

اسرار مردان

فقط خانم‌ها بخوانند

مردان و زنان، در برابر مسائل و مشکل‌های زندگی و ارتباط با دیگران، موضع‌گیری‌های متفاوتی از خود نشان می‌دهند. بدون درک تفاوت‌های میان زن و مرد، ممکن است ناخواسته، تن به مشاجره‌هایی بدهیم که نه تنها همسر، بلکه خودمان را نیز رنج بدهد.

راه اجتناب از مشاجره، داشتن ارتباط محترمانه است. اختلاف نظر در حد روش‌هایی که برای رساندن پیام‌های خود، از آن استفاده می‌کنیم، تولید رنجشی نمی‌کند.

مردان به اندازه‌ی زنان در برابر نقطه‌نظرهای غیردوستانه و لحن و طرز صحبت کردن همسر خود آسیب‌پذیر نیستند و به همین دلیل، احساس‌های جریحه‌دارشده‌ی زنان را درک نمی‌کنند و درصدد انتقام برمی‌آیند.

موضع‌گیری که مردان برای اجتناب از رنجش، به کار می‌برند، عبارت است از:

- (۱) جنگیدن: مردان به‌طور معمول، راه جنگیدن را برای مرعوب کردن زن و رسیدن به محبت دل‌خواه خود برمی‌گزینند؛ در حالی که مرعوب کردن از اعتماد در رابطه‌ی زناشویی می‌کاهد.
- (۲) گریز: مردان برای اجتناب از رویارویی، ممکن است به غارهای خود پناه ببرند و هرگز از آن بیرون نیابند. (جنگ سرد)

چرا مردان به غار ذهن خود پناه می‌برند؟

- مرد احتیاج دارد به مسأله‌ی خود بیندیشد و راه‌حل منطقی برای آن بیابد.
- وقتی برای سؤال یا مسأله‌ای، جواب حاضر ندارد، هرگز اعلام نمی‌کند بلکه در غار ذهن، به جست‌وجوی راه‌حلی برای آن می‌گردد.
- چون مرد، ناراحت شده و زیر فشار قرار گرفته، احتیاج به آرامشی دارد که دوباره بر شرایط، مسلط شود.
- مردان نیاز دارند خود را بشناسند؛ به‌خصوص وقتی که عاشق می‌شوند، می‌ترسند که وابستگی عاطفی به یک زن، از قدرت آنان بکاهد؛ در غار ذهنی می‌توانند این قدرت را بازیابند.
- هنگامی که مرد، خلاصه حرف می‌زند، انتظار دارد همسرش به او فرصت سکوت بدهد.
- وقتی مردی، زنی را دوست دارد، گاه لازم است برای نزدیک شدن به او، ابتدا خود را عقب بکشد؛ مرد پس از فاصله گرفتن از زن، تحت تأثیر نیازی که به دوست‌داشتن و صمیمیت دارد، دوباره به جلو پرتاب می‌شود

جایی که ترس دامن بگسترده، نشانی از عشق نیست. «وین دایر»

کلام

خاطره‌های سنگی

دو دوست با پای پیاده از جاده‌ای در بیابان عبور می‌کردند.

بین راه، سر موضوعی اختلاف پیدا کرده و به مشاجره پرداختند. یکی از آنان از سر خشم، بر چهره‌ی دیگری سیلی زد.

دوستی که سیلی خورده بود، سخت آزرده شد ولی بدون آن‌که چیزی بگوید، روی شن‌های بیابان نوشت: «امروز بهترین دوست من، بر چهره‌ام سیلی زد.»

آن دو کنار یکدیگر به راه خود ادامه دادند تا به یک آبادی رسیدند. تصمیم گرفتند قدری آن‌جا بمانند و کنار برکه‌ی آب استراحت کنند. ناگهان شخصی که سیلی خورده بود، لغزید و در برکه افتاد. نزدیک بود غرق شود که دوستش به کمکش شتافت و او را نجات داد. بعد از آن‌که از غرق شدن نجات پیدا کرد، بر روی صخره‌ای سنگی، این جمله را حک کرد: «امروز بهترین دوستم جان مرا نجات داد.»

دوستش با تعجب از او پرسید: «بعد از آن‌که من با سیلی، تو را آزرده، تو آن جمله را روی شن‌های صحرا نوشتی ولی حالا این جمله را روی صخره حک می‌کنی؟»

دیگری لبخندی زد و گفت: «وقتی کسی ما را آزار می‌دهد، باید روی شن‌های صحرا بنویسیم تا بادهای بخشش، آن را پاک کنند ولی وقتی کسی محبتی در حق ما می‌کند باید آن را روی سنگ حک کنیم تا هیچ بادی نتواند آن را از یادها ببرد.»



تا به صمیمیتی که از قبل، به آن نیاز داشته، برسد.

● اگر مرد، فرصت عقب‌کشیدن نداشته باشد، هرگز از میل شدید خود به نزدیک شدن، مطلع نمی‌شود و هرگز نمی‌تواند اشتیاق شدید خود به عشق و محبت را احساس کند.

● مردان پس از رفع نیاز به عشق و صمیمیت، احساس می‌کنند که به استقلال و خودمختاری سابق خود، احتیاج دارند؛ وقتی مردی عقب‌نشینی می‌کند، زن دچار هراس می‌شود.

● آن‌چه زن متوجه نیست، این است که مرد با عقب‌کشیدن، نیاز به استقلال خود را ارضا کرده و بعد ناگهان احساس می‌کند می‌خواهد دوباره صمیمی شود.

● مردان، پیوسته میان صمیمیت و خودمختاری، تاب می‌خورند.

● مردانی که از رفتن به غار ذهنی خود، سر باز می‌زنند و طبیعت واقعی خود را انکار می‌نمایند، ناراحت، رنجش‌پذیر، بیش از اندازه حساس، تدافعی، ضعیف، انفعالی یا آزردهنده می‌شوند و حتی خود نیز نمی‌دانند که چرا تا این حد، ناخوشایند شده‌اند.

● مردان باید بدانند که وقتی به برنده شدن خود و بازنده شدن زنان بیندیشند، هرگز برنده نخواهند بود؛ چون وقتی از عشق، لذت حاصل می‌شود که همه برنده باشند.

● وقتی به مرد فرصت داده شود تا توانمندی‌های بالقوه‌ی خود را ثابت کند، او به بهترین شکل، خود را عرضه می‌کند. تنها وقتی احساس می‌کند نمی‌تواند موفق شود، به خودخواهی قدیم برمی‌گردد.

چگونه از مرد درون غار، حمایت کنیم:

۱) نیاز او را به پس‌نشینی و اقامت در غار، مورد انتقاد قرار ندهید.

۲) با ارائه‌ی راه‌حل، درصد رفع مسائل او برنمایید.

۳) از او نخواهید که احساس‌هایش را با شما درمیان بگذارد.

۴) کنار در غار، به‌انتظار خروج او ننشینید.

۵) نگران او نشوید و به‌حالش تأسف نخورید.

۶) کاری کنید که شما را خوشحال کند.

مردان حتی بیرون از غار هم می‌خواهند مورد اعتماد باشند و به‌هر ترتیب، صلاحیت خود را ثابت کنند.

منبع: «مردان مریخی زنان ونوسی» «جان گری» ترجمه‌ی «مهدی قرچه‌دانی»

شهره جلالی