

# برای مردان محترم «فرهنگ تجاوز» راهنمای

Photo: rudall30/ depositphotos.com

نوشته زارن برنت Zaron Burnette در هافینگتن پست

ترجمه: امید رضایی

مقدمه مترجم: همه ما مردان در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که به طور پیش‌فرض به ما امتیازهایی داده که نیمی از جامعه از آن بی‌بهره و حتی قربانی آن است. ممکن است ما در به‌وجود آمدن این امتیازها نقشی نداشته باشیم و فقط آن را به ارث برده باشیم. اما به‌رحال از آن‌ها بهره می‌بریم. واقعیت این است که ما نمی‌توانیم برای هم‌دردی یا همراهی با نیم دیگر جامعه، آن امتیازها را از خودمان سلب کنیم. ولی تا زمانی که علیه ساختارهایی که به پدید آمدن آن امتیازها انجامیده‌اند نشوریم، به تداوم آن‌ها کمک می‌کنیم. امنیت نسبتاً مطلق ما و ناامنی پیوسته محیط برای زنان، یکی از این امتیازهاست، امتیازی که به لطف آن‌چه این‌جا «فرهنگ تجاوز» نامیده شده، به ما داده شده، فقط چون مرد هستیم. تا وقتی علیه این فرهنگ وارد عمل نشویم، صدای‌مان را بلند نکنیم و دیگر مردان را به دست برداشتن از آن ونداریم، ما بخشی از این فرهنگیم و به تداوم آن کمک می‌کنیم. در نگاه ساختاری حاکم بر این متن، راستش اهمیت چندانی ندارد که خودمان متجاوز باشیم یا نباشیم.



Zaron Burnett

اگر مرد هستید، بخشی از فرهنگ تجاوززید. می‌دانم. به‌نظر خیلی خشن می‌آید. شما لزوماً متجاوز نیستید، اما سبب تداوم گرایش‌ها و رفتارهایی می‌شوید که معمولاً از نوعی فرهنگ تجاوز ریشه می‌گیرند.

شاید دارید فکر می‌کنید «هی! صبر کن! تو اصلاً من را نمی‌شناسی رفیق! اگر می‌خواهی بگویی من به نوعی طرفدار تجاوزم، حالت را می‌گیرم! من این‌طور نیستم!»

کاملاً متوجهم که چه احساسی دارید. وقتی کسی به من گفت من بخشی از فرهنگ تجاوز هستم، من هم دقیقاً همین احساس را داشتم. وحشتناک است. اما فقط تصور کنید که هر جای جهان می‌روید، این ترس را داشته‌باشید که به شما تجاوز شود، بدتر نیست؟ فرهنگ تجاوز به زندگی هرکسی که به نوعی در آن دخیل است گند می‌زند. اما گرفتار اصطلاحات نشوید. روی کلماتی که ناراحت‌تان می‌کنند تمرکز نکنید و چیزی را که این کلمات می‌خواهند نشان دهند نادیده نگیرید. مشکل عبارت «فرهنگ تجاوز» یا Rape Culture نیست. [مشکل](#)، واقعیتی است که این عبارت توضیحش می‌دهد.

مردان عامل فرهنگ تجاوزند و با آن مدارا می‌کنند

تجاوز کردن در انحصار مردان نیست و **زنان تنها قربانیان نیستند** - مردان به مردان تجاوز می‌کنند، زنان هم به مردان تجاوز می‌کنند - اما چیزی که تجاوز را به «مسأله‌ای مردانه» و مشکل ما تبدیل می‌کند، این واقعیت است که **۹۹ درصد تجاوزهای گزارش شده** در امریکا توسط مردان انجام می‌شود.

**شما چطور بخشی از فرهنگ تجاوز به شمار می‌آیید؟ از گفتنش نفرت دارم، اما دلایل این است که» شما یک مرد هستید.**

وقتی در تاریکی شب از یک پارکینگ رد می‌شوم و زنی را می‌بینم که به سمت من می‌آید، هر کاری که به نظرم مناسب است می‌کنم تا او را از حضور خودم آگاه کنم، به این ترتیب که اولاً او را نمی‌ترسانم، ثانیاً به او فرصت می‌دهم که احساس امنیت و راحتی کند و ثالثاً اگر ممکن است، به شیوه‌ای به‌وضوح دوستانه به او نزدیک می‌شوم تا او متوجه شود که من یک «تهدید» نیستم. این کارها را می‌کنم چون یک مرد هستم.

اساساً به هر زنی که در خیابان، آسانسور یا هر جای دیگری می‌بینم به شکلی نشان می‌دهم که او با [حضور من] در امنیت است. من فقط می‌خواهم او همان‌قدر احساس راحتی کند که من. من پذیرفته‌ام که هر زنی که در فضای عمومی با من روبرو می‌شود، من را نمی‌شناسد، به این ترتیب تنها چیزی که می‌بیند یک مرد است که به‌طور کاملاً اتفاقی نزدیک اوست. من باید درک او از فضا و این را که حضور من ممکن است باعث شود او احساس آسیب‌پذیری کند، به یاد داشته باشم. فاکتور کلیدی همین است: آسیب‌پذیری.

شما را نمی‌دانم، اما من وقت زیادی از زندگی‌ام را صرف احساس آسیب‌پذیر بودن نمی‌کنم.. اما دریافته‌ام که زنان بخش بسیار زیادی از زندگی اجتماعی‌شان را با احساس همیشه حاضر و اجتناب‌ناپذیر آسیب‌پذیری می‌گذرانند. درباره‌اش فکر کنید. تصور کنید همیشه احساس خطر می‌کنید، مثل این که پوست‌تان شیشه‌ای باشد.

ما به عنوان مرد مدرن، برای درک خطر، باید به دنبال آن برویم. برای تجربه خطر، سراغ ماجراجویی و یا ورزش‌های افراطی می‌رویم. ما از حس آسیب‌پذیری مان یک بازی می‌سازیم. این تفاوت جهان از دید مردان و زنان است. (روشن است که جمعیت پرشوری از زنان ورزش کار و بدن‌ساز حرفه‌ای وجود دارد، اما به‌رحال زنان برای ترشح آدرنالین حتماً لازم نیست سراغ ورزش‌های خطرناک بروند.)

حالا، من به اندازه یک شات الکل با مرگ فاصله دارم. من ورزش می‌کنم و می‌توانم بگویم بدن آماده‌ای دارم؛ به این معنی که وقتی شب‌ها تنها بیرون می‌روم، به ندرت نگران امنیت هستم. بیشتر مردان می‌دانند منظورم دقیقاً چیست و بیشتر زنان هیچ تصویری از این حس ندارند - این که هر جایی از جهان که دوست دارید بروید، در هر زمانی از روز یا شب، و احساس نکنید که مشکلی خواهی داشت؛ در واقع بیشتر زنان تجربه‌ای دقیقاً برعکس دارند.

یک زن باید دائم به این فکر کند که کجا می‌رود، چه وقتی از روز است، کی به مقصد می‌رسد و کی باید برگردد، چه روزی از هفته است، اگر احياناً در نقطه‌ای از این جابجایی تنها بماند و ... فهرست این نکته‌های قابل تأمل می‌تواند ادامه پیدا کند، گسترده‌تر از آن چه من و شما بتوانیم تصور کنیم. حقیقتش من نمی‌توانم درک کنم که چطور ممکن است مجبور باشم به این همه چیز فقط درباره مراقبت از خودم در هر لحظه از زندگی فکر کنم.

من از آزادی لذت می‌برم، از این که هر وقت اراده کنم بیرون می‌روم، روز یا شب، در هوای بارانی یا آفتابی، در حاشیه یا مرکز شهر. ما مردان از نعمت ویژه آزادی جابه‌جا شدن و آزادی انتخاب بهره‌مندیم. برای فهمیدن فرهنگ تجاوز، به یاد داشته باشید که دست کم نیمی از جمعیت جهان از این آزادی برخوردار نیست.

به همین دلیل است که من ابایی ندارم به خودم زحمت بدهم از زبان بدن به روشنی استفاده کنم و طوری رفتار کنم که به یک زن کمک کند ترس و هر حس دیگر مربوط به آن را به حداقل برساند. به شما هم توصیه می‌کنم همین کار را بکنید. این واقعا کمترین کاری است که هر مردی در فضای عمومی می‌تواند انجام دهد تا جهانی که با هم تقسیمش می‌کنیم، به زنان حس راحتی بیشتری بدهد. ملاحظه زنان و فضای آن‌ها را بکنید.

شاید فکر کنید این منصفانه نیست که ما مجبور باشیم رفتار بیمارگونه مردان دیگر را جبران کنیم. می‌دانید، حق با شماست. این منصفانه نیست، ولی آیا این تقصیر زنان است؟ یا تقصیر مردانی که رفتار وحشتناکی دارند و جهان را برای بقیه ما به جای بدی تبدیل می‌کنند؟ اگر این حس نبود انصاف چیزی است که شما را آزار می‌دهد، از مردانی خشمگین شوید که باعث می‌شوند شما و حضور شما زیر سوال برود.

زیرا وقتی قرار است زنان در مورد مردی حدس بزنند، باید در نظر بگیرند که شما قادر به انجام هر کاری هستید که یک مرد قادر به انجام آن است. متأسفانه این به این معنی است که همه مردان باید براساس بدترین نمونه‌هایشان قضاوت شوند. اگر فکر می‌کنید این نوع تعمیم مزخرف است، به این فکر کنید که در برابر یک مار که در حیات وحش با آن برخورد می‌کنید، چه واکنشی نشان می‌دهید؟ [مارگزیده از ریسمان سیاه و سفید می‌ترسد!]

با هر ماری مثل یک» مار] «سمی [رفتار می‌کنید، درست است؟ نه، این تعمیم بی‌جا نیست، بلکه به رسمیت شناختن توانایی یک حیوان است و آسیبی که می‌تواند بزند، آن هم طبق قواعد ساده تنازع بقا. از آن‌جا که شما یک مرد هستید، زنان باید مثل یک «مرد» با شما برخورد کنند.

ترس کاملاً منطقی و قابل فهم از مردان، در حوزه مسئولیت شماست. شما آن را به وجود نیاورده‌اید. اما اتوبان‌ها را هم شما نساخته‌اید. برخی از چیزهایی که شما از جامعه به ارث می‌برید خوبند و برخی به فرهنگ تجاوز تعلق دارند.

از آن‌جا که هیچ زنی نمی‌تواند از روی ظاهر به طور دقیق در مورد شما یا نیت‌های‌تان قضاوت کند، شما را مثل هر مرد دیگری در نظر خواهد گرفت. [در ۳۷ درصد موارد](#)، زنان کسی را که به آن‌ها تجاوز کرده می‌شناسند. با این حساب، وقتی یک زن نمی‌تواند به کسی که می‌شناسد اعتماد کند و قصدش را تشخیص دهد، چطور انتظار دارید که شما را که کاملاً بیگانه هستید، درست ارزیابی کند؟ پیشگیری از تجاوز فقط این نیست که زنان به زنان یاد بدهند که چطور مورد تجاوز قرار نگیرند، بلکه این هم هست که مردان مرتکب تجاوز نشوند.

پیشگیری از تجاوز، درباره این واقعیت است که مردان باید بفهمند که «نه» به معنی «بله» نیست؛ که وقتی زنی چون مست یا تحت تاثیر مواد مخدر یا دارو است نمی‌تواند پاسخ صریح بدهد، به معنی «بله» نیست؛ که صرف در رابطه بودن به معنی «بله» همیشگی نیست. به جای تمرکز بر این که چطور این زن می‌تواند از تجاوز جلوگیری کند یا این که چطور فرهنگ تجاوز باعث می‌شود یک مرد بی‌گناه مظنون به نظر برسد، باید روی این تمرکز کنیم که ما مردان چطور می‌توانیم مانع وقوع تجاوز شویم، چطور ساختارهایی که تجاوز را نادیده می‌گیرند از کار بیندازیم و رویه‌هایی را که با تجاوز مدارا می‌کنند عوض کنیم.

**از آن‌جا که شما بخشی از این فرهنگ هستید، باید بدانید که فرهنگ تجاوز چیست**

به تعریف [وبسایت مرکز زنان دانشگاه مارشال](#):

«فرهنگ تجاوز محیطی است که در آن تجاوز متداول است، خشونت جنسی علیه زنان عادی‌سازی شده است و در رسانه‌ها و فرهنگ عمومی توجیه می‌شود. فرهنگ تجاوز از طریق زبان زن‌ستیز، شی‌انگاری بدن زنان و افسانه‌ای کردن خشونت جنسی تداوم می‌یابد و به این ترتیب جامعه‌ای می‌سازد که حقوق و امنیت زنان را نادیده می‌گیرد.»

به دلایل روشنی، وقتی برای اولین بار زنی به من گفت که بخشی از فرهنگ تجاوز هستم، می‌خواستم مخالفت کنم. مثل خیلی از شما می‌خواستم بگویم «هی! من این‌طور نیستم.» اما به جای آن، گوش دادم. بعدها با نویسنده زنی که برایش احترام قائم وارد گفت‌وگو شدم. از او خواستم که برایم مقاله‌ای بنویسد و در آن فرهنگ تجاوز را برای من و خوانندگان مرد توضیح دهد. او دیگر به ایمیل‌های من پاسخ نداد.

اول دلخور شدم و وقتی معلوم شد که اصلاً قصد پاسخ دادن ندارد، حتی عصبانی هم شدم. خوشبختانه یاد گرفته‌ام که هنگام احساس خشم و عصبانیت نباید پاسخ داد. رعد، تحسین برانگیز است، ولی آن‌چه که باعث تداوم زندگی می‌شود، باران است. اجازه دادم آن طوفان بگذرد و در مورد آن فکر کردم. قدم زدم. به نظر می‌رسد قدم زدن همیشه فکرها را واضح‌تر می‌کند.

چند چهارراه دور از خانه، به خود آمدم. اگر فرهنگ تجاوز برایم این قدر مهم است، خودم باید بفهمم که دقیقاً چیست. هیچ زنی وقتش را به من بدهکار نیست، آن هم فقط به‌خاطر این که من می‌خواهم در مورد چیزی یاد بگیرم که او به‌طور تجربی آن را می‌فهمد. هیچ زنی نباید احساس کند مجبور است برای من فرهنگ تجاوز را توضیح بدهد، فقط به‌خاطر این که من می‌خواهم در مورد آن بدانم. هیچ زنی هیچ چیز به من بدهکار نیست. دیدم که چطور میلم به این که یک زن متقاعد کند افول کرد. حتی کنجکاوی‌ام، چیزی که همیشه به آن افتخار کرده‌ام، تحت تاثیر همان پیش‌فرض مردمحوری بود که هیزم آتش فرهنگ تجاوز است. انتظار داشتم راضی‌ام کنند. این رویه خودش یک مشکل است. شروع کردم به خواندن و آنقدر مطالعه کردم که فهمیدم فرهنگ تجاوز یعنی چه و من چه نقشی در آن دارم.

**مثال‌هایی از فرهنگ تجاوز:**

- سرزنش قربانی («خودش می‌خواست!») «یا» کرم از خود درخت است»
- کم اهمیت جلوه دادن آزار جنسی» [حالا به دستی بهت زده، مگه چی شده؟]
- جوک‌های واضح جنسی
- تحمل و مدارا در برابر آزار جنسی
- آمار نادرست گزارش‌های تجاوز را توی بوق کردن
- بررسی علنی پوشش، شرایط روانی، انگیزه و گذشته قربانی
- خشونت جنسی بی‌مورد در سینما و تلویزیون

- تعریف « مردانگی » به سلطه‌گری و از نظر جنسی مهاجم
- تعریف « زنانگی » به سلطه‌پذیری و از نظر جنسی منفعل بودن
- تحت فشار گذاشتن مردان برای « فاتح بودن »
- تحت فشار گذاشتن زنان برای این که « سرد » به نظر نیایند
- این ادعا که فقط به زنان بی‌قیدوبند تجاوز می‌شود
- این ادعا که به مردان تجاوز نمی‌شود یا فقط به مردان « ضعیف » تجاوز می‌شود
- سرباز زدن از جدی گرفتن اتهام تجاوز
- یاد دادن به زنان که مورد تجاوز قرار نگیرند به‌جای یاد دادن به مردان که تجاوز نکنند

به سرعت می‌توان دریافت که فرهنگ تجاوز در دینامیک اجتماعی دوران ما نقش مهمی بازی می‌کند و مرکز تمام برهم‌کنش‌های شخصی ماست. فرهنگ تجاوز بخشی از تمام کشمکش‌های اجتماعی (social)، جمعی (societal) و محیطی (environmental) ماست. فرهنگ تجاوز فقط درباره سکس و رابطه جنسی نیست، بلکه محصول گرایش کلی به سلطه مردانه است. خشونت جنسی تنها یکی از شکل‌های ابراز این گرایش است. تاکید می‌کنم که نگذارید ترمینولوژی، تعاریف و اصطلاحات شما را بترسانند. اسیر عبارت « سلطه مردانه » نشوید. مشکل از این عبارت نیست. مشکل این است که فرهنگ تجاوز به هرکسی که در آن دخیل است آسیب می‌زند.

تصورات منسوخ مردسالارانه در جامعه همان قدر که در مردان این میل را پرورش می‌دهند که تا جای ممکن قدرت‌مند و از نظر جنسی تهاجمی باشند، معرفی کردن خود به‌عنوان قربانی تجاوز را برای مردان دشوار می‌کند. وقتی زنان به فرهنگ تجاوز اشاره می‌کنند، مردان نباید احساس کنند تهدید می‌شوند یا مورد حمله قرار گرفته‌اند - زنان دارند با ما در مورد دشمن مشترک مان حرف می‌زنند: «فرهنگ تجاوز»، پس ما باید گوش بدهیم.



### حالا که می‌دانیم فرهنگ تجاوز چیست، در برابرش چه کار می‌توانیم بکنیم؟

- از به‌کار بردن زبانی که زنان را به شیء تقلیل می‌دهد یا نادیده می‌گیرد، خودداری کنیم.
- وقتی می‌بینیم کسی جوک توهین‌آمیز تعریف می‌کند یا تجاوز را بی‌اهمیت جلوه می‌دهد، سکوت نکنیم و درباره‌اش حرف بزنیم.
- اگر یکی از دوستان مان (زن) گفت که مورد تجاوز قرار گرفته، جدی‌اش بگیریم و از او حمایت کنیم.
- به پیام‌های رسانه‌ها در مورد زنان، مردان، روابط و خشونت، نگاهی انتقادی داشته باشیم.
- به فضای فیزیکی دیگران حتی در موقعیت‌های معمول و روزمره احترام بگذاریم.
- همواره با شریک‌های جنسی مان حرف بزنیم و در مورد رضایت‌شان [به عمل جنسی] به حدس زدن اکتفا نکنیم.
- مردانگی یا زنانگی خودمان را تعریف کنیم. اجازه ندهیم کلیشه‌ها و پیش‌داوری‌ها و کلیشه‌ها رفتارمان را شکل بدهند.

### در صورت تجربه فرهنگ تجاوز در زندگی روزمره، در برابر آن چه کار می‌توانیم بکنیم؟

## ۱- مردان باید جلوی مردان بایستند

هیچ کس به خشونت دعوت نمی کند. در واقع این چیزی است که ما تلاش می کنیم از آن اجتناب کنیم. اما گاهی و در برخی شرایط یک مرد دیگر یا گروهی از مردان باید با یک مرد مقابله کنند. وقتی بیرون هستیم و می بینیم یک مرد دارد با یک زن دعوا می کند، یک لحظه می ایستیم. مطمئن می شوم که زن من را می بیند. می خواهم بدانم که من کاملاً در جریانم که چه اتفاقی در حال وقوع است. یک لحظه صبر می کنم تا اشاره روشنی از او دریافت کنم که آیا به کمک نیاز دارد یا نه؟ گاهی آن زوج طوری به دعوا ادامه می دهند که انگار من درخت هستم. گاهی زن اشاره می کند که به حمایت نیاز دارد و من دخالت می کنم. تا به حال هرگز مجبور به استفاده از خشونت نشده ام. معمولاً حضور من کافی است که مرد، اگر غریبه است، آنجا را ترک کند یا اگر با زن آشناست، توضیح بدهد. این کار - توقف کردن - برهم کنش دعوا را تغییر می دهد. به این دلیل وقتی می بینم کسی با زنی در فضای عمومی به هر دلیلی مشاجره می کند، توقف می کنم. اطمینان حاصل می کنم که هر زنی، در شرایطی که ممکن است به خشونت بینجامد، احساس کند این فرصت را دارد که از من تقاضای کمک کند. مثل یک برادر بزرگتر برای خواهرش، این یک واکنش طبیعی است.

اما این را به زنان محدود نمی کنم. این کار را برای دو مردی که مشخص است مرافعه شان عاشقانه است هم انجام داده ام. هر زمانی که وضعیتی ببینید که دارد از کنترل خارج می شود، به خصوص وقتی یک نفر فریاد کمک سر می دهد یا مورد حمله قرار می گیرد، باید مداخله کنید. لازم نیست دعوا را ختم کنید. اما دخالت کنید، اطلاعات لازم را کسب کنید، به مسئولان خبر بدهید، با پلیس تماس بگیرید. کاری نکنید.

## ۲. مردان می توانند مردان را تصحیح کنند

اگر می بینید یک مرد در مقابل شما به گروهی تهمت می زند و کسی از آن گروه آنجا نیست که رنجیده خاطر شود، باز هم می توانید چیزی بگویید. وقتی زبان زن سستیز به گوش تان می خورد هم می توانید همین کار را بکنید. حرف بزنید. به دوست یا همکار تان بگویید که جوک های با مضمون تجاوز مزخرف اند و شما نمی توانید آن ها را تحمل و با این خشونت مدارا کنید.

باور کنید «کارت مردانگی تان» را نخواهید باخت. اگر بیش از ۹۱ سال دارید و هنوز نگران کارت مردانگی تان هستید، شما قطعاً نمی دانید مردانگی قابل احترام چیست. مردانگی، تأیید گرفتن قبیله ای از سایرین نیست - بلکه این است که «خودتان باشید» و کار درست را انجام دهید. احتمالاً تعداد مردانی که بابت انجام کاری که خودشان می خواستند انجام دهند، اما ندادند به شما احترام خواهند گذاشت، غافلگیرتان خواهد کرد. من این را زیاد دیده ام. من پلیس قضاوت جامعه نیستم، اما با یک اتاق پر از مردان بحث کرده ام و خواهم کرد. همیشه بعد این گفتگوها برخی از این مردان سراغم آمده و خواهند آمد و گفته اند و خواهند گفت چقدر برای کاری که کردم احترام قائلند. همیشه به آن ها می گویم هر بار که درباره اش حرف می زنید، حرف زدن آسان تر می شود. قول می دهم که این طور است.

هیچ کس پیشنهاد نمی کند که گشت بزنید و پلیس مردم باشید. شغل من این نیست که مطمئن شوم همه دارند با معیارهای من زندگی می کنند. هیچ کس لازم ندارد شما بگویید درباره هر چیز کوچکی که می گوید چه فکر می کنید و آیا حرفش با ضوابط شما برای آگاهی جمعی مطابق است. اما وقتی مردی مزخرف احمقانه ای می گوید و شما می دانید - همه ما این طور جوک ها را می شنویم - می توانید به او بگویید که جوکش در مورد تجاوز یا این که می گوید «فلان زن جنده است» قیاس درستی نیست.

## ۳. مردان می توانند دهان دیگر مردان را ببندند

فرض کنیم شما بین گروهی از مردان هستید و یکی از دوستان شما شروع می کند به دادویی داد سر یک دختر - به او بگویید که تمامش کند. بابت این که به خاطر یک زن صدای تان را بلند کرده اید، چیزی از شما کم نخواهد شد. تا وقتی هم که به خاطر این که از آن زن دفاع کرده اید، دنبال امتیاز گرفتن از او نباشید، متهم به خودشیرینی برای او نخواهید شد. شما فقط دارید کار درست را انجام می دهید. متلک انداختن و آزار خیابانی یکی از بدترین راه های مردان برای ابراز جنسی است. این احمق ها باعث می شوند همه ما خودخواه های عوضی به نظر برسیم. متوجهید؟ ما باید به این وضعیت چرند خاتمه دهیم.

حرکت موثر وقتی بود که من یاد گرفتم جلوی گروهی از مردان بایستم. شما هم باید این کار را انجام دهید. این کار را انجام می دهید، چون می خواهید به خودتان احترام بگذارید. وگرنه شما هم یکی از آن مردان رقت انگیز هستید که اجازه می دهد مردی در حضورش با یک زن بدرفتاری کند. وقتی مردی به زنی متلک می اندازد یا دست مالی اش می کند و شما هیچ کاری نمی کنید، یعنی او برای ارضای خودش با آن زن مثل یک شی بی ارزش جنسی رفتار کرده و درعین حال شما را به یک عوضی بی ارزش که اجازه می دهد در حضورش با زنان بدرفتاری شود تبدیل کرده.

پدر بزرگ شما چه فکر خواهد اگر شما را در آن موقعیت ببیند؟ به شما افتخار خواهد کرد؟ خودتان به خودتان افتخار می کنید؟ غرور مردانه چیز خوبی است - از آن استفاده کنید که خودتان آدم بهتری شوید. آدم به دردنخور ساکتی نباشید که هم رنگ جماعت شده است. وقتی کسی به زنی متلک می اندازد، جلویش بایستید. بگویید ساکت شود. به عنوان مرد، لابد شما قدرتش را دارید. از آن استفاده کنید.

مردان به قاطعیت احترام می‌گذارند.

#### ۴. این وظیفه ماست که برای خودمان و به این ترتیب برای تمام مردان معیارهایی داشته باشیم

ممکن است فکر کنید «هی، داداش من، خونسرد باش. متلک انداختن آن قدرها هم چیز مهمی نیست. داری از گاه کوه می‌سازی.» «ممکن است حق داشته باشید. ممکن است برخی زنان از متلک خوش‌شان بیاید. اما اهمیتی ندارد. من دوست دارم با سرعت رانندگی کنم. پس معمولاً دوست دارد در فضای عمومی علف دود کند. هیچ‌کدام به چیزی که دوستش داریم نمی‌رسیم. این‌ها قواعد عضویت در یک جامعه است. اگر زنی پیدا کردید که از دستمالی شدن و متلک شنیدن خوشش می‌آید، خیلی هم خوب است، فقط پشت درهای بسته انجامش دهید. وقتی در فضای عمومی هستید، به فضای فیزیکی و روانی دیگران احترام بگذارید.»

#### خودتان را به مرد بودن محدود نکنید، انسان باشید

وقتی چیزی مثل کمپین «بله، همه زنان [#YesAllWomen](#)» (درباره قربانی شدن همه زن‌ها در انواع خشونت‌ها) در فضای فرهنگی ما اتفاق می‌افتد و زنان در سراسر جهان تجربه‌ها، آسیب‌ها، روایت‌ها و دیدگاه‌های شخصی‌شان را به اشتراک می‌گذارند، ما مردان نیازی نداریم وارد این گفت‌وگوی فرهنگی شویم. در آن لحظه، تنها کاری که باید انجام دهیم، گوش دادن است؛ گوش دادن و تامل کردن. باید بگذاریم حرف‌های آن‌ها زاویه دید ما را تغییر دهد. وظیفه ما این است که از خودمان بپرسیم که چطور می‌توانیم کارها را بهتر انجام دهیم.

منبع: [ماچولند](#)