اساساً برای تحلیل

وضعیت روانی طراحی شده است، در پاسخ به این سؤال می‌توان گفت هرگاه خواهان یک تحلیل روانکوی جدید باشید یا بنا به دلایلی احساس کنید از زمان تکمیل آخرین ماتریس تغییراتی مهم در شما رخ داده است، می‌توانید «رمزواژه» را دوباره به کار بندید. مسلماً فاصله زمانی مناسب بین تکمیل دو ماتریس برای اشخاص مختلف متفاوت بوده و تا اندازه‌ای به میزان تغییر یا ثبات شرایط و موقعیت فردی نیز بستگی دارد. ولی بطور کلی، تکرار «رمزواژه» با فاصله کمتر از یک یا دو ماه، فایده چندانی نخواهد داشت. از سوی دیگر، اگر در حال تمرین و آزمایش «رمزواژه» هستید یا در تفسیر ماتریسی دچار مشکل شده‌اید، تکمیل چند ماتریس می‌تواند کمکی سودمند باشد.

درخشش خوب زندگی لطیف

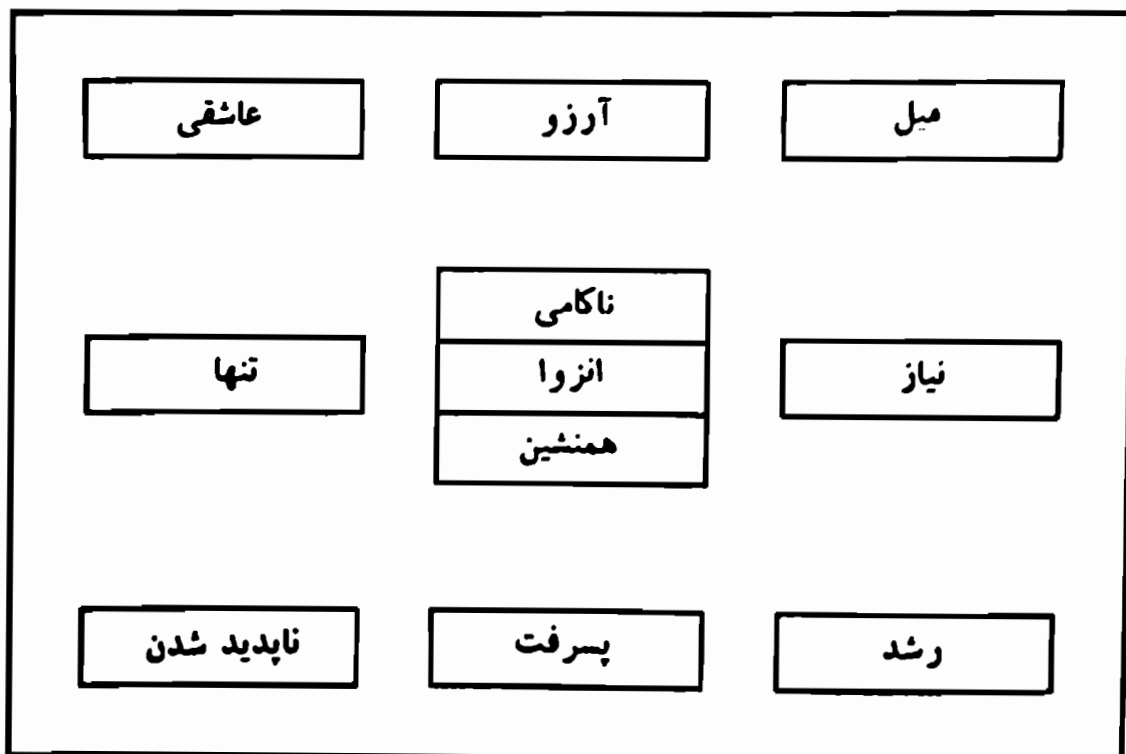


دستها نرم سرد خوشحال

ماتریس ۴۳: (سوزان، شماره ۲)

اگرچه صلاح نیست تکنیک «رمزواژه» مکرراً و به فواصل کوتاه بکار گرفته شود، برای پیگیری سیر رشد فردی، شاید نامطلوب نباشد این تجربه به فواصل منظم - مثلاً هر شش ماه یا سالی یک بار - با تکمیل یک ماتریس انجام شود. اگر فاصله زمانی بین تکمیل دو ماتریس بیشتر از این شود، شناسایی الگوهای ثابت و فرآیندهای تغییر مشکل می‌شود. به عنوان مثال، به آسانی نمی‌توان تشخیص داد که آیا تفاوت فاحش بین دو ماتریس که با فاصله زمانی بیش از یک سال تکمیل شده‌اند، نشانگر رشد واقعی، یا تنها حاکی از ناپایداری و عدم ثبات است.

کور      افراطی      آرامش      شام



مرحله      تسلسل      خانواده      سیل

## مقایسه ماتریسها

هرگاه تکنیک «رمزواژه» در مدت زمان خاصی تکرار شود، مسلماً آخرین ماتریس تحلیلی از موقعیت کنونی فرد بدست خواهد داد و لذا برای تفسیر هر ماتریس جدید، می‌توان از روش شرح داده‌شده استفاده نمود. ولی گذشته از این، امکان مطالعه الگوهای ثبات و تغییر نیز وجود دارد و بدین منظور، باید آخرین ماتریس همراه با ماتریس قبلی مورد مطالعه قرار گیرد.

## تیپ روانشناختی

برای آغاز کار تفسیر، بهتر است تیپ روانشناختی مشهود (رجوع شود به فصل ۵) در هر ماتریس را با هم مقایسه نمایید. هرچند این انتظار هست که تیپ هر فرد نسبتاً ثابت بماند، ولی مشاهده هرگونه تغییر می‌تواند از اهمیت فردی سودمندی برخوردار باشد. چنین امکان تغییری، می‌تواند اشاره‌ای بر آن باشد که الف) فرد، آگاهانه یاد گرفته است برخورد غالب یا تیپ کارکردی خویش را شناخته و بروز دهد، ب) فرد یک یا هر دو کارکرد فرعی خویش یا برخورد مغلوب خویش را شناخته و بکار می‌گیرد، یا ج) در برابر نیازها یا شرایط کنونی، اولویت نسبی کارکردهای فرعی موقتاً تغییر نموده است.

در مورد سوزان، تغییر عمده از نظر تیپ روانشناختی در ماتریس ۴۳ مشهود است. برخلاف ماتریسهای ۴۲ و ۴۴ که هر دو نشانگر احساس درک شهودی برون‌گرا و کارکرد شهودی غالب هستند، ماتریس ۴۳ کارکرد احساساتی غالب را منعکس می‌سازد. این امر نشانگر آن است که تیپ روانی سوزان اساساً EN (F) یا درک شهودی احساساتی برون‌گرا است، ولی در زمان پر کردن ماتریس ۴۳ مرحله‌ای را

می‌گذراند که احساسات وی برانگیخته بود. جالب اینجا است که در این هنگام سوزان رابطه‌ای را آغاز کرده بود که بعدها به درگیری عشقی و عاطفی مهمی تبدیل گردید.

مورد خاص سوزان ما را به این نتیجه‌گیری کلی و مهم می‌رساند که نباید صرفاً بر اساس یک یا دو ماتریس، دربارهٔ تیپ روانشناختی اظهار نظر نمود. شاید لازم باشد چندین ماتریس تکمیل شود تا بتوان تشخیص داد تیپ روانشناختی شخص کدام است و آیا تغییرات ظاهری نشانگر تخفیفهای موقت هستند یا رشد روانشناختی بنیادی و ماندگار است.

#### موضوع غالب

پس از تعیین تیپ روانشناختی، می‌پردازیم به میزان تغییر یا ثبات در موضوع غالب ماتریسها. در عمل، این امر نشان خواهد داد که آیا تغییری محسوس در زمینهٔ مشغولیات ذهنی رخ داده است یا نه. در مورد سوزان، ماتریس ۴۲ نشان می‌دهد که مشغولیات ذهنی وی در آغاز بر محور رسیدن به خوشبختی، حقیقت و اصلاح خود گردش داشته است، و در برابر آن مشغولیات، تضادی بین الف) خیالبافیهای رمانتیک یا رؤیاهای ایدئالیستی او، و ب) احساسهایی پوچ و بی‌اساس قرار داشت. ماتریس ۴۳، آشکارا روی مسائل غیرشخصی تمرکز دارد. بدین معنی که ظاهراً سوزان بیشتر درگیر مشکلات مربوط به یافتن رابطهٔ عاشقانه است. ماتریس ۴۴، که نزدیک به یک سال بعد تکمیل شده است، از بسیاری لحاظ نوعی سازش و تلفیق بین دو ماتریس اولیه می‌باشد، در اینجا، ظاهراً سوزان دوباره روی مسئلهٔ رشد و کامیابی فردی تمرکز دارد. ولی این بار مسئله مشخصاً باز در قالب تضاد بین تنهایی و تماس با دیگران مطرح



گردیده است.

### تفسیر کلی کلیدها

پس از معاینه تغییرات حاصل شده در موضوع غالب، می‌رسیم به بررسی واژه‌های مختلفی که در موارد مجزا در هر خانه کلیدی نوشته شده‌اند. در اینجا باید دید آیا مضامین اصلی کلید حفظ شده، یا تحولی مهم و محسوس در آن صورت می‌گیرد؟ کلیدی که نشانگر چنین تغییر محسوسی باشد بسیار حائز اهمیت است، زیرا عموماً اشاره‌ای است به: الف) نیروها یا گرایشهای روانی که فرد را مغشوش کرده‌اند، یا ب) جنبه‌هایی از شخصیت یا موقعیت فرد که شاهد تحول عمده بوده‌اند.

اکثر کلید-واژه‌ها در ماتریسهای سوزان، نشانگر ثبات کلی از نظر لحن و نوعی رشد جالب توجه و تفسیرپذیر از نظر مفهوم هستند. به عنوان مثال، واژه‌هایی که به ترتیب در کلید صورتک نوشته شده‌اند («بی مفهوم-نگرانی-تنها») گویای آنند که شخصیت خارجی سوزان همواره برایش ایجاد نگرانی و اشکال ذهنی می‌نموده است. ماتریس اول (صورتک = «بی مفهوم») نشان می‌دهد که سوزان نسبت به خود خارجی‌اش یا نقشهایی که باید ایفا نماید، احساس بیگانگی می‌کند. در ماتریس دوم («نگرانی») این احساس بیگانگی و نگرانی و دروغ بودن ظاهراً از نظر عاطفی درک شده است. این مسئله مهم است، زیرا اشاره بدان دارد که سوزان کم‌کم نگرانیها و ناراحتیهای مربوط به زندگی خارجی‌اش را آگاهانه می‌پذیرد. در ماتریس سوم («تنها»)، مشکل حفظ روابط صمیمی بوضوح به عنوان منشاء این دگرگونیها شناخته می‌شود. امید می‌رود که سوزان بتواند با تشخیص دقیق و قطعی نوع و ریشه نگرانیهایش، در مقابل مشکلات ایستادگی و با آنها مبارزه

کند.

اگر هیچ‌گونه ثبات در مورد کلیدی به‌چشم‌نخورد، باید موقعیت هر یک از مفاهیم بطور مجزا تفسیر شود. شاید از این طریق، تشخیص واضح موضوع غالب یا روند پیشرفت امکان‌پذیر نباشد، ولی باید بتوانید جنبه‌های کلید را که دارای اهمیت موقت و موضعی هستند، شناسایی کنید. در مورد سوزان، کلیدی که بیش از همه از نظر مفهوم واژه متغیر می‌باشد، سایه است («قانون-لمس-رشد») که گویای عدم شناخت کامل سوزان از جنبه‌های تیره شخصیتش است. لیکن واژه‌های نوشته‌شده در این خانه، می‌توانند همچنین حاکی از احساس محدودیت («قانون»)، ترس از نزدیکی جسمانی («لمس»)، و نگرانی درباره‌ی عدم پیشرفت («رشد») باشند.

### روابط منطقی و گسترشی

در بررسی ماتریسهای متوالی، معاینه تغییرات حاصله در روابط منطقی و گسترشی می‌تواند به ارائه تفسیری واضح‌تر و مفصل‌تر، کمک کند. بویژه، هرگونه تغییر در روابط رشدی سه‌گانه (رشد بیرونی، درونی و پرورش «خود») باید به دقت مورد بررسی قرار گیرد چرا که اینگونه تغییرات می‌توانند کمکی باشند در تشخیص الف) زمینه‌هایی که نیازهای رشدی آنان هنوز بوضوح شناسایی نشده‌اند، و ب) زمینه‌هایی که رشد مهم فردی در آنها صورت می‌گیرد.

در مورد سوزان، به نظر می‌رسد نیازهای رشد بیرونی (تسلل شبح-صورتک-نماد) در هر سه ماتریس ثابت هستند. این کلیدها، بیانگر نیاز به رویارویی با نگرانیهای خود آگاه در زمینه روابط نزدیک (شبح)، لزوم فایق آمدن بر احساس بیگانگی و تنهایی شخصیت

خارجی (صورتک) و نهایتاً فایق آمدن (عروج) به رؤیاهای عاشقانه هستند. از همه مهم‌تر، هر سه ماتریس اشاره بدان دارند که رشد بیرونی، تدریجاً در قالبی عینی‌تر و محسوس‌تر شکل می‌گیرد. لذا در مقایسه با دو ماتریس اول که هردو از این لحاظ حالتی نسبتاً ذهنی و انتزاعی دارند، ماتریس سوم مشخصاً روی مشکلات یافتن یا حفظ رابطه‌ای عشقی با فردی دیگر متمرکز است.

در مقایسه با آن، رشد بیرونی (تسلسل سایه-روح-راهنما)، زمینه‌ای اضطراب‌آفرین برای سوزان است. در این رابطه، می‌توان به عدم ثبات در خانه سایه و نیز گوناگونی مشهود میان واژه‌های کلید روح («حق-علاقه-نیاز») اشاره نمود. چنین به نظر می‌رسد که سوزان درکی صحیح از ماهیت شخصیت درونی خود، وضعیت عاطفی و یا نرینه‌روان خویش ندارد. این امر به نوبه خود می‌تواند باعث شود که در برقراری روابط با مردها دچار اشکال شود و به عنوان مثال، ناپایداریها یا نیازهایش را به آنها نسبت دهد.

گسترش «خود» سوزان (پایگاه-نبرد-سرنوشت) نیز در ماتریسهای او تفاوت‌هایی را نشان می‌دهد. ولی بطور کلی، هر سه ماتریس بر لزوم رشد فردی و اصلاح خود، تأکید دارند. در ماتریس ۴۲، این مسئله بطور نسبتاً انتزاعی و نامشخص بیان شده است، حال آنکه ماتریسهای ۴۳ و ۴۴ بوضوح بر محور مشکلات رسیدن به کامروایی در روابط، دلالت کامل دارند که مؤید نکته ذکر شده قبلی درباره شکل‌گیری تدریجی تجربیات سوزان در قالب عینی است.

### ماتریسهای ترکیبی

علاوه بر مقایسه ماتریسهای اولیه و بعدی می‌توان با ترکیب آنها

ماتریسی ویژه ترکیب نمود و به جنبه‌های ثابت‌تر و عمیق‌تر شخصیت خود دست یافت. بدین منظور، یک فرم سفید ماتریس برداشته طبق دستورات زیر عمل می‌کنیم:

ماتریس ۴۵، که ترکیبی از ماتریسهای ۴۲ و ۴۳ سوزان است، به عنوان نمونه ارائه می‌گردد.

### قدم اول

دو واژه یا عبارتی را که در کلید راهنمای دو ماتریس آمده، در دو خانه‌ای که مستقیماً بالای کلید راهنمای ماتریس جدید قرار دارد، بنویسید. برای خانه‌ی نماد نیز به همین ترتیب اقدام کنید.

### قدم دوم

دو واژه یا عبارتی را که در کلید سایه دو ماتریس نوشته شده، در خانه‌هایی که مستقیماً زیر کلید سایه فرم جدید قرار دارند، بنویسید. همین کار را برای خانه‌های شبح نیز تکرار کنید.

### قدم سوم

بدون توجه به دو ماتریس بالا، ماتریس ترکیبی را به طریق همیشگی، یعنی با تداعی‌سازی بین هشت واژه بیرون مستطیل اصلی (رجوع شود به فصل ۲) تکمیل کنید.

### تفسیر ماتریسهای ترکیبی

ماتریسهای ترکیبی به خصوصیات یا گرایشهای ثابت در شخصیت یا موقعیت فرد اشاره می‌کنند. لذا برای نفوذ کردن به عمق روان و شناسایی فرآیندهای بلندمدت یا منشأهای اساسی قدرت یا مشکلات،

بسیار مفید هستند. ماتریسهای ترکیبی بمراتب بیش از ماتریسهای معمولی می‌توانند به «ساختار عمقی» شخصیت نفوذ کنند. به همین دلیل، معمولاً چندان بینشی دربارهٔ امور و مسائل جاری فرد بدست نمی‌دهند. با وجود این، در عریان ساختن روان و آشکار نمودن خصلتهای اساسی آن، بی‌نظیر هستند.

خوشبختی	توجه	رویا	آرامش
کمک	شکوفه	محبت	
صحیح	پیشرفت شکست مخالف	غلط	
رعایت	دروغ	دورو	
فانون	لمس	سرسری	مضطرب

ماتریس ۴۵ (ترکیبی ۱، سوزان)

ماتریسهای ترکیبی را می‌توان به طریق معمول، یعنی با توجه به تیپ روانشناختی، موضوع غالب، مفهوم تک‌تک کلیدها و روابط منطقی و گسترشی، تفسیر نمود. لیکن ضمن تفسیر، همواره به خاطر

داشته باشید که ماتریس ترکیبی، یک مرحله با موقعیت و تجربه کنونی فرد، فاصله دارد، لذا ماتریسهای ترکیبی معمولاً نباید بطور مجزا تفسیر شوند، بلکه باید در تکمیل نتیجه‌گیریهای بدست آمده از دو ماتریسهای اصلی، بکار روند.

حتی بدون انجام تفسیر تفصیلی، بخوبی واضح است که ماتریس ترکیبی (۴۵) سوزان جنبه‌های مهمی از شخصیت وی را آشکار می‌سازد. بویژه ماتریس، تضاد بنیادی بین میل سوزان به کسب عشق، حقیقت و رشد فردی از یک سو و احساس مخالفت، شکست و نقص از سوی دیگر را تأیید می‌کند.

عاشقی	آرامش	میل	توجه
محبت	آرزو	خواسته	
مجرد	هرگز تنها دوست	دوستی	
تنها	تکرار	آشنا	
ناپدید شدن	مضطرب	رشد	لمس

ماتریس ۴۶ (ترکیبی ۲، سوزان)

مجموعه ماتریسهای ترکیبی هرگاه چندین ماتریس معمولی طی مدت زمانی خاص تکمیل شوند، می‌توان با آنها مجموعه‌ای از ماتریسهای ترکیبی ساخت که نشان‌دهنده الگوهای عمیق‌تر ثبات و تغییر در شخصیت یا موقعیت تجربه‌کننده خواهد بود. بدین طریق، هرگاه ماتریسی جدید تکمیل گردد، می‌توان آن را با ماتریس ترکیبی قبلی ادغام نموده، ماتریس ترکیبی جدیدی بدست آورد و آن را با ماتریسهای ترکیبی قبلی مقایسه نمود. بطور کلی، میان ماتریسهای ترکیبی متوالی شباهت بیشتری از ماتریسهای معمولی به چشم خواهد خورد. به همین دلیل، هرگونه تغییر عمده در ماتریسهای ترکیبی باید مورد توجه ویژه قرار گیرد.

ماتریس ترکیبی دوم سوزان از این حیث دارای اهمیت است که برخلاف ماتریس ترکیبی اول، بطور عینی و محسوس روی تضاد بین انزوا و نزدیکی (یا دوستی و انزوا) تمرکز دارد. همچنین در تیپ روانشناختی ماتریس مرکب دوم، کارکرد احساساتی بمراتب قوی‌تر از ماتریسهای قبلی است. این نکات در مجموع مؤید آنند که سوزان مرحله مهمی از رشد را می‌گذراند که در آن باید با مشکلات برقراری رابطه نزدیک و عاطفی، کنار بیاید. از این گذشته، همین تجربه می‌تواند به او بیاموزد که کارکرد فرعی احساساتی خود را بهتر بشناسد و بروز دهد.

### ترکیبهای درجه دوم

در صورت تمایل، می‌توانید از ادغام ماتریسهای ترکیبی نیز، ماتریسهای عمیق‌تر و «درجه‌دو» بدست آورید. در واقع، در تئوری،

می‌توان همین فرآیند را بطور نامحدود ادامه داد و از دو ماتریس درجه دو، ماتریس «درجه سه» بدست آورد. لیکن ترکیبهای درجه دو و سه، در منطق و عمل چندان جالب نیستند. اولاً، ساختن آنها کار آسانی نیست، و افراد گاهی شکایت می‌کنند که دیگر واژه جدیدی به فکرشان نمی‌رسد. گذشته از آن، ترکیبهای درجه دو و سه جنبه تکراری به خود گرفته، عیناً الگوهای ترکیبهای درجه اول را نشان می‌دهند.





## فصل نهم

### افکار نهایی

آیا «رمزواژه» براستی مؤثر است؟

از آغاز تکنیک «رمزواژه» و در طول زمانی که این کتاب به رشته تحریر درمی آمد، نگارنده همواره از نتایجی که این تکنیک ساده ممکن است در آینده داشته باشد در شگفت بوده و مورد تشویق و دلگرمی قرار گرفته است. با استفاده یکنواخت و آگاهانه از این روش، امکان دارد بصیرتی شگرف و ارزشمند از خود و برای بهبود خود بدست آوریم.

هرچند برای ساختار «رمزواژه» منطقی اساسی و درونی موجود است، اما اینکه این روش در عمل واقعاً چگونه کار می کند هنوز بیشتر به صورت معما باقی مانده است. نگارنده مطمئناً با کسانی که تمام این تکنیک را چیزی بیهوده می دانند و رها می کنند نوعی همدردی دارد. اگر این تکنیک صرفاً در شرایط عقلانی محض مورد توجه قرار گیرد، بی شک غیر معقول به نظر خواهد رسید که بتوان با آزمونی که با نوشتن اولین شانزده واژه ای که به ذهن آدم می رسد، آغاز می شود، تجزیه و تحلیل روانشناختی نافذی بدست آورد.

به هر حال، شاید تکنیک آنقدرها هم که به نظر می‌رسد، غیرموجه نباشد. استفاده از نوعی تداعی کلمات، تکنیکی است که سالهاست در حلقه‌های روانکاو مورد ارجح می‌باشد. گذشته از این، حتی تحت شرایط صرفاً عقلانی فرض مسلم این است که در بیشتر مردم عادی خصایل شخصی باید به نوعی تحت نفوذ افکار و عقاید خلق‌الساعه باشند. در اصل تنها کاری که تکنیک «رمزواژه» انجام می‌دهد، این است که راههایی را پیشنهاد می‌کند که در آن این نفوذ خلق‌الساعه بتواند بطور مؤثر عمل کند، بدین ترتیب کلمات و تداعی‌هایی که شخص «آزادانه» و با اختیار بکار می‌برد بی‌شک بطور ظریفانه‌ای شکل گرفته از تیپ روانشناختی او هستند - و همچنین شکل گرفته از اهمیت کهن‌الگو در موقعیت کنونی او. بطور حتم هیچ‌یک از این فرضیه‌ها بطور مشخص جنبه بی‌حرمتی ندارند.

مهم‌ترین نکته، ثابت بودن عمومی ماتریس «رمزواژه» نسبت به زمان است. ماتریس‌هایی که به فواصل زمانی یک ماه یا یک سال پر شده‌اند، معمولاً چه از لحاظ ارائه تیپ روانشناختی و چه از لحاظ موضوع مسلط بر روحیه فرد تا حد زیادی مشابه بوده‌اند. همچنین یافتن واژه‌هایی که در موقعیتهای عادی مختلف در خانه‌های «کلیدی» خاصی نوشته شده‌اند کاملاً عمومیت دارد و چه‌بسا از لحاظ معنا سازگار و یا حتی مترادف بوده‌اند. دوم آنکه ماتریسها معمولاً قابل تشخیص هستند و مثل پر کردن جدولهای طالع‌بینی در مجلات و روزنامه‌ها نیستند. برعکس، ماتریسهای «رمزواژه» مشخص و بسیار خصوصی می‌باشند. برای مثال اگر ماتریسهای «رمزواژه» ای به شما ارائه شوند که بطور محرمانه توسط دوستان یا اعضاء خانواده تکمیل شده‌اند، برایتان قابل تشخیص است که کدام را چه کسی پر کرده است.

## کاربردها

## تحلیل خود.

اصلی‌ترین هدف «رمزواژه» این است که هر فرد را قادر سازد نیروهای روانشناختی و تمایلات خود را که از زمانهای خاص در درونش در فعالیت بوده‌اند شناسایی کند و بفهمد. چنین فهمیدن‌ها نیز البته تنها یک پایان نیست ولی در نهایت، و براستی وسیله‌ای برای رسیدن به هدفهای بسیار مهم‌تر از درک خود هستند. بدین ترتیب با درک نکاتی از خود و نکاتی دربارهٔ تپش زندگی الآن-و-اینجای خویش ممکن است در آینده قدرت بهتری پیدا کنیم که تصمیمهای زندگی خود را با درک بهتر و آینده‌نگری مؤثرتر اتخاذ کنیم.

در سراسر این کتاب تأکید شده است که تکنیک «رمزواژه» اساساً سیستم «درک خود» یا «کشف خود» است. به عبارت دیگر نوعی «خود-روانکاوی» است که در طی آن فرد تعبیرها و تفسیرهای واژه‌های مهم زندگی خود را کندوکاو می‌کند. در عین حال این بدان معنا نیست که نباید ماتریس «رمزواژه» خود را با دیگران مورد بحث قرار دهید. وقتی کاملاً مطمئن شدید که دوست یا فردی از خانواده که با او بحث می‌کنید از مطالب نوشته‌شده شما سوءاستفاده نمی‌کند، یا آن را مورد بی‌احترامی و استهزاء قرار نمی‌دهد، تبادل نظر دربارهٔ ماتریس می‌تواند هم جالب باشد و هم سودمند. همچنین امکان دارد با این تبادل نظرات، بند تازه‌ای از درون شما گشوده شود که تاکنون به خاطر تان خطور نکرده بود.

## تشخیص و تست کردن

پاسخ این سؤال که آیا می‌توان ماتریس «رمزواژه» شخص دیگری را تجزیه و تحلیل کرد، می‌تواند «بله» ای محتاطانه باشد. در همین کتاب، ماتریسهای متعددی که توسط اشخاص مختلف پر شده بودند مورد تحلیل و تفسیر قرار گرفت. اگرچه این تحلیلها صرفاً به منظور تمرین عمومی طرز کار سیستم انجام گرفته و مقصود در واقع تشخیص دقیق وضع روانی افراد نبوده است، ولی قابل توجه است که هر کدام تصویری از وضع روحی فردی خود ارائه می‌دادند که مربوط، ملموس و قابل قبول بود. همچنین این واقعیت که می‌توان مردم را با مطالعه ماتریسهای «رمزواژه» آنها تا حدی شناسایی کرد اشاره به این توانایی دارد که می‌توان چیزهایی را در آنها خواند که واقعتهایی قابل بحث و اطمینانند.

آسان‌ترین نکاتی که می‌توانیم از ماتریس فرد دیگری شناسایی کنیم، «تیپ روانشناختی» و «موضوع مسلط» بر روان او است. اگر ما خود را تنها به این نکات محدود کرده باشیم، آنگاه در صورت دلخواه، تکنیک «رمزواژه» می‌تواند تا حدی به عنوان «تست» معمولی برای شخصیت باشد. هر تفسیر دیگر، بویژه آنچه مربوط به اهمیت واژه‌های «کلیدی» یا ارتباطهای درونی ماتریس می‌شود باید کاملاً نظری تلقی گردند، مگر آنکه بوسیله تست‌شونده تأیید گردد.

اگرچه تکنیک «رمزواژه» می‌تواند برای تشخیص نسبی حالت روانی شخص بکار گرفته شود اما هدف نگارش این کتاب هرگز آن نبوده و نیست که آن را به عنوان «تست» یا «آزمون» معمولی معرفی کند و با آن بر روی دیگران برچسب زند، یا به منظور انتخاب افراد برای شغل یا وظیفه و مأموریت از آن استفاده کند. باعث تعجب

نگارنده خواهد بود که موضوع به چنین نتیجه و کاربردی منتهی گردد. بهترین راه جلوگیری از این کار آن است که آن را به مردم عادی شناساند و مورد استفادهٔ عموم قرار داد، تا متخصصین با جیبهای گنده از آن سوءاستفاده نکنند. این یکی از دلایلی است که این کتاب به صورت متن دانشگاهی نوشته نشده است.

وقتی مردم با مقصود و طبیعت این تکنیک آشنایی پیدا کردند و از آن استفاده نمودند، رفته رفته با احتیاط بیشتری اجازه خواهند داد کسان دیگر آنها را تست کنند، مگر آنکه دلیل خوبی علیه آن داشته باشند. «رمزواژه» طرز کاری شخصی و درونی و روانشناختی است. بنابراین لازم است با ملاحظه کاری و دقت انتخاب هرچه بهتر، خود را بروز دهیم و باز کنیم. به همین دلایل باز باعث ناراحتی خیال نگارنده است که بشنود اشخاصی خود را به عنوان متخصص و «راهنمای» خواندن و مفسر ماتریسهای «رمزواژه» اعلام می کنند، چه به صورت کار و کسب یا صرفاً به گونه ای خیرخواهانه.

#### مشاوره و درمان

البته باید ادعا نمود که کاربرد معتبر و مؤثر و اساساً مهم تکنیک «رمزواژه» در طرز کار مشاوره با پزشک یا روان درمانی رسمی است. با مشاورهٔ بالینی و نشان دادن ماتریس «رمزواژه» خود به روانپزشکی که با این تکنیک آشنایی و به آن معتقد است، البته این امکان وجود دارد که به نکات پیشرفته ای در مورد خودشناسی و فهمیدن شخصیت خود دست یافت. امید است روانپزشکان و درمانگران امروز این کتاب را خوانده و مایل باشند خودشان نیز تکنیک «رمزواژه» را با بیماران خود بکار گیرند. اگرچه روش کار براساس ساختار افکار کارل یونگ است، اما موضوعاتی را برای نخستین بار منعکس می سازد که مربوط

به تمام مکاتب و سیستمهای درمانی است، بنابراین می‌تواند در طیف وسیعی از روشهای درمانی مورد استفاده قرار گیرد.

### تحلیل ارتباطها با دیگران

بالاخره مورد استفاده دیگر «رمزواژه» تجزیه و تحلیل روابط خصوصی با دیگران است. شناختن خود یا «کشف خود» بطور کامل، نخستین گام به سوی معنی بخشیدن به روابطمان با دیگران است. این امید هست که بکارگیری «رمزواژه» تفاهم عمیق‌تر و بیشتری را بین دوستان، همکاران، یا افراد خانواده فراهم سازد. علاوه بر بحث کردن با یکدیگر دربارهٔ ماتریسها به منظور یافتن راههای کلی برای ایجاد آگاهیهای مشترک، مطالب دیگری نیز هست که باید مورد توجه قرار گیرد. یکی از اینها ایجاد رابطهٔ افراد «تیپهای روانشناختی» مشترک با یکدیگر است.

یونگ معتقد است که بسیاری از درگیریهای «بین‌شخصیتی» موقعی اتفاق می‌افتد که گاهاً فردی از تیپ روانشناختی خاصی، جنبهٔ طرز فکر منفی یا پست‌تری را (ناآگاهانه) بروز دهد. به عنوان مثال، همانطور که دیدیم شخصیت برون‌گرا ممکن است درون‌گراها را مورد انتقاد و حتی تنفر قرار دهد که یعنی ترشرو، عبوس، و غیراجتماعی‌اند. در حالی که شخصیتی درون‌گرا ممکن است نق بزند که برون‌گراها غیرمسئولانه و متلون عمل می‌کنند. همینطور فردی با درک شهودی (Intuitive) (و دارای قوهٔ درک شهودی قوی) ممکن است او را خام و خشن و ماتریالیست و شهوتی بداند. حال آنکه شخصیت تیپ متفکر اغلب با آدم احساساتی مسئله دارد و او را رقیق و زیاده از حد عاطفی و پوچ تلقی می‌کند. انسان می‌تواند با کشف فردی از تیپ روانشناختی خود به بروز بسیاری از این جنبه‌های منفی آگاهی پیدا

کند و آنها را تحت کنترل در آورد (رجوع به فصل ۵).

در مورد ارتباطهای مربوط به امور جنسی عامل دیگری نیز که باید مورد توجه قرار گیرد نقش مادینه‌روانی در مردان (anima) و نرینه‌روانی در زنان (animus) است (رجوع به فصل ۴). بنابراین مرد ممکن است نماد درونی خود از زن را به زنها نسبت دهد، یا تلقین کند. اینگونه تلقینها یا نسبت‌دادنها ممکن است دو مسئله را ایجاد کند: اول آنکه بعید است موفق شویم مشخصات و سجایای مهم و اصلی درون خود را شناسایی و ابراز کنیم. برای مثال، مرد ممکن است احساس کند محال است قادر باشد با حساسیت و ظرافت رفتار کند، یا دردهای احساسی و هیجانی خود را با گریه ابراز نماید، حال آنکه برای زن امکان دارد قاطعانه عمل کردن و منطقی فکر کردن غیرممکن باشد. دوم اینکه ممکن است ما در شخص طرف برخورد، چیزی را مشاهده کنیم که بروزدهندهٔ نماد شخصی و ایدئال خود ما از اوست، نه آنچه او واقعاً هست. این نیز معمولاً وسیله‌ای برای راضی ساختن و بر آوردن نیازهای ناآگاهانه و مکمل جنبهٔ روانی خودمان است. نتیجهٔ آنکه، ما نسبت به جنس مخالف نه به عنوان افرادی با شخصیت پیچیده، یعنی چنانکه هستند، بلکه تا حدودی به صورت نمونه‌های قالبی جنسی یا کاریکاتوری دوبعدی از جنس خودشان واکنش نشان می‌دهیم.

در ماتریس «رمزواژه» این تمایلات متضاد جنسی در کلید واژهٔ روح نشان داده شده است. با مطالعهٔ دقیق مفهوم این کلید، این امکان هست که بتوانیم بروزهای مادینه‌روانی (در مردان) و نرینه‌روانی (در زنان) را شناسایی کرده به این آگاهی برسیم که این نیروها چگونه می‌توانند در ارتباطهای ما با جنس مخالف احتمالاً تأثیر معکوس داشته باشند. در نتیجه قادر می‌شویم در این جنبهٔ وجود خود سازنده باشیم. اگر هریک از طرفین یک روح فرم ماتریس را پر کنند، ممکن است



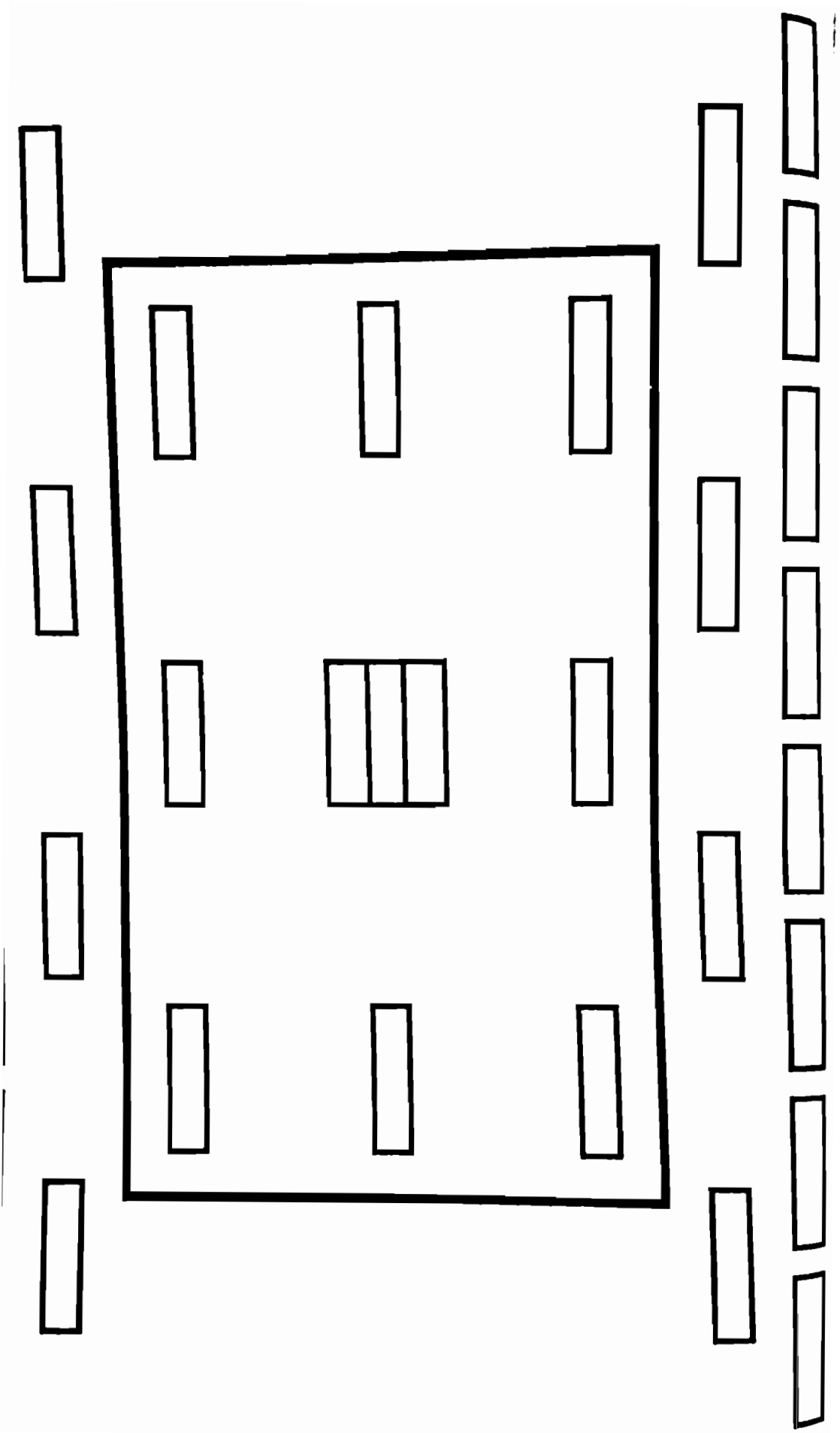
هنگام مقایسه و تفسیر ماتریسها، واژه‌های نوشته‌شده در خانه روح را بویژه جالب، بامعنا، و قابل بحث ببابند. اما بهتر است هشدار دهیم که این بحث و تفسیر، اگرچه می‌تواند اغلب مفید و سازنده باشد، از سوی دیگر این خطر را نیز دارد که احتمالاً برای بقاء ارتباط بسیار تهدیدکننده و حتی ویرانگر باشد.

روابط تبادلی بین اشخاص چنان پیچیده و چندوجهی هستند که نمی‌توان درباره انطباق آنها نسبت به افراد دیگر احکام صریح و قاطعی ارائه داد. بطور کلی، اگرچه ممکن است این توقع وجود داشته باشد که تپهای متضاد و مخالف روابط خود را دشوار ببابند، ولی باید به یاد داشت که رشد شخصیتی ممکن است در جهت مخالف و متضاد پیش برود. در واقع بعضی از اشخاص ممکن است بیش از اندازه سازگار و انطباق‌پذیر باشند و در نتیجه رابطه آنها سرد و عاری از انگیزه و ملال‌آور شود.

### پیام «رمزواژه»

مهم‌ترین پیامی که تکنیک «رمزواژه» حامل آن است، نیاز به درک پیچیدگی «خود»، و پی بردن به عواملی است که در ارتباطهای ما با دیگران اثر می‌گذارد. این درک البته هرگز کامل نیست. صرف‌نظر از آنکه این تفاهم تا چه حد دقیق و پیگیرانه انجام شود، مشکلات شخصی و برخوردهای شخصیتی همیشه باقی می‌مانند. تنها چیزی که درک «خود» واقعاً به ما القاء می‌کند این است که (با استفاده از آن) شاید قادر شویم مسائل خود را بهتر بشناسیم، از آنها چیز یاد بگیریم، و مآلاً با آنها زندگی کنیم. نباید انتظار داشت زندگیمان کاملاً در اوج صلح و صفا و خالی از برخوردها و پیچیدگیها باشد. مسئله‌ای حل

می‌شود، و مسئله دیگری مطمئناً ظهور خواهد کرد. آیا در زندگی نقطه پایان کاملی وجود دارد؟ یا جای آسایش کامل و از هر حیث پرمعنایی هست؟ زندگی یعنی حرکت. تکنیک «رمزواژه» قدمی به سوی آن افق دور و غیرقابل دسترس است.



# کتابشناسی

- Anastasi, A. (1982) *Psychological Testing*, 5th edn, New York: Macmillan.
- Annett, M. (1985) *Left, Right, Hand and Brain*. London: Lawrence Erlbaum.
- Barsley, M. (1966) *The Left-Handed Book*. London: Souvenir Press.
- (1970) *Left-Handed Man in a Right-Handed World*. London: Pitman.
- Bradshaw, J.L. and Nettleton, N.C. (1981) 'The nature of hemispheric specialization in man'. *The Behavioral and Brain Sciences* 4: 51-91.
- Campbell, J. (1975) *The Hero with a Thousand Faces*, London: Sphere Books.
- (1976a) *The Masks of God: Primitive Mythology*, Harmondsworth, Middlesex: Penguin Books.
- (1976b) *The Masks of God: Creative Mythology*. Harmondsworth, Middlesex: Penguin Books.
- Cirlot, J.E. (1971) *A Dictionary of Symbols*, 2nd edn. London: Routledge & Kegan Paul.
- Corballis, M.C. and Beale, I.L. (1983) *The Ambivalent Mind: The Neuropsychology of Left and Right*. Chicago: Nelson-Hall.
- Daniels, M. (1982) 'The development of the concept of self-actualization in the writings of Abraham Maslow'. *Current Psychological Reviews* 2, 1: 61-76.
- (1984) 'The relationship between moral development and self-actualization'. *Journal of Moral Education* 13, 1: 25-30.
- (1988) 'The myth of self-actualization'. *Journal of Humanistic Psychology* 28, 1: 7-38.
- Dawson, E.R. (1909) *The Causation of Sex*. London: H.K. Lewis.
- Freud, S. (1971) *The Complete Introductory Lectures on Psychoanalysis*, London: George Allen & Unwin.
- Gesell, A. and Ames, L.B. (1947) 'The development of handedness'. *Journal of Genetic Psychology* 70: 155-175.
- Gimbutas, M. (1989) *The Language of the Goddess*, London: Thames & Hudson.
- Gooch, S. (1975) *Total Man*, London: Sphere Books.
- Greene, L. (1986) *Relating: An Astrological Guide to Living with Others*. Wellingborough, Northamptonshire: Aquarian Press.
- Gurdjieff, G.I. (1974) *All and Everything, 1st Series: An Objectively Impartial Criticism of the Life of Man, or Beelzebub's Tales to His Grandson*, London: Routledge & Kegan Paul.
- Jacobi, J. (1968) *The Psychology of C.G. Jung*, 7th edn. London: Routledge & Kegan Paul.
- Jongbloet, P.H. (1983) 'Menses and moon phases, ovulation and seasons, vitality and month of birth'. *Developmental Medicine and Child Neurology* 25, 4: 527-531.
- Jung, C.G. (1954) *The Development of Personality*, London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 17).

- (ed.) (1964) *Man and His Symbols*. New York: Dell.
- (1966) *Two Essays on Analytical Psychology*. 2nd edn. London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 7).
- (1968a) *The Archetypes and the Collective Unconscious*. 2nd edn. London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 9, Part I).
- (1968b) *Aion: Researches in the Phenomenology of the Self*, 2nd edn, London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 9, Part II).
- (1968c) *Psychology and Alchemy*. 2nd edn. London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 12).
- (1968d) *Alchemical Studies*. London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 13).
- (1969) *The Structure and Dynamics of the Psyche*. 2nd edn. London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 8).
- (1971) *Psychological Types*. London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 6).
- (1976) *The Symbolic Life*. London: Routledge & Kegan Paul. (Collected Works of C.G. Jung, Vol. 18).
- Kline, P. (1981) *Fact and Fantasy in Freudian Theory*. 2nd edn. London: Methuen.
- Myers, I.B. and McCaulley, M.H. (1985) *Manual: A Guide to the Development and Use of the Myers-Briggs Type Indicator*. Palo Alto, Ca.: Consulting Psychologists Press.
- Ornstein, R.E. (ed.) (1973) *The Nature of Human Consciousness*. San Francisco: Freeman.
- (1977) *The Psychology of Consciousness*. 2nd edn. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Rachman, S.J. and Wilson, G.T. (1980) *The Effects of Psychological Therapy*, 2nd edn. Elmsford, NY: Pergamon Press.
- Ryckman, R.M. (1985) *Theories of Personality*. 3rd edn. Monterey, Ca.: Brooks/Cole.
- Samuels, A. (1985) *Jung and the Post-Jungians*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Schiff, B.B. and MacDonald, B. (1990) 'Facial asymmetries in the spontaneous response to positive and negative emotional arousal'. *Neuropsychologia* 28, 8: 777-785.
- Smith, M.L., Glass, G.V., and Miller, T.I. (1980) *The Benefits of Psychotherapy*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Stein, M. (ed.) (1984) *Jungian Analysis*. London: Shambhala.
- Stevens, A. (1982) *Archetype: A Natural History of the Self*. London: Routledge & Kegan Paul.
- (1990) *On Jung*. London: Routledge.
- Tucci, G. (1961) *The Theory and Practice of the Mandala*. London: Rider.
- Von Franz, M.-L. (1964) 'The process of individuation'. in C.G. Jung (ed.) *Man and His Symbols*. New York: Dell.
- Wolff, W. (1933) 'The experimental study of forms of expression'. *Character and Personality* 2: 168-176.
- Wood, E. (1962) *Yoga*, Harmondsworth, Middlesex: Penguin Books.

