



# چرا

# مردان

# اتونمی کشند

(تفاوت‌های جالب و تغییرنیافتنی میان مردان و زنان)

آن و بیل مویر

برگردان

مهدی قراچه داغی





آن و بیل مویر

# چرا مردان اتونمی کشند

(تفاوتهای جالب و تغییر نیافتنی میان مردان و زنان)

برگردان

مهدی قراچه‌داغی

نشر البرز  
تهران - ۱۳۸۴

این کتاب بزرگدانی است از:

## WHY MEN DON'T IRON.

THE FASCINATING AND UNALTERABLE DIFFERENCES  
BETWEEN MEN AND WOMEN

by

ANN and Bill Moir

Citadel Press book - 1999

Moir, Anne

موریر، آن

چرا مردان اتو نمی‌کشند (تفاوت‌های جالب و تغییرنیافتنی میان مردان و زنان) آن و بیل موریر؛ برکردان مهدی قراچه‌داغی، - - تهران: البرز، ۱۳۸۳، ۲۸۰ ص.

ISBN 964 - 442 - 423 - 9

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیپا.

Why Men Don't Iron: The fascinating and unalterable differences between men and women.

۱. مردان. ۲. جنس مذکر. ۳. تفاوت‌های جنسی. الف. موریر، بیل، Moir, Bill. ب.

قراچه‌داغی، مهدی، ۱۳۲۶، Moir, Bill، ج. عنوان.

۴ ج ۸ م / HQ ۱۰۹۰ / ۳۰۵/۳۱

۱۳۸۳

م ۸۳ - ۳۵۱۳۷

کتابخانه ملی ایران

♦ ویراستار: مینا محمودنژاد

♦ چاپ اول: بهار ۱۳۸۴

♦ لیتوگرافی: لیتوگرافی صحیفه نور

♦ چاپ: چاپخانه سپند

♦ حق چاپ برای نشر البرز محفوظ است.

♦ نشر البرز: خیابان دکتر بهشتی، بین چهارراه اندیشه و سهروردی، ساختمان شماره ۶۴،

تلفن و نمابر: ۸۴۱۷۴۴۶ - ۸۴۰۵۱۸۲

♦ سایت اینترنت: WWW.nashr-alborz.com

♦ پست الکترونیک: info.@nashr-alborz.com

♦ فروشگاه مرکزی: شهرک قدس (غرب) مرکز تجاری میلاد نور تلفن: ۸۰۸۵۵۰۴ - ۸۰۸۵۵۰۲

♦ مرکز پخش: مؤسسه گسترش فرهنگ و مطالعات تلفن و نمابر: ۸۷۹۴۲۱۸ - ۸۷۹۴۲۱۹ -

۸۷۷۲۰۲۹ - ۸۷۷۲۲۶۷

ISBN 964 - 442 - 423 - 9

♦ شابک ۹ - ۲۲۲ - ۴۴۲ - ۹۶۴

## فهرست

مقدمه	۱
فصل ۱ • بخشی از خود، بخشی از دیگری	۱۷
فصل ۲ • غذا و جنسیت / شاید یک خرگوش است	۲۳
فصل ۳ • غذا و جنسیت / گوساله کجاست	۵۱
فصل ۴ • مغز و جنسیت	۸۱
فصل ۵ • مغز و جنسیت ۲	۱۰۹
فصل ۶ • تفاوت‌های مغز در دو جنس مؤنث و مذکر ۳	۱۴۱
فصل ۷ • افراطها قاعده نیستند	۱۶۹
فصل ۸ • سبز رنگ کردن مردان	۱۹۱
فصل ۹ • روابط جنسی	۲۱۷
فصل ۱۰ • مرد جدید واقعی	۲۳۱



## مقدمه

این کتابی درباره مردان است.

این کتاب توضیح می‌دهد چرا مردان با زنان تفاوت دارند؛ و در نتیجه می‌توان گفت که این کتاب برای زنان هم نوشته شده است. | روی جعبه کوچکی که روی میز آژن قرار می‌گیرد آمده است «آنچه مردان درباره زنان می‌دانند» جعبه را باز می‌کنید، خالی، خالی است. خنده‌دار بود، غیر از این است؟ شاید هم غم‌انگیز بود. شاید بتوان گفت که تحقیرآمیز هم بود. اما احتمالاً منظور این است که مردان از دیرباز خواسته‌اند که زنان را بشناسند و موفق نشده‌اند. شاید هم بتوان گفت زنان پیچیده‌تر از آنند که مردان بتوانند آنان را بشناسند. طور دیگری هم می‌توان گفت و آن اینکه مردان از دیرباز به این نتیجه رسیده‌اند که زنان درک نشدنی هستند، آن هم به این علت که به گمان مردان عقل درست و حسابی ندارند. حالا به نظر شما این حرفها غیر منطقی هستند؟ چگونه می‌توان زن را در رابطه با مرد تعریف کرد. مادر جنس مخالف خود میزان کمتری از وجود خود را می‌بینیم، اما روشی که برای توصیف ذهن شخص دیگری به کار می‌بریم محدودیتهای خود ما را نشان می‌دهد.

بیل: «برای چه این جعبه را نگه داریم؟»



آن: «برای اینکه از کم و کیف آن سر در بیاوریم.»  
«به نظر تو توهین آمیز نیست؟»  
«مگه نگفتی ما همیشه در پس کلیشه‌ها پنهان می‌شویم؟»  
«من گفتم؟»  
«وقتی جعبه را به من دادی.»

این درست نیست که مردان نمی‌توانند زنان را بشناسند، اما زنان از مردان چه می‌دانند؟

روزن بار، بازیگر و هنرمند پرآوازه، در یک برنامه تلویزیونی با نام: «مردان هالیوود: پسران همیشه پسر هستند» گفت: «مرد واقعی هالیوود پسر و حشمت زده‌ای است که مادرش را می‌طلبد.» روزن بار در ادامه می‌گوید: «بله مردان می‌توانند کنترل امور را در دست داشته باشند، اما کارشان از دو موضوع تجاوز نمی‌کند، یکی آنکه بلندکباب درست کنند و دیگر آنکه مرتب در آشپزخانه و اتاقها سر بکشند و واریسی کنند.»

خانم روزن بار مزد این تخصص خود را خیلی زود گرفت و به سمت مشاور سردبیر نشریه نیویورکر انتخاب شد که درباره زنان بحث و بررسی می‌کند.

مردان در نهایت پسرانی هستند که هیكلشان بزرگ شده است.  
باید به آنان بگوئید که چه باید بکنند.  
تنها تفاوت میان مردان و پسران قیمت اسباب‌بازیهای آنان است.  
پسران همیشه پسر باقی می‌مانند. باید فوتبال تماشا کنند.  
جنگها نزاع پسر بچه‌ها هستند.

در کتاب داستان پست مدرن «چالش»، اثر آلیسون مک لود مضامین بزرگ تاریخ پسران - جنگ، دسیسه‌های سیاسی و امپراطوری - اموری جزئی و مضحک ارزیابی شده‌اند.

[زنان از روی عادت مردان را پسر صدا می‌زنند، به گمان زنان پسران هرگز بزرگ نمی‌شوند و همیشه پسر باقی می‌مانند، اما دختران بزرگ و به زن تبدیل می‌شوند. از سوی دیگر مردان، زنان را تحقیر می‌کنند و مدعی‌اند که آنان را درک نمی‌کنند. می‌گویند زنان را اصولاً نمی‌توان درک کرد. زنان هم برای اینکه حفظ آبرو کرده باشند عکس این را ادعا می‌کنند. اما واقعیت چیز دیگری است، واقعیت این است که بزرگ‌ترین برابری و تساوی زنان و مردان در این است که آنان هیچ کدام یکدیگر را نمی‌فهمند. زنان می‌خواهند مردان به جنبه‌های زنانه خود هم توجه کنند، اما مردان جنبه زنانه خود را در کجا باید پیدا کنند؟ چگونه دنبال آن بگردند؟ آیا اصولاً این وجود خارجی دارد؟ همان‌طور که گرترود استاین در وصف اوکلند، کالیفرنیا می‌گوید: «آنجا جایی وجود ندارد.» این توقع از مردان که خودشان را بهبود بخشند و با جنبه زنانه خود ارتباط برقرار سازند تنها معنایش این است که از مردان انتظار داشته باشیم مثل زنان بشوند. اما مردان با زنان تفاوت دارند، آن هم تفاوت‌های اصولی.

با این حساب چرا بعضی از زنان می‌پرسند آیا تفاوت‌های مرد باید تا این اندازه به او امکان سلطه‌جویی بدهد؟ دیرزمانی است که زنان فکر می‌کنند مردان آنان را مجبور کرده‌اند تا چارچوب اجتماعی مردان را بپذیرند. آنان را مجبور کرده‌اند تبدیل به زوجه یا زنان کوچک بشوند و از دنیای ممتاز مردان فاصله بگیرند. در نتیجه زنان احساس خشم و رنجش دارند که آنقدرها بی‌زمینه نیست. لازم است تعادل بهتری میان برداشت سستی مردان که تصور می‌کنند باید بر دنیای زنان حکومت کنند، و برداشت‌های

افراطی جنبش برابری طلبی زنان که خواهان تسلط جنس مؤنث بر دنیای مردان است تا زنان و هم مردان را از رفتارهای سلطه‌جویانه مردان نجات دهند برقرار سازیم.

راهی برای رهایی از تعارض و اختلاف میان برداشت زنان و مردان از یکدیگر این است که بگوییم اصولاً تفاوتی میان آنان وجود ندارد. هر کاری را مرد بتواند بکند زن هم می‌تواند. شاید زیربنای این گفتار این باشد که به رغم تفاوت‌های جسمانی زنان و مردان، مغزهای آنان با هم تفاوت ندارد، اما این طور نیست. واقعیت این است که دو جنس مرد و زن در عمل و در اندیشه با هم تفاوت دارند.

بعضیها علیه علم حرف می‌زنند و بعضی دیگر معتقدند در حالی که تفاوت‌های میان دو جنس مرد و زن وجود دارد، این تفاوتها و حتی تفاوت‌های مغزی آنان قالب اجتماعی پیدا کرده است و آنچه را که جامعه به آن صورت خارجی داده می‌تواند خراب کند. به عبارت دیگر اگر بخواهیم می‌توانیم به آرمانهای خود برسیم و به زنان و مردان امکانات و حق و حقوق برابر بدهیم و این در واقع باور و دستاورد اغلب پژوهشهای علمی و دانشگاهی درباره تفاوت‌های جنسیتی است.

جنسیت، اشاره به تفاوت‌های جنسیتی دارد، هم به تفاوت‌های اجتماعی توجه دارد و هم به تفاوت‌های بیولوژیایی، اما امروزه اغلب کسانی که درباره جنسیت بررسی می‌کنند، صرفاً به تفاوت‌هایی اشاره دارند که در اثر فشارهای فرهنگی ایجاد شده است. یک نشریه فمینیستی در ارتباط با همین موضوع می‌نویسد: «تفاوت‌های جنسیتی ایجاد می‌شوند و جنبه اجتماعی دارند.» البته تفاوت‌های بیولوژیایی هم می‌تواند از طریق مناسبات اجتماعی ایجاد شود. هر اقدام از سوی جامعه روی مغز تأثیر می‌گذارد، اما به طور کلی در جریان بررسی درباره جنسیت، تفاوت‌های میان زن و مردانه

از ناحیه بیولوژی بلکه از ناحیه اجتماع ایجاد می‌شود. آنچه می‌خوانید مطالبی علمی درباره تفاوت‌های جنسیتی است. البته از کسی انتظار نمی‌رود که همه مطالب درباره این موضوع را بداند. نکته دیگر این است که **آعلم** موضوعی مربوط به احتمال و احتمالات است و نیازی به تأکید بیش از اندازه این مطلب نیست. بنابراین وقتی می‌نویسیم: «علم به این نتیجه رسیده است» منظورمان این است که «بیشترین احتمال این است که» نه بیشتر و نه کمتر **ک** به همین شکل وقتی می‌گوییم «مردان» منظورمان «اغلب مردان» است، یا شاید بتوانیم بگوییم مردان به طور کلی و مسلماً در این مردان به طور کلی استثنائاتی وجود دارد. به همین سبب وقتی می‌گوییم: «مردان هشت درصد از زنان سریع‌تر می‌دوند» به این نکته توجه داریم که بعضی از زنان از اغلب مردان سریع‌تر می‌دوند.

توجه داشته باشید هدف توضیح دادن است و نه مبارزه کردن.

مرد روزگار ما زیر فشار است که تغییر کند. به او می‌گویند با احساساتش در تماس شود، بیشتر رعایت کند، بیشتر ارتباط برقرار کند، بیشتر احساس به خرج بدهد. با این حال این جنس مذکر جدید، ملایم‌تر و متوجه‌تر، درست مانند پدرسالار سالهای گذشته، کاریکاتوری تک بعدی از چیزی است که باید مردانه باشد.

**آ** مرد سنتی یک زورگوی سلطه جوست. کسی است که خواسته‌هایش را بر زن تحمیل می‌کند. او معتقد است که زنان نسخه رنگ باخته و حقیرتر او هستند و باید تابع جنس مذکر باشند. جنس مذکر معیارگذاری می‌کند: خود او طبیعی است، اما زن ناقص است و کمبود دارد. مرد سنتی تنها خودش را می‌بیند.

مردی با این خصوصیات قابل دفاع نیست، زیرا او با انکار کیفیات ارزشمند زنانه آنان را موجوداتی حقیر ارزیابی می‌کند.

اما مرد جدید متوجه است، او کمبودهایش را شناسایی می‌کند و در مقام اصلاح آنان برمی‌آید. او متوجه است که مرزبندیهای قدیمی جنسی ارتباطی با بیولوژی ندارند، بلکه نتیجه فشارهای اجتماعی هستند. مرد جدید با جنبه زنانه خود در تماس شده است و می‌خواهد بیشتر به زنان شباهت پیدا کند.

ممکن است خواننده به این نتیجه برسد هر دو نظریه‌ای که عنوان کردیم بی‌معنا و مفهوم هستند. اما هر دو نظریه را باید جدی گرفت. هر دو آرزوهای اجتماعی را بالا می‌برند، هر دو توقعات کاذب و بی‌پایه و اساس را سبب می‌گردند. برداشت گذشته و حال از جنس مذکر - برداشت سنتی و برداشت امروزی - به یک اندازه معیارهای فقیرانه از جنس مذکر را به نمایش می‌گذارند.

مذکر سنتی به طور کامل شناخته شده است، اما همتای «پست مدرن» او آن قدرها شناخته شده نیست یا بهتر بگوییم دست کم در دنیای بیرون از محیطهای آموزشی دانشگاهی شناخته شده نیست. مرد جدید روزگار ما را این گونه ارزیابی می‌کنند که تمامی تفاوت‌های قابل توجه او ناشی از مناسبات و شرایط اجتماعی است. جامعه معلم مرد است و این نکته مهمی است. مرد، مرد متولد نمی‌شود بلکه تحت تأثیر فرهنگی که در آن رشد می‌کند، و با توجه به فرضیه‌های حاکم بر این فرهنگ پر و بال می‌گیرد و به یک مرد تبدیل می‌شود. اینها را از او بگیرد تا رشد کند - رشد کند که چی بشود؟ یک زن؟ اینجاست که به تردید می‌رسیم. «پست مدرنیزم» آنچه را که تاکنون در شمار یقین ما و محکومات بوده رد می‌کند. بنابراین نامطمئنی چیز بدی نیست. ابهام چیز خوبیست، اما نه صددرصد. اینکه بگوییم این

خوب و آن بد است، این هم بد است، درست یا نادرست اشتباه است. روشنی و بداهت وجود خارجی ندارد.

وقتی ابهام جواب و راه حل می‌شود تفاوت‌های بارز میان دو جنس مذکر و مؤنث ناپدید می‌شود. تفاوت‌ها را باید از میان برداشت. حد و مرزهای سنتی و قراردادی میان جنسیت‌ها باید از بین بروند. می‌توان به جنگ میان جنسیت‌ها پایان داد. می‌توان به این نتیجه رسید که جنسیتی در کار نیست («... ما یک... ان... تیم») این حرف‌ها را این است. این شکل‌ها را که تفاوت‌های جنسیتی اصولاً ساخته و پرداخته اجتماع هستند. ناپدید شدن تفاوت‌های هویتی این امید را تولید می‌کند که میان جنسیت‌ها آشتی برقرار شود و به رویارویی و برخورد پایان داده شود.

آن: «آیا پست مدرن‌نیزم همه اینها را باور دارد؟»

بیل: «از آن بیشتر و بدترش را هم باور دارد.»

پست مدرن‌ها معتقدند دانش موضوعیست که بنا می‌شود و بنابراین واقعیت جنبه علمی ندارد. در نهایت می‌توان گفت که واقعیت شقوق مختلف دارد. هر کس با توجه به شرایط فرهنگی فردی خود به واقعیتی می‌رسد. واقعیت هیچ‌کسی به واقعیت دیگری برتری ندارد. اما پست مدرن‌ها می‌گویند به سود تنوع و چندگانگی است اگر بگوییم به واقعیت‌های مورد باور گروه‌های در اقلیت باید توجه بیشتری بشود. به شکلی زنان پست مدرن خود را اقلیت ارزیابی می‌کنند.

آن: «یعنی هیچ حقیقت علمی وجود خارجی ندارد؟»

بیل: «به گمان آنها شاید زمین هم صاف و مسطح شود.»

نورتا کورتگ<sup>۱</sup> در مقاله‌ای تحت عنوان «چگونه جنبش برابری طلبی زنان، جنس مؤنث را با علم غریبه می‌کند»، می‌نویسد: «فمینیستها معتقد و مدعی هستند که هنجارهای متعارف و روشهای علمی مطالعه و پرس و جو با توجه به تفاوت‌های جنسیتی صورت خارجی پیدا می‌کنند و بنابراین با علم و اطلاع زنان ناسازگارند» این زنان ذهن‌گرا روشهای منطقی، تحلیلی و مجرد را سرزمین بیگانه متعلق به مردان می‌دانند و معتقدند که شم و شهود روش سالم‌تری برای رسیدن به حقیقت است.

پل گراس<sup>۲</sup> و نورمن لویت<sup>۳</sup> در کتاب «خرافات بالاتر» می‌نویسند: «وقتی جنبش برابری طلبی زنان می‌گوید که زنها نمی‌توانند با راه کارهای علمی موجود، به این دلیل که مردانه است و برای مردان نوشته شده است کنار بیایند، خود را به سرعت از هر کار علمی مجزا و مبرا می‌کنند».

اکنون به صحبت‌های روسی بریدوتی<sup>۴</sup>، استاد مطالعات زنان در دانشگاه اوتوخت، توجه کنید که نظر پست مدرنی‌اش را درباره علم چگونه بیان می‌کند:

به سبب همین عنصر پویا و حیات‌بخش است که من واژه «ایلیاتی» را برای توصیف این سبک فمینیستی انتخاب کرده‌ام. ایلیاتی‌ها می‌توانند فعالیت اندیشه را از تعصب قضیب‌پرستی آزاد کنند. اندیشه را به آزادی خود بازگردانند و به آن نشاط و حیات و زیبایی ببخشند. آنچه را من به عنوان نظریه فمینیستی درس می‌دهم از زیبایی خاص خود بهره دارد. به اعتقاد من بهتر است جنبش برابری طلبی زنان از انگاره‌های مردانه فاصله بگیرند و از این سبک علمی آموزشی و دانشگاهی بیرون بیایند.

1- Noretta Koertge

2- Paul Gross

3- Norman Levitt

4- Rosi Braidotti

این جابه‌جایی از دنیای مدرن به دنیای پست مدرن است: دنیایی عاری از قوانین حک شده یا یقین و مسلم. واقعیت این است که در محدوده یک جنسیت به همان اندازه که میان دو جنس مختلف تنوع و اختلاف وجود دارد، با چندگانگی روبه‌رو هستیم. روشنفکر پست مدرن نمی‌تواند بگوید: «زنان این طوری و مردان آن طوری هستند.» اگر بگوید تفاوت‌های زیست‌شناختی را تصدیق کرده است. اگر هویت‌های جنسیتی را بتوان ساخت و بعد هم آن را تخریب کرد، این تفاوت نمی‌تواند وجود خارجی داشته باشد. این نقطه نظر که در دهه ۱۹۸۰ طرفداران فراوان پیدا کرد به «فمینیسم و اساس» شهرت یافت. لین سگال، یکی از نظریه‌پردازان جنبش برابری طلبی زنان، می‌نویسد: «این شکل تفکر فمینیستی به شکلی فزاینده نسبت به هر تعمیم درباره زنان بدبین بود. بعضی از نظریه‌پردازان جنبش برابری طلبی زنان انواع طبقه‌بندی‌های ثابت هویتها و روابط را زیر سؤال می‌بردند و معتقد بودند آنچه آنان می‌بینند طبیعت پیچیده، در حال تحول و چندگانه مبانی اجتماعی است.»

در این شرایط، جنس مذکر سنتی یک حیوان وحشی بازسازی نشده و یک نابهنجار تاریخی غمگین در این دنیای بی‌مرز در حال تحول است، بنابراین تلاش می‌شود که او را تغییر بدهند. البته این تنها در صورتی امکان‌پذیر است که بپذیریم مردی و مردانگی قبل از هر چیز ساختاری اجتماعی، فرهنگی، سیاسی یا تاریخی است. در کالج هوبارت، در ایالت نیویورک، برنامه‌ای برای مطالعه مردان وجود دارد، یک واحد درسی با عنوان مردان و مردانه بودن. در این واحد درسی به عنوان خلاصه مطالب مورد بحث آمده است که مردانه بودن نه تنها برای مردان، بلکه برای زنان هم مسئله‌ساز است. مشکل به لحاظ اجتماعی شرطی شده‌ای است که لازم است آن را تغییر بدهیم. «مؤنث و مذکر خودشان آن را بوجود آورده‌اند،



اما دانشگاه تلاش می‌کند تا آسیب وارده را جبران کند. دانشگاه بر این باور است که دنیا را ابتدا مردان ساختند و نقش زنانه در این دنیا از سوی مردان برای زنان در نظر گرفته شد. حال زنان باید این هدیه جنس مذکر را به او پس بدهند، دنیای مورد نظر خودشان را بسازند و برای مردان هم نقشهایی در نظر بگیرند. می‌توانید در صورت تمایل اسمش را انتقام بگذارید. اما به هر صورت این تلاشی آگاهانه و به عمد است تا زیرآب هویت مردانه زده شود.

بیل: «در علوم اجتماعی معمولاً نظر خوشی درباره آنچه از ناحیه اجتماع ایجاد نشده وجود ندارد.»

آن: «اما علوم دیگری وجود دارند که به طور جدی تفاوت‌های واقعی جنسی را نشان می‌دهند.»

بیل: «بله همین طور است... بنابراین در بررسی علم جدید تفاوت‌های جنسیتی، محدودیتهای نظریه اجتماعی و تواناییهای آن را برای متحول ساختن جنسیت‌های مختلف مورد نظر قرار می‌دهیم.»

اگر (و این اگر بسیار بزرگی است) جنسیت به لحاظ اجتماعی شرطی شود، می‌توان به همین اندازه پذیرفت که از طریق اجتماعی بتوان آن را از حالت شرطی خارج کرد. می‌توان نقشهای اجتماعی فراگرفته شده را از ذهن بیرون ریخت. مطلب، تا حدود زیاد، درستی است، به طوری که جنس مذکر که نقطه نظر هایش را به زنان تحمیل می‌کند بیاموزد ذهن دیگری هم وجود دارد (و برعکس). بنابراین در این خصوص چه می‌توان گفت که دو جنس مانند هم هستند، اما جنس مذکر را نمی‌توان به طور کامل و اساسی کرد. زیرا مرد فاقد تجربه زنانه است. مردان نمی‌توانند عادت ماهانه،

زایمان و شیر دادن را تجربه کنند. اما جنبش برابری طلبی زنان می‌گوید اینها موضوعات جزئی و بی‌اهمیتی هستند. ناتوانی مردان در تجربه کردن این فرایندهای فیزیکی روی توانایی آنان در پذیرش فضایل زنانه (آرامش، همکاری و رویاهای کل‌نگرانه) تأثیر نمی‌گذارد. روزی که شیرها بتوانند کنار برّه‌ها یا بهتر بگوییم کنار ماده شیرها قرار بگیرند و روزی که مردان بتوانند مانند زنان شوند، شرایط چقدر متفاوت خواهد شد. وقتی ادیان قلم و مسئولان برقراری ارتباط در جامعه - دانشگاهها و رسانه‌ها - نمی‌توانند مسئله را به آن شکلی که هست بیان کنند و به عبارت دیگر نمی‌دانند چه مسئله‌ای را قرار است توضیح بدهند، این ناتوانی به حساب شکل عمیق‌تر درک و فهم گذاشته می‌شود. این را به حساب تواضع آنان می‌گذارند و این‌گونه توجیه می‌کنند: «هرچه بیشتر بدانیم کمتر می‌دانیم». درک کردن به جای اینکه شکست و امتیاز منفی به حساب آید فضیلتی می‌شود. به نظر می‌رسد کسی نمی‌تواند نسبت به هیچ چیزی مطمئن باشد جز به امتیاز و مزیت ندانستن. این درک پست مدرن از موضوع است.

پست مدرنیستها جوابی ندارند (جوابها غیر مبهم هستند و هرچه غیر مبهم باشد بد است) و این خود مسئله‌ای است. آنان با آنچه مطمئن است برخورد می‌کنند و می‌پرسند: «چطور می‌توانی تا این اندازه مطمئن باشی؟» پست مدرنها مرزهای جهل و نادانی را توسعه می‌دهند.

این باور پست مدرن شانه به شانه روش جنس مؤنث در دنیا حرکت می‌کند. روشی که غیر مواجبه‌ای است، داوری و نقد نمی‌کند و چند فرهنگی است. گفته می‌شود که گذشته تحت تأثیر مطمئنی‌های جنس مذکر بوده است. در این نظام فلسفه، هنر، ادبیات و فرضیه‌های فرهنگی به یادگار مانده از مردان سفیدپوست به رحمت ایزدی پیوسته و رد می‌شود.

این ادعا که مثلاً شکسپیر از یک زن نویسنده گمنام سالهای قبل ادیب برتری بوده، نخبه‌گرایی محسوب می‌شود. با این حساب شاهد یک مؤنث‌گرایی آکادمیک هستیم.

آنچه مشخص است اقتدارطلبی است، او که اقتدارطلب است مرد است و آنچه مذکر است بد است.

از زمان خط‌کشی کردن به زمانی می‌رسیم که خط‌کشی علیه خط‌کشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. پنجاه سال قبل، از مردان انتظار نمی‌رفت که نقش غالب داشته باشند. از مردان انتظار وجود داشت که اسباب معیشت زن و فرزندانش را فراهم آورد. اما امروز انتظار این است که زن و مرد در محل کار و در منزل با هم برابر باشند. انتظار می‌رود به شکلی مشابه یکدیگر آرام بگیرند، در بازیهای مشابهی شرکت کنند، مطالب مشابهی بیاموزند و فرزندانشان را به اتفاق تربیت کنند.

مردستی خطوط سخت و بی‌انعطاف رسم می‌کند. خودش را ملاک قرار می‌دهد و این هنجاری است. پُست مدرنیسم منکر وجود خط و خطوط است، با این حال انکار وجود تفاوت‌های عمده جنسیتی، اقدامی به شدت خطرناک است. آنهایی که گمان می‌کنند تفاوت‌های ما همگی ناشی از اجتماع هستند، می‌خواهند این تفاوت‌ها را ریشه‌کن کنند. اشتیاق سوزانشان این است که تمایز را از جامعه به بیرون بیندازند.

آن: «اگر خط وجود نداشته باشد، چرند فرصت برابر پیدا می‌کند که حرف بزند.»

بیل: «یعنی خودشان.»

نظریه جدید مدعیست چیزی به عنوان ذهن متمایز و بارز جنس مذکر

وجود ندارد. ذهن متمایز و بارز جنس مؤنث هم وجود ندارد. جای تمایز قبلی میان زن و مرد را فرضیه‌های پیچیده اجتماعی گرفته است. احترام به برابری ذهن همه را مکدر کرده است. «نمی‌توانید درباره مردم تعمیم بدهید» «نباید اشخاص را کلیشه‌سازی کنید»، «تمام تعمیم‌داناها گمراه کننده‌اند. [البته به استثنای همین حرف و عبارت]»، «همه ما با هم تفاوت‌هایی داریم، اما تفاوت‌هایمان زیاد نیست» که بخش دوم عبارت، بخش اول را نقض می‌کند. اینها روی کاغذ خوب هستند، اما بعید است فهمی ایجاد کنند.

برای لحظه‌ای به ایده‌آل پست مدرن درباره یک مرد توجه کنید. مرد ایده‌آل پست مدرن فرضیه‌های سنتی درباره جنس مذکر را رد می‌کند. او ترجیح می‌دهد به فضایل زنانه خود برسد: همکاری، شکیبایی، انتقاد نکردن و پذیرفتن برابری که میان معنای وحدت و یکی بودن را می‌دهد. خوشا به حال دنیایی که چنین مخلوقی را در خود پرورش می‌دهد. خودتان را از خط و خطوط مصنوعی نجات بدهید. خواهید دید چگونه موانع از پیش رویتان برداشته می‌شوند. دیگر سقف شیشه‌ای وجود خارجی نخواهد داشت. شیر، بچه شیر و ماده شیر همه یکسان هستند.

اما فرض کنیم که این ایده‌آل پست مدرن درست نباشد، نه اینکه به لحاظ اخلاقی اشتباه باشد بلکه به لحاظ علمی سندیت نداشته باشد. فرض کنیم خطوطی وجود دارند که جامعه آنها را ایجاد نکرده، بلکه طبیعت کورکورانه آنها را بوجود آورده است، طبیعتی که قابل کنترل نیست، خطوطی که از بین بردنی نیستند، خطوطی مانند خطوط روی پوست یوزپلنگ، خطوطی که نیروهای بیولوژیایی آنها را به وجود آورده‌اند.

موضوع کتاب حاضر همین است. در این کتاب سعی کرده‌ایم آخرین یافته‌های علمی درباره تفاوت‌های جنسیتی را با شما در میان بگذاریم.

فرض ما این نیست که «ما جملگی یکسان هستیم». فرض ما این است که زن و مرد تفاوت‌های اصولی دارند. فرض ما بر این است که مرد بودن به معنای حقیر بودن زن نیست. شکل برتر او هم نیست، بلکه او کسی است که به حکم طبیعت این گونه شکل گرفته است. این بدان معنا نیست که زن یا مرد نمی‌توانند تغییر کنند، اما بدین معناست که مردان ویژگی‌های خاص خود را دارند. پست مدرن‌ها می‌خواهند مردان تغییر کنند، می‌خواهند آنان به زنان شبیه‌تر شوند و چون مردان نمی‌توانند. مطابق انتظارات و استانداردهای آنان ظاهر شوند، شاید بتوان گفت که انتظارات بیجا هستند و اینجاست که علم می‌تواند به کمک ما بیاید.

علم کمک می‌کند زیرا محدودیتی بر احتمالات قایل می‌شود. علم نشان می‌دهد که چه چیزی محتمل نیست. علم برای تشریح کردن، قدرت بسیار زیادی دارد. احتمالات علمی به دور از نفوذ انسانها هستند. اتفاقات گذشته را نمی‌توانیم تغییر دهیم. علم را هم نمی‌توان تغییر داد. شاید می‌خواستید زمین مرکز عالم هستی شود. اما اگر همه شمع‌ها را هم خاموش کنید، خورشید به دور زمین نمی‌چرخد. ممکن است بخواهید زنان و مردان مانند هم باشند، اما علم می‌گوید که این توقع خیالی و رویایی است. زن و مرد دارای شبکه‌های عصبی متفاوتی هستند. اینها تفاوت‌های بارزی هستند که سبب می‌شوند دو جنس مذکر و مؤنث با هم تفاوت داشته باشند.

در این زمینه مدارک علمی فراوانی در دست است. نشانه‌ها و شواهد علمی فراوانی وجود دارد. از روانشناسی، روانپزشکی، نوروفیزیولوژی، اندوکرونیولوژی. حاصل همه این علم و اطلاعات در این است که زن و مرد با هم متفاوتند. این بدان معنا نیست که یکی از آنان از دیگری بهتر است. اما این ادعا هم در کار نیست که زن و مرد با هم برابر

هستند. به جای آن می‌گوییم که زن و مرد با هم تفاوت دارند. درک کردن این تفاوتها، درک کردن خویشتن است. احترام متقابل تنها می‌تواند مبتنی بر پذیرش تفاوت‌های جنسیتی باشد نه براساس انکار کردن آنها. اصرار بر یکی بودن زن و مرد و ندیدن تفاوت‌های مردانه و زنانه باور اواخر قرن بیستم درباره شرایط جنس زن و مرد بود.

کسانی که چشم به تحول اجتماعی طبیعت انسان دارند، اغلب وقتی علم می‌گوید بعضی از چیزها را نمی‌توان تغییر داد ناراحت می‌شوند. اگر چیزی، مثلاً یک یافته بیولوژیایی با امیدها و آرزوهای اشخاص همخوانی نداشته باشد یا باید علم را رد کرد یا یافته علمی را مردود شناخت. از این رو کسانی که تصور می‌کنند تفاوت‌های جنسیتی ناشی از رفتارها و تأثیرات اجتماعی هستند، علم را اگر جز این بگویند تکفیر می‌کنند. با این حال علم به حرکت خود ادامه می‌دهد و کسانی که از علم عقب می‌مانند، داوطلبانه خود را از واقعیتها دور می‌کنند.

زندگی چیزی بیش از مناسبات اجتماعی و بیولوژیایی است. ما با نظر بسیاری که می‌گویند انسان ریشه حیوانی دارد موافق نیستیم. همه ما می‌توانیم بیاموزیم که درست را از نادرست تمیز دهیم. می‌توانیم بیاموزیم که تنها به خانواده خود فکر نکنیم. می‌توانیم بیاموزیم که با هنجارهای اجتماعی حرکت نکنیم. ما هم به بیولوژی که در درون ما شنا می‌کند توجه داریم و هم به جامعه‌ای که ما در آن شنا می‌کنیم نظر داریم. زن و مرد می‌توانند به فراسوی هر دو بروند.



## بخشی از خود، بخشی از دیگری برداشت نادرست دو جنسیتی بودن

این روزها درباره «مرد جدید» حرفهای زیادی می‌شنویم. مرد جدید در مقایسه با همتای قدیمی خود حساس‌تر است، راحت‌تر در انجام دادن کارهای خانه به همسرش کمک می‌کند، و با فرزندانش بیشتر وقت می‌گذراند. او مردی متمدن و آرام است. با این حال هنوز می‌تواند قدرتمند باشد. اما این قدرتمندی را با صبر و شکیبایی و گرمی عاطفی نشان می‌دهد. این انسان نمونه و بی‌کم و کاست با کمی تردید به جنس مؤنث شباهت دارد، و در واقع اغلب گفته می‌شود که این مرد جدید با جنبه‌های زنانه خود در تماس است.

اما در روزگار ما «مرد جدید» تغییر شکل داده و به مرد پُست مدرن تبدیل شده است. او بیشتر با دیگران سهیم می‌شود، نرم‌تر و ملایم‌تر است و در مقایسه با مرد سنتی آنقدرها رقابت‌آمیز نیست. با جنسیت جدید خود هم راحت است. مرد پُست مدرن قرار است با جنبه زنانه خود در تماس باشد. ممکن است به نظر برسد تغییری در شرایط بیولوژیایی او بوجود آمده است، اما این طور نیست. او صرفاً تحت تأثیر شرایط اجتماعی تغییر حالت داده است. مرد پُست مدرن پسر روشنفکرانی است که درباره جنسیت حرف می‌زنند و درس می‌دهند. مرد جدید مخلوق فمینیسم به



شهرت رسیده رسانه‌های گروهی و نویسندگان است. وجه مشترک مرد پست مدرن و مرد جدید این است که هر دو موجودی خیالی هستند و در خیال ساخته می‌شوند. نه در بیرون از چهار دیواری دانشگاه وجود دارند و نه در بیرون از آگهیهای تبلیغاتی عطر کوچی. این نظریه با مانع بزرگی روبه‌روست: اگر به طور واقع‌بینانه درباره تفاوت‌های جنسیتی بررسی کنیم جمهوری پست مدرن حرفی برای گفتن پیدا نمی‌کند.

«بخشید، مردی را که بلوزش را اتو می‌کند چه می‌نامید؟»

آن: «نمی‌دونم. من که تا به حال به چشم خود ندیده‌ام، بیشتر به

لطیفه‌های مخصوص بارها شباهت دارد.»

«او مرد پست مدرن است.»

«امان از حرفهای تا به حال نشنیده.»

بیل: «مثل فرداست که هیچ وقت از راه نمی‌رسد.»

«پس چگونه پست مدرن می‌تواند وجود داشته باشد؟ بعد از همه آن

چیزهایی که در حال حاضر وجود دارد، بعد از امروز؟ بعد از همین

حالا؟»

«بعد از عصر حاضر، مردان ما همه باید متحول شوند. همه ما بخشی از

خود و بخشی از دیگری هستیم. در دنیای هر دو به سر می‌بریم. این

دنیایی است که دیگر خط‌کشی و رقابت و چشم و هم‌چشمی در آن وجود

ندارد.»

آن: «متوجه شدم، پست مدرن یعنی پست مردان.»

بعضی از بدبین‌ها ممکن است تردید کنند که این مرد جدید پست مدرن، به

واقع در خارج از دنیای تبلیغات مجلات زنانه و بخشهایی از شهر وجود

داشته باشد. اما این آرمانی است که وجود دارد. این فرضیه‌ای براساس دو جنسیتی بودن است، فرضیه‌ای که می‌گوید در وجود هر انسانی طبیعت مردانه و زنانه در کنار هم وجود دارند، فرضیه‌ای که می‌گوید اگر کاری کنیم مردان با جنبه زنانه خود در تماس شوند رام می‌شوند. مردی که در این کار موفق شود کمتر تهدید می‌کند. به خصوص زنان و مردان همجنس باز را کمتر تهدید می‌کند. به همین دلیل است که همه تبلیغات ماسعی دارند با درج عناوین درشت مردان را از تصور زورگویی و قدرت‌نمایی دور کنند. می‌خواهند کاری کنند که حساسیت بیشتری پیدا کنند، بیشتر متوجه باشند. به هر صورت زنان و مردان همجنس باز از مرد قدیمی وحشت دارند. مرد قدیمی ناشکیبا و خشن است و گرایش به خشونت دارد. مرد جدید را اگر بتوان به واقع خلق کرد مخلوق خوشایندتر و راضی‌کننده‌تری است. اما حالا من توضیح می‌دهم که چرا مردان نمی‌توانند به زنان شبیه شوند.

احتمالاً صریح‌ترین جواب این است که مردان به حکم طبیعت خود نمی‌توانند مانند زنان بشوند. زنان هم به حکم طبیعت خود نمی‌توانند تبدیل به مرد بشوند. اما این حرف باور مدرن دیگری را زیر پا می‌گذارد. باوری که مصرانه می‌گوید جنسیت ما هرگز طبیعی نیست. ما ساخته و پرداخته اجتماع هستیم. این باور که دست در دست ادعای دو جنسیتی بودن دارد اصرار می‌کند که همه ما می‌توانیم دو جنسیتی یا چند جنسیتی باشیم و تنها عاملی که این را مشخص می‌کند فشارهای اجتماعی است. در نگاه نخست، ممکن است اظهار نظر عجیب و غریبی به نظر برسد، اما به شکلی فزاینده دنیای غرب به سمت این باور سوق داده می‌شود. می‌گویند سوای تفاوت‌های جسمانی، سایر تفاوت‌ها ناشی از شرایط فرهنگی و اجتماعی هستند.

مصلحان اجتماعی که هدفشان از بین بردن ظلم و تجاوز است اکنون به این نتیجه رسیده‌اند که راهی برای برخورد با پرخاشگری جنس مذکر پیدا کرده‌اند. به این نتیجه رسیده‌اند که مردان به لحاظ اجتماعی باید متحول شوند. باید آنان را به موجوداتی غیر خصمانه و غیر رقابت‌آمیز تبدیل نمود. اما در این جا مانعی سبز می‌شود زیرا هر بررسی واقع‌بینانه درباره تفاوت‌های جنسیتی که منکر دنیای رقابت‌آمیز مردان بشود، منکر ماهیت و طبیعت آنان شده است. آیا مصلحان اجتماعی از این موضوع ناراحتند؟ اصلاً و ابداً. آنچه را که نتوان جارو کرد باید زیر فرش گذاشت تا دیده نشود. در همین راستاست که جنس مذکر در دانشگاه‌های هنرهای لیبرال موضوعی فرهنگی است که می‌توان او را کاملاً متحول نمود. تنها جهت‌گیری‌های جنسی است که در حتمّ اجتماعی شسته نمی‌شود.

آن می‌پرسد: «یعنی چیزی جز عوامل اجتماعی منتقل نمی‌شوند؟»  
 بیل جواب می‌دهد: «میل علوم اجتماعی حکم می‌کند که همه چیز از طریق اجتماع منتقل شود.»  
 آن: «یعنی اگر دنیای اجتماعی مرد را متحول سازیم، خود او را متحول ساخته‌ایم؟»

«آنهايي که مرد بی‌کم و کاست می‌خواهند، مایل نیستند خاصیت مردانه او را طبیعی بدانند.»

«با توجه به آنچه در دنیا می‌گذرد جز این هم نمی‌توان نتیجه گرفت.»  
 «بله، اما به شرط آنکه به خارج از دنیای این حرفها نگاه نکنی.»

پژوهشگران دیگر مجاز نیستند که بگویند چند جنسیتی بودن معیار جذابیت جنسی است. در این میان کتابها هم نقشی ایفا می‌کنند. مثلاً

بخشی از خود، بخشی از دیگری □ ۲۱

توصیه می‌شود از کلماتی مانند زن یا شوهر، همسر یا حتی ازدواج استفاده نکنیم. به ما توصیه می‌کنند از کلمات و مفاهیم خنثی استفاده کنیم، از کلماتی مانند همدم، شریک زندگی و غیره.

نکته در این است که همه ما باید با ایده‌ال دو جنسیتی بودن کنار بیاییم و آن را بپذیریم. باید تابع الگویی شویم که در آن تفاوت‌های جنسی از بین می‌رود. کسی که از این روش پیروی نکند متهم می‌شود که رفتار فوبیای دو جنسیتی بودن است. اما درباره فوبیای چند جنسیتی بودن چه می‌گویند؟

«پلیس جهانی دستگیرت می‌کند.»

«به چه اتهامی؟»

«طرفداری از چند جنسیتی بودن.»

«برای اینکه می‌گوییم جنس مذکر چند جنسیتی عادی است؟ با معیار و

هنجار است؟»

«در چین چینی به دنیا آمدن هنجاری است.»

«مرد همجنس‌باز هنجار نیست.»

«در مغولستان چشمان سبزرنگ من، به چشم می‌آیند؟ آیا این بدان

معناست که من بدکاره هستم؟ همان طور که رنگ چشمانم را نمی‌توانم

تغییر بدهم، جهت‌گیری جنسی‌ام را هم نمی‌توانم تغییر بدهم.»

«اما خیلیها می‌گویند که همه تا اندازه‌ای تک جنسیتی هستند؟»

«مثلاً یک کمی باردار هستند؟»

«پلیس اجتماعی می‌گوید از این حرفها نزنید، همه ما دو جنسیتی

هستیم.»

آن: «ممکن است از هر صد نفر یک نفر این گونه باشد، آنهایی که این

حرفها را می‌زنند ممکن است خودشان دو جنسیتی باشند.»

گفته می‌شود اگر به زنان فرصتی برابر آنچه به مردان می‌دهیم بدهیم و اگر زنان تحت تأثیر شرایط گذشته دنیای مردان محدود نشوند و فرصتها از آنان دریغ نگردد، می‌توانند به آنچه مردان به آن رسیده‌اند برسند. علیه عبارت شسته و رفته‌ای مثل این حرف نمی‌توان سخن گفت، هرچند فرضیه‌ای غیر علمی و غیر واقع‌بینانه در پس آن وجود دارد: اینکه زن و مرد یکسان و مانند یکدیگر هستند.

احتمالاً افراطی‌ترین شکل این فرضیه را در آمریکا می‌بینیم که آنجا وکلا و حقوقدانها در چند سال گذشته، ارتش مردگرا را مجبور کرده‌اند که درهای ارتش را به روی زنان بگشایند. نتیجه آن شده است که زنان و مردان در این خصوص به برابری برسند، اما این کار در دسرهای دائمی ایجاد کرده است. مردان به نداشتن حساسیتهای لازم و از آن بدتر آزار جنسی متهم می‌شوند. در واقع براساس قوانین پنتاگون اگر مردی بیش از سه ثانیه به زنی نگاه کند او را مورد آزار جنسی قرار داده است. حتی نیروی دریایی آمریکا یک روز را صرف آن کرد تا درباره آزارهای جنسی برای سربازان و افسران مرد حرف بزند. حال می‌بینیم زنان خواهان حقوق برابر وقتی به خواسته خود می‌رسند مردان را متهم به بدرفتاری با خود می‌کنند. بنابراین سعی می‌شود مردان را به رفتارهای ملایم‌تر آموزش بدهند و به عبارتی آنان را به زنان شبیه‌تر سازند. در این شرایط آیا به نظر شما راحت‌تر نیست که تنها زنان را در ارتش استخدام کنیم.

## ۲

### غذا و جنسیت شاید یک خرگوش است

بیل: «من چی هستم، یک خرگوش روزه گرفته؟ این همه سبزی و گیاه و توفوبرگر. حتی اگر قرار باشد گوشتی بخورم، بدون چربی، بدون خون، بی شکل و قیافه و بی مزه است. بدون پوست، بدون حتی استخوان که آن را بجوم.»

آن: «اما دیدم که استخوان می جویدی. خوب حالا داری کجا می ری؟»

«می رم قبل از اینکه باریکیو از برنامه غذایی ام حذف شود کمی زغال بخرم. غذا دارد زنانه می شود.»

«شاید سالم تر باشد.»

دو ماه بعد....

آن: «درباره غذا و روحیه زن و مرد بررسی کردم. دنیای کت سفیدها به این نتیجه رسیده که برنامه غذای سالم برای مردان نیست.»

«می خواهی چی بگی؟»

«درباره آنچه صحبت می کردیم. غذای کامل و سالم. به پژوهشهایی که در این خصوص انجام گرفته نگاه کردم. این چهار جعبه نمونه ای از این مقالات هستند.»

در آشپزخانه و در سوپرمارکت مبارزه‌ای در جریان است. بحث بر سر غذا خوردن است. دولتهای غربی با اخطارها و هشدارهایی درباره سلامتی بمباران می‌کنند، مرتب توصیه می‌کنند. قوانین و مقررات آشکار و بی‌کم و کاست. بعضیها مصرف محصولات لبنی غیرپاستوریزه را ممنوع کرده‌اند. بعضیها هم به شهروندان اجازه نمی‌دهند که گوشت گوساله با استخوان مصرف کنند. اگر به حرف دولتهایمان گوش می‌دادیم عمر جاودانه می‌کردیم. یک گفته قدیمی هست که نظری ارائه کرده است: «شما همان غذایی هستید که می‌خورید.» و مقامات مسئول به این نتیجه رسیده‌اند که باید در شرایط سلامتی دائمی بسر ببریم.

مادرانمان می‌گفتند که سبزیجات بخوریم. حالا باید این توصیه را در دوران بزرگسالی هم رعایت کنیم، اما موضوع تنها به سبزیجات خلاصه نمی‌شود. سبزیجات و البته سبزیجات ارگانیک باید مصرف شوند، اما در کنار آن نان سبوس نگرفته، عدس، میوه، حبوبات سبوس نگرفته هم باید مصرف شوند. دولت عرضه‌کنندگان مواد غذایی را مجبور می‌کند که روی مواد غذایی برچسب بزنند تا ما مطمئن شویم که غذایمان کم‌چرب، کم‌کالری، کم‌نمک، و سرشار از فایبر است. البته تعقیب کردن تفاوت‌های جنسیتی در نوع غذاهای مصرفی هم کار آن‌قدرها دشواری نیست. روی هم رفته مردان گوشت را دوست دارند. و زنان معتقدند گوشت چیز خوبی نیست و در این میان گوشت قرمز از همه بدتر است. رژیم غذایی زن سالم‌تر است و ظاهراً کسی هم به این نکته توجه ندارد که این طرز خوراک خوردن زنانه انتخابهای آنان را محدودتر می‌کند. خوب که چی؟ در حالی که زمانی پیش غذایمان را برای اینکه لذتی از آن برده باشیم انتخاب می‌کردیم و برایمان مزه آن مهم بود، حالا کاری کرده‌اند که اگر غذای مصرفی مان را کنترل نکنیم باید احساس گناه کنیم. در واقع گرفتار یک غذا

درمانی برای همه مدت عمر شده‌ایم. سبزیجات را بخور، کالری‌های مصرفی را شمارش کن، مراقب چربی هم باش.

خانم هیلاری کلینتون می‌گوید: «ما زیاد سبزی می‌خوریم، فایبر و میوه هم زیاد مصرف می‌کنیم. این برنامه شامل غذای رئیس جمهور هم می‌شود».

اما خانم لوسی رابینسون، آشپز آقای بیل کلینتون، نظر دیگری دارد: «او عاشق چیز برگ است».

آقای کلینتون مانند بسیاری از مردان دیگر گوشت قرمز را دوست دارد، اما خانم هیلاری کلینتون، مانند بسیاری از زنان دیگر، با این کار موافق نیست و از آن طفره می‌رود. کاهش مصرف گوشت قرمز از دهه ۱۹۶۰ آغاز شد و تا اواسط دهه ۸۰ مصرف گوشت قرمز میان طبقات تحصیل کرده و زنان پر درآمد آمریکا به نصف تقلیل یافت. حتی در میان زنان کم درآمد، مصرف گوشت قرمز به یک سوم گذشته رسید. همین روند را در بریتانیا مشاهده می‌کنیم که تا سالهای ۱۹۹۰، ۴۳ درصد جمعیت که اغلب آنان زن هستند گوشت کمتری مصرف می‌کردند. یک بررسی که از ناحیه دولت آمریکا صورت گرفته نشان می‌دهد که از هر هفت زن یک زن در فاصله سنی ۱۹ و ۵۰ سال، به کلی از خوردن گوشت گوساله خودداری می‌کند. این زنان اگر فرصت مناسبی پیدا کنند مانع از آن می‌شوند که شوهرانشان هم گوشت قرمز بخورند. و دست کم تا جایی که می‌دانیم و مشخص است زنان نوع غذای مصرفی مردان را کنترل می‌کنند.

«انجمن رژیم غذایی آمریکا» می‌گوید: «۹۷ درصد ۶۸۰۰۰ عضو انجمن زن هستند. زنان عضو همین انجمن در بریتانیا ۹۸ درصد اعضا را به خود اختصاص می‌دهند. از هر ۳۳ نفر که غذاهای خود را کنترل می‌کنند ۳۲ نفر را زنان تشکیل می‌دهند. بنابراین هرگز جای تعجبی وجود ندارد



که انقلاب رژیم غذایی به راهنمایی زنان در جریان است. گوشت قرمز از برنامه خارج است و حبوبات و غلات سبوس نگرفته باید مصرف شوند.» بنابراین آن غذایی که مرد دوست دارد (گوشت قرمز) و آن غذایی که زن فراهم می‌آورد (سالاد) اغلب با هم تفاوت دارند و زن اغلب در این مسابقه پیروز می‌شود، زیرا آنان روی هم رفته کنترل غذای مصرفی خانواده را بر عهده دارند. در ضمن زنان توجه بیشتری به آخرین توصیه‌ها درباره مواد غذایی در مجلات و روزنامه‌ها دارند. مردان تردیدشان بیشتر است، اما زن می‌خواهد مردش سالم بماند و بنابراین دقت می‌کند که غذای مناسب بخورد و این البته معنایش این است که مرد باید مانند زن غذا بخورد، و زن با عنوان کردن نقش مهم سلامتی این طرز غذا خوردن مرد را توجیه می‌کند. البته بحث در این زمینه دشوار است، مگر اینکه زن متوجه نشده باشد که پشت پرده چه می‌گذرد. آیا متوجه شده؟

کاملاً امکانش وجود دارد که شده باشد، زیرا مطالب چندانی درباره نیازهای غذایی جنسیت‌های مختلف به چاپ نمی‌رسد. کتابهای درسی هم هیچ توجهی به دودوسی زن و مرد ندارند. در واقع اغلب تفاوت قایل شدنهای میان نیازهای غذایی مردان و زنان موضوعی مربوط به سالهای اخیر است. و موارد بسیار ناچیزی از آن در توصیه‌های برنامه‌های رژیم‌های غذایی درج شده‌اند. در این صورت، زمان آن است که آنچه را که علم در این خصوص توصیه کرده است مجزا کنیم. این در واقع فهرستی مشاهده شده از تفاوت‌های میان جنسیت‌هاست. تفاوت‌هایی نه تنها در این باره که بدنهایشان چگونه با غذای هضم شده روبه‌رو می‌شود، بلکه اینکه ممکن است آنان به طور کلی به غذاهای متفاوتی احتیاج داشته باشند.

ابتدا باید به هشدارهای بهداشتی از ناحیه خودمان اشاره کنیم. در این فصل قصد آن را نداریم درباره تغذیه یا برنامه‌های غذایی مطالبی را افشاء

کنیم. به جای آن برنامه ما این است که تغییرات اجتماعی بیرونی را در برابر آنچه علم درباره طبیعت درونی جنسیتها کشف کرده است برشماریم. به این نکته توجه داریم که به خصوص مردان و نیازهای غذایی آنان همیشه با نیازهای غذایی زنان همخوانی ندارد. باید توجه داشت که زن و مرد دارای مکانیزمهای سوخت و سازی و متابولیک متفاوتی هستند که این برنامه غذایی متفاوتی را می‌طلبد؛ و پلیس سلامتی و بهداشتی که پیوسته غذای ما را با محدودیتهایی روبه‌رو می‌سازد هنوز این نکته را درک نکرده است.

### مردان فقط با ورزش کردن هم می‌توانند از وزن خود بکاهند

زنان به طور طبیعی فقط با ورزش کردن نمی‌توانند از وزن بدن خود بکاهند، بلکه به برنامه رعایت رژیم غذایی هم احتیاج دارند. این امر سببی است که حساسیت زنان نسبت به غذایی که می‌خورند افزایش یابد. مردان با افزایش فعالیتهای جسمانی خود می‌توانند از وزن بدنشان بکاهند، حتی اگر آنچه را که به عنوان غذا مصرف می‌کنند تفاوت نکنند. بررسیهای صورت گرفته در بیمارستان لثوکس میل، نیویورک، نشان می‌دهد که «در حالی که این تأثیربخشی در مردان مشاهده شده است در زنان به چنین مطلبی پی نبرده‌ایم. زنان فقط به کمک ورزش و فعالیت جسمانی و بدون رعایت رژیم غذایی وزن کم نمی‌کنند»

در دانشگاه لیمبورگ، در شهر ماستریخت، هلند، ۱۶ مرد و ۱۶ زن به مدت ۵ ماه تحت یک برنامه ورزش استقامت قرار گرفتند. در این آزمایش میانگین میزان متابولیک روزانه آنان - میزان انرژی که هر کدام برای عمل کردن و فعال بودن بدنشان به آن احتیاج داشتند - اندازه‌گیری شد. هر ۳۲ نفر بر فعالیتهای جسمانی خود به اندازه ۶۰ درصد افزودند. اما تأثیر این

افزایش فعالیت روی این دو جنس به طرز گائل متقاوتت بوا: نرخ متابولیک مردان افزایش فوق‌العاده پیدا کرد. در پایان ۲۰ هفته مردان برای حفظ وزن خود روزانه به مصرف ۸۰۰ کالری بیشتر احتیاج داشتند، اما در زنان این اتفاق مشاهده نشد. افزایش فعالیت‌های بدنی کالری‌های مردان را می‌سوزاند، اما این اتفاق در زنان روی نمی‌داد. در واقع نرخ متابولیک زنان تغییر چندانی نکرد. زندگی منصفانه نیست. مردان می‌توانند با نرم دویدن از وزن بدنشان بکاهند، اما زن برای اینکه از وزن بدنش بکاهد سوای ورزش به رژیم غذایی هم احتیاج دارد.

از دیرباز می‌دانیم که مردان چربی کمتری از زنان دارند، اما عضلاتشان بیشتر است. بدن مرد ۱۵ درصدش چربی است و حال آنکه چربی ۲۷ درصد بدن زن را تشکیل می‌دهد. اگر وزن بدن‌ها را هم در نظر بگیریم زنان چربی بدنشان ۸۱ درصد از مردان بیشتر است. اگر زن سعی کند چربی بدنش را به کمتر از ۱۲ درصد برساند چه از طریق ورزش و چه رعایت برنامه شدید رژیم غذایی، عملکرد نرمال و طبیعی بدنش مختل می‌گردد. برای مرد این درصد پایین چربی ۳ درصد است.

موضوعی به همین اندازه چشمگیر تفاوت میان حجم عضلات است. در مردان ۴۰ درصد وزن بدنشان را عضله تشکیل می‌دهد، اما این رقم در زنان ۲۳ درصد است. در یک دختر نوجوان نسبت چربی به عضله با اضافه شدن چربی به نواحی لگن خاصره و سینه‌ها افزایش می‌یابد، اما سینه‌ها تنها ۴ درصد این چربی را به خود اختصاص می‌دهند. به هنگام بلوغ جنسی، رشد مرد با فعالیت شدید هورمونی در رشد عضلات همراه می‌شود که معمولاً قدرت جسمانی او را دو برابر می‌کند.

تمرینات ورزشی نرمال میزان سوخت و ساز جنس مذکر را افزایش می‌دهد. بنابراین برای حفظ وزن خود به انرژی بیشتری از ناحیه مواد

غذایی احتیاج دارند. مطالعه انجام شده در بیمارستان لنوکس هیل به این نتیجه رسید که [میزان سوخت و ساز جنس مؤنث آنقدرها تحت تأثیر ورزش قرار نمی‌گیرد، بنابراین برنامه تمرین ورزشی زن احتیاج به غذای بیشتر ندارد. تقریباً همه مردان با ورزش ایروبیک از وزن بدنشان می‌کاهند، اما زن نمی‌تواند به این مهم برسد.

بررسی که از سوی مجله کازموپولین انجام شده به این نتیجه رسیده است که یک چهارم خوانندگان آن مجله پیوسته در حال رژیم غذایی هستند، و در این میان یک سوم آنان برای کم کردن وزن خود بعد از صرف غذا به عمد استفراغ می‌کنند. این بیماری که به بی‌اشتهایی عصبی مشهور است بسیار شایع است. در میان جمعیت از هر ۳۳ نفر زن یک زن به این بیماری مبتلاست. این بیماری در مردان ۱۰ درصد میزان شیوع بیماری در زنان است.

زنان می‌گویند غذا یک لحظه روی لبها و یک عمر روی باسن باقی می‌ماند. اما این حرف در مورد مردان صدق نمی‌کند.

### **مردان حتی به هنگام نفس کشیدن بیش از زنان انرژی مصرف می‌کنند**

دانشمندان در مؤسسه ملی بهداشت و سلامتی شهر فونیکس، اریزونا، به این نتیجه رسیده‌اند که مردان به دلیل تفاوت‌های فیزیکی، جثه، ترکیب اندامها و سن، مصرف انرژی‌شان در شرایط استراحت ۱۰-۵ درصد از زنان در حال استراحت بیشتر است. از آن گذشته نظر به اینکه عضله به لحاظ متابولیک در مقایسه با چربی بسیار فعال‌تر است و مردان هم عضله بیشتر و زنان هم چربی بیشتری دارند، تفاوت‌های جنسیتی در ترکیبات بدن به تفاوت‌های بیشتری در مصرف انرژی در حال استراحت منجر می‌شود. در

نتیجه مردان در حال استراحت هم انرژی بیشتری مصرف می‌کنند. تنها زمان استراحت مطرح نیست، مردان روی هم رفته در مقایسه با زنان انرژی بیشتری مصرف می‌کنند. حتی اگر زن و مرد فعالیت مشابهی انجام دهند باز هم مصرف انرژی در مردان بیشتر است. موتور مردان در مقایسه با زنان سریع‌تر کار می‌کند و این تفاوت در اوایل زندگی شروع می‌شود. پژوهشگران، در واحد تغذیه‌دان، در دانشگاه کمبریج، به این نتیجه رسیده‌اند که جنس مذکر حتی در هفته دوازدهم زندگی در حالت خواب ۱۲ درصد انرژی بیشتری از کودک ۱۲ ماهه مؤنث در حال خواب مصرف می‌کند.

روی هم رفته مردان فعال‌تر از زنان هستند. در جریان یک بررسی که روی ۲۰۰۰ بالغ در کارولینای جنوبی انجام شد (۴۳۱ سیاه‌پوست و ۱۵۷۴ سفیدپوست)، مشخص گردید که در فاصله سنی ۳۰ تا ۶۰ سال، مردان ۴۳ درصد از زنان فعال‌تر بودند. سطح فعالیت بیشتر نیازمند سوخت بیشتر است و بنابراین نیازهای غذایی مردان به مراتب از نیازهای غذایی زنان بیشتر است. در این شرایط اگر زن زیاد از اندازه غذا بخورد، سوخت اضافی احتمالاً به شکل چربی در بدن او ذخیره می‌شود، و حال آنکه مرد فرصت بیشتری دارد که این مواد غذایی اضافه مصرف کرده را بسوزاند.

### مردان در مقایسه با زنان به پروتئین بیشتری احتیاج دارند

ورزشکاران رشته‌های استقامت کانادا، هم زنان و هم مردان در جریان یک سری ورزشهای استقامتی قرار گرفتند. معلوم شد که زنان باید مصرف پروتئین خود را یک هفتم افزایش می‌دادند، اما مردان باید مصرف پروتئین خود را دو برابر می‌کردند. تمرینات منظم نیاز به پروتئین در مردان را به مقدار بسیار بیشتری از زنان افزایش می‌دهد.

ورزش تولید عضله می‌کند و کارخانه عضله احتیاج به پروتئین دارد. علت نیاز بیشتر مردان به پروتئین، صرفاً به این دلیل نیست که مرد عضله بیشتری دارد، بلکه باید علت را در هورمونهای اندروژن جستجو نمود که شاخص‌ترین آنها تستوسترون است. هر دو جنس زن و مرد اندروژن تولید می‌کنند، اما تولید اندروژن از سوی مردان به مراتب بیشتر است. به عبارت دیگر، بعد از رسیدن به بلوغ جنسی مردان ده برابر زنان اندروژن تولید می‌کنند. اندروژن مسئول رشد ویژگیهای مردانه‌ای از قبیل موی صورت و سینه، طاسی، صدای عمیق، افزایش شهوت و پرخاشگری و خشونت بیشتر است. اندروژن بیشتر به معنای سنتز شدن بیشتر پروتئین است که در نتیجه مصرف بیشتر پروتئین را به همراه دارد. مردان سریع‌تر از زنان پروتئین‌سازی می‌کنند و در مقایسه با آنان آن را سریع‌تر مصرف می‌نمایند. نیاز مردان به پروتئین بیشتر است.

### پروتئین

پروتئینها بخش ضروری و مورد نیاز تمامی سلولهای بدن هستند. و از حدود ۲۰ آمینواسید صورت خارجی پیدا می‌کنند که هشت نوع آن برای تغذیه ما ضرورت دارند. پروتئینها پیوسته شکسته می‌شوند. یک بالغ به طور متوسط روزانه حدود ۲۵۰ گرم پروتئین را باز پردازش می‌کند. اما در جریان این پردازش مقداری از پروتئینها از دست می‌روند و باید از طریق غذای مصرفی ما تأمین شوند. برای تأمین این مقدار به ۲/۵ اونس یا ۷۰ گرم پروتئین احتیاج داریم. پروتئینها باید ۱۵-۱۰ درصد غذای روزانه ما را تشکیل دهند.

بدن یک مرد متوسط حاوی ۲۵ تا ۳۰ پوند پروتئین است، که از آن ۳۴۰ گرم پروتئین به طور ذخیره نگهداری می‌شود. این مقدار ذخیره کم نشان می‌دهد که او باید به طور مرتب میزان پروتئین مورد نیاز خود را به شکل غذا تأمین کند. کم شدن

پروتئین در اثر غذا نخوردن به مدت طولانی یا به علت برنامه غذایی نامناسب، می‌تواند منجر به کاهش پروتئین بدن بشود و اگر این پروتئین از عضلات قلب گرفته شود، لطمه ناگواری به بدن وارد می‌شود و می‌تواند زندگی انسان را تهدید کند. کودکانی که پروتئین کافی مصرف نمی‌کنند اغلب با دشواریهای ذهنی مواجه می‌شوند.

پروتئین حیوانی، بهترین نوع پروتئین برای انسان است. اگر پروتئین حیوانی کافی مصرف نشود باید دقت کرد که غذاهای مصرفی نیازهای بدن انسان را تأمین کند.

گوشت ۱۷ تا ۲۰ درصد پروتئین دارد، تخم‌مرغ ۱۲ درصد، حبوبات ۱۰ درصد، شیر ۳ درصد، سیب‌زمینی و لوبیای فرانسوی ۲ درصد، هویج و کاهو ۱ درصد.

دانشمندان هلندی اخیراً روی اشخاص مسن‌تر بررسی کردند تا بدانند که به چه سرعتی پروتئین را مصرف می‌کردند. آزمایش نشان داد که مردان در مقایسه با زنان پروتئین بسیار بیشتری مصرف می‌کردند. در ضمن مشخص شد که نیاز بدن به پروتئین با افزایش سن کاهش پیدا نمی‌کند. و حتی ممکن است افزایش پیدا کند. واقعیت این است که کمبود پروتئین یکی از مسایل عمده زنان پاه به سن گذاشته است.

در جریان بررسی دیگری مشخص گردید که مصرف پروتئین با کیفیت بالا برای سالمندان باید دو برابر توصیه‌های جاری باشد. اما نویسندگان تنها به شیر و تخم‌مرغ به عنوان پروتئینی با کیفیت بالا اشاره کرده‌اند. در غذای پیشنهادی آنان اشاره‌ای به گوشت نشده است. برخی از گیاهان پروتئینی با کیفیت پروتئین گوشت دارند، اما از کیفیت تعادل آمینواسید بی‌بهره‌اند. گیاه خوارانی که پروتئین‌های کم کیفیت مصرف می‌کنند،

ممکن است به دو برابر مصرف پروتئین احتیاج داشته باشند.

آن: «اما شنیدم اخیراً یکی از مردانی که پروتئین گیاهی مصرف می‌کرد در مسابقه پرورش اندام در جنوب شرقی انگلستان به مقام اول رسید.»  
بیل: «بله همینطور است، اما نسبتش یک در ده هزار نفر است. اگر یک به بیست بود به این موضوع توجه می‌کردیم.»

پروتئین با کیفیت مطلوب به ترتیب اهمیت عبارتند از: گوشت، ماهی، تخم مرغ و شیر. گوشت تا حد زیاد بهترین منبع تأمین پروتئین با کیفیت بالاست. در واقع میزان پروتئین گوشت پنج برابر پروتئین شیر است. پروتئین تخم مرغ زمانی برای رفع نیازهای انسانی اهمیت ویژه داشت. در حال حاضر ثابت شده که آمینو اسید آن برای جوجه‌ها بسیار عالیست، اما برای انسانها آنقدرها ایده‌آل نیست. برای انسان گوشت بدون چربی یا ماهی تازه به حد ایده‌آل نزدیک‌تر است. ما به پروتئین احتیاج داریم. مردان هم بیش از زنان به پروتئین احتیاج دارند و در این میان گوشت منبع ایده‌آل تأمین پروتئین است.

### انتقال‌دهنده‌های عصبی مغز تحت تأثیر برنامه غذایی قرار می‌گیرند

انتقال‌دهنده‌های عصبی مواد شیمیایی هستند که از رشته‌های عصبی آزاد می‌شوند. این انتقال‌دهنده‌ها تکانه‌ها - پیامهای انتقالی - را از یک سلول عصبی (نورون) به سلول عصبی دیگر می‌رسانند. فعالیت اینها بیشتر در مغز است، اما مقادیری نیز در جاهای دیگر بدن تولید و ساخته می‌شوند. در فصلهای بعدی کتاب خواهیم دید که تفاوت‌هایی در سطوح



انتقال‌دهنده‌های عصبی که زن و مرد از آن استفاده می‌کنند وجود دارد. در اینجا صرفاً کافیت به حقایقی چند درباره نیازهای تغذیه‌ای زن و مرد اشاره کنیم.

سروتونین یک ماده شیمیایی مغزی است که روی کنترل روحیه تأثیر فراوان بر جای می‌گذارد. خواب را بهتر می‌کند و به رفتارهای تکانه‌ای مسلط است. سطوح پایین سروتونین که در مردان شیوع بیشتری دارد با رفتارهای پرخاشگرانه در ارتباط است. سروتونین مانند هورمون زنانه استروژن از میزان اشتها می‌کاهد، و به همین دلیل است که داروهایی که برای کاهش وزن مورد استفاده قرار می‌گیرند به گونه‌ای طراحی شده‌اند که میزان سروتونین را در مغز افزایش می‌دهد. زنان، به طور متوسط، در مقایسه با مردان از اندکی سروتونین بیشتر برخوردارند، و در مقایسه با زنان بسیاری از مردان از سطح سروتونین پایین‌تری برخوردار می‌باشند. در فصل شش درباره سروتونین بیشتر بحث کرده‌ایم.

انتقال‌دهنده‌های عصبی، نقشی بسیار بیش از آن دارند که بخواهیم کارشان را با توجه به اشتها توضیح بدهیم. غذاهایی که از کربوئیدرات زیاد بهره دارند (مانند نشاسته یا شکر) می‌توانند میزان تریپتوفان را بالا ببرند. تریپتوفان ماده‌ای شیمیایی است که به تولید سروتونین کمک می‌کند. بالا رفتن میزان تریپتوفان آرام‌بخشی بیشتری بوجود می‌آورد. غذاهای سرشار از پروتئین مانند گوشت قرمز از میزان تریپتوفان و سروتونین می‌کاهند، بنابراین هشیاری و گوش‌بزرنگی ذهن را افزایش می‌دهند. مردانی که با یک کار پرچالش روبه‌رو هستند می‌توانند با خوردن استیک برای صبحانه و نوشیدن قهوه بر گوش‌بزرنگی خود بیفزایند. کافئین توانایی تمرکز کردن را افزایش می‌دهد. با این حساب می‌بینید آنچه می‌خورید روی چگونگی اندیشه شما تأثیر می‌گذارد.

## چرا مردان به آهن احتیاج دارند

بدن انسان برای اینکه بتواند به درستی به وظایف خود عمل کند به مواد بسیار مختلفی نیاز دارد. برای مثال آهن در تولید خون نقش بسیار حساسی ایجاب می‌کند. اگر آهن کافی به بدن نرسد میزان هموگلوبین کاهش می‌یابد و در نتیجه خستگی بر بدن چیره می‌شود. زمانی تصور می‌شد که مصرف زیاد آهن می‌تواند منجر به بیماریهای قلبی و عروقی شود، اما مطالعه‌ای که روی ۱۲۰۰۰ زن و مرد انجام شد نشان داد که هیچ رابطه‌ای میان ذخایر آهن در بدن و مرگ ناشی از بیماری قلبی در مردان وجود ندارد. این نتیجه‌گیری در مورد زنان تا حدودی مبهم بود.

بررسیهای به عمل آمده نشان می‌دهد که مصرف بیش از اندازه کم مواد معدنی و، به خصوص، روی و آهن در برنامه‌های غذایی ما می‌تواند به نظام ایمنی بدن آسیب فراوان بزند. مصرف کمتر از اندازه آهن، به خصوص در نوزادان، می‌تواند منجر به آسیبهای مغزی در آنان بشود. طفلی که از شیر گرفته می‌شود دارای ذخایر آهن نیست. بنابراین باید در غذاهای خود آهن به قدر کافی مصرف کند. با توجه به آنچه در کتابهای درسی و علمی آمده است، اگر برنامه غذایی حاوی ویتامین ث و گوشت باشد می‌توان نیاز بدن به این مواد را برطرف ساخت. ویتامین ث درست مانند گوشت قرمز یک ماده ضد فی‌تیک است. اسید فی‌تیک مانع از جذب برخی از مواد غذایی می‌شود که از جمله آنها می‌توان به آهن اشاره کرد.

آزمایشهای انجام شده روی مردان گیاهخوار، در نیوزلند، نشان داد که میزان آهن در خون آنان ۳۵ درصد میزان آهن در اکثریت مردان است، و این در حالی است که گیاهخواران در مقایسه با دیگران آهن بسیار بیشتری مصرف می‌کنند. در واقع گیاهخواران آهن بیشتری مصرف می‌کنند، اما آهن مصرفی آنان کمتر جذب می‌شود. از این رو پژوهشگران به این نتیجه

رسیدند که «مصرف آهن در گیاهخواران، به خصوص در مردان، باید افزایش یابد.»

**کمی مصرف گوشت قرمز سبب کمبود روی و برخی از ویتامینهاست**  
در سال ۱۹۹۵ سه دانشمند متخصص تغذیه، در آرکانزاس، به تحلیل ۴۳ برنامه غذایی مورد تأیید در امریکا پرداختند. تحقیقات این دانشمندان نشان داد که کمبود روی در مردان کاملاً مشهود است. مردان در مقایسه با زنان با کمبود روی بیشتری مواجه بودند. کمبود روی در بدن موجب کاهش توانمندی اشخاص در حس چشایی و بویایی در زمینه غذای مصرفی می‌شود. از دست رفتن مزه می‌تواند بدین معنا باشد که غذا به اندازه کافی مصرف نشود، از این رو کمبود مواد غذایی در بدن افزایش می‌یابد. توان بینایی در شب هم کاهش می‌یابد. رشد بافت‌های جدید کاستی می‌گیرد. ثابت شده است که کمبود مصرف روی در بدن حتی در شرایط ملایم و ضعیف آن مشکلاتی برای رشد کودکان امریکایی و کانادایی سبب شده است.

پژوهشگران آرکانزاس خاطر نشان می‌کنند که توجه فزاینده به ماهی، مرغ، و بنشانات ممکن است بیش از پیش از میزان روی موجود در بدن بکاهد. آنان معتقدند، توصیه روزافزون به مصرف کمتر چربی‌های اشباع شده می‌تواند روی موجودی مواد معدنی در بدن تأثیر منفی برجای بگذارد. مصرف غذاهای سرشار از روی و آهن با کاهش از میزان چربی مصرفی مردم، محدودتر می‌شود. پژوهش‌های دیگری نیز که در این زمینه صورت گرفته بر این نکته صحه و تأکید می‌گذارد. پژوهشگران آرکانزاسی به این نتیجه رسیدند، مهم‌ترین دلیلی که هنوز به نظر می‌رسد آهن کافی در غذاها مصرف می‌شود به دلیل مصرف حبوبات مخصوص صبحانه در

برنامه‌های غذایی امریکاییها و غربیهاست. اما این حبوبات صبحانه‌ای معمولاً دارای مکملهای غذایی مصنوعی هستند.

در جریان بررسی دانشمندان تغذیه در آرکانزاس مشخص گردید از هر هفت نفر مرد یک نفر با کمبود ویتامین (ب-۶) روبه‌روست. ویتامین (ب-۶) در تولید انتقال‌دهنده‌های عصبی نقش بارزی دارند. و اگر مدت دو هفته ویتامین (ب-۶) به بدن نرسد، مشکلات جدی برای انسان بروز می‌کند. کمبود ویتامین (ب-۶) نشانه کمبود پروتئین است، اما متخصصان تغذیه به جای آنکه تخم‌مرغ یا گوشت بیشتری را برای مصرف توصیه کنند، به مصرف بیشتر بنشانات اصرار دارند: نخود، لوبیا، توفو، سویا و سایر حبوبات. متخصصان تغذیه به این موضوع معترفند که علاقه چندانی به این غذاها وجود ندارد، در این میان مردان بیش از زنان در برابر خوردن این غذاها مقاومت دارند، اما در نظر متخصصان این بی‌علاقگی نمی‌تواند مانعی به حساب آید. بسیاری از بیماران حاضر به مصرف بنشانات نیستند و متخصصان امر تغذیه در برخورد با این موضوع معتقدند که باید مردم را آموزش داد. در اینجا است که صدای روشن صنعت تغذیه تحت نفوذ زنان بگوش می‌رسد: مردان نشانه‌هایی از کمبود پروتئین نشان می‌دهند. گوشت می‌تواند این کمبود را برطرف سازد، اما بنشانات گرچه منبع آنقدرها جالبی برای تأمین پروتئین محسوب نمی‌شود، سالم‌تر هستند. مرد احتیاج به گوشت دارد؟ به او توفو بدهید.

در اینجا به جنبه‌های نگران‌کننده برنامه‌های غذایی برخورد می‌کنیم. دانشمندان متخصص تغذیه می‌خواهند با تأثیرگذاری بر غذای مصرفی مردم، این غذا را سالم‌تر کنند و در این میان بعضی از آنان هم اذعان می‌کنند که غذا باید خوشمزه هم باشد. اما وقتی برنامه غذایی آنان جواب مناسب نمی‌دهد. وقتی مواد غذایی مورد نیاز در غذاهای مورد تأیید نمی‌تواند

خواسته‌ها را برآورده سازد، متخصصان هم چنان با خوردن گوشت مخالفت می‌کنند، هر چند این را قبول دارند که همین برنامه غذایی، مشکلاتی برای آنان بوجود می‌آورد. این متخصصان به جای اینکه با توجه به نتایج بدست آمده اخیر در توصیه‌های خود تجدیدنظر کنند، توصیه می‌کنند که همچنان بر مصرف بنشانات، غلات سبوس نگرفته در برنامه‌های غذایی خود بیفزاییم.

میزان ویتامین و مواد معدنی مورد نیاز بدن انسان موضوعیست که پیوسته در باره‌اش بحث و گفتگو می‌شود. نیازهای اشخاص با هم متفاوت است. اغلب اشخاص کمتر از میزانی که مشخص گردیده احتیاج دارند، اما نیاز جمعی دیگر به مواد معدنی و ویتامینها بیشتر از حد تعیین شده است. اما در این باره تردیدی نیست که وقتی کسی مصرف این مواد در او کمتر از ۷۵ درصد نیاز تعیین شده باشد، می‌تواند خطرات جدی ایجاد کند. بررسیهای انجام شده روی زنان و مردان مسن در امریکا نشان می‌دهد که ۴۰ درصد آنان، هم زنان و هم مردان، در زمینه روی با کمبود روبه‌رو هستند. مصرف ویتامین آ هم نکته دیگری است که حائز اهمیت است. بسیاری بر این عقیده‌اند که ویتامین آ را می‌توان از سبزیجات با رنگ سبز پررنگ به دست آورد، اما حتی اسفناج که به ظاهر ویتامین آ زیاد دارد، از غذاهای حیوانی حاوی ویتامین آ، اثر بخشی کمتری دارد.

مردان در مقایسه با زنان در برنامه غذایی خود به ۴۵ درصد روی بیشتر احتیاج دارند (مگر زنان باردار یا زنانی که به فرزندان خود شیر می‌دهند). مردان از آن جهت به روی بیشتری احتیاج دارند که از آن برای تولید اندروژن استفاده می‌کنند. همان طور که می‌دانیم اندروژن هورمونی مردانه است که میزان آن در بدن مردان ده برابر بدن زنان است. اما مردان این روی را از کجا باید به دست آورند؟ مشکل وقتی حادث می‌شود که بدانیم ذخیره

روی در بدن بسیار ناچیز است. البته ما اندکی روی در بدن خود ذخیره می‌کنیم، اما بخش اعظم روی ذخیره شده در بدن در استخوانها و نیز در عضله اسکلتی است که آزاد شدن آن در بدن دشوار است. معمولاً یک هزارم روی موجود در بدن ما در خون ما وارد می‌شوند. بنابراین به لحاظ متعارف ذخیره روی در بدن می‌توان گفت که وجود ندارد. خوشبختانه معمولاً ماهها به طول می‌انجامد که برنامه غذایی بدون روی کافی منجر به کمبود در بدن شود و خودش را نشان دهد.

در امریکا توصیه بر این است که روی از برنامه‌های غذایی نیمه گیاهی تأمین شود. و این در حالی است که اگر گوشت به اندازه کافی مصرف شود، نیاز به مصرف غذاهای سرشار از روی تا حدود زیاد کاهش می‌یابد. زیرا روی موجود در گوشت به راحتی بیشتری جذب می‌شود و حال آنکه روی موجود در حبوبات سبوس نگرفته به این سادگی جذب نمی‌شود. برای این هم دلیل واضحی وجود دارد. حبوبات تصفیه نشده حاوی ماده‌ای به نام فی‌تیک اسید هستند. نان سبوس نگرفته، سرشار از فی‌تیک است. فی‌تاز، یا فی‌تیک اسید مانع از جذب آهن یا روی می‌شوند.

بیل: «حال اگر بعضی از خوانندگان به این فکر بیفتند که باید قرص آهن بخورند چه اتفاقی می‌افتد؟»

آن: «روی به مقدار زیاد به آهن موجود در خون آسیب می‌رساند. در نتیجه تولید کم خونی می‌کند. این کم خونی با مصرف آهن جبران نمی‌شود. غذای مصرفی ما باید متعادل باشد.»

«خوب گیاه‌خواران چه نظری دارند؟»

«بهتر این است که با یک پزشک معقول صحبت کنی.»

### کمبودهای جنس مذکر، گوشت قرمز، فی‌تات‌ها

دوباره به برنامه پژوهشی آرکانزاس برگردیم. اگر در برنامه غذایی گوشت به اندازه کافی وجود داشته باشد، کمبود روی مردان به زودی برطرف می‌شود. اما با افزودن غلات سبوس نگرفته بیشتر به برنامه غذایی، یعنی آن چیزی که متخصصان تغذیه توصیه می‌کنند موجودی روی در بدن ممکن است در عمل کاهش نشان دهد که این ناشی از فی‌تات در حبوبات سبوس نگرفته است.

بیل: «هیچ معلوم است که چه می‌گذره؟ سبوس، جو دوسر، حبوبات پر از فایبر،... بگو غذای اسب.»  
 آن: «بگو غذای سالم.»  
 «فی‌تات موجود در آنها روی را از بین می‌برد و مانع جذب آهن می‌شود.»  
 «با این حساب غذاهای ناسالمی هستند.»

مردان به روی یکنواخت و ادامه‌داری احتیاج دارند، زیرا کمبود روی متابولیسم آنان را مخدوش می‌کند و نمی‌توانند اندروژن به قدر کافی تولید کنند و همان طور که می‌دانید اندروژن هورمون ضروری برای مردان است. اما روی در کجا بیشتر یافت می‌شود؟ در گوشت قرمز نه در گوشت سفید. یک تکه گوشت گوساله چربی گرفته شش برابر سینه یک مرغ و ده برابر ماهی روی دارد. گندم سبوس نگرفته ممکن است به اندازه گوشت گوساله روی داشته باشد، اما فی‌تات‌های موجود در گندم سبوس نگرفته

مانع از آن می‌شوند که روی جذب بدن شود. فی‌تات روی جذب آهن و کلسیم هم تأثیر منفی می‌گذارد و بنابراین مانع جذب آنها می‌شود. فی‌تات‌ها نامطلوب هستند، اما پروتئین موجود در گوشت قرمز به عنوان ماده‌ای ضد فی‌تات کار می‌کند.

تا اواسط دهه ۱۹۸۰، این موضوعی کاملاً شناخته شده بود، اما گوشت قرمز به شکلی تکفیر شده است. و این در حالی است که بررسی‌ها نشان داده‌اند مردان جوان که با گوشت کم و نان سبوسدار و حبوبات تصفیه نشده بزرگ می‌شوند در زمینه‌های رشدی با دشواریهای عدیده روبه‌رو هستند. نمونه این اختلالات را در دهه ۱۹۴۰ در دوبلین مشاهده کردیم. جمهوری ایرلند با آنکه در جنگ علیه هیتلر بی‌طرف بود مجبور شده بود که برای مصرف نان، که در ایرلند سبوس نگرفته بود، سهمیه و جیره‌بندی در نظر بگیرد. کمی ویتامین (د) و کلسیم آسیب‌های جدی به بچه‌ها زد.

در اسکاتلند مصرف نان سبوس نگرفته از سال ۱۹۸۰ سه برابر شده است. زنان به خصوص مسئول این افزایش هستند، و در این میان جای تعجبی وجود ندارد که گزارشی درباره عادات غذایی اسکاتلندی‌ها این روند را سالم ارزیابی می‌کند و مردانی که هم‌چنان نان سفید می‌خورند انگاره‌ای از رفتاری ناسالم را به نمایش می‌گذارند. این داوری واقعیتها را در نظر نمی‌گیرد. نان سبوس نگرفته البته مواد معدنی و ویتامین‌های بیشتری از آرد تصفیه شده دارد، اما بخش قابل ملاحظه‌ای از این مواد جذب نمی‌شوند. مردان اسکاتلندی در مقایسه با زنان آن کشور یک هفتم گوشت بیشتر مصرف می‌کنند و این هم از سوی صاحب‌نظران ناسالم ارزیابی می‌شود. هیچ اقدامی برای تمیز قایل شدن میان گوشت بدون چربی و گوشت چرب صورت نگرفته است. به هر صورت درایت درباره



غذای سالم از این قرار است: گوشت قرمز ناسالم، نان سفید ناسالم –  
مردها ناسالم.

آن: «برچسب روی نان سبوسدار من می‌گوید که پر از مواد غذایی  
ارزشمند است.»

بیل: «اما نمی‌گوید پر از فی‌تات هم هست که جلو استفاده از این مواد  
ارزشمند را می‌گیرد. این را هم نمی‌گوید که فایبر موجود در سبوس، غذا  
را در معده سریع‌تر حرکت می‌دهد و مانند ملین رفتار می‌کند.»

آن: «نان سبوس نگرفته یکی از غذاهای اولیه حاضر و آماده است. اما  
خبر خوش این است اگر بقیه مواد غذایی مصرفیتان جذب و مناسب باشد  
این یکی لطمه‌ای نمی‌زند.»

اما آنچه تصور می‌کنند که سالم است، ممکن است در واقع سالم نباشد.  
توصیه‌های جاری در مورد برنامه غذایی به کمبود مواد معدنی در  
برنامه‌های پر فایبر که اغلب در برنامه‌های غذایی مردم شکل غالب دارد  
اشاره نمی‌کنند. از اینکه بگذریم اغلب درباره میزان پروتئین و انرژی که  
در این مواد غذایی وجود دارد برخورد مبالغه‌آمیز می‌کنند، و علتش این  
است که فرض را بر این می‌گذارند که فایبر بیش از اندازه‌ای در بدن جذب  
می‌شود. در نواحی روستایی مکزیکی یک سوم مردان و یک سوم زنان  
باردار با کم‌خونی مواجه هستند، نیمی از زنان غیرباردار هم کم‌خون  
هستند. «مصرف غذای کم گوشت و کمبود آهن دلیل اصلی کم‌خونی در  
زنان است.»

بیل: «غذای سالم... طبق تعریف همه غذاهای دیگر ناسالم است،

بخورید و به سرعت بمیرید.»

آن: «در فرهنگ لغتی که من دارم این گونه آمده است: غذای سالم، اسم. غذای گیاهی، که گیاهش بدون کود شیمیایی رشد کرده باشد، افزودنی به آن اضافه نشده باشد و به دلیل سالم بودنش مصرف می شود.»  
«به شرط آنکه با یک لیوان پر از ویتامین و مکمل غذایی مصرف شود. بسیاری از گیاهخواران عمر طولانی دارند.»

آیا اشخاصی که غذای سالم می خورند اگر اکراهشان از گوشت قرمز برداشته شود سالم تر می شوند. در دانشگاه ایالتی ایلی نویز، گوشت گوساله کم چربی به زنان جوان داده شد. در هفت روز نخست همه غذای گیاهی خوردند. در سه هفته بعدی، این اشخاص به ترتیب روزی ۳، ۶ و ۹ اونس گوشت گوساله مصرف کردند. به محض اضافه شدن گوشت گوساله به برنامه غذایی، آهن بدن اشخاص تحت آزمایش افزایش یافت. روزی ۸۵ گرم گوشت در روز میزان ایده آل مصرف بود، زیرا افزایش قابل ملاحظه ای در میزان روی و آهن جذب شده وقتی بر میزان مصرف افزوده می شود صورت خارجی پیدا نمی کند. این بدان معناست که حد اعتدال شرط عقل و کار درست است. نتیجه گیری پژوهشگران این بود که بهره برداری از روی و آهن پس از مصرف گوشت گوساله افزایش یافت.

آن: «روزی یک چهارم پوند همبرگر بخورید... تا نیاز به دکتر نداشته باشید.»

در این شرایط انتظار داشته باشید که اگر یک کلوچه سبوس نگرفته به

همبرگرتان اضافه کنید از آهن موجود در بدنتان کاسته شود. پختن بیش از اندازه غذا هم همین نتیجه را بوجود می‌آورد. اگر گوشت را آن قدر سرخ کنید که حالت سیاه و خاکستری پیدا کند، آهن گوشت تبدیل به آهن گیاهی می‌شود که هضم و جذبش در بدن ده برابر دشوارتر می‌شود.

مردان کمبود روی دارند و زنان کمبود آهن و این هر دو در گوشت قرمز به وفور یافت می‌شود، و با این حال این ماده غذایی بیش از هر ماده غذایی دیگر از برنامه غذایی ما حذف شده است. نیاز زن به گوشت قرمز به همان اندازه نیاز مرد به گوشت قرمز است، هر چند ممکن است دلایل آن با هم فرق داشته باشد. اما بی‌علاقگی زن به گوشت قرمز بیش از بی‌علاقگی مرد به آن است. البته بعضیها به دلایل اخلاقی گوشت قرمز مصرف نمی‌کنند. بعضیها حتی برخی از مواد گیاهی را به این دلیل که خوردن آن باعث می‌شود گیاه بمیرد مصرف نمی‌کنند. کارن نوبل، یکی از اهالی لندن، روزانه بیست عدد انبه مصرف می‌کند. او می‌گوید با این کار هیچ ریشه گیاهی خشک نمی‌شود. کارن نوبل می‌گوید: «انبه هم خوشمزه است و هم زمین را نجات می‌دهد.»

## مردان سریع‌تر از زنان غذاها را گوارش می‌کنند و وزن مدفوع آنان بیش از زنان است

به ما اطمینان خاطر می‌دهند که فایبر برای ما ماده غذایی مفیدی است. فرض کنیم که فی‌تاتها کمی تولید مشکل کنند. خوب که چی؟ همه می‌دانند که فایبر چیز خوبیست. آیا به راستی این گونه است؟ زمانی تصور می‌شد که فایبر حبوبات از مادر برابر ابتلا به سرطان روده محافظت می‌کنند، اما بررسیهای وسیع‌تر صورت گرفته روی انسانها به این نتیجه رسیده است که فایبر حبوبات هیچ تأثیر قابل توجهی بر سلامتی ما

نمی‌گذارد. اینکه آیا فایبر سبزیجات یا میوه به ما کمک می‌کنند یا نمی‌کنند هنوز کاملاً مشخص نیست. دست کم سبزیجات و میوه‌ها حاوی فی‌تات کمتری هستند و بنابراین برخلاف فایبر سبوس گندم مانع از جذب مواد معدنی اساسی در بدن انسان نمی‌شوند. مصرف فایبر بیشتر در صورتی مفید و مؤثر است که مصرف میوه، سبزی و البته گوشت را بیشتر کنیم.

در ضمن توصیه می‌شود برای درمان سندرم اختلال گوارش فایبر مصرف کنیم، و این را هم می‌دانیم از هر پنج نفر، دو نفر با اختلالات گوارشی مواجه هستند. این طور که به ما می‌گویند علت اصلی این ناراحتی استرس است، و در مقایسه مردان دو برابر زنان از این مشکل رنج می‌برند. در این میان حساسیتهای غذایی، هورمون‌ها و عفونتهایی از نوع کاندیدا می‌توانند ایفاگر نقش باشند. شما و کثیری از متخصصان دستگاه گوارش به بیماران و مراجعان خود توصیه می‌کنند که فایبر سبوس بیشتری مصرف کنند. کار کاملاً بی‌فایده‌ای است. آزمایشهای در ارتباط با سه ماه سبوس درمانی منجر به یک نتیجه‌گیری واحد شد: «سودمندی سبوس به دلیل واکنش پلاسیبو است.»

به نظر می‌رسد که زنان و مردان به فایبر سبوس گندم و سبزیجات واکنش متفاوتی نشان می‌دهند و دستگاه گوارش و دفع مدفوع در آنان به شکل متفاوتی عمل می‌کند. در شرایط مصرف به یک اندازه فایبر، مردان در مقایسه با زنان بخش بیشتری از فایبر مصرفی را به شکل مدفوع دفع می‌کنند. به طور کلی سرعت حرکت مواد غذایی مصرف شده در دستگاه گوارش مردان بیشتر است، و وزن مدفوع آنان هم در مقایسه با وزن مدفوع زنان بیشتر می‌باشد. به همین جهت مصرف بیشتر فایبر به مردان در مقایسه با زنان کمک کمتری می‌کند.

## نابهنجاری‌های تولید اسپرم در مردان با افزایش مواد استروژن‌گونه در محیط و در برنامه‌های غذایی رابطه دارد

سویا مهم‌ترین منبع استروژن (هورمون زنانه) در برنامه‌های غذایی روزگار ماست، و آن طور که مشخص است استروژن و مواد مشابه اختلالات بازتولیدی مردان را افزایش می‌دهد. «سویا سرشارترین منبع فیت استروژن است و مصرف آن، به خصوص اگر جایگزین پروتئین گوشت قرمز شود، در دو یا چند دهه اخیر افزایش نشان می‌دهد.» بسیاری از مردان فراورده‌های تهیه شده از سویا را مصرف می‌کنند بدون اینکه حتی بدانند این کار را می‌کنند، مگر اینکه روی برچسب‌های بسته‌های غذایی محتویات درون آن را بخوانند. در بسیاری از غذاهای بسته‌ای از سویا به عنوان ماده‌ای مکمل و افزودنی استفاده می‌کنند. ممکن است روی قوطی غذا اشاره‌ای به گوشت شده باشد، اما، به جای گوشت محتوای آن را سوی تشکیک می‌دهد. در واقع احتراز از این ماده غذایی دشوار است. سوی بین، روغن و مشتقات سویا در ۳۰۰۰۰۰ فرآورده غذایی مصرف می‌شود. سوی بین له شده در ۶۰ درصد تمام غذاهای از قبل تهیه شده وجود دارند و از هر ده محصول غذایی که در قفسه‌های غذایی سوپرمارکتها قرار دارد، شش محصول از این ماده غذایی درست شده است.

ریچارد شارپ، متخصص مشهور بریتانیایی، در زمینه اسپرم از خوردن فراورده‌های تهیه شده از سویا خودداری می‌کند. او می‌گوید: «سعی می‌کنم هر ماده غذایی حاوی سوی بین را برای فرزندانم خریداری نکنم.» کاهش اسپرم در مذکرهای امروزی بدون تردید با عوامل دیگری نیز در ارتباط است. برای مثال، زمانی به گوساله‌ها برای اینکه بیشتر رشد کنند، هورمونهای رشد می‌دادند که این باعث افزایش استروژن در عرضه‌های غذایی می‌شد. شارپ می‌گوید: «کسی نمی‌داند که چه مقدار

استروژن در بدن زنانی که در دهه ۱۹۵۰ زندگی می‌کردند و مردان امروز را زایمان کردند که با کمبود اسپرم روبه‌رو هستند وجود داشت.»

تهیه‌کنندگان نان در انگلیس قصد دارند نان از جنس آرد سویا را که سرشار از استروژنهای گیاهی است برای فروش به زنان در حال یائسه شدن تولید کنند. آن طور که می‌گویند چهار برش این نان می‌تواند جایگزین درمان جایگزینی هورمون بشود. اما دانشمندان و متخصصان غذایی معتقدند که این نان ممکن است برای مردان مناسب نباشد. آرد خالص سوی برای زنان مشرف به یائسگی تهیه می‌شود، اما به ندرت می‌توانید غذای از پیش تهیه شده‌ای را در فروشگاههای مواد غذایی پیدا کنید که مقداری سوی در آن بکار برفته باشد.

دست کم بعضیها می‌دانند و به این نتیجه رسیده‌اند که سویا برای زنان مفیدتر از مردان است. در استرالیا گفته می‌شود نان شیلا، که قرار است در بریتانیا هم به بازار عرضه شود، والس را به ماتیلدا باز خواهد گرداند. بخش عمده نان شیلا آرد سویا و روغن تخم برزک است که هر دو حاوی به مقدار زیاد استروژن هستند، اما مصرف‌کنندگان این فراورده باید بدانند که مصرف استروژن بیش از اندازه روی بیضه‌های پسرانشان تأثیر نامساعد می‌گذارد. اما استروژن به هر شکلی که مصرف شود والس را در مردان زنده نخواهد کرد.

بیل: «پس اگر سویا مردان را مؤنث می‌کند...»

آن: «شاید به همین دلیل است که بعضی از گروههای زنان با آن مخالف

نیستند.»

«اما این استروژنهای بدست آمده از سویا سرطان‌زا هم هستند.»

آن: «بله حتماً، اما جالب این است که در آمریکا سازمان بهداشت و

سلامتی بسیاری از موادی را که سرطان‌زایی کمتری هم دارند، ممنوع ساخته‌اند. اگر سویا ماده‌ای طبیعی نبود تردید نداشتیم که آن را هم ممنوع می‌کردند.»

تا بدین‌جا درباره عوامل مختلفی که روی برنامه غذایی تأثیر می‌گذارند بحث کرده‌ایم. سعی کردیم توضیح بدهیم در چه مواردی تأثیر این عوامل غذایی روی مردان متفاوت از زنان است. ممکن است بعضی از خوانندگان احساس کنند که به رغم اهمیت بدون تردید روی و آهن، نگرانی‌های ما هنوز جنبه حاشیه‌ای و جانبی دارند. به هر صورت مطالب زیادی هستند که تاکنون به آن اشاره‌ای نکرده‌ایم. ممکن است مدعی شویم که گوشت قرمز منبع عالی پروتئین و سایر ویتامینها و املاح کانی است و همین‌طور هم هست، اما چگونه می‌توان درباره گوشت قرمز حرف زد و به موضوعات وحشت‌انگیز کلسترول و چربی اشاره نکرد؟ ممکن است مرد تلاش کند که روی به اندازه کافی مصرف کند، اما کلسترول زیاد و چربی فراوان او را از پای درمی‌آورد. غیر از این است؟

زمان آن رسیده که در مورد اینها بحث کنیم و شاید بهتر باشد که فصلی را به این موضوع اختصاص بدهیم.

### خلاصه

- مردان با ورزش کردن وزن کم می‌کنند، اما زنان با ورزش وزن کم نمی‌کنند.
- مردان در مقایسه با زنان ۱۰ درصد انرژی بیشتری مصرف می‌کنند. مردان در مقایسه با زنان به کالری بیشتری احتیاج دارند.
- مردان عضلات بیشتری دارند و پروتئین را به سرعت بیشتری از

دست می‌دهند، بنابراین در مقایسه با زنان به پروتئین بیشتری احتیاج دارند.

● مردان در مقایسه با زنان به ۴۵ درصد روی بیشتری احتیاج دارند و در این میان گوشت، و به خصوص گوشت قرمز، بهترین منبع این ماده معدنی حیاتی است.

● مردان بدون اینکه متوجه باشند غذاهای سرشار از هورمونهای زنانه را مصرف می‌کنند. مصرف بی‌رویه سویا و اضافه کردن آن به غذا می‌تواند عملاً مردان را مؤنث کند.

### تغییرات آتی

● مردان مواد معدنی بسیار مهمی را از دست می‌دهند. مردی که گوشت نخورد مرد بی‌حالی است.

● سفرهای فضایی بلندمدت آتی همه از وجود زنان پر خواهند شد، زیرا ناسا می‌گوید: «دانه لوبیای سویا، توفو، سالاد و پاستا خوشمزه‌ترین و بهترین غذاها هستند».

### هدفهای مطلوب

● زمان آن رسیده که به نیازهای مردان توجه شود. برنامه غذایی سالم آن‌قدرها هم برای آنان سالم نیست.

● زمان آن رسیده که هورمونهای زنانه را از غذای مردان بیرون بریزیم. محصولات تهیه شده از سویا از آن جهت مورد توجهند که ارزان‌تر هستند. آیا بهتر نیست پول بیشتری بدهیم غذای بدون استروژن بخوریم؟





## غذا و جنسیت

### گوساله کجاست؟

«زنان فکر می‌کنند که سه برگ کاهو و کمی ماهی تون غذای مناسبی است، ما این طور فکر نمی‌کنیم.»

جو آشتون، نماینده پارلمان، بر علیه حالت مؤنث به خود گرفتن سالن غذاخوری مجلس عوام انگلیس مبارزه می‌کرد. حتی در پارلمان هم به نظر می‌رسد که پلیس غذایی کار خودش را می‌کند. آقای آشتون شکایت می‌کند که در غذایی که در ناهارخوری مجلس سرو می‌شود، گوشت به اندازه کافی وجود ندارد. جو آشتون خواهان همان غذاهایی بود که موشهای نر آزمایشگاهی، در دانشگاه راکفلر، در نیویورک، از آن خوششان می‌آمد. برای تغذیه موشهای تازه تولد یافته پروتئین خالص، مواد قندی و چربی در نظر گرفته شد تا هر کدام را که ترجیح می‌دهند مصرف کنند. از هفته چهارم زندگی موشهای ماده نشان دادند که به مواد قندی گرایش شدید دارند و این در حالی بود که موشهای نر، پروتئین و چربی را انتخاب کردند - گوشت. آیا این یک انتخاب غریزی نیست؟ اما اجازه بدهید از موضوع موشها خارج شویم.

در جریان یک بررسی، دانشجویان دانشگاه دلاور از طریق دوربین فیلمبرداری در حالی که شام خود را انتخاب می‌کردند فیلمبرداری

می‌شدند. مردان غذاهای بیشتری برمی‌داشتند و این ابدأ تعجبی ندارد. در هر جا که انتخاب غذاهای پرپروتئین کم بود مردان به سراغ غذاهای چرب رفتند. آن گونه که دریافت انرژی آنان تغییر نکرد. آنچه نویسندگان به آن اشاره نکردند (هرچند اطلاعات و ارقام و آمار آنان این را نشان می‌دهد) این است که مردان سه برابر زنان برگر، رست بیف، گوشت و استیک مصرف می‌کردند. ممکن است مردی را به سمت سالادهای رستوران ببرید، اما اینکه آیا او سالاد بخورد یا نخورد موضوع دیگری است.

مردان اگر امکان انتخاب پیدا کنند همان کار آشتون را می‌کنند، انتخاب آنان گوشت قرمز است. اما کسانی که برای غذا خوردن مردان تصمیم می‌گیرند زنان هستند که به مردان گوشت سفید را توصیه می‌کنند. در دهه ۸۰، در حالی که مصرف گوشت قرمز سرانه در آمریکا از ۹۱ پوند در سال به ۷۳ پوند کاهش یافت، مصرف گوشت مرغ از ۳۰ به ۴۳ پوند برای هر شخص رسید. در ده سال مانده تا سال ۱۹۹۵ مصرف گوشت سفید در انگلستان به اندازه یک سوم افزایش یافت. در همین زمان مصرف گوشت گوساله و بره ۲۵ درصد کاهش یافت.

آیا هزینه بیشتر گوشت قرمز سبب این کاهش بود؟ اگر موضوع بر سر قیمت بود کاهش مصرف گوشت قرمز بیشتر در طبقات کم درآمدتر محسوس می‌بود، اما این زنان با بیشترین درآمد بودند که بیش از همه از مصرف گوشت قرمز خود کم کردند. بنابراین نمی‌توان کاهش فراوان مصرف گوشت قرمز را به قیمتهای بالا نسبت داد.

آیا می‌توان گفت که ترس از جنون گاوی مطرح بود؟ نه. تاریخهای اینها با هم تفاوت دارند. کاهش فروش گوشت قرمز مربوط به قبل از شیوع بیماری جنون گاوی است. از آن گذشته بیماری جنون گاوی فقط در بریتانیا رخ داد. تا این زمان، میزان مرگ ناشی از مصرف گوشت مبتلا به

جنون گاوی بیش از مرگ و میر ناشی از سالمونلا نیست، که اغلب در اثر آلودگیهای پوست مرغ و جوجه دامن گیر مردان می شود.

فروش گوشت قرمز نه به علت قیمت بالای آن بوده و نه ترس از بیماری جنون گاوی. تنها دلیلش این بوده که متخصصان مواد غذایی مصرف آن را ناسالم توصیف کرده اند. «برای اینکه غذای سالم مصرف کنید ماهی و مرغ را جایگزین گوشت قرمز بکنید.» این توصیه معمول و متعارف دست اندرکاران متخصص مواد غذایی است. علت اصلی این توصیه هم این است که چربی اشباع شده موجود در گوشت قرمز به بالا رفتن کلسترول در بدن منجر می شود، اما مصرف گوشت سفید این حالت را ندارد. وقتی می گویند گوساله شما را می کشد چه دلیل روشن تری لازم است که از خوردن آن امتناع کنیم؟

### کلسترول خوب، کلسترول بد

بحث درباره کلسترول ابهام برانگیز است. علت اصلی آن این است که ما با دو نوع کلسترول روبه رو هستیم، کلسترول خوب و کلسترول بد. کلسترول خوب (HDL)<sup>۱</sup> مانع از بروز بیماری های قلبی می شود و به همین دلیل به آن کلسترول خوب می گویند. کلسترول بد (LDL)<sup>۲</sup> ممکن است خطر بروز بیماری قلبی را افزایش بدهد و به همین دلیل کلسترول بد نامیده می شود. اما باید توجه داشت که کلسترول هم خوب و هم بد برای عملکرد سلولهای بدن ضرورت دارند و این کلسترول صرفاً از غذاهای حیوانی در بدن ایجاد می شود. اما مسئله این است که ممکن است از یک چیز خوب و مفید بیش از اندازه در اختیار داشته باشیم. ما برای زنده ماندن

1- HDL = High density lipoprotein

2- LDL = Low density lipoprotein

به کلسترول احتیاج داریم، اما اگر کلسترول بد بیش از اندازه‌ای مصرف کنیم به گفته متخصصان تغذیه می‌میریم.

به نظر مسلم می‌رسد که اگر برنامه غذایی ما سرشار از مواد غذایی حیوانی باشد، مصرف کلسترول خود را افزایش می‌دهیم که از جمله آن کلسترول بد یا (LDL) است. حال بینیم این موضوع تا چه اندازه درست است. نشریه کانادایی کاردیولوژی در اکتبر ۱۹۹۵ موضوع را به روشنی توضیح داده است: «آزمایشهای سی ساله به عمل آمده روی ۲۷۵۰ بیمار در زمینه کلسترول نشان می‌دهد که برای اکثریت اشخاص، تغییر اندک در مصرف کلسترول روی شکل‌گیری کلسترول بد در بدن تأثیر چندانی بر جای نمی‌گذارد.» بنابراین مصرف کمی بیشتر چربی حیوانی، روی سطح کلسترول اکثر افراد تغییر محسوس ایجاد نمی‌کند. اما نوشته نشریه کلینک مایو بر ابهامات اضافه می‌کند: «کلسترول کل، نقش چندانی در بیماریهای قلبی ندارد.» به گفته این نشریه تأکید بیش از اندازه‌ای روی کلسترول گذاشته می‌شود که این به شدت مبالغه‌آمیز است. زمانی گفته می‌شد کلسترول بدترین دشمن قلب و عروق است، اما حالا گفته می‌شود کلسترول زیاد تنها عامل ۲۰ درصد از حملات قلبی است. واقعیت این است که با ورق کلسترول بیش از اندازه بازی می‌کنیم.

بررسیهای دو دهه اخیر برای کاستن از کلسترول نشان نداده که این کاهش میزان مرگ و میر ناشی از بیماریهای قلبی را پایین آورده است. تازه‌ترین بررسی صورت گرفته در اسکاندیناوی درباره اثرات کاستن از کلسترول بدن با دارو به اندازه‌ای مرگ و میر کمتری را سبب شده که روی کل مرگ و میر اشخاص تأثیر چشمگیری بر جای نمی‌گذارد. بعضی از بررسیهای اخیر نتایج مطلوب‌تری برای داروهای کاهنده از کلسترول نشان می‌دهند، اما این مطلب عنوان شده که اگر بخواهیم این نتایج را قبول

کنیم به بررسیهای بیشتری احتیاج داریم.

ادعایی که علیه کلسترول، و به خصوص علیه LDL، عنوان می‌شود هنوز به اثبات نرسیده است. اما یک شخص محتاط احتمالاً ترجیح می‌دهد بپذیرد که LDL به واقع خطرناک است و بنابراین از مصرف غذاهایی که این کلسترول در آن وجود دارد خودداری نماید. که این مطمئناً به معنای امتناع از مصرف گوشت قرمز است. اما آیا کلسترول بد موجود در گوشت گوساله با کلسترول بد موجود در گوشت مرغ تفاوت دارد؟ این سؤالی است که ۱۳ پژوهشگر در سال ۱۹۹۱ درباره آن بررسی کردند. آنان کلسترول خوب و بد ۴۶ مردی را که برنامه‌های غذایی مختلف داشتند، تحت بررسی قرار دادند. به گروهی از کارکنان و دانشجویان مرکز پزشکی تکزاس، در هوستون، به مدت چهار هفته روزانه غذای تهیه شده از گوشت گوساله دادند که ۱۳/۶ درصد چربی داشت. بعد آنان را به دو گروه تقسیم کردند. گروه اول به مدت چهار هفته استیک با ۴ درصد چربی مصرف کرد و گروه دوم گوشت سینه مرغ و ماهی که هر کدام ۱/۷ درصد چربی داشتند مصرف نمود. بقیه مواد مصرفی دو گروه از جمله سبزیجات، میوه، نوشابه و غیره یکسان بودند.

پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که میزان کلسترول بد در هر دو گروه یکسان باقی ماند، اما میزان کلسترول خوب گروهی که گوشت سینه و ماهی مصرف کرده بود کاهش یافت. به عبارت دیگر کسانی که گوشت گوساله مصرف کرده بودند در پایان آزمایش کلسترول خوب بیشتری داشتند و کلسترول بدشان هم با گروه دوم تغییر نکرده بود. بررسیهای دیگر هم ثابت کرده‌اند که مصرف چربی کمتر سبب می‌شود که کلسترول خوب یعنی HDL کاهش پیدا کند. بررسی مرکز پزشکی تکزاس نشان داد که شرایط کلسترول در کسانی که گوشت گوساله مصرف می‌کنند بهتر

است.

تجربه دیگری نشان می‌دهد که غذاهای کم چرب بر میزان و شدت خشم، رفتارهای خصومت‌آمیز و افسردگی می‌افزاید. و دیگر آنکه غذای کم چرب روی کل کلسترول تأثیری ندارد. گروهی پژوهشگر، به سرپرستی دکتر آیتا ولز، در مرکز تغذیه انسانی دانشگاه شفیلد، دو گروه از زنان و مردان را مورد بررسی قرار داد. داوطلبان به مدت یک ماه اقدام به مصرف غذاهایی کردند که ۴۱ درصد انرژی آن از چربی تأمین می‌شد - که این نمونه نوع تغذیه در انگلستان است - بعد به مدت یک ماه، نیمی از این افراد غذایی با ۲۵ درصد چربی مصرف کردند. نتیجه آن شد که کلسترول خوب که مانع از بیمار شدن قلب می‌شود کاهش یافت، اما کلسترول بد به همان میزان سابق باقی ماند؛ و این نشان می‌دهد که غذاهای کم چرب میزان ریسک بیماری قلبی را افزایش می‌دهند. دکتر ولز می‌گوید: «همه انتظار دارند که مصرف چربی کمتر از میزان کلسترول می‌کاهد، اما علم این را ثابت نمی‌کند.»

واکنش به غذای کم چرب صرفاً بستگی به ژنهای اشخاص دارد. دکتر رونالد کراوس، عضو لابراتوار ملی لارنس برکلی کالیفرنیا، به انجمن امریکایی پیشرفت علوم در سال ۱۹۹۸ اطلاع داد که برنامه‌های غذایی بسیار کم چرب تنها در یک سوم اشخاصی که این برنامه را رعایت می‌کنند، از میزان بیماریهای قلبی می‌کاهد. بقیه، دو سوم مردان و پنج، ششم زنان نسبت به این برنامه غذایی واکنش مطلوب نشان نمی‌دهند و حتی ممکن است به دلیل ژنهایی که دارند، با خطرات بیشتر مواجه شوند.

بنابراین علم مصرف گوشت را رد نمی‌کند و در واقع به شکلی مصرف آن میزان کلسترول خوب را در ما افزایش می‌دهد. دکتر رونالد کراوس به این نتیجه رسیده است که واکنش به برنامه غذایی کم چرب بستگی به ژن

مصرف کننده دارد. دکتر کراوس هم چنین LDL، یعنی کلسترول بد، را به دو نوع تقسیم کرده است. او به این نتیجه رسیده است که یک سوم مردان و از هر پنج یا شش زن، یک نفر از نوع به خصوصی کلسترول برخوردار می‌شوند که او آن را BLDL نامیده است. در واقع در این تقسیم‌بندی این B است که آسیب می‌زند و خطرناک است. بنابراین کسانی که مشمول BLDL هستند اگر رژیم غذایی کم چرب بگیرند به سود خود کار کرده‌اند. اما اگر کسانی که از نوع ALDL هستند رژیم غذایی کم چرب بگیرند به زیان خود کار می‌کنند.

این کتاب مکان آن نیست که به بحث ادامه‌دار کلسترول و تأثیرات آن پردازد. همین اندازه می‌گوییم که هیچ نشانه علمی وجود ندارد که این باور عمومی علیه مصرف گوشت را تایید کند. اما برای آن دسته از مردانی که اصرار دارند از خوردن گوشت قرض خودداری کنند، کلینیک ولمن توصیه می‌کند که آهن و ویتامین B مصرف کنند تا شادی‌شان حفظ شود. شاید این از خوردن گوشت گوساله آسان‌تر باشد.

اما در مورد چربی چه می‌توان گفت؟ و درباره مصرف این ماده غذایی چه حرفی برای گفتن داریم؟

### آیا مصرف چربی اقدامی سالم است؟

می‌گویند چربی کشنده است، اما بدن انسان به مواد غذایی موجود در چربی احتیاج دارد، که از جمله آنها می‌توان به اسیدهای چرب و ویتامین‌های محلول چربی اشاره نمود. چربی در ضمن یکی از منابع تأمین‌کننده انرژی است و سببی است که بسیاری از غذاها خوردنی و مطبوع شود. اشخاص به طور عادی می‌توانند همه روزه سه اونس چربی مصرف کنند. تقریباً همه ذخایر کافی از چربی دارند و مسلماً چاقها ذخایر



بیشتری دارند. بنابراین اگر مواد غذایی بدون چربی بخوریم می‌توانیم تا مدتی به زندگی خود ادامه دهیم، اما وقتی این چربی به انتها می‌رسد مصرف آن به شکل غذا الزامی می‌شود. همه ما به چربی احتیاج داریم، اما چه حیف که کشنده است. آیا به راستی کشنده است؟

علت اصلی بیماری قلبی ناشی از مخدوش شدن شرایط خون است. مشکل زمانی بروز می‌کند که شریانهایی که خون را به قلب می‌رسانند باریک می‌شوند یا توسط پلاکها (مواد سرشار از کلسترول که به جداره رگها می‌چسبند) مسدود می‌شوند و در نتیجه ابتدا خون به سختی به قلب می‌رسد و بعد جریان آن قطع می‌گردد. پژوهشگران مؤسسه وین درباره این پلاکها بررسی جامعی صورت دادند. این بررسی روی بدن کسانی صورت گرفت که در اثر حمله قلبی فوت کرده بودند. در این بررسی چربی موجود در خون با چربی موجود در پلاکها مقایسه و مورد مطالعه قرار گرفت. نشریه پزشکی انگلیس، لانست، نتیجه گیری این پژوهشگران را به چاپ رساند، معلوم شد این چربیهای اشباع شده نیستند که در پلاکها جمع می‌شوند بلکه چربیهای اشباع نشده هستند که پلاکها را شکل می‌دهند. در واقع هیچ ارتباط و تداومی با چربیهای اشباع شده به دست نیامد. در این بررسی تصریح شده است که باور موجود درباره گراپشن به مصرف چربیهای اشباع نشده باید عوض شود.

در اینجا به تعریفی احتیاج داریم. چربیهای اشباع شده منشأ حیوانی دارند و از گوشت، کره و سایر محصولات لبنی حاصل می‌شوند. چربیهای اشباع نشده منشأ گیاهی دارند و از منابع گیاهی مانند زیتون حاصل می‌شوند. در این جا هم مانند کلسترول، باورهای عمومی چربیها را به دو دسته خوب و بد تقسیم می‌کند. چربیهای اشباع شده که منشأ حیوانی دارند بد در نظر گرفته می‌شوند و چربیهای اشباع نشده مانند روغن زیتون

هم خوب محسوب می‌شوند. اما نتایج بدست آمده در مؤسسه وین به نظر می‌رسد که خلاف این باور است. همان طور که توضیح دادیم در جریان بررسیهای پژوهشگران این مؤسسه ثابت شد که چربیهای اشباع نشده هستند که پلاکها را می‌سازند و نه چربیهای اشباع شده.

یافته مشابهی در زمینه سکته مغزی که در نشریه انجمن پزشکی امریکا به چاپ رسید، مربوط به کار گروه پژوهشگران دانشکده پزشکی هاروارد بود، که به بررسی رابطه برنامه مصرف غذا با بیماریهای قلبی پرداخت. در جریان این بررسی ۸۳۲ مرد میان سال از اهالی فرامینگهام، ایالات ماساچوست، مطالعه دقیق شدند. پژوهشگران مدت ۲۰ سال روی این اشخاص مطالعه کردند و نتیجه گرفتند (هرچند در نتیجه گیری آنان آمده است که پژوهشهای دیگر هم باید این نتیجه گیری را تأیید کند) که «محدودیت مصرف چربی در جوامع غربی، به شکلی که برنامه ملی کلسترول توصیه می‌کند، سکته مغزی را کاهش نمی‌دهد، بلکه آن را افزایش هم می‌دهد. سکته مغزی معمولاً ناشی از نرسیدن خون به مغز است و وقتی این مشکل پیش می‌آید که چربیها در شریانهای سر و گردن اجتماع بیش از اندازه پیدا می‌کنند. پژوهشگران در ضمن خاطر نشان می‌سازند که کاهش سکته مغزی با کسل چربی مصرف شده و افزایش چربیهای اشباع نشده در ارتباط است.

بررسی فرامینگهام، مانند نتایج به دست آمده در بررسی وین، به این مهم اشاره دارند که فرضیه و تصور ما درباره چربیها و درباره چربیهای اشباع شده در برابر چربیهای اشباع نشده به واری و تجدیدنظر احتیاج دارند. اما بار دیگر اجازه بدهید به این موضوع بپردازیم و این سؤال را مطرح سازیم که کسانی که می‌خواهند از میزان مصرف چربی خود بکاهند، درست است که گوشت قرمز را از برنامه‌های خود حذف کنند؟ به هر

صورت در اغلب کتابهای درسی و غیردرسی می‌خوانیم که یک چهارم گوشت قرمز مواد چربی است. در ضمن گفته شده است که گوشت یک چهارم چربیهای اشباع نشده مصرفی مردم را تأمین می‌کند. حتی یکی از متخصصان مواد غذایی می‌گوید: «۴۰ درصد گوشت قرمز از چربی تشکیل می‌شود.» اینها آمار و اطلاعات هول‌انگیزی هستند. اما به شما بگویم که به کلی اشتباه هستند.

امروزه گوشت‌های قرمز تا حدود زیاد کم چرب هستند و از این رو منطقی به نظر می‌رسد که بگوییم ارقام مربوط به میزان موجودیت چربی در گوشت قرمز به این شکلی که عنوان می‌شود باید تعدیل گردد. در واقع اغلب بخشهای گوشت گوساله ۱۲/۵ درصد چربی دارد، که کمتر از نیمی از آن اشباع شده است. با این حال متخصصان تغذیه هم درباره مقدار چربی موجود در گوشت و هم درباره خطرهای ناشی از آن مبالغه می‌کنند. به ارقام زیر که در دایرةالمعارف پزشکی بریتانیا به چاپ رسیده است توجه کنید.

<u>غذا</u>	<u>میزان کل چربی</u>
سوسیس، گوشت خوک پخته شده	۴۲
گوساله، گوشت چربی گرفته، کباب شده	۴۰
گوشت پهن شده کم چرب	۳۹
کرم	۳۸
پنیر، چدار	۳۲
شکلات، شیر	۳۰
زرده تخم مرغ	۳۰

ما این ارقام را با ارقام مشابه به چاپ رسیده به وسیله «انجمن سلطنتی

شیمی» مقایسه کردیم. همان طور که ملاحظه می‌کنید ترتیب ما تغییر کرده‌اند. در این تقسیم‌بندی گوشت از ردیف اول به ردیف آخر انتقال داده شده است.

<u>غذا</u>	<u>میزان کل چربی</u>
گوشت کم چرب پهن شده	۴۰
کرم	۳۹
پنیر چدار	۲۴
زرده تخم مرغ، خام	۳۰
شکلات، شیر	۳۰
گوشت دنده کبابی	۲۹
سوسیس، خوک، سرخ کرده	۲۴
استیک سیرالئون	۲۱
سوسیس کم چربی سرخ شده	۱۳
گوشت کم چرب کباب شده	۱۲

چگونه می‌توان پذیرفت که یک کتاب مرجع پزشکی که در خانواده‌های انگلیسی کاربرد فراوان دارد چربی سوسیس را ۷۵ تا ۲۰۰ درصد بیشتر ارزیابی می‌کند؟ چربی موجود در گوشت گوساله کباب شده را هم ۴۰ تا ۲۰۰ درصد بیشتر اعلام می‌نماید؟ چگونه است که کسی به این ارقام کاری ندارد؟ به نظر می‌رسد که تنها گوشت قرمز، اهریمنی ارزیابی می‌شود.

بیل: «شاید یک اشتباه ساده باشد.»

آن: «شاید، اما انجمن سلطنتی شیمی هم اشتباه می‌کند؟»  
 «آه خدای من، یعنی ارقام آنان را هم باید بررسی کنیم؟»

ما این کار را کردیم و در حالی که می‌توانیم بپذیریم که ارقام ارائه شده انجمن سلطنتی شیمی دقیق هستند، روشی را که برای رسیدن به این ارقام مورد استفاده قرار گرفته مورد سؤال قرار می‌دهیم. در این روش یک تکه گوشت به طور کامل پخته شده است تا میزان چربی موجود در آن مشخص شود.

هنوز هم در زندگی واقعی آشپزی می‌کنیم و چربیها را از غذای خود می‌گیریم. استیک سیرالئون وقتی خام است، ۲۰ درصدش چربی است، اما آن چربی که به واقع مصرف می‌شود به مراتب کمتر از این است. فرض کنیم که بیشترین مقدار چربی گوشت قرمز را مصرف می‌کنیم. حتی در این شرایط چربی مصرفی بایش از ده درصد نیست. چربی اشباع شده گوشتی که مصرف می‌کنیم از چربی اشباع شده بیسکوییتی که مصرف می‌کنیم کمتر است.

وقتی نوبت به گوشت قرمز می‌رسد، مصرف کلسترول و چربی تا حدود زیاد به مراتب بیش از آنچه هست ارزیابی می‌شود. دبورابول به دانشجویان باله سلطنتی، در لندن، درباره تغذیه درس می‌دهد. خود او گوشت نمی‌خورد و پاستا، نان، میوه و سبزی را بیشتر ترجیح می‌دهد. او می‌گوید استیک کم چربی ۴۰ درصد کالری‌های خود را از پروتئین می‌گیرد، بقیه آن از چربی حاصل می‌شود. این بدان معناست که استیک کم چرب، ۳۰ درصدش چربی است و حال آنکه در واقع فقط ۶ درصد آن چربی است. خانم بال چربی موجود در گوشت را ۵۰۰ درصد اضافه تخمین می‌زند. محتوای چربی موجود در گوشت هم ۱۰۰ درصد بیش از

حدی که هست برآورد می شود.

بنابراین اگر هدف شما این است که مصرف چربیهای اشباع شده را کاهش دهید، جایگزین کردن غذاهای رژیمی به جای گوشت قرمز همیشه شما را به هدف خود نمی رساند. آن شاهد بود که از یک دگه، مردان سیب زمینی پخته که ۱۱ درصد پروتئین و سه درصد چربی اشباع شده داشت خریداری می کردند. اما زنان از همین دکه سیب زمینی با «کرم چیز» می خریدند که ۱ درصد پروتئین و ۳۰ درصد چربی اشباع شده داشت. جالب است در حالی که زنان می خواهند چربی کمتری مصرف کنند در اصل چربی بیشتر مصرف می کنند. وقتی اشخاص ۱۹ تا ۵۰ ساله بیرون از منزل غذا می خورند، زنان با آنکه غذای کمتری مصرف می کنند ۱۰ درصد چربی اشباع شده بیشتر مصرف می کنند.

آیا چربیهای اشباع شده موجود در گوشت گوساله به واقع کشنده است؟ به جدول زیر که آن را از ارقام و آمار انجمن سلطنتی شیمی برداشت کرده ایم توجه کنید:

ترکیب غذا در هر ۱۰۰ گرم (۳/۵ اونس)			غذا
درصد چربی	چربی اشباع شده	کلسترول (میلی گرم)	
۶	۲/۵	۸۲	استیک کم چرب کباب شده
۷/۲	۳/۳	۳۰	گوشت گوساله پخته شده
۹/۱	۳/۷	۸۲	استیک سیرالئون کم چرب
۹/۱	۴/۲	۸۲	همبرگر کبابی (۱۰ درصد چربی در حالت خام)
۱۲/۶	۵/۲	۸۲	گوشت و دنده کبابی کم چرب
۱۲/۱	۵/۲	۸۲	استیک کبابی با تمام چربی اش
۹/۹	۵/۲	۱۶	سبزیجات سرخ کرده

## ۶۴ □ چرا مردان اتو نمی‌کشند

۱۶	۵/۵	۱۱/۸	پیتزا مخصوص گیاهخواران
۲۸	۵/۶	۱۰/۸	ماکارونی و پنیر
۹۵	۵/۶	۱۴/۵	تارت فرنی
۲۴	۶/۳	۲۱/۷	دونات
۱۰۴	۶/۳	۳۰/۹	ماهی خال مخالی دودی
۷۵	۶/۵	۲۰/۳	کروسانت
۴۱	۸/۶	۲۰/۹	بیسکویت دایجستيو
۸۲	۹	۲۱/۱	استیک سیرالئون با تمام چربی
۴۳	۹/۴	۱۵	پنیر چدار کم چرب
۱۴۰	۱۰/۴	۲۲/۴	کلوچه سبوس نگرفته
۲۶۵	۱۲/۲	۲۲/۶	املت پنیر
۷	۱۶/۲	۸۱/۶	مارگارین اشباع نشده
۹	۱۶/۹	۲۹/۲	شکلات ساده
۷۴	۱۷/۳	۲۶/۱	نان کلوچه
۱۰۵	۲۲/۵	۳۵/۷	پنیر چدار مخصوص گیاهخواران

آن: «کلوچه سبوس نگرفته بیشتر از استیک سیرالئون چربی اشباع شده دارد.»

بیل: «همه چربی گوشت گوساله را هم نمی‌خورید.»

آن: «پس چرا گوشت قرمز را باید از برنامه غذایی حذف کرد؟»

«شاید به دلیل رنگش باشد.»

«توت‌فرنگی؟ زرشک؟ تمشک؟ سیب‌سرخ؟»

سازمانهای رسمی هم ممکن است در ارقامشان اشتباه کنند. بسیاری از

متخصصان درباره میزان چربی موجود در گوشت قرمز برداشت اشتباه می‌کنند، اما بسیاری از روزنامه‌ها و نشریات مختلف ارقام اعلام شده از سوی مؤسسات دولتی را زیر سؤال نمی‌برند.

البته چربی گوشت گوساله تنها چیز مضر و بد نیست. در حال حاضر تلاش می‌شود که از میزان چربی در مصرف غذا کاسته شود «پوست مرغ را قبل از مصرف از گوشت آن جدا کنید.» «قبل از پختن مرغ فراموش نکنید که پوست آن را بکنید.» «پوست مرغ را قبل از سرو غذا بکنید.» در جریان پخته شدن مرغ، بخش قابل ملاحظه‌ای از چربی آن جدا می‌شود. می‌توانید آزمایش ساده‌ای بکنید، مرغی را در ماهی‌تابه بگذارید و آن را در اجاق‌گاز (فر) قرار دهید. پس از پخته شدن در ته ماهی‌تابه آبی مشاهده می‌شود. این چیست؟ چربی است. ۹۵ درصد چربی مرغ در اجاق‌گاز از آن جدا می‌شود. پوست خشکی که شما می‌خورید تماماً پروتئین است. با این حال همه متخصصان مواد غذایی چربی گوشت مرغ و گوشت قرمز را در حالت خام آن اندازه می‌گیرند.

معما پیچیده‌تر می‌شود. چربیهای اشباع شده در گوشت گوساله تفاوت چندانی با چربی اشباع شده در مرغ یا ماهی ندارد، اتفاق جالبی دارد می‌افتد. نه تنها چربیهای اشباع شده در گوشت قرمز مورد مبالغه قرار می‌گیرد، بلکه آنچه به جای آن مصرفش توصیه می‌شود چربی اشباع شده بیشتری دارد. می‌گویند مواد غذایی کم چرب مفید هستند و ما را به خوردن آنها توصیه می‌کند و این در حالی است که چربی آنها بیش از چربی گوشت است. وقتی زنان چربی موجود در گوشت قرمز را نمی‌خورند به جای آن موادی مصرف می‌کنند که چربی اشباع شده به مراتب بیشتری دارد. پذیرفتنش دشوار است که بگوییم به سبب چربی اشباع شده است که گوشت قرمز مصرف نمی‌کنیم.



گوشت قرمز بهترین منبع پروتئین و آمینو اسیدهاست و با این حال مورد بی‌اعتنایی قرار می‌گیرد و رد می‌شود. و بعد چای جای آن را می‌گیرد؟ توصیه‌های جاری این است که کربوهیدراتهایی مانند سیب‌زمینی، نان، برنج و پاستا کالری آنقدرها زیادی ندارند و باید پایه و اساس همه غذاها قرار بگیرند. توجه داشته باشید که خوردن سیب‌زمینی را توصیه می‌کنند. هیچ برنامه رژیم غذایی لاغری نیست که مصرف شکر و قند را توصیه کند. اما یک سیب‌زمینی معمولی حاوی شش قاشق چایخوری شکر است. نیم ساعت بعد از خوردن سیب‌زمینی بدن‌تان تشخیص نمی‌دهد که شما سیب‌زمینی خورده‌اید یا شکر و قند. از هر هفت نفر، شش نفر وقتی رژیم لاغری می‌گیرند مصرف سیب‌زمینی را قطع نمی‌کنند، هرچند که سیب‌زمینی حاوی مواد قندی است. خیلیها به عنوان غذایی سالم خوردن کاهو را توصیه می‌کنند، اما کاهو، به لحاظ غذایی، عملاً غذا نیست. فیبر آن قابل جذب نیست و بدون هر گونه تأثیرگذاری از بدن دفع می‌شود و ما این را غذای سالم نام می‌دهیم. گفته می‌شود که سویا جایگزین مناسبی برای گوشت قرمز است و به مراتب از آن سالم‌تر است. در سال ۱۹۹۵ کمیسیون غذا، که یک مؤسسه مستقل است، اعلام کرد ۱۷ تا ۲۱ برگراز نوع گیاهی ۵۰ درصد از کالری خود را از چربی تأمین می‌کند. چرب‌ترین سوسیس گیاهی ۸۲ درصد کالری‌های خود را از چربی می‌گیرد و قیمت آن در هر پوند گران‌تر از استیک است.

غذای سالم ناسالم، یک تناقض و تضاد مسلم است، اما برای بسیاری از مردم در این مشکلی وجود ندارد.

آن: «اگر علم غذای سالم را ناسالم اعلام می‌کند، آیا کسانی که آن را مصرف می‌کنند نباید آن را ناسالم ارزیابی کنند؟»

بیل: «کاملاً برعکس. جانبداری کردن و جانب یک طرف را گرفتن اشتباه به حساب می‌آید بنابراین هر کس طرف علم را بگیرد خطا کار معرفی می‌شود.»

آن: «پس چگونه دوستان سلامت‌گرای خود را متقاعد کنیم که اشتباه می‌کنند؟»

بیل: «این کار را نمی‌کنیم.»

آن: «خیال و توهم همیشه برنده هستند.»

مردان می‌توانند فقط با گوشت به زندگی خود ادامه دهند. در سال ۱۷۴۳ چهار روسی که در قطب شمال گم شده بودند توانستند به مدت شش سال با ۱۵۰ گوزن قطبی، ۱۰ خرس قطبی زندگی کنند. چاشنی غذای آنان هم روباه‌ها بودند. این چهار نفر وقتی نجات داده شدند در سلامتی کامل به سر می‌بردند. البته توصیه نمی‌کنیم از آنان تقلید کنید. در این کتاب پیشنهاد نمی‌کنیم که مردان صرفاً گوشت خوار شوند. هرگز هم نمی‌گوییم که سبزیجات و میوه‌ها چیز بدی هستند. همه ما به مصرف سبزیجات احتیاج داریم. اما وقتی به ما می‌گویند به دلایل سلامتی نباید گوشت قرمز بخوریم، حق داریم که به این توصیه تردید کنیم.

بیل: «می‌توانم بگویم که من دو سوم گیاهخوارم.»

آن: «تو چی هستی؟»

بیل: «گوشت و دو سبزی.»

با توجه به مدارک و شواهد مشخص است که عواملی سوای ملاحظات مربوط به سلامتی سبب شده است که توجه از گوشت قرمز به گوشت

سفید معطوف داده شود. چیزی درباره گوشت قرمز زنان دنیای غرب را به در دسر می اندازد.

«به هر صورت چربی را در گوشت قرمز می بینیم و زنان بیشتر نگران چربی و چاقی هستند.»

«به هر صورت گوشت قرمز قرمز است.»

«اول به موضوع چربی فکر کن.»

اصول گرایان غذایی یک مانترا دارند و آن این که «شما همان غذایی که می خورید هستید» اگر چربی مشهود باشد، این گونه برمی آید که چربی خور، چاق از آب درمی آید. به همین جهت است که بعضی از متخصصان غذایی میان چربیهای مرئی و نامرئی تمیز قایل می شوند. چربیهای مرئی آنهایی هستند که مصرف کننده آنها را رویت می کند: روغن پخت و پز و چربی های روی گوشت. چربیهای نامرئی آنهایی هستند که در مواد دیگر پنهان هستند. کسی چربی موجود در بیسکویت را نمی بیند و از این رو بیسکویت نمی تواند به اندازه گوشت گوساله چرب و چاق کننده باشد. چربی وقتی دیده شود چیز زشتی است که باید از آن احتراز کرد.

دیدن چربی قابل رویت که در گوشت قرمز یا زیر پوست مرغ کاملاً مشهود است، به مفهوم دستگیر کردن دشمن است. اما زنان که می خواهند لاغر باشند، این چربی را به شدت ناسالم ارزیابی می کنند. واقعیت امر این است زنانی که چربی را از برنامه غذایی خود حذف می کنند، چاق تر می شوند. در جریان یک بررسی که در اواخر دهه ۱۹۸۰ صورت گرفت مشخص شد اغلب مردان وزن خود را ثابت نگهداشتند، اما زنانی که

می خواستند وزن خود را کم کنند در واقع چاق شدند. مسلماً باید اشکالی در این میان وجود داشته باشد. در جریان یک بررسی که در استرالیا صورت گرفت مشخص شد زنانی که رژیم لاغری می گیرند، میوه و الکل بیشتری مصرف می کنند. در واقع مشخص است که زنان به هنگام رعایت رژیم غذایی، چربی کمتری از ناحیه گوشت قرمز مصرف می کنند، اما چربی بیشتری از ناحیه مصرف غذاهایی مانند نان، بنشانات، سبزیجات و میوه جات دریافت می نمایند.

امکانش وجود دارد اغلب زنان جز مطالب گمراه کننده ای که در مجلات و نشریات مربوط به رژیم لاغری می خوانند، هیچ علم و اطلاع دیگری درباره محتوای غذاهایی که مصرف می کنند نداشته باشند. اما گفتن اینکه اشخاص اطلاع چندانی از علم ندارند این سؤال را مطرح می کند که چرا ندارند؟ این پرسش زمانی حادتر می شود که بدانیم تحصیل کرده ترین زنان در صف مقدم جنبش علیه گوشت قرمز هستند. اینها زنانی هستند که از آنان انتظارات بسیار بیشتری می رود، اینها کسانی هستند که روی سایر زنان تأثیر می گذارند.

آن: «مردان خیلی ساده و ابتدایی هستند. برای آنان هر غذایی که خوشمزه باشد غذای خوبیست.»

بیل: «زنان هم همین طور. وقتی به اصرار می گویند این غذا برای من خوب است، مزه غذا هم برایشان خوب می شود. آنان هم بسیار ساده و ابتدایی هستند.»

به استناد سه بررسی که تاکنون درباره انتخاب غذا انجام شده، زنان به غذایی که فکر می کنند سالم تر است امتیاز خوشمزگی بیشتری می دهند.

آنان در ضمن معتقدند که غذاهای کم کالری خوشمزه‌تر هستند. به نظر می‌رسد که به لحاظ اعلام خوشمزه بودن غذا، مردان و زنان با هم تفاوت‌های اصولی دارند. این مطلبی است که پنج پژوهشگر دانشگاه ایالتی کانزاس دست یافته‌اند. جنس مؤنث با «ارزش سالم بودن» یک غذا ارتباط بیشتری دارند، اما مردان برای خوشمزه بودن غذا بهای بیشتری قایل‌اند.

روانشناسان، در دانشگاه ردینگ، به این نتیجه رسیده‌اند که لذت بردن می‌تواند نظام ایمنی را افزایش دهد و بنابراین مانع از بیمار شدن اشخاص شود. پروفیسور دیوید وارپورتون، بنیان‌گذار انجمن پژوهش درباره علم لذت، به این نتیجه رسیده است که احساس گناه درباره غذا می‌تواند بر میزان هورمونهای استرس بیفزاید و بنابراین به سلامتی انسان لطمه بزند. اگر زنی از غذای سالم جدیدش لذت ببرد ممکن است بیشتر عمر کند. به همین شکل اگر به مردان غذایی بدهیم که آن را دوست نداشته باشند از طول عمرشان می‌کاهد.

در گذشته، مانند همین حالا، زنان کمتر از مردان غذا می‌خوردند. آیا آنان ترجیح می‌دادند گوشت کمتری بخورند؟ یا دلیلش این بود که همیشه وقتی مردان غذایشان را می‌کشیدند نوبت به زنان می‌رسید تا غذایشان را بکشند؟

به لحاظ سنتی، در فرانسه، زنان بودند که مرغ، سالاد و شراب سفید را انتخاب کردند، در حالیکه مردان به دنبال استیک و شراب قرمز رفتند. مارگارت ویسر، یکی از متخصصان امور غذایی، می‌گوید غذای سنتی زنان آن غذایی است که در آن خون وجود نداشته باشد و چربی هم در آن دیده نشود. تصور می‌شد که زنان به ماهی هم علاقه فراوان دارند، اما مردان غذای سفت و سخت گوشت را ترجیح می‌دهند.

مردان غذاهای مقوی را ترجیح می‌دهند و در غذایی که می‌خورند

هوسرانی بیشتری دارند. برای آنان غذا بستگی به این دارد که چه باشد و چگونه ارائه شود. آنان کاری به جدول طول عمر در ارتباط با غذای مصرفی شان ندارند. اما به نظر می‌رسد که زن جدید به کیفیت حسی غذا بی‌توجه است. آیا این می‌تواند سببی شود که زنان از لذت میز غذا فاصله بگیرند.

در اینجا یک کلمه احتیاطی ذکرش ضروری است. بسیاری از زنان تحت تأثیر گفته‌های طرفداران غذای سالم غذا قرار نمی‌گیرند. این اشخاص مانند مردان از خوردن گوشت گوساله لذت می‌برند، با این حال شمار کثیری از زنان تحت تأثیر سخنان صنعت غذا قرار گرفتند که هرگاه مردان آنچه را که می‌خواهند مصرف می‌کنند، صحنه را برای خودکشی خود تدارک می‌بینند. از این‌روست که دیس غذاهای تهیه شده از سبزیجات را جلو مرد می‌گذارند و به او می‌گویند «بخور غذای سالمی است.» در واقع با مردشان مانند پسری کم‌سال رفتار می‌کنند. اگر مردان غذای مورد علاقه و پیشنهادی زنان را مصرف نکنند، شاید برای آنان خوب باشد. زن ترجیح می‌دهد و از این لذت می‌برد که به مرد غذای سالم بدهد. یکی از متخصصان غذایی در پاریس که به غذای بدون گوشت معتقد است در اشاره به غذای گوشتی می‌گوید: «این برایت خوب است، قرار نیست که خوشمزه باشد.»

از چهار مورد، در سه مورد می‌توان دانست غذایی که سفارش داده شده، برای یک مرد است یا برای یک زن.

مردان استیک، سرخ کردنیها، برگرها، گوشت خوک، تخم مرغ و سوسیس با سیب‌زمینی سرخ کرده را ترجیح می‌دهند. این تنها پدیده‌ای مربوط به جامعه امریکایی نیست. دختران منطقه خاورمیانه در بحرین مصرف میوه، لوبیا و شکلات را ترجیح می‌دهند، اما پسران بحرینی هم

گوشت قرمز را می‌پسندند. در بریتانیا، مردان دو برابر زنان سوسیس مصرف می‌کنند. نیمی از زنان این کشور گفته‌اند که تاکنون سوسیس نخورده‌اند. زنان ماکارونی با پنیر، سوپ، سالاد، پاستا، سبزیجات، میوه و گوشت سفید را می‌پسندند. اما مردان انتخابشان گوشت قرمز است. از هر سه مرد فرانسوی، یک نفر وقتی در رستوران غذا می‌خورد گوشت قرمز را انتخاب می‌کند. مردان اسپانیولی هم در رستوران‌های خود از دیرباز گوشت قرمز مصرف کرده‌اند. در ایرلند مردان سوسیس‌های سیاه‌رنگ سرشار از خون را انتخاب می‌کنند. خلاصه آنکه در میان جوامع مختلف غذاهای مورد علاقه مردان با زنان تفاوت می‌کند. دانشگاه سینسیناتی، در اوهایو، ۴۵۵ غذای مختلف را برای جمع‌گیری از زنان و مردان سرو کرد. در جریان این بررسی تفاوت‌های جنسیتی کاملاً مشهود بود. زنان از خوردن غذاهای ناآشنا خودداری کردند، اما مردان از هر غذایی که آن را دوست داشتند مصرف نمودند.

بیل از قول نیچه می‌گوید: «زندگی سراسر منازعه بر سر مزه است.»

آن: «می‌دانی نیچه گیاهخوار بود.»

«تنها در مدت کوتاهی این کار را کرد زیرا احساس کرد که رمقش تمام

شده و نیرویی برایش باقی نمانده است.»

آیا مهم است که بخش اعظم متخصصان غذایی را زنان تشکیل می‌دهند؟ بله مهم است، زیرا به مردان خوردن غذاهایی را تحمیل می‌کنند که به استناد علم بیمارگونه است یا با توجه به متابولیسم مردان مناسب نیست. غذاهای مورد نظر آنان بیشتر دستمایه زنانه دارد و چیزی نیست که علم آن را ثابت بکند. غذای سالم تا حدود زیاد موضوع مورد علاقه زنان است، اما

این غذا بیش از پیش مصرفش به مردان تحمیل می‌شود. اگر بگوییم سلامتی غذا جنس زن و مرد نمی‌شناسد و معنایش این است که با مرد و زن به یک شکل برخورد شود، اما معنای این حرف این است که به تفاوت‌های مردانه بهایی داده نمی‌شود.

خون باکشتن تداعی می‌شود و بوی مرگ می‌دهد. گوشت قرمز هم به نوعی رفتارهای خشونت‌آمیز، حیوانی، غیر متمدنانه و مردانه را به نمایش می‌گذارد. از دیرباز مردان به خون‌ریزی مشهور بوده‌اند. مرد گوشتخوار به عنوان گیرنده عمر و حیات زندگی ارزیابی می‌شود.

آن: «مخالفت کردن با گوشت قرمز یعنی مخالفت کردن با حضور مردان در روی زمین.»

بیل: «من نظر دیگری دارم، آنانی که می‌خواهند مرد را به موجود دیگری تبدیل کنند، به او گوشت قرمز نمی‌دهند.»

می‌توان گفت که تغییر سلیقه غذایی زنان از دوران بارداری آنان شروع می‌شود. در جریان دو بررسی که قبل از سال ۱۹۷۰ صورت گرفت، زنان باردار نسبت به گوشت قرمز واکنش بد نشان نمی‌دادند. کاملاً برعکس در اوایل دهه ۱۹۶۰ بررسی روی ۹۰۰ زنی که برای نخستین بار باردار شده بودند نشان داد میل به پودینگ سیاه - سوسیزی تهیه شده از چربی گوشت خوک، خون تازه که کاملاً در چربی سرخ می‌شود، در آنان بسیار زیاد بود. بعد از سال ۱۹۷۰، در ده بررسی صورت گرفته، مشخص شد که گوشت، و به ویژه گوشت قرمز، در جریان بارداری زنان تبدیل به غذایی شد که زنان باردار به آن واکنش نامناسب نشان می‌دادند. در حال حاضر هم یک سوم زنان با کمی بیشتر در موقعیت بارداری مصرف گوشت قرمز را



دوست ندارند. و این در حالی است که به خصوص نظام پزشکی توصیه می‌کند زنان باردار در دوران بارداری خود به آهن بسیار بیشتری احتیاج دارند. از این رو باید به اواخر دهه شصت یا اوایل دهه هفتاد توجه کنیم که علت پیزاری زنان باردار از گوشت قرمز را توضیح می‌دهد.

در آن زمان دو تغییر عمده در زندگی زنان به وقوع پیوست که روی میل غذایی آنان تأثیر گذاشت. نخستین آنها رشد جنبشهای فمینیستی بود. جنبش برابری طلبی زنان که می‌خواست زنان به اندازه مردان کنترل امور را در دست داشته باشند. عامل دوّم، که تحولی مرتبط با تحول اول بود سبز شدن وجدان زنان بود: یک دنیا، غذای کامل، ارگانیک، غذای سبوس نگرفته، برداشت کل نگرانه درباره زندگی. بونی کومر، مشاور تغذیه که در ضمن گیاهخوار است، می‌گوید: «توفو در زمانی در دهه ۱۹۶۰ به بازار آمد که موضوع صلح، عشق و ووداستاک در اوج رونق و هیاهوی خود بود». در این زمان بود که عنوان شد با توجه به گرسنگی موجود در بخشهای مختلف جهان، حتماً باید کمبودی در مواد غذایی جهانی وجود داشته باشد.

این آگاهی جدید ناسازگار یهایی ایجاد کرد. در یک مدرسه دخترانه یک چهارم دختران گوشت خوردن را کنار گذاشتند. اغلب دانش‌آموزان این مدرسه به این نتیجه رسیدند که نمی‌توانند از جلو یک قصابی بگذرند و مشمّز نشوند. این صرفاً چربی مرئی نیست که تولید مشکل می‌کند و موهن به نظر می‌رسد، بلکه خونی که روی گوشتها مشهود است ناراحت‌کننده است. گوشت در سوپرمارکتها با یک روکش سفید عرضه می‌شود. این روکش قرار است که خون گوشت را به خود بکشد و گوشت بهتر به نظر برسد.

وقتی نوبت به غذا خوردن می‌رسد زن و مرد فاصله‌شان از این هم

بیشتر می‌شود. به طور فزاینده، زنان غذایی را که دوست دارند می‌خورند و به خصوص زنانی که مجرد هستند گوشت قرمز کمتری مصرف می‌کنند. اما غذایی که زنان می‌خواهند بخورند همان غذایی نیست که مردان به آن علاقه دارند. و هیچ کدام غذایی نیست که زن و مرد نیاز به خوردن آنها دارند. تفاوت سمجانه‌ای با این دانش علمی جدید وجود دارد. معلوم می‌شود که دلیل تغییر برنامه غذایی با نیازهای تغذیه‌ای اشخاص کم ارتباط است، بلکه بیشتر جنبه‌های روانی دارد.

زنان در مقایسه با مردان دو برابر گیاهخوار هستند. در میان جوانان، گیاهخواری به ۲۰ درصد بالغ می‌شود. از جمع جوانانی با این ویژگی از هر سه نفر دو نفر زن هستند. گیاهخواری هرچه رده‌های اجتماعی بالاتر می‌رود افزایش می‌یابد. گیاهخواری بیشتر در زنان مشاهده می‌شود، اما از آنجایی که هنوز بخش عمده خرید مواد غذایی را زنان می‌کنند می‌توانند تأثیر بیشتری بر بازار بگذارند. روی آوردن به گیاهخواری صرفاً جنبه و دلایل سلامتی دارد. در دهه ۱۹۷۰، گیاهخواری بیشتر ناشی از اعتقادات مذهبی یا دلایل فلسفی بود. اما امروزه کلمات سلامتی و اخلاقی جایشان را با هم عوض می‌کنند. هرچند بسیاری از زنان نیمه گیاهخوار هستند. واقعیت این است که جمع کثیری از گیاهخواران آبزیان را در شمار حیوانات قرار نمی‌دهند. و نیمی از این عده هم مرغ را در ردیف گیاهان قرار می‌دهند. تنها گوشت قرمز است که به شدت تکفیر می‌شود.

آنچه اغلب به عنوان غذای سالم محسوب می‌شود، عملاً غذای فقیرترهاست. زن روشنفکر مدرن به قدری با غذا غریبه است که حتماً تحمل شنیدن آن را ندارد که برخی از شیرزنان گذشته به دلیل غذا پختن خود مشهور بوده‌اند.

زنانی که امروزه کتابهای آشپزی می‌نویسند، مطالب خود را با

اخلاقیات ادویه می‌زنند. در اواسط دهه ۹۰ فیلیپا داونپورت که دوبار به عنوان نویسنده سال کتابهای آشپزی معرفی شد می‌گوید: «ممکن است هفته‌ای سه یا چهار روز بگذرد و من روی هم رفته بیش از چند اونس گوشت نخورم. من می‌دانم که نیازم به پروتئین گیاهی مرتب افزایش می‌یابد.» این حرف کسی است که، در دهه ۱۹۷۰، بهترین تهیه‌کننده خوراک‌های گوشتی انگلیسی بود. داونپورت تغییر روش داده می‌گوید: «موج جدید گیاهخواری صرفاً به خوشمزه بودن غذاهای غیرگوشتی ارتباط دارد.» فرانسس بیسل، نویسنده مطالب مربوط به آشپزی، در نشریه تایمز می‌نویسد: «با آنکه من گیاهخوار نیستم، هر قدر بتوانم بدون گوشت و بدون ماهی غذا درست می‌کنم. در مواقعی ابدأ از پروتئینهای حیوانی استفاده نمی‌کنم.» زن روزگار ما با خوشحالی می‌گوید: «ما دیگر این روزها گوشت قرمز نمی‌خوریم.»

زنان پیوسته و بیش از پیش غذای مورد علاقه خود را به خورد مردان می‌دهند. از اینکه بگذریم اگر مرد ۵۰ درصد کارهای خانه را انجام ندهد که از جمله یکی هم آشپزی است، به زن توصیه می‌کنند اعتصاب کند. این توصیه بزرگترین نشریه زنانه ما یعنی گودهاوس کیپینگ است. نه تنها مرد باید دست پخت زن را بخورد، بلکه خودش هم باید آن را بپزد.

نیازهای غذایی کاملاً متفاوت است. جنس مذکر به گوشت قرمز بیشتری احتیاج دارد - به دلیل انرژی، مواد معدنی و غذای مغذی - اما معمولاً کمتر می‌خورد. در شرایطی که بررسیها و پژوهشهای به عمل آمده به این نتیجه رسیده که زنان به سبب کمی آهن باید گوشت قرمز بیشتری مصرف کنند، آن را از مصرف غذایی خود حذف می‌کنند. زنان آنچه را مردان و مردان جوان به آن احتیاج دارند، از برنامه غذایی آنان حذف می‌کنند. زنان با این رفتار خود فرزندانشان را از سلامت ذهنی و رشد کافی

محروم می‌سازند.

باید تعادلی وجود داشته باشد. اما این تعادل با تحمیل کردن امیال و خواسته‌های یک جنس بر جنس دیگر حاصل نمی‌شود. امروزه دو جنس مرد و زن به دلیل تفاوت نیازها و خواسته‌هایشان از هم فاصله می‌گیرند. دیگر شرایط دوران فمینیسم وجود ندارد، اما در مسیری حرکت می‌کنیم که زن و مرد از هم فاصله می‌گیرند.

به طور سنتی انتخاب غذا برای میز شام بر عهده مرد بوده است. اما حالا غذای او که تبدیل به گوشت سفید، بنشانات و سبزیجات شده برایش مشخص می‌شود. در این میان این زنان هستند که به آنان می‌گویند چه بخورند که به نفع‌شان باشد. زنان با رفتارشان سلامت خانواده را به مخاطره می‌اندازند. آنان بیشتر به گفته متخصصان علمی گوش می‌دهند و در این میان جانب حیوانات را می‌گیرند. شاید زنان به نوعی دارند انتقام گذشته‌ها را می‌گیرند. آنان با مردان همان کاری را می‌کنند که مردان مدت‌ها با آنان کرده‌اند.

برنامه غذایی زن به مرد لطمه می‌زند، به خودش هم لطمه می‌زند. جالب این است که اگر زن غذایی بخورد که مرد توصیه می‌کند به سود هر دو نفرشان کار کرده است. اما غذا تنها یک مورد مطرح در روابط میان زن و مرد است.

### خلاصه

- برنامه غذایی تأثیر اندکی بر سطح کلسترول دارد.
- خوردن گوشت قرمز کلسترول خوب را افزایش می‌دهد، اما روی کلسترول بد تأثیری ندارد.
- چربی اشباع شده برای سلامتی انسان ضرورت دارد و عامل مهم

۷۸ □ چرا مردان اتونمی‌کشند

پیشگیری از سکته مغزی است.

- کره و کرم کم چرب که به نان می‌مالند بیش از چهار برابر گوشت گوساله کم چرب چربی دارد.
- مواد غذایی کم چرب بیش از استیک کم چرب چربی اشباع شده دارد.

\* گوشت قرمز تکفیر می‌شود، بهانه سلامتی است، اما دلیل اصلی موضوع سیاسی است.

### روندهای منفی

- در کوتاه مدت رشد غذاهای به ظاهر سالم همچنان افزایش خواهد یافت. قصاب پیشاپیش موجود به خطر افتاده‌ای است. آیا در سرتاسر ایالات متحده شش قصاب وجود دارد؟ نان سفید که از نان سبوس نگرفته سالم‌تر است از برنامه‌های غذایی حذف می‌شود. با احتمال زیاد گروه سبزه‌ها می‌خواهد بر مصرف گوشت گوساله مالیات بسته شود. بعید نیست در اینترنت تدابیری اندیشیده شود که وقتی نوبت خرید گوشت می‌رسد یخچال فروشگاه اصولاً باز نشود. و بعد در اینترنت یخچال به شما جواب بدهد که به جای گوشت قرمز فیبر مصرف کنید.
- شرکتهای غذایی و بیوتکنولوژی به اتفاق، به دنبال تولید غذاهایی هستند که از میزان کلسترول و چربی غذاها بکاهد تا میزان سلامتی افزایش یابد. از جمله این سالم‌سازیهایی می‌توان به کاهش قند خون و بهتر شدن نظام ایمنی اشاره کرد.

### هدفهای مطلوب

- انسانهای منطقی، از زن و مرد، شمارشان زیاد است. این عده

می‌توانند متقابلاً وارد گود شوند و از حقوق خود دفاع کنند. مواد معدنی و آمینواسیدهای مفید در گوشت حقیقی یافت می‌شود. هنوز هم بسیاری از زنان را می‌توان یافت که به جای قطع کردن لذت، لذت می‌دهند. آنان می‌توانند از انبوه مدارج علمی برای حمایت از نظرات خود استفاده کنند.

● ادامه دادن به وضع موجود در زندگیهای زناشویی تولید مصیبت می‌کند. میز شام باید محلی برای رسیدن به توافق و سازش باشد، مکانی برای لذت بردن متقابل باشد. مسلماً مرد از سوپ عدسی که زن می‌خواهد برایش درست کند لذتی نمی‌برد.

● غذایی که زن می‌خورد وسیله‌ای است که خودش را به شکلی که هست یا می‌خواهد باشد نشان دهد: لاغرتر، باریک‌تر، سالم‌تر، زیباتر و چیزدان‌تر از دیگران. زن پیوسته در رویاهای خودش سیر می‌کند و کاری به مرد ندارد. از آن گذشته زن با مصرف غذاهای سالم وقت کمتری را در آشپزخانه سپری می‌کند و بنابراین فرصت آزاد بیشتری بدست می‌آورد. گرفتگی و اختلاف در ازدواج مشهود است. گره‌ها در شرودر، سیاستمدار آلمانی، وقتی زنش، هیلو، گیاهخوار شد و حاضر نشد به او سوسیس بدهد، او را طلاق داد.



## مغز و جنسیت قعر کلاس

سه دهه گذشته شاهد نوآوری فوق العاده در تاریخ زندگی انسان بوده است. باوری، دست کم در غرب، که تفاوت‌های جنسیتی را فرهنگ در اشخاص شکل می‌دهد. البته نه ویژگی‌های جسمانی مسلم را بلکه تفاوت‌های رفتاری، برداشتها و نگرشها. این دقیقاً همان بحثی است که ما در شروع فصل اول به آن اشاره کردیم که جهت‌گیری‌های جنسیتی ما از طریق فرهنگ مشخص می‌شود، اما فرهنگ به دلیل چیزی به مراتب بیش از انتخاب همسران بد سرزنش می‌شود. امروز می‌گویند که زن و مرد با هم برابرند، هر کاری را که مرد بتواند انجام دهد زن هم می‌تواند، مشروط بر اینکه میدان بازی به لحاظ فرهنگی طراز و یکنواخت باشد. در گذشته باور کلی وجود داشت که زن و مرد را متفاوت از یکدیگر به حساب می‌آورد، اینکه جنسیت‌های مختلف رفتارهای متفاوتی را به نمایش می‌گذارند. هر کدام در کاری مهارت بیشتر و در کارهای دیگری مهارت‌های کمتر داشتند. هر کدام برای شغلی مناسب بودند. اما حالا به ما می‌گویند که این فرضیه‌ها اندیشه‌های مذکرانه بوده است. ارتودوکسی جدید همه ما را برابر می‌داند.

ارتودوکسی جدید به پدران و مادران هشدار می‌دهد که اگر با فرزندان



خود با توجه به جنسیت آنان رفتار کنید آنان را ویران می‌سازید، و از جمله می‌گوید اگر برای دخترتان عروسک بخرید، او را مسجور می‌کنید تا زندگی‌اش را در مادری کردن و پرستاری بگذرانند. عروسکها را باید به پسر بچه‌ها داد و کامیون و ماشین‌های اطفاء حریق اسباب‌بازی‌هایی هستند که افق دید دختران را وسیع‌تر می‌کند. این اقدام برای از میان برداشتن تفاوت‌های جنسیتی در دهه ۱۹۶۰ شروع شد و با ناکامی مواجه گشت، اما پدر و مادر دهه ۶۰ ناکامی خود را به فرهنگ وسیع‌تری نسبت دادند: تلویزیون، سینما، روزنامه‌ها و به خصوص مدارس که هنوز شیوه‌های مردسالاری گذشته را تشویق و ترویج می‌کردند. این حرف دیگر حقیقت ندارد. فرهنگ وسیع‌تر مدتهاست که تسلیم ارتودوکسی جدید شده که معنایش این است پدران و مادران مدرن باید بتوانند به هر شکلی که دوست دارند فرزندانشان را قالب‌ریزی کنند و از حمایت کامل دنیای خارج برخوردار باشند.

کتابخانه‌های مدارس به سرعت پاکسازی شده‌اند. کتابهایی که سالیان دراز حالت کلاسیک داشته‌اند به سبد کاغذهای باطله پرتاب شده‌اند. حتی زبان صحبت تغییر کرده است. خداوند روی جنسیت‌ها تجدید نظر کرده است و زنان از دست مردسالاری نجات یافته‌اند و حالا دیگر به آنان اجازه می‌دهند که به خواسته‌های خود برسند و تا حد امکان خود رشد کنند، یا اینکه به ما این گونه می‌گویند. با این حال، به رغم این تلاش همه جانبه برای متقاعد ساختن ما که مردان و زنان از توانمندی‌ها یا نگرشهای یکسانی برخوردارند، تفاوت‌های جنسیتی سر جای خود باقی هستند. هنوز دختران عاشق عروسکهای باربی هستند و میلیونها عروسک می‌خرند، بیش از پسران کتاب می‌خوانند و به دوستانشان توجه و علاقه بیشتری دارند.

عقل سلیم، و بگذریم از تجربیات چندین هزارساله، حکم می‌کند که

در تفکر برابر بودن زنان و مردان مکث کنیم، اما آنانی که تحت تأثیر دستور کارهای اجتماعی هستند با نادیده گرفتن تفاوتها اصرار دارند که فرهنگ به تنهایی سبب ایجاد تفاوت در مردان و زنان شده است. مهم نیست. ممکن است کسانی باشند که هنوز فکر کنند زمین صاف است. با این تفاوت که این پست مدرنها توانسته‌اند روی تحصیلات، دولت و دست کم در امریکا روی رسانه‌ها تأثیر بگذارند.

با این حال لائبراتورهای پژوهشی نشانه‌هایی بدست می‌دهند که با این ارتودوکسی متفاوت است. نشانه‌ها بسیار بارز و تعیین‌کننده هستند و جایی برای بحث و تردید باقی نمی‌گذارند. این بررسیها نشان می‌دهند که بخش عمده تفاوت‌های جنسیتی ناشی از فرهنگ و اجتماع نیست، بلکه بیولوژی است که نقش اساسی را ایفا می‌کند. پست مدرنها یا این نشانه‌ها را نادیده می‌گیرند یا به کمک نشانه‌های علمی از آن خود به مبارزه با آن می‌پردازند.

بعضیها معتقدند که چیزی به عنوان رفتار با توجه به جنسیت وجود ندارد. اما هر کس که با بچه‌ها زندگی کرده باشد می‌داند که دختران و پسران متفاوت از یکدیگر رفتار می‌کنند. تا زمانی که بچه‌ها چهار ساله شوند، ترجیح می‌دهند که با هم جنسان خود بازی کنند. پسران بازیهای پر سر و صدا و رقابت‌آمیز می‌کنند و این در حالی است که دختران بازیهای کلامی، تعاونی و مشارکتی را ترجیح می‌دهند. دختران بازیهایی می‌کنند که مهارت‌های شخصی آنان را تقویت می‌کند. آنان از همان دوران کودکی رفتارهای مردانه و زنانه را به نمایش می‌گذارند. انگار بازیها تمرینی برای دوران زن و مرد شدن آنان است.

بررسیهای علمی هم از این ملاحظات که عقل سلیم هم آن را حکم می‌کند حمایت می‌کنند. الانور مک کوبی بیش از سی سال درباره تفاوت‌های

جنسی بررسی کرده و به این نتیجه رسیده است که پسران و دختران جوان چگونه اجتماعی می‌شوند. خانم مک کوبی نتیجه گرفته است که دختران به مراتب اجتماعی‌تر از پسران هستند و پسران تمایل به پرخاشگری و رقابت دارند. بررسیهای دیگری که در این خصوص انجام شده به نتایج مشابهی رسیده است. پسران از بازیهای پرخشونت استقبال می‌کنند. آنان برای بازیهای خود از فضای بیشتری بهره می‌جویند، بیشتر سر و صدا می‌کنند. دختران ساکت‌تر و اجتماعی‌تر هستند. دایان مک گنس، روانشناس، اقدام به آزمایشی کرد که در آن به بچه‌های پیش‌دستانی، اسباب‌بازیها و بازیهای گوناگونی ارائه شد. این روانشناس به این نتیجه رسید که پسران چهار برابر دختران از یک اسباب‌بازی به سراغ اسباب‌بازی بعدی می‌رفتند. پسران زودتر مک‌در می‌شدند و حوصله‌شان سر می‌رفت، بیشتر حرف و بازی یکدیگر را قطع می‌کردند و در مقایسه با دختران کمتر اجتماعی بودند.

اینها هیچ کدام مریبان کودکانی را به تعجب وانمی‌دارد، پدران و مادران صاحب فرزند هم از این تعجب نمی‌کنند. آنان از همان روزهای نخست صاحب اولاد شدن می‌دانند که فرزندانشان رفتارهای متفاوتی را به نمایش می‌گذارند. پسران اسباب‌بازیهایی را ترجیح می‌دهند که سر و صدا می‌کنند. آنان فعالیتهایی را دوست دارند که بتوانند از اشیاء و لوازم به شکلی که مایلند بهره‌برداری کنند. آنان بازیهای پسرانه را دوست دارند. دختران بازیهای به مراتب کم سر و صدا را دوست دارند و می‌توانند مدتی به مراتب طولانی‌تر تمرکز داشته باشند. هرگز تعجبی وجود ندارد که اغلب آموزگاران ترجیح می‌دهند به دختران درس بدهند، زیرا آنان بسیار بیش از پسران تن به همکاری می‌دهند. و در این شرایط هرگز عجیب نیست که پسران شش تا ده برابر با تشخیص اختلال کمبود توجه

رو به رو می شوند. پسران حیطة توجه کوتاه تری دارند. دختران هفت تا ده ساله، در مقایسه با پسران دو برابر بیشتر روی یک کار وقت صرف می کنند. این تفاوت با افزایش سن بیشتر می شود. در جریان بررسی که اخیراً صورت گرفت معلوم شد که فضای توجه یک پسر نوجوان پنج دقیقه، و حیطة توجه یک دختر نوجوان بیست دقیقه است.

دختران سازگارتر هستند. آنان به راحتی بیشتری به سخن پدر و مادر و مربیان و آموزگاران خود گوش می دهند و به آن عمل می کنند. پسران در گروه های وسیع تری بازی می کنند. بازی آنان خشن تر است. و فضای بیشتری را اشغال می کند. پسران با خوشحالی در خیابانها و مکانهای عمومی حضور پیدا می کنند. کوچه و بیرون از خانه برای آنان مکان بازی مناسبی است، اما دختران ترجیح می دهند که بیشتر در خانه بازی کنند. دختران دوست دارند با یک یا دو دختر دیگر تشکیل گروه بدهند. این دختران اغلب به یکدیگر اعتماد می کنند و این بخشی از انگاره مؤنث بودن است. دوستی پسران به ندرت تا این حد نزدیک است. دوستی آنان به علائق متقابل آنان بستگی دارد. وقتی پسران با هم به طور گروهی بازی می کنند، سخن و بازی یکدیگر را قطع می کنند. یکدیگر را تهدید می کنند. و اسباب ناراحتی یکدیگر را فراهم می سازند. آنان از لطیفه و مزاح و توهین به یکدیگر لذت می برند و به راحتی بسیار بیشتری از دختران از زور جسمانی استفاده می کنند. دختران به راحتی بیشتری با هم به توافق می رسند. آنان به ندرت سخن یکدیگر را قطع می کنند و آن قدر صبر می کنند تا دیگری حرف خود را تمام کند. دختران در میان خود ابراز وجود نمی کنند. البته هدفهای خود را دنبال می کنند. اما اغلب از سیاست ترغیب و مجاب سازی استفاده می کنند و این گونه می خواهند به توافق برسند. بنابراین پسران فعال تر هستند، کمتر توجه می کنند، پرسر و

صداتر هستند و از پرخاش و خشونت بسیار بیشتری بهره می‌گیرند. یکی از دلایل اینکه بعضیها به پسران داروهای آرام‌بخش می‌دهند همین است. آیا برخورد شرایط نوین با بچه‌ها از نوعی است که پسران را بیمار معرفی می‌کند؟ بعداً توضیح می‌دهیم که به نظر می‌رسد این گونه باشد. توضیح می‌دهیم برای اینکه پسران رفتار بهتری را به نمایش بگذارند به آنان دارو می‌دهیم. در واقع با این اقدام می‌خواهیم کاری کنیم که آنان دخترانه‌تر شوند.

حتی کسانی که اصرار دارند 'جنسیت‌ها تحت تأثیر شرایط اجتماعی حالت می‌گیرند اگر به یک کلاس درس مختلط بروند متوجه می‌شوند که رفتار پسران و دختران با هم تفاوت دارد، اما همین اشخاص ممکن است بگویند که این تفاوتها را پدران و مادران بچه‌ها ایجاد کرده‌اند. پست‌مدرنها مدعی هستند که پدران و مادران با پسران و دختران خود به گونه متفاوتی رفتار می‌کنند و از این رو توصیه می‌کنند که با آنان رفتار مشابهی داشته باشند. آنان تحت تأثیر این نظریه می‌گویند که پدر و مادر حتی اگر شده به طور ناخودآگاه پسران خود را به شلوغ‌تر بودن، پرخاشگرتر بودن تشویق می‌کنند. اما این حرف بی‌پایه و اساس است. پدر و مادر معمولاً با پسران خود رفتاری متمایز دارند. آنان پیوسته برآنند که پسران خود را آرام و متمدن سازند. بررسیهای بعمل آمده نشان می‌دهد که پدر و مادر وقت بیشتری صرف فرزندان پسر خود می‌کنند، بیشتر نگران آنان هستند و بیشتر آنان را مجازات می‌کنند و همه اینها برای آن است که از شلوغی و گستاخی آنان بکاهند. اما این اقدامها اغلب به نتیجه نمی‌رسد، زیرا این رفتار پسران وقتی در رحم مادرشان هستند در تار و پود آنان تنیده شده است. ما با شرایط جنسیتی خاصی به دنیا می‌آییم. دستور کار رفتاریمان نیز با توجه به جنسیتمان تفاوت می‌کند. کسی از ما به عنوان یک جنسیت

خنثی متولد نمی‌شود.

### حکایت کروموزومها و هورمونها

به هنگام بسته شدن نطفه ۲۳ کروموزوم در تخمک مادر با ۲۳ کروموزوم که در اسپرم مرد وجود دارد با هم ترکیب می‌شوند تا ۲۳ جفت کروموزوم را بوجود آورند. کروموزومهای اصلی که جنسیت ما را مشخص می‌سازند، به کروموزومهای جنسی شهرت دارند که یک جفت را تشکیل می‌دهند. جفت جنس مذکر XY و جفت جنس مؤنث XX است. تخمک زن یک X دارد و اسپرم مرد یک X یا یک Y دارد. اگر تخمک با Y بارور شود، جنین معمولاً مذکر می‌شود. اگر اسپرم برنده کروموزوم X داشته باشد، معمولاً دختر شکل می‌گیرد. بنابراین این اسپرم است که جنسیت کودک را مشخص می‌سازد.

کروموزوم Y دلیل مرد شدن است، زیرا سبب می‌شود که اندروژن یعنی هورمون مردانه در جنین آزاد شود. این هورمونهای مردانه ژنهایی را سبب می‌شوند که در تمامی ۲۲ جفت کروموزومی که دو جنس مؤنث و مذکر از آن بهره دارند، وجود داشته باشند. جنین مؤنث فاقد کروموزوم Y است بنابراین اندروژن فعال نمی‌شود و جنین به شکل مذکر در نمی‌آید.

سالها قبل مشخص گردید که می‌توان با دستکاری‌هایی در اوایل شکل‌گیری جنین روی جنسیت تأثیر گذاشت. جنین به لحاظ ژنتیک مذکر یک موش اگر محروم از هورمون مردانه شود، تبدیل به موش مؤنث می‌شود و بعداً به لحاظ آناتومی و رفتار به شکل موش ماده عمل می‌کند. جنین به لحاظ ژنتیک مؤنث موش هم در معرض هورمونهای مذکر تبدیل به موش مذکر می‌شود.

ما هورمونهای انسانها را دستکاری نمی‌کنیم. البته این کار شدنی است، اما اقدامی به شدت غیراخلاقی است. طبیعت کار خودش را می‌کند. مردانی با ژن XY

وجود دارند که با اختلالی روبه‌رو می‌شوند که مانع از آن می‌شود ژنهایشان نسبت به هورمون‌ها واکنش نشان دهند. این مردان به لحاظ فیزیکی قالب زن پیدا می‌کنند. بعد با ژنتیک XX هم روبه‌رو می‌شویم که به اشتباه هورمون‌های مردانه تولید می‌کنند. این دختران در غده آدرنال خود شکل غیرنرمال دارند که در نتیجه اندروژن بیش از اندازه تولید می‌کنند. اینها با آلت تناسلی مردانه متولد می‌شوند.

بیل: «مثل اینکه موضوع پیچیده‌ای است.»

آن: «نه، آنقدرها هم پیچیده نیست. قبلاً هم درباره این موضوع بحث کردیم. انگاره اولیه انسان مؤنث است. اگر هورمون مردانه زیادتر شود، جنین شکل مرد به خود می‌گیرد.»

بیل: «با این حساب همه ابتدا مؤنث هستیم.»

آن: «بله، اما تنها جنسیت نیست که این گونه صورت خارجی پیدا می‌کند. حتی میزان تهاجم و پرخاشگری مرد در رحم مادر مشخص می‌شود. هرچه جنین تستوسترون بیشتری دریافت کند، در سنین بلوغ و بزرگی تهاجمی‌تر می‌شود.»

حتی پست مدرنها هم نقش مهم و تعیین‌کننده کروموزومها و هورمون‌ها را در تعیین جنسیت جنین رد نمی‌کنند. اما درباره اینکه اثرات این اقدام تا چه اندازه است بحث زیاد است. آیا هورمون‌ها صرفاً بدن را شکل می‌دهند؟ یا روی رشد و شکل‌گیری مغز هم تأثیر می‌گذارند؟

همان طور که قبلاً توضیح دادیم که یک بچه موش مذکر وقتی محروم از تستوسترون می‌شود رفتار جنسی مؤنث پیدا می‌کند و حال آنکه بچه موش مؤنث در معرض تستوسترون، رفتار تهاجمی موشهای مذکر را

به نمایش می‌گذارد. اما این تنها رفتار جنسی موشها نیست که تغییر می‌کند. جنس ماده مذکر شده رفتار قاطعانه‌تری را به نمایش می‌گذارد. و بهتر می‌تواند وقتی در ماز قرار می‌گیرد راه خود را پیدا کند. در زندگی واقعی موشها، جنس مؤنث نمی‌تواند به اندازه جنس مذکر راه خود را در ماز پیدا کند، اما موش ماده نر شده مانند یک موش مذکر نر مال عمل می‌کند. البته انسانها با موشها تفاوت دارند، اما ساختار عصبی ما و موشها شبیه یکدیگر است و از هورمونهای مشابهی استفاده می‌کنیم. آیا مغز انسان هم در رحم حالت جنسی‌اش مشخص می‌شود؟ و در نتیجه ما رفتارهای متفاوت دختران و پسران را در زمین بازی مدرسه به تماشا می‌نشینیم؟

وقتی سوزان متولد شد، آلت تناسلی او کمی غیرنرمال بود. پزشکان به این نتیجه رسیدند که این می‌تواند در آینده مشکلاتی برای او به وجود آورد. سوزان مورد دارودرمانی قرار گرفت و مشکل به ظاهر برطرف گردید و تعادل شیمیایی بدن او از نو برقرار شد. اما مادر سوزان به خوبی به یاد دارد که او با خواهران بزرگتر خود تفاوت‌های چشمگیر داشت:

خواهران بزرگتر سوزان هرگز مسئله‌ساز نبودند، اما سوزان یک کابوس بود. او کودک بسیار شلوغ و پرسر و صدایی بود، نمی‌خوابید و در دو سالگی قابل کنترل نبود. حتی یک لحظه نمی‌توانستم چشم از او برگیرم. هرگز نمی‌توانست آرام و قرار بگیرد. او همیشه با پسران بازی می‌کرد. از بازیهای پرخشونت استقبال می‌کرد. هر وقت به خانه می‌آمد لباسهای پاره و دریده شده بود.



مانند سایر دختران از نوع CAH<sup>۱</sup> سوزان بازیهای خشن و پسرانه را دوست داشت. او علاقه‌ای به اسباب‌بازیهای خواهران بزرگ‌تر خود نداشت. به عروسکهای آنان بی‌علاقه بود مگر اینکه از آنها به شکل سلاح استفاده می‌کرد. مادرش به یاد دارد که سوزان در چهار سالگی برای کریسمس یک جیب اسباب‌بازی با کنترل از راه دور می‌خواست. او از عروسک خسته و بیزار بود. دیری نگذشت که او دارای مجموعه‌ای از اسباب‌بازیها از نوع اتومبیل، کامیون و قطار شد. او ساعتها با این اسباب‌بازیها بازی می‌کرد. اتومبیلها را با هم تصادف می‌داد. بازی با لگو را دوست داشت و با آنها برجهای سه بعدی می‌ساخت.

رفتار سوزان به رفتار پسران شباهت داشت. در اوقات بازی و تفریح از درختها بالا می‌رفت و با پسران توپ‌بازی می‌کرد. مادرش در این خصوص می‌گوید:

او علاقه‌ای به بازی با سایر دختران نداشت. به همین دلیل پیدا کردن هم‌بازی برای او همیشه ساده نبود. او اغلب می‌خواست بازیهای پسرانه بکند.

کسی نمی‌تواند منکر آن شود که پدر و مادر سوزان بیشترین تلاش خود را برای اینکه دخترشان را یک دختر تربیت کنند نکردند. با این حال او اصرار داشت که رفتار پسران را داشته باشد. پدرش به شدت تلاش کرد تا دخترش را مجاب کند تا در یک دوره پرستاری ثبت‌نام کند. سوزان سعی خودش را کرد، اما بعد از چند هفته از این کار دست کشید زیرا

---

۱- جنین‌های مؤنث XX که به اشتباه هورمونهای مردانه تولید می‌کنند و در معرض آن قرار می‌گیرند.

نمی‌توانست به جنبه‌های مراقبتی این کار برسد. او سرانجام توانست یک مهندس ساختمان موفق شود و این شغلی است که ۹۸ درصد آن کار مردانه است.

تصویر آینه‌ای دخترانی از نوع سوزان پسرانی هستند که با یک نابهنجاری ژنتیکی روبه‌رو می‌شوند که به آنان یک کروموزوم اضافی مؤنث می‌دهد. به عبارت دیگر اینها به جای  $xy$  تبدیل به  $xxxy$  می‌شوند. این پسران به شکل مذکر به نظر می‌رسند، اما در جریان رشد جنسی خود به اندازه کافی در معرض هورمون مردانه واقع نمی‌شوند. این پسران از نوع  $xxxy$  رفتارهای زنانه را به نمایش می‌گذارند. اینها از بازی کردن با دختران بیشتر لذت می‌برند. آنان بازیهای پسرانه را دوست ندارند و در مقایسه با سایر پسران از پرخاشگری و رفتار تهاجمی کمتری برخوردار می‌باشند. اتفاق دیگری در زمینه هورمونها در دهه ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ اتفاق افتاد که در آن هزاران زن در جریان بارداری هورمونهایی مصرف کردند. در حالی که این زنان فرزندان غیرطبیعی به دنیا می‌آوردند همان رفتار دختران از نوع CAH یا پسران  $xxxy$  را به نمایش گذاشتند. این بچه‌ها به طور کامل و مبسوط مورد مطالعه قرار گرفته‌اند. آن دخترانی که در معرض هورمونهای مردانه در رحم مادر قرار گرفتند در مقایسه با خواهران خود به شدت پرخاشگرتر و تهاجمی‌تر بودند، در حالی که پسرانی که در معرض هورمونهای زنانه قرار گرفتند بیشتر رفتارهای زنانه را به نمایش گذاشتند. این حوادث اتفاقی طبیعی نشان می‌دهند که ما با انگاره رفتاری که در مغز ما برنامه‌نویسی شده است روبه‌رو هستیم. می‌توانید به یک دختر از نوع CAH تمام عروسکهای باربی جهان را بدهید تا او از همه آنها به شکل یک سلاح برای بازیهای پسرانه استفاده کند. سعی کنید یک پسر  $xxxy$  را هر قدر می‌توانید محکم و استوار کنید، اما او به شما نشان خواهد داد که

می‌خواهد آرام و ملایم باشد. همه اینها رفتاری با توجه به شرایط جنسیتی خود نشان می‌دهد.

این بچه‌ها به واقع دختر نیستند، آنان پسر هستند و با آنکه به لحاظ ژنتیکی مرد هستند به اندازه کافی در معرض تستوسترون قرار نگرفته‌اند که آلت مردانه پیدا کنند. و به همین دلیل به لحاظ آلت تناسلی دختر متولد می‌شوند. این بچه‌ها اغلب به شکل دختر بزرگ می‌شوند و بنابراین تحت تأثیر شرایط اجتماعی شرطی می‌شوند و هویت زنانه پیدا می‌کنند. این دختران صورتشان پرمو می‌شود؛ آنان در واقع به آنچه همیشه بوده‌اند یعنی پسر تبدیل می‌شوند.

بعضیها ممکن است آمادگی آن را داشته باشند تا همه این شواهد را بپذیرند و با این حال هنوز این را قبول ندارند که رفتار در رحم مادر شکل می‌گیرد. مطمئناً، ممکن است بگویند، قبل از تولد مغز می‌تواند مؤنث یا مذکر بشود. اما چگونه ممکن است پرخاشگری در رحم مادر شکل بگیرد؟ آیا پرخاشگری بستگی به طرز تربیت دارد؟ فرصتی دست داد که این موضوع اخیراً آزمون شود، زیرا یکی از زایشگاهها نمونه‌های خون مادران در ماه سوم بارداری را نگهداری می‌کرد. جامعه‌شناسی به نام ریچارد اودری توانست فرزندان تولد یافته این مادران را معاینه و واریسی کند. وقتی ادری متوجه نمونه‌های خون شد این بچه‌ها جملگی رشد کرده و بزرگ شده بودند. اودری توانست میزان تستوسترون موجود در خون مادران را اندازه بگیرد و آن را با رفتار فرزندان حالا بزرگ شده آنان مقایسه کند. رفتار این اشخاص در زمینه‌های متعددی مورد سنجش قرار گرفت، علاقه آنان به لباس، مشاغل، و غیره. نتایج نشان داد که میزان تستوسترون در زمان بسته شدن نطفه ویژگی رفتار پسران را مشخص کرده بود. هرچه جنین از جنس دختر اندروژن بیشتری در رحم مادر دریافت کرده بود،

رفتار زنان رشد یافته تهاجمی تر بود. جنین جنس مذکر ۵ تا ۸ برابر جنس مؤنث در معرض اندروژن قرار می‌گیرد. و به همین دلیل مردان تهاجمی‌تر و پرخاشگرتر هستند.

نشانه‌ها کاملاً بارز هستند، و با این حال هنوز پدران و مادرانی هستند که فکر می‌کنند فرزندانشان به لحاظ جنسیت خنثی هستند. عروسک باربی را به پسرای می‌دهند که تفنگ را ترجیح می‌دهند و متقابلاً اتوموبیل و کامیون را به عنوان هدیه تولد به دختران می‌دهند. این طوری فایده‌ای ندارد. بچه‌ها ذهن‌هایی از آن خود دارند و این ذهن به شکل قدرتمندی در رحم مادر صورت خارجی پیدا می‌کند. جامعه می‌تواند این ذهن‌ها را تقویت کند، اما نمی‌تواند سوگیری آنها را تغییر بدهد. هورمون‌ها روی مغز تأثیر قدرتمندی برجای می‌گذارند و رفتار اشخاص را مشخص می‌سازند. همین هورمون‌ها هستند که سبب می‌شوند دختران دختر و پسران پسر شوند. به همین دلیل است که دختران پسر و پسران دختر نمی‌شوند. و متأسفانه نظام آموزش و تحصیلی ما این تفاوت را رعایت نمی‌کند.

در شروع این قرن زنان ذهنشان به قدری ضعیف ارزیابی می‌شد که می‌گفتند مناسب تحصیلات نیستند. اکثریت مردان هم آموزش کمی دریافت می‌کردند، زیرا اگر در شمار طبقه متوسط یا طبقه بالا قرار نمی‌گرفتند توانایی پرداخت هزینه‌های تحصیل را نداشتند. اما این فرصت برای زنان از این هم کمتر بود. بعضی نیز بر این باور بودند اگر زنان درس بخوانند گرفتار بیماری‌های عصبی می‌شوند.

بنابراین آموزش مرد اول و آموزش زن دوم بود.

از اینکه بگذریم آموزش مردان کلاسیک و آموزش زنان درسهای

عملی بود.

امروز این برداشت به نظر بی‌مفهوم می‌رسد، اما برخورد جاری با آموزش به همان اندازه گذشته اشتباه است. دنیای جنسیت واحد معتقد است، اگر به دختران و پسران فرصتهای برابر بدهیم در زمینه علائق تحصیلی یا موفقیت‌های تحصیلی هیچ تفاوتی میان دختران و پسران وجود نخواهد داشت. مساوات با یکی بودن به اشتباه گرفته می‌شود و این ابهام به هیچ یک از دو جنس کمک نمی‌کند. ما محتاج آن هستیم که به زنان و مردان فرصتهای برابر بدهیم، اما نباید نتایج مشابهی را به خصوص میان دو جنس انتظار داشته باشیم. جنس مذکر و مؤنث با توجه به مغزهای خود به طرز متفاوتی یاد می‌گیرند و از آن گذشته علائق و اشتیاق‌های متفاوتی دارند. هر نظام آموزشی که اصرار داشته باشد دختران و پسران با هم تفاوت ندارند و باید به یک شکل با آنان رفتار شود، راه را برای آسیب زدن هموار می‌کند.

به ندرت کسی می‌تواند ادعا کند که نظام آموزش در غرب خدمت خوبی به بچه‌ها می‌دهد. نشریه تایمز مالی در این خصوص می‌نویسد: «تنزل کیفیت آموزش در امریکا به شدت بدشگون و نامیمون است». روزنامه تایمز، ۴ آوریل، در سال ۱۹۹۷، نوشت تنزل عملکرد پسران در مدارس انگلیس حالت مزمن پیدا کرده است. در زمینه آموزش با مشکلات جدی روبه‌رو هستیم و اغلب صاحب‌نظران به این نتیجه رسیده‌اند که وضع آموزش به خصوص برای پسران نومی‌دکننده است.

کلاس درس یکی از نخستین نهادهایی بود که شکل مؤنث پیدا کرد و نتیجه آن شده است که نظام تحصیلی مسا برای دختران دوستانه و برای پسران خصمانه شده است. در این شرایط کاملاً طبیعی است که در این دنیای مؤنث شده رفتار پسرانه با اخم استقبال می‌شود. مارتین اسپافورد، یکی از آموزگاران لندن، می‌گوید: «پسران به دلیل پسر بودنشان پیوسته

مورد حمله قرار می‌گیرند. ما در مدارس خود این احساس را به وجود می‌آوریم که مذکر بودن چیز بدی است.»

مؤنث شدن کلاس درس بدین معناست که پسران قرار است به شیوه دختران یاد بگیرند. و شیوه دختران کلامی و غیر رقابت‌آمیز است. پسران بقدر دختران کلامی نیستند و به مراتب رقابت‌آمیزتر هستند، از این‌رو بسیاری از پسران به این نتیجه می‌رسند که کلاس تحت سلطه جنس مؤنث مضمونی غیردوستانه دارد. اثبات در نتیجه کار است. در مدارس انگلیسی، دختران در تمام دروس به استثنای فیزیک موفق‌تر از پسران هستند. چرا؟ بازرس اعظم علی‌حضرت می‌گوید: «چرایش معلوم نیست.» و بعد برای اینکه به جواب برسد آموزگاران را متهم می‌کند، از نبود الگوهای نقشی برای پسران و فرهنگ ضد آموزش مردان طبقه کارگر حرف می‌زند. اما او به هر چه اشاره می‌کند جنبه اجتماعی دارد. او متوجه این موضوع نیست که دختران و پسران به گونه‌ای متفاوت از یکدیگر یاد می‌گیرند. اخیراً وزیر آموزش و پرورش، استفن بایرز، هم مشکل موجود را تأیید می‌کند و معتقد است که باید مسایل و مشکلاتی را که در سالهای اخیر بر نظام درسی ما حاکم شده است از میان برداشت. او می‌گوید نباید شانه بالا بیندازیم و بگوئیم «پسران پسر هستند»، اما واقعیت این است که پسران پسر هستند. فکر کردن به نوع دیگر انکار کردن واقعیت است و قرار نیست پسران را تغییر بدهیم تا مناسب سیستم شوند، بلکه باید نظام را تغییر داد تا هم برای پسران و هم دختران مفید و مناسب واقع شود.

آماری که از اقصی نقاط جهان بدست می‌آید به انگاره مشابهی اشاره دارد. به عبارت دیگر، وقتی دختران و پسران با هم به مدرسه می‌روند عملکرد دختران بهتر است. درس خواندن برای دختران در کلاس درس بسیار طبیعی‌تر است. دختران شیوه تدریس مؤنث‌زده شده را به مراتب

بیش از پسران دوست دارند. دختران سر کلاس توجه بیشتری نشان می‌دهند و پسران بیقرارترند. کلاسهای درس مدرن (در امریکا) روشهای غیر رقابت‌آمیز را توصیه می‌کنند و این چیزی است که دختران آن را دوست دارند. دختران روی مهارتهای کلامی اتکای بیشتری دارند؛ در ضمن سازمان یافته‌ترند؛ کار مدرسه‌اشان به نظم و ترتیب خاصی نوشته می‌شود؛ زمان انجام کار رعایت می‌شود. و این در حالی است که پسران در انجام دادن تکالیف مدرسه‌اشان بی‌توجهند. همان طور که قبلاً دیدیم حیطه توجه پسران کمتر است که علتش احتمالاً این است که آستانه تحمل مرارت و تکدر آنان کوتاه‌تر است. و این جای تعجبی به وجود نمی‌آورد. پسران فعال‌تر، پرخاشگرتر و بیقرارترند و به همین جهت به کنترل بیشتری نیاز دارند. درسهای غیررسمی در مورد اغلب پسران مؤثر واقع نمی‌شود.

در سالهای آغازین مدرسه، دختران در همه دروس بهتر ظاهر می‌شوند. آنان سریع‌تر از پسران حرف می‌زنند، مطلب می‌خوانند و چیز می‌نویسند و روش‌های تدریس هم به گونه‌ای است که بیشتر به سود دختران تمام می‌شود. چرا؟ علتش این است که مهارتهای طبیعی جنس مذکر حالت فضایی دارد و این در حالی است که دختران کلامی هستند. پسران مسایل و معماهای سه بعدی را بهتر حل می‌کنند و این استعداد آنان به ندرت در کلاسهای درس مورد توجه و تأیید قرار می‌گیرد. دختران با عروسکهایشان حرف می‌زنند و پسران اسباب‌بازیهایشان را خراب می‌کنند، اما در اغلب تدریس‌ها به مهارتهای فضایی بهایی داده نمی‌شود. در کلاسهای درس بیشتر به مهارتهای کلامی بها می‌دهند که دختران در آن عالی هستند. البته اینها شرایط معمول و طبیعی هستند. در بسیاری از موارد اتفاق می‌افتد که پسران کلامی‌تر و دختران فضایی‌تر می‌باشند.

اما وقتی نوبت به حل مسئله ریاضی می‌رسد، دختران از مزیت قبلی برخوردار نیستند. حل مسئله ریاضی با استعدادهای و توانمندیهای فضایی جنس مذکر رابطه دارد و بررسیهای انجام شده نشان می‌دهند که مغز جنس مذکر بیشتر از مهارتهای مغز سمت راست بهره می‌گیرد تا مسایل ریاضی را حل و فصل کند، در حالیکه جنس مؤنث از مهارتهای مغز سمت چپ خود استفاده می‌کند تا آزمونهای مرئی را انجام دهد. این را در زندگی روزانه خود هم شاهد هستیم. مثلاً مردان به هنگام پارک کردن اتومبیل از تبحر بیشتری برخوردارند. مردان فضا را می‌بینند و می‌توانند به راحتی تصور کنند که چگونه اتومبیل در جای خالی قرار می‌گیرد. اما زنان برای پارک کردن اتومبیل به وقت بیشتری احتیاج دارند، زیرا ابتدا باید مسئله را به کلام و کلمه درآورند. زنان طول اتومبیل را برآورد می‌کنند، فضای موجود را می‌سنجند و بعد از خود سؤال می‌کنند که کدام یک بزرگ‌ترند و در این زمان مردان متحیر می‌شوند که زن مورد اشاره اصولاً چگونه توانسته است از عهده امتحان رانندگی برآید. مردان در زمینه انتخاب جهت و جهت‌رانی هم از تبحر بیشتری برخوردارند. مردان تصویری فضایی از موقعیت جغرافیایی مسیر حرکت خود در مغزشان جای می‌دهند. زنان این کار را نمی‌کنند، اما ممکن است اگر یک‌بار به مقصدی رسیدند در نوبت بعدی آن را بهتر و راحت‌تر پیدا کنند. مردان با احتمال بیشتر جهت را تشخیص می‌دهند، اما همیشه هم موفق نمی‌شوند و این مطلبی است که زنانی که در صندلی جلو کنار شوهران خود می‌نشینند و می‌بینند که آنان حاضر نیستند جایی توقف کنند و آدرس را پرسند، آن را خیلی خوب می‌دانند. این تفاوت اصولی میان مردان و زنان مورد تأیید پژوهشهای وسیعی که در این زمینه انجام شده قرار گرفته است. زنان بیشتر کلامی هستند و مردان فضایی.



این تفاوت حتی در حیوانات هم دیده می‌شود. شامپانزه‌های نر و موشهای مذکر به راحتی بیشتری راه خود را در ماز پیدا می‌کنند، اما جنسهای مؤنث آنان و نیز جنس مؤنث انسان مسیر را بهتر به یاد می‌سپارد. این تفاوت در دو جنس مذکر و مؤنث بارها در بررسیهای مختلف ثابت شده‌اند. و با این حال این سببی نبوده که بحث درباره تأثیر بیولوژی روی تفاوتهای جنسیتی در بحث توانمندیها به انتها برسد. کسانی که منکر این تفاوت می‌شوند اغلب به لحاظ سیاسی انگیزه کافی دارند، و نمونه‌های بارز آنان فمینیستهای بی‌انعطاف در دانشگاههای آمریکا و بریتانیا هستند، که برای رسیدن به موقعیت مطلوب سیاسی منکر نقش بیولوژی در دختران و پسران می‌شوند. فمینیستها تمامی تفاوتهای زنان و مردان را به عوامل اجتماعی ربط می‌دهند و برای بیولوژی محلی از اعراب باقی نمی‌گذارند.

از جمله می‌توان به دایان هال پرن اشاره کرد که تصمیم گرفت موضوع را برای خود روشن کند. او مطمئن بود که تفاوتهای جنسیتی همگی ناشی از فرهنگ هستند و این چیزی است که او باید آن را ثابت کند. «به نظر من کاملاً مسلم بود که هر تفاوتی میان جنسیت‌های مختلف در تواناییهای فکر کردن ناشی از طرز اجتماعی شدن آنان است. بررسیهای مختلف هم راه اشتباه می‌روند، تعصب هم جایگاه خود را دارد.» اما وقتی این خانم تمامی شواهد و مدارک را مطالعه کرد اذعان نمود که اشتباه می‌کرده است: «بعد از خواندن مقالات مختلف در مجلات و پس از مطالعه دهها کتاب نظرم عوض شد. حالا فکر می‌کنم تواناییهای شناختی و فکری زن و مرد با هم تفاوت‌های اصولی دارند. جریان اجتماعی شدن مهم است، اما کاملاً مشخص است که بیولوژی هم به شدت تأثیرگذار است.» تفاوت‌های جنسیتی هم به بیولوژی و هم به چگونگی اجتماعی شدن بستگی دارند.

پروفسور دورین کیمورا تمام کار دوران زندگی خود را وقف تفاوت‌های جنسیتی و زیربنای فیزیولوژی آن کرده است. «نشانه‌های علمی برای بیان تفاوت‌های جنسیتی در زمینه عملکرد شناختی میان زنان و مردان در پنجاه سال گذشته روی هم انباشت شده است. بررسی‌هایی که در سال‌های گذشته در امریکای شمالی و اروپای شرقی انجام گرفته نشان داده‌اند که مردان در زمینه‌های فضایی، ادراک استدلال ریاضی افقی و عمودی از توانمندی بیشتری برخوردارند. از سوی دیگر زنان در زمینه‌های روانی کلامی، حافظه کلامی و برخی از مهارت‌های حرکتی در موقعیت بهتری قرار دارند.» کیمورا در ضمن خاطر نشان می‌سازد که «زنان در زمینه کلمات رنگی، حافظه کلامی و عملکرد در آزمون‌هایی که به مهارت‌های دستی احتیاج دارد، بهتر عمل می‌کنند.» کسانی که منکر امتیازات بیولوژیایی برای هر دو جنس مذکر و مؤنث می‌شوند برخلاف علم حرف می‌زنند. با توجه به بررسی‌های انجام شده از ناحیه اشخاص گوناگون و از جمله آنان پروفسور کامیلا بن باو در اژه هر دختر با استعداد ویژه در ریاضی، به سیزده پسر با استعداد در همین زمینه برخورد می‌کنیم. جنس مذکر در ریاضیات عالی، در فیزیک و در مطالعات اقتصادی و در هر زمینه‌ای که به استدلال ریاضی نیاز باشد، قوی‌تر ظاهر می‌شود. زنان از مهارتی برخوردارند که بتوانند برنده جایزه صلح نوبل بشوند، اما به ندرت سراغ داریم زنانی را که برنده جایزه نوبل در اقتصاد یا فیزیک شده باشند. و این هیچ ارتباطی به برخورد جامعه با آنان ندارد. برای مردان ریاضیات عالی و مجرد موضوعات ساده‌تری هستند. کامیلا بن باو می‌گوید: «در میان دانش‌آموزان با استعداد بیشتر، در سن سیزده سالگی به تفاوت‌های چشمگیری برمی‌خوریم. پسران در استدلال ریاضی و فضایی از توانمندی بیشتری برخوردارند. همین مطلب درباره فیزیک هم صدق می‌کند. این تفاوت‌ها تا پایان دبیرستان و

کالج هم به قوت خود باقی می‌ماند.»

پرفسور بن باو در ادامه مطالب خود می‌گوید: «این تفاوتها به تبیین این مطلب کمک می‌کند که چرا مردان و زنان در ریاضیات و علوم به یک اندازه پیشرفت نمی‌کنند، و چرا مردان و زنان در آزمونهای عالی هر کدام رشته‌های خاص خود را انتخاب می‌کنند. دختران مرتب تشویق می‌شوند تا در رشته‌های مهندسی، فیزیک یا ریاضی فعالیت کنند تا برتری خود را در این زمینه به اثبات برسانند، اما نه تنها دختران برای این کار تجهیز نشده‌اند، بلکه تمایل آنان اصولاً به رشته‌های دیگری است. حتی وقتی دختران در زمینه‌های ریاضی استعدادی از خود نشان می‌دهند، باز هم رشته‌های دیگری را برای ادامه آموزش خود انتخاب می‌کنند.»

فمینیست‌های بی‌انعطاف خیلی ساده حاضر نیستند این حقیقت را بپذیرند که پسران در ریاضیات قوی‌تر از دختران هستند. به جای آن می‌گویند دختران می‌ترسند در ریاضی در شرایط ممتاز قرار بگیرند، و هرگز نمی‌گویند چرا کسی باید بخواهد دختران را از ریاضی بترساند، مگر اینکه فرض را بر این بگذارد که مردان بخواهند علیه جنس مؤنث توطئه کنند. توضیحات آنان هیچ معنا و مفهومی ندارد مگر برای نظریه‌پردازان توطئه.

واقعیت این است که مغزهای دو جنس به شکل متفاوتی سازمان می‌گیرد و همین تفاوت است که تفاوت در توانمندیها بوجود می‌آید. وقتی مردان در کارهای کلامی درگیر می‌شوند فقط از مغز سمت چپ خود استفاده می‌کنند، اما زنان برای پردازش زبان از هر دو نیمکره مغزشان استفاده می‌نمایند. زنان بخش اعظم فعالیت مغزشان را صرف امور کلامی می‌کنند. پروفیسور ارنی گوویر، روانشناس دانشگاه ایست لندن، به مدت ده سال درباره مغز مطالعه کرده است. او به این نتیجه رسیده که اغلب

اشخاص از هر دو سمت مغزشان استفاده می‌کنند، اما آنانی که به لحاظ کلامی از توان و استعداد کمتری برخوردارند فقط از یک سمت از مغز خود استفاده می‌نمایند. پروفیسور گوویر به این نتیجه رسیده است بعضی از مردان در زمینه‌های کلامی به اندازه زنان استعداد دارند، اما این مردان از انگاره‌های مغزی زنانه بهره دارند.

تفاوت میان مغز جنس مؤنث و مذکر اکنون از ناحیه بسیاری از پژوهشگران به اثبات رسیده است. ارتباط میان دو سمت مغز در زنان بیشتر است، اما ارتباط در هر یک از دو نیمکره در مردان قوی‌تر است. این گونه می‌توان نتیجه گرفت که مغز زن از شبکه‌بندی بهتری برخوردار است. همان طور که بعداً خواهیم دید مغز زن بیشتر می‌بیند، بیشتر می‌شنود، و بهتر ارتباط برقرار می‌کند. مغز زن از منابع کلامی بیشتری برخوردار است. بخشی از مغز که به زبان اختصاص دارد در زنان بزرگ‌تر است. اما مغز جنس مذکر چه دارد که مغز زن ندارد؟ مرد می‌تواند کانون توجه تیزتری داشته باشد. زن کانون توجه پهن و مرد کانون توجه باریک دارد. به هیچ عنوان نمی‌توان از این واقعیت گذشت که مغز زنان و مردان با هم تفاوت دارد. می‌توانید بگوئید و مدعی شوید که قابلیت‌های زن و مرد به یک اندازه است. و اگر این حرف را بزنیم باید بگوئیم چگونه دو مغز متفاوت به قابلیت‌های مشابه می‌رسند.

یک دختر بخش بیشتری از مغزش را صرف استدلال کلامی می‌کند. آیا پسر به هنگام حل مسئله ریاضی از سمتی از مغزش بیشتر استفاده می‌کند؟ دانشگاه ایالتی ایووا برنامه‌ای برای جوانان با استعداد را به مرحله اجرا می‌گذارد که اغلب افراد ۱۰ تا ۱۲ ساله هستند که در امتحانات ریاضی دانشگاه نمرات بالا می‌گیرند. پروفیسور مایکل ابویل، یکی از دانشمندان پژوهشگر در دانشکده روانشناسی دانشگاه ایالتی ایووا، در زمینه عملکرد

مغز روی این بچه‌ها آزمایشات مختلفی انجام داده تا بداند فرایند فکری آنان با سایر همسالانشان چه تفاوت‌هایی دارد و چه تفاوتی میان دختران و پسران وجود دارد. با توجه به یافته‌های موجود اغلب بچه‌ها هم دختران و هم پسران، برای حل یک مسئله ریاضی از هر دو نیمکره مغزشان استفاده می‌کنند. اما پسران بسیار با استعداد، نیمکره چپ خود را خاموش می‌کنند و تنها از نیمکره راست خود استفاده می‌نمایند. این بدان معناست که ریاضی‌دان‌های مذکر، که استعدادهای بسیار زیادی دارند، از بخش کمتری از مغز برای رسیدن به چیزی بیشتر استفاده می‌کنند. پروفیسور اُبوئل در این خصوص می‌گوید: «در مغز جنس مذکر با استعداد این توانمندی وجود دارد که در انتخاب بخش‌های مغز خود دست به انتخاب بزند. آنان تمام فعالیت مغز خود را صرف حل مسئله می‌کنند، اما دختران این کار را نمی‌کنند. توجه داشته باشید که همه فعالیت مغز و نه تمام مغزشان را». اُبوئل تضاد مشابهی، وقتی از بچه‌ها خواسته شد که پازل‌های فضایی را حل کنند، به دست آورد. پسران از یک سمت مغز خود استفاده کردند و دختران از هر دو سمت مغز خود بهره جستند. با این حال پسران به مراتب بهتر ظاهر شدند. ما قبلاً توضیح دادیم که دختران در زمینه آزمونهای کلامی بهتر از پسران ظاهر می‌شوند و در انجام این مهم از هر دو سمت مغزشان استفاده می‌کنند، اما وقتی نوبت به انجام دادن آزمونهای فضایی یا ریاضی می‌رسد در رتبه دوم قرار می‌گیرند. چرا؟ پروفیسور اُبوئل حدس می‌زند که دختران برای اینکه مسایل فضایی را حل کنند از فرایندهای کلامی استفاده می‌کنند و استراتژیهای کلامی برای مسایل صرفاً فضایی چیز خوبی نیستند. دختران با تبدیل و ترجمه یک مسئله به شرایط کلامی کار خود را دشوار می‌کنند، در حالی که پسران صرفاً از مفاهیم فضایی استفاده می‌کنند. در واقع ذهن پسر متوجه و متمرکز و ذهن دختر

شبکه‌دار است.

از این رو می‌بینیم که علم به رغم کسانی که می‌خواهند به هر ترتیب بگویند که توانمندی مردان و زنان به یک اندازه است، مرتب ثابت می‌کند که جنسیت‌های مختلف هر کدام از تجهیزات متفاوتی استفاده می‌کنند. و این یک واقعیت است چه ما آن را دوست داشته یا نداشته باشیم. اما چگونه می‌توانیم بگوئیم که این تفاوتها در شکل و در ساختار مغز از طریق تجربه شکل نمی‌گیرند؟ مدارک و شواهد گوناگونی در اختیار داریم که ثابت می‌کند مغز چکش‌خور و نرم‌شدنی‌تر از آنی است که زمانی تصور می‌کردیم، و اینکه می‌توان آن را به وسیله عوامل بیرونی تغییر داد. در جریان یک آزمایش و تجربه‌اندوزی ثابت شد بچه‌گربه‌هایی که در تاریکی بزرگ شدند هرگز نتوانستند در خود شبکه عصبی ایجاد کنند که بتوانند به خوبی ببینند. هر چند این گربه‌ها چشمانشان کاملاً سالم بود. برای اینکه مغز این بچه‌گربه‌ها بتواند پیوندهای لازم را برقرار سازد، به نور احتیاج داشت. این بچه‌گربه‌ها وقتی از نور محروم شدند، نتوانستند عصبهای بینایی سالم و مناسبی در خود ایجاد کنند. آیا فرهنگ ما با طرز رفتاری که با پسران و دختران دارد مانع از آن می‌شود که بعضی از شبکه‌های عصبی در آنان ایجاد شود؟ آیا ما با توجه به رفتارهای فرهنگی خود سبب می‌شویم که دخترهایمان با ریاضی مشکل داشته باشند و پسران نتوانند مهارت‌های کلامی را در خود ایجاد کنند؟

به نظر می‌رسد که این طور نباشد، زیرا کاملاً مشخص است که تشکیلات متفاوت مغزی تحت تأثیر هورمون‌ها در رحم مشخص می‌شود. دختران از نوع CAH که در معرض هورمون‌های مردانه قرار گرفته‌اند، در مقایسه با سایر دختران از مهارت‌های فضایی بیشتری برخوردارند و بهتر می‌توانند مسایل ریاضی را حل کنند. در ضمن حالت رقابت‌آمیزتری

دارند و به خود بیشتر مطمئن هستند. به عبارت دیگر آنان در زمینه‌های مختلف به مردان شباهت بیشتری دارند. سوزان که قبلاً هم درباره‌اش بحث کردیم نمونه‌ای است که می‌توان به او اشاره کرد. او در کودکی همه اسباب‌بازیهایش را از هم متلاشی می‌کرد. او به شدت شیفته اتومبیل پدرش بود و وقتی به دوازده سالگی رسید یک مکانیک به تمام معنا بود. در مدرسه در درس زبان انگلیسی دانش‌آموز متوسطی بود، اما وقتی نوبت به درس ریاضی می‌رسید یک دانش‌آموز برجسته بود. آموزگارش در این خصوص می‌گوید:

به نظر می‌رسید سوزان نیازی به این ندارد که راه حل کردن مسئله را یاد بگیرد. او پیشاپیش می‌داند که چه باید بکند. این امر به خصوص در مورد استدلال‌های مجرد در او صدق می‌کرد، من مسایل بسیار دشواری را به او می‌دادم. یک بار از او پرسیدم که چگونه این کار را می‌کند. او گفت می‌تواند جواب مسئله را در چشم ذهن خود ببیند. او مجبور نیست که مسئله‌اش را حل کند. جواب به شکل یک انگاره بینایی در نظرش مجسم می‌شود.

بررسی و پژوهش روی این گونه دختران نتایج سازگاری تولید می‌کند، آنان از توانمندیهای شبیه پسران برخوردارند. دکتر الیزابت هامپسون روی این گروه از دختران مطالعه کرده و به نتایجی رسیده است:

میزان اندروژن یا هورمونهای مردانه‌ای که این دختران در مراحل حساس شکل‌گیری با آن مواجه شدند، به بینش فضایی آنان کمک می‌کند. نمی‌دانیم این هورمون‌ها روی مغز چه تأثیری

می‌گذارند، اما در این زمینه به نقطه‌نظرهای جالبی رسیده‌ایم. تا جایی که می‌دانیم هورمون‌ها روی سازمان و تشکیلات مغز اثر می‌گذارند، و فرایند فضایی شدن را کارآمدتر می‌کنند.

آزمایش روی موش‌های آزمایشگاهی که در آن جنین موش در معرض هورمون‌های جنس مذکر قرار می‌گیرد هم به نتایج مشابهی رسیده است. موش‌های ماده‌ای که این گونه بزرگ می‌شوند در مقایسه با سایر موش‌های ماده راحت‌تر راه خود را در ماز پیدا می‌کنند و این استعدادی است که معمولاً موش‌های نر از آن برخوردارند. مورد دختران از نوع CAH و موش‌هایی که در معرض هورمون قرار می‌گیرند، این ادعا را دشوار می‌کند که بگوئیم تفاوت‌های میان دو جنس مؤنث و مذکر تنها با توجه به تأثیرات اجتماعی ایجاد می‌شوند: بیولوژی نقش بسیار مؤثری ایفا می‌کند.

مطالعه کودکان نر مال هم نشانه‌های دیگری به دست می‌دهد. یک گروه پژوهشگر، در بیمارستان تورنتو، میزان هورمون مردانه را در یک مایع که شبیه مایع موجود در رحم مادر بود اندازه‌گیری نمود. این پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که مایع مربوط به جنین جنس مذکر ۵ برابر مایع مربوط به جنس مؤنث هورمون مردانه دارد. اما مایع مربوط به جنین‌های مؤنث در زمینه هورمون‌های مردانه با هم تفاوت‌های قابل ملاحظه داشتند. وقتی این بچه‌ها به سن هفت سالگی رسیدند، توانایی آنان در زمینه برداشتهای فضایی آزمون شد. پسران طبق معمول در ریاضی بهتر از دختران ظاهر شدند. اما نکته جالب همیشگی میان تواناییهای فضایی دختران با توجه به تستوسترون موجود در مایع رحمی بود که در آن بزرگ شده بودند. هرچه این تستوسترون بیشتر بود مهارتهای فضایی دختران بیشتر می‌شد. اما موضوع تنها به این مطلب خلاصه نمی‌شد. وقتی پژوهشگران تشکیلات



مغزی بچه‌ها را مطالعه کردند متوجه شدند دخترانی که در معرض هورمونهای مردانه بیشتر قرار گرفتند انگاره مغزیشان به پسران شباهت بیشتری داشت، و به همین دلیل بود که تواناییهای فضایی آنان بیشتر شده بود.

با این حساب باید دید که تستوسترون با مغز چه می‌کند. کسی تاکنون نتوانسته موضوع را به طور کامل توضیح دهد. اما به طور روزافزون مشخص می‌شود که تستوسترون معمار تفاوت‌های جنسی در تشکیلات مغز است. مغز جنس مذکر مانند مغز جنس مؤنث شکل می‌گیرد، اما تستوسترون جنینی ساختار آن را تغییر می‌دهد. مهارتهای زبانی به سمت چپ مغز محدود هستند، و مهارتهای فضایی مرتبط با مغز سمت راست می‌باشند، و این اتفاق مدتها قبل از آنکه شرایط اجتماعی روی جنین تأثیر بگذارد صورت خارجی پیدا می‌کند.

مغز دو جنس مؤنث و مذکر یکسان نیستند، مساوی و برابر هم نیستند، و این تفاوت روی یادگیریهای دو جنس مذکر و مؤنث تأثیر می‌گذارد. دورین کیمورا موضوع را در نشریه علمی امریکا این گونه توضیح می‌دهد:

زنان و مردان در حل مسایل به طرز متفاوتی عمل می‌کنند. خیلیها می‌خواهند بگویند که این تفاوتها در حذاقل خود و جزئی هستند. خیلیها می‌خواهند بگویند که اینها به دلیل چگونگی تربیت به این شکل درمی‌آیند. اما با توجه به مدارک و شواهد موجود می‌توان گفت که تأثیر هورمونهای جنسی روی تشکیلات مغزی که در اوایل شکل‌گیری جنین اتفاق می‌افتد سببی است تا مغز دختران از مغز پسران متفاوت باشد.

وقتی هجوم هورمون‌ها در زمان بلوغ جنسی افزایش می‌یابد تفاوت‌ها و تأثیرگذارها شکل بارزتری پیدا می‌کنند. در بسیاری از بررسی‌های صورت گرفته ثابت شده است که در مرحله قاعدگی که میزان استروژن کم‌تر است زنان بهتر از سایر مواقع مسایل ریاضی را حل می‌کنند. برعکس وقتی سطح استروژن در آنان افزایش می‌یابد، توانایی‌های کلامی آنان بهتر می‌شود. ثابت شده است که در دوران بلوغ جنسی دختران در بحث ریاضیات عالی پیشرفته از پسران عقب می‌افتند و به همین دلیل است که تا این اندازه شمار کمتری از دختران در زمینه‌های تکنولوژی شروع به تحصیل می‌کنند. مغز دختران در این زمان برای فعالیت‌های فضایی ابدأ مناسب نیست. زنان وقتی به دانشگاه می‌روند با شمار بسیار بیشتری در رشته زبان و موضوعات وابسته درس می‌خوانند. (۷۰ درصد جنس مؤنث و ۳۰ درصد جنس مذکر) در حالی که ۸۷ درصد دانشجویان در دوره‌های مرتبط با تکنولوژی مرد هستند.

پسران و دختران با هم تفاوت دارند. مغزها و نگرش‌های متفاوت دارند. اما هنوز این قصه سر دراز دارد. ما این را خوب می‌دانیم که توانمندی برای تعیین موفقیت کافی نیست؛ برای انگیزه پیدا کردن اشخاص به چیزهای دیگری هم احتیاج دارند و در این جا بار دیگر بیولوژی نقش اساسی ایفا می‌کند.

### خلاصه

- مغز هم مانند جسم دارای جنسیت است.
- مغز مرد در رحم مادر با توجه به اندروژن و هورمون‌های مردانه شکل می‌گیرد.
- دختری که در رحم مادر در معرض هورمون‌های مردانه قرار می‌گیرد

۱۰۸ □ چرا مردان اتونمی‌کشند

رفتارش شبیه پسران می‌شود.

● در ازاء هر دختر با استعداد در ریاضی ۱۳ پسر با استعداد در ریاضی وجود دارد.

● پسران در زمینه‌های سه بعدی و دختران در زمینه مهارت‌های کلامی موفق‌تر عمل می‌کنند.

● پسران و دختران استنباطها و گرایشات متفاوت دارند، زیرا مغزهای آنان برای فعالیتهای متفاوتی تخصص پیدا کرده است.

### روند آتی

● پژوهشها به سرعت صورت خارجی پیدا می‌کنند و تفاوت‌های بیشتری را در معرض قرار می‌دهند. این همان تفاوتی است که در مغزهای دو جنس مخالف وجود دارد. علم به پدر و مادر معمولی سلاحهایی تحویل می‌دهد تا در برابر چرندیاتی که در مورد آموزش به فرزندانشان می‌شنوند بایستند.

## مغز و جنسیت ۲

### بیماری پسر بچگی

#### مغز خواب‌آلود جنس مذکر

حتی آن دسته از آموزگاران که به هیچ وجه قبول ندارند بیولوژی بتواند تفاوت‌هایی در توانمندی‌های دو جنس مؤنث و مذکر ایجاد کند، می‌پذیرند که آموزش دادن به پسران دشوارتر است. ارقام و آمار که در بریتانیا وجود دارد این نکته را ثابت می‌کند. در بریتانیا مشخص گردیده که ناخواستنی‌ترین دانش‌آموزان، دانش‌آموزان پسر هستند. در سال تحصیلی ۹۵-۱۹۹۴، ۱۴۴۵ دانش‌آموز زیر ۱۲ سال از مدارس اخراج شدند (درست چهار سال قبل فقط ۳۷۸ دانش‌آموز، به این دلیل از مدارس اخراج شده بودند). ۹۰ درصد این دانش‌آموزان را پسران تشکیل می‌دادند. بعد از سال ۱۹۹۰ شمار دانش‌آموزانی که از مجموعه مدارس اخراج شده‌اند چهار برابر گردید و شمارشان حالا به ۱۲۰۰۰ نفر می‌رسد. که بخش قابل ملاحظه این افراد را پسران تشکیل می‌دهند. شمار دانش‌آموزان پسر در مدارس مخصوص ۶ برابر دانش‌آموزان دختر است. کریس وودمد، رئیس بازرسی مدارس، معتقد است علت اصلی درسهای ملال‌انگیز و خسته‌کننده است. بیش از همه پسران کسل می‌شوند و علتش هم این است که کلاس‌های درس مؤنث زده شده‌اند. آموزگاران زن وقتی به پسران درس می‌دهند آنان را خسته و کسل می‌کنند.

برای درک این موقعیت باید به سه بخش مغز رجوع کنیم: قشر مخ، دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای و دستگاه لیمبیک.

قشر مخ از بافتهای خاکستری رنگی تشکیل می‌شود که رویه مغز را فراگرفته است. بخش اعظم کورتکس به تحلیل اطلاعات حسی دریافتی از دنیای بیرون از ما اشتغال دارد. اما این هم چنین مکانی است که عملکردهای اندیشه، آگاهی و زبان در آن یافت می‌شود. بخشهایی از کورتکس که درست پشت پیشانی ما قرار دارند - قطعه‌های پیشانی - در انسانها بیش از سایر موجودات رشد کرده است. از جمله چیزهای دیگر، قطعه‌های پیشانی سبب ویژگیهای منحصر به فرد انسانی مانند خودآگاهی، توانایی پیش‌بینی اینکه دیگران چه فکر و احساسی دارند، برنامه‌ریزی برای رخدادهای آتی و کنترل تکانه‌های ماست. این قطعه‌های پیشانی مغز عقلی و شعوری هستند که بر تکانه‌های ما حکومت می‌کنند.

دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای، یک شبکه عصبی است که از نخاع شوکی تا بخشهای تحتانی مغز امتداد دارد. دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای مانند یک اپراتور تلفن است که منتظر تماس اضطراری شماست. اگر خانه شما آتش بگیرد، خودتان با خدمات آتش‌نشانی تماس نمی‌گیرید، بلکه با اپراتوری تماس می‌گیرید که این کار را برای شما می‌کند، دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای از کورتکس مغز خبر می‌گیرد که خطر تهدیدکننده‌ای وجود دارد. در نتیجه واکنش مغز را سبب می‌شود و تولید انتقال‌دهنده عصبی دوپامین برای این فعال شدن حائز کمال اهمیت است. دوپامین نوشابه از خواب بیدار کن مغز است و به ما می‌گوید که توجه داشته باشیم.

دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای وظایف دیگری نیز دارد. یکی از آنها تنظیم نفس کردن است. و این هم دلیلی است که روشن می‌کند چرا پسران نوزاد چهار برابر نوزادان دختر در اثر سندرم مرگ ناگهانی اطفال، و یا به قولی

مرگ گهواره‌ای، جان خود را از دست می‌دهند. چرا؟ به یاد داشته باشید که دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای باید کمک را فراخواند و با توجه به مدارک موجود می‌دانیم که دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای در جنس مذکر، به مراتب دیرتر از دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای جنس مؤنث فعال می‌شود. به همین دلیل است که این دستگاه نمی‌تواند در زمان مناسب و مطلوب بند آمدن تنفس نوزاد پسر را اطلاع بدهد.

بخشهای لیمبیک مغز از ساختارهای متعددی تشکیل می‌شوند، اما به اتفاق می‌توان آنها را مرکز احساسی و عاطفی مغز ارزیابی نمود. دستگاه لیمبیک مسئول جنگ یا گریز، تغذیه و فعالیت جنسی است. احساساتی از قبیل خشم، اندوه، تحریک شدن و جذابیت جنسی جملگی از ناحیه دستگاه لیمبیک حاصل می‌شوند. این بخش از مغز در ضمن شامل بخشهایی است که پسران را از دختران متمایز می‌سازد. و در اغلب موجودات زنده و از جمله آنان انسان، هورمونهای جنسی روی عملکرد این ساختارهای احساسی تأثیر می‌گذارد.

این سه بخش مغز با هم کار می‌کنند. فرض کنید که خرسی را می‌بینیم. قبل از هر چیز کورتکس حسی ما این خبر را ثبت می‌کند که خرسی در فاصله چند متری ماست. پیامی را به سرعت به دستگاه فعال‌ساز شبکه و نواحی لیمبیک مخابره می‌کند. دستگاه فعال‌ساز شبکه زنگ خطر را به صدا درمی‌آورد. حالا دستگاه لیمبیک درباره جنگ یا گریز تصمیم می‌گیرد. اما در همین زمان دستگاه فعال‌ساز شبکه دوپامین را به قطعه‌های پیشانی پیشرفته گسیل می‌دارد. دوپامین به مغز آرامش می‌دهد تا کورتکس مغز تصمیم عاقلانه‌ای بگیرد. البته ممکن است به این نتیجه برسد که فرار بهترین کاری است که شخص می‌تواند بکند که در این صورت می‌بینیم دستگاه لیمبیک به یک تصمیم آگاهانه رسیده است.

دستگاه فعال‌ساز شبکه با دوپامین خود بر قدرت حاکم کورتکس پیشانی می‌افزاید و بخشی از مغز را تقویت می‌کند که ما را از سایر حیوانات متمایز می‌سازد. همان بخشی که به ما امکان می‌دهد درست فکر کنیم و تصمیمات منطقی بگیریم.

بیل: «خرس این را نمی‌داند و می‌خواهد حمله کند. خوب حالا چه می‌کنی؟»

آن: «بستگی به آن خرس دارد، اما به هر صورت تردید دارم بخواهم با او بجنگم.»

بیل: «با این حساب فرار می‌کنی؟»

آن: «احساس می‌کنم راهنمایی شدن در راه است.»

بیل: «مأموران نجات پارکها در امریکا توصیه می‌کنند هر وقت خرسی را در نزدیکی خود دیدیم بی‌حرکت بایستیم تا خرس گمان کند که ما یک درخت هستیم.»

آن: «سعی می‌کنم این توصیه را به یاد بسپارم.»

اقدام مهم و تعیین‌کننده در بیدار شو یک خرس در چند قدمی است، هشدار دستگاه فعال‌ساز شبکه است و در یک کودک تازه تولد یافته این هشدار به سرعت از راه می‌رسد. کودک تازه تولد یافته در محیط جدید بسیار غریبی قرار گرفته است و هر منظره یا صدای بلند ناگهانی می‌تواند برای او در حکم هشدار باشد. اما دستگاه فعال‌ساز شبکه و کورتکس هرچه کودک بزرگ‌تر شود رفتارش عاقلانه‌تر می‌شود و به تدریج متوجه می‌شود کدام پیام را جدی بگیرد و کدام را فراموش کند. مجبور است که این کار را بکند. اگر غیر از این باشد در اثر هر اختلالی در شب از خواب

بیدار می‌شویم. بچه‌ها از آن جهت مرتب از خواب بیدار می‌شوند، زیرا تکمه اعلام وحشت در آنان مرتب کار می‌کند. اما بچه به تدریج متوجه می‌شود که اگر پرده تکان می‌خورد به دلیل وزش باد است و لزوماً یک لولو پشت آن قرار ندارد. دستگاه هشدار دهنده تنها در شب فعال نیست، بلکه پیوسته دنیا را ارزیابی می‌کند و حالا علم ثابت کرده است که مردان و زنان نسبت به محرکها واکنشهای بسیار متفاوتی بروز می‌دهند. دستگاه هشدار دهنده در مرد از دستگاه هشدار دهنده در زن از حساسیت کمتری برخوردار است. از این رو علائمی که به مغز او هشدار می‌دهد، در مغز مرد نادیده گرفته می‌شود و به همین دلیل است که زنان به آرامی مردان نمی‌خواهند. یکی از دلایلی همان طور که بعداً توضیح خواهیم داد شنوایی قوی‌تر زنان است، اما دلیل دیگرش این است که دستگاه فعال‌ساز شبکه مغز آنان از حساسیت بیشتری برخوردار است. تاکنون ما از واژه دستگاه هشدار دهنده استفاده کرده‌ایم که این گمراه‌کننده است، زیرا واکنش دستگاه فعال‌ساز شبکه در مغز تنها در مواقع خطر فعال نمی‌شود، بلکه به شکل مکانیزمی کار می‌کند که ما را نسبت به آنچه در پیرامونمان می‌گذرد هشیار و گوش‌بزننگ می‌سازد.

یکی از تفاوت‌های عمده دو جنس مذکر و مؤنث آستانه انگیزختگی بیشتر مرد است. برای بررسی در این مورد خاص، فعالیت الکتریکی مغز در شرایط محرکهای مختلف مانند فلاش نور و صداهای بلند آزمون شد. بررسی به عمل آمده نشان می‌دهد که زنان به سرعت بیشتری از مردان به این محرکها توجه می‌کنند. اگر نتایج این تجربیات را به کلاسهای درس انتقال بدهیم می‌بینیم توجه دختران به سرعت بیشتری از پسران به درس جلب می‌شود. مغز دختران خیلی سریع به آنان می‌گوید که درسی جالب است. اما مغز پسران در این زمان در جای دیگری سیر می‌کند.



به یاد داشته باشید دستگاه فعال‌ساز شبکه بخش فوقانی مغز را فعال می‌کند و این بخش همان طور که می‌دانیم دستگاه لیمبیک بدوی و ابتدایی را بیشتر کنترل می‌کند. اما اگر کورتکس مغز در شرایط کنترل قرار نداشته باشد مغز تحت تأثیر دستگاه لیمبیک کار می‌کند که عاطفی، تکانه‌ای و بالقوه مزاحم است. اگر پسر قرار باشد که سر کلاس درست رفتار کند باید بتواند رفتارش را کنترل نماید و این دخالت کورتکس مغز را می‌طلبد، اما در اغلب موارد کورتکس مغز آن قدر تحریک نمی‌شود که از بخش اندیشه مغز استفاده کند.

کودکی که تحت کنترل کورتکس مغز نباشد تولید مزاحمت می‌کند و حتی برایش تشخیص بیش‌فعالی می‌دهند. پسران چهار تانه برابر دختران با چنین تشخیصی روبه‌رو می‌گردند. بیش‌فعالی با میل به بی‌قراری در رابطه است. در این شرایط رفتار مزاحم کلاس تشخیص داده می‌شود و در شکل‌های حاد خود زندگی را بر پدر و مادر، آموزگاران و خود کودک دشوار می‌کند. بعداً در این خصوص به تفصیل بیشتری بحث می‌کنیم، اما در حال حاضر به این نکته توجه داشته باشید که درمانی که برای این بچه‌های بیش‌فعال در نظر می‌گیرند، به جای آنکه آنان را آرام کند، آنان را تحریک می‌کند. به نظر ضد و نقیض می‌رسد، اما دلیل خوبی برای آن وجود دارد. بررسی روی کودکان بیش‌فعال نشان می‌دهد که آنان از آستانه زنگ خطر بسیار بلندی برخوردارند، بنابراین برای اینکه دستگاه فعال‌ساز شبکه شروع به کار کند و تبادلهایی با مغزهای ناحیه پیشانی صورت بگیرد، به محرک قابل توجهی نیاز است. یک محرک مصنوعی می‌تواند کورتکس را فریب دهد تا گمان کند که تحت تأثیر دستگاه فعال‌ساز شبکه فعال شده است.

همه ما به تحریک احتیاج داریم، اما مغز مرد در مقایسه با مغز زن

به تحریک بیشتری نیاز دارد. مرد برای اینکه فرایند مغز و دستگاه فعال‌ساز شبکه‌اش به کار بیفتد به پیامهای محکم‌تری احتیاج دارد. و به همین دلیل است که مردان بیش از زنان به استقبال خطر می‌روند. مرد زودتر از زن کسل می‌شود و به همین دلیل است که دنبال محرکهای قوی‌تری می‌گردد. ممکن است مرد به قله‌های رفیع‌تری صعود کند یا در نقاط خطرناک‌تری اسکیت بازی کند و همه اینها برای این است که کورتکس پیشانی او در سطح مطلوب و نرمال کار بکند. در این شرایط هرگز عجیب نیست که مردان بیش از زنان در اثر حوادث جان خود را از دست می‌دهند. این تفاوت از دوران کودکی میان دختران و پسران دیده می‌شود. بعد در سطح بلوغ تفاوت می‌تواند به ۴۰۰ درصد برسد. در فاصله سنی ۱۵-۲۴ سال بیشترین علت مرگ و میر جنس مذکر ناشی از حوادث است.

در این شرایط برای پسران آرام گرفتن و ساکت نشستن دشوارتر است. پسران ترجیح می‌دهند به اطراف و اکناف بروند و این در کلاسهای درس مدرن روزگار ماکار دشواری است.

پسران اگر رقابت و چالشی در میان باشد موفق‌تر ظاهر می‌شوند، اما روشهای مدرن آموزش به آزمونهای رقابتی بی‌توجه است و ارزیابیهای پیوسته و ادامه‌دار را ترجیح می‌دهد، و شاید به همین دلیل است که عملکرد آموزشی پسران در مقایسه با گذشته بدتر شده است. دختران یادگیری غیررقابت‌آمیز را ترجیح می‌دهند، اما پسران از این روش آسیب می‌بینند. و به همین دلیل است که پسران وقتی به دانشگاههای اکسفورد و کمبریج می‌رسند که در شرایط بسیار رقابت‌آمیز قرار دارد از دختران پیش می‌افتند.

هر آموزگاری به شما خواهد گفت که درس دادن به پسران و کنترل

کردن آنان دشوارتر است. اما همه لزوماً این را نمی‌دانند که تقصیری متوجه طبیعت پسران نیست، بلکه تقصیر از آن روش آموزشی است که به رقابت بها نمی‌دهد. می‌توانید اگر بخواهید هورمون تستوسترون را سرزنش کنید که مغز پسران را به گونه‌ای شکل می‌دهد که سلطه‌جو تر، تهاجمی تر، رقابت‌آمیزتر و خصمانه تر می‌شوند. ما قبلاً توضیح دادیم که این جریان چگونه در رحم مادر صورت خارجی به خود می‌گیرد. بعد در مرحله رسیدن به بلوغ جنسی که مجدداً هجوم هورمونهای مردانه را به دنبال دارد، این فرایند تکمیل می‌شود. صدای پسران تغییر می‌کند، صورتش مو در می‌آورد، پسر تبدیل به نوجوان می‌شود و حالا در مقایسه با خواهرش ده برابر تستوسترون بیشتر دارد. هیچ همپوشی در این زمینه میان دو جنس مذکر و مؤنث وجود ندارد. تستوسترون کم دختر در تمام دوران بلوغ جنسی او پائین باقی می‌ماند، اما این هورمون برای پسران مشکلات عدیده تولید می‌کند. آنان را ناشکیبا و تحریک‌پذیر می‌کند. تحمل ناراحتی را در آنان پائین می‌آورد. یکی از پژوهشگران معتقد است که تستوسترون زیاد پسران در دوران بلوغ جنسی آنان را ناشکیباتر و تحریک‌پذیرتر می‌کند و به همین دلیل رفتارهای پرخاشگرانه در آنان افزایش می‌یابد. شروع به جنگ و منازعه می‌کنند، حرفهای زشت می‌زنند. تستوسترون زیاد هم چنین سبب می‌شود پسران رفتارهای مخرب بیشتری از خود بروز دهند که علت آن ناشکیبایی بیشتر و تحریک‌پذیری فزاینده آنان است. کاملاً مشخص است که میزان تستوسترون زیاد در زمان بلوغ جنسی با خشم، ارتکاب جرم و رفتارهای مخرب رابطه دارد، و از آنجائی که پسران بالغ شده گاه تا ۲۰ برابر دختران تستوسترون دارند. با احتمال زیاد این رفتارهای ناخوشایند را به معرض نمایش می‌گذارند.

البته همه پسران غیرقابل کنترل نیستند. بسیاری از آنان با پرداختن به

ورزشهای رقابت‌آمیز با خشم و شور درون خود برخورد می‌کنند، اما بار دیگر شیوه مدرن آموزش این فعالیتها را نقصان می‌دهد. اغلب ورزشها برنده و بازنده دارند و امروزه بسیاری از متخصصان آموزش نظر می‌دهند که باختن از اعتماد به نفس و عزت نفس می‌کاهد، و به همین دلیل سعی می‌کنند کسی را در ردیف بازنده‌ها قرار ندهند. این متخصصان ترجیح می‌دهند که همه بچه‌ها برنده شوند و این هم در صورتی اتفاق می‌افتد که ورزشهای رقابت‌آمیز ممنوع شوند تا همه در ردیف برندگان قرار بگیرند و جایزه‌ای دریافت کنند. پسران به پاداش ناشی از برنده شدن احتیاج دارند. شکست هم روی آنان تأثیر می‌گذارد. اما این گونه می‌آموزند که با دشواریهای بعدی زندگی خود چگونه مبارزه کنند.

پسرانی که در مدرسه موفق می‌شوند کسانی هستند که آموخته‌اند پرخاشگری و تهاجم خود را کانالیزه کنند. بعضیها این کار را در زمینه‌های آکادمیک انجام می‌دهند. وقتی دختران و پسران به سطوح بالاتر تحصیلی می‌رسند بعضی از پسران از دختران جلو می‌زنند. در امتحانات سطح بالای ملی ۱۵ درصد پسران و ۱۱/۶ درصد دختران، نمرات بالاتر را به خود اختصاص می‌دهند. اما وقتی همین امتحانات حالت رقابت‌آمیز پیدا می‌کنند درصد نمرات بهتر پسران افزایش می‌یابد. پسران بیش از دختران در کلاسها حائز رتبه اول می‌شوند. در دانشگاههای اکسفورد و کمبریج تعداد شاگرد اول‌های پسر به دو برابر شاگرد اولهای دختر می‌رسد. به همین دلیل است که بعضی از فمینیستها اصرار دارند که امتحانات رقابت‌آمیز حذف شوند. این گونه بسیاری از توانمندیهای پسران به شکل در نهان و مخفی باقی می‌ماند و نمی‌تواند خودش را نشان دهد.

خبر خوش مرتبط با قرن گذشته این است که دیگر فکر نمی‌کنیم اگر

دختران درس بخوانند به سلامتی خود لطمه می‌زنند، و زنان در حال حاضر در زمینه‌های تحصیلی به حدی از موفقیت می‌رسند که یک صد سال قبل کسی آن را باور نمی‌کرد. بعضی از پسران هم موفق می‌شوند، اما اینها در زمره پسرهای خوشبختی هستند که می‌دانند چگونه رفتارهای مخرب خود را کنترل کنند. اما خبر بد مربوط به پسرانی است که نمی‌توانند این کار را بکنند، آنهایی که در عمق و پایین رده‌های اجتماعی قرار می‌گیرند پسران هستند. برای این یکی هم دلایل ببولوژیایی وجود دارد.

### جنس مذکر آسیب‌پذیر

این پسران هستند که در زمینه‌های تحصیلی در ردیف‌های پایین قرار می‌گیرند. البته بعضی نیز به نقطه اوج می‌رسند، اما دختران و البته اکثر پسران در حد فاصل این دو نهایت انباشته می‌شوند. انبوه ناموفق‌های نظام تحصیلی ما را پسران تشکیل می‌دهند. شمار کثیری از آنان مدرسه را بدون سواد و معلومات ترک می‌کنند. اینها مجبورند که تولید در دسر کنند و رفتارهای ناخوشایند از خود بروز دهند. ظاهراً گفته می‌شود که علت شکست و ناکامی و رفتارهای ناب‌هنگار پسران، فقر در منزل و نبود نظم و انضباط در مدارس است، و با این ذهنیت این گونه نتیجه‌گیری می‌شود که اگر با فقرا مهربان‌تر و با پسرهایشان سخت‌گیرتر باشیم، این مشکل از میان برداشته می‌شود.

پژوهش‌های به عمل آمده حاکی از آن است که ساختار و شرایط شیمیایی مغز پسران، آنان را به شدت برای یادگیری اختلالات مستعدتر می‌کند که این نیز به سهم خود نشان می‌دهد رفتارهای مخرب آنان داوطلبانه نیست، بلکه نشانه‌ای است که باید درمان شود. از جمله

شایع‌ترین این اختلالات اختلاف پیش‌فعالی ناشی از کمبود توجه است. به این اختلال در مواردی فزون‌کاری یا فعالیت بیش از اندازه گفته می‌شود. ابهام درباره نام این اختلال خود نشانه آن است که آیا اصولاً اختلالی در کار هست یا نیست. بعضیها معتقدند برچسب زدن رفتار ضداجتماعی یک پسر با نامهای واهی کار درستی نیست، اما در میان کسانی که وجود این اختلال را می‌پذیرند توافقی همه‌جانبه وجود دارد که شمار پسران درگیر با این مشکل به شدت از شمار دختران درگیر با این مسئله بیشتر است. در این لحظه توجه دادن به این نکته کافیتست که بعضی از پژوهشگران معتقد هستند شمار پسران درگیر این ناراحتی نه برابر دخترانی است که با این مسئله روبه‌رو هستند. در حالی که جمعی از فمینیستها منکر آن هستند که پسران ویژگیهای متمایز از دختران دارند، مدعی آن هستند که این ناراحتی در پسر و دختر به یک اندازه وجود دارد. درباره برخی دیگر از اختلالات یادگیری و رشد سن بحث و جدل کمتری وجود دارد. پسران چهار تا پنج برابر دختران با مشکل در خودماندگی روبه‌رو هستند، پسران سه برابر دختران لکنت زبان دارند، چهار برابر دختران خوانش‌پریشی دارند، دو برابر دختران با کندذهنی روبه‌رو هستند و چهار برابر بیش از دختران با سندرم تورنت<sup>۱</sup> روبه‌رو می‌باشند. این یکی از مشکلاتی است که بیشتر دامن‌گیر پسران می‌شود و دلیلی بر ناکامی آنان در درس خواندن است.

شاید از جمع اختلالات فوق سندرم تورنت بیش از سایرین، پسران را عذاب می‌دهد. دکتر دیوید کامینگز، پزشک و پژوهشگر متخصص اختلال تورنت، در کالیفرنیا، معتقد است که ۱ درصد تمام پسران از این شرایط رنج می‌برند. اما او خاطر نشان می‌کند که این بیماری اغلب تشخیص داده نمی‌شود و شدت آن در اروپا بیش از امریکاست.

نشانه‌های بیماری تورت فهرست مطولی است. که از جمله بارزترین آنها می‌توان به تیک‌های حرکتی از نوع چشمک‌زدن، تکان دادن سر، تکان دادن شانه و سایر حرکات اسپاسمودیک اشاره کرد. تیک‌های دهانی مانند صاف کردن گلو، تف کردن، و در آوردن صداهای مختلف از گلو و دهان نمونه‌های دیگری است که می‌توان به آن اشاره کرد. نشانه‌هایی که همیشه موجود نیستند: حیطه توجه اندک، خوانش پریشی، دست‌خط بد و ویژگیهای وسواس فکری عملی (مانند لمس کردن اشیاء با هر دو دست، شمارش کردن پشت سر هم و تکراری اشیاء، یا شستن دائمی دستها و غیره) اشاره کرد. کسانی که با بیماری تورت روبه‌رو هستند اغلب رفتارهای مواجهه‌آمیز و پربرخورد و نیز بدخلقی و غرولند کردن را به معرض نمایش می‌گذارند. این افراد از نوسانات روحی شدید، حملات اضطراب یا حساسیت‌های احساسی بیش از اندازه رنج می‌برند. بعضی با مشکلات مربوط به خواب روبه‌رو هستند که از جمله می‌توان به شب‌اداری، کابوسهای فراوان یا اپنه خواب اشاره کرد.

در این میان ابدأ جای تعجب نیست که این نشانه‌ها را اغلب به حساب شرارت بگذاریم. پسرانی که با بیماری تورت مواجه هستند بیش از دیگران مجازات می‌شوند. و حال آنکه ضرورت ایجاب می‌کند بیشتر برای درمان آنان کاری صورت دهیم. در آن زمان هم که این افراد را درمان می‌کنیم از روشهای بسیار دور از ذهن استفاده می‌نماییم. به خصوص پسرانی که تحت تأثیر بیماری تورت نمایشات جنسی دارند یا کلمات جنسی به کار می‌برند بیشتر مورد مجازات واقع می‌شوند. تشخیص ندادن این بیماری سببی است که پسران از محیط خانه رانده می‌شوند و بیماری تورت در مان نشده به حال خود باقی می‌ماند. نشانه‌های دیگری مانند بدخلقی نشان دادن با احتمال بیشتری مشمول مجازات قرار می‌گیرد.

رایان هاگز از بیماری تورت رنج می‌برد و تاریخچه و سابقه او نشان می‌دهد که پسرانی در این شرایط با چه دشواریها و تحقیر شدنهایی مواجه می‌شوند. مادرش، سوزان هاگز، در کتاب چرا رایان تیک دارد؟ به این موضوع اشاره دارد که پسرش از اوایل دوران زندگی‌اش نشانه‌های این بیماری را بروز داد. در سه سالگی رایان پرجنب و جوش و بیش فعال به داشتن اختلال فزونکاری ناشی از کمبود توجه تشخیص داده شد. اما این تشخیص به او کمک چندانی نکرد. سوزان هاگز می‌گوید: «در هفت سالگی او به شدت پرخاشگر و تهاجمی شد، کتک می‌زد، لگد می‌زد، اشیاء را به اطراف پرتاب می‌کرد، جیغ می‌کشید و دچار حملات خشم و غضب می‌شد. او از اضطراب شدید رنج می‌برد و با وسواس فکری عملی روبه‌رو بود. وقتی او ده ساله بود آرزوی مرگ می‌کرد زیرا زندگی‌اش بسیار دشوار بود.»

رایان اغلب به مادرش حمله می‌کرد، «یکی از روزها به دلیل حرف زشتی که زده بود او را به اتاق خودش فرستادم. نه تنها از رفتن به آن اتاق خودداری کرد، بلکه جیغ و فریاد کشید و تا چندین دقیقه مرا نفرین کرد و بد و بیراه گفت. بعد از اینکه حرفهایش را زد و جیغهایش را کشید او را تا اتاقش در طبقه دوّم همراهی کردم. اما او مرا با دست عقب زد و با هم نزاع فیزیکی کردیم. موهای سرم را کشید و مرا به روی تخت پرتاب کرد. چشمم سیاه شد، بازوها و ساقهای پایم کبود شدند و مقدار زیادی از موهای سرم کنده شد. احساس کردم در آن لحظه بخصوص از نیروی بسیار زیادی برخوردار بود.»

رایان دوستان معدودی داشت زیرا رفتارش ناراحت‌کننده و اغلب غیرقابل تحمل بود. نه تنها او مادرش را کتک می‌زد بلکه به پدر و آموزگاران هم حمله‌ور می‌شد. به آنان تف می‌انداخت و فحاشی



می‌کرد. او به سایر پدران و مادران، همسایه‌ها و همشاگردیهایش هم آزار می‌رساند و بد و بیراه می‌گفت. حتی مأموران پلیس هم از گزند او مصون نبودند. او دیوارهای همه اتاقها را سوراخ کرده بود. مبلمان اتاق را خراب می‌کرد و هر کاری که پدر و مادرش می‌کردند بی‌نتیجه بود. خشم و غضبهای او به نظر کنترل‌ناشدنی بودند.

سوزان و جیم متهم می‌شدند که به فرزندشان اجازه بدرفتاری می‌دهند. در بسیاری از مواقع سوزان در حالی مطب پزشکی را ترک می‌کرد که احساس می‌کرد بدترین مادر روی زمین است. روانپزشکی که رایان را معالجه می‌کرد معتقد بود که او صرفاً لوس شده است. اما لوس شدن رایان با آن نشانه‌هایی که او به نمایش می‌گذاشت تفاوت داشت. سوزان به یاد دارد که پسرش تیک داشت و رفتارهای وسواس‌گونه را به نمایش می‌گذاشت. مرتب گلویش را صاف می‌کرد، ناخنهایش را می‌جوید، لباسهایش را می‌جوید و لبهایش را می‌مکید.

مؤسسه بهداشت و سلامت روان کشور معتقد بود که اینها جملگی عاداتهای عصبی هستند. سرانجام کار به جایی کشید که رایان را در مرکز فرزندان بیش از اندازه مسئله‌دار مستقر کردند. لحظه وحشتناکی برای مادر رایان بود، «احساس می‌کردم کسی قلبم را بدون اینکه مرا بیهوش کند از سینه‌ام بیرون آورده است. به اندازه یک رودخانه اشک ریختم».

تنها مؤسسه بهداشت و سلامت روان نبود که نمی‌توانست مشکل رایان را تشخیص دهد. دکتر متخصص کودکان حتی اسم سندرم تورت را نشنیده بود. سه متخصص بعدی هم که رایان را معالجه می‌کردند اطلاعی از آن نداشتند. تنها وقتی رایان ۱۳ ساله شد او را به نزد دکتر دیوید کامینگز بردند و او بیماری تورت رایان را تشخیص داد و برای او دارو تجویز نمود. رایان در اواخر دوران نوجوانی بسیار مرتب، سالم و با ادب شده

بود. جای تیک‌ها، وسواس‌ها، بدگوئی‌ها و خشم و غضب او را شرمی خوش گرفته بود. نمرات درسی‌اش همه عالی شده بودند.

اگر ناراحتی‌های جدی از نوعی که رایان با آن روبه‌رو بود تا سالها تشخیص داده نشد، شکل‌های خفیف‌تر بیماری تورت اغلب تشخیص داده نمی‌شوند. هزاران دانش‌آموز، که اکثریت آنان را پسران تشکیل می‌دهند صرفاً به دلیل مسایل ژنتیک همه ساله مجازات می‌شوند و حال آنکه این ناراحتی به راحتی قابل درمان است.

سندرم تورت ممکن است اغلب تشخیص داده نشود، اما یکی از نشانه‌های آن یعنی اختلال بیش‌فعالی ناشی از کمبود توجه به سرعت تبدیل به یکی از بیماری‌های رایج دوران کودکی می‌شود. نشانه‌های این بیماری کاملاً مشخص است، کارهای از روی بیفکری، تمرکز نداشتن روی کار یا بازی، جابه‌جاشدن از یک فعالیت و رفتن به فعالیت بعدی، کم‌توجهی، فراموشکاری، ناشکیبایی و تکانه‌ای بودن. این نشانه‌ها در شرایطی که نیاز به توجه پیوسته دارد یا تلاش ذهنی که فاقد تازگی است تشدید می‌شود. از جمله اینها می‌توان به گوش دادن به صحبت‌های آموزگار کلاس، انجام تکالیف مدرسه، خواندن مطالب مفصل یا گوش دادن به آن یا انجام دادن کارهای تکراری اشاره نمود. نشانه‌های اختلال وقتی شخص تحت کنترل بسیار شدید باشد کاهش می‌گیرد و به حداقل خود می‌رسد.

بیل: «یک لحظه صبر کن، اینها که گفتم تقریباً شامل همه بچه‌ها می‌شود، مگه نه؟ آیا پسری در دنیا وجود دارد که نگوییم بیش از حد پرجنب و جوش است؟»

آن: «به همین دلیل است که بعضی از پزشکان این شرایط را بیماری نمی‌دانند. آنان فکر می‌کنند اختلال بیش‌فعالی ناشی از کمبود توجه،

شرایطی طبیعی است که می‌خواهند آن را بیماری معرفی کنند.»  
 بیل: «کاولی شاعر می‌گوید: «زندگی یک بیماری لاعلاج است.»  
 آن: «سعی می‌کنم این حرفت را فراموش نکنم.»

فهرست نشانه‌های انجمن روانپزشکی آمریکا برای بیماری بیش‌فعالی با کمبود توجه به گونه‌ای است که می‌توان آن را یک بدرفتاری توجیه کرد. در بریتانیا شمار تشخیص این بیماری از آمریکا کم‌تر است. این بدان معنا نیست که بچه‌های انگلیسی خوش‌رفتارتر از بچه‌های آمریکایی هستند، علتش این است که پزشکان انگلیسی علاقه‌ای به این تشخیص ندارند. اریک تیلور، پروفیسور روانپزشکی و اعصاب در شورای پژوهشهای پزشکی واحد روانپزشکی کودکان و یکی از متخصصان انگلیسی، که به تشخیص اختلال بیش‌فعالی با کمبود توجه علاقمند است می‌گوید: «این تشخیص در انگلیس در حال افزایش است که علتش فشارهای پدر و مادران است. اما بسیاری از پزشکان به این تشخیص سوءظن دارند. آنان می‌ترسند اگر هر کودکی را که تمرکز نمی‌کند و به درس و مشقش بها نمی‌دهد مشمول اختلال بیش‌فعالی با کمبود توجه بدانیم، آن وقت باید بگوییم که همه بچه‌های دنیا با این مشکل روبه‌رو هستند.»

پسر بچه بودن در آمریکا نوعی بیماری است. تخمین زده می‌شود که ۳۳ درصد پسران آمریکایی با اختلال بیش‌فعالی روبه‌رو هستند. یعنی یک سوم همه پسران بیمارند؟

برای درمان اختلال بیش‌فعالی با کمبود توجه به بچه‌ها محرک‌هایی می‌دهند که روی مغز آنان تأثیر می‌گذارد. دارویی که معمولاً مصرف می‌شود یک آمفتامین به نام ریتالین است. در بریتانیا که تشخیص این

اختلال یا پرکاری کمتر داده می‌شود مصرف ریتالین کمتر است<sup>۱</sup>، اما در آمریکا تخمین زده می‌شود که ۱۰ درصد تمام پسران ۹ تا ۱۳ ساله با ریتالین درمان می‌شوند. در واقع پسران زیر ۱۶ سال در آمریکا ۸۰ درصد ریتالین مصرفی در آمریکا را به خود اختصاص داده‌اند. کانادا هم به شدت تحت تأثیر همسایه جنوبی خود است. در فاصله سالهای ۱۹۹۱ و ۱۹۹۷ مصرف ریتالین در کانادا به سه برابر افزایش یافت و به ۴۸۶۰۰۰ نفر در سال رسید.

با توجه به برآوردهای بهتر ۳ تا ۵ درصد بچه‌ها با این اختلال مواجه هستند. شمار بی‌تناسبی از پسران آمریکایی که ریتالین مصرف می‌کنند نشانه آن است که بسیاری از پسران در آمریکا اصولاً بیمار ارزیابی می‌شوند. تردیدی در این نیست که ریتالین برای کودکانی که بسیار بدرفتار هستند داروی مناسب و مفیدی است، اما آیا این دارو برای رفتارهای طبیعی پسرانه هم باید تجویز شوند؟ دایان مک‌گینس، روانشناسی که درباره تفاوت‌های جنسیتی در یادگیری مطالعه کرده است، می‌گوید بررسی‌های خود او نشان می‌دهند که پرتحرک و فزونکار بودن یا داشتن حیطة توجه کوتاه برای پسران جوان کاملاً طبیعی است. یکی از مشکلات موجود این است که پدران و مادران آمریکایی تحرک زیاد پسرانشان را نمی‌پسندند. واقعیتی است که پسران آمریکایی از آن رو قرص اعصاب می‌خورند که کار پدر و مادر و آموزگاران ساده‌تر شود.

در حال حاضر تشخیص اختلال بیش‌فعالی با کمبود توجه متکی بر معیارهای رفتاری است. (به نظر شبیه پسر می‌رسد، مثل اینکه پسر است، مثل پسران رفتار می‌کند، پس به او دارو بدهید.) اما احتمالاً تشخیص بهتر با استفاده از دستگاه مغز نگاشت به منظور مطالعه امواج EEG حاصل

۱- برآورد می‌شود که تنها ۲۰۰۰ تا ۶۰۰۰ کودک ریتالین مصرف می‌کنند.

می‌شود. در جریان یک بررسی مشخص شد بعضی از پسرانی که با تشخیص اختلال جدی بیش‌فعالی با کمبود توجه روبه‌رو شوند، امواج مغزی خاصی را به نمایش می‌گذارند. معلوم شد که این بچه‌ها در بخشهای پیشانی مغز خود به اندازه کافی دوپامین ندارند. و این همان بخشی است که به ما امکان می‌دهد احساسات اولیه خود را کنترل کنیم. دوپامین که قطعه‌های پیشانی را به توجه و ادار می‌سازد از دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای نشأت می‌گیرد و این برای تمرکز ضرورت دارد. بچه‌ها بدون آن نمی‌توانند بیش از چند دقیقه‌ای تمرکز کنند و در مواردی تمرکز به چند ثانیه محدود می‌شود. در نتیجه این بچه‌ها به شدت غیرسازمان یافته هستند. حتی در کارهای پیش‌پا افتاده و روزمره‌ای مانند لباس پوشیدن و آماده شدن برای رفتن به مدرسه دشواری دارند. آنان عملاً کاری را که باید بکنند فراموش می‌کنند و بنابراین این کار را نمی‌کنند. بخش برنامه‌ریزی از قبل مغز به بازی گرفته نمی‌شود تا رفتار را کنترل کند.

مسلماً اگر حرفه روانپزشکی می‌توانست بر سر تعریفی درباره اختلال بیش‌فعالی با کمبود توجه به توافق برسد وضع روشن‌تر می‌شد. این تعریف می‌توانست به مصرف بی‌رویه ریتالین در آمریکا پایان دهد. و در ضمن سببی بود تا پزشکان انگلیسی نشانگان این بیماری را جدی‌تر بگیرند. یک چنین تشویقی ضرورت دارد زیرا با توجه به بررسیهای انجام شده نادیده گرفتن این اختلال، از تشخیص بیش از اندازه دادن آن مضرتر است. اگر اختلال بیش‌فعالی با کمبود توجه به شکل درمان نشده تا دوران بلوغ و بزرگی امتداد یابد، نتایج و پیامدهای جدی برجای می‌گذارد. بررسیهای بلندمدت روی نوجوانان نشان می‌دهد که این اختلال عملکرد دانش‌آموز در مدرسه را خراب می‌کند، از میزان مشارکت بچه‌ها در فعالیتهای فوق برنامه می‌کاهد، ارتکاب به جرم و بزهکاری را افزایش

می‌دهد و به روابط اجتماعی لطمه می‌زند و تبادلهای خانوادگی را ضعیف می‌کند. در بالغها تولید بیماریهای روانی می‌کند، شکستهای شغلی را به دنبال می‌آورد، پیوندهای زناشویی را سست می‌کند و بر میزان طلاق می‌افزاید. بنابراین اگر به زیربنای این بیماری توجه نکنیم، اقدامی که اغلب در بریتانیا صورت می‌گیرد، در این صورت تشخیص ندادن بیماری و درمان نکردن کودک منتهی به یک زندگی تلخ و مصیبت‌بار می‌شود. که این از داروی اضافه دادن به بچه‌ها به مراتب بدتر است.

سندرم تورت اختلالی شدید در یادگیری است، اما اختلال بیش فعالی با کمبود توجه بسیار پراشعه‌تر است و پسران در مقایسه با دختران با این دو اختلال به مراتب درگیرترند. همین مطلب در مورد خوانش پریشی که روی ۵ تا ۱۰ درصد بچه‌ها تأثیر می‌گذارد صدق می‌کند. بسیاری از کودکان خوانش پریش، مشکلات ظاهری دیگری ندارند. رفتارشان کاملاً عادی است، اغلب آنان اشخاصی سخت‌کوش هستند، اما در کار خواندن در شرایط نامناسبی قرار دارند و این معلولیت بسیار بزرگی برای هر کودکی محسوب می‌شود. اما این اختلال روی پسران به مراتب بیش از دختران تأثیر می‌گذارد. در جریان یک بررسی که در انگلیس روی دانش‌آموزان ۱۰-۹ ساله ۵۱ دبستان انجام شد مشخص شد که پسران سه برابر دختران با خوانش پریشی روبه‌رو می‌شوند. در واقع در تمامی اختلالات، پسران بیش از دختران گرفتار می‌شوند و به همین دلیل است که در مدارس خاص در آزاء هر ۶ پسر فقط یک دختر وجود دارد. بچه‌هایی که در این مدارس قرار می‌گیرند در خطر اقدام بزهکارانه قرار می‌گیرند و دیگران آنان رانه به عنوان یک بیمار، بلکه به عنوان یک مسئله‌ساز ارزیابی می‌کنند. و با این حال با توجه به نشانه‌های بیش از پیش که به دست آمده ناتوانیهای یادگیری و ناتوانیهای رشدی جملگی اختلالات عصبی رشدی

محسوب می‌شوند.

چرا پسران در معرض این اختلالات مغزی آسیب‌پذیرتر هستند؟ یکی از دلایل آن را باید در کوروموزمها جستجو کرد. به یاد داشته باشید که یک پسر فقط یک کروموزم x دارد، اما دختر دارای دو کروموزوم x است و اگر تک کروموزم x پسر حاوی ژنی باشد که با اختلال رابطه داشته باشد، پسر از آن اختلال رنج می‌برد. از جمله بارزترین اختلالات مرتبط با x کوررنگی و هموفیلیاست که هر دو در پسران یافت می‌شوند. جنس مؤنث که دو کروموزوم x دارد با احتمال بیشتری ژن نرمال پیدا می‌کند زیرا ژن نرمال ژن غیرنرمال را جبران می‌کند. بنابراین داشتن دو کروموزوم x جنس مؤنث را در موقعیت سالم‌تری قرار می‌دهد. اگر پسر یک ژن معیوب داشته باشد نمی‌تواند آن را با ژن موجود در y جبران بکند.

کندذهنی موضوع دیگری است که می‌توان به آن اشاره کرد که این یکی هم در پسران به مراتب بیش از دختران مشاهده می‌شود.

یکی از مشکلات دیگر مربوط به پسران طرح مغز آنان است. به زبان ساده شکل اولیه تمام مغزها زنانه است. اما هورمونهای پیش از زایمان شکل مغز پسران را تغییر می‌دهد. همین که شکل اولیه همه مغزها مؤنث است، امکان اینکه مغز یک دختر قبل از تولد با مشکلاتی روبه‌رو گردد بسیار کم است. اما مغز جنس مذکر باید تغییراتی در خود ایجاد کند و با تستوسترون بسیار زیاد به شکلی کنار بیاید. از آن گذشته هورمونهای مردانه باید در زمان معین آزاد شوند و تمرکز و غلظت مناسب داشته باشند و این فرایند پیچیده‌ای است که می‌تواند دچار اشتباه شود.

از اینها که بگذریم سازمان و تشکیلات مغز جنس مذکر هم می‌تواند او را در برخورد با مسایل زبانی آسیب‌پذیر کند. مردان برای پردازش زبان به مغز سمت چپ خود متکی هستند. هر آسیبی ولو جزئی می‌تواند روی

توانمندیهای کلامی جنس مذکر تأثیر بگذارد. اما جنس مؤنث از نظامی حمایتی برخوردار است که در نیمکره مغزی سمت راست او قرار دارد. به همین دلیل است که وقتی سگته‌ای در مغز سمت چپ به وقوع می‌پیوندد زنان مشکل صحبت کردن خود را در فاصله زمانی بسیار کوتاه‌تری برطرف می‌کنند.

بنابراین می‌بینیم که پسران در اثر بیولوژی و در اثر پیچیدگی رشد مغزی خود مستعد اختلالات یادگیری بیشتری هستند. اما با توجه به مصرف داروی ریتالین در آمریکا، پسران لزومی ندارند که حتماً بیمار عصبی و روانی باشند تا بیمار تشخیص داده شوند. صحبت پسر بودن او و رفتار پسرانه او کافیست او را در شمار مسئله‌ساز کلاس درس درآورد و احتمال اینکه او در آینده رفتارهای بزهکارانه را به نمایش بگذارد زیاد است.

ردیابی این جریان کار دشواری نیست. در شروع قرن بیستم درس خواندن و نظام تحصیلاتی پسرگرا بود. در آن زمان تقاضاهای قابل توجهی برای فراهم آمدن فرصتهای مناسب برای دختران وجود داشت. تا دهه ۱۹۶۰ بخش اعظم این درخواستها مورد اجابت واقع شده بودند. اما این در ضمن زمانی بود که هر امتیاز خاصی غیر قابل توجهی ارزیابی می‌شد. توجه به ایجاد مدارس و کلاسهای مختلط بسیار زیاد بود. در نتیجه برای اولین بار پسران و دختران در کنار هم در کلاسهای درس حضور یافتند. پسران که پسر بودند مانند پسران رفتار می‌کردند. آنان دو برابر دختران قصد خودنمایی داشتند. بیشتر بحثهای کلاس را آنان مشارکت می‌کردند. از قاطعیت بیشتری هم برخوردار بودند و بیشتر ابراز وجود می‌کردند. این سببی شد تا بگویند که نظام آموزشی مذکرگراست، و برای اصلاح این بی‌تعادلی از پسران خواستند که رفتارشان را تغییر بدهند و این برنامه



همچنان ادامه‌دار است. پسران زیر فشارند تا رفتارشان مؤدبانه‌تر شود و در واقع زیر فشارند که بیشتر شبیه دختران رفتار کنند و اگر پسران به حکم طبیعت خود نمی‌توانند این گونه رفتار کنند، داروی آرامبخش اعصاب می‌تواند چنین کاری بکند.

اکثریت عظیم آموزگاران، بهترین را برای تمامی دانش‌آموزان کلاسهایشان می‌خواهند، اما آموزش معلمین به ندرت آنان را مهیای این کار می‌کند. از سوی دیگر انبوه عظیم آموزگاران رازنان تشکیل می‌دهند و این سببی است که روحیه زنانه، رقابت نکردن و رفتار آرام داشتن در کلاسها تشویق و ترغیب شود. در این شرایط جای تعجبی باقی نمی‌ماند که پسران تولید در دسر کنند. در این شرایط که پسران با چالشی روبه‌رو نمی‌شوند خود به خود کسل و مکدر می‌شوند.

### چه باید کرد؟

کار دشواری نیست که نظام آموزشی را به گونه‌ای شکل بدهیم که نیازهای هم پسران و هم دختران را به خوبی برآورده سازد. اما اجرای کار با مشکلاتی روبه‌روست. هر اقدامی در این مورد با مخالفت کسانی روبه‌رو می‌شود که کورکورانه می‌خواهند تساوی میان جنسیتها وجود داشته باشد. منظورشان هم از تساوی این است که به پسران و دختران دقیقاً به یک روش واحد تدریس شده و دقت شود که هیچ یک از این دو جنس امتیازی نسبت به دیگری نداشته باشد. شاید بدیهی‌ترین کاربرد این خواسته را در امریکا ببینیم که به موجب قانون تسهیلات ورزشی برای خانمها و آقایان در دانشگاهها باید دقیقاً به یک شکل باشد. ابدأ مهم نیست که پسران بیش از دختران به ورزش و مسابقات ورزشی گرایش دارند. قانون حاکمیت خودش را دارد. در سال ۱۹۹۷ دانشگاه بوستون برنامه فوتبال خود را فقط

به این دلیل تعطیل کرد که ورزش مورد علاقه جنس مذکر بود. در تمام امریکا وضع به همین شکل است و سعی می‌شود در ازاء هر یک دلاری که صرف ورزش آقایان می‌شود یک دلار هم صرف ورزش بانوان گردد. دنیا مسلماً از تعطیل شدن برنامه ورزش فوتبال در بعضی از دانشگاه‌های امریکا زیر و رو نمی‌شود. اما این یکسان‌سازی بیش از هر چیز روی یادگیری خواندن دانش‌آموزان تأثیر نامساعد می‌گذارد. قرن‌هاست که بچه‌ها خواندن را یاد می‌گیرند و می‌توان تصور کرد که فرایند این کار به خوبی درک شده است، اما در سالهای اخیر روشهای آزمون شده تدریس خواندن کنار گذاشته شده است. روشهای قدیمی متکی بر آزمون و امتحان بودند. اما روشهای جدید رقابت‌آمیز نیستند و در آنها انعطافی وجود دارد و تاکنون نتایج تشویق‌کننده نبوده‌اند. بررسی دکتر جویس موریس، مدرس و روانشناس کودک، به این نتیجه رسیده که روش جدید که از ساختار کمتری برخوردار است به اندازه روش قدیمی موفقیت‌آمیز نیست. اما این به خرج کسانی که معتقدند سیاست در کلاس درس مهم‌تر از سواد و یادگیری است نمی‌رود. بسیاری از دانش‌آموزان در حالی کلاس‌ها را ترک می‌کنند که سواد خواندن خوبی ندارند. و بار دیگر در این میان این پسران هستند که بیشتر ضرر می‌کنند. دکتر بونی مک‌میلان، که او هم یک پژوهشگر است، این مسئله را به گردن نظام آموزش خواندن در دو دهه گذشته می‌اندازد. پسران به روش قدیمی بهتر جواب می‌دادند و حال آنکه شیوه‌های جدیدی که در کلاسها به کار برده می‌شوند کارایی روشهای قبلی را ندارند.

دکتر مک‌میلان به دلیل نتیجه‌گیری‌اش مورد حمله و انتقاد قرار گرفت. علت اصلی این انتقاد این بود که او به این نتیجه رسیده است که پسران به سبک و طرزی متفاوت از دختران یاد می‌گیرند. او می‌نویسد پسران در

خطر بیشتری برای روبه‌رو شدن با مسایل خواندن روبه‌رو هستند؛ حیطة توجه آنان کوتاه‌تر است و در یادگیری مهارتهای زبانی ضعیف‌تر عمل می‌کنند. همان‌طور که قبلاً هم متذکر شدیم گفته‌های خانم دکتر مک میلان را علم هم تأیید می‌کند. اما در انتقاد از او گفته شده نظریه‌اش به شواهد و مدارک بیشتری نیاز دارد. ایراد به یافته‌های دکتر مک میلان جنبه علمی ندارد. در واقع اصولاً منطقی نیست. فرض منتقدان بر این است که دختران و پسران از توانمندیهای ذهنی برابری برخوردارند.

اغلب مدارس مدرن تلاش می‌کنند که به دو جنس مؤنث و مذکر به یک شکل درس بدهند. هدف آموزش چنین است، هدف این است که به دختران و پسران فرصت یکسانی داده شود. اما این طرز آموزش دادن درست برخلاف آنچه می‌گوید و مدعیست عمل می‌کند. اگر تفاوت‌های یادگیری اولیه را نادیده بگیریم، خیلی ساده به دو جنس پسر و دختر فرصت برابر نداده‌ایم. اما اگر آموزگاری جرأت کند و خلاف این قاعده رفتار کند با رسوایی و اهانت روبه‌رو می‌شود. اخیراً آموزگار یکی از کلاسها از سوی بازرس مدرسه توبیخ شد، آن هم به این علت که از روشهای آموزشی استفاده می‌کرد که کلاس را به دو دسته پسر و دختر تقسیم کرده بود. بازرس او را به جرم تقویت کننده تقسیم جنسیتها متهم ساخته بود. از همه اینها بدتر، این آموزگار در ساعت تفریح و صرف ناهار تیم‌های ورزشی رقابت‌آمیز درست کرده بود. رقابت در مدارس در حال حاضر کلمه کثیفی است، زیرا رقابت از خود برنده و بازنده برجای می‌گذارد. و بازنده‌ها عزت نفسشان نقصان پیدا می‌کند. و این در حالی است که پسران به دلیل رقابت به وجد می‌آیند. این آموزگار در شرایطی از سوی بازرس توبیخ شد که هم بچه‌ها و هم پدران و مادران روش او را تأیید می‌کردند و از آن خوشحال بودند.

استفاده از رایانه در کلاسهای درس شکل دیگری برای کسانی به وجود آورد که معتقدند آموزش باید خنثی باشد. پسران همیشه از اسباب‌بازیهای پیچیده استقبال می‌کنند و در زمینه استفاده از رایانه بسیار راغب‌تر از دختران هستند. و همین مطلب سبب شد که یک سخنران، در دانشگاه کیل، به شکایت بگوید که استفاده از رایانه در کلاسهای درس به پسران امتیاز می‌دهد. این سخنران پیشنهاد کرد که بازیهای رایانه‌ای حذف شوند زیرا در بچه‌ها تولید خشونت می‌کنند. و از آن گذشته زنان علاقه‌ای به آن ندارند و از جنس مذکر موجود در آن می‌ترسند.

در واقع هیچ نشانه‌ای در دست نیست که دختران از جنس مذکر موجود در رایانه بترسند. برای دختران اغلب بازیهای رایانه‌ای کسل‌کننده است، اما اگر برنامه‌های آن مطابق میل و خواسته آنان تدوین پیدا کنند ابدأ از رایانه بدشان نمی‌آید. اینترنت این موضوع را به خوبی ثابت کرده است. وقتی اینترنت شروع به کار کرد تنها ۱۵ درصد استفاده‌کنندگان از آن رازنان تشکیل می‌دادند، اما حالا ۴۰ درصد استفاده‌کنندگان از اینترنت زن هستند. وجود اثاق صحبت در اینترنت یکی از دلایل علاقه زنان به این شبکه است. بنابراین این پسران نیستند که مسئله‌ساز هستند، بلکه موضوع درسی و موضوع برنامه‌هاست که تولید مشکل می‌کند و همان طور که خانم گروندی می‌گوید: «خنثی‌سازی روشهای آموزش تنها معنایش این است که آنچه را مورد توجه و علاقه پسران است از آنان بگیریم». مارتین اسپافورد، استاد دانشگاه لندن شرقی، می‌گوید: «پسران احساس می‌کنند به دلیل پسر بودنشان مورد حمله دائم قرار دارند. ما این احساس را در مدارس به وجود آورده‌ایم که مذکر بودن چیز بدی است».

مذکرزدایی از کلاسهای درس با کاهش شدید آموزگاران مرد در کلاسها تقویت می‌شود. پیش‌بینی می‌شود که تا سال ۲۰۱۰ هیچ آموزگار مردی در

مقطع دبستان درس ندهد. و این روندی است که به جانب آن در حرکتیم. در دهه گذشته شمار آموزگاران مرد در انگلستان بیش از ۱۰ درصد کاهش یافت و در حال حاضر تنها ۳۰۰۰۰ آموزگار مرد در این کشور فعالیت می‌کند. اما شمار آموزگاران زن ۱۰ درصد افزایش یافت و به رقم ۱۴۰۰۰۰ نفر رسید.

تفاوت‌های جنسیتی در میان آموزگاران جدید بسیار چشمگیرتر است و معنایش این است که این فاصله پیوسته وسیع‌تر می‌شود. یکی از متخصصان آموزش و پرورش می‌گوید: «فقدان الگوهای مذکر در کلاس درس یکی از دلایل کاهش عملکرد پسران در کلاسهای درس شده است». متخصص دیگری می‌گوید: «حرفه تدریس به طور فزاینده حالت مؤنث پیدا کرده است. یکی از دلایل استقبال کمتر مردان از حرفه تدریس این است که معلمان حقوق کم می‌گیرند و معلمان مرد ممکن است به جرم بهره‌کشی جنسی از بچه‌ها مورد تعقیب قرار بگیرند. بچه‌های کوچک به لمس شدن احتیاج دارند، اما در شرایط موجود هر نوع لمس شدن از ناحیه آموزگار مرد می‌تواند در دسرساز شود».

### مدارس غیرمختلط

آیا باید جنسیت‌های متفاوت در مدارس خود درس بخوانند؟ به نظر می‌رسد که عملکرد دانش‌آموزانی که در مدارس با جنسیت‌های خود درس می‌خوانند به مراتب بهتر است. بررسی نتایج امتحانی در مدارس انگلیس هم همین را ثابت می‌کند. در میان ۱۰۰ مدرسه‌ای که بالاترین عملکرد درسی را به خود اختصاص دادند ۹۰ مدرسه تک‌جنسیتی هستند. آمار وزارت آموزش و پرورش نشان می‌دهد پسران کلاس دوازده در مدارس تک‌جنسیتی ۲۰ درصد عملکرد تحصیلی‌شان از دانش‌آموزانی که در

مدارس مختلط درس می‌خوانند بهتر است. دختران هم در مدارس صرفاً دخترانه عملکرد درسی‌شان از دانش‌آموزان دختر مدارس مختلط بهتر است. اگر نتایج امتحانی دانش‌آموزان در مقطع راهنمایی مدنظر قرار بگیرند باز هم به این نتیجه می‌رسیم که عملکرد مدارس تک‌جنسیتی بهتر است.

به نظر می‌رسد که این آمار به خوبی ثابت کند اگر دختران و پسران در مدارس غیرمختلط درس بخوانند به سود خود کار کرده‌اند. در دنیایی که پائین آمدن معیارها و سطوح آموزشی سبب نگرانی شده است، مدارس موفق تشویق شدند، اما متأسفانه عکس این نکته وجود دارد. مدارس غیرمختلط موفق‌تر هستند، و با این حال زیر فشار قرار دارند که تبدیل به مدارس مختلط شوند. و حرف هم بر این است که همه باید بتوانند در مدارس بهتر درس بخوانند. این فشار از ناحیه مدیران و مادران نیست (که مدارس جداگانه را اغلب دوست دارند)، بلکه فشار از ناحیه دولتهاست که می‌خواهند جنبه توجه به مساوات خود را به رخ بکشند. در آمریکا بسیاری از مدارس که به شکل مختلط نیستند به حکم دادگاه مجبور می‌شوند تبدیل به مدارس مختلط پسرانه دخترانه شوند. بسیاری از این مدارس به گونه‌ای نظام یافته‌اند که روشهای آموزشی‌شان فقط مناسب پسران یا دختران است. در این شرایط وقتی مدارس ترکیب می‌شوند یکی از جنسیتها با دشواری روبه‌رو می‌گردد و آن طور که لازم است آموزش نمی‌گیرد. جالب اینجاست کالجهایی که در آن فقط پسران درس می‌خوانند مجبور می‌شوند که از دختران هم ثبت‌نام کنند، اما کالجهای مخصوص دختران با این محدودیت روبه‌رو نیستند.

ما نمی‌گوئیم که تمامی مدارس باید به شکل تک‌جنسیتی درآیند، زیرا یکی از وظایف آموزش این است که به دختران و پسران بیاموزد در

کنار هم زندگی کنند. اما حرف ما این است که آنان به طرز متفاوتی از یکدیگر یاد می‌گیرند و توجه به این نکته به سود هر دو آنان تمام می‌شود.

اگر کلاسها طوری سازمان بگیرند که نیازهای همه را رعایت کنند و فقط به این فکر نباشیم که پسران و دختران صرفاً آموزشی یکسان دریافت کنند، در آن زمان پسران به آموزشهای کلامی بیشتر و دختران به آموزشهای ریاضی بیشتر احتیاج پیدا می‌کنند و در نتیجه وضع هر دو بهتر می‌شود. اما اگر شرایط کلاسها به گونه‌ای باشد که رقابت از آن حذف شود، پسران با مشکلات جدی روبه‌رو می‌گردند. باید توجه داشت هدف بازگشت به روزگار گذشته نیست که به پسران زبان لاتین یاد می‌دادند و به دختران آشپزی در منزل، اما می‌گوئیم که باید به نیازهای متفاوت آنان توجه شود. اغلب پسران به آموزشهای دراماتیک‌تری احتیاج دارند تا توجهشان جلب شود؛ آنان به بازیهای ویدیویی علاقه دارند، به محیط رقابت‌آمیز احتیاج دارند. پسران به آموزگارانی احتیاج دارند که بلند حرف بزنند و برون‌گرا باشند. دانش‌آموزانی که حیطة توجه وسیع‌تر دارند (دختران)، از معلمانی که آرام‌تر و آهسته‌تر حرف بزنند و رفتارشان مهربان‌تر باشد بهره می‌برند.

برخی از مدارس و برخی از آموزگاران به تدریج به این موضوع توجه می‌کنند. مارتین اسپافورد، استاد دانشگاه لندن شرقی، می‌گوید: «پسران به احساس موفقیت فوری احتیاج دارند. و اگر به این مهم نرسند سر می‌خورند، پسران احتیاج به معیارها و استانداردهایی دارند که آنان را با هم مقایسه کند. اگر این مقایسه وجود نداشته باشد بسیاری از پسران دلسرد می‌شوند». حرفهای اسپافورد تشویق‌کننده است. او تنها آموزگاری نیست که به سی سال تجربه آموزش نگاه می‌کند و به این نتیجه می‌رسد اگر

قرار باشد پسران را نجات بدهیم باید در خط مشی خود تجدیدنظر کنیم. در سال ۱۹۹۴ مدرسه میل هیل کاونتی، در بارنت واقع در شمال لندن، کلاسهای امتحانی خود را به دو بخش پسر و دختر تقسیم کرد. نتیجه آن شد که عملکرد پنج نفر از کسانی که در امتحانات ملی شرکت می‌کردند ۴۰ تا ۶۹ درصد بهتر شد. این برنامه به قدری مؤثر و چشمگیر بوده است که بارنت می‌خواهد تمام مدارس راهنمایی خود را به همین شکل قوام بدهد. جمع دیگری از دست‌اندرکاران آموزشی نیز تجربه مشابهی را می‌آموزند و تاکنون به موفقیت‌های شایان توجه رسیده‌اند.

آموزش هرگز نمی‌تواند به لحاظ جنسی خنثی ارزیابی گردد. دو جنس مؤنث و مذکر با هم تفاوت‌های اصولی دارند. دختران در موضوعات ذهنی و کلامی بهتر ظاهر می‌شوند. پسران هم به موضوعاتی که نظرشان را جلب کند متمایل می‌شوند و این درست نیست اگر فکر کنیم می‌توانیم دختران را به دنبال فضا ببریم و انتظار داشته باشیم در درسی مانند مهندسی به موفقیت‌های زیاد برسند. البته بعضی از دختران به این مهم می‌رسند، اما اکثریت آنان موفقیت چشمگیر به دست نمی‌آورند. هر جنسیت علائق خاص خود را دارد و این شایستگی‌ها را رفتارهای اجتماعی مشخص نمی‌کند، بلکه تحت تأثیر عوامل بیولوژیایی صورت خارجی پیدا می‌کنند. اشکال اینجاست که ارزشهای جنس مؤنث بر تحصیل پسران تحمیل می‌شود. زنان به اندازه مردان رقابت‌آمیز نیستند. در واقع بسیاری از زنان معتقدند که رفتارهای رقابت‌آمیز مسئول بسیاری از مشکلات و مسایل جهانی هستند، اما حذف رقابت از کلاسهای درس عملکرد دانش‌آموزان پسر را خراب می‌کند. پسران در مقایسه با دختران رقابت‌آمیزتر هستند و این ویژگی را با خود به دوران بلوغشان می‌کشانند، همان‌طور که خواهیم دید این خصیصه در محیط کار هم مانند مدارس تأثیرات خود را برجای



می‌گذارد.

### خلاصه

- پسران برای فعال کردن مغز خود تا با تمام قدرت و وجود کار کنند به انگیزه بیشتری نیاز دارند.
- پسران چهار برابر دختران با ناتوانیهای یادگیری روبه‌رو می‌شوند.
- پسران از آن جهت که نیازهای بیولوژیایی آنان تأمین نمی‌شود در مدرسه با ناکامی روبه‌رو می‌گردند.
- تستوسترون در پسران ده برابر دختران است. پسران پرخاشگرتر، تهاجمی‌تر، ناشکیباتر و رقابت‌آمیزتر از دختران هستند.

### هدفهای مطلوب

- می‌توانیم تفاوت‌های جنسیتی را در امر یادگیری نادیده بگیریم. می‌توانیم یکسان بودن دو جنس مخالف را در کلاسها موعظه کنیم. با این کار مانع از آن می‌شویم که پسران از قعر بالاتر بیایند.
- از سوی دیگر می‌توانیم درس‌هایی را که از علم آموخته‌ایم در کلاسها به کار ببریم. باید بدانیم درس‌هایی مناسب دختران و درس‌هایی مناسب پسران است. آموزش برای اینکه موفق باشد لازم است تفاوت‌های اصولی میان دو جنس مخالف را در نظر بگیرد.
- فاصله جنسیتها در مدارس بیشتر می‌شود. موفق نشدن در حد مطلوب پسران تولید مسئله می‌کند، و با مؤنث کردن مدارس نمی‌توانیم این مشکل را از میان برداریم. شمار بسیار بیشتر آموزگاران مؤنث و آموزش به آموزگاران تا در تمامی زمینه‌ها پسران و دختران را برابر و یکسان ارزیابی کنند، تأکیدها را بر دختران می‌گذارند. پسران به

آموزشهای پویای بیشتر و به استرس و عمل بیشتر احتیاج دارند. آنان با ساختارهای محکم‌تر موافقت و خواهان امتحانات رقابت‌آمیز هستند.



## تفاوت‌های مغز در دو جنس مؤنث و مذکر ۳

### زمینه عصب شناختی

#### پذیرنده ریسک

اگر به مرکز بازار بورس و اوراق بهادار لندن بروید متوجه می‌شوید که حدود دو هزار نفر آنجا اجتماع کرده‌اند. فعالیت بسیار پر استرسی در میان است. کسانی که برنده می‌شوند سود هنگفت می‌برند و کسانی که می‌بازند زیاد می‌بازند. اینجا مکانی است که باید تصمیمات به سرعت برق و باد گرفته شود. هرکس که در این مکان کار کند زیر فشار قوی قرار دارد. ۹۰ درصد اشخاص حاضر در این مرکز مرد هستند.

چرا؟ اگر از نظریه پردازان معتقد به توطئه پیرسید جوابتان می‌دهند، از آنجائی که فعالیت بسیار پردرآمدی است، مردان کاری کرده‌اند که زنان نتوانند در آنجا کار کنند. اما به زحمت می‌توان نشانه‌ای یافت که بگوید مردان مانع حضور زنان در نظام بانکداری و اوراق بهادار می‌شوند. در نهایت نیاز فراوانی وجود دارد که کسانی در این مکان کار کنند تا بتوانند فشارهای موجود را تحمل کنند. در این میان یک بازرگان زن با تجربه تا حدود بسیار زیاد از یک مرد بازرگان نه چندان خوب بهتر است و بانکها این را خیلی خوب می‌دانند. با این حساب چرا مردان هنوز در این مکان حاکمیت دارند؟

جواب را باید در ماهیت کار جستجو کرد. موقعیت شرایط شیمیایی

مغز مرد به گونه‌ای است که مرد را برای محیط‌های پرفشار و پرسرعت مناسب‌تر می‌سازد. در واقع بسیاری از مردان به لحاظ عصب شناختی بیشتر به استقبال ریسک می‌روند. برای مردان تن به ریسک دادن یک اعتیاد است.

مردان جلب رشته‌ها و فعالیت‌های پرخطر می‌شوند. با توجه به مرکز تجاری که شرحش را دادیم مردانی که در آنجا حضور دارند نیازی به داروهای مخدر و آرامبخش ندارند. آنان به شرایط بیوشیمیایی خود معتاد می‌شوند. در واقع مغز مردان موادی را تولید می‌کند که اگر کسی کنار خیابان آنها را بفروشد دستگیر می‌شود.

شرایط بیوشیمیایی بسیاری از مردان از گونه‌ای است که آنان را به انجام دادن کارهای خطیر تشویق می‌کند، به طوری که حتی ممکن است زندگی آنان به مخاطره بیفتد. اما به ندرت زنانی پیدا می‌شوند که به استقبال خطر بروند. ترمزهای عصبی آنان بسیار فعال‌تر است و به همین دلیل از دست زدن به ریسک لذت نمی‌برند.

ارتباط میان ریسک و لذت نیازمند بحث درباره انتقال‌دهنده‌های عصبی است، همان‌طور که می‌دانیم اینها موادی هستند که به پیام‌برها امکان می‌دهند از یک سلول عصبی (نرون) به سلول عصبی بعدی انتقال یابد. مغز انسان از میلیاردها نرون درست شده است که به شکل مدار به یکدیگر متصل می‌شوند، از این جهت کار آنها بی‌شبهت به مدارهای الکتریکی نیست. انتقال‌دهنده‌های عصبی این مدارها را مرتب خاموش و روشن می‌کنند. تاکنون ۴۰۰ نوع انتقال‌دهنده عصبی شناسایی شده است که هر کدام از آنها کار متفاوتی انجام می‌دهند. بعضی از آنها مدارهای احساسی را فعال می‌کنند و بعضی دیگر نرون‌هایی را روشن می‌کنند که حرکات بدن را کنترل می‌کند. کار انتقال‌دهنده‌های عصبی و توجه به

عملکرد آنها، امکان بررسی درباره مغز را فراهم می‌آورد. درباره یافته‌های پژوهشگران بحث و گفتگو فراوان است، اما مشخص است که زن و مرد انتقال‌دهنده‌های عصبی متفاوتی را پردازش می‌کنند. از آن گذشته سایت‌های گیرنده آنان با هم تفاوت دارد. یک سایت گیرنده به یک تماس الکتریکی شباهت دارد و به برقی امکان می‌دهد که جریان پیدا کند، اما در مغز این سایتها با انتقال‌دهنده‌های عصبی متفاوتی در ارتباطند. از این رو سر و تونین یک پذیرنده یا گیرنده دوپامین را فعال نمی‌کند. دوپامین هم مدار سر و تونین را فعال نمی‌کند. این دو، یعنی سر و تونین و دوپامین مشخص می‌کنند که چگونه طرز کار مغز زنان و مردان به هنگام برخورد با ریسک متفاوت است.

سر و تونین یا هیدروکسی تریپتامین - ۵ یکی از انتقال‌دهنده‌های مهم عصبی است و در بخشهایی از مغز فعال است که رفتارهای احساسی و رفتارهای انگیزه گرفته را کنترل می‌کند. در واقع بازدارنده‌ای مهم است. این مانع از آن می‌شود که کاری صورت دهیم. از جمله چیزهای دیگر به ما می‌آموزد که چه زمانی دیگر گرسنه نیستیم. وقتی خسته هستیم به ما فرمان «برو بخواب» را می‌دهد و جلو تکانه‌های ما را می‌گیرد «هر کاری می‌کنی آن را متوقف کن».

مدارهای عصبی خاص در مغز تحت حاکمیت سر و تونین هستند. این مدارها دستگاه لیمبیک<sup>۱</sup> را با کورتکس پیشانی<sup>۲</sup> به هم متصل می‌سازد، و این بخشی است که به ما امکان می‌دهد از قبل فکر کنیم و قبل از قبول ریسک داور می‌کنیم. این دو بخش در تعارض با هم وجود دارند. وقتی با

---

۱- حوزه‌های ابتدایی‌تر و اولیه‌تر مغز که احساسات عنصری مانند خشم، غضب، اندوه، ناراحتی و جذابیت‌های جنسی را کنترل می‌کند.

۲- دو قطعه مغز که در ناحیه پیشانی قرار دارد.

یک خرس غران روبه‌رو می‌شویم، دستگاه لیمبیک ما را آماده فرار یا آماده جنگ می‌کند، اما کورتکس پیشانی، دست کم امیدواریم، به ما آرامشی ببخشد تا توصیه مامور پارک را گوش دهیم، بی حرکت بایستیم و تکان نخوریم. مسلماً در مواقعی دستگاه لیمبیک مفید است، اما اگر تکانه‌های آن اجازه پیدا کنند که تحریک شوند و سر به شورش بردارند، مصیبت‌بار می‌گردد.

میزان زیاد سروتونین در مغز بدین معناست که اقدامات شخص با احتمال زیاد عاقلانه و اندیشمندانه باشد، اما مقدار سروتونین کم عکس این موقعیت را سبب می‌شود.

روش ساده‌تر، هرچند غیرمستقیم، برای ارزیابی میزان سروتونین مغز در حال حاضر وجود دارد. در این روش از آنزیمی بنام منوآمین اکسیداز (MAO) که در خون هم وجود دارد و بنابراین آزمایش کردن آن ساده است استفاده می‌شود. البته ام-آ-اُ سروتونین نیست، اما اگر این آنزیم کم باشد معنایش کم بودن انتقال‌دهنده عصبی است و بررسی‌های به عمل آمده نشان داده‌اند که میزان ام-آ-اُ در مردان کمتر از زنان است. سطح پایین ام-آ-اُ، مانند سطح پایین سروتونین، در کسانی بیشتر مشاهده می‌شود که شخصیت‌های تکانه‌ای دارند. سطح پایین ام-آ-اُ از توانایی شخص یا از انگیزه او برای حفظ خویشتن‌داری می‌کاهد. کمی سروتونین با تحریک‌پذیری و تمایلات به سمت واکنش‌های تکانه‌ای نسبت به شرایط محیطی همراه است. به عبارت دیگر سطح پایین سروتونین می‌تواند سبب‌ساز رفتارهای احمقانه شود.

هنوز نشانه‌های متقاعدکننده‌تری دال بر اینکه زنان مورد استفاده بیشتری برای سروتونین دارند از مطالعه‌ای نشأت می‌گیرد که شمار پذیرنده‌های سروتونین را در کورتکس اربیتال بررسی کرد، که این بخشی

از قطعه‌های پیشانی است و با تنظیم اضطراب، کنترل تکانه، بهداشت و پشتکار و استقامت در ارتباط است. کورتکس اوربیتال بخش بالغ و مسئول مغز است و همان چیزی است که ما را سالم، تمیز، سخت‌کوش نگه می‌دارد و پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که زنان بیش از مردان از سروتونین برخوردارند. پژوهشگران معتقدند که سروتونین بیشتر در مغز زن می‌تواند منجر به تکانه بیشتر، پرخاشگری بیشتر و کنترل رفتار جنسی در زنان شود که، به لطف خدا، در اغلب اوقات شاهد آن هستیم. اما حتی در اینجا هم ابهاماتی وجود دارد. به استناد یک بررسی، مردان سریع‌تر از زنان سروتونین را متابولیزه می‌کنند. اما در این بررسی از بین رفتن و تولید مجدد سروتونین مورد بررسی قرار گرفت، نه سایت‌های پذیرنده در مغز. نکته دیگر این است که فعالیت عصبی مردان در قطعه‌های پیشانی کمتر است و معنای آن این است که حوزه کنترل رفتار در مردان کمتر فعال می‌شود.

بنابراین به رغم دشواری اندازه‌گیری سروتونین به طور مستقیم، نتیجه‌گیری کاملاً مشخص است: اینکه انتقال‌دهنده‌های عصبی مردان کمتر از زنان است و این در رفتار آنان کاملاً مشهود است. بررسی‌هایی که روی برخی از جنایتکاران و بزهکاران انجام شده نشان می‌دهد که میزان سروتونین در آنان بسیار کم است و جای تعجبی نیست که بخش اعظم این بزهکاران مرد هستند. این بدان معنا نیست که سروتونین کم تولید جنایت می‌کند. بسیاری از مردان گرایش‌ات استقبال از خطر خود را با پرداختن به ورزش‌های مختلف و فعالیت‌های دیگر جبران می‌کنند. اما سروتونین کم می‌تواند شخص را تکانه‌ای‌تر کند و به رفتارهای جرأت‌آمیز منتهی گردد. اشخاصی که سروتونین در بدن آنان کم است، توان کنترل رفتارشان کم است، زیرا از کورتکس منطقی پیشانی خود استفاده نمی‌کنند.



آن: «کنترل رفتار مخدوش قبل از اینکه مردان با مشکلات بیشتری مواجه شوند.»

بیل: «فکر نمی‌کنی کمی برای مردان غیر منصفانه است؟»

آن: «چه ربطی به انصاف دارد؟ کی سریع‌تر رانندگی می‌کند تو یا من؟ کی ریسک‌های بیشتری می‌کند؟ کی می‌خواهد به ارتفاع بالاتری صعود کند؟»

بیل: «شاید من شرطی شده‌ام.»

آن: «شاید فرهنگ به شکلی سایت‌های پذیرنده سروتونین را در کورتکس اربیتال تو سرکوب کرده است.»

تجربه متعارف هم یافته‌های علم را تقویت می‌کند: اینکه مغز زن در معرض کنترل منطقی‌تری در مقایسه با مغز مردان است. زنان بعید است کارهای احمقانه نشأت گرفته از تکانه خود بکنند. و این با توجه به فرهنگ تعیین نمی‌شود. بدین معنا نیست که جامعه پسران را به قبول ریسک بیشتر و دختران را به قبول ریسک کمتر تشویق می‌کند. تنها معنایش این است که مغز زنان و مردان متفاوت است.

تفاوت تنها در مدارهای سروتونین نیست، بلکه موضوع هم چنین بر سر این است که ما از انتقال‌دهنده دیگری به نام دوپامین چگونه استفاده می‌کنیم. در فصل ۵ دیدیم که دوپامین مدارهای عصبی را فعال می‌کند تا ما به اطراف خود توجه نمائیم. به این نکته هم اشاره کردیم که جنس مذکر به تحریک بیشتری برای فعال کردن مدارهای عصبی دوپامین احتیاج دارد. اگر سروتونین عاملی بازدارنده است، دوپامین برعکس آن عامل انگیزه‌دهنده است.

ماجرای دوپامین در هیپوتالاموس شروع می‌شود، جایی که مراکز

لذت مادر آن قرار دارد. اگر این مراکز توسط یک جریان الکتریکی فعال شوند تولید دوپامین می‌کنند که این به سهم خود اثرات اندورفین را در شما تشدید می‌کند که یک مسکن و تحذیرکننده طبیعی است. بنابراین افزایش دوپامین بر میزان اندورفین می‌افزاید و این تولید احساسی از وجد می‌کند. اشخاص از آن جهت به سراغ کوکائین می‌روند و معتاد به آن می‌شوند، زیرا شبیه افزایش دوپامین - اندورفین است و بنابراین تولید شغف و وجد می‌کند.

دوپامین، مانند سروتونین، اندازه‌گیری مستقیمش دشوار است، اما بار دیگر آنزیم‌هایی از خانواده ام - آ - اُروشی برای ارزیابی میزان آن در مغز بدست می‌دهد. در بررسیها نشان می‌دهند که سطح پائین ام - آ - اُنه تنها نشانه سطوح اندک سروتونین است، بلکه نشانه بالا بودن دوپامین به حساب می‌آید. رابطه ام - آ - اُ دوپامین کمی از رابطه ام - آ - اُ سروتونین پیچیده‌تر است زیرا فعال کردن مدارهای دوپامین دشوارتر است. و بنابراین پائین بودن سطح ام - آ - اُ، پائین بودن سطوح دوپامین را نشان می‌دهد. اما پس از آنکه مدارهای دوپامین تحریک می‌شوند، با افزایش خود واکنش بیشتر نشان می‌دهند. افزایش دوپامین بر میزان اندورفین می‌افزاید و تولید لذتی از نوع مصرف کوکائین می‌کند. در ضمن به مغز امکان می‌دهد که تمرکز زیاد بدست آورد.

ما در شروع فصل این سؤال را مطرح کردیم که چرا شمار مردان در بازار بورس و اوراق بهادار بیشتر است. به نظر می‌رسد که جواب آن در این است که مردان ام - آ - اُ کمتری از زنان دارند. کمی ام - آ - اُ به معنای کمی سروتونین و مدار دوپامین به شدت پاسخگو و واکنشی است. بنابراین سطح پائین ام - آ - اُ نشان می‌دهد که شخص علاقمند و حتی معتاد به فعالیت‌های پُر ریسک است. و باید شاهد کسانی باشیم که اضطرار گونه به

سر وقت اقدامات پرخطر می‌روند. کسانی که به استقبال خطر می‌روند از کارشان بسیار لذت می‌برند. عکس این حالت هم درست است. اشخاص محتاط‌تر از سطوح ام-آ-اُ بیشتری برخوردارند، و بنابراین بیشتر تحت کنترل مدارهای سروتونین می‌باشند. این اشخاص با ام-آ-اُ زیاد در محیط‌های خطرناک به وجد نمی‌آیند. برای اینکه تاجر خوبی باشید لازم است که ام-آ-اُ کمی داشته باشید.

بیل: «با این حساب ام-آ-اُ کم یعنی خطر زیاد.»  
آن: «بله دقیقاً.»

بیل: «و مردها، معمولاً، از ام-آ-اُ کمتری برخوردارند. به همین دلیل است که مردان بیشتر در بازار بورس و اوراق بهادار فعالند.»  
آن: «بله دقیقاً. همه چیز بستگی به شرایط شیمیایی ذهن دارد. زن از ریسک کردن خوشش نمی‌آید و مرد از آن استقبال می‌کند.»  
بیل: «برای آنکه به لحاظ نورولوژیک در معرض چالش قرار می‌گیرد.»

با توجه به معیارهای زنان، مردان به راستی به لحاظ نورولوژی در شرایط چالش قرار می‌گیرند. این حقیقت که مردان در مقایسه با زنان ام-آ-اُ کمتری دارند، بدین معناست که مردان خود را با فشارهای مشاغل پرخطر تطبیق می‌دهند، خواه در شرایط بازار اوراق بهادار قرار بگیرند یا خلبان یک جت جنگنده بشوند. اورتودکسی حاکم منکر این می‌شود، و نیروی دریایی آمریکا به شدت تلاش می‌کند که از جمع خانمها نیز خلبانهای زن برای هواپیماهای جنگنده خود برگزیند. اما به ندرت می‌توان زنی را یافت که با چنان سروتونین کمی روبه‌رو باشد که یک هواپیمای اف ۱۴ تام‌کت با وزن ۲۲ تن را به هوا بلند کند، و با سرعت ۱۶۰ گره دریایی روی هواپیمای

دیگری بنشینند تا اقدام به سوخت‌گیری نماید.

میزان ام - آ - ا بیشتر ارثی است، اما تا حدودی نیز به تجارب جاری، برنامه غذایی و تاریخچه رشدی وابستگی دارد. از همه مهم‌تر، سروتونین با افزایش سن بیشتر می‌شود به طوری که جوانان در مجموع کمتر از مسن‌ترها سروتونین دارند. به همین دلیل است که وقتی مردان پا به سن می‌گذارند آرام‌تر می‌شوند. بعضی‌ها می‌گویند این اتفاق بدان جهت می‌افتد که مردان وقتی بزرگ‌تر می‌شوند رفتارشان را تعدیل می‌کنند، اما علت اصلی‌اش بدون چون و چرا این است که میزان سروتونین در مغزها عامل بازدارنده محسوب می‌شوند و در سنین بزرگی فراگیرتر عمل می‌کنند.

این انتقال‌دهنده‌های عصبی از زمان تولد روی رفتار ما تأثیر می‌گذارند. بچه‌های تازه تولد یافته با ام - آ - ا کم، فعال‌ترند، کمتر می‌خوابند و آرام کردن آنان در مقایسه با کودکانی که ام - آ - ا زیاد دارند دشوارتر است. کاملاً مشخص است که پسران کودک کمتر از دختران کم‌سال می‌خوابند و به مراقبت و توجه بیشتری احتیاج دارند. گاه ادعا می‌شود که پسران بیش از دختران مورد توجه و مراقبت قرار می‌گیرند، زیرا مادران به لحاظ اجتماعی به گونه‌ای شرطی شده‌اند که به پسرانشان توجه بیشتری نشان دهند. اما واقعیت امر این است که مادران به دلیل کمبود ام - آ - ا در پسرانشان وادار به این کار می‌شوند.

در مقاطع بعدی دوران کودکی این تفاوت هم چنان وجود دارد. و جالب توجه است که دشوارترین بچه‌ها، کسانی که با مسایل رفتاری و یادگیری بیشتر مواجه هستند، سطوح سروتونین بدنشان کم است. تفاوت میزان ام - آ - ا تا دوران بلوغ هم ادامه پیدا می‌کند. پروفیسور ماروین زوکرمن این پدیده را مطالعه کرده و به این نتیجه رسیده است که «بدون

کمترین تردید رابطه‌ای میان هیجان‌جویی و پلاکت ام-آ-اُ وجود دارد». زوکرمن در بررسی‌های خود به تفاوت‌های رفتاری میان زنان و مردان اشاره کرده است. زوکرمن ویژگی هیجان‌جویی را در چهار زمینه مختلف بررسی نموده است:

**هیجان و ماجراجویی.** این زمینه با ورزش‌های خطرناک و فعالیت‌های خطیر جسمانی مانند فرود با چتر نجات و اسکی سرعت در رابطه است. خطری که همیشه این اشخاص را تهدید می‌کند جراحتهای جسمانی است و کسانی که سروتونین در بدن آنان کم است (اغلب مردان) از ریسک کردن لذت می‌برند، اما افرادی که سروتونین در بدنشان زیاد است (اغلب زنان) از آن لذت نمی‌برند.

**تجربه‌جویی.** نیاز رسیدن به هیجانات جدید و تجربیاتی که با ذهن و حواس در رابطه است (موسیقی، هنر، مسافرت یا ناسازگاریهای اجتماعی). پروفیسور زوکرمن به هیچ تفاوت معنی‌داری میان دو جنس مخالف در این موارد پی نبرد.

**تظاهر و نمود.** از دست دادن کنترل در موقعیتهای اجتماعی مانند میهمانیها و غیره. این نمودها با صرف مشروبات الکلی و استعمال مواد مخدر در ارتباط است، و پروفیسور زوکرمن به این نتیجه رسیده که در این مورد تفاوت‌های عمده‌ای میان دو جنس متفاوت وجود دارد. مردان با احتمال بسیار بیشتری کنترل خود را از دست می‌دهند.

احساس ملالت و کسالت. بی‌صبری و ناشکیبایی در کارهای

تکراری. پروفیسور زوکرمن می‌گوید: «مردان پیش از زنان مکدر و کسل می‌شوند. هرچند این تفاوت آن‌قدرها زیاد نیست».

نتیجه‌ای که می‌گیریم این است که مردان در مقایسه بیش از زنان به استقبال خطر می‌روند، با احتمال بیشتری خویشتن‌داری خود را در میهمانیها از دست می‌دهند و با احتمال کمتری صبورانه کارهای روزمره و تکراری را تحمل می‌کنند. تنها زمینه‌ای که زنان و مردان به یک اندازه امتیاز می‌گیرند، تلاش برای تجربه‌اندوزی است. هرچند کاملاً مشخص است که این تجربه‌ها (موسیقی، هنر و غیره) با خطرات جسمانی همراه نیست.

این فرایند هنوز تحت بررسی است، اما پروفیسور زوکرمن خاطر نشان می‌کند توجه مردان به هیجان، پس از آنکه علاقه‌اشان برانگیخته شد و اکنش دوپامین بسیار بیشتری دارد. کسی که دنبال هیجان زیاد می‌گردد، بیشتر مردان، وقتی به هیجان می‌رسد شتابی در او ایجاد می‌شود، اما ترمزهای محکم ندارد. نه تنها سروتونین کم او را در معرض رفتارهای خطیر قرار می‌دهد بلکه مدارهای دوپامین او به او برای استقبال از خطر پاداش می‌دهند، و به همین دلیل او به واقع از خطر استقبال می‌کند. زنان و مردانی که دنبال ریسک و خطر و هیجان نمی‌روند، لذت اینها را هم درک نمی‌کنند. تأثیر دوپامین نیز با تستوسترون رابطه دارد. میزان تستوسترون بالاتر تأثیر دوپامین را بیشتر می‌کند. اگر یک حیوان مذکر اخته شود، توانایی او برای رسیدن به احساس هیجان ناشی از دوپامین کاهش می‌یابد. اما اگر به حیوان اخته شده تستوسترون تزریق شود، این توانایی به او بازمی‌گردد. مردان دست کم ده برابر زنان تستوسترون دارند، بنابراین خیلی ساده توانایی آنان برای رسیدن به وجد ناشی از دوپامین، اندورفین بار دیگر افزایش می‌یابد.

اشکال دوپامین این است که ما مانند هر ماده تسخیرکننده و به وجدآورنده، پس از آنکه مدتی تحت تأثیر آن به وجد آمدیم، برای وجدهای بعدی به مقادیر بیشتر آن احتیاج داریم. این مکانیزم اعتیادی سبب می‌شود که مردان به ریسک بیشتر و باز هم بیشتری احتیاج پیدا کنند. جوینده هیجان نیازمند محرکهای جدیدی می‌شود تا برانگیختگی بیشتری بدست آورد.

تجار و بازرگانان آتی در در هم برهمی بازار نه تنها تحت تأثیر سود رفتار می‌کنند بلکه مترصد ریسکهای موفق می‌شوند و این بیشتر کار مردانه است، زیرا مغز مرد به گونه‌ای طراحی شده که به استقبال خطر می‌رود (سروتونین کمتر، گیرندگان سروتونین کمتر). و این کار به او به دلیل اقدام موفقیت آمیزش با دوپامین بیشتر پاداش می‌دهد. فرایند تجارت رقابت آمیز مورد مطالعه فراوان قرار گرفته است و نتیجه آن، در میان شگفتی همگان، این بوده که مردان در مقایسه با زنان آمادگی بیشتری برای قبول خطر مالی دارند.

این درست نیست اگر بگوییم همه تجار و معامله‌گران و سوداگران، یا حتی اکثریت آنان، جنون خودکشی دارند. هر زن و مرد فاقد سیستم ترمزکنندگی به زودی می‌میرد یا ورشکست می‌شود، و اکثر سوداگران می‌خواهند ریسکهای خود را به حداقل برسانند. آنان خواه مرد یا زن باشند زیر فشار زیاد بهتر قضاوت می‌کنند، زیرا موقعیتهای استرس آمیز آنان را مشوش نمی‌کند و اضطراب روی عملکرد تأثیر نامطلوب برجای می‌گذارد.

اما این بدان معنا نیست که بگوییم مردان بهترین مدیران مالی محسوب می‌شوند. در جریان یک بررسی اخیر ثابت شده است مدیران مالی زن بهتر از همکاران مرد خود با موفقیت روبه‌رو می‌شوند، مگر در زمینه جوهی

که با سرمایه گذاریهای پرخطر رابطه دارد. با توجه به شرایط نوروشیمیایی وقتی زنی با ریسک روبه‌رو می‌شود، خواه این ریسک جسمانی یا غیرجسمانی باشد محتاط‌تر عمل می‌کند و به همین دلیل است که به ندرت اتفاق می‌افتد زنان قهرمان اتومبیل‌رانی سرعت شوند. این بدان معنا نیست که زنان نمی‌توانند به سرعت رانندگی کنند. می‌توانند این کار را بکنند، اما به حکم غریزه سعی می‌کنند از خطر حذر کنند. مردان از هر فرصتی برای شتاب گرفتن سست‌تر استفاده می‌کنند تا رقیب را پشت سر بگذارند. این مرد یا برنده می‌شود یا تصادف می‌کند. اغلب زنان از این تکانه مردان سر در نمی‌آورند، اما مردان هم با رفتارهای احتیاط‌آمیز اکثریت زنان ابراز همدردی می‌نمایند. مردان به دلیل بی‌مبالاتی تکفیر می‌شوند و زنان بزدل نام می‌گیرند.

### بازی به قصد پیروزی

در سال ۱۹۹۲ نشریه علمی طبیعت مقاله‌ای را که دو فیزیولوژیست، به اسمی سوزان وارد و برایان وایپ، نوشته بودند به چاپ رساند. در این مقاله آمده بود که زنان به زودی بر مردان چیره خواهند شد. نویسندگان معتقد بودند که تفاوت‌های جنسیتی به سرعت کاهش می‌یابند. آنان پیش‌بینی کرده بودند که تا سال ۱۹۹۸ دوندگان ماراتن زنان به دوندگان ماراتن مردان می‌رسند و تا چند سال بعد در سایر رشته‌های دو میدانی هم این اتفاق خواهد افتاد. به نظر می‌رسد خیلیها چنین اعتقادی دارند. خیلیها فکر می‌کنند اگر زنان به اندازه مردان در رشته‌های دیگر دو میدانی تمرین کنند، از آنان پیشی می‌گیرند.

اما ببینیم به واقع چه اتفاقی افتاده است؟ اولین ماراتن سال ۱۹۹۸ زمانی انجام گرفت که داشتیم این کتاب را تمام می‌کردیم. موزس تانوی، دونده



کنیایی، بازمان ۲ ساعت و ۷ دقیقه و ۲۴ ثانیه برنده مسابقه ماراتن بستون شد. برنده زن فاطمه رویا، از کشور اتیوپی، بود که مسابقه را در ۲ ساعت و ۲۳ دقیقه و ۲۱ ثانیه یعنی ۱۵ دقیقه و ۳۷ ثانیه پس از ثانوی تمام کرد. در سال ۱۹۹۲، وقتی این پیش‌بینی صورت گرفت، زمان بدست آمده از سوی برنده مردان ۲ ساعت و ۸ دقیقه بود که این ۱۵ دقیقه و ۲۹ ثانیه از زمان سریع‌ترین زن مسابقه ماراتن کمتر بود. هیچ اتفاقی نیفتاده و هیچ اتفاقی هم نخواهد افتاد.

در مسابقات دو و میدانی مردان از یک امتیاز ۱۰ درصدی نسبت به زنان برخوردارند و طبیعت این فاصله را حفظ خواهد کرد. البته واقعیت دارد که هر دو جنس مرد و زن به مرور سریع‌تر و آماده‌تر شده‌اند که علت اصلی آن را باید در برنامه‌های غذایی بهتر، تمرینات ورزشی بهتر و بلند شدن تدریجی قد جستجو کرد، اما مردان از امتیازات فیزیکی خاصی برخوردارند که زنان هرگز نمی‌توانند به آنان برسند. البته یک قهرمان زن می‌تواند از یک مرد فربه غیرورزشکار جلو بزند، اما این امکان وجود ندارد که آماده‌ترین زن دهنده دنیا، آماده‌ترین مرد دهنده دنیا را شکست بدهد. این بافت زن هیچ ارتباطی با برنامه غذایی، آموزش یا تجهیزات متفاوتی که برای زنان و مردان در رشته‌های ورزشی می‌سازند ندارد. موضوع بر سر طبیعت آنان است. مردان حدود ۱۰ درصد از زنان سریع‌تر می‌دوند، بنابراین اگر مرد برنده قرار باشد ماراتن را در دو ساعت و ۳۰ دقیقه بدود، هر بار ۱۵ دقیقه از زن برنده ماراتن جلو خواهد افتاد.

چرا؟ قبل از هر چیز، مردان جثه بزرگ‌تری دارند و در ضمن فیزیولوژی مرد در زمینه استفاده از انرژی در مقایسه با زن از کارایی بیشتری برخوردار است. مردان سلولهای قرمز رنگ بیشتری در خون خود دارند، ظرفیت دید آنان بیشتر است و سوخت و سازشان هم سریع‌تر

است. معنای همه اینها این است که مردان سریع‌تر از زنان انرژی را می‌سوزانند. از اینکه بگذریم زنان چربی بیشتری را با خود حمل می‌کنند، زیرا انرژی بیشتری را ذخیره‌سازی می‌کنند. در نتیجه زنان بهتر می‌توانند در برابر گرسنگی مقاومت کنند. در ضمن مردان عضلات بیشتری دارند. زن ممکن است در برابر گرسنگی مقاومت بیشتری داشته باشد، اما مرد همیشه سریع‌تر از زن خواهد دوید.

مرد در ضمن از این امتیاز برخوردار است که به حکم مغز خود تستوسترون بیشتری تولید می‌کند. زنان هم تستوسترون ترشح می‌کنند، اما میزان تولید تستوسترون در آنان یک دهم مردان است و تستوسترون برای رقابت ورزشی در حکم نیاز آتش به اکسیژن است. این سلاحی مردانه است، نیرویی به جلو برنده که طبیعت به مرد عرضه وسیعی از آن را داده است.

مردان فقط سبزی نمی‌کارند، آنان بزرگ‌ترین سبزیها را می‌کارند. در انگلستان، همه ساله مسابقاتی برگزار می‌شود که می‌خواهند بدانند کدام زارع بزرگ‌ترین کلم، یا بزرگ‌ترین کدو را کشت و برداشت کرده است. زنان، که شاید رفتارشان معقولانه‌تر است، سبزیجات را برای تغذیه افراد خانواده خود می‌کارند، اما مردان وقتی سبزی می‌کارند می‌خواهند ثابت کنند که سبزی آنان از سبزی همسایه‌شان بهتر است. مرد احتیاج به پیروزی دارد و اگر مهارت بردن از آن خود را نداشته باشد، آن را به تیم شهر خود منتقل می‌سازد. دوستداران ورزش، پرورش‌دهندگان سبزیجات غول‌پیکر، رانندگان اتومبیل‌های مسابقه‌ای، اغلب مرد هستند و کمتر زنانی پیدا می‌شوند که از روی علاقه به آنان پیوندند. البته زنان هم در ورزش با هم رقابت می‌کنند و البته بسیاری از زنان از تماشای مسابقات ورزشی لذت می‌برند. با این حال در نظر اغلب زنان، طریق صرف وقت مردان در

اوقات بیکاری و علاقه پرشور و اشتیاق مردان به مسابقات ورزشی برای اغلب زنان مسخره است. علتش این است که زنان از نقش تستوسترون غافل هستند. برای مردان تمام زندگی در مسابقه و رقابت خلاصه می‌شود.

آیا مردان بیش از اندازه رقابت‌آمیز هستند؟ میل رقابتی جنس مذکر اغلب منفی ارزیابی می‌شود. فمینیستهای سبز در این خصوص مصرتر هستند، اما اغلب مردان این را یک نقطه قدرت می‌دانند و این می‌تواند تولید مسئله کند. مرد کاملاً آمادگی آن را دارد که زندگی شخصی، خانواده‌اش و خانه‌اش را فدای رسیدن به موفقیت بکند. برای مرد نرده‌بام ترقی در شرکت تولید برنده و بازنده می‌کند. وقتی دختر هفت ساله خانواده روز جشن تولدش فرا می‌رسد، زن به هر قیمت که شده خودش را در صحنه جشن حاضر می‌کند، اما مرد جشن تولد دخترش را با صرف وقت در یک برنامه مزایده مقایسه می‌کند و به احتمال پیروز شدن خود می‌اندیشد. او با دخترش رقابت نمی‌کند، اما در محدوده کار و تجارتش رفتار رقابت‌آمیز دارد.

مردان می‌توانند همکاری کنند و این کار را هم می‌کنند. اما در رقابت گلو بر هم شرکت می‌کنند و این بدان معنا نیست که بگوییم مردان مانند گرگ هستند. در بسیاری از مسابقات دسته‌جمعی و مثلاً قایقرانی با هم همکاری می‌کنند تا گروه دیگری را شکست بدهند. قرار گرفتن در گروه برنده‌ها به مردان کمک می‌کند تا در مسابقات و رقابت‌های فردی دیگر شانس موفقیت خود را بالا ببرند.

برای مردان اینکه چه کسی بالاتر و چه کسی پایین‌تر قرار بگیرد مهم است. مردان از اشتباهات یکدیگر به سود خود بهره‌برداری می‌کنند. حتی در

مجلس عوام و در مجلس نمایندگان مردان با رقبای خود بحث و مجادله می‌کنند و این کمتر در زنان دیده می‌شود. زنان کمتر عناوین سیاسی روزنامه‌ها را می‌خوانند، زیرا علاقه‌ای به مباحثات و مشاجرات پارلمان ندارند. در جریان یک همه‌پرسی مشخص شد که ۴۷ درصد مردان اخبار سیاسی را جالب ارزیابی می‌کردند و از جمع زنان تنها ۲۹ درصد موافق این موضوع بودند.

چه موقع مردان رقابت نمی‌کنند؟ وقتی که اهمیت نداشته باشد. گلوریا استاین من می‌نویسد: «اگر مردان قرار می‌شد که عادت ماهانه شوند، درباره اینکه چند بار طی ماه عادت شده‌اند با هم جر و بحث می‌کردند.» این بستگی دارد، اگر موضوعی با عزت نفس یا موفقیت رابطه نداشته باشد، مردان به آن توجه نمی‌کنند، هرچند ممکن است که این موضوع با سلامتی و حال خوش آنان رابطه داشته باشد. به ندرت مردی پیدا شده است که بگوید بهتر از مرد دیگری لباس می‌شوید و اتوکشی می‌کند. به ندرت مردی مدعی می‌شود که در مقایسه با سایر مردان بهتر خانه‌داری می‌کند.

آن: «مردان بی‌فایده‌اند.»

بیل: «مگر عقلت را از دست داده‌ای زن؟»

آن: «خوب چه فایده که در باغچه کدویی تولید کنند که از همه کدوها بزرگ‌تر باشد. من که ابداً حاضر نیستم حتی آن را بخورم.»

بیل: «اما ما می‌دانیم که آن را تولید کرده‌ایم. همین اندازه بسیار راضی‌کننده است.»

آن: «حق با من است مردان بی‌فایده‌اند.»

میل مردان به رقابت ناشی از تستوسترون است و از آنجایی که در زندگی حقیقی همه نمی‌توانند برنده باشند، هرگز عجیب نیست که تستوسترون در همه به یک اندازه نیست. میان مردان و زنان هم تفاوت بسیار زیاد دارد. یک مرد بالغ ۱۱ برابر یک زن بالغ تستوسترون دارد. به محض اینکه مردان موضوعی برای رقابت پیدا کنند تستوسترونشان افزایش می‌یابد و این میزان رقابت در او را بیشتر می‌کند. تستوسترون در همه ما از زن گرفته تا مرد نوسان می‌کند. در صبح بیشتر است و در اوایل بعدازظهر کاهش می‌یابد. بعد دوباره از زمان نزدیک شدن شب افزایش می‌یابد و صبح به اوج خود می‌رسد. میزان تستوسترون در مردان سالمند به اندازه متوسط جنس مؤنث است.

هرچه تستوسترون در مردان بیشتر باشد، خشن‌تر و پرخاشگرتر هستند. به نظر می‌رسد که این اشخاص نمی‌توانند تکانه‌های خود را کنترل کنند. مرتب شتاب می‌گیرند و ترمز هم ندارند. در مرحله بعدی به کسانی برمی‌خوریم که تستوسترون آنان از زیاد تا متوسط است، این اشخاص هم شخصیتی رقابت‌آمیز دارند، اما می‌توانند خشم و خصومت خود را کنترل کنند. این اشخاص اغلب مشاغلی دارند که رقابت‌آمیز است. وکلایی که اتاق دادگاه را می‌پسندند در مقایسه با وکلایی که دفترهای خود را ترجیح می‌دهند تستوسترون بیشتری دارند. کشیشهای کلیسا تستوسترون بسیار کمی دارند. همین پدیده در زنان هم مشاهده شده است. وکلای زن پیش از آموزگاران یا پرستاران زن تستوسترون دارند. مدیران زن هم در مقایسه با کارمندان زن یا زنان خانه‌دار تستوسترون بیشتری دارند.

در شرایط وجود چالش میزان تستوسترون تغییر می‌کند. بنابراین چگونه می‌توانیم بگوییم که میزان بالای تستوسترون که با موفقیت رابطه دارد تحت تأثیر مشاغل قرار ندارند؟ اگر یک کشیش کلیسا را که

تستوسترون کمی دارد مأمور کنید که در یک محاکمه در دادگاه شرکت کند آیا تستوسترون او به اندازه یک وکیل در دادگاه افزایش می‌یابد؟ تستوسترون کشیش افزایش می‌یابد، اما این افزایش موقتی است زیرا میزان تستوسترون در اشخاص ارثی است. پدری که تستوسترون زیاد دارد با احتمال زیاد پسرش هم تستوسترون زیاد خواهد داشت. دختر او هم تستوسترون بالا پیدا می‌کند. با توجه به نشانه‌های موجود، اگر پسری که تستوسترون زیاد دارد در کودکی نظم و انضباط و خویشتن‌داری را نیاموزد، به احتمال زیاد وقتی بزرگ شود نمی‌تواند رفتارهای خصمانه و پرخاشگری خود را کنترل کند.

اینها احتمالاً در نظر مدافعان برابری زنان و مردان غیرمنصفانه به نظر می‌رسند. شاید هم غیرمنصفانه باشد. بررسی‌های متعدد نشان داده‌اند که زن و مرد چگونه با رقابت برخورد می‌کنند و نتایج هم تفاوت بارزی را میان زنان و مردان نشان می‌دهد.

اگر مردی بخواهد درگیر یک مسابقه ورزشی شود میزان تستوسترون او می‌تواند تا ۴۰ درصد افزایش یابد، اما شرایط پیش مسابقه‌ای زنان کمترین تغییری نمی‌کند. بیولوژی مرد او را برای مسابقه آماده می‌سازد، اما بیولوژی زن چنین کاری نمی‌کند. با این حساب بالا رفتن تستوسترون مرد چه مزایایی دارد؟ نخست اینکه میزان پذیرش ریسک را در او افزایش می‌دهد، سرعت واکنش‌های او را بالا می‌برد و بر تمرکز او می‌افزاید. روحیه او را هم بالا می‌برد، زیرا افزایش تستوسترون به مرد احساس بهتری می‌دهد و او را متقاعد می‌سازد که توان پیروزی دارد. بنابراین حتی قبل از شروع رقابت، خواه این رقابت ناشی از شرکت در یک مسابقه ماراتن باشد یا مسابقه شطرنج، مرد با مزیتی در زمینه رقابت روبه‌رو می‌شود.

وقتی مسابقه شروع می‌شود میزان تستوسترون مرد باز هم افزایش می‌یابد، اما احتمالاً جالب‌ترین یافته‌های بررسی‌های متعددی که انجام گرفته این است که موقعیت سوخت شخص را بیشتر می‌کند تا او در شمار برندگان قرار بگیرد. اگر دو مرد مثلاً شروع به یک مسابقه تنیس بکنند و اگر فرض بر این باشد که میزان تستوسترون آنان با هم یکسان باشد، برنده در پایان مسابقه به سطح تستوسترون بسیار بالاتری در مقایسه با بازنده می‌رسد. برنده به دور بعدی مسابقه راه پیدا می‌کند و حالا تستوسترون او از قبل هم بیشتر می‌شود و به همین شکل اعتماد به نفسش هم افزایش می‌یابد. موفقیت تولید موفقیت می‌کند.

میزان تستوسترون زنان هم به هنگام رقابت و مسابقه افزایش می‌یابد. اما افزایش از سطح موجود بسیار کمتری صورت می‌گیرد و به اندازه مردان نمی‌رسد. جالب‌تر این است همان همبستگی قبلی میان بازندگان و برندگان زن هم وجود ندارد. دو زن که در یک مسابقه تنیس شرکت می‌کنند میزان تستوسترون هر دو کمی افزایش می‌یابد. اما برای زنان نکته مهم بردن یا باختن نیست، برای آنان همه چیز بستگی به احساسشان در این مورد دارد که آیا خوب بازی کردند یا نکردند. بنابراین ممکن است زنی مسابقه را ببازد، اما احساس برنده‌ها را داشته باشد. ممکن است برنده شدن برای او آنقدرها مهم نباشد، اما خوب ظاهر شدن برای او مهم است. مردان هم اگر احساس کنند که خوب ظاهر شده‌اند سطح تستوسترونشان افزایش می‌یابد، اما برای آنان این اتفاق در صورتی می‌افتد که برنده هم شده باشند. برای آنان موفقیت به موفقیت بعدی کمک می‌کند.

با این حساب آیا می‌توان گفت که پیروزی فقط عاملی ذهنی است؟ اگر این را بپذیریم باید از کنار استعداد، تمرین، آموزش و علاقه و توجه

بی تفاوت عبور کنیم. اینطور نیست، اما بدون تردید تستوسترون بیشتر به برنده شدن کمک می‌کند. تستوسترون از شدت درد می‌کاهد که این فعالیت جسمانی را افزایش می‌دهد. سطح بالای تستوسترون تولید وجد و نشاط می‌کند. علتش این است که تستوسترون با دوپامین رابطه دارد و همان طور که می‌دانیم دوپامین یک انتقال‌دهنده عصبی است که مراکز لذت را در مغز تحریک می‌کند. اگر در مسابقه فوتبال به کسی که گل زده است توجه کنید متوجه می‌شوید او تا چه اندازه به وجد و نشاط رسیده است.

میزان تستوسترون صرفاً با لذت و شادی در ارتباط نیست. بلکه با تهاجم و سلطه و تفوق هم رابطه دارد. هرچه یک مرد سلطه‌جو تر باشد، تستوسترون او بالاتر می‌رود. تلاش موفق برای غلبه و تسلط بر دیگران (خواه در ورزش یا تجارت یا سیاست) تستوسترون را افزایش می‌دهد و تستوسترون بیشتر تمایل به رقابت بیشتر را بالا می‌برد. از این رو هرچه بیشتر ببرید تستوسترون شما بالاتر می‌رود و هرچه بیشتر علاقه به بردن داشته باشید باز هم میزان تستوسترون بدنتان افزایش بیشتری پیدا می‌کند. اما بازندگان مقداری از تستوسترون خود را از دست می‌دهند، که این امکان شکست در آنان را افزایش می‌دهد.

در جریان یک بررسی میزان تستوسترون بازیگران هاکی روی یخ در تمام مدت فصل اندازه‌گیری شد، همان طور که انتظار می‌رفت میزان تستوسترون تیم برنده از همه بالاتر بود و میزان آن در پایان فصل به اوج خود رسیده بود. اما حتی تماشای مسابقات ورزشی هم همین تأثیر را برجای می‌گذارد. وقتی تیم مورد علاقه جنس مذکر برنده می‌شود، میزان تستوسترون او بالا می‌رود و وقتی تیم قهرمان می‌شود تستوسترون فرد علاقمند به آن تیم به اوج خود می‌رسد. شاید به همین دلیل است که در



مقایسه با زنان، مردان تا حدود زیاد علاقمند به مسابقات ورزشی هستند. بدنهای جنس مذکر نسبت به تیم برنده واکنش بسیار بیشتری نشان می‌دهد. زنان به اندازه مردان از تماشای مسابقات ورزشی به وجد نمی‌آیند. زنان به اندازه مردان هم جلب و جذب ورزش نمی‌شوند.

بررسی خود ما درباره دوروزنامه ورزشی در سطح ملی در فاصله ۸ تا ۱۶ اوت ۱۹۹۷ نشان داد که ۹۱ درصد گزارشهای ورزشی درباره مردان است و فقط ۹ درصد مقالات به ورزش زنان پرداخته بود. در دنیای بی‌کم و کاست پست مدرنها، این نسبت باید ۵۰ به ۵۰ باشد، اما روزنامه‌ها مشتریان خود را می‌شناسند. آنان واقعیتها را بیان می‌کنند. مسابقات ورزشی تلویزیون را مردان تماشا می‌کنند فقط وقتی مسابقات با اهمیت ویژه‌ای مانند مسابقات جام جهانی مطرح باشد یا وقتی تیم ملی کشور در مسابقه شرکت داشته باشد، زنان هم مشتری تماشای مسابقه می‌شوند.

بیل: «برای زنان شرکت در برنامه‌های ورزشی مردانه، یعنی اینکه آنان هم مردانه شده‌اند، ورزشهای به نسبت خشونت‌آمیز، مورد توجه زنان نیست.»

آن: «شاید زنان به شکلی که مردان در مسابقات ورزشی شرکت می‌کنند، وارد میدان مسابقه نمی‌شوند. اما اگر از بازی لذت ببرند در آن مشارکت می‌کنند. نشانه‌اش تنیس یا والیبال است.»

بیل: «بگذار بازی کنند. من هم تماشا می‌کنم.»

آن: «تماشا می‌کنی؟ چرا؟»

مردان مسابقات زنان را تماشا می‌کنند، اما همیشه به دلیل مسابقه و رقابت نیست. البته مدرکی در دست نیست، اما ظاهراً از زمانی که دوربین‌های

تلویزیون سرو زدن زنان در بازی تنیس را از نزدیک نشان نمی‌دهند، مردان کمتر مسابقه تنیس زنان را تماشا می‌کنند.

مردان به شکلی نیازمند ورزش هستند که زنان نیستند. با توجه به اسکنهای مغزی می‌دانیم که حتی وقتی مردان استراحت می‌کنند، برخلاف زنان مغزشان فعالیت زیادی دارد و بخشهایی از مغز که حرکت و تهاجم را کنترل می‌کنند فعالیت فراوان دارند. مغز مرد بی‌قرار است. همیشه آمادگی عمل و اقدام را دارد. و ورزشها این را تأمین می‌کنند. به همین دلیل است که مردان می‌توانند در حالت استراحت و آرامش ساعتها ورزش نگاه کنند.

ماجرای مردان و چالشها تنها درباره تستوسترون نیست. تستوسترون در حکم سوختی است که مرد را برای رقابت و مسابقه آماده می‌سازد، آستانه تحمل درد او را بالا می‌برد و او را به اقدام و عمل وادار و تشویق می‌کند. اما وقتی مسابقه ادامه پیدا می‌کند و وضع مطابق دلخواه نیست بدن مرد ماده دیگری بنام کورتیزول را ترشح می‌کند. کورتیزول اضطراب را افزایش می‌دهد و فرار را به جای جنگ توجیه می‌نماید. کاملاً مشخص است که اگر مقدار کورتیزول از حدی بیشتر باشد، بر علیه شرکت‌کننده در مسابقه وارد عمل می‌شود. در واقع می‌توان گفت کورتیزول ماده شیمیایی بازنده است، اما تستوسترون ماده شیمیایی برنده می‌باشد. بار دیگر کورتیزول روی زنان در مقایسه با مردان تأثیر بسیار بیشتری می‌گذارد. به عبارت دیگر هرچه سطح کورتیزول در زنان کمتر باشد امکان موفقیت آنان در مسابقات افزایش می‌یابد.

علت تأثیرگذاری متفاوت کورتیزول روی دو جنس مؤنث و مذکر جغرافیای تولید هورمون است. هم در مرد و هم در زن کورتیزول در کورتکس آدرنال تولید می‌شود، اما زن از کورتکس آدرنال برای تولید

تستوسترون خود هم استفاده می‌کند. بخش کوچکی نیز از تخمدانهای او حاصل می‌شود، اما ۹۵ درصد تستوسترون مردان از بیضه‌ها بدست می‌آید. از آنجائی که در مردان این دو ماده شیمیایی از مکانهای متفاوتی بدست می‌آیند، ارتباط بلافاصله‌ای میان آنها ایجاد نمی‌شود. اما در زنان به نظر می‌رسد که تولید آنها به یکدیگر متصل است. وقتی کورتکس آدرنال زن تستوسترون ترشح می‌کند، همزمان با آن تریاق تستوسترون یعنی کورتیزول را هم تولید می‌کند. این بدان معناست که بیولوژی رقابتی او همزمان با نظام اضطرابی او در رابطه است و به همین دلیل زنان در شرایط رقابت آمیز پیش از مردان استرس زده می‌شوند. یکی از پژوهشگران با توجه به بررسیهای به عمل آمده می‌گوید: «تنها زنان هستند که وقتی با جنس مخالف خود رقابت می‌کنند استرس زده می‌شوند.» واکنش مرد به چالش رقابت کردن است زیرا اینگونه است که به وجد می‌آید، اما واکنش زن به چالش مشوش شدن می‌باشد.

اگر این کافی نبود هنوز تفاوتی در اینکه زن و مرد چگونه به شرایط چالش برانگیز واکنش نشان می‌دهند وجود دارد. به استرس. واکنش انسان نسبت به چالش بیشتر در قالب هراس، گریز یا مکانیزم جنگ خودنما می‌شود. در این زمان هجوم آدرنالین شروع می‌شود. غده آدرنال تولید آدرنالین و نورآدرنالین می‌کند و اگر قرار باشد با حداکثر کارایی به این چالشها جواب بدهیم، به این مواد احتیاج فراوان داریم. هجوم آدرنالین سبب می‌شود که انرژی به عضلات فرستاده شود. در نتیجه این فعل و انفعال فعالیتهایی که در آن لحظه موردنظر نیستند متوقف می‌شوند. به همین دلیل است که مردان به هنگام نزاع و اگر مجروح شوند در لحظه جراحی برداشتن دردی را احساس نمی‌کنند. آدرنالین به ما کمک می‌کند تا خود را با خطر فوری سازگار کنیم. بدون این ماده امکان شکست

خوردن مادر برابر چالش و مبارزه افزایش می‌یابد. واکنش آدرنال مردان تا حدود زیاد از واکنش آدرنال زنان بیشتر است. این یک نکته و نکته دیگر اینکه مانند سطح تستوسترون هرچه واکنش آدرنال بیشتر باشد بهتر است. در جریان استرس ناشی از رقابت هرچه آدرنالین مردان بیشتر شود، چیزی که نمونه‌اش را در شرکت در امتحانات می‌بینیم، موفقیت بیشتر می‌شود. اما تغییرات آدرنالین در زنان تأثیری روی موفقیت یا شکست آنان ندارد. شرایط عصبی شیمیایی و شرایط شیمیایی جسمانی مردان بگونه‌ای است که آنان در حالت چالش و مسابقه بهتر عمل می‌کنند. اینها سبب می‌شوند که مرد اقدام به رقابت بیشتر بکند. برای زنان درک کردن این موقعیت دشوار است، زیرا شرایط شیمیایی آنان موافق برخورد با خشونت و رقابت نیست. هر رقابتی ایجاب می‌کند که شخص نسبت به شرایط و اوضاع و احوال رقیب بی‌توجه‌تر شود، اما برای زنان پذیرفتن این مطلب و تطبیق دادن خود با آن کار راحتی نیست. ساختار مغزی مرد، شرایط عصبی شیمیایی و هورمون‌های مرد از او یک رقابت‌کننده بی‌مهابا و بی‌ترحم می‌سازند.

زنان اغلب علاقه شدید مردان به مبارزه و منازعه را به اشتباه درک می‌کنند. هرچند ما تاکنون به تفصیل توضیح داده‌ایم که چه تفاوت‌هایی میان مردان و زنان وجود دارد، و چرا مردان تا این اندازه به منازعه و مبارزه روی خوش نشان می‌دهند. البته این به معنای تصدیق کردن منازعه نیست. بسیاری از مردان ما موافق جنگ و نزاع نیستند، با این حال هنوز از منازعه به وجد می‌آیند. رابرت لی، یکی از بزرگ‌ترین ژنرال‌های تاریخ، می‌گوید: «جنگ وحشتناک است در غیر این صورت همه عاشق آن می‌شدیم.» عاشق جنگ؟ فکر این هم برای اغلب مردم دشوار است، به خصوص برای زنان پذیرفتنی نیست، اما مردان از ریسک کردن لذت می‌برند، آنان

چالش را دوست دارند، حتی به اینها نیاز دارند. و جنگ بیش از هر چیز دیگری این خواسته مردان را برآورده می‌سازد.

اگر دشمن بخواهد ارتشهای خصم را تضعیف کند، بهترین کاری که می‌تواند بکند این است که به آنان توصیه کند زنان را در نیروهای نظامی خود جای بدهند. زیرا ارتشی که پر از کورتیزول باشد، ارتش محتاطی به شمار می‌آید. زنان برای رسیدن به حقوق برابر به ارتش می‌پیوندند و مردان برای نشاط و هیجان. راستی اگر یاغیها به محله شما حمله کردند و خواستند به دخترانتان تجاوز بکنند و خانه‌هایتان را به آتش بکشند، ترجیح می‌دهید چه کسانی از شما دفاع کنند، مردان جوان انباشته از تستوسترون با سروتونین کم؟ یا زنان؟

مردان جنگجویان طبیعت هستند، اما این بدان معنا نیست که آدمکشهای بی‌ترحم هستند. که همیشه به جنگ فکر می‌کنند. احتمالاً بزرگترین غریزه مرد حمایت کردن از کسانی است که آنان را دوست دارد. اغلب مردان متجاوزین بالقوه به ناموس دیگران نیستند. به جای آن بیشتر نقش حمایتگرانه دارند. مردان اگر فرصت لازم را بدست آورند تبدیل به قهرمانان طبیعی می‌شوند، اما مرد امروز یک قهرمان مورد توجه نیست. بحث بر سر ظلم و قساوت او سببی است تا وجاهت خود را در میان کسانی که او را به زورگویی متهم می‌سازند از دست بدهد. اما در هر صورت زن و مرد مساوی و برابر نیستند. مرد دارای ذهن و مغزی است که کمتر به پیوندهای احساسی فکر می‌کند. مردان از آن جهت در محیط کار حالت غالب و مستولی پیدا می‌کنند، زیرا تمام وجودشان براساس استیلا شکل گرفته است. و ما هم نباید لزوماً آن را تکفیر بکنیم. کسانی که منکر آن می‌شوند که مردان متفاوتند، وقتی از مردان می‌خواهند تفاوتی را که آنان منکر آن هستند کنترل کنند با مسئله و مشکل روبه‌رو می‌شوند.

### خلاصه

- مردان تکانه‌ای‌تر، ناشکیب‌تر هستند و در مقایسه با زنان سریع‌تر کسل می‌شوند.
- مردان از اینکه دست به ریسک بزنند لذت می‌برند.
- علاقه مردان به استقبال از ریسک و خطر جنبه عصب‌شناختی دارد.
- مردان به لحاظ روانی و عصبی به گونه‌ای هستند که به شرایط رقابت‌آمیز پاسخ مثبت می‌دهند - زنان این‌طور نیستند.
- تأثیر این ویژگی‌های بیولوژیایی روی زندگی کاریمان به قدری مهم هستند که در فصل بعد باید تأثیرات آنها را روی تفاوت‌های جنسی در محل کار بررسی کنیم.





## افراطها قاعده نیستند زن و مرد در محیط کار

از هر ده سرآشپز نه نفرشان مرد هستند.

با این حساب می‌توان گفت که مردان برتر هستند. غیر از این است؟ این استدلال درستی نیست، اما مردان ممکن است این را به حساب برتری جنسی خود بگذارند. به این گفته هم توجه کنید: مردان بیش از زنان به مدارج بالای شغلی می‌رسند. بالاتر قرار گرفتن نشانه برتری است و بنابراین مردان برتر هستند. هر مردی این حرف را بپذیرد نمی‌تواند به روشنی بحث کند و دلیل کافی بیاورد، زیرا این باور کاملاً اشتباهی است. مردان پیازهای بسیار بزرگی تولید می‌کنند. آیا این بدان معناست که زنان باغبانهای بدتری هستند؟ مسلماً نه. این اشتباه رایج علوم اجتماعی است. البته بعضی از زنان هم از این شیوه‌های اثبات برتری استفاده می‌کنند. بعضی از مردان به نوامیس دیگران تجاوز می‌کنند، پس نتیجه می‌گیریم که مردان متجاوزین جنسی هستند. این استدلال مشخصاً درست نیست.

واقعیتی است که طبیعت در برخی از زمینه‌ها به مردان امتیازات بیشتری داده است. مردان در روز دید بهتری دارند، در برخورد با اشیاء در حال حرکت سرعت واکنش بیشتری دارند، تواناییهای فضایی آنان بیشتر



است، از توانمندی مکانیکی بیشتری برخوردارند. مردان به شدت رقابت‌آمیزتر هستند، این نشان می‌دهد که آنان باید رانندگان بهتری باشند. بله، اگر در مسابقه اتومبیل‌رانی سرعت شرکت کنند، اما آیا در مجموع می‌توان گفت که مردان بهتر از زنان رانندگی می‌کنند؟ شرکتهای بیمه چنین نظری ندارند. با توجه به آمار منتشر شده در امریکا قهرمانان اتومبیل‌رانی بیش از هر کسی در جاده‌ها تصادف می‌کنند.

گفتن اینکه جنس مرد برتر است و آن هم به این دلیل که چند مرد بسیار موفق ظاهر شده‌اند، بحث متقابل و مغایری را مطرح می‌سازد. این یکی هم اشتباه است، اما به همین اندازه مجاب‌کننده است. مثل اینکه بگوییم زنان از مردان برترند، زیرا مردان بیش از زنان شکست می‌خورند. اگر قرار باشد استعدادها را روی کاغذ به شکل یک پیوستار درج کنید، می‌بینید اکثریت زنان جایی در حدّ میانه پیوستار را به خود اختصاص می‌دهند، اما شمار کثیری از مردان در دو نهایت پیوستار یعنی در دو بخش بسیار موفق و بسیار ناموفق قرار می‌گیرند، اما بار دیگر اکثریت مردان در حد وسط یعنی همان جایی که زنان قرار می‌گیرند مستقر می‌شوند. البته این بستگی به موضوع دارد. در مواردی مانند توانایی زبانی و کلامی شمار زنان در نهایت بسیار موفق پیوستار بیشتر است، اما در بسیاری از زمینه‌های دیگر مردان موفق‌تر ظاهر می‌شوند.

آن: «منظورت چیست؟»

بیل: «کاملاً واضح حرف می‌زنم.»

آن: «یعنی بزرگ کردن بچه‌ها موضوع مهمی نیست؟»

بیل: «فکر می‌کنم کار سختی است. اما در اغلب کارهای اسم و رسم‌دار

مردان موفق‌تر عمل می‌کنند. تو خودت این موضوع را بررسی کردی، نه

من.»

آن: «البته عنصر فرهنگی هم مطرح است. کار مردان را از آن جهت مهم به حساب می‌آورند، زیرا در آن موفق شده‌اند. به موفقیت‌های زنان بهای کمتری می‌دهند. اگر مردان در رشته‌هایی که زنان در آن قوی هستند به سطوح بالا برسند دیگر بعید است در کارهای مردانه پر اسم و رسم به جایی برسند.»

بیل: «بله، دقیقاً همین‌طور است. زنان در رشته‌ها و زمینه‌های نرم‌تر موفق می‌شوند، در زمینه‌هایی مانند هنر و توجه و مراقبت و بعد از مردان مراقبت می‌کنند که به اوج توانمندی‌های خود برسند.»

در رشته‌هایی مانند ریاضیات عالی در نقطه اوج نمودار ممکن است زنی قرار نگیرد و معنایش این است که در این رشته مردان موفق‌تر هستند. گروه دیگر مردان هم در پایین‌ترین نقطه این پیوستار قرار می‌گیرند. بنابراین اگر بگویند مردان با هوش‌ترند چون در نقطه اوج قرار گرفته‌اند کسی هم ممکن است بگوید ضعیف‌ترند چون در همین زمینه ناکامیهای بیشتری دارند.

اما اشخاص به ندرت به پایین‌ترین نقطه اشاره می‌کنند، توجه آنان بیشتر به نقطه اوج موفقیت است. مردان در این زمینه هم بهتر و هم بدتر از زنان ظاهر می‌شوند. بعضی از دلایل موفقیت آنان به دلیل مواهبی است که طبیعت به آنان داده است. اینکه مردان در زمینه‌های فضایی و سه بعدی موفق‌تر عمل می‌کنند به آنان امکان می‌دهد که در حل مسایل ریاضی موفق‌تر عمل کنند. به همین دلیل است که شمار مهندسان زن کمتر است و برندگان جایزه نوبل در فیزیک اغلب مرد هستند. یا در مسابقات شطرنج مردان توانمندتر ظاهر می‌شوند. در حال حاضر فقط ۶ زن استاد بزرگ

شطرنج داریم، در حالی که شمار مردان در این زمینه به ۴۵۰ نفر می‌رسد. شاید کسی بگوید در تمام دنیا پدران دخترانشان را از خواندن رشته ریاضی منع و دلسرد می‌کنند.

دلیل دیگری که اغلب مردان به درجات علمی بالاتر می‌رسند این است که ساختار مغزیشان به گونه‌ای است که بهتر می‌توانند دقیق شوند. ما در اسکنهای مغزی دیدیم که مردان می‌توانند بخشهایی از فعالیت مغزی خود را خاموش کنند تا بخشهای دیگر برای دقیق شدن به موضوع به توانایی بیشتری برسند. اما زنان به هنگام حل مسئله ریاضی از هر دو نیمکره مغزی خود استفاده می‌کنند. البته این با یافته و پژوهش دیگری که می‌گوید مردان نمی‌توانند یا برایشان مشکل است که در آن واحد فقط به یک موضوع فکر کنند مغایر است. اما اگر مردان علاقه‌اشان به شدت برانگیخته شود فقط به سر وقت یک موضوع می‌روند.

نابغه‌های موسیقی تقریباً همیشه مرد هستند.

اما زنان در مجموع بیشتر موسیقایی هستند.

### مردان تحت تأثیر انقلاب در محیط کار آسیب می‌بینند

تفاوت‌های میان زنان و مردان تغییرات اجتماعی فراوانی به همراه داشته است. همان طور که ملاحظه می‌کنید این به زیان مردان تمام شده است. تغییری که بوجود آمده این است که بسیاری از زنانی که قبلاً شاغل نبوده‌اند وارد بازار کار شده‌اند. اختراع قرصهای ضدبارداری بدین معنا بود که بچه‌های کمتری متولد شوند و بنابراین زنان توانسته‌اند کنترل بیشتری بر زندگی خود داشته باشند. جنگ دوم جهانی بر شمار زنان شاغل افزود. در آمریکا و در بریتانیا هزاران زن به جای مردان وارد کارخانه‌ها شدند،

هرچند این اتفاق در آلمان روی نداد، زیرا نازیها معتقد بودند که جای زن آریایی یا در کلیساست یا در آشپزخانه و کودکستان. بعد از جنگ انقلاب بزرگی در کارخانه بوقوع پیوست که به رغم علاقه و خواسته برابری طلبان، حیطه فعالیت خانمها باقی مانده است. در گذشته، روزهای دوشنبه معمولاً روز شستشو بود. رختشویی خانواده در روز دوشنبه به قدری زیاد بود که گاه روز سه‌شنبه را هم شامل می‌شد. در آن زمان وسیله کار شستشو دست بود و صابون و لگن و طشت. اما حالا لباسها را در ماشین لباسشویی می‌ریزند. در گذشته، آشپزی، نظافت و روشن نگهداشتن بخاری وظیفه‌ای برای تمام ساعات روز بود و این کاری بود که معمولاً زنان انجام می‌دادند. ورود انواع ماشینها کار را ساده‌تر و زنان را آزاد کرد تا به مشاغل دیگر روی آورند. البته زنان همیشه مجبور بوده‌اند با دستمزد کمتر بسازند، اما قرن بیستم سیل زنان را به انجام دادن کارهایی کشاند که قبلاً بوسیله مردان انجام می‌شد. کارفرمایان هم به این نتیجه رسیده‌اند که زنان در مقایسه با مردان کارمندان بهتری هستند. کمتر بحث و مشاجره می‌کنند، همکاریشان بیشتر است، در ساعات کارشان انعطاف بیشتری دارند و البته دستمزد کمتری را قبول می‌کنند. از اینها که بگذریم، مردان به حکم بیولوژی خود کارکنانی هستند که کمتر قابل اعتماد هستند. مرد به استقبال ریسک می‌رود. به راحتی دلگیر و مکدر می‌شود. اما زنان قابل اعتمادترند. از آن گذشته، مهارتهای اجتماعی مردان به اندازه زنان نیست و با توجه به آنچه گفته شد زنان به زیان مردان از نرده‌بام ترقی شفلی بالا می‌روند.

در سرتاسر جهان، ۵۳ درصد نیروی کار را مردان به خود اختصاص می‌دهند. در سال ۱۹۹۰ مردان ۶۶ درصد مشاغل را به خود اختصاص داده بودند. تا شروع قرن جدید شمار کارکنان مرد از تعداد زنان شاغل کمتر

خواهد شد. در حالی که این تغییر برای زنان چیز خوبی بوده است، برای مردان تولید مصیبت کرده است. مردان مشاغل خود را در بسیاری از حرفه‌های کم درآمد از دست داده‌اند. در واقع، در همه جا به غیر از بالای درخت اشتغال، مردان زمینه را از دست می‌دهند. امروزه کارهای دستی به اندازه سابق نیست، زیرا استفاده از ماشین و دستگاههای خودکار از ضرورت این امر کاسته است. زن امروزی می‌تواند کار پدر بزرگش را بکند، زیرا حالا یک تراکتور مجهز به فورک لیفت دارد. پسران مدرسه را بدون اینکه کیفیت تحصیلی مطلوبی داشته باشند ترک می‌کنند. در واقع سواد مطلوبی ندارند و بعد می‌بینند که شغل کمتری انتظارشان را می‌کشد. در سالهای گذشته پسران فاقد مهارت هم کار پیدا می‌کردند، اما امروزه این قبیل مشاغل برای مردان و جوانان پسر کمتر شده است. مزرعه‌ای که زمانی ده، دوازده نفر در آن کار می‌کردند، حالا با دو کارگر اداره می‌شود. ماشین‌ها جای اشخاص را پر کرده‌اند، جاده‌ها را با ماشین برقی رفت و روب می‌کنند و حتی ماشینها را ماشینهای دیگر تولید می‌کنند. این بدان معناست مردانی که فاقد مهارت هستند نمی‌توانند شغلی بدست آورند. و در واقع در بسیاری از کشورها یک سوم مردان که دارای کیفیت لازم هم هستند بیکار هستند.

یکی از نتایج این موقعیت این است که دستمزد مردان در گروه کم‌درآمدها به مراتب از قبل کمتر شده است. ۱۰ درصد مردان مزدبگیر در بخش انتهایی و پایین‌ترین حد مزد بگیران بیش از همه ضربه خورده‌اند. درآمد واقعی آنان در فاصله سالهای ۱۹۷۸ و ۱۹۹۲ ثابت باقی مانده بود و در همین زمان اشخاص موجود در حد میانه پیوستار ۳۵ درصد حقوقشان افزایش یافته بود و حقوق ۱۰ درصد نقطه اوج پیوستار، ۵۰ درصد بیشتر شده بود. متوسط دستمزد ساعتی برای مردان امریکایی که تحصیلات

دبیرستانی نداشتند از ۱۱/۸۵ دلار در سال ۱۹۷۳ به ۸/۶۴ دلار در سال ۱۹۹۵ کاهش یافت.

وضع جنس مذکر کم مهارت یا بدون مهارت بیش از پیش خراب می‌شود، زیرا کارفرمایان نه آنان را می‌خواهند و نه به آنان احتیاج دارند. در واقع کارفرمایان زنان را ترجیح می‌دهند. کارگران مؤنث به اندازه مردان با دشواری روبه‌رو نمی‌شوند. آنان شرایط بدتر را هم قبول می‌کنند و این مطلبی است که در تمام دنیا صدق می‌کند، زیرا در حالی که کارهای تولیدی به کشورهای توسعه نیافته نقل مکان می‌کند، مشاغل جدید به جای مردان نصیب زنان می‌شود. جنوب شرقی آسیا و امریکای لاتین انباشته از کارخانه‌های صنعتی شده‌اند و بسیاری از آنها در شمار صادرکنندگان کالاهای تولیدی قرار گرفته‌اند. معمولاً بسیاری از این کارخانه‌ها اسباب‌بازی می‌سازند یا آنها را مونتاژ می‌کنند. لباس، پوشاک یا کالاهای الکترونیک، دیگر تولیدات صادراتی این کشورها را تشکیل می‌دهد. ۸۰ درصد اشخاص شاغل در این صنایع را زنان تشکیل می‌دهند. تا سال ۲۰۰۰، سه چهارم ورودیهای به بازارهای کار انگلیس را زنان تشکیل می‌دهند. و این جای تعجبی ایجاد نمی‌کند. مردان درباره دستمزد و ساعات کاری خود متوقع‌تر هستند و با احتمال بسیار بیشتری عنصر اتحادیه‌های کارگری می‌باشند. مردان مشاغل پاره‌وقت را دوست ندارند و این در حالی است که کارفرماها کارکنان پاره‌وقت را بیشتر ترجیح می‌دهند، زیرا دستمزد آنان کمتر است. کارهای پاره‌وقت برای زنان مناسب‌تر است، زیرا آنان با کار کردن پاره‌وقت بیشتر می‌توانند به خانواده‌های خود برسند. با توجه به گزارشی که در سال ۱۹۹۷ منتشر گردید: «زنان در مشاغل پاره‌وقت حقوقی به اندازه ۵۸ درصد دستمزد مردان تمام وقت دریافت می‌کنند. از هر ۵ نفر یک نفر که اغلبشان زن

هستند کار پاره‌وقت می‌کنند و اغلب مشاغل جدید حالت پاره‌وقت دارند. زنان ۵ برابر مردان کار پاره‌وقت می‌کنند. به عبارت دیگر ۴۵ درصد زنان شاغل و ۷ درصد مردان شاغل به طور پاره‌وقت کار می‌کنند.

زنان کمتر اهل منازعه هستند، کمتر پرخاشگر هستند و این یکی از دلایل فروپاشی اتحادیه‌های کارگری در زمینه‌های تولیدی و صنایع خدماتی هستند. زنان به راحتی بیشتری مشاغل پاره‌وقت و موقتی را قبول می‌کنند. درصد زنانی که مدعی بیکاری می‌شوند دو برابر مردان است. این نیز به سود کارفرمایان است و به آنان انعطاف بیشتری را می‌دهد.

آن: «اما همه درباره موفقیت زنان مدرن در کسب و کار و تجارت حرف می‌زنند.»

بیل: «بله همین طور است. زنان موفق هستند و در سطوح میانه شرایط بهتری دارند.»

آن: «یعنی می‌گویی توطئه‌ای در کار است؟»

بیل: «واقعیت توطئه نیست.»

اغلب مردان کارشان در حکم حرفه آنان است. آنان حتی ممکن است خودشان را با توجه به شغلشان تعریف کنند و موفقیت خود را در آن بسیار مهم و حیاتی ارزیابی می‌کنند. اما زنان به طرز زندگی خود بها می‌دهند، حاضرند شغل کم درآمدتری به صورت پاره‌وقت داشته باشند، مایلند پولی برای خرج کردن داشته باشند و بتوانند به خانواده‌شان برسند. استخدام‌کنندگان و کارفرمایان از این جریان بسیار خوشحالند. با این کار مجبور نمی‌شوند مردان مسئله‌ساز را استخدام کنند. از آن گذشته نیروی کار ارزان‌تری به دست می‌آورند. بسیاری از سازمانها حاضرند برای به کار

گرفتن زنان، حتی برای بچه‌های آنان مهدکودک یا پرستار تأمین کنند. در این شرایط مردان کم مهارت با مشکل استخدامی اساسی روبه‌رو می‌شوند. در این شرایط مرد با مهارت کم، جایی برای جاه و مقام و امید پیدا نمی‌کند. و این برای جامعه مسائلی تولید می‌کند و هرچه بر تعداد بیکاران مرد اضافه شود مشکلات اجتماعی بیشتر می‌شود. این مردان روحیه خود را از دست می‌دهند و در شرایطی قرار می‌گیرند که زنان هرگز قرار نمی‌گیرند. یک قرن قبل زنان فرصت کار کردن نداشتند، اما عزت نفس خود را وابسته به کارشان ارزیابی نمی‌کردند. و بنابراین این برداشت به آنان دست نمی‌داد که مورد کم توجهی و بی‌اعتنایی قرار می‌گیرند، اما مردان با این احساس روبه‌رو می‌شوند. مردان به دلیل مشکلات تحصیلی خود و تغییراتی که در محل کار به ضرر آنان بوجود آمده است احساس بی‌ارزش بودن می‌کنند. و این در شرایطی است که هنوز روحیه تهاجمی در آنان هست و نیازی بیولوژیایی برای ریسک کردن دارند. آنان خواهان موفقیت و هیجان هستند. اشکال اینجاست که نمی‌توانیم از توانمندیهای بالقوه مردان خود استفاده کنیم. آموزش مسلماً می‌توانست بخشی از این مشکلات را برطرف سازد، اما این کار مستلزم تغییر نظام آموزشی ماست و در صورتی امکان‌پذیر می‌شود که مدارس ما به جنس مذکر بهای لازم را بدهد.

زنان در حال حاضر پیوسته مشاغل سطح بالاتری را نصیب خود می‌کنند و علت اصلی آن این است که آنان کارکنان ملایم‌تر و سازگارتری هستند. زنان کمتر می‌خواهند و سند اثبات‌کننده آن این است که حقوق زنان از مردان کمتر است. زنان در مشاغل بانکداری و کارهای ساختمانی ۳۶ درصد کمتر از مردان که همان کار را می‌کنند حقوق و دستمزد می‌گیرند. آموزگاران زن هم در مقایسه با آموزگاران مرد ۱۰ درصد درآمد کمتری دارند. در جریان یک بررسی مشخص شد زنان در رشته‌های



حقوقی و وکالت درآمد بسیار کمتری از مردان دارند. مردان در این بخش از فعالیت سالیانه ۲۴۰۰۰ پوند حقوق می‌گیرند و زنان ۲۱۰۰۰ پوند. در سطح بالای حقوق مردان به طور متوسط سالانه ۵۱۰۰۰ و زنان ۳۶۰۰۰ پوند حقوق می‌گیرند. به طور کلی در بخش خصوصی حقوق زنان ۶۷ درصد حقوق مردان است. در بخش‌های دولتی این فاصله کمتر است، اما حتی در این زمینه زنان ۸۰ درصد مردان حقوق می‌گیرند.

حال به این نکته می‌رسیم که چه کسی، چه کسی را مورد سلطه‌جویی قرار می‌دهد؟ مردان پر هزینه جای خود را به زنان کم حقوق می‌دهند. در حال حاضر، شمار زنانی که در زمینه‌های حقوقی فعالیت می‌کنند افزایش یافته است. چرا؟ آیا به این دلیل است که زنان در سالهای اخیر در بازار حقوق بهتر ظاهر شده‌اند؟ جواب این است که در این زمینه هم زنان انتظار کمتری دارند. آنان به اندازه مردان حقوق و دستمزد نمی‌خواهند.

این فاصله و اختلاف در درآمد مردان و زنان از همان شروع زندگی شغلی آنان اتفاق می‌افتد. روی هم رفته، فارغ‌التحصیلان مذکر در مقایسه با فارغ‌التحصیلان مؤنث سالانه ۲۰۰۰ پوند درآمد بیشتری دارند و این حتی وقتی زن سواد بهتری دارد مصداق دارد. اما وقتی به مشاغل آنان توجه می‌کنیم به علت این موضوع پی می‌بریم. مردان برای مشاغل دشوارتر و زنان برای مشاغل نرم‌تر اقدام می‌کنند. مردان شغلشان را برای تمام مدت عمر ارزیابی می‌کنند و با توجه به ارقام و آمار موجود در کارشان بیشتر دوام می‌آورند و بیشتر فعالیت می‌کنند. آنان در مشاغل تمام وقت هفته‌ای هفت ساعت بیشتر از زنان کار می‌کنند. مردان در مشاغل تمام وقت هفته‌ای ۴۶ ساعت کار می‌کنند، اما زنان تمام وقت در هفته ۴۰ ساعت کار می‌کنند. زنانی که به طور پاره‌وقت کار می‌کنند، هفته‌ای ۲۷ ساعت کار می‌کنند، اما مردان در طی هفته ۲۰ ساعت بیش از زنان کار می‌کنند.

مرد تلاش بیشتری می‌کند و در این شرایط آیا نباید دستمزد بیشتری دریافت کند؟ آیا زن برای پول کمتری که می‌گیرد به همان اندازه مرد تلاش می‌کند؟ به نظر غیر منصفانه می‌رسد که یک زن دستیار وکیل سالانه ۳۰۰۰ پوند کمتر از هم‌تای مرد خود حقوق بگیرد، اما آیا او به اندازه مرد برای کار فرمای خود مفید است؟ به نظر می‌رسد زنان برای اینکه در جامعه نمود خوبی داشته باشند و در نزد خودشان اقناع شوند حاضرند به هر دستمزد نازل بسازند، اما مردان سراغ دستمزدهای بالاتر می‌روند. به ما می‌گویند مهندسان زن از هم‌تاهای مرد خود حقوق کمتری می‌گیرند، اما این بیش از هر چیز بستگی به تعریف ما از مهندسی دارد. مهندسی، به حکم طبیعت، پیولوژی کاری مردانه است، اما وقتی کارشناسان از عنوان مهندسی مثلاً برای مهندسی غذا هم استفاده می‌کنند، شمار قابل ملاحظه‌ای از زنان را مشمول مهندس بودن می‌کنند و این زنان مهندس دستمزد کمتری می‌گیرند. واقعیت این است که مهندسی غذا همان مهندسی نیست.

ممکن است مردان حقوق بیشتری بگیرند، اما با احتمال زیاد برای شرکتی که در آن کار می‌کنند هم درآمد بیشتری کسب می‌کنند. شاید به همین دلیل است که درصد زنان و مردان شاغل در یک حرفه تا این اندازه با هم تفاوت دارد. زنان بیشتر در بخشهای عمومی کار می‌کنند. مردان بیشتر در بخشهای فنی، مکانیکی کار می‌کنند و تماسشان با اشخاص کمتر است. این جای تعجبی ایجاد نمی‌کند، زیرا همان طور که در یکی از فصلهای بعدی خواهیم دید، مردان در مقایسه با زنان به مراتب کمتر اجتماعی هستند. این عامل، یعنی اجتماعی بودن کمتر مردان، آنان را در بخشهای عمومی با دشواریهای جدی روبه‌رو ساخته است. در بخشهای عمومی موضوع کار بر محور خدمت‌رسانی دور می‌زند و در این میان مردان منازعه‌جو و تهاجمی فضایی برای ابراز وجود ندارند. در اروپا، بعد از

اوایل دهه ۱۹۶۰، ۹۷ درصد رشد استخدام در بخشهای عمومی حاصل شده است و بخش اعظم این مشاغل جدید نصیب زنان شده است. زنان هم برای این کارها مناسب ترند و هم حقوق کمتری دریافت می کنند. ارزانتر بودن در حکم همه چیز نیست، در غیر اینصورت ممکن بود که هیچ شغلی برای مردان باقی نماند. خوشبختانه هنوز به دلایل بیولوژیایی برخی از مشاغل صرفاً از آن مردان است که فهرست زیر آنها را نشان می دهد. درصد اشتغال مردان در این مشاغل در برابر هر کدام مشخص گردیده است:

۱۰۰ درصد	آجر کار
۱۰۰ درصد	موکت پر
۹۹ درصد	مهندسی مکانیک
۹۸ درصد	نقشه بردار
۹۷ درصد	مهندس تلویزیون

حالا این فهرست را با مشاغلی مقایسه کنید که مردان از توان مکانیکی یا ریاضی خود در آن استفاده نمی کنند:

۳۱ درصد	روانشناس
۲۸ درصد	مددکار اجتماعی
۱۸ درصد	کتابدار
۲ درصد	مسئول پذیرش
۱ درصد	ماشین نویس
۰ درصد	پرستار دندان

خبر خوب برای مردان در تمامی این حرفه ها این است، در حالی که زنان مشاغل هر روز بیشتری را به خود اختصاص می دهند، به مشاغلی که صرفاً مناسب مردان است جذب نمی شوند. مردان هم خوشبختانه به

سروقت مشاغلی که ماهیت زنانه دارد نمی‌روند. مرد با تستوسترون بالا که انباشته از چالش است به ندرت یک پرستار علاقمند و دلسوز می‌شود و به ندرت در صفت مسئولین پذیرش قرار می‌گیرد. با این حال بعضی از مردان پرستاران خوبی هستند. آیا این قاعده حاکم را منخدوش می‌کند؟ نه بعید است. به استناد یک بررسی انجام شده سازمان و تشکیلات مغزی با شرایط تقسیم شغل در محل کار همخوانی دارد. در این بررسی به جمعی از زنانی که در مشاغل مردانه موفق بوده‌اند توجه و معلوم شده است که مغز این زنان از گونه مردان است. در همین بررسی معلوم شد که پرستاران موفق مرد دارای مغز از نوع جنس مؤنث هستند. بعضیها می‌گویند شغل‌ها هستند که مغز را می‌سازند و در این میان به انبوه اطلاعاتی که به نقش هورمون‌ها در جنین در حال رشد ایفای نقش می‌کند اشاره‌ای نمی‌شود. زنان و مردانی که در مشاغل یکدیگر موفق هستند، از جمله معدود اشخاصی هستند که در آنان تعادل هورمونی به هم خورده است. اینها در واقع استثنای قاعده بیولوژی هستند.

زنان در متهاالیه اوج پیوستار شغلی که بیشتر مخصوص مردان است نفوذ بسیار اندکی دارند. ارقام و موارد زیر این موضوع را به خوبی نشان می‌دهد:

۸۹ درصد سیاستمداران در تمام دنیا مرد هستند.

۸۹ درصد مدیران در تمام دنیا مرد هستند.

۸۶ درصد ۱۰۰۰ شرکت اول انگلیس در هیئت رئیسه خود زنی در

عضویت ندارند.

۹۱ درصد صاحبان مؤسسات حقوقی در شهر لندن مرد هستند. در

مجموع انگلیس و ویلز این رقم به ۸۴ درصد می‌رسد.

۹۲ درصد پروفورهای انگلیسی مرد هستند. زنان پروفور اغلب

در بخش پزشکی، آموزش یا کتابداری شاغل هستند.  
آرشیستکتهای بزرگ تقریباً بدون استثناء مرد هستند، اما یک سوم  
فارغ‌التحصیلان آرشیستکته را زنان تشکیل می‌دهند.  
۹۵/۶ درصد اعضای هیئت‌های مدیره در انگلستان مرد هستند.  
۹۶ درصد کسانی که سازمانهای تبلیغاتی را اداره می‌کنند مرد هستند.  
۹۱ درصد مدیران این بنگاهها مرد می‌باشند.  
۹۷ درصد مقامات مالی که در تایمز مالی اسمشان درج می‌شود مرد  
هستند.

۹۷-۹۹ درصد اعضای هیئت‌های مدیره در ۷۱۰۰۰ شرکت بزرگ آلمان  
مرد هستند.

۹۷/۶ درصد مدیران ارشد در ۵۰۰ شرکت بزرگ فورچون مذکر  
هستند.

۹۸ درصد مدیران ارشد و اجرایی ۱۰۰ کشور متعلق به اف تی اس بی  
مرد هستند.

۹۸/۱ درصد کسانی که در ۵۰۰ شرکت بزرگ فورچون بالاترین حقوق  
را دریافت می‌کنند مرد هستند.

۹۴ درصد قضات عالی مقام در بریتانیا مرد هستند.

۹۴ درصد اعضای کابینه در تمام دنیا مرد هستند.

در این ارقام سازگاری وجود دارد که یک قاعده کلی به نظر می‌رسد: در  
ازاء هر زنی که در شمار مشاغل بزرگ فعالیت می‌کند نه نفر مرد هم شاغل  
است.

در ایالات متحده زنان تا ۴۶ درصد نیروهای کاری در زمینه‌های  
مدیریتی را به خود اختصاص می‌دهند. از این میان ۲/۴ درصد این زنان در

مشاغل مدیریت عالی ۵۰۰ شرکت بزرگ کار می‌کنند. درآمد مدیران زن در آمریکا، ۶۸ درصد حقوق هم‌تایان مرد آنان است. در تمام دنیا ۲۰ درصد مشاغل مدیریتی به زنان می‌رسد. در هیئت‌های مدیره شرکت‌های بزرگ اغلب تنها یک زن حضور دارد. شیلا ولینگتون، رئیس تشکیلات پژوهشی کاتالیست، می‌گوید: «بسیاری از شرکت‌های بزرگ یک زن را در هیئت مدیره خود جای داده‌اند، اما به این نتیجه رسیده‌اند که این یک نفر زن کافی...» در واقع، شمار مدیران ارشد زن بدون تغییر باقی مانده است. با توجه به اطلاعات موجود زنان علاقه‌ای به مبارزه برای کسب مدیریت عالی مؤسسات ندارند و نسبت به مسایل سیاسی که در این شرکتها می‌گذرد بی‌علاقه‌اند، اما هم‌زمان به کار زنان در شرکتها بها داده می‌شود و تقاضا برای کارکنان زن از هر زمانی بیشتر است. زنان برای اینکه در شرکتها کار کنند از هر زمانی فرصت بیشتری دارند. اما زمام قدرت در بخش‌های رقابت‌آمیزتر هم چنان در دست جنس مذکر است.

پردرآمدترین زن بازرگان در بریتانیا، مارگارت باربور، ترجیح می‌دهد به هنگام خطاب به کارکنانش از کلمه «خانواده» به جای «گروه» استفاده کند. بازی گروهی در تجارت و کسب و کار اغلب به کار برده می‌شود، اما این مفهوم با شیوه مدیریت زنانه همخوانی ندارد. باربارا معتقد است که به جای استفاده از لفظ تیم یا گروه استفاده از کلمه خانواده مناسب‌تر است. آیا به راستی تفاوتی در این زمینه وجود دارد؟ تفاوت بزرگی در کار است. تیم برای رقابت سازماندهی می‌شود. هدف این است که از تیم دیگری جلو بزنند، اما خانواده همکاری می‌کند. پسران بازی تیمی را دوست دارند، اما دختران به ندرت از آن استقبال می‌کنند. پسران از اوایل زندگی خود در تیم جای می‌گیرند. آنان رقابت کردن را می‌آموزند، بردن و باختن را می‌آموزند و بعد این روحیه خود را به محل کار می‌برند و هدفشان این

است که رقبایشان را شکست دهند. در گزارش اخیری در زمینه روشهای تجاری بار دیگر به ورزش به عنوان استعاره‌ای برای تجارت اشاره شده است که باید برای پیروزی و موفقیت تلاش کند. مردان بازیگران تیم هستند، به رقابت علاقمند هستند و میل شدید آنان به رقابت و پیروز شدن برای موفقیت شرکتهای تجاری حرف اول را می‌زند. در زمینه‌های دیگر، مانند مدیریت پرسنلی، سبک و طرز کار خانوادگی زنانه مؤثرتر واقع می‌شود، اما زنان را در شرایط رقابتی قرار می‌دهد که برای آن ساخته نشده‌اند.

گزارشی که از سوی حزب محافظه کار تهیه شده به این نکته اشاره دارد که زنان به اندازه مردان تهاجمی و به پیش رونده نیستند. ویرجینیا باتملی، یکی از وزرای سابق کابینه و کسی که این گزارش را تهیه کرده، می‌نویسد: «در حالی که مردان تحت تأثیر هیجانات سیاسی به وجد می‌آیند، زنان به موضوعاتی از قبیل بهداشت و آموزش توجه بیشتری دارند».

مردان با احتمال بیشتر از امکانات بیولوژیایی برای رقابت برخوردارند. و با این حال باید به یاد داشت که مردان برای اینکه به مقام مدیریت برسند شانسان ۱ در ۱۰۰۰۰ نفر است و برای اینکه به عنوان هیئت مدیره انتخاب شوند شانسان ۱ در ۵۵۵۵۵ نفر است، این در حالی است که شانسان زنان ۱ در یک میلیون است.

البته واقعیتی است که زمانی سقفی وجود داشت که مانع از آن می‌شد زنان به مقام بالای شرکت برسند، اما این شرایط تغییر کرده است و دست کم در غرب مانعی بر سر راه دستیابی زنان به مقامهای مدیریتی سطح بالا وجود ندارد. محدودیتهای آنان به همان اندازه محدودیتهای مردان است. با این اوصاف چرا زنان به اوج مدارج ترقی شرکتها و سازمانها نمی‌رسند؟ به احتمال زیاد، دلیلش این است که آنان با میل و علاقه مردان برای رقابت

کردن خلق نشده‌اند. زنان فاقد ویژگی بی‌ترحمی و یکدندگی مردان هستند. در جریان یک بررسی که از سوی مرکز تحقیقات هنلی صورت گرفت، زنان اصولاً علاقه‌ای هم ندارند که به مدارج سطح بالا برسند. درصد زنان در بالاترین درجات شغلی شرکتها هرگز از عدد ۱۰ درصد بالاتر نخواهد رفت، زیرا بیولوژی و شرایط عصبی زنان این را غیرممکن می‌سازد و بعید است که زنان بتوانند با مردان سرشار از تستوسترون رقابت کنند. مردان وقتی با رقابت مواجه می‌شوند به وجد می‌آیند. مردان هر چه بیشتر رقابت کنند مرکز لذتشان بیشتر تحریک می‌شود و از این رو بر میزان تلاش خود برای رسیدن به رضایت و خشنودی بیشتر می‌افزایند. زنان به حکم بیولوژی خود برای دریافت این پاداش عصبی آمادگی ندارند. در واقع، زنان از فکر اینکه باید رقابت کنند اضطراب پیدا می‌کنند. در این روزگار در حالی که دادگاه‌ها گوش بزننگ هستند که اقدام تعصب‌آمیزی علیه زنان در کار استخدام صورت نگیرد. شرکتها زنان را تشویق می‌کنند که به کارشان ادامه دهند، اما زنان موافق این چالش نیستند زیرا با بیولوژی آنان همخوانی ندارد. مردان عاشق چالش و رقابت هستند. آنان از اوایل زندگی خود درگیر بازیهایی شده‌اند که برنده و بازنده داشته است، اما زنان از دوران کودکی خود خواهان همکاری و رسیدن به توافق بوده‌اند. البته درصد کمی از زنان به مدارج عالی شغلی در مؤسسات می‌رسند، اما نمی‌توان گفت به صرف اینکه بعضی از زنان موفق هستند، پس همه زنان موفق‌اند. در بعضی از کشورها این حرفهای بی‌معنی را جدی می‌گیرند. در کشورهایی مانند چین و سوئد به حکم قانون ۵۰ درصد قانون‌گذاران زن هستند.

تعیین سهمیه نه به جنس مذکر کمک می‌کند و نه به جنس مؤنث. تعیین سهمیه این باور دیرینه را تقویت می‌کند که مردان برتر هستند، آن قدر برتر



که زنان باید به کمک دیگران هم طراز مردان قرار بگیرند. با این حال این اتفاقی است که همیشه می‌افتد و فقط در امور سیاسی هم نیست که شاهد این ماجرا هستیم. به استناد یک بررسی که در انگلستان صورت گرفت یک سوم افسران پلیس زن غیرمنصفانه ترفیع درجه گرفته‌اند. آنان به اندازه کافی در کارشان خوب نبودند، اما زیر فشارهای سیاسی به آنان ارتقاء درجه دادند. در همین گزارش آمده که برخی از مردان هم به ناحق ارتقاء درجه گرفته‌اند، اما درصد آنان بسیار کمتر و در واقع ۱ به ۱۷ بود.

فشار برای برابری و تساوی در نیروی کار ادامه دارد، و اگر به این شکل پیش برود باید برای احراز مشاغل سهمیه در نظر گرفت. روزابت ماس کانتر، یکی از اساتید دانشگاه هاروارد، معتقد است که وجود ۱ زن در برابر ۸ مرد در هیئت رئیسه شرکتها تبعیض علیه زنان محسوب نمی‌شود، اما اگر قرار باشد اعضای هیئت مدیره ۵۰ درصد زن و ۵۰ درصد مرد باشند مسلماً تبعیض علیه مردان صورت می‌گیرد. به این می‌ماند که بگوییم شرکتی با این اوصاف در حالی که نیمه نصفه کاره رقابت‌آمیز است وارد بازار رقابت شود.

جویندگان قدرت به جایی می‌روند که قدرت در آنجا وجود دارد. حتی در کشورهای اسکاندیناوی، که خواسته‌اند با دادن سهمیه قدرت مردان و زنان را برابر کنند، شرکت‌های بزرگ تحت سرپرستی مردان اداره می‌شوند. این هرگز تصادفی نیست. بیولوژی حکم می‌کند معدودی از مردان به حکم بیولوژی خود می‌توانند در شرایط مافوق سایر مردان و زنان قرار بگیرند.

اینکه همیشه بگوییم خبر بدی است که سرپرستی شرکتها و مؤسسات بزرگ را به زنان ندهند، طرح نکردن سؤالات دشوار درباره پیشرفت زنان است. مرحله فعلی شبکه‌سازی فمینیستها با هم جنسان مؤنث برای

رساندن زنان به مقامات سطح بالای شرکتها نوعی مصیبت برای نظام مدیریت محسوب می شود. در واقع به زنانی که به این شکل استخدام می شوند همیشه به این چشم نگاه می شود که چون مشمول سهمیه بوده اند استخدام شده اند، اما لزوماً واجد شرایط نبوده اند. شرکتهایی، مانند رویال داچ شل، هم که می گویند می خواهند ۲۰ درصد مقامات اجرایی آنان را زنان تشکیل بدهند در واقع حرفی جز این نمی زنند. تعیین سهمیه پاسخی برای مشکل کار کردن زنان نیست.

نقطه اوج مؤسسه و شرکت مکان کمیابی است. در این باره که مردی بتواند فیلسوفی بزرگ و کم نظیر شود چه می گویند؟ فیلسوفان بزرگ بسیار نادر هستند. در نهایت در هر قرن با دو فیلسوف بسیار بزرگ روبه رو می شویم و این بدان معناست که در مدت ۲۵۰۰ سال تاریخ زندگی انسان ۵۰ انسان استثنایی داشته ایم. همان طور که گفتیم تمامی این ۵۰ نفر مرد بوده اند. این نشان می دهد که فرصت یک مرد برای تبدیل شدن به یک فیلسوف شهیر یک در میلیارد است، در حالی که امکان آن وجود دارد که یک زن هم بتواند یکی از این مخلوقات باشد، ولی ترجیح می دهیم که این احتمال را در نظر نگیریم. مری وارنوک معتقد است که در زمینه فیلسوف شدن نباید تفاوتی به لحاظ جنسیت تأثیرگذار باشد. از این رو مردان از آن جهت در شمار فیلسوفان قرار می گیرند که در این مورد خاص میل و انگیزه بیشتری دارند. مری وارنوک با این حرف می خواهد بگوید که تفاوتی میان توانمندی یک زن و یک مرد وجود ندارد، و لذا زن هم می تواند یک فیلسوف شهیر شود. خانم وارنوک از جمله به الیزابت انس کام اشاره می کند و او را زنی می داند که می تواند در ردیف بزرگان همه تاریخ قرار بگیرد. اما جالب اینجاست که بدانید الیزابت انس کام تمام کارش این بود که یک فیلسوف بزرگ مرد، یعنی ویت گنشتاین، را تفسیر

کرد. شاید جواب را باید در طبیعت فلسفه جستجو کنیم. ماهیت جدلی موضوع حکم می‌کند که فیلسوف بودن برای مردان باقی بماند.

فیلسوفان بزرگ جملگی مرد هستند؟ (از این بدتر، مذکرهای اروپایی سفیدپوست هستند که جملگی مرده‌اند). آیا این بدان معناست که مردان برتر هستند؟ این همان موضوعیست که این فصل را با آن شروع کردیم و گفتیم که ابدأ درست نیست که بگوییم جنس زن برتر است یا جنس مرد. نمی‌توان با استناد به چند نفر استثنایی حکم داد که چه کسی برتر است. اینها اشخاص معدودی هستند. بقیه ما اشخاص عادی هستیم و نمی‌توان گفت صلاحیت چه کسی بیشتر است. از آن گذشته باید گفت که زنان در سالهای اخیر پیشرفت بسیار زیادی کرده‌اند. مردان سطح پایین و میانه در حال پس‌نشینی هستند، اما سر و صدایی برای حفظ شغل مرد صورت نمی‌گیرد، بلکه سعی می‌شود مشاغل بیشتری از مردان به زنان داده شود. اما آیا فکر می‌کنید که مردان قدرت را واگذار می‌کنند؟ آیا بالاخره قناری گربه را می‌خورد؟

از هر ده سرآشپز بزرگ نه نفر مرد هستند.  
با این حساب آیا مردان برتر هستند؟  
اما از هر ده آشپز، هشت نفر زن هستند.  
و مردان به طور کلی آشپزی نمی‌کنند.

### خلاصه

- در هر ده شغل بزرگ نه شغل به مردان تعلق دارد.
- مردان دو سمت پیوستار موقعیت شغلی را اشغال کرده‌اند.
- وارد شدن زنان به بازار کار سبب شده است که مردان کم‌مهارت یا با مهارت متوسط نتوانند به راحتی کار پیدا کنند.

● مردان کمتر مورد توجه کارفرمایان قرار می‌گیرند، زیرا بیشتر متوقع هستند و کمتر حاضرند دستمزدهای پایین بگیرند.

### روند آینده

● گروههای فشار زنان که نمی‌توانند در محیط کار برای زنان به نتایج برابر دست یابند به جای توجه به زنان به صورت انفرادی به مجموعه آنان تأکید می‌ورزند. زنان در ضمن می‌خواهند همه ورزشهای پسرانه برای زنان و دختران هم آزاد باشد.

● قانون‌گذاری برای تساوی حقوق و قدرت.

● با آنکه بسیاری از زنان وارد بازار کار می‌شوند و حتی در رده‌های مدیریت میانه قرار می‌گیرند، می‌توان انتظار داشت که هنوز بخش اعظم مشاغل مدیریت میانه در اختیار مردان باقی بماند.

● فمینیسم، که زنان را برای ورود به بازار کار تشویق می‌کرد هنوز نمی‌پذیرد که یکی از علل افزایش طلاق ورود زنان به بازار کار است. نمی‌پذیرد که ورود زنان به بازار کار دستمزدها را پایین آورده است. کاری به این ندارد که با ورود زنان به بازار کار وظایف مادری در خانواده‌ها مخدوش شده است.

### هدفهای مطلوب

● یکی از مشکلات مردان این است که در مدرسه مورد کم توجهی قرار می‌گیرند. احتمال می‌رود که این وضع در آینده ادامه‌دار شود. امید می‌رود که در سالهای ۲۰۰۰ علم و اطلاع درباره نقش و نفوذ بیولوژی روی تواناییها و یادگیری افزایش یابد و نتیجه آن شود که شمار کمتری از مردان ناموفق شوند.





## سبز رنگ کردن مردان مردان در برابر رویاهای زنان مقاومت می‌کنند

در همسایگی ما زن و شوهری زندگی می‌کنند که باغچه بزرگشان را دو قسمت کرده‌اند. زن طرفدار رویدنیهای ارگانیک<sup>۱</sup> است. اما مرد نیست. مرد در باغچه مربوط به خودش سبزیجات و گل می‌کارد اما زن در باغچه سمت خودش حلزون و علف پرورش می‌دهد. مرد از همه پدیده‌های مدرن استفاده می‌کند و زن حلزون پرورش می‌دهد و علفهایش را با آب صابون و آب می‌شوید. باغچه مرد می‌تواند برنده جایزه شود. زن افتخار می‌کند که در شمار گروه سبزه‌هاست و بنابراین اخلاقیات برداشت می‌کند.

دنیای سبز نقطه مقابل دنیای به شدت پیچیده مدرن است. بخش سبز جذاب است زیرا همکاری می‌کند، علاقمند است و رقابت‌آمیز نیست. او از انرژی غیرهسته‌ای، غیرآلوده کننده و عاری از خطر زندگی می‌کند. دنیای سبز کل نگر و التیام‌بخش است. کیست که نخواهد سبز باشد؟

بسیاری از مردان، به این دلیل که مرد هستند مار باغچه سبز محسوب می‌شوند. همان طور که قبلاً توضیح دادیم، رقابت، تن به خطر دادن و فتح کردن و پیروز شدن ویژگیهای مردانه است و جنبش سبز می‌گوید که این

رفتارهای مردانه زمین را نابود می‌کند. سبزه‌ها خواهان دنیایی هستند که در آن از خصومت، ضدیت، سلطه‌جویی و هر اقدامی که زمین را به مخاطره بیندازد خبر و اثری نباشد.

اکو-فمینیستها<sup>۱</sup> مردان فلسفی هستند که سبز بودن را هدف قرار داده‌اند و هدفشان این است که با جلوگیری از آلودگی مانع از آن شوند که مردان مسلط و چنگ انداخته بر جهان، دنیا را به نابودی سوق بدهند. سبزه‌ها می‌گویند محیط زندگی بسیار مهم است، زیرا ما را شکل می‌دهد و ما هم می‌توانیم دنیا را شکل بدهیم و بنابراین هدف باید این باشد که مرد متجاوز زورگو را از صحنه گیتی خارج کنیم و به جای آن اخلاقیات مورد اعتقاد جنس مؤنث را بنشانیم.

محیط و دنیای بیرون تنها نیمی از محیط است و دنیای سبز به این توجه ندارد که در محدوده جنس مذکر هم دنیای طبیعی و سبزی وجود دارد. دنیای سبز مخالف مردان است و می‌خواهد آنان را تغییر بدهد. اکو-فمینیستها نه تنها طبیعت را از دست داده‌اند، بلکه با طبیعت مردان هم غریبه شده‌اند.

### مردانی هم داریم که سبز هستند

راه چاره سبزه‌ها برای بعضی از مردان بسیار جالب است. رقابت را از محیط بیرون بکشید تا دنیا به ناگاه مکانی بدون هراس، یا بدون شکست شود، دنیایی که در آن نیازی به تلاش نیست و هیچ کس در آن شکست نمی‌خورد. احساسی جادویی از رهایی و آزاد شدن حاکم می‌شود. بیماری دیگر وجود خارجی نخواهد داشت، هوا برای همیشه تمیز می‌شود، آبها هم پاک می‌شوند. دنیایی پدید می‌آید که در آن اتلاف و هدر دادن، ویران

۱- طرفداران تساوی حقوق زن و مرد که طرفدار محیط زیست می‌باشند. Eco-Feminists

کردن و جنگ موضوعی مربوط به گذشته‌ها می‌شوند. چه کسی است که نخواهد سبز باشد؟

### فمینیست‌ها نور سبز را هنما هستند

سبز بودن به معنای برنامه‌ریزی برای شکست نفس مذکر خصمانه و جایگزین کردن آن با روش کل‌نگرانه جنس مؤنث با جهان هستی است. این موضوعیست که خلیها آن را احساس می‌کنند. مطالبی است که یکی از اساتید اهل کالیفرنیا، بنام ریچارد تارناس، در کتاب شهوت ذهن غربی (۱۹۹۵) به آن پرداخته است. این جوهر سیاستهای سبز پتراکلی در کتاب سبز فکر کردن: مقالاتی در باب محیط‌گرایی، فمینیسم و عدم خشونت (۱۹۹۵) است. امضاء فمینیست سبز است. یکی از نویسندگان می‌نویسد: «اکو فمینیسم بحران اکولوژیک<sup>۱</sup> را نتیجه مردسالاری می‌داند که از منطق سلطه پیروی می‌کند. از بین بردن و فروپاشیدن مردسالاری روابط انسانی و نیز طبیعت را آزاد می‌سازد.»

فمینیست‌های حامی محیط‌زیست تصمیم دارند که دنیای در حال واژگون ما را نجات دهند. (و البته فرضشان بر این است که دنیا در حال واژگونی است).

آن: «این یک رویاست. یک رویای خوب. کجایش اشکال دارد؟»

بیل: «اشکالش اجرای آن است.»

فمینیست‌های رادیکال و افراطی همیشه با طرفداران افراطی محیط‌زیست متحد شده‌اند و در نتیجه در جنبش محیط‌زیست تنشی ایجاد کرده‌اند،



تنش میان زنان فمینیست (که مردان در آن وجود ندارند) و طرفداران محیط‌زیست که مردان هم در آن حضور دارند. اما اکو-فمینیستها کیستند و چقدر اهمیت دارند؟ اهمیت آنان بیش از شمار آنان است و اصرار فمینیستها برای کوبیدن مردان در جنبش سبز نفوذ کرده است. اکو-فمینیستها به سبزه‌ها یک دشمن تقدیم کرده و این دشمن کسی جز جنس مذکر نیست.

کارن وارن در کتاب فلسفه فمینیست، طرفدار محیط‌زیست می‌نویسد:

«فمینیسم جنبشی است که می‌خواهد به همه تظلمات پایان بدهد.»

پروفسور وارن را نمی‌توان متهم به طبیعی‌گرایی کرد، او صخره‌نوردی می‌کند تا آن طور که خود می‌گوید با صخره‌ها حرف بزند «من بدون اینکه صدایم بلند شود به شکل کودکانه‌ای با صخره‌ها حرف می‌زدم. انگار که تخته‌سنگها دوستان من بودند. من به دلیل آنچه این تخته‌سنگها به من می‌دادند احساسی از امتنان و تشکر داشتم. فرصتی بود تا خودم و تخته‌سنگ را به شکلی دیگر بشناسم. از اینکه می‌دیدم از شکاف باریکی تخته‌سنگ گیاهی روئیده است لذت می‌بردم. احساس می‌کردم من و تخته‌سنگ که به سکوت با هم صحبت می‌کردیم دوستی بلندمدت داشتیم.»

پروفسور: «من به رفاه و حال خوش تو علاقه دارم.»

تخته‌سنگ: «فکر می‌کنم داری سر می‌خوری.»

پروفسور: «مهم نیست من به تو علاقه دارم.»

تخته‌سنگ: «فکر می‌کنم صحبت‌مان را متوقف کنیم بهتر است.»

اکو-فمینیستها معتقدند که زنان بیش از مردان به طبیعت نزدیک هستند. اما

احتمالاً تنها توجیهشان این است که زنان و طبیعت هر دو با ظلم مردان روبه‌رو هستند. زنان در مواقعی نیز احساس می‌کنند که عادت ماهانه شدن یا باردار شدن یا شیر دادن آنان را به طبیعت نزدیک‌تر می‌کند. اما معلوم نیست چرا مردانی که به وظایف طبیعی خود عمل می‌کنند، به طبیعت نزدیک نمی‌شوند. اینکه زنان بیش از مردان گیاهخواری هم می‌کنند نشانه نزدیک‌تر بودن آنان به طبیعت نیست.

اکو - فمینیسم می‌داند که مردان شکارچی هستند و این یکی از ویژگیهای مردانه است که او را مناسب تکفیر می‌سازد. مردان به واقع می‌خواهند بر طبیعت مسلط شوند. این بخش از طبیعت مردانه است و در ریشه بی‌علاقگی جنبش سبزها به جنس مذکر واقعی، حالت رقابت‌آمیز، تلاش‌گر، پرخاشگر، تهاجمی، سلطه‌جو، متوقع بودن و طبیعت شکار کردن اوست. علاقه فمینیست طرفدار محیط زیست به اینکه مردان صرفاً به مسایل اجتماعی توجه کنند قابل درک است، و این با وجود آن است که همه علم و اطلاعات درباره زندگی مردان را می‌دانیم و می‌شناسیم. اما رد کردن خصوصیات و طبیعت مردانه مردان و سوق دادن آنان به طبیعت بالقوه اجتماعی (و مثلاً او را تبدیل به یک گیاهخوار اخلاقی کردن)، امیدوار بودن به پیروزی بر واقعیتهاست. فمینیستها می‌خواهند بتوانند مردان را زیر فرش دست‌بافته خود جارو کنند و آنان را در همان جانگه‌دارند. فمینیستهای طرفدار محیط‌زیست با انکار طبیعت جنس مذکر منکر محیط زیست واقعی می‌شوند. به جای آن در رویای دنیایی به سر می‌برند که اجتماعی شده، تن به همکاری می‌دهد، از انسجام برخوردار است و کل‌نگر است. اینها ویژگیهای سستی جنس مؤنث بوده است و آنان می‌خواهند که مردان هم با پذیرفتن این طبیعت جامعه را یک دست مؤنث کنند.

اگر فمینیست‌های طرفدار محیط‌زیست یکی از منابع ایدئولوژی سبز باشند، اکولوژیست‌های عمیق گروه دیگری هستند. تفاوت اصولی میان آنان، به گونه‌ای که رابرت سشنز عمیقاً معتقد به حفظ محیط‌زیست می‌نویسد، این است که «در حالی که اکولوژی عمیق صرفاً به سلطه انسانها بر طبیعت اشاره دارند، اکوفمینیسم به این نتیجه رسیده است که این مردان هستند که طبیعت را با مشکل روبه‌رو ساخته‌اند و دیگر اینک که رابطه بد مردان با محیط‌زیست را باید در رابطه بد و سلطه‌جویانه آنان علیه زنان دانست». به عبارت دیگر، تحلیل اکوفمینیسم مرد محور و تحلیل اکولوژی عمیق انسان محور است.

در این میان، اندرو کیم برل در کتاب خود به نوعی به اکولوژی عمیق اشاره می‌کند. او معتقد است که مردان مسبب بیشترین فجایع دنیا نیستند، و با این حال مرد مورد اشاره کیم برل هم مردی غیر رقابت‌آمیز است: این مرد خاکی است، ارگانیک است، متوجه و مهربان است، کل‌نگر و التیام‌دهنده است. مرد او شکل و شمایل پسر پیشاهنگی را دارد که درختها را بغل می‌کند، دست مردان دیگر را می‌گیرد و راهنمای مردان جوان‌تر در مقطع زندگی آنان است. کیم برل این گونه مدعی می‌شود که عنصر مفقود شدن مردانه بودن را کشف کرده است.

در واقع اکولوژی عمیق به مردی اشاره دارد که انسان شناسان تاکنون او را کشف نکرده‌اند. اما اگر جنس مذکر مردسالار مسئول بیماریها و ناراحتیهای جهان نیست، چه کسی این مسئولیت را بر عهده دارد؟ اکولوژیست‌های عمیق پای رقابت‌های عمیق را به میان می‌کشند. در واقع تصویر اشخاصی مد نظر قرار می‌گیرد که انسانهایی غیر رقابت‌آمیز باشند.

اکو-فمینیستها مردان را سرزنش می‌کنند، اما اکولوژیست‌های عمیق

رقابت را متهم می‌سازند، و در این میان مردان تا حدود زیاد از زنان رقابت‌آمیزترند. بنابراین در هر صورت این جنس مذکر است که سرزنش می‌شود. اما شکایتها صرفاً نشان می‌دهند که دنیای سبز دنیای حقیقی نیست. واقعیت سبزها، واقعیت نیست. یک رویاست. اکو-فمینیستها نه تنها نتوانسته‌اند مردان را طبیعی کنند، بلکه رابطه‌اشان با طبیعت مرد قطع شده است. دنیای سبز با طبیعت قطع رابطه کرده است. چگونه؟ به این علت که سبزها. خواه ریشه‌های اکولوژیایی عمیق داشته یا نداشته باشند یا اسپیر و تابع اکو-فمینیسم باشند به ماهیت و طبیعت درونی مردان توجه ندارند. سبزها می‌خواهند به جای طبیعت موجود، طبیعت دیگری را بنشانند.

آیا مردان بخشی از طبیعت نیستند؟ و آیا نباید طبیعت مرد هم به عنوان بخشی از طبیعت کل در نظر گرفته شود؟ نه تنها این کار صورت نمی‌گیرد، بلکه مردان موجوداتی ارزیابی می‌شوند که طبیعت را مورد بهره‌برداری و سلطه‌جویی قرار می‌دهند. به راستی کسانی که زمینه‌ساز موفقیت تکنولوژی بوده‌اند و مسئولیتی بزرگ در سعادت انسانها بر دوش داشته‌اند تبدیل به نماد همه بدیهای حاکم در دنیا شده‌اند.

مردان سوپر تانکرها را می‌سازند، آنان درختها را قطع می‌کنند تا جاده و کارخانه بسازند، و با این حال می‌خواهند از دنیا حمایت کنند و از آن دنیای بهتری بسازند. مردان به مراتب بیش از زنان تحت تأثیر قدرت انگیزه می‌گیرند. مردان معتقدند برای کنترل منابع طبیعی باید رشد مولدی بوجود آورند. گرسنه را می‌توان غذا داد، بیکار را می‌توان شاغل کرد. مردان همه این کارها را می‌کنند و دست آخر غیرطبیعی، آلاینده و دشمن نام می‌گیرند. مردان می‌دانند که بخشی از طبیعت می‌تواند رام شود تا بقیه آزاد بمانند. این طبیعت مرد است که کنترل کند، رام کند و مورد استفاده

قرار بدهد. مردان البته لزوماً همیشه این کار را به درستی انجام نمی‌دهند، اما او به حکم طبیعت خود می‌خواهد دنیا را مطابق میل و خواسته خود شکل بدهد. طبیعت او بخشی معتبر از محیط است و اکو فمینیست با چهره‌ای ساخته شده از سنگ حرف می‌زند.

مرد به حکم طبیعت خود به اندازه زن جانب احتیاط را نمی‌گیرد.  
(فصل ۶)

مرد به اندازه زن تن به همکاری نمی‌دهد. (فصل ۶)  
توجه منطقی مرد به اندازه توجه زن پخش و گشوده نیست. (فصل ۴ و فصول دیگر)

جنبه زنانه مرد وجود خارجی ندارد. (فصل ۱)  
بنابراین به طور علمی می‌توان گفت که سبز مرد با سبز زن تفاوت دارد.

### باغ تقسیم شده

همسایگان ما که باغچه‌اشان را تقسیم کرده‌اند، تفاوت‌های میان دنیای ایده‌آلی زن و مرد را به نمایش می‌گذارند. شوهر می‌خواهد در باغچه خودش کشت کند. او از اینکه از کود و سایر مواد شیمیایی و تکنولوژی به سود خود استفاده کند ابایی ندارد، اما زن موافق نظام کشت ارگانیک است. او با کود شیمیایی رابطه‌ای ندارد. یکی دیگر از همسایگان نزدیک ما پس از طی دومین دوره آموزش باغبانی ارگانیک بازگشته است. او می‌گوید که تقریباً تمامی شرکت‌کنندگان زن بودند. به استناد یک گزارش منتشر شده با عنوان مصرف‌کننده سبز (۱۹۹۴)، ۶۰ درصد زنان مصرف‌کننده مایل بودند پول بیشتری بدهند و در عوض غذاهای دوستانه‌تر و طبیعی‌تر بخورند.

مردان آن قدرها به موضوع علاقمند نیستند.

به نظر می‌رسد که سبزه‌ها با این شرایط موافق باشند. آنان می‌گویند مردان زمین را مورد بهره‌برداری ناخوشایند قرار می‌دهند، اما زنان با زمین و طبیعت برخورد دوستانه دارند. ایده‌آلیست‌ها می‌گویند آیا بهتر نیست که همه ما ارگانیک باشیم؟ بسیاری از بخشهای جهان زراعت ارگانیک دارند، زیرا نمی‌توانند از عهده مواد شیمیایی برآیند. در شبه‌صحرای افریقا ذرت بی‌نیاز از کودهای مصنوعی به مقدار زیاد رشد می‌کند، نیازی هم به مواد ضد آفات ندارند، اما اخیراً معلوم شد یک سوم محصول ذرت آنان آلوده به قارچی است که می‌تواند به مراتب خطرناک‌تر از ایدز باشد. به استناد گزارش بانک جهانی اشخاص به طور میانگین در شبه‌صحرای افریقا در اثر این بیماری عفونی فقط نیمی از زندگی کاری خود را در روستا کار می‌کنند.

در ۹۸ درصد خون اشخاص ساکن آفریقای غربی مواد سمی مشاهده می‌شود، و این در حالی است که اگر درختها و گیاهان سمپاشی می‌شد، با این بیماری روبه‌رو نمی‌شدند.

بیل: «اخیراً در یک مجله زنانه خواندم که سبزیجات ارگانیک هیچ ماده‌ای که به انسان ضربه بزند در خود ندارند.»  
آن: «احتمالاً نویسنده کمترین اطلاعی درباره قارچهای سمی که در سبزیجات می‌رویند ندارد.»

احتمالاً نقطه نظر ارگانیک طبیعی است و لاجرم خوب است. مبنی بر باوری مربوط به قرن نوزدهم است که می‌گوید شیمی به دو بخش ارگانیک و غیرارگانیک تبدیل می‌شود. ارگانیک با موادی سر و کار داشت که به طور

طبیعی تشکیل دهنده بخش زنده مواد است، در حالی که شیمی غیرارگانیک با مواد بی‌حرکت سر و کار دارند. مواد ارگانیک از قرار باید تحت تأثیر نیروهای فعال عمل کنند و بنابراین طبیعی به نظر می‌رسند.

در سال ۱۸۲۸، یک شیمی‌دان جوان آلمانی، بنام فردریک وهلر، توانست به طریقه مصنوعی اوره حیوانات را تهیه کند، بنابراین او از غیرارگانیک، ارگانیک درست کرد. تا دهه ۱۸۵۰، این روش در مورد مواد متعدد دیگری آزمایش شد و به نتیجه رسید. در این زمان تفاوت میان مواد ارگانیک و غیرارگانیک از بین رفت، اما بعد تحت تأثیر اخلاق‌شناسان دوره ویکتوریا که علیه این ابداعات حرف زدند شرایطی فراهم آمد که این تفاوت تا به امروز دوام آورد. به همین دلیل است که امروزه می‌بینیم میان طبیعی یا ارگانیک و غیرطبیعی یا غیرارگانیک تفاوتی وجود دارد.

آن: «زن همسایه در انتهای کوچه ما هنوز به نیروهای حیاتی اعتقاد دارد.»

بیل: «احتمالاً او به پزشکی غیر مبتنی بر دارو هم رأی مثبت می‌دهد، استفاده نکردن از کودشیمیایی و مواد ضدآفات شبیه آن است که پزشکی متعارف و سنتی را کنار بگذاریم.»

به دامان طبیعت بازگشتن فمینیسم به باغ عدن بیشتر شباهت دارد تا به دنیای طبیعت. منطق ارگانیک بخشی از رؤیای سبز فمینیسم است. «آینده سالم‌تر و پردوام‌تر مورد نظر است.» اما هواداران سبز به این نکته توجه ندارند اوره‌ایی که در ادرار است و با سموم دیگری همراه است کودی

محسوب می‌شود، اما اوره صنعتی، که ابتدا وهلر آن را تولید کرد از این خصوصیت محروم است. گیاه میان این دو تفاوت نمی‌گذارد، یک شیمی‌دان هم نمی‌تواند این کار را بکند. اوره چه در ادرار باشد چه از یک کیسه بیرون کشیده شود در هر دو صورت اوره است و ماده شیمیایی واحدی محسوب می‌شود، اما ترکیباتش در هر دو مورد یکی است. و با این حال طرفدار ارگانیک اوره صنعتی را محکوم می‌کند، زیرا آن را غیرارگانیک به حساب می‌آورد. آن هم به این دلیل که از یک کارخانه بیرون آمده است.

سبزیجات ارگانیک اغلب زیر فشار بیشتری هستند، زیرا در برابر آفات و بیماری‌های گیاهی کمتر محافظت می‌شوند. این گیاهان به ناچار باید با آفت‌زدها و سموم بیشتری که تولید می‌کنند از خود محافظت کنند. اما مصرف‌کننده سبزی ارگانیک مدعی می‌شود که این سم طبیعی تولید شده است و در مقایسه با سمومی که ما روی نباتات می‌پاشیم سالم‌تر است. بسیاری از مصرف‌کنندگان در این مورد که گیاهان تولید سم می‌کنند ابدأ اطلاعی ندارند. و این در حالی است که استادان و پژوهشگران دانشگاه کالیفرنیا به این نتیجه رسیده‌اند که «۹۹/۹۹ درصد مواد ضدآفات که در غذای روزانه ما مصرف می‌شوند از آفت‌زدهای طبیعی و حاصل از خود گیاه هستند. وقتی گیاهان آسیب می‌بینند - مثلاً در زمان حمله آفت سبزی میزان تولید آفت‌زدهای خود به مقدار زیاد می‌افزایند.» این روش گیاه برای دفاع از خود است. گاه تولید این آفت‌زدهای طبیعی به قدری است که انسان را مسموم می‌کند. پروفیسور بروس آمز، پژوهشگر دانشگاه کالیفرنیا، می‌گوید: «اگر از مواد آفت‌زدا استفاده نکنیم باید اراضی بسیار بیشتری را زیر کشت ببریم، و در نتیجه از تنوع تولید کاسته می‌شود و بهای محصولات کشاورزی در بازار به مقدار زیاد افزایش



پیدا می‌کند».

آن: «با این حساب وقتی زارع ارگانیک با حمله آفات گیاهی روبه‌رو می‌شود چه می‌کند؟»  
بیل: «ورشکست می‌شود.»

سموم ارگانیک آفت‌زدا که از سوی گیاهان تولید می‌شود مشمول آزمایشهایی که دولت طبق مقررات خود روی مواد ضدآفات کارخانه‌ای انجام می‌دهد نیست. و این در حالی است که مواد طبیعی از نوع نیکوتین یا پیرترام بسیار سمی هستند. پروفیسور جرج لانت، استاد دانشکده بیوشیمی دانشگاه باس، می‌گوید: «با نبودن اطلاعات کمی می‌توان به طور منطقی نتیجه گرفت که در شرایط خاص محصولات تولید شده در شرایط ارگانیک در مقایسه با محصولات تهیه شده در شرایط غیرارگانیک به انسان آسیب بیشتری می‌رساند.»

## کود مزرعه

کود تازه (که کشاورزان سبز با آن موافقت نمی‌کنند) نیتروژن موجود در خاک را از بین می‌برد، زیرا ارگانیک‌های خاک از نیتروژن برای شکستن کود و تجزیه آن استفاده می‌کند و در نتیجه به طور موقت کمبودی در نیتروژن بوجود می‌آید. نیتروژن و پتاس موجود در کود مزرعه اگر در معرض باران قرار بگیرند شسته می‌شوند، در نتیجه کود طبیعی با کمبود شدید فسفر روبه‌رو می‌شود که می‌توان به طور دستی به خاک اضافه کرد. گفته می‌شود که نیمی از نیتروژن از کود مزرعه جدا شده، از بین می‌رود و بنابراین گیاه هرگز نمی‌تواند از آن استفاده نماید. اما این نیتروژن کجا می‌رود؟

دانشمندان خاک شناس به این نتیجه رسیده‌اند که نیتروژن کود غیر شیمیایی دو تا چهار برابر نیتروژن کود شیمیایی از بین می‌رود. نیتروژن‌های شسته شده اغلب به آب رودخانه‌ها وارد می‌شوند و مشکلات عدیده‌ای برای محیط‌زیست فراهم می‌آورند.

راهی برای برخورد با این موقعیت این است که در مزرعه گیاهان چرخشی برویانیم و کشاورزان ارگانیک از این پیشنهاد استقبال می‌کنند. مثلاً در پاییز شبدر که نیتروژن را ثابت نگه می‌دارد بکاریم و در بهار آن را زیر خاک فرو ببریم. کار بسیار پرزحمتی است. و با این حال مانند مورد کود تازه، ارگانیزم‌های خاک از نیتروژن جدید برای متلاشی کردن گیاه شبدر استفاده می‌کنند و در نتیجه با کمبود موقتی نیتروژن روبه‌رو می‌گردیم. کود سبز بیشتر برای حفظ ذخایر ارگانیک در مدتی معین مورد استفاده قرار می‌گیرد. اما برای چه مدتی؟ برای افزایش مواد ارگانیک خاک از ۲ به ۳ درصد به ۳۶ سال وقت نیاز دارید. و این در حالی است که به ۵ درصد مواد ارگانیک در خاک نیازمند هستیم.

گروه سبز به راحتی نمی‌تواند این مطالب را بیاموزد. آنان هم چنان به کشاورزانی که مواد غیر ارگانیک مصرف می‌کنند حمله می‌کنند. یکی از مشکلاتی که در این زمینه بوجود می‌آید این است که کشاورزان برای آنکه کمتر مورد حمله قرار بگیرند از مواد غیر ارگانیک ناکافی استفاده می‌کنند. از جمله می‌توان به آفت‌کشی بنام اپوس اشاره کرد که برای جلوگیری از بیماری گندم و جو بسیار مؤثر عمل می‌کند. از این آفت‌زدا در حال حاضر به اندازه نیم برابر مقدار توصیه شده استفاده می‌شود. نتیجه آن شده که مقدار تولید کاهش یافته است که البته این کاهش به اندازه کاهش شدید محصول در شرایط تولید به شیوه ارگانیک نیست. با توجه به برآورد پژوهشگران دانشگاه کمبریج میانگین کاهش بازده در شرایط تولید به

شیوه ارگانیک ۵۰ درصد است. میشل مورفی، یکی از پژوهشگران این دانشگاه، می‌گوید: «اگر همه کشاورزان به شیوه تولید ارگانیک روی آورند سالانه ۲۰ تا ۴۰ میلیارد پوند استرلینگ به اقتصاد کشور ضرر وارد می‌شود.» مایک کالورت، مدیر یکی از واحدهای بسیار بزرگ کشاورزی در انگلیس، می‌گوید: «کشاورزی ارگانیک هزینه‌های ثابت تولید را دو برابر می‌کند.»

برای آنکه تولید به مقدار قبل حفظ شود، سازمان کشت ارگانیک باید اراضی زیر کشت خود را به دو برابر افزایش دهد و در ضمن با محصول با کیفیت بدتر هم بسازد. البته برای کسانی که زمین کافی و وقت اضافی داشته باشند و پول هم در اختیارشان باشد روش بدی نیست. اما این سخت کردن زندگی است. شرایطی است که نسلهای گذشته داشتند و ما اصرار داریم که کارشان عاقلانه و طبیعی بوده است.

آن: «طبیعی؟»

بیل: «تنها تلاش کشاورزان ارگانیک این است که خودشان را از قرن حاضر به بیرون پرتاب کنند.»

رویای سبز بازگشت دادن علم به سطح طبیعت و به شرایطی است که عصر تاریکی، عصر روشنگری نام بگیرد. فریادی از صمیم قلب برای بازگشت به دورانی است که ساده‌تر بود. اینها دنبال شاهزاده جوانی می‌گردند که قیام کند و دنیا را نجات بدهد. در واقع، این جز خیال‌پردازی چیز دیگری نیست. چیزی شبیه زندگی کردن در یک قصر و روبه‌روی تلویزیون به تماشای سبزیجات نشستن، آسوده خاطر بودن و نداشتن تشویش و اضطراب و سیر در اندیشه دنیایی که دیگر واقعی

نیست. کاملاً طبیعی است که ما خواهان زمین سبز و خوشایند هستیم، و جلوی آن باغی که تحت تأثیر علم و دانش فاسد نشده باشد. باغ عدن بدون مار.

## دنیای در خطر

باغبان سبز که با قطعه کوچک زمینش در تلاش است، بدون تردید می‌خواهد سیاره خاکی ما را نجات دهد. ما همه می‌خواهیم هوای تازه استنشاق کنیم، می‌خواهیم جنگلها را حفظ کنیم و اینها سبب‌سازان جنبش حفظ محیط‌زیست به حساب می‌آیند. تمام فکر و ذکر و نگرانی سبزها این است که طبیعت و محیط‌زیست نابود می‌شود. دنیا در خطر است. به ما پیوسته هشدار می‌دهند که نفت دارد به انتهای خود می‌رسد و بنابراین باید به دنبال انرژی‌های جدید مانند آسیابهای بادی بگردیم.

یکی دیگر از صحبت‌های سبزها این است که به زودی غذای کافی برای همه مردم نخواهد بود که بخورند. آنان درباره اینکه میزان تولید مواد غذایی بعد از سال ۱۹۵۰ تاکنون سه برابر شده است کلمه‌ای حرف نمی‌زنند. به این هم اشاره نمی‌کنند که در نسل قبلی قیمت مواد غذایی از هر زمانی کمتر بوده است. کاری هم به این ندارند که به لطف علم موجود، تولید مواد غذایی در نسل بعدی به دو برابر افزایش خواهد یافت. به جای آن آینده‌ای تاریک پیش روی ما قرار می‌گیرد. ما زمین را نابود می‌کنیم یا به عبارت دیگر به مردانی که حرص می‌زنند این امکان را می‌دهیم که زمین را نابود کنند. حرف از حادثه چرنوبیل می‌زنند و بعد معلوم می‌شود که ما بلیط یک طرفه‌ای به جانب بدبختی و مصیبت خریده‌ایم. کسانی که قصد نجات ما را دارند ابتدا ما را در برابر یک مصیبت قرار می‌دهند تا به آنان وابسته شویم و راه‌حل پیشنهادی‌شان را بپذیریم. همیشه به همین شکل

بوده است.

ما منکر آن نیستیم که دنیا با مسایلی روبه‌روست؛ ذخایر ماهی در دریاها در حال کم شدن است، بسیاری از سرزمینهای جهان سوم محروم از آب سالم هستند، دفع زباله شرایط نامطلوب دارد، درست همان طور که آنها فاقد کود شیمیایی و مواد ضدآفات هستند. بسیاری از این مسایل به لطف علم فن‌آوری حل خواهند شد، اما طرفداران محیط‌زیست اعتمادی به این راه‌حلها ندارند. آنان می‌گویند علم قبلاً اشتباه کرده است و چرا باید بار دیگر به آن اعتماد کنیم؟

اگر علم درباره چیزهای مطمئن نیست، بدون شک درباره بهترین چیزهایی است که می‌توان روی آن شرط‌بندی کرد. علم دانش ما را درباره آنچه احتمالش زیاد است افزایش می‌دهد. به کمک علم می‌فهمیم چه امکانی وجود دارد یا وجود ندارد. علم توضیح می‌دهد که چه چیزی احتمالش هست و چه چیزی احتمالش نیست یا کم است، اما سبزه‌ها به بدترین اتفاقات احتمالی نظر دارند. احتیاط آنان سالم است، زیرا بر محور این باور دور می‌زند که علم می‌تواند اشتباه کند.

بیوتکنولوژی نوش دارویی جهانی نیست. در واقع راه‌حل فوری وجود ندارد، اما رد کردن علم و فن‌آوری می‌تواند یک بدبینی خطرناک به وجود آورد. اگر جواب به مسایل جهان‌کل‌نگرانه و حتی صوفیانه باشد به این نتیجه می‌رسیم که منطق و استدلال باید حذف شوند. این دستاورد اکو-فمینیست‌هاست. آنان دلیل و منطق را با جنس مذکر غارتگر معادل می‌دانند و معتقد هستند دنیایی که مردان سلطه‌جو در آن حکومت کنند، دنیای وحشیها و بی‌تمدن‌هاست. در دنیای غیررقابت‌آمیز سبزه‌ها، اشکال بر سر مردان است که می‌خواهند مسایل دنیا را حل و فصل کنند. مردان این را قبول دارند. آنان می‌گویند اگر علم را به طبیعت واگذار کنیم سالی دو

میلیارد نفر از جمعیت دنیا در اثر گرسنگی می‌میرند.

### **یک مسئله جهانی شناسایی می‌شود**

جنگلها کاهش می‌یابند. صحرا وسیع تر می‌شود. آب و هوا تهدید می‌شود. موجودات زنده به سرعت از بین می‌روند. تمام زندگی به مخاطره افتاده است. دنیا بیش از اندازه با خودش بد می‌کند. بچه‌ها سلامتشان به خطر افتاده است.

### **علت اصلی مسئله شناسایی می‌شود**

مردان کنترل امور را به دست دارند. مردان برپا کننده جنگ هستند، آنان متجاوزان روی زمین هستند. مردان موجب ویرانی و تباهی محیط زیست هستند. مردان حیات را تهدید می‌کنند. در نظر سبزه‌ها، مردان تهدید کننده سلالیت زمین هستند.

### **راه حل‌ها خلق می‌شوند**

جواب همه و تنها راه حل موجود این است که مردان از صحنه روزگار حذف شوند. نیاز زنان به مردان به همان اندازه نیاز یک ماهی به دو چرخه است. یک راه حل کمی اعتدالی تر این است که کنترل خانه و محل کار را از مردان بگیریم تا آنان را رام کنیم. اما کنترل کردن یعنی راه حل مردانه را پذیرفتن. مردان پرخاشگرتر و تهاجمی تر هستند، رقابت آمیزتر هستند، از این رو به احتمال زیاد شانس برای پیروزی رودررو با مردان وجود ندارد (اذعان غیر مستقیم به اینکه فرصت برابر ممکن است به نتایج برابر ختم نشود). به هر تقدیر قرار نیست در دنیای رقابت آمیز مردان رقابت کنیم، بلکه باید آن دنیا را به کلی تغییر بدهیم.

### بهترین راه حل خودش را نشان می‌دهد

بهترین راه حل این است که دنیای غیر پر خاشاگرانه و غیرتهاجمی بسازیم. فمینیست طرفدار محیط زیست می‌گوید: «باید محیط زندگی مرد را تغییر شکل بدهیم تا به سود همگان تمام شود». این پنداره طرفداران پروپاقرصی دارد. و پیام اولیه هم ساده و روشن است، زیرا زن یک ارتباط برقرارکننده خوب است. منطق مسلم و متقاعدکننده‌ای دارد. به شکلی مثبت تأثیر می‌گذارد. موج سبز قرار نیست که خشک شود و این موضوعیست که هر صحبتی با بچه‌ها آن را به خوبی نمایان می‌سازد.

چرا این پنداره تا این اندازه به نظر موجه می‌رسد؟ سبزه‌ها مخالف تلف کردن هستند، مخالف آلودگی هستند، با آنچه ضد اجتماع‌گرایست مخالفند، با جنگ‌ها مخالفند. با آنچه محیط زیست را تخریب می‌کند مخالفند. آنان از صلح و آرامش حمایت می‌کنند. از حفظ کردن و حفظ شدن طرفداری می‌کنند، معتقد به بازیافت هستند، هوای تمیز را دوست دارند، آب غیر آلوده را دوست دارند، به مسئولیتهای اجتماعی معتقدند. آنان به محیط زیست دوستانه و به خود زندگی علاقه دارند.

اغلب ما همین‌طور هستیم. ما مطلوب را به نامطلوب ترجیح می‌دهیم. این که عبارات معمولی و ساده هستند چیزی از اعتبارشان کم نمی‌کند. همه ما دوستان زمین هستیم. واقعیت جز این نیست. منطق همیشه منطق است، اما نگرش سبزه‌ها منفی است و شاید هم بیش از اندازه منفی است. سبزه‌ها به آینده‌ای تاریک اشاره می‌کنند. آنان به فاجعه و مصیبت می‌اندیشند. همه ما می‌دانیم که حادثه اتفاق می‌افتد. می‌دانیم که از دانش برای مقاصد خوب و بد، هر دو استفاده می‌شود. می‌دانیم که از دانش ممکن است سوءاستفاده شود. می‌دانیم که همیشه همه چیز را نخواهیم داشت. ممکن است شرایط

به شدت خراب شود، از این رو می‌خواهیم مطمئن عمل کنیم.  
احتیاط کردن به نظر می‌رسد شرط بندی سالمی باشد، اما آیا این حرف علمی است؟

کسی به این حرفها اهمیت می‌دهد؟ ما همه می‌دانیم که علم دست پرورده مردان است. علم یعنی بمب اتمی و مواد شیمیایی برای کشاورزی. علم یعنی آلوده کردن دریاها به جیوه. ما به آنچه احتیاج داریم، علم از گونه‌ای دیگر است.

### علم از گونه‌ای دیگر

بسیاری از سبزه‌ها دیگر از واژه «علم از گونه دیگر» استفاده نمی‌کنند، بلکه ترجیح می‌دهند از واژه «علم مکمل» استفاده کنند. منظورشان این است که علم آنان در تضاد با علم سنتی نیست. اما این قبول کردن علم سنتی ثابت می‌کند که سبزه‌ها ذهن بازی دارند. آنان به زبان خوش می‌گویند که مخالفان آنان، کسانی که با نقطه نظرهای غیرمتعارف خصوصت ورزشی می‌کنند، رفتاری متعصب دارند و حاضر نیستند که چشم اندازهای جدید را بپذیرند.

ریموند تالیس، پزشک و فیلسوف، می‌گوید: «درک کردن علم کار دشواری است.» درک کردن علم مکمل ابداً دشوار نیست. نمونه‌های آن را در همه مجلات زنانه که مشتاقانه کلینیک‌های از نوع دیگر، آب درمانی، رایحه درمانی، روغنهای حیات بخش، روشهای جدید برای رسیدن به آرمیدگی و راه میان‌بر برای رسیدن به سلامتی و زیبایی که با هر مدی جور درمی‌آید را تبلیغ می‌کنند می‌توانید پیدا کنید. در این دنیای بی‌کم و کاست تغییر و تحوّل احتمالی شدنی و حتمی است. سردبیران این مجلات می‌نویسند و می‌خواهند همه را متقاعد کنند که تغییر به راحتی عملی



است. و این تأثیری است که تبلیغ‌کنندگان و آگهی‌دهندگان می‌خواهند هر طور شده به حقیقت پیوندند.

آنهایی که به جنبه‌های دیگر گونه از حقیقت دل خوش کرده‌اند، دلایلی برای خود دارند آن هم زمانی که می‌بینند شیوه‌های دگرگونه پزشکی نمی‌توانند ادعاهای خود را به لحاظ علمی به اثبات برسانند. اما طبق تعریف، اگر این روشها در آزمایش علمی برنده شود دیگر پزشکی دگرگونه نیست. البته روشهای دیگر درمانی گاه مؤثر و مفید واقع می‌شوند، درست همان طور. که گاه پیش‌بینی ستاره‌شناسها درست از آب درمی‌آید. اما این به معنای تایید و سندیت داشتن نیست.

اغلب اوقات گفته می‌شود اگر راه چاره‌های جدید مؤثر واقع می‌شوند، می‌توان پذیرفت که درمان بر حق و مشروع هستند. دکتر ماکس پرولا در مجله تایمز می‌نویسد: «این گونه است که به اشتباه درباره پزشکی نوین یا دیگر گونه قضاوت می‌شود. بهبود نشانه‌های بیماری پس از استفاده از یک روش درمانی به معنای درستی و کفایت برنامه درمان نیست. باید به نقش عوامل دیگری که می‌توانند احتمالاً تأثیرگذار باشند نیز توجه نمود. نود درصد کسانی که از سردرد رنج می‌برند، اگر قبل از خواب به صدای کر آواز بخوانند، صبح روز بعد سردردشان برطرف شده است.»

استفاده از ژله سلطنتی، سسیر، آب درمانی، مکملهای غذایی، روغن‌های عطری... اینها در برنامه آقایان محلی از اعراب تدارند. در مقاله‌ای که در نشریه پزشکی نیوانگلاند به چاپ رسید، برآورد شده است که در سال ۱۹۹۰ امریکاییها ۴۲۵ میلیون بار به التیامبخشهای غیرحرفه‌ای رجوع کرده‌اند و حال آنکه شمار مراجعه مردم در همین مدت به سیستم پزشکی ۳۸۸ میلیون بار بوده است. «اغلب کسانی که به این التیامبخشهای غیرحرفه‌ای مراجعه می‌کنند زنان نگران میان سال و متعلق به طبقه دوم

هستند.» دست کم در اغلب این اقدامات درمانی کسی مسموم نمی‌شود و خطری متوجه کسی نمی‌گردد، اما این بدان معنا نیست که این روشهای درمانی مفید هستند. بسیاری از مردم برای داشتن طول عمر بیشتر ویتامین مصرف می‌کنند و بعد وقتی عمر طولانی کردند می‌گویند - به دلیل مصرف قرصهای ویتامین بود. شاید اگر همه شب قبل از خوابیدن به صدای کر آواز می‌خواندند بیشتر عمر می‌کردند، اما هنوز نتایج این شیوه‌های درمانی مشخص نشده است. یک بررسی در منطقه جنوب شرقی انگلستان نشان داد ۳۸ درصد پزشکان عمومی همه ساله به بیمارانی برخورد می‌کنند که در اثر طب سوزنی، هومئوپاتی یا مصرف داروهای گیاهی با مشکلات جدی روبه‌رو شده‌اند.

چرا مردم به این روشها متوسل می‌شوند؟ اغلب این شیوه‌های درمانی طبیعی ویژگی مشترکی دارند. همه آنها به «هماهنگی جسمانی»، «نیروی حیات» «مسدود شدن انرژی حیاتی از سوی مواد سمی یا آلاینده‌ها» اشاره می‌کنند. وقتی این حرفها را می‌زنید از شما می‌پرسند از کجا می‌دانید؟ از کجا این قدر مطمئن هستید؟ چرا این همه متعصب تشریف دارید؟

به این خطرها در جایی اشاره نمی‌شود و با این حال مدعی می‌شوند که خواهان دنیای بدون خطر هستند. اما خطر را مدیریت و پنهان کردن، خود اقدامی پر از خطر است. همان طور که نظریه پردازان «آشفستگی» گفته‌اند، ممکن است اختلالی کوچک سبب‌ساز حادثه‌ای عظیم شود و مثلاً پروانه‌ای در پکن بال بزند و اتفاق بزرگی در امریکا بیفتد. کمی آشفستگی نظم زندگی در طی روز است. بر همین مبناست که جان آدامز در کتاب ریسک به نقطه نظر بسیاری از روشنفکران سبز حمله می‌کند. روشنفکرانی که مدعی‌اند با آنکه زمین پیوسته مکان خطرناک‌تری برای زندگی کردن

می‌شود می‌توان به کمک علوم دگرگونه و نوین، علوم غیرمتعارف و دولتهایی قدرتمندتر از قبل به ایمنی کامل و تمام عیار دست یافت.

آن: «نباید ریسک را تحمل کنی.»

بیل: «حتی ریسک ریسک را هم تحمل نکنم؟»

آن: «اما درمان به شیوه نوین همیشه می‌پرسد از چه می‌ترسید؟»

بیل: «از من می‌پرسی؟ من از احمقها می‌ترسم.»

آن: «شاید از کشف شهود می‌ترسیم.»

بیل: «کشف شهود زمانی است که به جهل خود اذعان کنیم. نه اینکه

خلاءهای موجود در دانش خود را با توضیحات آن چنانی پر کنیم.»

آن: «آنچه نادانها از آن می‌ترسند زمینه عقلی است که عقل بر مبنای آن

شکل می‌گیرد.»

زهر سه عضو «دوستان زمین» دو نفر مؤنث هستند، اما نفوذ جنس مؤنث

روی سبزه‌ها تا حدود زیاد مستقل از عضویت سازمانهای مختلف

سبزه‌هاست که مایلند از نقطه‌نظرهای متفکرین سبز پیروی کنند.

ما می‌دانیم که نسل ببرها در حال انقراض است، اما این شکارچی

سفیدپوست نیست که نسل این حیوان را تهدید می‌کند، بلکه ببرها را برای

آن می‌کشند تا از آن برای روشهای درمانی نوین استفاده نمایند. تقاضای

فراوان برای استفاده از روشهای سنتی درمانی به سبک چینی‌ها در خاور

دور به تجارت ببر رونق فراوان بخشیده است. این مردان حریص نیستند

که به انقراض نسل حیوانات کمیاب کمک می‌کنند. بیش از نیمی از

حیواناتی که نسلشان به خطر افتاده مربوط به سرزمین استرالیا هستند. در

این کشور بیش از مجموع کشورهای دنیا نسلهای حیوانات را از دست

داده‌ایم. این سخن جان وامسلی محافظه کار است. حال اگر مردان مسئول این کار نباشند چه عاملی سبب بروز این بحران شده است؟ آن طور که وامسلی می‌گوید گربه خانگی ۲۳ حیوان موجود در استرالیا را منقرض ساخته است.

باید عبارت متینی برای از بین رفتن نسل این حیوانات ارائه داد. فقط سبزه‌ها نیستند که موزه‌های حیوانات زنده را توصیه می‌کنند. اینکه اینها برای سلامت ما بسیار مهم هستند، موضوعیست که همه دنیا آن را قبول دارد و تلاش برای زنده نگهداشتن آنها چه سبزه‌ها بخواهند یا نخواهند ادامه خواهد داشت. اما باید این نکته را در نظر بگیریم که ۹۰ درصد گیاهانی که همیشه وجود داشته‌اند، حالا وجود ندارند، و این در حالی است که هزاران نوع گیاه جدید مثل گل‌های ارکیده همه ساله تولید می‌شوند. بسیاری از موجودات زنده مانند ویروسها و نیز شاید خانواده عنکبوتها هم وجود دارند که دوست داریم بدون آنها زندگی کنیم. از بین رفتن و منهدم شدن بخشی از تکامل است و کاملاً طبیعی است.

چشم‌انداز را باید حفظ کنیم. با توجه به بعضی از مدارک و شواهد موجود حتی اگر ۹۰ درصد جنگلهای طبیعی نابود شوند، انواع حیوانات، پرندگان و ماهیها به حیات خود ادامه می‌دهند. این یک یافته حیرت‌انگیز است. اندرو جانز، استاد دانشگاه آبردین، در یکی از جلسات جامعه سلطنتی گفت: «حتی در مناطقی که درختها را به مقدار زیاد قطع می‌کنند، بعضی از درختان در دامنه‌ها و در کنار نهرها باقی می‌مانند.» این البته مجوزی بدست نمی‌دهد که درختان جنگلی را ببریم و نابود کنیم، جای زیادی هم برای خوشبینی وجود ندارد. در ضمن باید توجه داشت که جنگلهای دوباره احیاء شوند. از جمله در ۱۰۰ سال گذشته اغلب درختها را در آمریکا برای کشاورزی قطع کردند. امروز، که کشاورزی

به سمت غرب گرایش پیدا کرده است جنگلها ۸۰ درصد منطقه را پوشانده‌اند. کاهش تنوع بیولوژیایی واقعیت دارد، جدی است و به سرعت اتفاق می‌افتد، اما باید تعادلی میان هراسهای حقیقی یا خیالی بوجود آید.

یک مرد به طبیعت به عنوان مکانی وحشی نگاه می‌کند، جایی که ذهن می‌تواند آرام بگیرد. مردان از مبارزه با عواملی چون دریا، باد، طوفان و آتش لذت می‌برند. در نظر مردان طبیعت سرخ رنگ است، اما زنان طبیعت را سبز می‌بینند و آن را مکان موزون و هماهنگی می‌پندارند که ذهن می‌تواند در آن آرام بگیرد. بنابراین زنان و مردان در یک طبیعت دو طبیعت می‌بینند: یکی از آنان طبیعت رقابت‌آمیز خشنی می‌بیند که می‌تواند نرم و رام شود و دیگری یک باغ کل‌نگر و عاری از هر گونه گناه می‌بیند، و اینها هر کدام استعاره‌ای برای طبیعتی است که دو جنس زن و مرد به آن پی برده‌اند. اینها طبیعتهای متفاوتی هستند. برداشتهای متفاوت از طبیعت هستند، اما لزوماً ضد و نقیض و خصمانه به شمار نمی‌آیند. جنس مذکر می‌تواند طبیعت وحشی را جریانی برای بقا ببیند، مکانی برای ماجرا و ماجراجویی و جنس مؤنث آن را ذخیره و مخزنی از کامل بودن و یگانگی ارگانیک در نظر بگیرد، اما هر دو معتقدند که رودخانه‌ها نباید آلوده شوند و هر دو معتقدند که جنگلهای طبیعی باید حفظ گردند. جای تأسف است که بخش بی‌تناسبی از جنبش سبزها مردان را عامل آسیب زدن به محیط می‌داند و در کنار هر جاده سبز و هر کارخانه مردی را می‌بیند به کمین نشسته تا تمام مخلوقات جهان را نابود کند. فردریک کبیر می‌گوید: «کسی که از همه چیز دفاع می‌کند، از چیزی دفاع نمی‌کند.» طبیعت جنس مذکر بخشی از طبیعت است، به همان اندازه که یک جغد یا یک حلزون بخشی از طبیعت است و اگر آرزو کنیم که آن رفتار رقابت‌آمیز انسانی را که

سبز رنگ کردن مردان □ ۲۱۵

سبزه‌ها می‌خواهند کنار بگذاریم، باید موجودیت جنس خود را در اختیار  
یک غارتگر دیگر قرار دهیم.



# ۹

## روابط جنسی انگیزه‌های مرد، انگیزه‌های زن

مردان به طور متوسط ۴۰۰ درصد بیش از زنان در خیالات شهوانی فرو می‌روند. مردان زنان را در خواب می‌بینند، در روز در اندیشه زنان فرو می‌روند، درباره زنان در خیال و رویا می‌شوند، و در این میان هرگز به ذهنشان نمی‌رسد که کنار گوشه دنج جلو آتش با زنی در حال گپ دوستانه باشند. خیالپردازی مرد درباره روابط جنسی است، اما زنان وقتی در رویا و خیال می‌شوند به جنبه‌های احساسی و عاطفی می‌پردازند. روابط جنسی و جنسی‌اندیشی زمانی صورت غالب پیدا می‌کند که زن و مرد به هم نزدیک می‌شوند، اما این زن و مرد در معرض انگیزه‌هایی هستند که با یکدیگر دنیایی فاصله دارند.

مردان به مراتب بیش از زنان از نظر جنسی برانگیخته می‌شوند و مانند بقیه امور زندگیشان دنبال بدیع و نو می‌گردند. و در بسیاری از موارد این نوگرایی را در اشیاء، مجلات سکسی و چیزهای دیگر جستجو می‌کنند. حال این سؤال مطرح است که آیا اشکالی دارد اگر مرد بخواهد کامل را به جای غیرکامل انتخاب کند؟

آن می‌گوید: «شاید مرد، غیرکامل در دسترس را به جای کامل که به



ندرت وجود دارد انتخاب کند.»

بیل: «شاید این طور باشد، می‌توانیم به بحث ادامه دهیم؟»

در یونان قدیم محترم‌ترین مجسمه، مجسمه لخت افرودیت بود. مردان همیشه خواهان اشیاء شهوانی بوده‌اند و اغلب این خواسته خود را در هنر جستجو کرده‌اند. هنرمندان بزرگ و نقاشان و مجسمه‌سازان و همه کسانی که تصاویر زنانه خلق می‌کنند، منظورشان این است که نظر مردان به آنها بیفتد. بسیاری از تصاویر شهوت‌انگیز در دنیای غرب و برخی دیگر از نقاط جهان جنبه هنر کلاسیک یا مذهبی پیدا کرده است. واقعیتی است که بسیاری از نقاشیهای لخت در قصرهای بزرگ اروپائیان صرفاً به جهت بهره‌برداری جنسی از آنان تهیه و تدارک شده‌اند.

بسیاری از چشمان مدلهای یا مجسمه‌های زنان لخت یا اغلب پنهان هستند یا به سمت کنار و پایین نگاه می‌کنند، شاید منظور این است که مجسمه و مدل نداند که مردی به او زل زده نگاه می‌کند و از این جهت معصومیتی برای او باقی بماند. در سال ۱۸۴۰ یک جراح اسکاتلندی بر این نکته اصرار داشت که حتی با دیدن چشمان یک زن بدکاره می‌توان به بدکاره بودن او پی برد. مدتی بعد، مجسمه‌سازان و نقاشان دست از احتیاط برداشتند و تولیدات هنری خود را صرفاً برای کسب لذت در معرض دید مردان قرار دادند.

### علم جنسی

میل جنسی هم در زنان و هم در مردان نشأت گرفته از تستوسترون است، و همان طور که گفتیم مردان ۱۰۰۰ درصد تستوسترون بیشتر دارند. هرچه تستوسترون یک شخص بیشتر باشد میل جنسی او بیشتر است. در زنان

تستوسترون درست در زمانی که تخمک‌گذاری انجام می‌شود به اوج خود می‌رسد، هرچه میزان تستوسترون زن در زمان اوج بالاتر باشد میزان انگیزه و میل جنسی او در تمام مدت سیکل ماهانه بیشتر باقی می‌ماند. زنانی که به طور کلی سطح تستوسترون بیشتری داشته باشند در مقایسه با خواهران خود از میل جنسی بیشتری برخوردارند. همین مطلب در مورد مردان هم صدق می‌کند، مردانی که تستوسترون بیشتر دارند معمولاً در طی زندگی خود روابط جنسی بیشتری برقرار می‌کنند. به عبارت دیگر فعالیت جنسی هم مرد و هم زن بستگی به اندازه تستوسترون او دارد. میزان تستوسترون مرد هم مانند زن نوسان می‌کند، اما در مردان نوسان تستوسترون مبنای روزانه و فصلی دارد. میزان تستوسترون مرد در صبح بیشتر است و در شب به کمترین حد خود می‌رسد. میزان تستوسترون در تابستانها افزایش می‌یابد و در پاییز به اوج خود می‌رسد، اما در بهار کنترل می‌شود. تماس و رابطه جنسی در فصلهایی که سطح تستوسترون بیشتر است افزایش می‌یابد.

تستوسترون و تهاجمات جنسی هم با هم در ارتباط هستند. تجاوزات جنسی از سوی جنس مذکر بیشتر مربوط به فاصله سالهای ۱۷-۲۵ سالگی است. اما به مرور با کاهش تستوسترون از شدت آن کاسته می‌شود. در فصل پاییز که تستوسترون مردان بیشتر است میزان تجاوز هم بیشتر صورت می‌گیرد. تجاوزات خشونت‌آمیز ناشی از بالا بودن تستوسترون است، اما کسانی که تجاوزشان با خشونت همراه نیست به طور معمول تستوسترون متوسط دارند. معمولاً می‌توان با تجویز دارو و بنابراین با متوقف ساختن تولید تستوسترون از میزان تجاوزات جنسی کاست. به همین دلیل مصرف استروئیدهای آنابولیک افزایش چشمگیر پیدا کرده است و با خود نگرانیهایی به همراه داشته

است. استروئیدهای آنابولیک هورمونهای مردانه هستند که در مقایسه با اندروژن که به صورت طبیعی تولید می‌شود، می‌تواند اثربخشی بیشتری داشته باشد و به قول یک پژوهشگر مصرف آنها خشونت‌های جنسی را افزایش می‌دهد. تخمین زده می‌شود که در آمریکا ۵۰۰۰۰۰ نوجوان داروی استروئید مصرف می‌کنند که هدفشان تقویت میل جنسی است. این موضوع سلامتی ملی را به خطر انداخته است. اشخاصی که استروئید مصرف می‌کنند نسبت به محرکهایی که رفتار خشونت‌آمیز را دامن می‌زند واکنش تند و تیزتری نشان می‌دهند. در حالی که در این مقطع زمانی هنوز اثباتی در این خصوص به عمل نیامده، اما می‌توان گفت بسیاری از تجاوزات جنسی ناشی از مصرف خودسرانه استروئید است.

تنها هورمونهای بالغانه نیست که رفتارهای جنسی را سبب می‌شود. در معرض سطوح بالای اندروژن‌های جنینی قرار گرفتن، به خصوص تستوسترون، رفتار جنسی را در جهات خاصی به حرکت درمی‌آورد. ساختار هیپوتالامیک-لیمیک مغز اغلب هورمون‌ها و از جمله غریزه‌های جنسی را تنظیم می‌کند، همان‌طور که در فصل یک دیدیم زن و مرد در زمینه هیپوتالامی با هم تفاوت‌های اصولی دارند که این ناشی از در معرض هورمون‌های مردانه قرار گرفتن در رحم است. با مطالعه روی حیوانات در این خصوص به آگاهی‌های فراوان رسیده‌ایم. در حال حاضر می‌دانیم که سطح بالای تستوسترون رفتار جنسی مرد را حادث می‌کند.

قرار گرفتن در سطح بالای تستوسترون می‌تواند به فزونکاری جنسی و احساس مالکیت جویی بسیار زیاد منجر گردد. بنابراین شاید بتوان گفت که حتی حسادت، بخشی از ماجرا و حکایت هورمون است. و مطمئناً حسادت از گونه‌ای که اتلو را به رفتار خشونت‌آمیز کشید در میان مردان

بیش از زنان شایع است.

بررسیهای جدیدتر نشان می‌دهند که انگیزختگی جنسی در مردان و زنان متفاوت است، و سیر رفتار تهاجمی و جنسی در جنس مذکر یکسان است. این زمینه‌ای است که در حال حاضر پژوهشگران درباره‌اش به شدت بررسی می‌کنند. اما با این حال بخش اعظم این بررسیها روی حیوانات آزمایشگاهی انجام شده است. برای مثال به این نتیجه رسیده‌ایم که میل جنسی جنس مذکر صرفاً از ناحیه تستوسترون سوخت‌گیری نمی‌شود، بلکه دوپامین هم در آن نقش ایفا می‌کند. موش نر که محروم از دوپامین می‌شود دنبال موشهای ماده نمی‌رود، اما به محض آنکه دوپامین به موش نر تزریق می‌شود او به جنس ماده گرایش پیدا می‌کند. علاقه و میل جنسی موش ماده هیچ ارتباطی با این انتقال‌دهنده عصبی ندارد. در حال حاضر تائیدات اولیه‌ای صورت گرفته که این موضوع در انسانهایی که با روشهای جدید درمان پارکینسون روبه‌رو می‌شوند صدق می‌کند. اکنون مشخص گردیده است که یکی از دلایل بیماری پارکینسون، نبود دوپامین در مغز است. بیمارانی که داروی ال-دوپا مصرف می‌کنند با بهبودی قابل ملاحظه‌ای روبه‌رو می‌گردند. اما در مردان مصرف این دارو تولید عوارض جانبی ناخواسته می‌کند. نعوذ خود به خود و افزایش میل جنسی. اما زنان بیمار با مصرف این دارو تغییری در میل جنسی‌شان پدیدار نمی‌شود.

موضوع با دوپامین به انتها نمی‌رسد. واسو پرسین و اکسی توسین انتقال‌دهنده‌های عصبی هستند که در هیپوتالوموس یافت می‌شوند و هر دو روی رفتارهای اجتماعی و جنسی حیوانات عالی‌تر اثر می‌گذارند. واسو پرسین در مردان بیشتر مشاهده می‌شود، اما اکسی توسین روی اجتماعی شدن و اکنشهای جنسی و مراقبتهای مادرانه بیشتر تأثیر

می‌گذارد. درباره این غریزه مادری بعداً به تفصیل بیشتری بحث می‌کنیم. واسوپرسین مردانه در نرونهاي آمیگدالا و هیپوتالاموس قدامی بیشتر یافت می‌شود. اگر این بخش از مغز موش را از میان برداریم، تهاجم جنسی‌اش به مقدار زیاد کاهش می‌یابد. اما اگر همین بخش از مغز موش ماده را حذف کنیم هیچ تغییری در رفتار او پدیدار نمی‌شود. پژوهشگران برجسته‌ای که در این خصوص بررسی می‌کنند معتقدند که وجود مدارهای کترلی جنسی و پرخاشگری و تهاجم در مغز مرد ما را به تأمل وادار می‌کند تا درباره این رابطه آناتومیک بررسی بیشتری بکنیم.

بنابراین فعالیت جنسی مرد به لحاظ بیولوژیایی با تهاجم در ارتباط است. اگر یک حیوان مذکر اخته شود رفتار جنسی‌اش به تدریج کاهش می‌یابد، میزان واسوپرسین او هم کاهش پیدا می‌کند. فعالیت جنسی بدون واسوپرسین هم می‌تواند ادامه پیدا کند، اما از مداومت و پیگیری که خصوصیت مردان برانگیخته جنسی است بهره‌ای ندارد. جنس مذکر در جریان پیش نوازش واسوپرسین تولید می‌کند. بنابراین این انتقال‌دهنده عصبی در میل جنسی مردان بیش از میل جنسی زنان تأثیر می‌گذارد. در واقع اگر واسوپرسین به طور مصنوعی در زن افزایش پیدا کند نتایج معکوس بر جای می‌گذارد. اکسی‌توسین روی عشقبازی مردان تأثیر می‌گذارد. مردان در مقایسه با زنان از اکسی‌توسین بسیار کمتری برخوردارند، اما اکسی‌توسین روی مرد به شکل دیگری تأثیر می‌گذارد. در مردان توانایی نعوظ را افزایش می‌دهد و به هنگام رسیدن به اوج لذت جنسی مقدار قابل ملاحظه‌ای از آن آزاد می‌شود. اکسی‌توسین تولید لذت می‌کند و این احتمالاً در تجربه به اوج لذت جنسی رسیدن مردان نقش مهمی ایفا می‌نماید. در زنان اکسی‌توسین در نهایت مهر و علاقه و توجه را

افزایش می دهد.

با این حساب این چه معنا و مفهومی دارد؟ به این نتیجه می رسیم که زن و مرد در این زمینه خاص هم رفتار متفاوتی را به نمایش می گذارند. اگر از زن انتظار داشته باشیم مانند مرد رفتار کند و اگر از مرد بخواهیم رفتار زنانه داشته باشید کاری و انتظاری برخلاف واقع داشته ایم. زن و مرد تجهیزات متفاوتی دارند.

### بوی عشق

انتقال دهنده های عصبی می توانند روی رفتار جنسی ما تأثیر بگذارند و چشم، دست کم در مردان، می تواند شهوانی باشد، اما درباره بینی چه می توان گفت؟

فرومونهایی از قبیل ۱۶- اندروستنز مواد دیده ناشدنی هستند که ما آنها را برای اشخاصی از گونه خود تولید می کنیم. ما ابری از فرومونهای دیده نشدنی و رایحه گرفته با خود به همراه می کشیم که نشانه های جنسی محسوب می شوند. اندروستنول از عرق زیر بغل مردان تولید می شود. در دانشگاه کالج لندن، ۳۸ دانشجوی دختر در طی شب در معرض بوی ۱۶- اندروسترن قرار گرفتند. آنان از این موضوع اطلاعی نداشتند، اما صبح روز بعد تبادلهای این اشخاص با مردان به مقدار زیاد افزایش یافت. بررسیهای به عمل آمده پدیده مشابهی را در مردان نشان نمی دهد. عرق زیر بغل مردان با رایحه ای که تولید می کند وسیله ای برای برقراری ارتباط می شود و روی زنان تأثیر مطلوب می گذارد.

با این حساب زنان در جنگ روابط جنسی از کدام سلاح بیولوژیایی می توانند استفاده کنند؟ بررسیهای جدیدی که در کشور اتریش انجام گرفته نشان می دهد که وقتی مرد در کنار زنی که تخمک گذاری می کند قرار

می‌گیرد میزان تستوسترون بدنش افزایش می‌یابد. چه علتی دارد؟ اسیدهای چرب که در مایعات واژن یافت می‌شود. در جریان یک بررسی علمی در اتریش و در شهر وین، پژوهشگران ۱۰۶ مرد را به چهار گروه تقسیم کردند. یک گروه اسید چرب مصنوعی بو کشید، گروه دوم اسید چرب عادت شدن و گروه سوم اسید چرب در فاصله دو زمان اول و دوم و گروه چهارم تنها آب معمولی را بوئید. معلوم شد میزان تستوسترون مردان گروه اول افزایش یافته است، اما تستوسترون مردانی که آب معمولی را بو کرده بودند به نصف کاهش یافت.

فرومونهای انسانی، که یکی از مؤثرترین جذب‌کننده‌های جنسی هستند، سلاح مخفی صنعت تولید عطر محسوب می‌شود. زنی که عطر می‌زند از خود یک رؤیای جنسی برجای می‌گذارد. آن طور که معلوم است بازار عطر جهانی در سال ۲۰۰۰، ۲۲ میلیارد عطر زنانه به بازار عرضه کرده است. و این در حالی است که عطر تولیدی برای مردان به کمتر از ۱ درصد این رقم بالغ می‌گردد. در دنیای پیچیده عطریات با آنکه عطر سازان نمی‌خواهند این مطلب را اذعان کنند، فرومونها نقش اساسی بازی می‌کنند.

### مردان چه می‌خواهند؟

وقتی از مردان می‌پرسند که از یک زن چه می‌خواهند در اغلب موارد به زیبایی فیزیکی او اشاره می‌کنند. در جریان یک بررسی که ترجیحات زوج‌گیری را، در فاصله سالهای ۱۹۳۹ و ۱۹۸۹، بررسی کرد معلوم شد که در تمامی این سالها مردان برای زیبایی زن بهای فراوانی قایل بوده‌اند و این در حالی است که موضع‌گیری زنان به گونه دیگری بوده است. مردان زیبایی می‌خواهند و زنان امنیت مالی. از این رو مردان تشویق می‌شوند که

رقابت کنند و زنان هم تشویق می‌شوند که بر زیباییهای خود بیفزایند. در این شرایط سوپر مرد زن دلخواهش را پیدا می‌کند و جراحان پلاستیک ثروتمند می‌شوند. در سال ۱۹۹۶ یک بررسی روی ۱۳ کشور مختلف دنیا نشان داد که ترجیحات جنسی مردان مشابه یکدیگر است. برای اغلب مردان سینه‌های پر و قرینه، چشمان درشت و بینی کوچک و کمرهای باریک از اهمیت فراوان برخوردار بود. البته در مواردی موضوع‌گیرها تفاوت می‌کرد که از جمله می‌توان به بعضی از مردان قبایل اناره کرد که خواسته‌های متفاوتی داشتند.

البته این بحث مطرح است که چرا زنان باید مطابق میل و علاقه مردان ظاهر شوند. به هر صورت خواسته‌های مردان رویای آنان است و رویای زنان نیست. البته مردان احمق نیستند و خوب می‌دانند که زن عروسکی را پیدا نمی‌کنند، اما آنان به هر صورت تحت تأثیر شرایط بیولوژی خود در رویا می‌شوند و از این رو چه اشکالی دارد که در رویاهای خود بسر ببرند. مردان در مجموع زنان زیادی می‌خواهند، مردان در خیال و رؤیا می‌شوند و زنان این را دوست ندارند. اما انسان در زندگی همیشه در ذهنش بیش از آن مقداری که نصیبش می‌شود تقاضا می‌کند. مردان در زندگی خود خیلی از چیزها را آرزو می‌کنند که نصیبشان نمی‌شود، اما از اینکه در زندگی در مقایسه با سطح خیالشان چیز کمتری نصیبشان می‌شود احساس فریب‌خوردگی پیدا نمی‌کنند، زیرا می‌دانند که خواسته‌هایشان حقیقی نیست.

### زندگی به اتفاق

زندگی کردن زن و مرد با هم دشوار است، اما اغلب جدا زندگی کردن آنان کار دشوارتری است. مرد بیقرارتر، متوقع‌تر و تکانه‌ای‌تر است،



اما در ضمن نمی‌خواهد زندگی مشترک مشمئزکننده‌ای داشته باشد. زندگی به اتفاق برای دادن امکانات به یکدیگر است. فضایی که ما به همسرمان می‌دهیم معیاری از اعتماد و اطمینان و نیز نشانه‌ای از قدرت ماست.

اشتباه مرد در این است که می‌خواهد زنش قدرت داشته باشد و اشتباه زن هم این است که می‌خواهد بر مردش قدرت براند.

### زن می‌خواهد مرد مثل او باشد

زن دوست دارد مرد مثل او باشد، بیشتر متوجه و مراقب باشد، بیشتر فکر کند. زن می‌گوید از آن جهت مرد را می‌خواهد، زیرا به او علاقه و توجه دارد. آیا این طور است؟ او مرد را می‌خواهد که تقلیدی از او باشد و این به معنای نفهمیدن مرد است. این به معنای فقدان و نبود قوه تصور، همدردی و همدلی است. این خانم خود شیفته است. این به معنای درک نکردن یک مرد است و اگر زنان همچنان از قدرت تخیل جنسی مرد بی‌اطلاع باشند، می‌توان گفت که خطا کار و گنه کار هستند. در نهایت این تفاوت‌های مغزی است که آخرین تابوی جنسیت را سبب می‌شود.

مرد می‌داند که زن تا چه اندازه او را درک نمی‌کند، اما برای او مشکل است که این را به او بگوید.

مرد می‌تواند به زن کمک کند، اما این کمک کردن باید به شکلی باشد که خود او می‌خواهد. مرد در بسیاری از لحاظ نمی‌تواند به خوبی زن رفتار کند، اما باورهای جنسیت حاکم می‌گوید زن و مرد باید تفاوتی به لحاظ جنسیت با هم نداشته باشند. رسیدن به هماهنگی با یکدیگر هرگز کار ساده‌ای نبوده است، اما اگر نتوانیم تفاوت‌های میان زن و مرد را تشخیص دهیم کار از آنچه هست دشوارتر می‌شود.

## مرد دوست ندارد که زن مانند او باشد

مرد شریک زندگی می‌خواهد، اما، رقیب نمی‌خواهد. با هم کنار آمدن به معنای تعادل و توازن قدرت نیست. این خواسته تولید جنگ و نزاع می‌کند. مرد دنبال ذهنی متفاوت می‌گردد. دنبال اسراری است که وجود دارد. ذهن زن و نه بدنش همیشه در فاصله و دور است و تا حدودی می‌توان گفت که ایمن نیست. این همان چیزی است که مرد می‌خواهد. زنان همچنان برای مردان ناشناخته باقی می‌مانند. این را هالیوود خوب می‌داند و در بسیاری از فیلمهایی که تهیه می‌کند زنان برای مردان دست نیافتنی می‌شوند. در کار عشق مرد خواهان زنی نیست که با او رقابت کند، او خواهان زنی است که او را تکمیل کند. ما این فصل را با بحث درباره خیالات مردانه شروع کردیم، اما این خیالات به سرعت محو می‌شوند. مرد متوجه می‌شود که زن تا چه اندازه آسیب‌پذیر است. مرد دنیای خود را می‌شناسد. مرد از زن راحتی، شریک زندگی و یک معشوق می‌خواهد. خود او هم می‌خواهد برای زن چنین حالتی داشته باشد. نیروی محرک شیمیایی میان زن و مرد از گونه رضایت و لذت است و در این میان چیزی به مراتب بیشتر از فیزیک و جسم مطرح است. زن لزوماً متفاوت از مرد است. او زنی است که بسان زن در تابلو نقاشی درک نمی‌شود، به مالکیت در نمی‌آید و تحت سلطه قرار نمی‌گیرد. که این البته عالی به نظر می‌رسد. اما آیا زمان آن نرسیده که مرد به زن در کارهای خانه کمک کند، آیا زمان آن نرسیده که در بزرگ کردن فرزندانش دخالت بیشتری داشته باشد. آیا زمان رفتن به فصل جدید نرسیده است؟

### خلاصه

● مردان واسوپرسین بیشتری دارند، انتقال‌دهنده عصبی که به مرد

انگیزه‌ای دائم می‌دهد تا جفتی برای خود پیدا کند.

- تستوسترون به مرد و به زن میل جنسی می‌دهد، اما تستوسترون مرد ده برابر تستوسترون زن است.
- مرد اکسی‌توسین کمتری دارد؛ انتقال‌دهنده عصبی که توجه و محبت را افزایش می‌دهد.
- انگیزه و میل جنسی مرد و مدارهای مغزی تهاجم مردانه با هم در ارتباط هستند.

## روند آتی

- به نظر نمی‌رسد که نیاز مرد به دیدن محرکهای دیداری یا عکس‌های مستهجن از بین برود، زیرا این بخشی از نیازهای بیولوژیایی اوست.
- به نظر می‌رسد که این حرف مورد قبول بسیاری از اشخاص نباشد و حتی شکل‌های ملایم‌تر آن را رد کنند.

## هدفهای مطلوب

- باید بدانیم که سکس و تهاجم و پرخاشگری در مردان در ارتباط نزدیک با هم هستند. اغلب مردان می‌آموزند که این ارتباط بیولوژیایی را کنترل کنند، اما این چیزی است که باید فرا گرفته شود. پسری که تبدیل به مرد می‌شود با هجوم میل جنسی و تهاجم روبه‌رو می‌گردد و اگر او از بیولوژی خود اطلاعات بیشتری بدست آورد می‌تواند این دو احساس را از هم جدا بکند.
- مرد دارای مدارهای انتقال‌دهنده عصبی زن که اسباب رفتار دوستانه، صمیمیت و گرمی می‌شود نیست. مرد به لحاظ احساسی موجود

سردتری است. درک کردن این موضوع سبب می‌شود که زنان بتوانند با مردان بهتر زندگی کنند.



## مرد جدید واقعی توجه به واقعیتها

مرد جدید آن طور که می‌گویند مرد خوبی است و الگوی مناسبی برای همه مردان محسوب می‌شود. وقتی از سر کار به منزل برمی‌گردد به مراقبت از فرزندانش می‌پردازد و کارهای منزل را انجام می‌دهد. او یک شریک زندگی به تمام معناست. او متوجه و علاقمند است. مذکر مورد نظر آینده همسر جدید و بهبود یافته خانه است. این برداشت زیبا از مرد، اگر بیش از اندازه به رسانه‌ها توجه نداشته باشد، موضوعی جدید است. آنچه در روزنامه‌نگاری و ژورنالیسم به درد می‌خورد و مورد توجه قرار می‌گیرد، آن چیزی است که خلاف عقل سلیم باشد، خلاف باورهای عمومی باشد. مرد جدید با این توصیف جور درمی‌آید به این دلیل که او کسی است که اغلب مردان نیستند. او تمیز و مرتب می‌کند. آشپزی می‌کند، به بچه‌ها توجه دارد. او لباسها را اتو می‌کشد، تنها اشکال این مرد در این است که با صحبت مردان روی زمین همخوانی ندارد.

در فاصله سالهای ۱۹۹۰ و ۱۹۹۵ شمار خانواده‌های تک‌والدی در بریتانیا ۲۷ درصد افزایش یافت. در سال ۱۹۹۵، به استناد اداره ملی آمار، از هر ۵ کودک، یک کودک در خانوارهای تک‌والدی زندگی می‌کرد.

در سال ۱۹۹۱، ۹۴ درصد این کودکان با مادرانشان زندگی می‌کردند. اغلب پدران کمتر از ۵ دقیقه با فرزندشان وقت صرف می‌کردند.

مهم‌ترین ویژگی مرد جدید کمیاب بودن اوست. اگر او پسر داشت موجود به خطر افتاده‌ای محسوب می‌شد. با این حساب چگونه او را شناسایی کنیم؟

### مرد جدید باید در تربیت و بزرگ کردن فرزندانش سهمی مساوی با زنش داشته باشد

این مانترا به قدری تکرار شده که حالت یک اصل را پیدا کرده و با این حال مردان، به حکم آمار موجود، سهم خود در بزرگ کردن فرزندانشان را نمی‌پذیرند. در واقع عکس این مصداق دارد. مردان از زیر بار مسئولیت‌هایشان شانه خالی می‌کنند. چگونه چنین اتفاقی افتاد؟

در ظاهر زنان در ۲۵ سال آخر قرن بیستم به آزادیهای فراوانی دست یافتند. زن می‌تواند به انتخاب خود کار بکند یا نکند. می‌تواند انتخاب کند که چه زمانی صاحب فرزند شود و چند فرزند داشته باشد. می‌تواند تصمیم بگیرد که ابدأ صاحب اولاد نشود. به او قدرتی داده شده که مستقل از مردان باشد. برای اولین بار در تاریخ، دست کم به حکم ظاهر، او از سلطه مردان رهایی یافته است. او مدتهای مدید تحقیر شده است، اما حالا می‌تواند مرد را رد کند. انقلابی در انتظارات و توقعات بوجود آمده است. نه تنها در زمینه فرصت برابر، بلکه قول نتیجه برابر در همه امور. اما...

همان چیزهایی که قرار بود زنان را آزاد کند: قرص ضدبارداری، فرصت کار، شرایط رفاهی بیشتر، زن را مجبور کرد پول اجاره منزل را بدهد و کار کند تا فرزندانش را بزرگ کند. جنبه دیگر رسیدن به آزادی او

فروپاشیدن خانواده‌ها در بخشهای پایین‌تر جامعه بود:

تعداد مادران تنها که بدون ازدواج صاحب اولاد شده‌اند ۶ برابر شده است.

میزان طلاق به سه برابر افزایش یافته است.

شمار مردان جوان خطاکار و آنانی که بزهکاری می‌کنند به شدت افزایش یافته که علتش نبود والد از جنس مذکر در منزل است.

اما این روی مردان چه تأثیری بر جای گذاشت؟

به نظر می‌رسد که آزادی بیشتر زنان هم چنین آزادی بیشتر مردان بود که بدون زن زندگی کنند یا احساس مسئولیتی در قبال فرزندان خود نداشته باشند. فرزندان ناخواسته، تقصیر زن هستند. وجود قرصهای ضدبارداری و امکان راحت سقط جنین مسئولیت را بر دوش زن گذاشته است. میل به ازدواج در زنان کاستی گرفته و مردان هم احساس می‌کنند مسئولیت چندانی در تأمین معیشت زنان ندارند. چرا مرد باید چنین کاری بکند؟ زن می‌تواند کار کند یا در صف مستمری بگیران رفاهی از دولت بایستد. و این مرد را آزاد کرد. آزادی زنان، مردان را از مسئولیت معاف کرد.

پدران اغلب از مسئولیتهای خود طفره می‌روند، و به همین دلیل است که با این همه خانواده تک‌والدی مادرانه مواجه هستیم. این در آینده تولید مشکل می‌کند، زیرا بررسیهای به عمل آمده نشان می‌دهد فرزندان که با یک والد بزرگ می‌شوند، میزان مرگ و میر و بیماریشان بیشتر است، بیشتر در خطر بهره‌کشی و بدرفتاری قرار دارند، بیشتر امکان بزهکاری دارند و با احتمال بیشتری اقدام به جرم و جنایت می‌کنند. این باور تک‌جنسیتی که



می‌گویند پدران و مادران می‌توانند جایشان را با هم عوض کنند در نهایت ناخشنودی، بدبختی و بزه‌کاریهای آتی را افزایش می‌دهد.

حتی در جایی که مردان در قبال خانواده‌های خود احساس مسئولیت می‌کنند، زنان به رغم این آزادیهایی که بدست آورده‌اند مسئولیت اصلی مراقبت از فرزندان را برعهده دارند. کشورهای اسکاندیناوی به دلیل نگرشهای لیبرالی و سیاستهای اجتماعی پیشرفته زیانزد خاص و عام هستند. در این کشورها برابری میان زن و مرد دیگر یک آرزوی واهی نیست. این انتظار می‌رود که این گونه باشد و در مقایسه با هر جامعه دیگری فرصتهای برابر در جامعه اسکاندیناوی بیشتر به زنان داده شده است. برای مثال در سوئد، بیش از ۸۰ درصد زنان در خارج از خانه کار می‌کنند و این همان درصدی از مردان است که در خارج از خانه کار می‌کنند. تسهیلات عالی مراقبتهای روزانه از فرزندان این خانواده‌ها وجود دارد. سایر سیستمهای حمایتی از خانواده‌ها هم عالی کار می‌کنند. با این حال به گفته مقامات دولتی و رسمی سوئدی، مسئولیت اصلی رسیدگی به کارهای خانه و رسیدگی به بچه‌ها از سوی زنان صورت می‌گیرد.

عقب‌نشینی مردان از مسئولیتهای پدری در قبال فرزندان می‌تواند ناشی از برخی ابهامات درباره نقشهای آنان باشد. در گذشته، از پدران انتظار می‌رفت که مرد باشند. آنان به پسرانشان نظم و ترتیب می‌آموختند، اما ارتودکسی جدید می‌پذیرد که پدران مادر باشند. برخی از فشارها از سوی زنانی اعمال می‌شود که چون حالا کار می‌کنند، در مقایسه با گذشته به کمک بیشتری احتیاج دارند. فشار دیگر از ناحیه متخصصان سرپرستی فرزندان وارد می‌شود. در سال ۱۹۹۲ جیم ون هورن، مدرس زندگی خانوادگی در دانشگاه ایالتی پن، ضمن یک پرسشنامه بر آن شد بداند آیا مردان پدران خوبی هستند. از مردان انتظار می‌رفت که موارد زیر را بدانند:

۱- سایز کفش فرزندانشان چند است، ۲- نوبت بعدی مراجعه به دندانپزشک آنان چه زمانی است و ۳- آیا واکسن هایشان را به موقع زده‌اند. می‌توان مطمئن بود که پدران در این آزمون بازنده شدند. وان هورن می‌گوید: «این پدران در حالی که به صورت فیزیکی حضور داشتند، به لحاظ کارکردی غایب بودند. این آزمون مؤنث کردن نقش پدر را نشان می‌دهد و هرگز جای تعجبی وجود ندارد که مردان از این کارها شانه خالی می‌کنند. در فرودگاه هیتر و لندن، در دستشوییهای مردانه مکانهایی را برای تعویض پوشک بچه‌ها در نظر گرفته‌اند، چیزی که در آمریکا هم به وفور دیده می‌شود و حالا، ظاهراً، در بریتانیا هم اشاعه پیدا کرده است. اما اغلب پدران ترجیح می‌دهند که بچه‌هایشان کثیف باشند، اما آنان را برای تعویض پوشک نبرند. پدران مادر نیستند.

با این حال فشار برای تبدیل کردن پدران به مادران ادامه دارد. به نشانه‌های مطلوب برابری جنسیتها وقتی پی می‌بریم که دانا شالالا، وزیر بهداشت و خدمات انسانی پرزیدنت کلینتون، وقتی در سال ۱۹۹۱ رئیس دانشگاه ویسکانسین بود، از ما خواست تصور کنیم دختر کوچکی بنام رناتا در سال ۲۰۰۴ چگونه زندگی خواهد داشت. شالالا می‌گوید: «بعد از مدرسه، رناتا به یک مرکز مراقبتهای روزانه از کودکان می‌رود. در آنجا او با بهترین دوستش جاش، کامیون بازی می‌کند، گاه این دو در نقش مامان و بابا ظاهر می‌شوند. جاش همیشه بچه را در تخت خوابش می‌گذارد، پوشکهای او را عوض می‌کند، درست همان کاری را می‌کند که پدرش در خانه انجام می‌دهد».

در حال حاضر، در ایامریکای شمالی، به پسران و دختران آموزشهای سرپرستی و نگهداری از فرزندان را یاد می‌دهند. در این دوره‌ها گاه بچه‌های ۱۱ ساله عروسک بغل می‌کنند تا بتوانند مسئولیت را بیاموزند.

ظاهراً، پیری که تخم مرغی بدست بگیرد و آن را تا مدتی به زمین نیندازد تا بشکند نمره قبولی می‌گیرد. اما از همه پسران انتظار می‌رود که تبدیل به پدران جدید شوند و پوشک بچه‌ها را عوض کنند. در کلاس گفته می‌شود انتظار این است که پدر و مادر به یک اندازه در بزرگ کردن فرزندشان سهیم شوند، اما آنچه در جامعه محترم محسوب می‌شود در عمل پیاده نمی‌شود. با توجه به بررسی‌های صورت گرفته در جمع پدران ۲۵ تا ۵۹ ساله فقط ۱ درصد به طور تمام وقت در منزل می‌مانند. پسران خیلی ساده پسر باقی می‌مانند. جاش، برخلاف آرزوهای دانا‌شالالا، به راحتی پوشک عوض نخواهد کرد. مهم نیست که معلم جاش چندبار از او بخواهد تخم مرغ‌ها را به زمین نیندازد. دکتر سباستیان کرامر، عضو کلینیک تاویستوک لندن، و کسی که پیشوای مرد جدید به حساب می‌آید، به اینکه مرد تبدیل به زن نمی‌شود توجه دارد، اما همه را تقصیر مرد می‌داند. او می‌گوید: «جای تأسف است که بسیاری از مردان جوان می‌خواهند به فرزندان خود مهر بورزند، اما جرأت نمی‌کنند». مردان به شدت زیر فشارند که مانند زنان رفتار نکنند و این برای آنان در حکم یک حرام شده است.

ما دیده‌ایم که مردان مانند زنان ساخته نشده‌اند. برداشتها، نگرشها و مهارت‌های متفاوتی دارند. آنان نه بهتر هستند و نه بدتر، فقط با هم فرق دارند. یک پدر خوب مجبور نیست زیر فشار دولت بچه خود را بزرگ کند، او باید کاری را که به حکم باورهاش مهم هستند انجام بدهد. و اگر جامعه انتظار دارد که مردان در نقش مادر ظاهر شوند، باید نومییدی را هم تحمل کند. بسیاری از مردان مایوسانه می‌خواهند پدران خوبی باشند، اما احساس می‌کنند از این توانمندی برخوردار نیستند زیرا نمی‌توانند مطابق میل و خواسته زنان رفتار کنند. آنان از خانه خود فراری می‌شوند، زیرا احساس می‌کنند که مهارت‌ها و طبیعت آنان محترم شناخته نمی‌شود و شاید

اصولاً مورد نیاز نیست.

### مرد جدید باید سهم خودش را در کارهای منزل انجام دهد

باور رایجی است که مردان در خانه کار نمی‌کنند. آنان جلو تلویزیون لم می‌دهند و شاید برای اینکه جاروی برقی زیر پایشان را بلند کنند، پاهایشان را برای لحظه‌ای از کف اتاق بردارند. در واقع مرد به همان اندازه زن برای خانه‌اش کار می‌کند. تفاوتش این است که کار او مردانه است و مثلاً اتومبیل خانه را تعمیر می‌کند، و زن ۷۰-۹۰ درصد آشپزی، خرید و کارهای منزل را انجام می‌دهد.

شکایت پیوسته از مردان که کارهای داخل منزل را انجام نمی‌دهند، به نظر کاملاً غیرمنصفانه می‌رسد. آمار نشان می‌دهد که مردان در مجموع از زنان بیشتر کار می‌کنند. در سال ۱۹۹۶ مردان به طور متوسط هفته‌ای ۴۶ ساعت کار می‌کردند که این در مقایسه ۶ ساعت از کار زنان بیشتر بود. مردان در واقع یک روز تعطیل آخر هفته کمتری داشتند. در کارهای دستمزدی مردان دو برابر زنان کار می‌کنند. در حالی که مردان برای رفتن به سرکارشان دو برابر زنان در اتومبیل می‌نشینند و ۵ دقیقه زودتر از زنان به محل کارشان می‌رسند (۳۷ دقیقه در برابر ۳۳ دقیقه). پروفیسور کولین پولی، استاد دانشگاه لانکاستر، نشان می‌دهد که زنان نه تنها از وسایل نقلیه کند روتر استفاده می‌کنند، بلکه از این فرصت برای خرید کردن و گذاشتن بچه‌ها در مدرسه سود می‌جویند. اغلب مردان سخت‌کوش هستند و زیاد کار می‌کنند، و با این حال به آنان گفته می‌شود که به اندازه کافی کار نمی‌کنند. به همین دلیل وقتی به خانه می‌آیند باید فرش و قالی را جارو بزنند.

بحث پیش از اندازه درباره اینکه کی، چه کاری در منزل می‌کند

می‌تواند روی رابطه ازدواج تأثیر بد بگذارد، و با این حال این بحثها تشویق می‌شوند. دو سوم زنان معتقدند که شوهرانشان به قدری که آنان می‌خواهند کار نمی‌کنند. به استناد درجیه مجله *تاپ سنت*، در جریان یک همه‌پرسی از ۵۰۰۰ زن، آنان گفتند که از هر ۱۰ خانه، مردان فقط در یک خانه با سهم برابر با زن کار می‌کنند. ۵۳ درصد زنان مسئولیت کامل تمیز کردن خانه را برعهده دارند. از هر ۱۰ زن، ۸ زن گفتند از آنان انتظار می‌رود که نقشهای بسیار متعددی ایفا کنند (به استثنای یک زن، بقیه زنان گفتند که زندگی آنان به قدری خسته کننده است که فرصتی برای فکر کردن به روابط جنسی پیدا نمی‌کنند). تنها ۲ درصد مردان شستن لباسها و اطو کردن آنها را انجام می‌دهند. با این حال این بررسی نقاط پنهان و برملا نشده فراوان دارد. جارو کردن زن با جاروی برقی کار است، اما جمع‌آوری برگهای درختان از روی زمین و باغچه کار نیست؟ به استناد یک بررسی صورت گرفته کارخانه (کاری که زن می‌کند) کار ضروری است، اما تعمیر اتومبیل (که ۱۰۰ درصد آن توسط مردان انجام می‌شود) و کوتاه کردن چمنها که ۹۵ درصد آن را مردان انجام می‌دهند، کارهای غیر ضروری هستند. مسلماً این بررسی را یک زن برنامه‌ریزی کرده بود و می‌توان امیدوار بود که اتومبیلش پیوسته خراب باشد و باغچه‌اش را علفهای بلند پر کرده باشند. این نتیجه‌گیری که کار مرد سنتی غیر ضروری است، به این واقعیت هم بی‌توجه است که در اقتصاد کشورهای غربی، مردان دو برابر زنان کار تمام وقت می‌کنند. در بریتانیا ۵۵ درصد نیروی کار را مردان و ۴۵ درصد نیروی کار را زنان تشکیل می‌دهند. ممکن است با نگاهی به این آمار به ذهنمان برسد که حدوداً برابری میان کار مردان و کار زنان وجود دارد. اما اگر کمی بیشتر بررسی کنید می‌بینید از هر ۱۰ مرد، ۹ مرد (۹۱ درصد) به صورت تمام وقت کار می‌کنند، اما فقط ۵۵ درصد زنان کار

تمام وقت می‌کنند. این یعنی آنکه نیمی از نیروی کار تمام وقت مردان هستند و ۲۵ درصد زنان کار تمام وقت می‌کنند.

با این حال، از مردانی که بیرون از منزل بیشتر کار می‌کنند انتظار می‌رود که در داخل منزل هم بیشتر کار کنند. در بریتانیا زنان روزی ۱۵۰ دقیقه کار خانگی بدون دستمزد انجام می‌دهند. اما مردان در روز ۴۰ دقیقه کار خانگی بدون دستمزد انجام می‌دهند. این یعنی آنکه زنان در طی هفته ۱۳ ساعت بیش از مردان کار بدون دستمزد در سطح خانه را انجام می‌دهند. زنانی که بیرون از منزل کار می‌کنند روزی ۱۲۰ دقیقه در منزل کار بدون دستمزد انجام می‌دهند، که این در هفته به ۹ ساعت و ۲۰ دقیقه بالغ می‌شود. شوهرشان روزی ۲۳ دقیقه کار بدون دستمزد انجام می‌دهد، که این در هفته به ۲ ساعت و ۱۰ دقیقه بالغ می‌شود. پروفیسور جاناتان گرشانی، تهیه‌کننده این بررسی که روی ۱۰۰۰۰ نفر صورت گرفته است می‌گوید: «زنان به این نتیجه می‌رسند که آنان دو شغل و شوهرانشان یک شغل دارند. به نظر می‌رسد که پروفیسور فراموش کرده است که مردان بیرون از خانه بیشتر کار می‌کنند.»

زنان بیرون از محیط کار چقدر کار می‌کنند؟ در جریان یک بررسی که از سوی اداره آمار ملی تهیه شده است، به این نتیجه رسیده که زنان بیش از مردان در منزل کار می‌کنند. ۶۰ درصد در برابر ۴۰ درصد، اما مردان در محل کاری که حقوق می‌گیرند بیش از زنان کار می‌کنند. در این بررسی خرید کردن در زمره کارهای بدون دستمزد ارزیابی شده است. خرید کردن و رانندگی اتومبیل و پذیرایی از دوستان همه در ساعات کار مربوط به خانه به حساب آمده‌اند. تمام برنامه تدارک غذا به عنوان کار خانگی ارزیابی شده است. در مواقعی همین طور است، اما در بسیاری از مواقع این گونه نیست. به نظر می‌رسد که حرف پول و دادن لذت وقتی نوبت به کار

می‌رسد برای کسب درآمد به حساب می‌آید.

آن: «آیا اغلب آمارها بی‌معنا نیستند؟»

بیل: «یعنی این حرف خودش یک آمار نیست.»

آن: «منظورم این است که آیا نسبت به کاری که زنان می‌کنند کم انصافی

نمی‌کنیم؟»

بیل: «آیا اغلب زنان درباره کم کاری مردان مبالغه نمی‌کنند؟»

آن: «اینکه بفهمیم مردان بیشتر کار می‌کنند تصویر کامل‌تری است.»

«می‌دانیم که نقطه اوج مشاجره زوجها وقتی است که آنان دارای کودکان کمسال هستند.» این حرف آن اوکلی، جامعه‌شناس فمینیست در دانشگاه لندن، است. «در این زمان نابرابری به اوج خود می‌رسد. زنان باید بتوانند از شرایطی مشابه شرایط مردان برخوردار باشند.»

انتظارات زنان از برابری در محل کار و در منزل در بسیاری از حالات غیر واقعی است. نومییدی‌های ناچاری در این خصوص وجود دارد و مرد بدون تردید سپر بلا و بزطلیعه است.

ویرجینیا والیان در کتاب چرا تا این حد آهسته؟ پیشرفت زنان، با تمام نیرو از این ماجرا حمایت می‌کند. والیان ناراحت است و می‌گوید که مردان بسیار کمتر از زنان به کارهای خانه و بچه‌داری کمک می‌کنند. او معتقد است که زنان خانه‌دار به عنوان حق‌خواهی باید قیام کنند. او می‌گوید: «پدران و مادران اگر به تساوی اعتقاد داشته باشند باید فرزندان خود را به گونه‌ای تربیت کنند که پسران و دختران هم ماشین‌بازی و هم عروسک‌بازی کنند. به نگهداری از بچه‌های کوچک‌تر کمک کنند، هر دو در ورزش فعال باشند، دفاع شخصی را یاد بگیرند.» و ما از او سؤال

می‌کنیم «چرا مرد نمی‌خواهد سهم خود را رعایت کند؟» اغلب زوج‌هایی که هر دو در بیرون از منزل کار می‌کنند، پس از بچه‌دار شدن به شیوه گذشته باز می‌گردند و زن برای مراقبت از فرزند در خانه باقی می‌ماند. به گفته روانشناسان گیل کاپوچینی و ری کوچران، اساتید دانشگاه بیرمنگام، شغل شوهران اغلب از شغل زنان بهتر است، دلیلش هم این است که زنان همیشه بخشی از وقتشان را برای کار در منزل می‌گذارند. در جریان مطالعه ۱۰۰ زوج معلوم شد که دو سوم آنان به شکل یکسان و برابر زندگی می‌کنند. به عبارت دیگر هر دو هم شغل دارند و هم در کار منزل به یکدیگر کمک می‌کنند. خانم کاپوچینی خطاب به انجمن روانشناسی شرکت کرده در همایش دانشگاه استراکلید می‌گوید: «بعد از تولد نوزاد، مشاغل تقریباً همه مردان از زنانشان بهتر است». در بسیاری از موارد، زن و شوهر از شرایط جدید راضی هستند و رضایت ناشی از ازدواج در حد بالاست.

روزنامه‌ایندپندنت نه ماه بعد به درستی اعلام کرد که تفاوت‌های جنسیتی وجود دارد و باید لحاظ گردد:

وقتی یک پژوهشگر به انجمن روانی بریتانیا گزارش می‌دهد که پدرانی که در بیرون از منزل کار می‌کنند مانند مردان جدید رفتار نمی‌کنند صدای زنان بلند می‌شود. اما آیا مردان و زنان با هم تفاوت دارند؟ احتمالش هست که مردان و زنان با هم تفاوت داشته باشند؟ احتمالش هست که مردان و زنان با هم تفاوت‌های ژنتیکی داشته باشند، به طوری که زنان به برقراری ارتباط و همکاری علاقمندتر هستند و این در حالی است که مردان بیشتر به موفقیت فکر می‌کنند. با پیشرفت تکنولوژی به موقعیتی رسیده‌ایم که می‌توانیم مغز زنان و مردان را اسکن کنیم و از تفاوت‌های موجود در آنها آگاه



شویم. اما در اعلام این نتایج اکراهی در کار است و به همین دلیل بسیاری از موضوعات برملا و فاش نمی‌شوند.

از چه می‌ترسیم؟ فرض کنیم که زنان برای همکاری و برقراری روابط اجتماعی مستعدتر از مردان باشند و مردان هم روحیه تهاجمی و پرخاشگری بیشتری داشته باشند. چرا باید گفت که یکی از اینها نسبت به دیگری برتری دارند؟ مسلماً در بسیاری از موارد علاقه مردان به مبارزه مفیدتر از میل زنان به سازش و مصالحه است، درست همان طور که عکس این مطلب هم می‌تواند درست باشد.

روابط زن و مرد اغلب نابرابر است، نقشهای آنان با هم متفاوت است، اما این بدان معنا نیست که این نابرابری غیرمنصفانه است. مردان در کار منزل برابر و به اندازه زنان فعال نیستند و در بسیاری از مواقع به توزیع ناعادلانه کارهای منزل میان زن و مرد برخورد می‌کنیم. موضوع بر سر تقسیم کارهای منزل نیست، مهم این است که چه کاری برای مردان و کدام کار برای زنان مناسب‌تر است.

در کار، خانه، مدرسه یا بازی یک تقسیم‌بندی جنسیتی وجود دارد و همچنان باقی خواهد ماند. این تقسیم‌بندی، این تفاوت در درک کردن‌ها ناشی از تجربه متفاوت دو جنس مذکر و مؤنث است: تجربه کردن دنیای بیرون – دنیای اجتماعی و دنیای درون – دنیای بیولوژیایی.

روی هم رفته زنانی که در بیرون از منزل کار می‌کنند هفته‌ای ۹ ساعت و ۲۰ دقیقه بیشتر کار بدون حقوق انجام می‌دهند، اما مردان به طور متوسط در مشاغلی که حقوق می‌گیرند ۲۰ ساعت بیش از زنان کار می‌کنند.

بیل: «با این حساب چرا جنس مؤنث این همه شکایت می‌کند؟»

آن: «این منم، منم، منم. اما تصویر را بیش از اندازه سیاه نقاشی نکنیم. جایی شنیدم از هفت مادر شش مادر معتقدند که شوهرانشان به عنوان شریک زندگی خیلی خوب عمل می‌کنند.»  
بیل: «با این حال گفته می‌شود که آنان در منزل به قدر کافی کار نمی‌کنند.»

آن: «رفتار بعضی از مردان بد است. خیلی از مردان می‌خواهند به محضر ورود به خانه غذایشان روی میز باشد و دمپایی‌هایشان جلو صندلی راحتی‌شان گذاشته شده باشد.»  
بیل: «بله، همین طور است، اما نباید استثناها را یک قاعده به حساب آوری.»

با این حساب چه باید کرد؟ ملیسیابن، مادر فمینیست، جواب را دارد. او می‌گوید: «تعهد پدر به کار ممکن است روزی نوعی بی‌مسئولیتی والدانه ارزیابی گردد.» بیرون از خانه کار کردن و هزینه‌ها را تأمین نمودن چیز بدی است، اما کار کردن در خانه اشکالی ندارد.

اغلب زنان و مردان هر دو کار را انجام می‌دهند و سعی می‌کنند به بهترین شکل ممکن زندگی خود را متعادل سازند. پروفیسور کرمیت دانیل، استاد دانشگاه پنسیلوانیا، معتقد است که تقسیم کار در منزل هم برای زنان و هم برای مردان مفید است. پژوهش پروفیسور دانیل به این نتیجه رسیده است که ازدواج تولید و بارآوری را افزایش داد و این امکان را فراهم ساخت که در محدوده خانواده تخصص صورت خارجی پیدا کند. این حرف معنی‌داری است. مرد اتومبیل‌خانه را تعمیر می‌کند، قفسه انباری و آشپزخانه را می‌کوبد یا انباری و باغچه‌ها را تمیز می‌کند، اما خانه را تمیز نمی‌کند، لباسها را اتو نمی‌کشد یا ظرفها را نمی‌شوید. درایت

دریافتی می‌گوید اینها همگی شرطی تمدنهای اجتماعی هستند. زنان در کودکی شستشوی مغزی داده شده‌اند که باید در خانه کار بکنند. مردستی، یعنی مردی که هنوز بازسازی نشده است، مطمئناً معتقد است که کار خانه وظیفه زنان است، اما مرد جدید که مخلوق بسیار نادری است معتقد است که همه کارها باید به یک اندازه میان زن و مرد تقسیم شود. هیچکدام از اینها درست نیستند. برای تفاوت‌های جنسیتی در منزل دلایل بیولوژیایی وجود دارد.

با این حساب چرا مردان اتونمی‌کشند؟ زنان ۹۳ درصد شستشوها و اتو کردنها را انجام می‌دهند. به نظر نمی‌رسد دلیل محکمی وجود داشته باشد که بگوییم چرا مردان پیراهن و دامن اتو نمی‌کنند. به هر صورت، مگر غیر از این است که مردان مغز فضایی دارند و از مهارت‌های فنی دیگر هم برخوردار می‌باشند. اما به یک نکته توجه داشته باشید: این نیست که آنان نمی‌توانند این کار را بکنند بلکه این کار را نمی‌کنند. جنس مذکر به سربازی رفته دقیقاً می‌داند که چگونه لباسهایش را اتو بزند. از آن گذشته، بسیاری از مردانی که به تنهایی زندگی می‌کنند در این کار بسیار خوب هستند. اما وقتی یک زن و مرد را در کنار هم قرار می‌دهید مرد اتونمی‌زند و زن این کار را می‌کند، دلیلش را باید در بیولوژی مرد جستجو نمود.

به یاد داشته باشید مردان برای اینکه به مغزشان انگیزه بدهند به تحریک بیشتری در مقایسه با زنان احتیاج دارند. مردان به کارهای تکراری و روزمره علاقمند نیستند. مردان به سرعت بیشتری مکدر و کسل می‌شوند. بیولوژی مردان از نوعی است که آنان را به ساختن امپراطوریه‌ها و فتح ماه تشویق می‌کند، اما این بیولوژی از نوعی نیست که او را به انجام دادن کارهای تکراری مجبور کند. سروتونین اندک و دوپامین زیاد که در کاربرد قابلیت استفاده فراوان دارد. در خانه تولید مصیبت و بدبختی می‌کند، زیرا

مرد نمی‌تواند به اندازه زن تمرکز کند. کارهای خانه برای مرد به اندازه کافی جالب نیستند تا کورتکس پیشانی او را به مبارزه بطلبند، و از این رو احتمال اینکه او پیراهنش را در حال اتو کردن بسوزاند بسیار زیاد است. این موضوع درباره هر کار تکراری، مگر کارهایی از قبیل تعمیر اتومبیل یا قایق منزل صدق می‌کند.

حساسیت مردان نسبت به جزئیات امور هم کمتر است. به همین دلیل او به اندازه زن گرد و خاک روی مبر را نمی‌بیند. دبد پیرامونی زن قوی‌تر است و به همین دلیل جزئیات بیشتری را می‌بیند. بررسیهای متعددی در این زمینه که مردان و زنان تا چه اندازه به جزئیات بها می‌دهند صورت گرفته است. حتی اگر مرد متوجه جزئیات هم بشود، به اندازه زن به آن بها نمی‌دهد. برای زن گرد و خاک توهین‌آمیز است. برای مرد این بخشی از دنیای طبیعی است. مردان از همان کودکی گرد و خاک را بیشتر تحمل می‌کنند و حتی خاک را دوست دارند. آنچه مرد آن را تمیز می‌داند در نظر زن ممکن است کثیف باشد. آنچه را مرد کثیف می‌بیند در نظر زن بسیار مشمئزکننده است. حس بسویایی مرد هم کاملاً متفاوت است. مردان آنقدرها متوجه بو نمی‌شوند.

بنابراین زن ممکن است ناراحت شود که مرد در خانه کار نمی‌کند و در کار نظافت سهمی برعهده نمی‌گیرد، اما به احتمال زیاد مرد حتی متوجه نشده است که خانه کثیف است. مردان به تمیز نبودن و به گرد و خاک و غبار بی‌توجهند. قدرت ملاحظه‌کنندگی مرد به اندازه زن زیاد نیست. زن و مرد با هم فرق دارند و این بدان معنا نیست که مرد بدجنسی می‌کند و نمی‌خواهد در کارهای خانه مشارکتی داشته باشد.

از سوی دیگر آیا مرد می‌تواند این کار را به خوبی زن انجام بدهد؟ سازمان مغزی مرد بگونه‌ای است که اداره کردن منزل برای او دشوارتر

است. برای مرد انجام دادن همزمان چند کار دشوار است. مغز مرد بگونه‌ای طراحی شده که باید کارها را یکی یکی انجام دهد. هر کار را به خوبی انجام بدهد و بعد به سر وقت کار بعدی برود. با حضور بچه‌ها در خانه و انواع و اقسام کارهایی که وجود دارد، شرایط ایجاب می‌کند که به طور هم‌زمان چندین کار با هم صورت بگیرند. بچه‌ها هر کدام کاری دارند، صبحانه باید آماده شود، تلفنی زنگ می‌زند و پیامهای تلفن باید گرفته شوند، کسی کلیدهایش را گم کرده است، کسی باید به سگ غذا بدهد. همه این کارها باید در آن واحد و به طور هم‌زمان انجام شوند. برای مرد این یک درهم برهمی بی‌چون و چراست، اما شبکه مغزی زن به او امکان می‌دهد که این کارها را با راحتی بیشتری انجام دهد.

مردان خیلی ساده مناسب کار در منزل نیستند، خانه‌دارهای خوبی نیستند. در آزمایشگاههای مختلف ثابت شده است که چگونه مغز متمرکز مرد به او این اجازه را نمی‌دهد که در آن واحد کارهای مختلف بکند.

آزمایشها و مطالعات صورت گرفته نشان می‌دهند که مردان نمی‌توانند در آن واحد بیش از یک کار را انجام دهند. مردان به دلیل ساختار مغزی خود باید در هر زمان یک کار را انجام بدهند. حرف زدن، راه رفتن و آدامس جویدن نکته محکم و قابل حساب مرد نیست. در ضمن سروتونین کمتر مرد باعث می‌شود او نتواند به یک کار کسل‌کننده ادامه دهد.

البته این مطالب هرگز بدین معنا نیستند که مردان نباید در کار خانه کمک کنند. اما انتظار از او که مانند یک زن خانه را نظافت بکند، انتظاری بیهوده است. کار خانه برای زنان مناسب‌تر و برای مردان نامناسب‌تر است. به همین دلیل است که مرد اتو نمی‌زند.

## مرد جدید باید با احساسات خود در تماس باشد

مرد سنتی می‌گوید: «او مرا درک نمی‌کند.» فمینیستها امروزه در جواب این حرف می‌گویند: «آیا سعی کرده‌ای کاری کنی که تو را درک کند؟ آیا تو سعی کرده‌ای او را درک کنی؟» در واقع از مرد خواسته می‌شود که لب بگشاید، گشوده شود.

در چند سال گذشته عنوان شده است که اگر مردان بتوانند با احساسات خود در تماس شوند، دنیای ما به مکان بهتری تبدیل می‌شود. زنی برای روزنامه تایمز مالی نوشته بود: «اگر مردان بیشتری می‌توانستند با احساسات خود در تماس شوند دنیا به مکانی آرام‌تر تبدیل می‌شد.» برداشتی اغواکننده است، دنیا به مکانی از آرامش تبدیل می‌شد اگر مردان می‌توانستند کمی با احساسات خود در تماس شوند، اگر می‌توانستند آشکارا گریه کنند، اگر می‌توانستند گرم‌تر باشند، اگر می‌توانستند بیشتر شبیه زنان شوند.

بیل: «یعنی قلبت روی آستینت می‌آمد. درسته؟»

آن: «شماها قوی و ساکت هستید.»

اینکه از مردان بخواهیم با احساسات خود در تماس باشند یک ورود روانی است. مرد اگر نمرده باشد با احساساتش به شدت در تماس است. اما باید دانست که احساسات مرد و احساسات زن با هم تفاوت دارند. منظور آن زن نویسنده این بود اگر مردان بتوانند آرام‌تر، متوجه‌تر، ملاحظه‌کارتر، بخشاینده‌تر، دل‌نازک‌تر و مهربان‌تر باشند و بتوانند این حالات خود را به زبان نرم و ملایم ابراز کنند، در آن صورت دنیا به مکان مطلوب و مطبوع‌تری تبدیل می‌شد. راستی اگر احساسات مردان، زنانه

می‌شد بهتر نبود؟ وقتی خطری پیش می‌آید آیا از مرد انتظار داریم که برخوردی همدلانه داشته باشد؟ احساسات مرد با احساسات زن تفاوت می‌کند و از آنجائی که احساسات مرد می‌توانند انفجارآمیز باشند به کنترل بیشتری احتیاج دارند.

بیل: «زنان می‌توانند به اندازه یک سطل اشک بریزند.»  
آن: «مردان هم می‌توانند به غلیان درآیند.»

در مقایسه با زنان، مردان از مدار عاطفی کوتاه‌تری برخوردارند. نشانه‌های قدرتمند، خواه از خشم، هراس یا شهوت مانع از آن می‌شوند که مغز فوقانی مرد بتواند کنترل‌های لازم را به عمل آورد. شرایط متفاوت هورمونی مرد، به خصوص حضور تستوسترون، نیازمند رقابت کردن است. شعله‌های احساسی مردان می‌تواند بسیار سوزاننده باشد. مری آن الستون، جامعه‌شناس دانشگاه لندن، می‌پرسد: «چرا بعضی از احساسات - احساسات گرم و آرامش‌بخش - قابل اعتمادند، اما خشم و شهوت قابل اعتماد نیستند؟» مری آن الستون در واقع هشدار می‌دهد در اینجا وجه تمیز بیش از اندازه‌ای قایل نشویم. زنان هم احساس شهوت و خشم می‌کنند، مردان هم می‌توانند احساسات ملایم‌تر خود را لمس کنند، اما به حکم تجربه عمومی روی هم رفته مردان رفتاری خصمانه‌تر دارند و زنان گرم‌تر هستند.

اگر مردان می‌توانند با احساسات خود در تماس شوند و گرم‌تر و راحت‌تر باشند، چرا نمی‌توانند اینها را به راحتی ابراز کنند؟ چرا از اینکه با دنیای درون خود در ارتباط باشند خجالت می‌کشند؟ چرا مردان نمی‌توانند بنشینند و حرف دلشان را بزنند؟ می‌توانیم این را هم بپرسیم

«چرا مردان نمی‌توانند زایمان کنند؟ مرد همان زن نیست، فرایندهای احساسی او با زن تفاوت دارد، مرد از شرایط بیولوژیایی متفاوتی برخوردار است.

مردان مسلماً زودتر عصبانی می‌شوند. در فصل قبل دیدیم که او در مقایسه با یک زن ۴۰۰ درصد بیشتر درباره زن خیالپردازی می‌کند که دلیلش وجود هورمونهای (ده برابر بیشتر) تستوسترون است. همین هورمونها هستند که، همان طور که در فصل ۴ توضیح دادیم، روی احساسات و رفتار مردان تأثیر می‌گذارند. مردان وقتی به استقبال خطر می‌روند، به وجد احساسی می‌رسند. از این‌رو وقتی مرد سوار موتورسیکلت از یک صخره پرشیب بالا می‌رود با احساسش در تماس می‌شود، اما اینها احساسات زنانه نیستند.

علم این تفاوت را نشان می‌دهد. اسکن‌های مغزی نشان می‌دهند که حتی وقتی مرد در شرایط استراحت است، در بخشهایی از مغز او که حرکت و تهاجم را کنترل می‌کند. فعالیت فراوانی به چشم می‌خورد. ممکن است مرد روی صندلی راحتی نشسته باشد، اما مغزش همچنان فعال است.

دانشمندان، در ضمن، در شرایطی که مغز در حال استراحت است. بخش لیمبیک را مطالعه می‌کنند، بخش اولیه و بدوی مغز که جایگاه پاسخهای احساسی است و می‌تواند به دو بخش تقسیم شود. دستگاه لیمبیک قدیمی، همان طور که از اسمش برمی‌آید، ابتدایی‌تر است و اعمال و رفتار را کنترل می‌کند. یک غارنشین وقتی به یک ماموت حمله می‌کرد از دستگاه لیمبیک قدیمی بهره می‌گرفت. آنچه از آن استفاده نمی‌کرد، دستگاه لیمبیک جدید بود که ارتباط را به شکل ابرازهای چهره، زبان تن و سخن‌گویی پردازش می‌کند. دستگاه لیمبیک قدیمی فعالیت و اقدام را



سبب می‌شود و دستگاه لیمبیک جدید ارتباط را تسهیل می‌کند و پژوهشگران به این نتیجه رسیده‌اند که در مغز مرد، حتی در شرایط استراحت، بخش لیمبیک قدیمی هنوز درگیر فعالیت است. مغز زن در حالت استراحت به این فعالیت در بخش لیمبیک قدیمی اشاره‌ای ندارد، به جای آن شکنج قدامی یا دستگاه لیمبیک جدید او فعال است. وقتی مرد با یک حالت اضطرابی روبه‌رو می‌شود موتور فعالیت او به کار می‌افتد، در حالی که در زنان موتور ارتباطی است که فعال می‌شود.

مغز در حال استراحت مرد به جانب عمل گرایش دارد، به همین دلیل است که مردان از تماشای مسابقات ورزشی به حالت آرمیدگی در می‌آیند. حرکت دائم و پیوسته، تهاجم، و رقابت دستگاه لیمبیک او را تقویت و تکمیل می‌کند. واکنش سریع مرد به تغییر، خواه از روی خوشحالی به دلیل گل به هدف نشسته باشد یا انتقاد به تصمیم داور، ممکن است این طور به نظر برساند که او دارد استراحت می‌کند، اما جریان بازی با حالت مغز بی‌قرار او همخوانی دارد. زنان به دلیل داشتن سروتونین بیشتر بهتر می‌توانند دستگاه لیمبیک غیرمنطقی را تحت کنترل خود درآورند. اما برای مرد این کنترل کار دشوارتری است و از این رو او به تحرک بیشتری احتیاج دارد و چالش‌های پی در پی، موفقیتها و نومیدی‌های میدان ورزش، نیازهای بدوی و اولیه دستگاه احساسی لیمبیک او را ارضاء می‌کند. مردان که در حال حاضر ماموتی برای کشتن در اختیار ندارند، از پیروزی منچستر یونایتد به احساس آرامشی که می‌خواهند دست پیدا می‌کنند.

تفاوتها به همین جا ختم نمی‌شوند. ما در بخش یادگیری متفاوت پسران و دختران متوجه شدیم که مغز جنس مؤنث برای مهارتهای کلامی برنامه‌ریزی شده است. در ضمن شبکه‌بندی او به گونه‌ای است که ارتباط

فراوانی میان نواحی احساسی و کلامی مغز او امکان‌پذیر می‌شود. اینکه سکوت احساسی اغلب زنان را متقاعد می‌کند که مردان فاقد حساسیت هستند، اغلب کاملاً درست است. مردان روی هم رفته از زنان حساسیت کمتری دارند. زنان عملاً بیش از مردان می‌بینند، قدرت دید پیرامونی بیشتری دارند، زنان در حالی که مردان در تاریکی قرار دارند بیشتر می‌بینند. دید مرد در روشنی روز بیشتر می‌شود. مردان بهتر می‌توانند درباره سرعت و جهت حرکت اشیاء داورى کنند، اما قدرت دید زن به او امکان می‌دهد چیزهای تار و مبهمی را که مردان هرگز متوجه آن نمی‌شوند ببینند.

زنان در مقایسه با مردان از توان شنوایی بیشتری برخوردارند. مردان صداهای با فرکانس زیاد را نمی‌شنوند یا دست کم آن را به خوبی زنان نمی‌شنوند. وقتی مرد مسن‌تر می‌شود قدرت شنوایی‌اش از حدی که هست کمتر می‌شود. وقتی صدای پس‌زمینه زیاد باشد مردان نمی‌توانند صدای اشخاص را تمیز بدهند. وقتی ظرفهای غذا را می‌شویند با مردان حرف بزنید، خواهید دید آنان تفاوت صدای شستن ظروف و حرف شما را تمیز نمی‌دهند. به همین دلیل است که مردان به هنگام رانندگی صدای رادیو اتومبیل را بیش از زنان بلند می‌کنند. در ۸۵ تا ۹۰ دسی‌بل که صدای بسیار پایینی است زنان دو برابر بهتر از مردان می‌شنوند، به همین جهت صدای خفیف چکه کردن شیر آب می‌تواند زن را ناراحت کند. مرد حتی متوجه آن نخواهد شد.

بیل: «تو از دو اتاق آن طرف‌تر با من حرف می‌زنی و انتظار داری که من حرفهای تو را بشنوم.»

آن: «خیلی از زنان این کار را می‌کنند. گمان آنان بر این است که مردان به

خوبی زنان می‌شنوند.»

مردان در ضمن به درد و به لمس شدن حساسیت کمتری نشان می‌دهند. در زمینه لمس شدن تفاوت بسیار زیادی میان دو جنس زن و مرد وجود دارد. به همین علت است که نوازشهای بسیار ملایم که زنان را بسیار سر حال می‌آورد، روی مردان تأثیر چندانی ندارد. و حتی مرد ممکن است متوجه آن هم نشود. حافظه مرد برای اطلاع از جزئیات به خوبی حافظه زن نیست. زنان در تستهای یک جوابه بهتر عمل می‌کنند. در این شرایط آیا عجیب است اگر مرد نداند که همسرش، فلان روز در میهمانی چه لباسی پوشیده بود؟ او حتی متوجه نمی‌شود که زنش لباس جدیدی بر تن داشت. وقتی مرد از زنش به دلیل لباس جدیدی که پوشیده تعریف نمی‌کند، بدین معنا نیست که عملاً بی‌توجهی نشان می‌دهد، بلکه به احتمال بیشتر، او اصولاً متوجه لباس جدید او نشده است. در نظر مرد همه لباسها به هم شبیه هستند. این هم ناشی از تفاوت بیولوژی در مرد و زن است و تقصیری بر گردن مرد نیست.

مرد به راحتی همه کارهای زن را نمی‌بیند و متوجه آن نمی‌شود و مطالبی که در اجتماعات درباره‌اشان بحث و گفتگو می‌شود، اصولاً در ذهن مرد جای نمی‌گیرد.

آتیسم بیماری است که شخص نمی‌تواند یک رابطه اجتماعی برقرار سازد. کسانی که با این مشکل روبه‌رو هستند از احساسات دیگران مطلع نمی‌شوند. در شکل‌های حاد و پیشرفته این اشخاص متوجه نمی‌شوند که آیا سایرین اصولاً احساسی دارند یا ندارند. این، طبیعتاً، مانع از آن می‌شود که رابطه معنی‌داری میان بیمار و دیگران بوجود آید. آتیسم بد کارکردی شدید احساسی است، اما به شکلی شمایل مرد را در اجتماع به

نمایش می‌گذارد. در نظر زنان اغلب مردان با بیماری آتیسیم روبه‌رو هستند. آنان برای روابط خانوادگی بهای چندانی قایل نمی‌شوند، به روابط اجتماعی بی‌تفاوت هستند و در ضمن خودخواه‌ترند.

چرا مرد این‌گونه است؟ بار دیگر مسئله مربوط به مغز و مسایل گذشته‌هاست. اگر مهاجمی با سپر و نیزه به یک مرد حمله‌ور می‌شد، همدلی کردن با او بی‌مورد بود، صحبت کردن با او هم به جایی نمی‌رسید. آنچه این مرد به آن نیاز داشت واکنش تند و سریع مغز بود. مغز مرد در صدها هزار سال گذشته این‌گونه شکل گرفته که در حمله و دفاع، اقدام پویا انجام دهد. به همین دلیل مغز مرد هرگز بگونه‌ای تجهیز نشده که مانند مغز زن واکنش احساسی نشان دهد.

زنان به این شرایط ممکن است با گفتن «خوب که چی؟» واکنش نشان دهند. آنان می‌گویند صرف اینکه مرد در سالهای دور مجبور بوده در برابر پرتاب نیزه واکنش سریع نشان دهد بدین معنا نیست که حالا نباید از زنش تعریف کند. اما گفتن این حرف نشانه آن است که زنان نمی‌دانند که مغز مرد به چه خوبی می‌تواند به خود او خدمت کند. اگر مرد به راحتی زن حواسش پرت می‌شد، نمی‌توانست در جنگل شرکتها به خوبی رقابت کند. اینکه بخواهیم مردان به شکل دیگری، جز آنچه هستند ظاهر شوند و اینکه بخواهیم مردان را مؤنث بکنیم به کسی خدمت نکرده‌ایم. با توجه به تجربیاتی که داریم بی‌اعتنایی احساس مردان است که زنان را بیش از هر عاملی ناراحت می‌کند.

**مرد ممکن است به طرز ناراحت‌کننده‌ای نسبت**

**به ملاحظات احساسی بی‌اعتنا باشد**

مرد علاقه‌ای به رعایت جنبه‌های احساسی و عاطفی ندارد، او ترجیح

می‌دهد برای مشکلات خود راه‌حلهای سریع پیدا کند. اما زن می‌خواهد احساسات را هم لحاظ کند. زنان وقتی با مسئله‌ای روبرو می‌شوند پیرامون آن صحبت می‌کنند، نگران نتایج مختلف می‌شوند، اما مردان بلافاصله راه‌حل ارائه می‌دهند. زن می‌خواهد مسئله را مورد موشکافی قرار دهد و آگاهی همگان را نسبت به آن افزایش دهد. شکایت کردن از مرد به این دلیل که به جنبه‌های احساسی بها نمی‌دهد در اصل بی‌توجهی به خمیره مرد است.

### او (مرد) اغلب سرد است

این حرف هم کاملاً درست است. اغلب مردان وقتی با موضوعات احساسی و عاطفی روبرو می‌شوند، نشانه‌هایی از سکوت را به نمایش می‌گذارند. زن ممکن است گریه کند، اما نمی‌تواند بگوید چقدر ناراحت است، زیرا مرد نمی‌تواند به او جواب بدهد. اندوهی در چهره زن وجود دارد، او فکر می‌کند که این را مرد حتماً درک می‌کند، اما به نظر می‌رسد که مرد چیزی را متوجه نمی‌شود. اغلب مردان برای اینکه به زنی حمله کنند سکوت می‌کنند، اما در این موارد خاص آنان متوجه حالت غمگین زن نمی‌شوند. مردان اغلب متهم می‌شوند که احساسات خود را در شیشه می‌کنند و آن را بروز نمی‌دهند، حتی گفته می‌شود که مرد با انجام دادن این کار به خودش آسیب می‌رساند و سلامتی‌اش را به خطر می‌اندازد و روابطش را در شرایط دشواری قرار می‌دهد. اما در واقعیت امر بطری در کار نیست و اگر در کار هم باشد بعید است مرد بتواند احساساتش را در آن انبار کند.

در جریان یک آزمایش از مردان و زنان خواسته شد که حوادث اندوهناک زندگی خود را به یاد آورند. هر یادآوری فعالیت کورتکس مغز

را افزایش داد، اما این افزایش در زنان به مراتب بیشتر از مردان بود. این یادآوری‌های احساسی می‌تواند دلیل آن باشد که زنان سه برابر مردان افسرده می‌شوند و باید به روانپزشک مراجعه کنند. مرد سردتر از زن است، زیرا به اندازه زن احساس نمی‌کند.

سرد بودن مرد را گاه به حساب آنتی‌تز احساسی او می‌گذارند، اما این حرف ابدأ درست نیست. نشان دادن احساس سرد، خود نوعی احساس است و این یکی از شکایات عمده زنان درباره مردان است. چرا مردان نمی‌توانند گرم‌تر باشند؟

بار دیگر بیولوژی جوابها را می‌دهد، و بار دیگر علت اصلی را باید در تستوسترون جستجو نمود. تستوسترون هورمون مردانه است. سوخت چالشها، حمله‌ها، و مسلط شدن‌هاست و مانع از آن می‌شود که مرد بتواند به اندازه زن گرم و مهربان و احساسی باشد. حتی میزان تبسم مردان به میزان تستوسترون آنان بستگی دارد. هرچه تستوسترون مرد بالاتر باشد او کمتر تبسم می‌کند. در واقع، مردانی که سطح تستوسترون آنان بسیار زیاد است کمتر ازدواج می‌کنند و کمتر به یک رابطه بلندمدت تن می‌دهند. البته بعضی از مردانی که سطح تستوسترون بالا دارند ازدواج می‌کنند، اما احتمال متارکه کردن آنان ۴۳ درصد بیشتر است و با احتمال ۳۸ درصد بیشتر از سایر مردان با زنان مختلف رابطه برقرار می‌کنند.

به نتیجه‌گیری مسلمی می‌رسیم. می‌توانید مردی از آن خود داشته باشید، اما نمی‌توانید مردی داشته باشید که بخواهید مانند زنان متوجه، گرم، احساسی و صمیمانه باشد. و اگر می‌خواهید مرد با احساساتش در تماس باشد مراقب باشید. زیرا ممکن است او به احساسات انفجارآمیز برسد.

با این حساب مردان چگونه احساسات خود را بروز می‌دهند؟ مرد

احساساتش را با احتمال بیشتر با عمل نشان می‌دهد، بنابراین اگر قفسه آشپزخانه شمارا از نو می‌سازد شاید می‌خواهد بگوید: «دوستت دارم». اما کاری که مرد نمی‌کند و از انجام دادن آن متنفر است این است که درباره احساساتش حرف بزند.

### مرد به فضا احتیاج دارد

از یکی از بازیگران مشهور مرد، که به داشتن ماجراهای عشقی فراوان شهرت داشت، سؤال شد که در زنان چه چیزی را جستجو می‌کند. او جواب داد اینکه در نزدیکی آنان باشم، اما واقعیت این است مادام که مردان به اندازه کافی برانگیخته جنسی نشده باشند موافق این نزدیکی و مجاورت نیستند. مردان در بسیاری از مواقع روی تخت خواب از همسرشان فاصله می‌گیرند. در این زمان زن ممکن است به این نتیجه برسد که مرد به او علاقه‌ای ندارد، اما در واقع مرد از آن جهت حفظ فاصله می‌کند، زیرا این یکی از رفتارهای طبیعی او محسوب می‌شود. و این جنبه‌ای است که زنان اغلب از آن سردر نمی‌آورند.

علت بی‌اعتمادی مرد به مجاورت هم باز دیگر ریشه در بیولوژی او دارد. هر کسی که به حوزه یک مرد تخطی بکند در او هجوم هورمونی را سبب می‌شود. این در مورد اغلب حیوانات هم مصداق دارد. در واقع مرد می‌خواهد از حوزه و از قلمرو خود دفاع کند. مردان از نزدیک بودن به دیگران لذت نمی‌برند. البته نه همیشه، بلکه در اغلب موارد. مردان فضایی خود را می‌خواهند و تهاجم به این فضا آنان را ناراحت می‌کند.

### مرد در تظاهر کردن به احساسات قوی است

این مطلبی است که اغلب ما آن را یاد می‌گیریم و مردان در این بازی بهتر از

زنان ظاهر می‌شوند، علتش این است که بار دیگر مردان از رقابت لذت می‌برند. اما فریبکاری در نشان دادن احساسات چیزی بیش از یک بازی است. این روش آشنایی است که در محل کار، در خانه و در سیاست مورد استفاده قرار می‌گیرد. اغلب مردان معتقدند که نمایش احساسی دادن، بر آسیب‌پذیری می‌افزاید. از این رو آنان احساسات خود را پنهان می‌سازند. زنان این را دوست ندارند، اما مرد اگر احساسات خود را به آن شکلی که هست بروز ندهد احساس موفقیت و خوب‌شدن دارد می‌کند.

راهی برای پنهان کردن احساسات، استفاده از بذله و لطیفه است و مردان از لطیفه و بذله به مراتب بیش از زنان استفاده می‌کنند. زنان از بذله برای اینکه خودشان را اجتماعی نشان بدهند استفاده می‌کنند. آنان به اتفاق دیگران می‌خندند و می‌خواهند دیگران احساس آرامش داشته باشند، اما این روش مردان نیست. او از این به عنوان یک اسلحه استفاده می‌کند. بذله‌گویی مردان با مردان ناشی از تستوسترون بیشتر آنان است. یکی از پژوهشگران مدعی است که می‌تواند در هر بذله و شوخی مرد، یک تهاجم را احساس کند.

اینها نشان می‌دهد که در اغلب موارد مردان احساسات خود را پنهان می‌کنند، و این احتمالاً همین‌طور است. به یاد دارید که تجهیزات احساسی جنس مذکر تا چه اندازه قوی است، و تا چه اندازه کورتکس نمی‌تواند روی آن تأثیر بگذارد. برای بسیاری از مذکرها نوجوانی دوران وحشتناکی است، زیرا در این زمان آنان با هجوم هورمون تستوسترون روبه‌رو می‌شوند. در جریان بررسی اخیری که روی پسران نوجوان صورت گرفت معلوم شد که رابطه روشنی میان سطح تستوسترون و پرخاشگری آنان وجود دارد. با توجه به این بررسی تستوسترون زیاد



سببی است که پسران دست به اقدامات تهاجمی بزنند، زیرا آنان تحت تأثیر این هورمون شکیبایی خود را از دست می‌دهند و سریع‌تر تحریک می‌شوند. بنابراین آستانه تحمل آنان کمتر می‌شود و بر آمادگی آنان برای دست زدن به اقدامات تهاجمی می‌افزاید.

تستوسترون احساسات خشونت‌آمیز را جاری می‌کند و این خشونت گاه به حدی است که مردان را به هراس می‌اندازد. مرد بالغ اگر قرار باشد در جامعه متمدن بقاء و دوام داشته باشد باید احساسات خام خود را تحت نظم درآورد. برای جنس مذکر در سنین نوجوانی این کار بسیار دشواری است و به همین دلیل است که بسیاری از مردان با روی آوردن به ورزش و مسابقات ورزشی سعی می‌کنند، از شدت تخریب هجوم تستوسترون بکاهند. با این حال مردان همیشه در این کار موفق نمی‌شوند، اما زنانی که شکایت می‌کنند مردان احساسات خود را بروز نمی‌دهند باید از این بابت خوشحال باشند، زیرا احساسات مردان اغلب پرخاشگرانه است.

کتک زدن زنان و تجاوز جنسی به آنان برخلاف آنچه سخنگویان جنبش فمینیستی آن را جار می‌زنند، رفتاری هنجار و رایج نیست. مردانی که این کار را می‌کنند کسانی هستند که یاد نگرفته‌اند احساسات قدرتمند خود را در قید نظم و انضباط قرار بدهند و در نتیجه تهاجم و پرخاشگری را تنها راه حل مسایل خود می‌دانند.

کنترل کلید درک زندگی احساسی و عاطفی یک مرد است. ممکن است مردان در شرایط تهاجم و پرخاش تاب بخورند، اما در اغلب موارد مردان ترجیح می‌دهند که حالات خود را تحت کنترل داشته باشند. به همین دلیل است که بسیاری از زنان معتقدند مردان به لحاظ احساسی سرد هستند و حال آنکه مردان از شهوت و اشتیاق خود می‌ترسند و از این رو آن را

سرکوب می‌کنند و فرو می‌نشانند.

## مرد جدید در کار تربیت فرزند در هر زمینه به خوبی یک مادر رفتار می‌کند

ادریں بورگز، پژوهشگر مؤسسه بررسیهای سیاست عمومی، می‌گوید: «هیچ عاملی در مردان وجود ندارد که به آنان اجازه بدهد به اندازه زنان به فرزندانشان رسیدگی کنند». خانم بورگز می‌گوید: «اغلب مردان شرطی شده‌اند که نمی‌توانند به اندازه مادران به فرزندانشان رسیدگی کنند. مردان شرطی شده‌اند که وظایف پدری را به جانیاورند. مردان گمان می‌کنند اگر به فرزندان خود بیشتر برسند، اقدامی برخلاف رفتار مردانه انجام داده‌اند».

بیل: «کار راحت‌تر این است که به آنان دو سینه و یک رحم بدهیم.»  
آن: «و همه هورمونهای مربوط به این اندامها را هم به آنان بدهیم. اما چرا مردان بچه‌ها را عوض نمی‌کنند؟»  
بیل: «به همین دلیل که زنان روغن موتور اتومبیلشان را عوض نمی‌کنند.»

آیا حق با خانم بورگز است که در طبیعت مرد چیزی وجود ندارد که نگذارد او به اندازه زنان به بچه‌ها رسیدگی کند؟ طبق تعریف مرد فاقد انگیزه مادری است. اما وجود داشتن یا نداشتن این غریزه را در حال حاضر پست مدرنها تعیین می‌کنند. اگر پست مدرنها بپذیرند که زنان انگیزه مادری کردن دارند و مردان از این ویژگی محروم هستند، دیگر نمی‌توانند بگویند که تفاوتی میان مردان و زنان وجود ندارد. تمام نظریه و

ایده درباره مرد جدید بر مدار آرام بودن، حساسیت داشتن و عوض کردن پوشک بچه‌ها در توالت‌های مردانه دور می‌زد.

اولین نکته‌ای که باید مطرح گردد این است که زنان در مقایسه با مردان به بچه‌ها علاقه بسیار بیشتری دارند و طرز واکنش یک زن به حالات چهره یک کودک بسیار متفاوت از طرز واکنش مردان به آنان است. ممکن است بعضی بگویند که این طرز واکنش متفاوت هم ریشه در شرطی شدن اجتماعی دارد. زنان از آن جهت به بچه‌ها علاقه بیشتری نشان می‌دهند، زیرا از همان روز تولد از آنان خواسته شده در این نقش ظاهر شوند. اگر پسرهای کوچک تشویق شوند که عروسک بازی بکنند، آیا آنان به اندازه زنان به بچه‌ها علاقه‌مند نخواهند شد؟

موشهای آزمایشگاهی، خرگوشها و تقریباً تمامی مادران پستاندار رفتارهای مادری کردن را به نمایش می‌گذارند. مغز آنان برای این کار تدارک شده است و این موضوعی است که در همه پستانداران، از موشها و خرگوشها گرفته یا میمونها و انسانها صدق می‌کند.

البته مؤنث‌های از جنس انسان بیش از مؤنث‌های سایر حیوانات در معرض شرایط اجتماعی و فرهنگی شرطی می‌شوند، اما همان طور که عنوان شد مغز تمامی پستانداران از گونه‌ای است که برای مادری کردن مناسب‌ترند. برای توضیح بیشتر مطلب بار دیگر باید به دخترانی با ویژگی CAHI که در رحم مادر در معرض هورمونهای مردانه بیشتر قرار گرفته‌اند توجه کنید.

مری، وقتی دختر کمسالی بود، از گونه‌ای بود که ادای پسران را درمی‌آورد. او از معاشرت با گروههای پسرانه بیشتر استقبال می‌کرد. از عروسک متنفر بود و از پوشیدن لباس دخترانه خودداری می‌کرد. مادرش فکر می‌کرد که او از این حالت بیرون خواهد آمد، اما هرچه می‌گذشت

رفتارهای مری پسرانه‌تر می‌شد. در سیزده سالگی در حالی که معذور دوستان دختر او به آرایش صورت و موی خود بها می‌دادند، مری ترجیح می‌داد که برای امتحان درس ریاضی خودش را آماده کند.

وقتی خواهر بزرگ‌تر مری صاحب فرزند شد، او کمترین توجه و علاقه‌ای به این کودک نشان نمی‌داد. خواهر مری از این حیث ناراحت بود و می‌خواست او بیشتر به فرزندش توجه داشته باشد. وقتی فرزندش را به دست مری می‌داد به این امید که اندکی به او محبت کند، مری خودش را جمع و جور می‌کرد. او نمی‌دانست که بچه را چگونه نگهدارد. لحظه‌ای بعد او را به خواهرش پس می‌داد. دیری نپایید که او به خواهرزاده‌اش کمترین توجهی نمی‌کرد.

او به مادرش می‌گفت: «بچه‌ها حوصله مرا سر می‌برند. من هیچ وقت بچه‌دار نخواهم شد. من می‌خواهم از زندگی لذت ببرم و کسی که بچه دارد، مسئولیتش بقدری است که نمی‌تواند از زندگی لذت ببرد.»

مری حالا ۳۶ ساله است و هرگز ازدواج نکرده است. او می‌گوید: «من مردان را دوست دارم، اما حاضر به ازدواج نیستم. از آن گذشته شغلم به قدری برای من مهم است که فرصت آن را پیدا نمی‌کنم که زن خوبی برای شوهرم بشوم، چه رسد که برای فرزندانم مادر خوبی باشم.»

آنچه خواندید موضوعی کلاسیک است. در تمامی بررسیهایی که روی دختران دیگر که در شرایط مشابه مری در رحم مادرشان بوده‌اند صورت پذیرفته است، همین نتیجه‌گیری بدست آمده است. هیچ کدام از آنان غریزه مادری نداشته‌اند. به عبارت دیگر مغز آنان سیم‌کشی از نوع مغز مردان را دارد.

مادری کردن صرفاً بستگی به این ندارد که در رحم مادر، در شرایط مطلوب قرار گرفته باشید. مادری کردن سوای آن بستگی به برخی از

تغییرات بیولوژیایی فوق‌العاده‌ای دارد که در زنان باردار صورت خارجی پیدا می‌کند. در جریان بارداری پروژسترون به تدریج به ۱۰۰۰ برابر سطح طبیعی خود می‌رسد. میزان استروژن مادر هم افزایش می‌یابد، اما تغییر اصلی مربوط به اکسی توسین است که این یک ماده شیمیایی عصبی است که در دوران بارداری به مقدار زیاد تولید می‌شود و به نظر می‌رسد رکن مهمی برای پیوندی است که میان مادر و فرزند او بوجود می‌آید.

در آزمایشاتی که تولید اکسی توسین متوقف و مسدود شده است مادر در برخورد با نوزادش رفتار مادرانه‌ای را به نمایش نمی‌گذارد. او فرزندان را نادیده می‌گیرد و حتی در مواردی آنان را به عنوان فرزندان خود به شمار نمی‌آورد. با این حساب این انتقال‌دهنده عصبی جادویی چکار می‌کند؟ اکسی توسین با مراکز لذت در مغز در رابطه است و موادی مانند اندورفین تولید می‌کند. در واقع این ماده مادر را به اوج لذت بخش می‌رساند.

مسلماً در تمام مادران اکسی توسین تحت تأثیر بارداری افزایش نمی‌یابد. بسیاری از مادران کودکانی را به فرزند می‌پذیرند و به اندازه مادران طبیعی فرزندان خود را دوست دارند. اما اکسی توسین در زنان به مراتب از مردان بیشتر است. و این چیزی است که به زنان گرمی و مهر و محبت می‌دهد.

دکتر کریستین اونواس - موبرگ، استاد فیزیولوژی در دانشگاه استکهلم، یکی از معدود پژوهشگرانی است که اثر اکسی توسین را در انسانها بررسی نموده است. این پژوهشگر به این نتیجه رسیده است که اکسی توسین روی مادران و نیز روی کودک تأثیر آرامبخش و تخدیرکننده دارد. وقتی مادری از شیر خود به فرزندش می‌دهد ترشح اکسی توسین در

او افزایش می‌یابد و تا حدود زیاد اکسی توسین کودک را هم تحریک می‌کند. از این رو هم مادر و هم فرزند او به احساس خوشایندی دست پیدا می‌کنند. زنانی که فرزند خود را با شیر خود تغذیه می‌کنند در مقایسه با مادرانی که به فرزندانشان شیر خشک می‌دهند اکسی توسین بیشتری دارند. و به همین دلیل است که احساس رضایت و خشنودی در مادرانی که به فرزند خود از شیر خود می‌دهند بیشتر است. اما اگر مادر وقتی شیر خشک به فرزندش می‌دهد او را در میان بازوانش بگیرد و نوازش کند، برای کودک تفاوت چندانی میان خوردن شیر مادر و شیر خشک بوجود نمی‌آید. اکسی توسین در ضمن به مادران کمک می‌کند تا بیشتر پذیرای مشکلات فرزندانشان خود باشند و به آنان بیشتر محبت بکنند. نکته این جاست که داشتن فرزند اول می‌تواند بسیار دلهره‌آور باشد و در مادران تولید اضطراب کند، اما بیولوژی مادران به آنان کمک می‌کند که بر نگرانیهای خود غلبه کنند. در جریان بررسی در بیمارستان و زایشگاه مشخص گردید مادرانی که می‌توانند فرزندان خود را در بیمارستان در اختیار بگیرند بسیار آرام‌تر و خوشایندتر هستند، اما این ویژگی در مادرانی که به هر دلیل نمی‌توانند فرزندان خود را در آغوش بکشند و نوازش کنند به این اندازه وجود ندارد.

مردان و حتی مردان جدیدی که در انواع کلاسهای مختلف شرکت کرده‌اند، فاقد این تأثیرگذاری اکسی توسین هستند و از آن گذشته، اکسی توسین در مردان به اندازه زنان افزایش نمی‌یابد. همان طور که دیدیم مادر با نوازش کردن فرزندش اکسی توسین خود را افزایش می‌دهد و مردان فقط وقتی به اوج لذت جنسی می‌رسند می‌توانند بر اکسی توسین خود بیفزایند.

موضوع کاملاً ساده است، مردان با نوازش کردن فرزندان خود

نمی‌توانند اکسی تو سین را در خود افزایش دهند و به لذت و رضایت برسند. با این حال گفته می‌شود که یک مرد می‌تواند به اندازه یک زن از کودک خود نگهداری کند. طبیعت زنان را برای نگهداری و توجه به کودک تدارک دیده است، اما مردان را به این سلاح تجهیز نکرده است.

از سوی دیگر زنان بهتر می‌توانند سر نخهای فرزندان خود را بخوانند. زنان به راحتی تشخیص می‌دهند که در چه زمانی فرزند آنان گرسنه یا پریشان است، اما مردان نسبت به این موضوع از حساسیت لازم برخوردار نیستند. زنان حتی در کودکان چند ساعت قبل به دنیا آمده‌اشان می‌توانند علت گریه را تشخیص دهند، اما مرد این کار را نمی‌تواند بکند. زنان با بو کردن فرزندانشان آنان را تشخیص می‌دهند و شناسایی می‌کنند، اما مردان نمی‌توانند این کار را بکنند. خواب زنان به مراتب سبک‌تر است و به شنیدن اولین صدای گریه کودکشان از خواب بیدار می‌شوند، اما مردان از این مهم عاجز هستند.

بنابراین حتی مرد جدید، هرچند ممکن است با شکوه و جالب باشد، وقتی تبدیل به مرد خانه‌دار می‌شود حرفی برای گفتن ندارد. و در این شرایط زنان چه دوست بدارند یا ندارند مسئولیت نگهداری از بچه‌ها بر دوششان قرار می‌گیرد.

مسئله این نیست که مرد سنتی می‌گوید زنان ضعیفتر از مردان هستند، اشکال بر سر این است که ارتودکسی جدید مدعی است مردان و زنان با هم برابرند و با این حال مردان شایستگی‌های زنان را ندارند. و در این میان درمانی که تجویز می‌شود این است که مردان خردشان را مانند زنان بکنند. به مردان می‌گویند که با احساسات خود در تماس شوند و سعی کنند که تهاجم و پرخاشگری را به کنار بگذارند. مرد باید مؤنث بودن را تمرین

کند.

## عصر جنسیت واحد

به استناد آنچه درباره تفاوت‌های جنسیتی گذشته گفته می‌شود مردان برداشت خود از دنیا را بر زنان تحمیل کردند. اما نظام جدید، در تفاوت‌های جنسی می‌گوید زنان برداشت خود از جهان را بر مردان تحمیل می‌کنند. در این شرایط تفاوت‌های جنسیتی انکار می‌شود. هدف این است که دنیای رها از تعارضات جنسی بسازیم که در آن پدران همان مادران هستند. امروز، با توجه به خواسته‌های برابری طلبان، از مردان انتظار می‌رود که دست در دست زنان و وظایف مشابه و یکسان خود را انجام دهند. در این رهگذر، به بسیاری از مردان احساس گناه داده می‌شود، اما این احساس گناهی است که برداشت‌های مؤنث‌گونه بر مردان تحمیل می‌کنند. و با این حال واقعیت این است که قرار نیست مردان گهواره فرزندانشان را تکان بدهند. مرد جدید ساخته و پرداخته خیال است.

مرد می‌تواند با زمان حرکت کند. مردان همچنان فرزندان خود را دوست خواهند داشت، اما بی‌فایده است اگر بخواهیم او را در ردیف زنان و به شکل جنسیت برابر و مشابه به دنیا معرفی کنیم. توجه داشته باشیم که پدران همان مادران نیستند. مردان اتو نمی‌کشند و نیازی به این نیست که مردان از کار خود شرم‌منده باشند. مرد فضایل و صفات مشخصه خود را دارد و حاضر نیست که دنیای خود را بر دنیای زنان تحمیل کند.

## خلاصه

● مغز مردان از گونه‌ای است که در هر لحظه فقط به یک موضوع می‌توانند توجه کنند. برای مردان مشکل است که در آن واحد چند کار را با



هم انجام دهند.

- برای مردان انجام دادن کارهای خانه تولید کسالت می‌کند، اما زنان این‌گونه نیستند.
- مغز مردان برای عمل و اقدام تجهیز شده است، اما مغز زنان موافق حرف زدن است. مرد عمل می‌کند و زن رابطه برقرار می‌سازد.
- مغز مردان بیشتر عمل‌گراست.
- مردان نمی‌توانند سرنخهای اجتماعی را درک کنند. مردان به اندازه زنان با دیگران همدردی نمی‌کنند.

## روندهای آتی

- وضع قانون برای اینکه مردان و زنان در امور خانه با هم وظیفه مشابه داشته باشند.

## هدفهای مطلوب

- توقعاتی که به آن اشاره کردیم محکوم به شکست هستند. مردان نمی‌توانند به اندازه زنان در کار خانه موفق باشند. زن و مرد اگر با رعایت خصوصیات منحصر بفرد خود با مسائل روبه‌رو شوند خوشبخت‌تر می‌شوند.
- می‌توانیم وانمود کنیم که مردان می‌توانند مانند زنان بشوند، اما این در نهایت منتهی به توهم و رنجش می‌شود. مرد نمی‌تواند آنچه باورهای سالهای ۱۹۹۰ می‌خواهد بشود. راه برقراری روابط مطلوب میان زن و مرد احترام گذاشتن به خواسته‌ها و خصوصیات متفاوت آنان است.
- این باور که مردان با احساسات خود در تماس نیستند، تصویری مخرب است. تصور بر این است که اگر مردان بتوانند با احساسات خود در

تماس شوند می‌توانند با زنان روابط عالی داشته باشند. انتظاری وجود داشته که مردان می‌توانند تغییر کنند، اما مردان نشان داده‌اند که نمی‌توانند این کار را بکنند. زنان از مردان عصبانی هستند و مردان هم از زنان عصبانی هستند، زیرا نتوانسته‌اند رویاهای یکدیگر را تحقق بخشند.



# نشر البرز منتشر کرده است

برباد می‌رود تیس رندال / امیرا معصود	از کیمیای مهر فاطمه زاهدی	آدم و حوا دکتر پیمان آزاد
برنامه ریزی عصبی - کلامی ژوزف آکونور و جان سیمور مهدی قراچه‌دانی	استاد بازی سپیدی سلدون / امیرا معصود	آذرباد سما مقدم
برنامه لاغری دکتر بان اسمیت بان اسمت / امیرا معصود	استخوانهای دوست‌داشتنی الیس ساک / امیرا معصود	آرون‌پر گور وندال / فردون مجلسی
بزرگترین راز دنیا اکوسین (اوک) مدنیو پرویز پهلوان	ایرانیان در مهاجرت یدالله ذبحیان - خسرو معصود	آری، شما می‌توانید سام دپ، لایل سوسمن / عباس چیبی
بصیرت دهم جیمز ردفیلد / امیرا معصود	اشراف‌زاده سرین فدیری	آداب نامزدی و معاشرت داوودا مک‌کال / امیرا معصود
بوسه تقدیر فریده سجای	اشرف در آیینۀ بدون زنگار (۲) حسرو معصود	آسمان به زمین می‌آید سپیدی سلدون / امیرا معصود
بینش آسمانی جیمز ردفیلد / امیرا معصود	اگر زندگی بازی است، این قوانینش است شری کارتر اسکات مریم بیات / مهدی قراچه‌دانی	آفتاب در پس سایه سرین نورمحمدان
پارک گورکی مژتین کروژ اسمیت فانده حناج سیدجوادی	اولین روز از بقیه زندگی تو نیلگون عسکری	آنجا... خانه من نیست سما مقدم
پاسخ به تاریخ محمد رضا پهلوی / شهریار ماکان	امانت عشق فریده سجای	آنچه نوجوانان از والدین خود می‌خواهند بل ساندرز / اشرف عدلی
پیاده روی به یاد ماندنی نیکلاس اسپارکز / امیرا معصود	امن، آبی، آرام شهره موی‌روح	آنچه می‌خواهید، پریش کنید جک کنفلد، مارک وکنور جنسن عباس چیبی
پیامبر سبز، سهراب مهری رحمانی	ایران در آستانه قرن بیستم امیرا معصود	آن سوی دیوار کاخ سلطنتی خسرو معصود
پیامدهای کمال طلبی پدران و مادران الیزابت گوتتری / تورلدخت نممن (مالکی)	بار سنگین زنان شاغل شرلی اسلون قدر / امیرا معصود	آخر شناسی و طالع بینی رحیم ناصح عرب
پیام مهر و دوستی بوسکالنا نوبوسکالنا / عباس چیبی	پازگشت مرلین دنیاک جویری / امیرا اندرودی	از دواج و ازدواج درمانی حسین مصلحی
پینتازان فضا ژانلی بسین برک، ساندر مارک، جون وسمسون / امیرا معصود	بامداد خمار فانده حاج سیدجوادی (پرویی)	از خودتان پذیرایی کنید دنود پئر / مهدی قراچه‌دانی
تا ملاقاتی دیگر جوودت کرانی / مریم بیات	بیا از کوه تیغنی شرلی مک‌کین / سهراب حمیری	از راه دور دکتر دولورس کوران مهدی قراچه‌دانی
	بخت طوبی میه پشمیری	از روباهایت بوایم بگو سپیدی سلدون / امیرا معصود

تماس با عالم ارواح  
لیندا ویلیامسون / تفسیر معکف

تنش بزرگ  
خسرو معتمد

تنها یک بار پرواز کن  
نسرین قدیری (کافی)

توارق  
آلبرو واسکس فیکرا  
فریده بلخ (اسدی مقدم)

توصیه‌های پدر ثروتمند، پدر فقیر  
رابرت کوساکی / اشرف عدلی

توطئه میکروبی در نیویورک  
رابیر کوک / محمد قصاب

تهمینه  
نادعلو حمدانی

جامعه نیمه‌بالقها  
رابرت بلای  
مهدی قراچه داعی / رزوه فتوحی

جنسیت گمشده  
فرخنده آقانی

چراغ دل زنت را روشن کن  
انز کریدمن  
عباس جیبی / نسرین نوری

چراغ دل شوهرت را روشن کن  
انز کریدمن  
عباس جیبی / نسرین نوری

چراغ دل شوهرت را روشن کن  
(کتاب تمرین)  
انز کریدمن / عباس جیبی

چرا مردها دروغ می‌گویند و زنها  
گریه می‌کنند  
انز و باربرا پیز / مهدی قراچه داعی

چگونه عشقی را که می‌خواهیم  
بیابیم  
هارویل هندریکس  
نوراندخت تمدن (مالکی)

چگونه مانند لئوناردو داوینچی  
فکر کنیم  
مانکل جی. گلب / مهدی قراچه داعی

چگونه مانند لئوناردو داوینچی  
فکر کنیم (کتاب تمرین)  
مایکل جی. گلب / مهدی قراچه داعی

چگونه می‌توان پولدار شد  
رابرت کریزون / هومن موق

چگونه همسری دلخواه بیابید  
باب لای / میترا معتمد

چهل سال شاعری /  
نگاهی به شعر فریدون میری  
دکتر مهشید مشیری

حافظ رحلی  
به خط آقای سرمست

حدیث مهر  
مهری رحمانی

حلقه  
نیکولاس انوار / مهدی قراچه داعی

خاطرات سردار فاخر حکمت  
س. وحید با

خاطرات همسر سفیر  
سینا هنر / اسماعیل زند

خورشید تابان  
مایکل کرابتون / دروهر حورساحی

داستان جاوید  
اسماعیل فصیح

دایره کامل  
دانیل استیل / مریم بیات

در انتظار بربرها  
جی ام کوسی / محمدرضا رسائی  
هنجنتی

درسهایی از شطرنج  
گری کاسپروف

حمید رضا بلوچ / حسن هندی‌زاد

در جستجوی صدف  
رزاموند پیچر / مریم بیات

در خلوت خواب  
فنانه حاج سید جواد  
(بیرونی)

درد تکرار  
مهری رحمانی

درد عشقی که می‌رس  
نادعلی حمدانی

در لطافت شب  
مسیح کاشفی

درمان چین و چروک پوست  
میکلاس یرنکون / میترا معتمد

درون ارتش شاه  
خسرو معتمد

درمان درد مرد، عشق زن است  
زیبایی - اخلاقی / سیرین رانکا

دکتر مصدق  
محمود ستایش

دل‌گور  
اسماعیل فصیح

دو دختر قاچار در فصر پهلوی  
خسرو معتمد

راسمونی  
آر جی. مینی / آردسیر روشنکر

راهنمای روح  
ریچارد کاترلسون / بتجامین شیلد  
مهدی قراچه داعی

راهنمای سلامت روان  
گلنات ناتلر / مهدی قراچه داعی

راهنمای انتخاب اسباب‌بازی  
محمدرضا مطهری

راهی به مقصود  
شرلی مک‌لین / سهراب جمهری

رقص مست عشق  
رکسانا ریوی

روزگاری در شورآباد  
ح. سن. شورآبادی

روشهای آموزش استفاده از لگن بچه  
هیر ولفورد / توراندخت تمدن (مالکی)

روشهای از شر گرفتن کودک و  
نخستین غذاهای جامد  
زیوندت لیلی / نوراندخت تمدن (مالکی)

روشهای شیر دادن نوزاد  
کارولین دیکون / توراندخت تمدن (مالکی)

روشهای عملی برای افزایش  
اعتقاد به نفس در کودکان  
سلوانا کلارک / مرصده طباطبایی

روشهای کمک به خوابیدن کودک  
ینی هیمن / نوراندخت تمدن (مالکی)

رؤسای جمهور آمریکا و خاورمیانه  
از نروم مارینگان جورج لتچافسکی  
عبدالرضا (هوسنگ) مهدری

ره‌آورد روزگار  
دکتر حسین شهیدزاده

زنان، پیام‌آوران صلح  
دکتر زیبایی (میر) وحید / سیرین رانکا

غذای روح برای افراد شکست‌ناپذیر جک کنفلد - مارک ویکتور هنسن عباس چینی - اصغر افراشی	شفابخشی سریع ند آندروز / نفیسه معتقد	زاده برای عشق لئوبوسکالیا / هونسیار انصاری فر
غذای روح برای زنها و شوهرها جک کنفلد / مارک ویکتور هنسن عباس چینی / اصغر اندرودی	شوربختی روس هلن کارر دانکوس عبدالحمین نیک‌نگهر	زندگی از پنجاه سالگی شروع می‌شود لئونارد جی. هنس / عباس چینی
غذای روح وعده ششم جک کنفلد / مارک ویکتور هنسن مرجان اندرودی / عباس چینی	شوک بعد از ازدواج دالما هین نفیسه معتقد	زندگی یعنی چکیدن فربده شجاعی
غم و شادی دانیل اسسل / شدناز مهدوی	شهنواز پهلوی خسرو معتمد	زیر سایبان مهر الیزابت رابستر / اصغر اندرودی
فارما کولوژی جلد ۱ و ۲ (ادیب) دکتر عباس ادیب / دکتر تعی قفقازی	صحرا محبوبه احمدی زاده	ساعت شوم گابریل گارسیا مارکز / احمد گلنبری
فرار فروهر اسماعیل فصیح	طالع بینی و ستاره‌شناسی (برای عاشقان) لرگزین / مسرا معتمد	ستاره‌ها می‌درخشند سیدی شلدون / قدیر گلکاریان
فرهنگ تعبیر خواب حی. اچ. میلر / شیوا پرویری	طلوع در عشق پروین رحیم‌زاده	سر نوشت خود را رقم بزنند گای فنلی / نفیسه معتقد
فرهنگ جیبی کوچک (فارسی - انگلیسی) سیف غفاری	طلوع سپیده فرناز بختی	سروها در باد محمود سنانش
فرهنگ فارسی - انگلیسی (کاربردی) سیف غفاری	طوبی و معنای شب شهرنوش پارس‌پور	سفر به درون شرلی مک‌لین / سهراب جمهری
فرهنگ فارسی - انگلیسی (همراه کوچک) سیف غفاری	ظل السلطان خسرو معتمد	سقوط دیکتاتور، صدام از ظهور تا سقوط خسرو معتمد
فرهنگ فارسی - انگلیسی (جامع کاربردی) سیف غفاری	عروسی نازی دورنث رابینیان / آذر حولایی	سگ و زمستان بلند شهرنوش پارس‌پور
فرهنگ فشرده علوم اقتصادی دکتر منوچهر فرهنگ	عشق کبود علی محمد بهجت	سهراب، جانی که ناشناخته رفت مهری رحمانی
فرهنگ مصور پیشرو انگلیسی - فارسی سیف غفاری	عشق ممنوعه بن آگری / مهدی قراچنداعی	سه شنبه‌ها با موری میچ الوم / مهدی قراچنداعی
فصل خاکستری من راضیه طالبیان	عشق و سایه‌های خاکستری فریبا فانتخی‌نیکو	سیر حکمت در اروپا محمد علی فروغی تصحیح و تحمیه امیر جلال‌الدین اعلم
فوزیه جلد ۱ و ۲ خسرو معتمد	عشق و ناکامی منوچهر کاتلمی	۳۶۵ تلقین روحی راکل لرنر عباس چینی / مرصده طباطبایی
قافله سالار سخن دکتر خانلری مجموعه مقالات	عشق و عطش بهبه بیغمیری	شاهنامه فردوسی
قدرت ایمان دانیل استیل / مرجان اندرودی	عشق و عرفان دکتر مهشید مشیری	شب آبی مهری رحمانی
قدرت تمرکز جک کنفلد - مارک ویکتور هنسن مرجان اندرودی / عباس چینی	عقلهای کودکان مارتارت دانلدسون / پرویز پهلوان	شب سراب ناهد ابرواک
	عملیات پرش بلند ویلیام کایلد / میترا معتمد	شب زیبا شدن من فاطمه زاهدی (آقایگی)
		شعبان جعفری هما سرشار / ویرایس خسرو معتمد

وارث عذاب عشق فریدد بحاعی	مثنوی، زبان معرفت دکتر بیماں آزاد	قدرت نفوذ در دلها داود سلیمی
و تو مهناب شوی مری هبگینر کلارک / محمد قصاع	محترم بهبه پیغمبری	قرار ملاقات با سرنوشت سربین نورمحمدان
وسوسه ازدواج میترا معتضد	محفل شادمانی امی بان / مرهمیاب	قصر شیشه‌ای امینا و نگاس / مهدی قراچه‌داغی
و عده ملاقات بغداد جفری آرچر / فریده مهدوی دامغانی	مردان و زنان بالماسکه حررو معتضد	کارنامک من شاپور اورمزد / فریدون مجلسی
ویندوز ۹۸ (سری پایه) میرحس ولوی / کیوان مسامری فرد	مرداویج خسرو معتضد	کتاب المصادر قاضی ابوعبداللہ حسین بن احمد زوزنی به کوشش تفسی بنش
هانیبال (ادامه سکوت بره‌ها) توماس هر س / اصغر اندرودی	مشتاق عشق سیما مقدم	کشتار نویسندگان در ایران محمود ستاس
هدیه جان اینر / میژد جلالی	معمای رها، بیماں آزاد	کلمات شفا بخش ماتیو باد / مهدی قراچه‌داغی
هر روز را رازی است لونیسا ماریا لارس / قاسم سعوی	معمای شطرنج گری کاسپاروف حس هندی زاده / حمیدرضا سوج	کوچه‌ای پر از آفتاب کیان‌دخت نیورافروز
هفت راز بزرگ برای داشتن خانواده خوشبخت یل مبر / ریچارد میر / انرف عدیلی	موکل خطرناک حان گریشام / محمد قصاع	کودک در سرزمین وحش هارولد کلمب / مینو اردنگ
هفت راز موفقیت ریچارد ویستر / نفسمد معتکف	مهرو فاطمه سعیدی	کین و اپیل جفری آرچر / فتانه حاج‌سجواد (بیروین)
هیچ وقت نامزد نبودیم رضا استادی	نامزد نامرئی رول ورن / فرزاد حمدانی	گزارش یک مرگ گابریل گارسیا مارکز / الیلی گلسان
یاد بعضی فقرات سیمین بهبهانی	نامه‌های عاشقانه یک زن مهری رحمانی	گل‌سنگ شیرین سمعی
یادگار یادها میترا حسنی	نظیره و برگ گل نورالله بخشبازی	گوهر یکدانه مهنار سیدجواد جواهری
یافته‌های چشم سوم ورا استاتلی آلد / ناهید ایران‌نژاد	نقش دل بهارک ملک حاسی	لولی برند عزیزلی
یک ازدواج، یک معامله کریستوفر اوگدن / میرا ممصد	نوعی زندگی فریدون ادب، بقمانی	مادران و دختران ماری جابین / انرف عدلی
یکی مثلاً اینکه سیمین بهبهانی	نیمی از وجودم سیرس فدیری (گافی)	ماه پنهان ماهید سلیمان‌خانی

## قابل توجه خوانندگان گرامی

با خرید یک کتاب از فروشگاه مرکزی نشر البرز، یک کارت عضویت، (به شکل نمونه زیر) به شما تقدیم می شود که می توانید از مزایای آن بهره بگیرید.

### کارت عضویت در فروشگاه مرکزی نشر البرز

نام خریدار

نشانی

تلفن

#### قابل توجه اعضای محترم

♦ با خرید دهمین کتاب، می توانید از تخفیف ۲۰٪ بهره مند شوید.

♦ اعتبار این کارت از اولین خرید، یکسال است

♦ نشانی: شهرک قدس، مرکز تجاری میلادنور، تلفن:

۸۰۸۵۵۰۴-۸۰۸۵۵۰۳





## در این کتاب درخواهید یافت که

- چرا زنان حرف می‌زنند، در حالی که مردان عمل می‌کنند.
- چرا مردان تنها با ورزش وزن کم می‌کنند - اما زنان نمی‌توانند.
- حقیقت آنکه کدام جنس (زن یا مرد) در ریاضیات سرآمد است چیست - و چرا.
- نقش شگفتی‌آور تستوسترون در تحریک زن و مرد.

این کتاب دربارهٔ مردان است... توضیح می‌دهد چرا مردان با زنان تفاوت دارند؛ در نتیجه می‌توان گفت این کتاب برای زنان هم نوشته شده است.

ISBN 964-442-423-9



9 789644 424236

بها : ۲۲۰۰ تومان