



# روان‌شناسی عشق رمانتیک

| عشق رمانتیک در عصر ضد رمانتیک |

# فهرست مطالب

۷.....	مقدمه.....
۱۳.....	فصل اول تکامل عشق رمانتیک.....
۱۳.....	مقدمه: عشق و سرکشی.....
۱۴.....	اهمیت تاریخ: مضامینی که تکرار می‌شوند.....
۱۵.....	طرز فکر قبیله‌ای: بی‌اهمیت بودن فرد.....
۱۸.....	دیدگاه یونانی: عشق روحانی.....
۲۰.....	دیدگاه رمی‌ها: دیدگاهی بدبینانه به عشق.....
۲۲.....	پیام مسیحیت: عشق بدون رابطه جنسی.....
۲۷.....	عشق شهسوارانه: نشانه ظهور عشق رمانتیک.....
۲۹.....	از دوران رنسانس تا دوران روشنگری: این دنیایی کردن عشق.....
۳۴.....	صنعت گرابی، نظام سرمایه‌داری و نگاه جدید به روابط زن/مرد.....
۳۷.....	تأثیر ادبیات دوره رمانتیک.....
۴۱.....	قرن نوزدهم: عشق رمانتیک «مهارشده».....
۴۵.....	آرمان آمریکایی: فردگرایی و عشق رمانتیک.....
۴۷.....	منتقدان عشق رمانتیک.....
۵۰.....	آنچه عشق رمانتیک نیست.....
۵۴.....	نهضت توان انسانی (استعداد آدمی).....
۵۸.....	اکنون به چه چیزی نیاز داریم؟ درک نویی از عشق رمانتیک.....
۶۱.....	فصل دوم ریشه‌های عشق رمانتیک.....
۶۱.....	پیش‌گفتار: ابتدا، خویشتنی باید باشد تا امکان عشق فراهم شود.....
۶۵.....	به سوی تعریف عشق.....
۶۸.....	عشق بین والد و فرزند: موردی خاص.....
۷۰.....	نیاز و میل به عاشق بودن.....
۷۳.....	در قلب عشق رمانتیک: اصل ماتنیک.....
۸۳.....	دیده شدن و خودکاوی.....
۸۵.....	دیده‌شدن یا توهم دیده‌شدن؟.....
۸۷.....	دیده شدن و درک شدن.....
۸۹.....	میل به تأییدشدن.....
۹۱.....	رابطه جنسی در زندگی انسان.....
۹۲.....	رابطه جنسی و پاسداشت خویشتن.....
۹۳.....	رابطه جنسی و خودآگاهی.....
۹۵.....	میان مرد و زن.....
۹۹.....	عشق رمانتیک و برآوردن نیاز.....

<b>۱۰۱</b> .....	<b>فصل سوم انتخاب در عشق رمانتیک</b>
۱۰۱.....	پیش‌گفتار: شوک شناخت
۱۰۲.....	حس زندگی
۱۰۹.....	تفاوت‌های مکمل
۱۱۴.....	عشق نابالغانه
۱۲۱.....	متغیر ناآشنا: ریتم و انرژی
۱۲۴.....	عشق به مثابه جهانی خصوصی
<b>۱۲۶</b> .....	<b>فصل چهارم چالش‌های عشق رمانتیک</b>
۱۲۶.....	پیش‌گفتار: چالش‌های پیش‌رو
۱۲۸.....	عزت نفس
۱۳۲.....	شایستگی دوست داشته شدن
۱۳۵.....	شایستگی خوش‌بخت بودن
۱۴۱.....	خودمختاری
۱۴۴.....	رمانتیسیم واقع‌گرایانه
۱۴۷.....	خودافشاگری دوسویه: معنای به اشتراک گذاشتن زندگی
۱۵۱.....	ابراز هیجان
۱۶۰.....	انتقال حس دیده شدن
۱۶۲.....	دیده‌شدن و هیجان
۱۶۷.....	میان‌آمد: آزمایشی درباره صمیمیت
۱۷۳.....	هنر پرورش دادن
۱۷۷.....	عشق و خودخواهی
۱۷۹.....	رابطه جنسی به مثابه ابراز عشق
۱۸۳.....	تحسین
۱۸۶.....	شهامت عاشق شدن
۱۹۳.....	ازدواج، طلاق و دغدغه بودن تا همیشه
۱۹۷.....	میان‌آمد: فرآیند در برابر ساختار
۲۰۱.....	انحصارگری جنسی
۲۰۸.....	حسادت
۲۱۳.....	فرزندان و عشق رمانتیک
۲۱۷.....	حفظ دیدگاه انتزاعی
۲۲۰.....	عطش ثبات و اجتناب‌ناپذیری تغییر
۲۲۶.....	پی‌گفتار: واپسین کلام در باب عشق
<b>۲۲۹</b> .....	<b>واژه‌نامه انگلیسی به فارسی</b>
<b>۲۳۱</b> .....	<b>کتاب‌شناسی</b>

## مقدمه

کشش پرشور و حرارت بین مرد و زن که آن را عشق رمانتیک نام نهاده‌اند می‌تواند مولد ژرف‌ترین نوع شوریدگی و تب‌وتاب شود. نیز اگر با ناکامی قرین شود، رنجی وصف‌ناپذیر به بار می‌آورد. بدیهی است با وجود این شدت و تلاطم، ماهیت این نوع دلبستگی چندان به فهم در نیامده باشد. برخی که صفت «رمانتیک» را با صفت «غیرعقلانی» مرتبط می‌پندارند، عشق رمانتیک را نوعی روان‌رنجوری موقت، طوفانی از جنس هیجان و امری ناگزیر کوتاه‌مدت قلمداد می‌کنند که حاصلی جز نومیدی و دل‌سردی به بار نمی‌آورد. اما دیگران عشق رمانتیک را نوعی امر ایده‌آل تلقی می‌کنند که، اگر هیچ‌گاه به ثمر نرسد، این حس به آدمی دست می‌دهد که گویی رمز و راز زندگی را از کف داده است.

بسیاری افراد، با نگاهی به تراژدی و طومار در هم پیچیده‌ای از تجربه روابط رمانتیک، به این نتیجه رسیده‌اند که ایده عشق رمانتیک از اساس اشتباه است و نوعی امید واهی بیش نیست. از این رو، افراد زیادی که هر روز بر عده‌شان افزوده می‌شود، انواع روابط مختلفی را تجربه می‌کنند که نه واجد صمیمیت هستند و نه در آنها بویی از تعهد عمیق به دیگری به مشام می‌رسد. برخی اصلاً رشته امیدشان را از هرگونه دلبستگی خالصانه بریده‌اند و آن را نه تنها ناراستین که زیان‌بار می‌بینند. از اینها گذشته، امروزه عشق مورد تاخت و تاز روان‌شناسان، جامعه‌شناسان و مردم‌شناسان است که گاهی آن را پست و فرومایه می‌شمارند و به قدر نوعی آرمان ناپخته و وهم آلود پایین می‌آورند. نزد این دسته افراد، این ایده که دلبستگی عمیق هیجانی شاید بتواند مبنایی برای نوعی رابطه درازمدت و کام‌برآورنده پیش نهاد، به‌واقع ثمره عجیب فرهنگ مدرن غرب است.

از دیرباز شاهد این بوده‌ایم که بسیاری از افراد رابطه‌ای صادقانه را با عشق و حسن نیت و امید بسیار به آینده آغاز کرده‌اند و سپس به مرور زمان، با غم و رنج و سردرگمی

بسیار به تماشای زوال تدریجی رابطه و در نهایت از هم پاشیدن آن نشستند. آنها به گذشته فکر می‌کنند، آن هنگام که از اعماق وجود عاشق بودند، زمانی که عشق‌شان تمام و کمال و کام‌بخش بود اما اکنون تاریکی و سردرگمی ناشی از ندانستن اینکه چرا و چگونه آن رابطه از میان رفت، لحظه‌ای آنها را آسوده نمی‌گذارد. این احساس به سراغ آنها می‌آید که حالا که این عشق به ثمر نشست، آیا عشقی هست که بتواند پایدار بماند؟ از خودشان می‌پرسند آیا عشق رمانتیک اصلاً به من می‌آید؟ یا اصلاً برای دیگران هم می‌تواند رخ دهد؟ با خودشان می‌گویند شاید زمان آن فرا رسیده باشد که این رؤیا را همراه با دیگر اسباب‌بازی‌های کودکی کنار بگذارم. و در پاره‌ای مواقع زمانی فرا می‌رسد که حتی این سؤالات هم فراموش می‌شوند، دیگر اثری از تشویش و آشفتگی خاطر پس از بر هم خوردن رابطه وجود ندارد و آنچه برجای مانده است نوعی کِرختی و بی‌حسی است. گاهی خاطر خود را با توسل به این باور تسلی می‌دهند که این بی‌حسی چیزی است که در نهایت به پخته شدن و بزرگ شدن ایشان منتهی می‌شود. همین‌طور، در فرهنگ ما، آدم‌های بسیاری هستند که عشاق دل‌شکسته را بابت چنین باوری تحسین می‌کنند.

با این همه، عبرتی در کار نیست و آدم‌ها دوباره عاشق می‌شوند. این رؤیا می‌میرد، تا دوباره متولد شود، به مانند نوعی نیروی حیات که قرار نیست متوقف شود. این رؤیا تمام نمی‌شود. شور و اشتیاقی که درکش نمی‌کنند آنها را به سوی نوعی کامیابی سوق می‌دهد که شاید اصلاً به آن دست نیابند و در عین حال به دام خیالی ناممکن گیر افتاده‌اند که نمی‌خواهد از ذهن ایشان بیرون برود.

این خیال از بین نمی‌رود زیرا به نیازهای ژرف انسان پاسخ می‌دهد. اما ماهیت این نیازها چیست؟ ماهیت آن امر ممکن چیست که همواره تخیل ما را بر می‌انگیزد و شعله اشتیاق را در وجود ما بر می‌افروزاند؟ و چه چیزی نمی‌گذارد این آرزوی مشتاقانه ما محقق شود؟ اینها سؤالاتی هستند که باید در مسیر زندگی مان به آنها پاسخ دهیم.

پیش از هر چیز، می‌خواهم بگویم که ایمان دارم عشق رمانتیک نوعی خیال‌پردازی یا انحراف از وضع طبیعی نیست بلکه یکی از فرصت‌های فوق‌العاده زندگی ما است، یکی از ماجراجویی‌های شگفت‌انگیز و یکی از چالش‌های بزرگ. من ایمان دارم که

شوریدگی یکی از مؤلفه‌های معمولِ ساحت هیجانیِ زندگی ما است یا دستِ کم می‌تواند اینگونه باشد.

عشق رمانتیک را امتیاز و حق ویژه‌ی جوانی نمی‌دانم. نیز آن را نوعی آرمان ناپخته قلمداد نمی‌کنم که از ادبیات سرچشمه گرفته است و در برابر «واقعیت» سپر می‌اندازد و رنگ می‌بازد. عشق رمانتیک به چشم من پدیده‌ای است که بنا به بلوغ و تکامل فردی ما، باید بیشتر از خودمان برایش مایه بگذاریم و آن را بشناسیم و به تعاریف کلی بسنده نکنیم. به واقع، این موضوع یکی از مضامین محوری این کتاب است.

انواع مختلف عشق وجود دارد که می‌تواند فردی را با فرد دیگر پیوند دهد. می‌خواهم با تعریف کلی مقوله‌ی عشق آغاز کنم که قرار است در این کتاب به بررسی آن بپردازیم. عشق رمانتیک نوعی دل‌بستگی جنسی-هیجانی-روحانی پر شور و اشتیاق بین زن و مرد است که نشان پاسداشت ارزش یکدیگر است.

اگر زوج دل‌بستگی‌شان را پر شور و اشتیاق یا پرحرارت (یا دستِ کم، تا حد زیادی اینگونه) تجربه نکنند، این رابطه را عشق رمانتیک نام نمی‌نهم. اگر نوعی تجربه‌ی پیوند روحی در کار نباشد، اشتراک ارزش‌ها و دیدگاه‌ها شکل نگیرد یا نوعی حس شریک روحی در هر دو جان نگیرد؛ اگر هیچ‌گونه ارتباط هیجانی عمیقی به وجود نیاید؛ اگر جاذبه‌ی جنسی قوی در میان نباشد، من آن رابطه را عشق رمانتیک تلقی نمی‌کنم. و اگر هر دو یکدیگر را ستایش نکنند (اگر، به مثل، تحقیر و بی‌حرمتی بین دو طرف به چشم بخورد و در عین حال جاذبه‌ی قوی جنسی در میان باشد) باز هم آن رابطه را عشق رمانتیک تلقی نمی‌کنم.

کم‌وبیش هر اظهار نظری درباره‌ی عشق، رابطه‌ی جنسی یا رابطه‌ی مرد/زن مستلزم نوعی اعتراف شخصی است. ما از دریچه‌ی زندگی خود صحبت می‌کنیم. وقتی روانشناس به موضوع عشق می‌پردازد، نمی‌تواند از صحبت درباره‌ی خودش اجتناب کند. منظور این نیست که مسائل مربوط به عشق رمانتیک ناگزیر شخصی هستند و هیچ مشاهده‌ی کلی معتبری نمی‌تواند صورت گیرد. به نظر من عکس آن درست است. اندیشه‌های ما صرفاً محصول پیشینه‌ی روابط رمانتیک ما در زندگی نیست؛ اما ریشه‌ی این اندیشه‌ها کم‌وبیش در

سطح عمیقی از آن پیشینه شکل گرفته است و دانسته یا نادانسته، بسیاری از احساسات، ارزش‌ها و تصمیم‌هایی که شاید «واضح و آشکار» تلقی می‌کنیم از آن ریشه‌ها می‌رویند.

اگر خودم عشق پر شور و اشتیاق را تجربه نکرده بودم، با تظاهر به اینکه مطالب این کتاب حقیقت دارد فقط خودم را گول می‌زدم. پاتریشیا واینارد برندن، همسرم، در ۳۱ می ۱۹۷۷ طی حادثه‌ای تلخ در آب غرق شد. صبح آن روز، ما مدت زیادی درباره‌ی هیجانی که حضور یکدیگر در ما برانگیخته بود صحبت می‌کردیم، هیجانی که شبیه به هیچ هیجان دیگری در زندگی نبود و کم‌وبیش به شکلی شگفت‌انگیز و باورنکردنی ما را سرشار از احساس تازگی و طراوت می‌کرد. وقتی پاتریشا وارد اتاق می‌شد، دنیای من درخشان‌تر می‌شد؛ ۱۵ سال زندگی ما همین‌طور بود. همکارانم می‌گفتند که عشق، همچون آتش مدتی پس از شعله‌ور شدنش، «محکوم» به مرگ است اما تجربه‌ی زیستن با پاتریشیا جایی برای این افکار در ذهنم باقی نگذاشت.

افزون بر تجربه‌ی شخصی‌ام در زندگی، در این کتاب از دو منبع اصلی بهره برده‌ام. اول، در این کتاب سعی بر آن است که بر مبنای واقعیت‌ها و اطلاعاتی که کم‌وبیش در دسترس همه است و برآمده از تاریخ و فرهنگ هستند، درباره‌ی رابطه‌ی زن/مرد مطالبی بیان کنم و از این رهگذر ماهیت این رابطه را درک کنیم. دوم، دیدگاه‌ها و نظرها بر مبنای تجربه‌های من در مقام روان‌درمانگر و مشاور ازدواج مطرح شده‌اند. فرصت کار با هزاران نفر در طول بیست و پنج سال و مشاهده‌ی جنس و ماهیت جار و جنجال آنها برای رسیدن به کامیابی جنسی و رمانتیک و مشاهده‌ی اینکه چطور اغلب آرمان خود را به نابودی کشاندند من را درباره‌ی مطالبات آگاهانه و ناآگاهانه‌ی مرد و زن از یکدیگر به واقعیت‌های بسیاری رسانید و نیز واقعیت‌هایی درباره‌ی دلیل شکست، رنج و ناکامی‌های بسیار در روابط آنها. در گذشته، کارگاه‌های سه روز و نیمه در سراسر کشور درباره‌ی «عزت نفس و هنر بودن» و «عزت نفس و روابط رمانتیک» برگزار کردم و در این دوره‌های فشرده فرصت‌های بسیاری برای اکتشاف بیشتر و آزمودن ایده‌ها داشتم و نتایج این بررسی‌ها را در این کتاب گنجانده‌ام.

خالی از لطف نیست که به یاد داشته باشیم در گذشته مفهوم عشق رمانتیک به

منزله نوعی ملاک برای ازدواج، ناشناخته بود. هنوز هم در بخشی از فرهنگ‌های جهان ناشناخته است. فقط در طول چند دهه گذشته برخی از گروه‌های تحصیل کرده در فرهنگ‌های غیر-غربی علیه ازدواج سنتی دهان به اعتراض گشوده‌اند که خانواده‌ها آن را تحمیل می‌کنند و مفهوم غربی عشق رمانتیک را آرمان ارجح قلمداد کردند. در حالی که در اروپای غربی آرمان عشق رمانتیک پیشینه‌ای بس طولانی داشته است، تلقی مفهوم عشق رمانتیک به مثابه یکی از لوازم ضروری رابطه طولانی و باثبات در فرهنگ آمریکا بیش از هر فرهنگ دیگری رواج داشته است.

در جریان این کتاب، مفهومی از عشق رمانتیک پدیدار می‌شود که بسیار فراتر از مفهوم عشق در آمریکا است.

جوانانی که در آمریکای شمالی بزرگ می‌شوند امروزه فرضیات مشخصی را درباره آینده‌شان با جنس مخالف بدیهی می‌پندارند، فرضیاتی که به هیچ وجه در فرهنگ‌های دیگر به چشم نمی‌خورند. این فرضیات عبارت از این هستند که دو نفر که قرار است زندگی مشترکی با یکدیگر آغاز کنند، آزادانه و داوطلبانه یکدیگر را انتخاب کنند و هیچ‌کس، چه خانواده و چه دوستان، چه کلیسا و چه دولت، نمی‌تواند و نباید به جای آنها تصمیم بگیرد؛ انتخاب آنها بر مبنای عشق است نه بر مبنای ملاحظات اجتماعی، خانوادگی و مالی؛ اینکه بسیار مهم است چه انسانی را انتخاب می‌کنند و در این پیوند، رابطه بین دو انسان بسیار مهم است؛ این فرض که می‌توانند با رابطه با فرد منتخب خود امید و انتظار دست‌یابی به شادکامی را داشته باشند و اینکه طلب کردن این شادکامی کاملاً طبیعی است و برآستی حق مسلم انسان است؛ و در نهایت فردی که برمی‌گزینند تا زندگی مشترک با او داشته باشند، همان فردی باشد که امید و انتظار دارند با او کامیابی جنسی را تجربه کنند. در سراسر بخش عمده تاریخ حیات بشر، تمام این دیدگاه‌ها نه تنها مرسوم نبوده‌اند که حتی شگفت‌انگیز تلقی می‌شده‌اند.

نیز، در فصل اول، من ویژگی‌های این فرآیند را بیان کرده‌ام زیرا از دل آن فرایند چنین دیدگاهی ناظر به عشق و رابطه بین مرد/زن پدیدار و در جهان غرب رایج شده است. هدف از این مرور تاریخی آن است که جایگاه کنونی خود را دریابیم، تلاش‌های



نظری خود را مشاهده کنیم و از نگرش‌ها و ارزش‌های گذشته که هنوز درون ما کارکرد دارند و به تلاش ما برای رسیدن به شادکامی در روابط آسیب می‌زنند، بیشتر آگاه شویم.

برای رسیدن به این اهداف، این مرور تاریخی مضامینی را در بر می‌گیرد که فلسفی، سیاسی، اخلاقی و ادبی هستند زیرا همهٔ اینها بر طرز فکر آدمی دربارهٔ ماهیت عشق رمانتیک و مسائل و مشکلات کنونی آن اثر می‌گذارند.

در فصل دوم، از مسیر تاریخی اجتماعی خارج می‌شویم و وارد مسیر روانشناختی می‌شویم، زیرا در پی آن هستیم که به تدریج به درکی از ریشه‌ها و معنای عشق رمانتیک، نه در بافت گذشته که در بافت زمان حال برسیم، حال بی‌انتها، در بافت طبیعت انسانی مان. باید نیازهای اساسی روانشناختی را بررسی کنیم که ولع عشق رمانتیک را بر می‌انگیزند و هدفشان رسیدن به کامیابی است. برای این کار می‌توانیم با درک خاستگاه‌های شور و شعف یا رنج در رابطه‌های عاشقانه آغاز کنیم.

در فصل سوم، فرایند انتخاب را از نظر می‌گذرانیم و به بررسی عوامل بنیادین اثرگذار بر انتخاب‌مان می‌پردازیم و به این سوال پاسخ می‌دهیم که احتمالاً عاشق چه کسی می‌شویم. تا این هنگام، «چیستی عشق و دلیل وجود آن» را بررسی کرده‌ایم.

در فصل چهارم، باید به این سؤال پاسخ دهیم که «چرا گاهی عشق می‌بالد و چرا گاهی از نفس می‌افتد». باید از خودمان بپرسیم که عشق رمانتیک از ما، از منظر روانشناختی می‌گویم، چه می‌خواهد تا رشد یابد و به بالندگی برسد. در مرحلهٔ بعد سراغ چالش‌های عشق رمانتیک می‌رویم. باید عوامل اصلی کامیابی یا شکست در این حوزه را توصیف کنیم و به درک خود از پیروزی‌ها و ناامیدی‌هایمان عمق بخشیم.

این کتاب نه راهنمای عشق است، نه راهنمای رابطهٔ جنسی. نصیحت کردن نیز هدف این کتاب نیست، هرچند ناگزیر در میان پاره‌ای نکات کلیدی، پیدا یا پنهان، شاید صحبتی از راه و رسم و چگونگی پیشبرد امور به میان آمده باشد. هدف کتاب این است که عشق رمانتیک را فهم‌پذیر کند تا درک ما را از آن ژرف سازد و عشق رمانتیک را به منزلهٔ امری که برای زنان و مردان در هر سنی حصولش واقع‌بینانه و ارزشمند است، ارج نهد و بزرگ دارد.

## فصل اول

# تکامل عشق رمانتیک

### مقدمه: عشق و سرکشی

داستان روابط عاشقانه پر شور و اشتیاق بین زنان و مردان در میان آثار ادبی پیشین وجود دارد و بخش گرانبهایی از میراث فرهنگی ما به شمار می‌رود. رابطه عاشقانه لانسوت و گوئیویری، الویز و آبلارد، رومئو و ژولیت برای ما نماد شور و اشتیاق جنسی و وفاداری روحانی هستند. اما چنین داستان‌هایی تراژدی هستند، تراژدی‌های بسیار افشاگرانه.

عشاق تحسین برانگیز هستند، نه به این دلیل که نماد جامعه خود به شمار می‌روند که برعکس، علیه آن می‌شورند. عشاق بدان جهت در حافظه‌ها ماندگار هستند که هم‌رنگ دیگران نیستند. عشق آنها الگوهای اجتماعی و اخلاقی فرهنگ آنها را به چالش می‌کشد و داستان‌های آنها غم‌انگیز هستند زیرا همین الگوها آنها را به زانو در می‌آورند.

آنچه در ماهیت غم‌انگیز این داستان‌های عاشقانه نهفته است یا آنچه در این نهفته است که تعهد عشاق به یکدیگر نشان‌دهنده «نه» سرکشانه به فرهنگ یا جامعه‌شان است، همین حقیقت است که جامعه چنین عشقی را شیوه «عادی» زندگی یا آرمان پذیرفتنی در فرهنگ تلقی نمی‌کرد.

در ادامه خواهیم دید که آرمان عشق رمانتیک تمام قد در برابر بخش وسیعی از تاریخ ما ایستاده است. نخستین ویژگی عشق رمانتیک ماهیت فردگرایانه آن است.

عشق رمانتیک نمی‌پذیرد که انسان‌ها موجوداتی بسیار شبیه به هم هستند و از این رهگذر، اهمیت فراوانی به تفاوت‌های فردی و انتخاب فردی می‌دهد. عشق رمانتیک خودگزینه است اما نه به معنای کوتاه‌بینانه آن، بلکه از منظری فلسفی خود را به این صفت متصف می‌کند. خودگزینی به مثابه اصلی فلسفی بر این ادعا است که تحقق بخشیدن به استعدادها و شادکامی شخصی اهداف اخلاقی زندگی محسوب می‌شوند و میل به شادکامی شخصی است که عشق رمانتیک را بر می‌انگیزد. عشق رمانتیک این دنیایی است. عشق رمانتیک، با برقرار کردن اتحادی میان لذت روحانی و جسمانی در رابطه جنسی و عاشقانه و نیز برقرار کردن پیوندی بین عشق و زندگی روزمره، نوعی دلگرمی برای زیستن می‌شود و نتیجه آن همان شادکامی شخصی است.

تعریفی که در بخش مقدمه از عشق رمانتیک بیان کردیم، نوعی دلبستگی پر شور و اشتیاق جنسی-هیجانی-روحانی بین زن و مرد که بازتابی از احترام زیاد به ارزش یکدیگر است شامل تمام این عناصر است و در ادامه اهمیت آن بیش از پیش آشکار خواهد شد. در ادامه پی می‌بریم که مضامین فردگرایی و عشق رمانتیک چه رابطه نزدیکی با هم دارند. باید در همین بافت، بار دیگر نگاهی به مسئله خودخواهی بیندازیم زیرا بهتر است از طرز فکر سنتی فراتر رویم و ببینیم خودخواهی روشن‌فکرانه، هوشمندانه و عاقلانه برای زندگی و به‌زیستی ما تا چه اندازه حیاتی است؛ اینکه علایق خود را محترمانه پاس داریم یکی از ضرورت‌های بقا است و به‌طور قطع، همین امر مایه تضمین حیات عشق رمانتیک نیز به شمار می‌رود.

موسیقی برانگیزاننده جان عشاق درون خودشان و دنیای خصوصی‌شان است. عاشق و معشوق این دنیای خصوصی را با یکدیگر به اشتراک می‌گذارند؛ نه با قبيله و نه با جامعه. شهامت شنیدن این موسیقی و تکریم آن یکی از پیش‌نیازهای عشق رمانتیک است.

## اهمیت تاریخ: مضامینی که تکرار می‌شوند

تکامل روابط زن و مرد بخشی از جریان تکامل آگاهی انسان است. ما گذشته را با خود

یدک می‌کشیم گاهی آن را سرمایه خود می‌دانیم، گاهی وبال گردنمان و ما که در اواخر قرن بیستم زندگی می‌کنیم، برای درک درست تعارضات و موانع درون ذهن خودمان که سدی در برابر دستیابی به شادکامی در روابط عاشقانه هستند، باید از گذشته خود آگاه باشیم و بدانیم چه مسیری را تا رسیدن به اینجا پیموده‌ایم.

وقتی به تحول روابط زن/مرد در طول قرن‌ها نگاه می‌کنیم، حرکت، پیشرفت، پسرفت، میانبرها و حرکت مجدد رو به جلو را می‌بینیم، چیزی مانند مسیر تکامل. پیدایش مفهوم عشق رمانتیک به نوعی فرآیند طولانی تحول نیاز داشته است.

هدف این بازنگری کوتاه که در ادامه می‌بینیم این است که به ما در درک گام‌های تحول عشق رمانتیک کمک کند و مضامین تکرار شونده‌ای را که در ظاهر جاودان هستند و به بقای خود در گذشته و حال ما ادامه می‌دهند از هم جدا کنیم. در هر دوره و در هر فرهنگی که نگاه کنیم، ناممکن است بتوانیم با خودمان مواجه نشویم. پس شروع کنیم.

### طرز فکر قبیله‌ای: بی‌اهمیت بودن فرد

اقتصاد و نه عشق، نیروی انگیزشی برای اتحاد در جوامع نخستین بود، به‌ویژه تمام جوامعی که به شکار و کشاورزی می‌پرداختند. خانواده واحدی بود که با هدف افزایش احتمال بقای فیزیکی تشکیل شد. روابط زنان و مردان نه از سر «عشق» یا نیازهای جسمانی یا به دلیل نیازهای روانشناختی به «صمیمیت هیجانی» بلکه به دلیل نیازهای کاربردی مرتبط با شکار، جنگیدن، پرورش محصول، تولید نسل و نظایر اینها بود.

از زمانی که بقا در جوامع پیشاصنعتی به شدت به نیرو و مهارت‌های فیزیکی وابسته شد، تقسیم کار بین زن و مرد تا حد زیادی بر مبنای توانمندی‌های فیزیکی‌شان مشخص می‌شد. نیروی برتر مردان و نیاز زنان به محافظت شدن، به‌ویژه در زمان بارداری و وضع حمل، توجیهی برای نابرابری جنسیتی و قرار گرفتن زن‌ها تحت استیلای مردان بود.