پرفروش‌ترین نویسنده جهان با اثر دیگرش:
۱۲ قانون برای زندگی: پادذهری برای آشوب

جردن پیترسون

فراتر از نظم

۱۲ قانون دیگر برای زندگی

مترجم: شیما مسائلی

”تاثیرگذارترین روشنفکر دنیای غرب در حال حاضر“

نیویورک تایمز

فراتر از نظم

۱۲ قانون دیگر برای زندگی

جردن پیترسون

ترجمه و انتشار ❤ تیم خوره کتاب

INTERNATIONALLY BESTSELLING AUTHOR OF

12 RULES FOR LIFE: AN ANTIDOTE TO CHAOS

JORDAN B. PETERSON

BEYOND ORDER

12 MORE RULES FOR LIFE

"The most influential public intellectual in the Western world right now."

NEW YORK TIMES

دیگر آثار جردن پیترسون:

طرحواره‌های معنا: معماری باورها

۱۲ قانون برای زندگی: پادزهر آشفتگی ها

www.KhoreKetab.com

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
پیش درآمد	۱
فصل ۱: قانون اول - از روی بی‌دقتی، نهادهای اجتماعی یا دستاوردهای خلاقانه را بدنام نکنید.	۱۶
فصل ۲: قانون دوم - تصور کنید چه کسی می‌توانید باشید و بعد فقط همان را هدف بگیرید.	۶۴
فصل ۳: قانون سوم - موارد نامطلوب را در مه مخفی نکنید.	۱۰۱
فصل ۴: قانون چهارم - توجه کنید آنکه مسئولیت‌پذیری را رد می‌کند، از فرصت‌ها محروم می‌شود.	۱۲۲
فصل ۵: قانون پنجم - آنچه را که متنفرید انجام ندهید.	۱۵۲
فصل ۶: قانون ششم - فراسوی ایدئولوژی	۱۶۷
فصل ۷: قانون هفتم - برای حداقل یک هدف به سختی کار کنید و بعد ببینید چه اتفاقی می‌افتد.	۱۹۰
فصل ۸: قانون هشتم - سعی کنید یک اتاق را در خانه‌تان تا حد ممکن زیبا کنید.	۲۰۹
فصل ۹: قانون نهم - اگر خاطرات قدیمی هنوز ناراحتتان می‌کند، آن خاطره‌ها را دقیق و کامل بنویسید.	۲۳۹
فصل ۱۰: قانون دهم - پیوسته برنامه بریز و تلاش کن تا عشق در رابطه‌تان حفظ شود.	۲۷۳
فصل ۱۱: قانون یازدهم - به خودتان اجازه ندهید که متنفر، فریبکار یا خودبزرگ‌بین شوید.	۳۱۳
فصل ۱۲: قانون دوازدهم - شکرگزار باشید، به رغم رنجی که میکشید.	۳۶۵

www.KhoreKetab.com

پیش‌درآمد

www.KhoreKetab.com

۱۶ بهمن ۱۳۹۸[1] در بخش مراقبت‌های ویژه یکی از بیمارستان‌های شهر مسکو از خواب بیدار شدم. با بندهای محکمی به بغل‌های تختم بسته شده بودم، چون در حالتی از ناخودآگاهم آنقدر آشفته بودم که بارها سعی کرده بودم بندها را باز کنم و از آی سی یو بیرون بروم. من گیج بودم، خسته بودم و نمیدانستم کجا هستم. فقط میدیدم بین آدم‌هایی هستم که به یک زبان خارجی حرف میزنند. و از طرف دیگر دخترم، مایکلا[2]، و همسرش، آندری[3] را پیدا نکردم. چون دیدنِ آنها محدود به ساعات ملاقات بود، نه موقعی که من بیدار میشدم، از اینکه در چنین شرایطی بودم، عصبانی هم شدم. وقتی چند ساعت بعد، دخترم به دیدنم آمد، احساس میکردم به من خیانت شده، اگرچه واقعیتِ موضوع ذره ای به خیانت شبیه نبود. آدمها به نیازهای مختلف و بعضا پر چالشِ من، در یک کشور کاملا غریبه، با تلاش زیادی رسیدگی میکردند. بعد از آن، تا مدتی هیچ خاطره ای نداشتم که چه اتفاقی برایم افتاده و چطور شده که من اینجا هستم. دو ماه قبل یعنی آذر[4]، وقتی در بیمارستانی در تورنتو بودم، از جزئیات اتفاقاتی برایم افتاده بوده، خاطره کمی داشتم. وقتی به عقب نگاه میکنم، یکی از معدود چیزهایی که یادم می‌آید، زمانی بود که داشتم برای نوشتن این کتاب صرف میکردم.

زمانی که خانواده‌ام با دوره‌های سخت برای به دست آوردن سلامتی تقلا می‌کردند، من اکثر این کتاب را نوشته و ویراستاری کرده بودم. شاید لازم باشد این دوران را با جزئیات بیشتری توضیح بدم. اول نوبت مایکلا بود، که در دی ماه ۱۳۹۷[5] باید یک عمل جراحی روی یکی از مفاصلش انجام میداد و یکی از مفصل‌های مصنوعی را که حدود ۱۰ سال پیش کاشته بود، تعویض میکرد. چون کاشت اولیه، کاشت جالبی از آب در نیامد و باعث درد و مشکلات حرکتی

۱ ۵ام فوریه ۲۰۲۰
۲ Mikhaila
۳ Andrey
۴ دسامبر
۵ ژانویه ۲۰۱۹

جـدی برایـش شـده بـود. مـن یـک هفتـه را در کنـارش، در بیمارسـتان زوریـخ سـوئیس گذرانـدم.

بـا شـروع شـدن مـاه اسـفند[1]، همسـرم تامـی[2]، بـه خاطـر یـک سـرطان خـوش خیـم کلیـه مجبـور بـه عمـل جراحـی شـد. عملـی کـه خیلـی هـم رایـج و خوشـبینانه اسـت. در حیـن عمـل، فقـط یک‌سـوم غـده سـرطانی برداشـته شـد، چـون تیم پزشـکی تشـخیص داد کـه تامـی مبتلا بـه نوعی بیماری بسـیار نـادر اسـت. از آن دسـته کـه دوره عمـر بیمـاری اش یـک سـاله اسـت. بنابرایـن عمـل دوم، بـه فاصلـه دو هفتـه انجـام شـد، تـا دوسـوم مابقـی غـده سـرطانی از بدنـش خارج شـود. هـر روز بعـد از عمـل، ۴ لیتر آب از سیسـتم لنفـاویِ آسـیب دیـده اش خـارج میشـد. ایـن عارضـه، می‌توانسـت باعث شـرایطی شـود کـه عـود سـرطان را بـه دنبـال داشـته باشـد. بنابرایـن مـا بـه دیـدنِ تیـم پزشـکی دیگـری در فیلادلفیـا رفتیـم، جایـی کـه ظـرف ۹۶ سـاعت، بـا درمـان و بررسـی عکس‌هـای اِم آر آی، بالاخـره توانسـتند باعـث توقـف کامـل نشـتِ لنـف از سیسـتم لنفـاوی تامـی شـوند. ایـن دسـتاورد بـزرگ، در ۳۰امیـن سـالگرد ازدواجمـان حاصـل شـد و بعـد از آن حـالِ تامـی بـه سـرعت را بـه بهبـود گذاشـت. گواهـی دهنـده شـانس، کـه بـدون ایـن شـانس هیـچ کداممـان زنـده نمـی ماندیـم، علیرغـم تمـام قـدرت و مقاومتـی کـه تامـی از خـودش نشـان داد.

متاسـفانه بعـد از ایـن ماجـرا، سـلامتی خـودم بـه مشـکل خـورد. بعـد از تجربـه‌ی واکنـش خـودکار سیسـتم ایمنـی بدنـم نسـبت بـه بعضـی مـواد غذایـی کـه در سـال ۱۳۹۴[3] مصـرف کـرده بـودم، از سـال ۱۳۹۵[4] از خدمـات یـک مرکـز درمانـی بـرای مقابلـه بـا اضطـراب اسـتفاده میکنـم. بدنم نسـبت به بعضی از غذاهـا، واکنشـهای اضطرابـی شـدید نشـان میـداد. همینطـور نسـبت بـه سـرما! فـارغ از اینکـه چـه لباسـی پوشـیده باشـم، یـا چنـد پتـو بـه روی خـودم انداختـه باشـم. همه اینـا نه فقـط باعـث اضطراب

۱ مارس
۲ Tammy
۳ ۲۰۱۶
۴ ۲۰۱۷

می‌شـد، بلکـه فشـار خونـم را هـم تـا انـدازه‌ی قابـل توجهـی پاییـن مـی‌آورد، بـه طـوری کـه وقتـی تـلاش میکـردم سـرپا بایسـتم، سـرم گیـج میرفـت و بـرای اینکـه یکبـار دیگـر تلاش کنـم بایسـتم، باید چنـد لحظـه اسـتراحت میکـردم. در ایـن مـدت، از بـی خوابی‌هـای طولانـی رنـج بردم. پزشـک خانـواده، برایـم یـک داروی خـواب آور بـه نـام بنزودیازپیـن[1] تجویـز کـرد. مـن ایـن داروی خـواب آور را چنـد بـار مصـرف کـردم و مشـکل خوابـم بلافاصلـه رفـع شـد و دیگـر نیـازی بـه ادامـه دادنِ جلسـات درمانـی در کلینیک‌هـای درمـان خـواب نبـود. امـا، از طرفـی، مصـرف بنزودیازپیـن را سـه سـال ادامـه دادم، چـون به نظـرم زندگـی‌ام در ایـن دوران بـه طـرز غیـر عـادی ای پراضطـراب بـود: دوران تغییـر زندگـی آرام‌ام از یـک اسـتاد دانشـگاه و پزشـک، بـه زندگـی پـر فـراز و نشـیبِ یـک فـرد شـناخته شـده. ضمنـا ایـن دارو هـم مـاده‌ی نسـبتا بـی آزاری اسـت.

امـا در اسـفند ۱۳۹۷[2]، بـا شـروع شـدنِ نبـرد همسـرم بـا بیمـاری سـرطان، اوضـاع عوض شـد. اضطراب مـن در کل مـدت بسـتری، عمـل و بهبـود مایـکلا اوج گرفتـه بـود. بـه همیـن خاطـر از پزشـک خانوادگی مـان خواسـتم کـه دُز بنزودیازپیـن را بیشـتر کنـد، تـا خـودم و دیگـران را بـا اضطرابـم اذیـت نکنـم. متاسـفانه بـالا بـردن دُز ایـن دارو باعـث تشـدید احساسـات منفـی‌ام شـد. اواسـط عملهـای جراحـی تامـی، بـا اوج گرفتـنِ اضطرابـم، از دکتـر خواسـتم کـه دُز آن را بـاز هـم بالاتـر ببـرد، تمایلی کـه در نهایت مـن را در دام افسـردگی انداخـت کـه سـالها از آن آزار کشـیده بـودم. بـه هـر حـال در اردیبهشـت مـاه همـان سـال، مصـرف بنزودیازپیـن را کامـلا قطـع کـردم و بـه پیشـنهاد روانپزشـکی کـه بـا او مشـورت میکنـم، هفتـه ای دو بـار کِتامیـن[3] مصـرف کـردم. کتامیـن دارویـی اسـت کـه بعضـی وقتهـا بـه صـورت تهاجمـی و ناگهانـی اثـرات مثبتـی روی افسـردگی ایجـاد میکنـد. ایـن دارو بـرای مـن مشـکلی نداشـت، بـه غیـر از دو سـفرِ بیسـت دقیقـه ای بـه جهنـم. مـن تـا مغـز اسـتخوانم احسـاس شـرمندگی و گنـاه را،

۱ Benzodiazepine
۲ مارس ۲۰۱۹
۳ Ketamine

www.KhoreKetab.com

به خاطر اینکه چیزی از تجربه‌های مثبتم به دست نیاورده ام، احساس کردم.

چند روز بعد از تجربه‌ی دوم، آثار غیر قابل تحملِ ترک کردن ناگهانی بنزودیازپین خودش را نشان داد: اضطرابی فراتر از هر اضطرابی که تا به حال تجربه کرده بودم. اضطرابی غیر قابل کنترل، همراه با بی قراری و نیاز به تحرک (که معمولا آکاتزیا[1] میگویند) و هجوم افکار قدرتمند و خود ویرانگر، و همینطور خلا کاملِ احساس خوشبختی یا هر حسی نزدیک به آن. یکی از دوستان خانوادگی مان به من درباره عوارض ترک ناگهانیِ بنزودیازپین یادآوری کرد، و به همین خاطر بار دیگر شروع به مصرف کردن این دارو کردم، اما با دُزی کمتر از گذشته. خیلی از علائم‌ام شروع کرد به فروکش کردن، اما نه همه شان. برای اینکه بقیه علائم هم از بین بروند، یک داروی ضدافسردگی دیگر را شروع کردم که در گذشته برایم خیلی مفید بود. اما این بار تنها کاری که کرد این بود که به قدری خسته‌ام میکرد که روزانه چند ساعت خوابِ بیشتر برایم همراه داشت، کاری که در بحبوحه‌ی عمل‌های تامی اصلا راهکار خوبی نبود. همینطور اشتهایم را دو تا سه برابر کرد.

بعد از سه ماه اضطراب وحشتناک، بیخوابی غیر قابل کنترل، بی قراری‌های مختلف، و اشتهای بیش از حد، به یک کلینیک آمریکایی رفتم که ادعا میکرد به طور تخصصی در زمینه ترک سریعِ بنزودیازپین کار میکند. علیرغم نیت‌های خوب خیلی از روان درمانگران آن کلینیک، روند توقف علائم خیلی کُند بود و دُز مصرف را به صورت تدریجی کم میکرد. عوارض منفی چنین اقدامی همین حس و حالی بود که داشتم با آن دست و پنجه نرم میکردم و با درمان بستری امکان داشت که تا حد قابل توجهی کنترل شوم.

با این حال، از اواسط مرداد[2]، چند روز بعد از نقاهت و بهبود تامی، تا اواخر آبان[3]، که به

۱ Akathisia
۲ آگوست
۳ نوامبر

www.KhoreKetab.com

خانـه‌ام در تورنتـو برگشـتم، در ایـن کلینیـک سـاکن بـودم. تـا ایـن زمـان، آکاتزیـا (اختـلال بـی قـراری و تحـرک غیـر قابـل کنتـرل کـه پیشـتر بـه آن اشـاره کـردم) بـه حـدی اوج گرفتـه بـود کـه تقریبـا در هیچ حالتـی و بـرای هیـچ مدتـی نمـی توانسـتم بـدون اضطـراب شـدید، اسـتراحت کنـم. در مـاه آذر[1]، وقتـی بـه یـک بیمارسـتان محلـی مراجعـه کـردم اتفاقـی افتـاد کـه مـن فقـط آخریـن خاطراتـم از هوشـیاری، و بعـد از آن بیـدار شـدن در مسـکو را بـه یـاد دارم. بعـدا متوجـه شـدم کـه مایـکلا و آنـدری، اواسـط دی مـاه ۱۳۹۸[2]، مـرا بـه بیمارسـتان تورنتـو منتقـل کـرده انـد، چـون بـاور داشـتند کـه درمـانِ مـن بیشـتر در آن بیمارسـتان بـه ضـررم بـوده تـا بـه نفعـم (نظـری کـه مـن هـم وقتـی از رونـد آن مطلـع شـدم، کاملا موافـق بـودم کـه بایـد بیمارسـتانم را تغییر میـدادم).

وقتـی دوبـاره بـه خـود آمـدم، شـرایطی کـه در آن قـرار داشـتم، شـرایط بسـیار پیچیـده ای بـود، چـون انـگار در کانـادا هـر دو ریـه‌ام درگیـر ذات الریـه شـده بـود، بـدون اینکـه قبـلا تشـخیص داده یـا درمـان شـده باشـد. مـن فقـط خـودم را در بیمارسـتان مسـکو، در بخـش مراقبت‌هـای ویـژه پیـدا کـردم. بـا ایـن حـال، در ایـن بیمارسـتان بـه کمـک درمانـی کـه یـا در شـمال آمریـکا ناشـناخته اسـت و یـا جـزو روشـهای درمانـی خیلـی خطرنـاک محسـوب می‌شـود، توانسـتم مصـرف بنزودیازپیـن را قطع کنـم. از آن جایـی کـه بـه هیـچ وجـه نمـی توانسـتم عـوارض کـم کـردن دُز دارو را تحمـل کنـم، و علیرغـم اینکـه در گذشـته هـم اینـکار را کـرده بـودم، بیمارسـتان مـرا در بیهوشـی القایـی نگـه داشـته بـود تـا در صـورت بـروز علائـم شـدید، ناهوشـیار باشـم. ایـن درمـان ۱۵ام دی[3] مـاه شـروع شـد و تـا ۹ روز ادامـه پیـدا کـرد و در ایـن مـدت مـن از طریـق دسـتگاهی نگهـداری میشـدم کـه بـه صـورت خـودکار تنفسـم را منظـم میکـرد. روز ۲۴ام دی[4] مـاه مـن از دسـتگاه خـارج شـدم و بعـد از چنـد سـاعت از برداشـتن لوله‌هـا و تمام شـدن بیهوشـی، بـه هـوش آمـدم. مایـکلا میگفـت که بعـد از بیـدار شـدنم هیـچ کـدام از علائـم آکاتزیا

۱ دسامبر
۲ اوایل ژانویه ۲۰۲۰
۳ ۵ام ژانویه
۴ ۱۴ام ژانویه

را نداشتم، هر چند خودم چیزی از این مورد یادم نمی آید.

۳ام بهمن[1]، به آی سی یو دیگری به اسم توانبخشی عصبی منتقل شدم. یادم می‌آید که ۶ام بهمن[2]، در طول روز، دوره‌های کوتاهی از خواب بیدار میشدم، و بعد از آن، کم کم دوره‌های هوشیاری‌ام بیشتر و طولانی‌تر شد. تا اینکه بعد از ده روز هذیان شدید و سرسام آور، ۱۶ بهمن[3]، بیدار شدم. بعد از این دوران من به یک مرکز توانبخشی مشابه، در حومه‌ی مسکو منتقل شدم. مدتی که در آن مرکز توانبخشی بودم، باید از نو یاد می‌گرفتم که چطور راه بروم، چطور از پله‌ها بالا و پایین بروم، چطور دکمه‌های لباسم را ببندم، و چطور بدون کمک، روی تخت دراز بکشم. همینطور یاد گرفتم که چطور دستهایم را روی کیبورد لپ تاپم بگذارم و تایپ کنم. به نظر نمی رسید که حتی بتوانم به درستی ببینم، یا دقیق‌تر توضیح بدهم، به نظر نمی رسید بتوانم با استفاده از اعضای بدنم مسائل را به درستی درک کنم. چند هفته بعد، بعد از گذراندن مدتها در هوای ابری و تیره‌ی مسکو، من و مایکلا و آندری و بچه شان به فلوریدا رفتیم تا از آفتابش برای بهبود حال و هوای مان استفاده کنیم. همه‌ی این ماجراها درست قبل از اعلام عمومی شایع شدن بیماری کووید ۱۹ اتفاق افتاد.

در فلوریدا، من سعی کردم داروهایی که در مسکو برایم تجویز شده بود را قطع کنم، علیرغم اینکه هنوز در دست و پای چپم احساس بی حسی و لرزش، تشنج و اضطراب فلج کننده داشتم. تمام علائم گذشته با کم کردنِ داروها، قدرت گرفتند و دوباره به حدی رسیدند که، بعد از دو ماه، به مصرف با دُز تجویز شده در روسیه برگشتم. این فرآیند که به خاطر خوشبینی از بابت بهبود شکست خورد، مرا دوباره به همان وضع اضطراری رساند که در مسکو برای درمان شدن بهای گزافی داده بودم. خوشبختانه در این مدت اعضای خانواده و دوستانم کنارم بودند و

1 ۲۳ام ژانویه
2 ۲۶ام ژانویه
3 ۵ام فوریه

حضورشان به من کمک میکرد تا انگیزه‌ام را حفظ کنم، آن هم در بدترین شرایط، زمانی که علائم، علی الخصوص صبحها، به اوج می‌رسیدند.

با تمام شدن ماه اردیبهشت[1]، سه ماه بعد از روسیه، مشخص شد که به جای بهتر شدن، بدتر شده ام. مایکلا و آندری، که با یک کلینیک صربستانی در تماس بودن، مرا دو روز بعد از باز شدنِ مرزهای صربستان، به خاطر شیوع کووید ۱۹، به این کشور منتقل کردند.

باید اعتراف کنم اتفاقاتی که برای همسرم و من، و کسانی که درگیر مراقبت از ما بودند، افتاد، در نهایت به خوبی بزرگتری منجر شد. اتفاقی که برای تامی افتاد، حقیقتا بد بود. برای بیشتر از شش ماه، تامی هر دو سه روز یکبار، در معرض خطر مرگ و زندگی قرار می‌گرفت و بعد از آن باید با بیماری من و غیبتم کنار می‌آمد. من هم به سهم خودم به ستوه آمده بودم. در شرایطی بودم که دوست پنجاه ساله و همسر سی ساله‌ام در معرض از دست رفتن بود. ناظر تمام عواقب وحشتناکی بودم که دامن اعضای خانواده‌ام را گرفته است. همینطور گرفتار وابستگی ناخواسته به دارویی شدم که مصرف کردم. به هیچ وجه نمی خواهم رنجی را که کشیدیم، اینطور نشان بدهم که «بعد از آن، به آدمهای بهتری تبدیل شدیم». با این حال، همسرم به واسطه‌ی نزدیک شدن به مرگ، تا آن حد، توانست خیلی سریع و به سختی به حدی از پیشرفت معنوی و خلاقانه در خود برسد که شاید به شیوه‌ی دیگری نمی رسید. همینطور من هم با نوشتن و ویراستاری حرف هایم، خودم را حفظ کردم تا بتوانم آن دوران سختی و رنج شدید را دوام بیاورم. قطعا اینکه امروز زنده ایم، خیلی به خانواده و دوستانم مدیونم. اما این دلیل هم درست است که غوطه ور شدنِ معنادار من در نوشتن، در کل آن دوران به جز دوره درمان در روسیه، برای من دلیل و ابزاری بود برای زنده ماندن، که به شدت در آن دوره با آن در حال دست و پنجه نرم کردن بودم.

۱ ماه می

بـاور نـدارم کـه هیـچ وقـت، چـه در کتـاب قبلـی و چـه در ایـن کتـاب، ادعـا کـرده باشـم کـه لزومـا آن ۱۲ قانـون بـرای زندگـی کـردن کافـی انـد. فکـر میکنـم چیـزی کـه ادعـا کـردم، یـا امیـدوارم ادعـا کـرده باشـم، ایـن بـود:

زمانـی کـه پـر از آشـفتگی هسـتید و آشـوب زندگی‌تـان را بلعیـده، زمانیکـه طبیعـت، عزیـز شـما را بـا بیمـاری نفریـن کـرده، زمانیکـه اسـتبداد چیـز بـا ارزشـی کـه شـما خلـق کـرده ایـد را از شـما میگیـرد، دانسـتن باقـیِ داسـتان خوشـحال کننـده اسـت. اگـر بـدون اینکـه بـه المـانِ قهرمانانـه‌ی رهایـی یـا وسـعت مـورد نیـاز روح انسـان بـرای پذیـرش مسـئولیتش توجـه کنیـم، تمـام ایـن بدبیاری‌هـا تنهـا نیمـه‌ی تلـخِ «بـودن» انـد. مـا در شـرایط خطـر، نیمـه‌ی دوم ایـن لیـوان را نادیـده میگیریـم، چـون زندگـی بـه حـدی سـخت اسـت کـه گاهـی چشـم مـان را بـه نیمـه قهرمانانـه وجودمـان می‌بنـدد. مـا نمـی خواهیـم اتفـاق بـدی برایمـان بیفتـد. چیـزی کـه نیـاز داریـم اینسـت کـه قلـب و روح مـان را بفهمیـم، و بـه چیزهـا دقیـق و درسـت نـگاه کنیـم، و زندگـی ای را کـه در تـوان مان اسـت، زندگـی کنیم.

شـما منابـع قدرتـی در وجودتـان داریـن کـه، ممکـن اسـت بـه درسـتی کار نکننـد امـا می‌تواننـد کافـی باشـند. اگـر بتوانیـد خطـا هایتـان را بپذیریـد، ابـزار لازم بـرای یادگیـری چیزهایـی کـه می‌توانیـد یـاد بگیریـد، در اختیـار داریـد. شـما داروخانه‌هـا و بیمارسـتان‌ها را داریـد و همینطـور پزشـکها و پرسـتارهایی را کـه هوشـمندانه و شـجاعانه کار می‌کننـد تـا هـر روز شـما را یـاری کننـد. بعـد از آن، شـما خودتـان را داریـد، شـخصیت و شـجاعتتان. همینطـور هـم شـما شـخصیت و شـجاعت تمـامِ آن آدمهایـی را داریـد کـه عزیـزانِ زندگیتـان انـد. و شـاید... شـاید، بـا همـه‌ی اینهـا، بتوانیـد از پـسِ مشـکلات بـر بیاییـد. مـن می‌توانـم بـه شـما بگویـم کـه چـه چیـز مـرا تـا بـه حـال سـرِ پـا نگـه داشـته: عشـقی کـه نسـبت بـه خانـواده‌ام احسـاس میکنـم، عشـقی کـه آنهـا نسـبت بـه مـن دارنـد، شـجاعتی کـه هـم آنهـا و هـم دوسـتانم بـه مـن دادنـد، و ایـن واقعیـت کـه هنـوز شـغل معنـاداری دارم کـه بـا آن خـودم را از پرتـگاه حفـظ کنـم. مـن بایـد خـودم را مجبـور میکـردم کـه پشـت کامپیوتـر بنشـینم. بایـد خـودم را مجبـور میکـردم کـه تمرکـز کنـم، و نفـس بکشـم، بـه جـای اینکـه در تمـام آن ماههـای بـی پایـانِ تـرس و

وحشت بگویم «به درک!» چون به سختی توانایی انجامش را داشتم. بیشتر از نیمی از اوقات فکر میکردم در یکی از همین بیمارستان‌های رنگ و وارنگی که بودم میمیرم. و من مطمئنم که اگر بر فرض مثال طعمه‌ی کینه میشدم، یکبار و برای همیشه از بین میرفتم. و خوشبختانه از چنین سرنوشتی جلوگیری کردم.

اگر ما آدم‌هایی بهتر و شجاع‌تر باشیم، آیا امکان ندارد که بتوانیم بیشتر با ابهامات، با وحشت از طبیعت، با ستمگریِ فرهنگ، و پلیدی‌های خودمان و دیگران دست و پنجه نرم کنیم؟ (درست است که همیشه این راهکار صدق نمی کند ولی باز هم خیلی وقتها، که صادق است، این کار را نمیکنیم.) اگر به دنبال ارزشهای والاتری باشیم؟ اگر صادق‌تر باشیم؟ آیا عناصر مفید تجربیات مان، دور و برمان تجلی پیدا نمی کنند؟ آیا اگر اهداف شما به اندازه کافی والا، شجاعت‌تان کافی، و هدف شما در راستای حقیقت بدون لغزش باشد، خوبی ای که حاصل می‌شود میتواند ارزشش را داشته باشد؟ خب، البته این جمله دقیقی نیست که بگویم وحشت را توجیه میکند، اما تا حد خوبی جبران میکند. همینطور این نگرش‌ها و رفتارها حداقل برای ما به اندازه ای کافی هستند که برای بار دیگر اجازه ندهد با آن وحشت روبرو شویم و ما را از خطر فاسد شدن یا تبدیل شدنِ اطرافمان به چیزی شبیه به جهنم جلوگیری کند.

چرا «فراتر از نظم»؟ از یک جنبه به نظر ساده ست. نظم قلمرو کاوش شده است. ما زمانی منظم ایم که یک سری از کارها و رفتارهایی را که فکر میکنیم مناسب اند، انجام می‌دهیم و به نتایجی که مد نظرمان است میرسیم. ما به چنین نتایجی با دید مثبت نگاه میکنیم، چون اولا، به نظرمان میرسد که به آرزوهایمان کمی نزدیکتر شده ایم و ثانیا، فرضیه ای که راجع به دنیا و جهان ساخته ایم تا حد قابل قبولی دقیق مانده است. با این وجود، همه‌ی حالت‌های نظم فارغ از اینکه چقدر مطمئن و راحت باشد، خطاهایی دارد. دانش ما از اینکه باید در جهان چطور رفتار کنیم تا ابد ناقص خواهد بود. بخشی از آن به خاطر غفلتِ عمیق ما نسبت به وسعت ناشناخته هاست، و بخشی از آن نیز به خاطر چشم پوشیِ عمدی ماست. بخش دیگر

www.KhoreKetab.com

هم به خاطر این است که جهان به خاطر آنتروپی اش پیوسته در حال تغییر کردن است و این تغییر شکل‌ها گاهی اوقات غیرمنتظره اند. علاوه بر اینها، چنین تلاشی برای اینکه نظم خود را به جهان تحمیل کنیم، ممکن است در نتیجه‌ی تلاش‌های نادرست برای ریشه کن کردنِ ناشناخته ها، مثل سنگ سفت و سخت شوند. وقتی بیش از حد در این مسیر جلو برویم و تحجر اتفاق افتاد، تهدیدهای تمامیت خواه که میخواهند همه چیز را کنترل کنند، ولی امکانش حتی در تئوری هم وجود ندارد، سربلند می‌کنند. این اتفاق به معنای به خطر انداختنِ محدودیتِ تمام تغییرات روانی و اجتماعیِ ضروری برای سازگار شدن در جهانی است که همواره در حال تغییر است. در نتیجه خود را در شرایطی پیدا میکنیم که نیاز داریم به فراتر از نظم و ساختار برسیم، اما در ازایش با چیزی کاملا برعکسِ آن مواجه می‌شویم: آشوب.

اگر نظم اینست که آن چیزی که میخوایم خودش را به ما آشکار کند، خودش را به ما نشان دهد - خصوصا وقتی میخواهیم در هماهنگی با خودِ سختگیرمان رفتار کنیم؛ هرج و مرج یا آشوب هم به این معناست که چیزهای بالقوه ای در اطرافمان هستند که انتظارشان را نداریم یا نسبت به آن ناآگاهیم. این واقعیت که آنچه در گذشته بارها و بارها اتفاق افتاده، تضمینی ندارد که در آینده هم به همان شکل اتفاق بیفتد. بنابراین اینجا با قلمرویی روبه روبرو هستیم که تا ابد برایمان فراتر از آگاهی و دانش خواهد ماند. آشوب، ناهنجاری است، تازگی است، غیرقابل پیش‌بینی بودن است، تحول، اختلال، و در اغلب اوقات از جنس تنزل است، چرا که چیزهایی از نظر ما وجود دارند که امور عادی به حساب می‌آیند، اما به یکباره غیر قابل اطمینان می‌شوند. آشوب گاهی اوقات به آرامی خودش را نشان میدهد و رمز و راز هایش را در قالب تجربه نمایان میکند. آشوب ما را کنجکاو و علاقه مند و مجبور میکند. خصوصا چنین حالتی زمانی پیش می‌آید که داوطلبانه به سمت یک ناشناخته پیش می‌رویم: با آمادگی کامل و در انضباط. در بقیه موارد، آشوب به طرزی وحشتناک ناگهانی و تصادفی خود را به نحوی به ما نشان خواهد داد که ناکام و فروپاشیده، شاید بتوانیم خودمان را با سختیِ زیاد جم و جور

کنیــم - تــازه اگــر بتوانیــم.

هیــچ کــدام از ایــن دو قلمــرو، چــه نظــم و چــه آشــوب، ذاتــا بــه آن یکــی مرجــح نیســت. اگر خــلاف آن فکـر کنیـم یعنـی نگاهـی اشـتباه بـه ایـن موضـوع داریـم. با ایـن حـال، مـن در کتـاب قبلـیام، ۱۲ قانون بـرای زندگـی، بیشـتر بـر ایـن موضـوع تمرکـز کـردم کـه چطـور نتایـج آشـوب بیـش از انـدازه، ممکـن اسـت بهبـود پیـدا کنـد. واکنـش مـا بـه یـک تغییـرِ ناگهانـی و غیرقابـل پیش‌بینی اینسـت کـه خودمان را چــه از لحــاظ فیزیکــی و چــه روانــی، بــرای بدتریــن ســناریو آمــاده میکنیــم. و از آن جایــی کــه فقط خدا میدانــد بدتریــن ســناریو چــه میتوانــد باشــد، مــا در جهالــت، خــود را برای هــر احتمالــی باید آمــاده کنیم. و اگــر ایــن «در حالــتِ آمــاده بــاش بــودن» بیــش از حــد باشــد، مــا را خســته خواهــد کــرد. امــا ابــدا بــه ایــن معنــا نیســت کــه آشــوب بایــد حــذف شــود (کــه فرض اشـتباهی اسـت چـون محـال اسـت حذف شـدنی باشـد). همانطـور کـه در کتـاب قبلـی بارهـا و بارها تاکیـد کـردم، تمام چیزهایـی کـه نمیدانیم را بایـد بتوانیـم بـا دقـت مدیریـت کنیـم. هـر ایـده ای کـه بـا شـرایط جدیـدی مواجه نشـود، کهنـه و راکد می‌شـود، و ایــن دقیقــا همــان اتفاقــی اســت کــه در یــک زندگــی عــاری از کنجــکاوی می‌افتــد - همــان غریـزه ای کـه مـا را بـه سـمت ناشـناخته‌ها هـل میدهـد - زندگـی بـدون کنجـکاوی چیـزی نیسـت جر سـطح پایینـی از بـودن. اتفاقـا همـان چیزهـای جالـب و جـذاب مجـاب کننـده هـم هسـتند، بـا ایـن فـرض کــه بــه حــدی قابــل تحمــل شــوند کــه وضعیــت مــا را بــی ثبــات و تضعیــف نکننــد.

مشـابه کتـاب ۱۲ قانـون بـرای زندگـی، در ایـن جلد ۱۲ قانـون دیگـر را از لیسـت طولانی‌تـری از ۴۲ قانون کـه جرقـه اولیـه اش در وبسـایت کـورا[1] در ذهنـم زده شـد، نوشـتم. بـر خـلاف کتـاب قبلـی، موضـوع کتـاب فراتـر از نظـم دربـاره اینسـت کـه چطـور می‌شـود بـا هزینـه کمـی از خطـرات ناشـی از امنیـت و کنتـرل بیـش از انـدازه اجتنـاب کـرد. چـون آن چیزهایـی کـه درک می‌کنیـم ناکافـی انـد (مثـلا بـا اینکـه میدانیــم و تمــام تلاشــمان را میکنیــم کــه آنچــه را در اطرافمــان می‌گــذرد، کنتــرل کنیــم، بــاز هــم ممکــن

۱ Quora

www.KhoreKetab.com

است اوضاع چیز دیگری از آب در بیاید). همیشه موقع گذر از یک وضعیت به وضع دیگر، باید یک چشم مان هم به نظم باشد. بنابراین ما میتوانیم به کمک این دو توانمندی، به جستجوی عمیق ترین معانی بپردازیم، چون همانطور که در مرزهای حاشیه امن مان قرار گرفته ایم، به اندازه کافی احساس امنیت می‌کنیم که ترس ما را کنترل نکند. بنابراین می‌توانیم از چیزهایی که هنوز با آنها آشتی نکرده ایم هم نکاتی یاد بگیریم و با آنها سازگار شویم. همین غریزه‌ی پیدا کردنِ معناست که ما را به درستی در زندگی هدایت میکند، طوری که نه در اثر هجوم آنچه در اطرافمان می‌گذرد، در هم بشکنیم، و نه به همان اندازه خطرناک که در دام حماقت و کوتاهی تاریخ گیر بیفتیم.

اگر دقیق‌تر بخواهم توضیح دهم که در این کتاب چه نوشته‌ام باید بگویم که قانون اول درباره‌ی رابطه بین «ساختارهای اجتماعی باثبات و قابل پیش‌بینی» با «سلامت روانی افراد» است، و چنین استدلال میکند که لازم است این ساختارها توسط آدمهایی خلاق (اگر فرض کنیم که هستند) به روزرسانی شوند، تا این ساختارها بتوانند خاصیت اساسی خود را حفظ کنند. قانون دوم، با تکیه بر عکسها و داستانهای قرنهای کیمیاگری، چه قدیمی و چه مدرن، ماهیت و پیشرفتِ شخصیت یکپارچه‌ی انسان را تحلیل و روشن میکند. قانون سوم، درباره‌ی خطرات اجتناب از کسب اطلاعات (که برای جوانسازی مستمر روان حیاتی است) اخطار میدهد، که با احساسات منفی، مثل درد، اضطراب و ترس بروز پیدا میکند.

قانون چهارم میگوید معنایی که آدمها در دوره‌های سختی برای خود پیدا می‌کنند، نه در احساس خوشحالی است، که احساسی زودگذر است، بلکه در پذیرفتن مسئولیت خود و دیگران به صورت بالغانه به دست می‌آید. قانون پنجم، از یک مثال ساده مربوط به تجربه‌ی شخصی من، به عنوان یک روانشناس بالینی استفاده میکند تا ضرورت پیرویِ فردی و اجتماعی از

دستورات وجدان[1] را نشان دهد. قانون ششم، خطر نسبت دادنِ دلیل مشکلات پیچیده‌ی فردی و اجتماعی به یک متغیر واحد، مثل جنسیت، طبقه اجتماعی، یا قدرت را گوشزد میکند.

قانون هفتم، رابطه‌ی اساسی بین «تلاش در یک جهت واحد» و «شکل دادنِ شخصیت فردی مقاوم در مواجهه با سختی ها» را بیان میکند. قانون هشتم، بر اهمیت اساسی بُعد زیبایی شناسی به عنوان راهنمایی برای آن چه در دنیای تجربه‌ی انسانی درست، خوب و پایدار است، متمرکز است. قانون نهم میگوید که می‌شود وحشت تجربه‌های گذشته را، آنها که یادآوریِ فعلیشان باعث درد و رنج زیادی می‌شود، با کاوش داوطلبانه کلامی و تجدیدنظر، کم کرد.

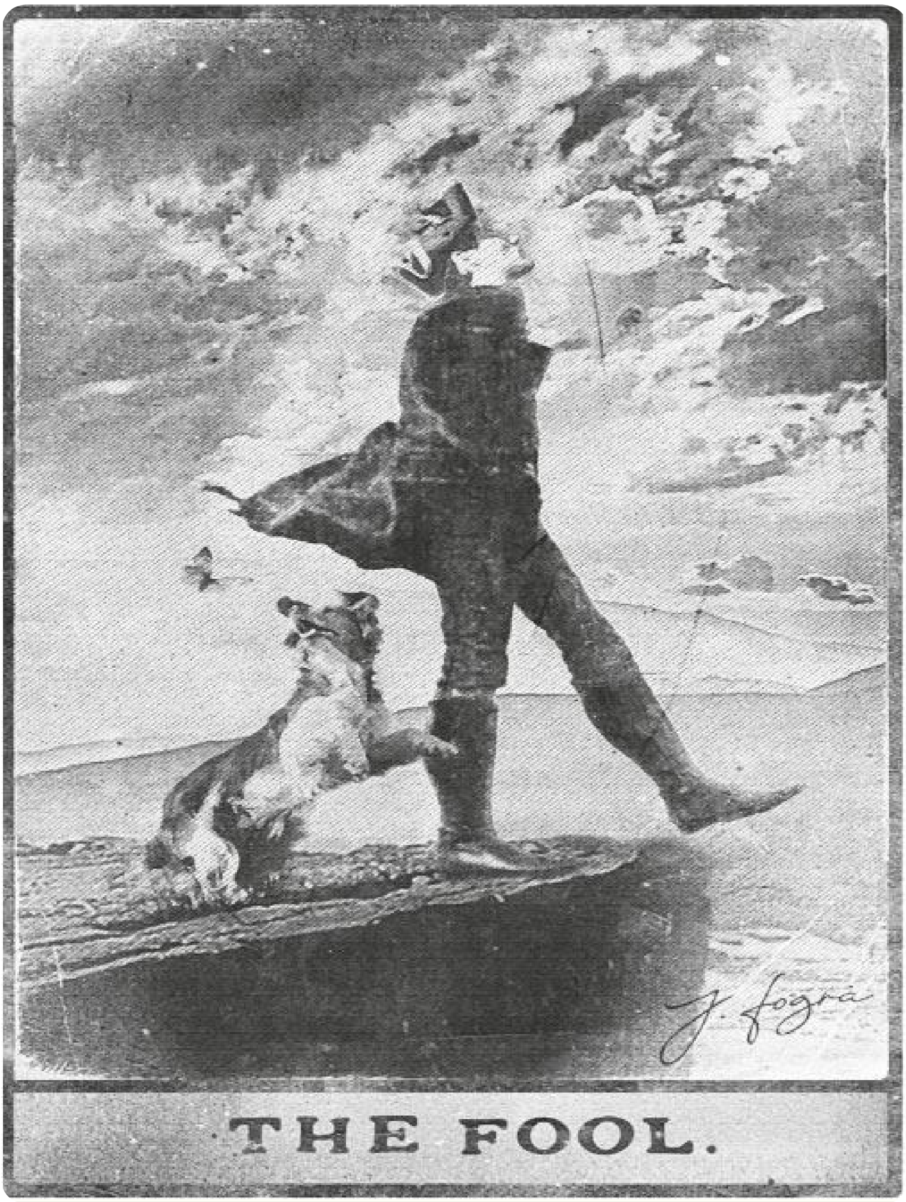
قانون دهم، به اهمیت مذاکره صریح برای حفظ حسن نیت، احترام متقابل و همکاری صمیمانه اشاره میکند که بدون آن هیچ رابطه‌ی عاشقانه ای نمی تواند پایدار بماند. قانون یازدهم، از اینجا شروع میکند که دنیای تجربه‌ی انسانی را از منظر انگیزه‌هایی که منجر به پاسخ‌های روانی کاملا خطرناک می‌شود، توصیف میکند، و بعد عواقب فاجعه بار سقوط کردن و طعمه‌ی همه یا هر یک از این ورطه‌ها شدن را مشخص میکند و یک راهکار جایگزین ارائه میدهد. قانون دوازدهم میگوید شکرگزاری در مواجهه با تراژدی‌های اجتناب ناپذیر زندگی به عنوان مظهر اصلی شجاعت اخلاقی و تحسین برانگیزی است که مورد نیاز شرایط سخت و سربالایی‌های زندگی است.

امید دارم که در شرح این ۱۲ قانون دوم، از مجموعه قوانین زندگی، عاقلانه‌تر از چهار سال پیش باشم که کتاب اول را منتشر کردم. این خرد را مدیون بازخوردهای آموزنده ای هستم که در مدت تدوین این مجموعه تا امروز از سراسر دنیا، از طریق کانال یوتیوب[2]، پادکست و وبلاگم گرفتم. بنابراین امیدوارم در این کتاب بتوانم موارد مبهمی که کمتر در کتاب قبلی توضیح داده

1 Conscience
2 YouTube

شـد، بـه همـراه مـوارد مهـم دیگـر را بـه خوبـی توضیـح دهـم. نهایتـا امیـدوارم کـه بـرای مـردم ایـن کتـاب، مثـل کتـاب اول، مفیـد و آموزنـده باشـد. مایـه دلگرمـی و خوشـحالی بسـیاری اسـت کـه آدمها از افـکار و داسـتانهایی کـه مـن افتخـار داشـتم بازگـو کنـم و بـه اشـتراک بگـذارم، نیـرو گرفتنـد.

www.KhoreKetab.com



قانون اول

از روی بی دقتی، نهادهای اجتماعی یا دستاوردهای خلاقانه را بدنام نکنید

تنهایی و سردرگمی

برای سالها، مراجعی داشتم که تنها زندگی میکرد. او جدای از وضعیت زندگی اش، از جنبه‌های دیگری هم منزوی بود. روابط خانوادگی بسیار محدودی داشت. هر دو دخترش خارج از شهر زندگی میکردند و ارتباط چندانی با پدرشان نداشتند. در شهر هم فامیل زیادی نداشت، به غیر از یک پدر و خواهری که از آنها جدا شده بود. همسرش سالها پیش از دنیا رفته بود و در مدت حدود ۱۵ سالی که مرا میدید، تنها رابطه ای که به سختی برای نگه داشتن اش تلاش میکرد، بسیار ناراحت کننده با مرگ دوست دخترش در یک تصادف به پایان رسید.

وقتی ما کارمان را به کمک هم شروع کردیم، مکالمات مان کاملا خواسته و آگاهانه، عجیب بود. او به ظرافتهای تعاملات اجتماعی عادت نداشت، بنابراین کلامی یا غیرکلامی، فاقد آن مشخصه‌های هماهنگ و موزونی بود که ویژگی‌های روان اجتماعی را مشخص می‌کنند. وقتی بچه بود، کاملا از طرف هر دو والدش مورد بی توجهی قرار گرفته و دلسرد شده بود. پدرش که اغلب اوقات حضور نداشت، در تمایلاتش غافل و سادیست (دگر آزار) بود. مادرش اعتیاد مزمن به الکل داشت. در دوران مدرسه اغلب معذب و مضطرب بود و شانس این را نداشت که در کل دوران تحصیلاتش معلمی به او توجه واقعی کرده باشد. این تجربه‌ها باعث شده بود، مراجع من تمایل به افسردگی داشته باشد، یا اگر گرایشات بیولوژیکی به سمت افسردگی داشت، آنها را بدتر میکرد. در نتیجه اگر در مکالمه ای حرفش قطع میشد، یا احساس میکرد که منظورش به درستی درک نشده، به طور غیرمنتظره ای بداخلاق و حساس میشد. من خیلی زود متوجه شدم که اگر در مدت جلسات مان اغلب اوقات ساکت باشم، اوضاع خیلی خوب جلو میرود. او هر هفته یا یک هفته در میان می‌آمد و معمولا در مورد موضوع یا مواردی که در آن ۷ تا ۱۴ روز ذهنش را مشغول کرده بود، حرف میزد. اگر در این جلسات یک ساعته، من ۴۵ دقیقه یا ۵۰ دقیقه اول را در سکوت گوش میدادم، می‌توانستیم برای ده دقیقه‌ی آخر، مکالمه ای عادی

و منطقـی داشـته باشـیم. ایـن الگـو، همانطـور کـه مـن یـاد می‌گرفتـم چطـور جلـوی زبـان خـودم را بگیـرم (کـه کار سـختی بـرای مـن بـود)، بیشـتر از یـک دهـه ادامـه پیدا کـرد. همینطـور که سـالها از پی هـم میگذشـت، مـن متوجـه شـدم کـه نسـبتِ زمانـی کـه او در مـورد موضوعـات منفـی با مـن صحبت میکـرد، کـم شـده اسـت. گفتگـوی مـا - در واقـع مونولـوگ او - همیشـه بـا مـوردی کـه باعـث آزارش شـده بـود شـروع میشـد و از آن گـذر نمـی کـرد. امـا، خـارج از جلسـات مـا بـرای دوسـت پیـدا کـردن، ملحـق شـدن بـه گروه‌هـای هنـری و فسـتیوال‌های موسـیقی خیلـی تـلاش میکـرد تـا اسـتعدادهای خامـوش سـالهای قبلـش را در سـاختن آهنـگ و نواختـن گیتـار، دوبـاره زنـده کنـد. هـر چـه بیشـتر اجتماعی‌تـر میشـد، بیشـتر تـلاش میکـرد راهکاری‌هایـی بـرای مسـائلی کـه بـا من مطـرح میکـرد، پیدا کنـد و در انتهـای هـر جلسـه کـه هـر دو صحبـت میکردیـم، جنبه‌هـای مثبـت تـری از «بـودن» را مطرح میکـرد. آهسـته جلـو میرفـت، امـا پیوسـته پیشـرفتِ را بـه رشـدی داشـت. زمانـی کـه اولیـن بـار بـه دیدنـم آمـده بـود، نمـی توانسـتیم بـا هـم روی یـک میـز - در یـک کافـه یـا هـر جای شـلوغ دیگـری - بنشـینیم و شـبیه بـه دنیـای واقعـی بـا هم مکالمـه ای داشـته باشـیم، بـدون اینکـه او در سـکوت کامل فـرو بـرود. زمانـی کـه دوره مـان بـا هـم تمـام شـد، او میتوانسـت شـعرهایش را جلـوی گـروه کوچکـی از آدمهـا بخوانـد و شـانس اش را بـرای تبدیـل شـدن بـه یـک اسـتندآپ کمدیـن امتحـان کنـد.

او بهتریـن نمونـه علمـی و شـخصی نکتـه ای بود که طی بیشـتر از بیسـت سـال تمرین روانشـناختی‌ام متوجـه اش شـده بـودم: افـراد بـرای سـاماندهی بـه ذهـن شـان، بـه ارتبـاط مـداوم بـا دیگـران نیـاز دارنـد. مـا بایـد بـه مسـائل فکـر کنیـم تـا بتوانیـم آنهـا سـاماندهی کنیـم، و اغلـب بـا حـرف زدن فکـر میکنیـم. بایـد در مـورد گذشـته حـرف بزنیـم تـا نگرانی‌هـای بیـش از حـد و بـی اهمیـت را از یکدیگـر تشـخیص دهیـم. در غیـر اینصـورت، ایـن افـکار آزار دهنـده میشـوند و فکـر مـا را از مسـائلی کـه واقعـا مهـم انـد، منحـرف می‌کننـد. مـا بایـد در مـورد ماهیـت اکنـون و برنامه‌هـای آینـده حـرف بزنیـم تـا بدانیـم کـه کجـا هسـتیم، کجـا میخواهیـم برویـم، و چـرا میخواهیـم بـه آن سـمت حرکـت کنیـم. مـا بایـد تاکتیک‌هـا و اسـتراتژی‌هایی را کـه تدویـن می‌کنیـم، در معـرض قضـاوت دیگـران بگذاریـم تـا از

اثربخشی و کارایی شان اطمینان پیدا کنیم. همینطور زمانی که حرف می‌زنیم، باید به خودمان گوش دهیم تا بتوانیم واکنش‌های بدن، انگیزه‌ها و احساسات مان را در مورد موضوعی که حرف میزنیم، تشخیص دهیم و همینطور نگرانی‌های اغراق آمیز و غیرمنطقی را رها کنیم. ما باید حرف بزنیم تا هم به یاد بیاوریم و هم فراموش کنیم.

مراجع من واقعا نیاز داشت تا یکی حرفهایش را بشنود و همینطور نیاز داشت تا عضوی از یک گروه اجتماعی بزرگتر و پیچیده‌تر باشد - کاری که خودش در جلسات مان برنامه ریزی میکرد و در هفته یا هفته‌های بعد انجام میداد. اگر به خاطر سابقه انزوا و برخورد خشن و گذشته سختش، در دام وسوسه‌ی کم شمردن ارزش روابط بین فردی افتاده بود، شانس خیلی کمی برای بازیابی سلامتی اش داشت. اما به جای آن محدودیت‌ها را شناخت و به دنیا ملحق شد.

عقل به عنوان یک نهاد اجتماعی

از دید دو نفر از عمیق ترین روانشناسان تاریخ، زیگموند فروید و کارل یونگ، عقل از ویژگی‌های ذهن فرد است. از نظر آنها، وقتی زیر شخصیت های[1] فرد به درستی در هم ادغام و ابراز شوند، فرد در وضعیت سازگاری و سامان قرار میگیرد. از نظر فروید که این مفاهیم را ایجاد کرد، زیر شخصیت ها، شامل نهاد (بخش غریزی روان، نشانه ای از طبیعت با همان قدرت و بیگانگی اش که درونمان است)، فرامن یا سوپرایگو (که گاهی سرکوب گر بوده و نشانه ای از هنجارهای اجتماعی است)، و من یا ایگو (شخصیتی له شده بین آن دو ستمگر دیگر) هستند، و هر کدام کارکردهای خودشان را دارند. نهاد، من و فرامن مثل قوای مجریه، مقننه، و قضاییه در یک دولت مدرن با هم در تعامل اند. یونگ، با اینکه عمیقا تحت تاثیر فروید قرار گرفته بود، پیچیدگی روان را به روش دیگری تجزیه و تحلیل میکرد. از نظر یونگ، من (ایگو) می‌بایست رابطه‌ی

1 Subpersonalities

www.KhoreKetab.com

مناسبی با سایه (بخش تاریک شخصیت)، آنیما یا آنیموس (جنبه‌ی جنسی مخالف[1] و اغلب سرکوب شده)، و خود (وجود درونیِ ایده آل) پیدا کند. اما تمام این زیر نهادهای مختلف، چه فرویدی و چه یونگی، یک وجه اشتراک دارند: فارغ از محیط بیرونی، همگی درونِ فرد هستند. آدمها موجوداتی اجتماعی اند - بعضیها بیشتر از سایرین - و هیچ کمبودی از خرد و راهنمایی پیرامون ما وجود ندارد. برای یادآوری مسیر، به جای تکیه بر منابع محدود خودمان، چرا به علائم و تابلوهای راهنمایی که دیگران با تلاش زیاد جای جایِ مسیر قرار داده اند، اعتماد نکنیم؟ فروید و یونگ با تمرکز فوق العاده بر روان فردی مستقل، توجه ناچیزی به «نقش جامعه» بر پایداری سلامت روانی فرد داشته اند.

به همین دلایل است که من موقعیت تمام مراجعانم را در جلسه اول به همراه چند بُعد دیگر، تا اندازه زیادی وابسته به دنیای اجتماعی شان، اینطور ارزیابی میکنم: آیا تحصیلات متناسب با توانمندی و جاه طلبی شان داشته اند؟ آیا نحوه گذرانِ اوقات فراغت شان جالب، معنادار و بهره ور است؟ آیا برنامه منسجم و مشخصی برای آینده شان دارند؟ آیا خودشان (و کسانی که با آنها ارتباط نزدیک دارند) دست به گریبان مشکلات جسمی و اقتصادی اند؟ آیا دوستان و زندگی اجتماعی دارند؟ آیا روابط پایدارِ صمیمانه و راضی کننده ای دارند؟ آیا روابط خانوادگی نزدیکی دارند؟ آیا کسب و کار - یا حداقل شغلی - دارند که به لحاظ مالی کافی و با ثبات باشد و ترجیحا، آیا این شغل منبع رضایتمندی و فرصت برایشان هست؟ اگر جواب حداقل سه تا از سوالات بالا منفی باشد، فرض من بر اینست که مراجع من به اندازه کافی در دنیای بین فردی انسانها جا نیفتاده و به همین خاطر در معرض خطر سقوط روانی است.

آدمها بین مردم زندگی می‌کنند بدون اینکه ذهن‌هایی کاملا فردی و مستقل داشته باشند. اگر فردی به لحاظ رفتاری، حداقل کمی مورد پذیرش یک گروه باشد، می‌تواند خودش را جمع

۱ Contrasexual

www.KhoreKetab.com

و جـور کنـد و سـرپا بایسـتد. خیلـی سـاده بـه ایـن دلیـل کـه: مـا مشـکل عقلانیـت و خوشـفکری را بـرون سـپاری میکنیـم. آدمهـا میتواننـد از نظـر روانـی تـا حـدی، نـه کامـلا سـالم بماننـد، اگـر ذهن‌های منسـجمی بـا دیگـران داشـته باشـند، چـون اطرافیـان آنهـا دائمـا بـه آنهـا یـادآوری می‌کننـد کـه چطـور بایـد فکـر کننـد، رفتـار کننـد، و حـرف بزننـد. اگـر شـما از ایـن مسـیر مسـتقیم و باریـک منحـرف شـوید - اگـر رفتارهـای نامناسـبی از خودتـان نشـان دهیـد - مـردم قبـل از اینکـه رفتـار خـوب و صمیمانـه ای داشـته باشـند، برایتـان دسـت بزننـد و تاییدتـان کننـد، بـه خطاهـای شـما واکنش نشـان میدهنـد و با سـرزنش هایشـان شـما را بـه همـان مسـیر اولیـه برمـی گرداننـد. ابروهایشـان را بـالا میبرنـد، در حالـی کـه بـه شـما میخندنـد (یـا نـه)، یـا بـه شـما توجـه می‌کننـد (شـاید هـم نکننـد). بـه بیـان دیگـر، اگـر آدمهایـی میتواننـد شـما را دور و بـر خـود تحمـل کننـد، مـدام بـه شـما یـادآوری می‌کننـد که رفتـار بدی نداشـته باشـید و دائمـا از شـما میخواهنـد کـه همیشـه در بهتریـن حالت باشـید.

امـا چطـور شـد کـه مـا بـه اینطـور توافـق عمومـی دسـت پیـدا کردیـم کـه بتوانـد از ثبـات روانـی مـان حمایـت کنـد؟ بـه نظـر میرسـد، در مواجهـه بـا پیچیدگی‌هایـی کـه دائمـا جلـوی راهمـان سـبز می‌شـوند، وظیفـه خطرناکـی اسـت - تـازه اگـر نگوییـم غیـر ممکـن اسـت. «آیـا بایـد بـه دنبـال ایـن هـدف برویـم یـا هـدف دیگـری؟»، «چطـور ارزش ایـن کار را بـا ارزش کارهـای دیگـر مقایسـه کنیـم؟»، «چـه کسـی از همـه شایسـته تـر، خلاق‌تـر یـا قاطع‌تـر اسـت و در نتیجـه بایـد بـه او اختیـارات داده شـود؟» جـواب ایـن نـوع سـوالات همیشـه از مذاکـرات فشـرده - کلامـی یـا غیـر کلامـی - بـرای تنظیم رفتـار فـردی، همـکاری و رقابـت بـه دسـت می‌آیـد. هـر آن چیـزی کـه مـا قابـل توجـه و ارزشـمند بدانیـم هـم بـه ایـن توافـق اجتماعـی اضافـه می‌شـود و در نتیجـه بخشـی از پـاداش و مجازات‌هایـی می‌شـود کـه بـرای محقـق شـدن یـا نشـدن آن ارزش در نظـر میگیریـم. بخشـی از ایـن پیـام دائمـا بـه مـا یـادآوری میکنـد کـه: «ایـن همـان ارزش ماسـت. نگاهـش کـن (درک اش کـن) و در همـان جهـت حرکـت کـن (بـر اسـاس همـان ارزش عمـل کـن)، نـه در جهـت دیگـر.»

سـازگاری بـا ایـن نشـانه‌ها و یـادآوری هـا، در اغلـب اوقـات، همـان عقلانیتـی اسـت کـه هـر کداممـان،

از همـان مراحـل اولیـه‌ی کودکـی، لازم داریـم. مـا بـدون واسـطه گـری جهـان اجتماعـی، برایمـان غیـر ممکـن اسـت کـه بتوانیـم ذهـن مـان را یکپارچـه و سـاماندهی کنیـم. جهـان مـا را در خـودش غـرق خواهـد کـرد.

اهمیت اشاره کردن

مـن از بابـت داشـتنِ یـک نـوه، الیزابـت اسـکارلت پترسـون کُریکـووا[1]، کـه مـرداد ۱۳۹۶[2] متولد شـد، آدم خوشـبختی هسـتم. مـن بـا دقـت رشـد کـردن او را دنبـال کـردم. سـعی کـردم بفهمـم دنبال چـه چیزی اسـت و بـا چـه چیزهایـی دوسـت دارد بـازی کنـد. وقتـی حـدود یـک سـال و نیمـه بـود، رفتارهـای دوسـت داشـتنیِ غیـر قابـل تحملـی نشـان میـداد. میخندید و سـقلمه میـزد، یـا می‌خندیـد و بینی اش را بـه ایـن ور و آن ور می‌مالیـد. بـا ایـن حـال بـه نظـر مـن، قابـل توجـه تریـن کاری کـه میکـرد اشـاره کـردن هایـش بـود. آن زمـان تـازه کشـف کـرده بـود کـه بـا انگشـت اشـاره اش می‌توانـد بـه اشـیا دسـت بزنـد یـا بـه آنهـا اشـاره کنـد، و ایـن کار برایـش خیلـی جالـب بـود. علـی الخصـوص اگـر بـا این کار می‌توانسـت توجـه بزرگترهـای اطرافـش را بـه خـودش جلـب کنـد، خیلـی خوشـحال میشـد. ایـن موضـوع نشـان میدهـد کـه بچـه، هـر بـار بـه روشـی غیـر تکـراری، اقـدام بـه جلـب توجـه اطرافیانـش میکنـد. او خیلـی زود ایـن نکتـه را فهمیـد و جـای تعجبـی هـم نـدارد. مـا بـرای بـه دسـت آوردن توجـه شـخصی، اجتماعـی و اقتصـادی بـا هـم رقابـت می‌کنیـم. هیـچ پولـی از حـد ارزش اش متجاوز نیسـت. در غیـاب توجه دیگـران، بچـه هـا، بزرگسـالان و دانشـمندان، همـه مثـل گلهایـی پژمـرده می‌شـوند. بـرای اینکـه دیگـران بـا چیـزی کـه بـرای شـما جالـب یـا مهـم اسـت، هـم نظـر شـوند، اول بایـد از اهمیـت موضـوع اطـلاع پیـدا کننـد، و بعـد بایـد شـما را بـه عنـوان فـردی کـه در آن زمینـه آگاهـی دارد و بـا تجربـه اسـت، قابـل احتـرام بداننـد. از طرفـی، اشـاره کـردن پیـش درآمدی بر پیشـرفت و توسـعه‌ی زبـان اسـت. مـا در درجـه‌ی اول بـرای یـک شـی اسـم میگذاریـم، تـا بتوانیـم بـه آن اشـاره کنیـم، بعـد

۱ Elizabeth Scarlett Peterson Korikova

۲ آگوست ۲۰۱۷

بیـن چنـد شـی، یکـی را مشـخص میکنیـم و آن را بـرای اسـتفاده شـخصی یـا اجتماعـی از بقیـه جـدا می‌کنیـم. وقتـی نـوه‌ام بـه چیـزی اشـاره میکـرد، ایـن کار را علنـی انجـام میـداد. او وقتـی بـه چیـزی اشـاره میکـرد، بلافاصلـه واکنـش مـردم را نسـبت بـه آن میدیـد. بـه عبـارت دیگر، هیـچ مزیتی در اشـاره کـردن بـه چیـزی کـه دیگـران چنـدان بـه آن توجهـی نمـی کننـد، وجـود نـدارد. بنابرایـن او بـه چیـزی کـه برایـش جالـب بـود اشـاره میکـرد، بعـد بـه اطـراف نـگاه میکـرد تـا ببینـد آیـا کـس دیگـری هـم به آن اهمیـت میدهـد یـا نـه. او در سـن پایینـی داشـت درس مهمـی یـاد میگرفـت: اگـر در روابطتـان چیزهایـی کـه توجـه دیگـران را جلـب نمـی کنـد بـه کار می‌بریـد، ایـن خطـر را بـه جـان خریـده ایـد کـه ارزش ارتباطتـان - یـا حتـی ارزش خودتـان - بـه صفـر برسـد. بـه همیـن شـیوه بـود کـه نـوه‌ی مـن شـروع کـرد بـه کاوش عمیـق در سلسـله مراتـب پیچیـده‌ی ارزش‌هایـی کـه بـر اسـاس آن خانـواده و جامعـه‌ی اطرافـش تعریـف میشـد.

اسـکارلت حـالا دیگـر یـاد گرفتـه صحبـت کنـد - شـکل پیچیـده تـری از اشـاره کـردن (و البتـه کاوش). هـر کلمـه یـک اشـاره گـر سـاده و عمومـی شـده اسـت. نـام بـردن از چیـزی، نـه فقـط آن را از پیـش زمینـه‌ی نامحـدودی از امکان‌هـای بالقـوه قابـل نامگـذاری متمایـز میکنـد، بلکـه آن را همزمـان، همـراه بـا تمـام پدیده‌هـای دارای کاربـرد و اهمیـت یکسـان طبقـه بنـدی میکنـد. مثـلا مـا کلمـه «زمیـن» را اسـتفاده می‌کنیـم بـدون اینکـه اسـم دیگـری بـرای انـواع زمین‌هـا (مثـلا زمیـن شیشـه ای، بتنـی، چوبـی و غیـره) بـا طرح‌هـا و رنگ‌هـا و سـایه‌های مختلـف داشـته باشـیم. بـه عبارتـی انـگار داریـم بـرای کلمـه‌ی «زمیـن» توصیفـی بـا وضـوح تصویـر پاییـن بـه کار می‌بریـم: یعنـی زمینـی یـا کفـه ای کـه بتوانـد در هـر طبقـه از سـاختمان، مـا را بـالا نگـه دارد و بتوانیـم روی آن راه برویـم، بـدون اینکـه فـرو بریـزد. در اینصـورت منظورمـان از «زمیـن» بـه انـدازه کافـی دقیـق بـوده اسـت. ایـن کلمـه باعـث می‌شـود کـه «کـف» را از «دیوارهـا» تشـخیص دهیـم، از طرفـی بـا محـدود کـردن جزئیـات، مثـل نوع و جنـس زمیـن، متوجـه مـان میکنـد کـه صرفـا منظـور از آن، اشـاره بـه یـک مفهـوم صـاف، ثابـت و قابل راه رفتـن در فضـای بسـته‌ی خانـه اسـت. کلماتـی که بـه کار می‌بریـم، ابزارهایی هسـتند که سـاختارهای

تجربه شخصی و خصوصی ما را شکل میدهند، اما به همان اندازه هم از منظر اجتماعی تعریف می‌شوند. اگر چیزی با ماهیت زمین نداشتیم که برایمان آنقدر اهمیت داشته باشد که به آن کلمه ای اختصاص دهیم، هیچوقت کلمه «زمین» را به کار نمی بردیم و حتی از وجودش هم آگاهی نداشتیم. بنابراین صرف نامگذاری پدیده‌ها (و البته توافق کردن درباره استفاده از آن کلمه) بخش مهمی از این فرآیند است که به موجب آن، پدیده‌ها و واقعیت‌های بسیار پیچیده، از قالب دنیای ارزشها تقلیل پیدا می‌کنند و ساده می‌شوند. تعامل مداوم با نهادهای اجتماعی است که این تقلیل - این خصوصیت - را امکان پذیر میکند.

ما باید به چه چیزی اشاره کنیم؟

دنیای اجتماعی از طریق ساده سازی و مشخص کردن مسائل، به ما کمک میکند تا بفهمیم چه چیزهایی مهم اند. اما «اهمیت داشتن» یعنی چه؟ از چه روی به چیزی مهم می‌گوییم؟ فرد توسط دنیای اجتماعی شکل میگیرد، اما نهاد اجتماعی هم از نیازهای افرادی که سازنده‌ی آن نهاد هستند، تاثیر می‌پذیرد. برای تامین نیازهای زندگی باید مقدماتی فراهم کرد. ما نمیتوانیم بدون غذا، آب، هوای تمیز و سرپناه زندگی کنیم. نیازهای اساسی دیگری هم هستند که کمتر بدیهی به نظر می‌رسند، از جمله نیازمان به همکاری کردن، بازی کردن، نوازش شدن و صمیمیت. همه اینها (که به هیچ وجه لیستی طولانی نیست) از ضروریات زیست شناختی و روانشناختی ما هستند. ما باید بتوانیم به آن المان‌هایی که احتیاجات زندگی مان را فراهم می‌کنند، اشاره کنیم، و بعد از آنها استفاده کنیم. این حقیقت که ما موجوداتی عمیقا اجتماعی هستیم، مجموعه محدودیت‌های دیگری به وضعیت مان اضافه میکند: ما باید به گونه ای ادراک و رفتار کنیم که نیازهای روانشناختی و زیستی ما را برآورده کند، اما از آن جایی که هیچ کدام از ما در انزوا زندگی نمی کنیم و نمی توانیم که در انزوا زندگی کنیم، این رفتار و ادراک باید به شیوه ای باشد که تایید دیگران را هم به دست بیاوریم. این یعنی راهکارهایی که ما برای مشکلات زیستی و اساسی مان به کار می‌بریم، باید از طرفی پذیرفته شده و از لحاظ اجتماعی قابل اجرا باشد.

www.KhoreKetab.com

شایسته است که عمیق‌تر بفهمیم چطور ضرورت، جهانِ راه حلهای مناسب و برنامه‌های قابل اجرا را محدود میکند. اولا، همانطور که پیشتر اشاره کردیم، در اصل چنین برنامه ای باید یک مشکل واقعی را حل کند. ثانیا، در رقابت با برنامه‌های دیگر باید مورد تایید دیگران باشد، در غیر اینصورت دیگران همکاری نکرده و مخالفت خواهند کرد. بنابراین اگر من برای چیزی ارزش قائلم، باید نحوه‌ی ارزش گذاری آن را طوری تعیین کنم که بالقوه به دیگران نفع برساند. ارزشِ من نباید فقط برای من مفید باشد: باید برای من، و برای اطرافیانم خوب باشد. حتی این ویژگی هم به اندازه‌ی کافی خوب نیست - به این معنی که محدودیت‌های بیشتری در مورد نحوه‌ی ادراک و رفتار در جهان وجود دارد. نحوه‌ی ارزش گذاری و مشاهده‌ی من در جهان، به طور جدایی ناپذیری با برنامه‌ی من، خانواده ام، و در سطح وسیع‌تر جامعه، در هم تنیده است. این برنامه نه فقط برای من، که باید برای خانواده و جامعه من باید قابل اجرا باشد. علاوه بر آن، نه تنها باید برای اکنون مفید باشد، بلکه نباید خطری برای آینده، یک هفته بعد، یک ماه، یا یکسال بعد (حتی یک دهه و یک قرن بعد) ایجاد کند. یک راه حل خوب برای یک مشکلِ رنج آور باید تکرار پذیر باشد و در اثر تکرار، دچار زوال نشود - چه در طول زمان و چه در بین مردم.

محدودیت‌های جهان، چه آنهایی که بیولوژیکی به ما می‌رسند و چه آنهایی که اجتماعی تحمیل می‌شوند، پیچیدگی هایش را تا حدی به حوزه ای از ارزش‌های جهان شمول و قابل درک نزدیک میکند. این موضوع فوق العاده مهم است، چون بیشمار مشکل و بیشمار راه حل فرضیِ بالقوه وجود دارد، اما تعداد نسبتا محدودی از راه حلها هستند که به طور همزمان از نظر روانی و اجتماعی، کاربردی باشند. این حقیقت که تعداد محدودی راه حل وجود دارد، تلویحا وجود چیزی مثل یک اخلاق طبیعی را تایید میکند که شاید متغیر است، درست مثل زبان که از محلی به محل دیگر عوض می‌شود، اما اساس اش همچنان ثابت و جهان شمول است. واقعیتِ چنین اخلاق طبیعی است که بدنام کردنِ نهادهای اجتماعی را کاری بد و همینطور خطرناک میکند: چون چنین نهادهایی اساسا اینطور تکامل پیدا کرده اند که مشکلات را حل کنند، تا زندگی

ادامـه پیـدا کنـد. آنهـا بـه هیـچ وجـه بـی نقـص نیسـتند - امـا بهتـر کردن شـان بـه جـای بدتر کـردن، یـک مشـکل بسـیار پیچیده اسـت.

بنابرایـن مـن بایـد پیچیدگـی دنیـا را در نظـر بگیـرم، آنوقـت مشـکل را بـه یـک نقطـه کوچـک کاهش دهـم تـا بتوانـم برایـش کاری بکنـم، و در ایـن حیـن بایـد دیگـران و آینـده شـان را هـم در نظـر بگیـرم. چطـور چنیـن کاری را می‌توانـم انجـام دهـم؟ بـه کمـک ارتباطـات و مذاکـره. بـا برون سـپاری مشـکلات شـناختی خیلـی پیچیـده بـه منابـعِ جهـانِ گسـترده تـر. افـرادی کـه هـر جامعـه را تشـکیل میدهنـد، بـه لحـاظ زبانـی بـا هـم رقابـت و همـکاری می‌کننـد (اگرچـه تعامـل زبانـی هیچوقـت ابـزار همـکاری و رقابـت را تضعیـف نمـی کنـد یـا دسـت کـم نمـی شـمارد). کلمـات از توافـق جمعـیِ آدمهـا ایجـاد شـده انـد و همـه بایـد در مـورد دلیـل اسـتفاده از یـک کلمـه موافـق شـوند. چارچـوب کلامـی مـا کـه کمـک میکنـد جهـان را محـدود کنیـم، نتیجـه‌ی چشـم انـدازی از ارزش هاسـت کـه از نظر اجتماعـی - و همینطـور از منظـر محدودیـتِ بـی رحمانـه‌ی خـودِ واقعیـت - سـاخته می‌شـود. ایـن موضـوع کمـک میکنـد تـا بتوانیـم بـه ایـن چشـم انـداز شـکل و فـرم دهیـم، و البتـه نـه صرفـا شـکل و فرمـی قدیمی. اینجاسـت کـه سلسـله مراتـب - بـا وضـوح بیشـتری - وارد صحنـه می‌شـود.

کارهـای ورودی ایـن سلسـله مراتـب بایـد دریافـت شـوند، وگرنـه مـردم از گرسـنگی، تشـنگی، یـا در معـرض چیزهـای ناشـناخته قـرار گرفتـن، میمیرنـد - یـا از تنهایـی و لمـس نشـدن میمیرنـد. آن کارهایـی کـه بایـد انجـام شـوند، بایـد مشـخص شـود، و بایـد بـرای انجـام دادنشـان برنامـه ریـزی کرد. مهارت‌هـای پیـش نیـاز ایـن برنامـه ریـزی بایـد یـاد گرفتـه شـوند. ایـن کارهـای مهـم یعنـی برنامـه ریـزی و مهارت‌هـای لازم، درسـت مثـل اجـرای برنامـه ای از پیـش گفتـه، بایـد در محیط‌هـای اجتماعـی در معـرض همـکاری دیگـران (و رقابـت بـا دیگـران) قـرار بگیرنـد. در نتیجـه برخـی افـراد در حل مسـئله بهتـر از بقیـه خواهنـد بـود. ایـن تنـوع در توانایـی (در کنـار تعـدد مشـکلات و عدم امـکان آمـوزش دادن بـه همـه در تمـام زمینـه هـا) لزومـا یـک سـاختار سلسـله مراتبـی ایجـاد میکنـد - کـه در حالـت ایـده آل، بـر اسـاس رسـیدن بـه یـک شایسـتگی حقیقـی بـه وجـود آمـده اسـت. چنیـن سلسـله مراتبـی در

اصـل ابـزاری دارای سـاختار اجتماعـی اسـت، کـه بایـد بـرای دسـتیابیِ اثربخـش بـه وظایـف ضـروری و ارزشـمند بـه کار رود. همزمـان ایـن سلسـله مراتـب یـک نهـاد اجتماعـی اسـت کـه رونـد پیشـرفت و صلـح را امـکان پذیـر میکنـد.

از پایین به بالا

اجمـاع نظـر در مـورد سـاختن فرضیـات گفتـه و ناگفتـه ای کـه ارزش توصیـف جوامـع مـا را داشـته باشـد، ریشـه ای باسـتانی دارد. چنیـن اجمـاع نظـری در طـول صدهـا میلیـون سـال در حـال شـکل گیری اسـت. در نهایـت اینکـه «چطـور بایـد رفتـار کنیـد؟» در واقـع شـکلِ کوتاه مـدت و آنـیِ این سـوال بنیادی و قدیمـی اسـت کـه «چطـور بایـد زنـده بمانیـد؟» بنابرایـن نـگاه کـردن بـه گذشـته‌های دور - بـه آغـاز زنجیـره تکاملـی، درسـت بـه ابتـدای همـه چیـز - و تامـل دربـاره آنچه مهم اسـت، آموزنـده اسـت. از منظر تکاملـی، قدیمـی تریـن ارگانیسـم‌های چنـد سـلولی (کـه بـرای اهـداف بقـا کامـلا کافـی انـد) متشـکل از سـلولهای حسـی-حرکتی نسـبتا نامجـزا هسـتند. ایـن سـلول‌ها بعضـی از حقایـق یـا ویژگی‌هـای محیط را مسـتقیما روی خروجـی موتـور همـان سـلول هـا، بـه صـورت یـک رابطـه‌ی لزومـا یـک به یک، ترسـیم می‌کننـد. محـرک الـف، بـه معنـای پاسـخ الـف اسـت، و نـه هیچ چیـز دیگـر. همانطور کـه محـرک ب، به معنـای پاسـخ ب اسـت. در بیـن موجـودات متنـوع و پیچیده‌تـر - موجوداتـی کـه در جهان طبیعـی بزرگتر و معمـولا بارزترنـد - عملکردهـای حسـی و حرکتـی مجـزای از هـم انـد و هـر کـدام عملکـردی تخصصـی دارنـد، بـه ایـن معنـا کـه سـلول‌های دسـته اول، الگوهایـی در جهـان شناسـایی می‌کننـد و سـلول‌های دسـته دوم، الگوهایـی بـرای خروجـی موتـور تولیـد می‌کننـد. ایـن تمایـزِ تخصصـی در عملکـرد، امـکان شناسـایی و ترسـیم طیـف گسـترده تـری از الگوهـا و همچنیـن کنشـها و واکنشـها را ایجـاد کـرده اسـت. دسـته سـوم سـلولها - سـلولهای عصبـی - گاهـی اوقـات ظاهر می‌شـوند و به عنوان واسـطه‌ی محاسـباتی بیـن دو دسـته اول عمـل می‌کننـد. در بیـن آن گونه‌هایـی کـه توانسـته انـد سـطحی از عملکـرد عصبـی ایجـاد کننـد، الگـوی ورودی «یکسـان» می‌توانـد الگـوی خروجـی متفاوتـی ایجـاد کنـد (مثـلا وابسـته به تغییراتـی کـه در محیـط بیرونـی یـا شـرایط درونـی و روانـی موجـود ایجـاد می‌شـود).

با افزایش پیچیدگی‌های سیستم عصبی و ظهور هرچه بیشتر لایه‌های واسطه‌ی عصبی، رابطه بین یک واقعیت ساده و خروجی حرکتی، به طور فزاینده ای پیچیده، غیرقابل پیش‌بینی و ماهرانه میشود. آنچه ظاهرا یک ورودی یا یک وضعیت یکسان به نظر می‌رسد، می‌تواند به طرق مختلفی درک شود، و دو دریافتِ مختلف از یک رفتار ممکن است پاسخ‌هایی بسیار متفاوت ایجاد کند. کار بسیار سختی است که حتی منزوی ترین موجودات دنیا، مثل موشهای آزمایشگاهی، را به حدی عمیقا محدود کنید که رفتارشان در آزمایشهای تا حد امکان مشابه، قابل پیش‌بینی باشد. مادامیکه لایه‌های بافتهای عصبی واسطه بین احساس و عمل تکثیر می‌شوند، با همدیگر متفاوت هم می‌شوند. حالا سیستم‌های اصلی انگیزشی (مثل گرسنگی، تشنگی، خشم و غیره) پدید می‌آیند که اغلب تحت عنوان محرکه‌های انگیزشی شناخته می‌شوند و ویژگیها و تنوع حسی و رفتاری اضافه می‌کنند. سیستم‌های عاطفی به همین ترتیب و بدون علامتِ مشخصی، جایگزین انگیزه‌ها می‌شوند. سیستمهای شناختی، خیلی دیرتر ظهور می‌کنند. در آغاز احتمالا به صورت تخیل شکل میگیرند، و بعد - فقط در بین انسانها - به شکل یک زبان تمام عیار درمی آیند. بنابراین در بین پیچیده ترین موجودات، یک سلسله مراتب درونی از ساختار وجود دارد، از عکس العمل غیر ارادی از طریق محرکه انگیزشی گرفته تا عمل به واسطه زبان (در مورد خاص انسان ها)، که باید قبل از اینکه به صورت یکپارچه و متحد عمل کند، سازماندهی شود و یک نقطه را هدف بگیرد.

این سلسله مراتب چطور سازمان یافته؟ (همین ساختاری که در قالب قسمتهای زیادی از پایین به بالا و در بازه‌های طولانی زمان تکاملی پدید آمده است) در واقع به همان پاسخی برگشتیم که پیشتر به آن اشاره کردیم: از طریق همکاری و رقابت مداوم - همان شوخی همیشگیِ مبارزه برای منابع و موقعیت - یا همان تعریف تنازع بقا و تولید مثل. این اتفاق در طول زمان غیر قابل تصوری طولانی که مشخصه تکامل است و همینطور در دوران بسیار کوتاه زندگی هر فرد اتفاق می‌افتد. مذاکره برای کسب موقعیت، ارگانیسم‌ها را در سلسله مراتب‌هایی مختلف که

موجـود هسـتند و کارشـان کنتـرل دسترسـی بـه منابـع حیاتـی مثـل سـرپناه، تغذیـه و جفـت گیـری اسـت، دسـته بنـدی میکنـد. در ایـن سلسـله مراتـب هـا، همـه موجـوداتِ دارای پیچیدگی‌هـای معقـول و ماهیتـی حداقـل اجتماعـی، جایـگاه ویـژه ای بـرای خـود دارنـد و آن را می‌شناسـند. همینطـور همـه موجـودات اجتماعـی، مادامیکـه جایـگاه خودشـان را در گـروه می‌فهمنـد، آنچه را که توسـط سـایر اعضای گـروه ارزشـمند تلقـی می‌شـود، یـاد میگیرنـد و معنایـی پیچیـده، چـه ضمنـی و چـه صریـح، از مفهـوم ارزش درک می‌کننـد. در یـک کلام: سلسـله مراتـب داخلـی کـه واقعیت‌هـا را بـه اقدامـات ترجمـه میکنـد، منعکـس کننـده سلسـله مراتـب بیرونـی در تشـکیلات اجتماعـی اسـت. بـه عنـوان مثـال، روشـن اسـت کـه شـامپانزه‌های یـک گـروه، جهـان اجتماعـی خـود و رتبـه بندی‌هـای ایـن سلسـله مراتـب را بـا جزئیـات خوبـی درک می‌کننـد. آنهـا می‌داننـد چـه چیـزی مهـم اسـت و چـه کسـی دسترسـی ممتـازی بـه آن دارد. آنهـا چنیـن نکاتـی را طـوری می‌فهمنـد کـه گویـی بقـا و تولیـد مثـل شـان بـه آن بسـتگی دارد، همانطـور کـه واقعـا بسـتگی دارد.

نـوزاد نـو رسـیده بـه سـه دسـته واکنـش غیـر ارادی و نسـبتا قطعـی مجهز اسـت: مکیـدن، گریـه کردن و تعجـب کـردن. اینهـا نقـاط شـروع طیـف وسـیعی از مهارتهـای عملـی هسـتند کـه بـا بلـوغ انسـان رشـد می‌کننـد. کـودکان تـا سـن ۲ سـالگی (و اغلـب بـرای بسـیاری از مهارت‌هـا خیلـی زودتـر از آن) می‌تواننـد بـا تمـام حواسشـان جهـت گیـری کننـد، صـاف راه برونـد، از دسـتهای مجهـز بـه انگشـت شسـت بـرای بـرآوردن انـواع نیازهایشـان اسـتفاده کنند و خواسـته‌ها و نیازهـای خـود را، کلامـی و غیر کلامـی، ابـراز کننـد - کـه البتـه ایـن مثـال نمونـه ای جزئـی از این دسـت مثالهاسـت. ایـن آرایش عظیم توانایی‌هـای رفتـاری، اول در دسـته بندی‌هـای پیچیـده ای از احساسـات و محرکه‌هـای انگیزشـی (مثـل عصبانیـت، غـم، تـرس، شـادی، غافلگیـری و مـوارد دیگـر) انسـجام می‌یابـد و بعـد بـرای انجـام هـر هـدف خـاص و محـدودی کـه کـودک را در آن لحظـه، و سـپس بـه طـور فزاینـده ای در بازه‌هـای زمانـی طولانـی تـر، الهـام می‌بخشـد، سـازمان داده اسـت.

ایـن کـودک در حـال رشـد، همینطـور بایـد یاد بگیـرد عملکـرد انگیزشـی اش را کـه در حال حاضـر به آن

مسـلط اسـت، بـا سـایر حالت‌هـای انگیزشـی درونـی اش هماهنـگ انجـام دهـد. به عنـوان مثـال، امیال جداگانـه بـرای غـذا خـوردن، خوابیـدن و بـازی کـردن، بایـد در همزیسـتی بـا هـم باشـند تا بتواننـد خود را صـورت مطلـوب بـروز دهنـد. و همینطـور بایـد یـاد بگیـرد که ایـن عملکـرد انگیزشـی را در هماهنگی با خواسـته هـا، امـور عـادی و فرصت‌هـای محیـط اجتماعـی اصـلاح کنـد. ایـن اصـلاح و یادگیـری از روابط مـادر و فرزنـد شـروع می‌شـود و بـازی کـردن در آن شـرایط محـدود امـا همچنـان اجتماعـی، ادامـه پیـدا میکنـد. سـپس وقتـی کـودک بـه حـدی از بلـوغ رسـید که سلسـله مراتـب درونـی عاطفـی و عملکردهای انگیزشـی اش را بتـوان، حتـی در بعضـی مواقـع در قالـب چارچوبـی بـا یـک هـدف انتزاعـی، آگاهانـه و تعاملـی فـرض کـرد (مثـل زمانـی کـه می‌گویـد «بیـا خالـه بـازی کنیـم»)، آمـاده سـت کـه بـا دیگـران بـازی کنـد، و بـا گذشـت زمـان، بـه روشـی پیچیـده و ماهرانـه ایـن کار را یـاد بگیرد.

همانطـور کـه روانشـناس بـزرگ رشـد، ژان پیـاژه، مشـاهد کـرد، بـازی کـردن بـا دیگـران بسـتگی بـه مهیـا کـردن جمعـی از همبازی‌هـای کـودک بـا یـک هـدف مشـترک دارد. ایجـاد جمعـی بـا یـک هـدف مشـترک، کـه در گـرو قوانیـن حاکـم بـر همـکاری و رقابـت بـرای هـدف و مقصـود بـازی اسـت، یـک جهـانِ کوچـک اجتماعـی را تشـکیل میدهـد. همـه جوامـع را می‌شـود به عنـوان نسـخه ای از ایـن بازی یـا مضمـون در نظـر گرفـت. در همـه جوامـع کارآمـد و مناسـب، قوانیـن اساسـی یـک بـازی جوانمردانه، کـه نوعـی از تقابـل شـرایط و زمـان اسـت، ناگزیـر اعمـال میشـود. بازیهـا، مثـل راه حل‌هـای هر مشـکل، بایـد از نظـر تکرارپذیـری قابـل تحمـل باشـند و بـرای ایـن تکـرار پذیـری، اصولی وجود داشـته باشـد. به عنـوان مثـال، پیـاژه گمـان میکـرد بازیهـای داوطلبانـه، در رقابت بـا بازیهای تحمیل شـده و تحـت تهدید زور پیشـتاز میشـوند، چـون مقـداری از انـرژی کـه می‌تـوان صـرف خـود بـازی کـرد، بـا هـر ماهیتـی کـه دارد، بایـد بـرای اعمـال فشـار هـدر بـرود. شـواهدی وجـود دارد کـه حاکـی از ظهـور چنیـن مقدمات داوطلبانـه‌ی بـازی ماننـدی در بیـن خویشـاوندان غیرانسـانی مـا هم هسـت.

قوانیـن جهـان شـمول یـک بـازی جوانمردانـه، شـامل توانایـی تنظیـم عواطـف و انگیزه‌هـا در زمـان همـکاری، و رقابـت بـرای دسـتیابی بـه یـک هـدف اسـت (کـه در عیـن حـال، بخشـی از توانایـی بـازی

کـردن اسـت) وماننـد آنچـه قبـلا گفتیـم، اراده و توانایـی و بـرای ایجـاد روابـط متقابل سـودمند در طول زمـان و شـرایط اسـت. امـا زندگـی بـه سـادگی یک بـازی نیسـت، بلکـه مجموعـه ای از بازیهاسـت که در هـر کـدام وجـوه مشـترک (هـر آنچـه یـک بـازی را تعریـف میکنـد) و وجوه یکتـا وجـود دارد (کـه در غیر اینصـورت توجیهـی بـرای وجـود چندیـن بـازی نبـود). دسـت کـم یـک نقطـه شـروع وجـود دارد (مثـل دوران مهـد کـودک، امتیـاز ۰-۰، اولیـن قـرار ملاقـات، شـروع اولیـن شـغل)، کـه نیـاز بـه بهبـود و روشـی بـرای تاییـد کـردن و نمایـش آن بهبـود دارد، و از طرفـی، مسـتلزم یـک هـدف مطلـوب اسـت (مثـل فـارغ التحصیلـی از مدرسـه، برنـده شـدن، سـاختن یـک رابطـه عاشـقانه بـرای همیشـه، و داشـتن یـک شـغل معتبـر). بـه دلیـل همیـن وجـه اشـتراکات، مفهومـی مثـل اخـلاق - یـا بـه عبـارت بهتـر، یـک فرا اخـلاق[1] - وجـود دارد، کـه از پاییـن بـه بالاسـت و در کل مجموعـه بازی‌هـا نمایـان می‌شـود. بنابرایـن بهتریـن بازیکـن، لزومـا برنـده هیـچ یـک از ایـن بازی‌هـا بـه طـور خـاص نیسـت، بلکـه در خیلی مـوارد آن کسـی اسـت کـه توسـط بیشـترین تعـدادِ بازیکنـان بـرای مشـارکت در بیشـترین مجموعـه بازی‌هـا دعـوت می‌شـود. شـاید بـه همیـن دلیـل اسـت کـه، ولـو ناآگاهانـه در آن لحظـه بـه فرزندتـان می‌گویید: «بـرد و باخـت مهـم نیسـت. مهـم اینسـت کـه چطـور بـازی میکنـی!» حـالا واقعـا چطـور بایـد بـازی کنیـم تـا در بیـن مطلـوب تریـن بازیکنـان باشـیم؟ چـه سـاختاری باید درون شـما شـکل گرفته باشـد تا چنیـن بـازی ای امـکان پذیـر شـود؟ ایـن دو سـوال آخـر بهـم وابسـته انـد، چـون سـاختاری کـه شـما را قـادر بـه بـازی کـردن میکنـد (و بـا افزایـش روزافـزون و بـا دقـت خـودکار، بـر حسـب عـادت صـورت می‌گیـرد) فقـط در فرآینـد تمریـن مـداومِ هنـر یـک بـازی صحیـح، ظاهـر می‌شـود. کجـا ممکـن اسـت یـاد بگیریـد چطـور بـازی کنیـد؟ هـر کجـا... کافـی اسـت خوش شـانس و هوشـیار باشـید.

سودمندی شخصیت «ابله»

کار مفیـدی اسـت کـه بتوانیـد جایـگاه خـود را در پاییـن یـک سلسـله مراتـب بـه دسـت بیاوریـد.

۱ Meta-ethic

ایـن کار بـه پیشـرفت احسـاس شـکرگزاری و فروتنـی شـما کمـک میکنـد. شـکرگزاری: همیشـه افـرادی وجـود دارنـد کـه مهـارت و تخصصشـان از شـما بیشـتر اسـت و شـما نیـز بایـد هوشـمندانه از ایـن موضـوع خوشـحال باشـید. بـه خاطـر مشـکلات جـدی و پیچیـده ای کـه بایـد حـل کنیـم، شـکافهای[1] ارزشـمند بسـیاری هسـت کـه می‌تـوان آنهـا را پـر کـرد. چنیـن واقعیتـی کـه آدم‌هایـی هسـتند کـه این شـکاف‌ها را بـا مهارت‌هایـی قابـل اطمینـان و مبتنـی بـر تجربـه پـر می‌کننـد، موضوعـی اسـت کـه حقیقتـا بایـد بـه خاطـرش سپاسـگزار بـود. فروتنـی: بهتـر اینسـت کـه فـرض را بـر ناآگاهـی و اسـتقبال از یادگیـری گذاشـت تـا آگاهـی کافـی، و در نتیجـه ریسـک کـور مانـدن نسـبت بـه خطـرات. بهتر اسـت دوسـتانی بـرای خـود پیـدا کنیـد کـه دوسـتی‌تان بـر اسـاس ناآگاهـی شـما شـکل گرفتـه باشـد تـا آگاهـی تـان، چـون احتمـال موفقیـت نامحـدودی از منبـع اول وجـود دارد، در حالـی کـه احتمـال دومـی محـدود اسـت. وقتـی در تنگنـا و فشـار قـرار می‌گیریـد - کـه اغلـب بـه خاطـر لجبـازی و کلـه شـقی خودتـان در پافشـاری روی فرضیـات قابـل تحسـین‌تان اسـت - تنهـا چیـزی کـه می‌توانـد بـه شـما کمـک کنـد اینسـت کـه فکـر کنیـد هنـوز چـه چیـزی را یـاد نگرفتـه ایـد؟ مبتـدی بـودن، و از بعضـی جهـات مبتـدی باقـی مانـدن، نـه تنهـا لازم بلکـه مفیـد اسـت. بـه همیـن دلیـل در کارت‌هـای تـاروت، و کارت‌هـای مـورد علاقـه‌ی آدمهـای شـهودی[2]، رمانتیـک، فـال بیـن و کلاهبـردار، کارت ابله[3] را درسـت عین یکدیگـر کارتـی مثبـت تعبیـر می‌کننـد. ایـن موضـوع از جنبه‌هـای مختلفـی در ایـن فصـل مـورد بحـث قـرار گرفته اسـت.

ابلـه، یـک مـرد جـوان و خوشـتیپ اسـت کـه نگاهـش را بـه بـالا هاسـت، در حالـی کـه نـور خورشـید چشـمانش را میزنـد. او میخواهـد در کوهسـتانها سـفر کنـد و قصـد دارد صخـره ای را کـه پیـش رویـش می‌بینـد، بـا بـی احتیاطـی پشـت سـر بگـذارد (امـا آیـا واقعـا همچیـن قصـدی دارد؟). بـا ایـن حـال،

۱ Niches
۲ Intuitive
۳ The Fool

قدرتـش دقیقـا بـه خاطـر علاقـه ایسـت کـه بـه خاطـرش حاضـر اسـت خطـر سـقوط کـردن را بـه جان بخـرد، امـا یـک بـار دیگـر تجربـه‌ی در اوج بـودن را تجربـه کنـد. کسـی کـه مایـل نیسـت یـک مبتـدی ابلـه باشـد، نمـی توانـد چیـزی یـاد بگیـرد. بـه همیـن دلیـل هـم هسـت کـه کارل یونـگ، از بیـن تمام دلایـل دیگـر، بـا اسـتناد بـه همیـن دلیل شـخصیت ابلـه را بـه عنـوان پیـش درآمدی بـرای کهـن الگوی نجـات دهنـده، همـان فـرد کامـل، در نظـر گرفته اسـت.

مبتـدی یـا همـان شـخصیت ابلـه، پیوسـته بـا خـودش و بـه همـان انـدازه بـا دیگـران، بایـد صبـور و بردبـار باشـد. اظهـار بـی اطلاعـی، بـی تجربگـی و بـی مهارتـی، گاهـی اوقـات بـه درسـتی بـه بـی مسـئولیتی نسـبت داده می‌شـود، و بـه انصـاف از جانـب دیگـران محکوم اسـت. عدم کفایت شـخصیت ابلـه، اغلـب نتیجـه‌ی اجتنـاب ناپذیـریِ آسـیب پذیـری هـر فـرد اسـت تـا یک شکسـت واقعـی اخلاقی. بسـیاری از چیزهـای عالـی از کوچـک شـروع می‌شـوند، و در ابتـدا نـادان و بـی فایـده انـد. ایـن درس هـم درسـت مثـل سـنت و فرهنـگ، در بیـن آدمهـا جـا افتـاده اسـت. بـه عنـوان مثـال، بـه قهرمان‌های والـت دیزنـی، مثـل پینوکیـو، سـیمبا و هـری پاتـر جادویـی جـی. کـی. رولینـگ نـگاه کنیـد. پینوکیـو، اول یـک عروسـک چوبـی و بازیچـه‌ی تصمیمـات همـه بـود، بـه جـز خـودش. شـیر شـاه، اول یـک تولـه‌ی خـام و گـروگان ناخواسـته‌ی عمویـی بدخـواه و خیانـت کار بـود. دانـش آمـوز مدرسـه‌ی جادوگری هاگوارتـز، یـک بچـه یتیـم بـود کـه در یـک انبـاری کوچـک و خـاک گرفتـه بـه عنـوان اتـاق زندگـی می‌کنـد، و دشـمن بزرگـش ولدمـورت می‌توانسـت شـیطان درونـی خـودش باشـد. بزرگتریـن قهرمانـان اسـاطیری هـم بـه همیـن شـکل، اغلـب در شـرایطی بـی برکـت و محقـر بـه دنیـا می‌آینـد (مثلا بـه عنـوان نـوزاد یـک بـرده‌ی یهـودی در آخـوری فرومایـه) و در معـرض خطـری مهلـک قـرار میگیرنـد (مثلا داسـتان تصمیـم فرعـون بـرای کشـتن تمـام نـوزادان پسـر در قـوم یهـود، یـا بعدهـا حکم‌های مشـابها سـتمگرانه هِـرود). امـا مبتـدی امـروز، اسـتاد فرداسـت. بنابرایـن حتـی بـرای فـردی موفـق (کسـی کـه هنـوز می‌خواهـد کارهـای بیشـتری انجـام دهـد) نیـز لازم اسـت کـه هویـت خـود را هنـوز ناموفـق بدانـد، از تـلاش بـرای رسـیدن بـه شایسـتگی قدردانـی کنـد، و بـا دقـت، فروتنـی واقعـی خـودش را تابع

بازی فعلی بداند. او باید آگاهی، خویشتنداری و انضباط لازم برای حرکت بعدی اش را بهتر کند.

زمان نوشتن این کتاب، یک بار همراه همسر، دختر و پسرم به رستورانی در تورنتو سر زدیم. همانطور که دنبال میزی برای خودمان می‌گشتم، پیشخدمت جوانی از من پرسید که آیا می‌تواند چند کلمه ای با من صحبت کند. او به من گفت که تمام ویدیوهای مرا دیده و به پادکست هایم گوش کرده است، و در نتیجه حالا تبدیل به فردی شده که رویکردش نسبت به شغل سطح پایین (اما همچنان ضروری اش) تغییر کرده است. او دیگر انتقادی از خودش و از کاری که انجام میدهد، نمیکند. در عوض تصمیم گرفته از شرایطش قدردان باشد و سعی کند دنبال فرصت‌هایی بگردد که به او را می‌کنند. او تصمیم گرفته بود سختکوش‌تر و قابل اعتمادتر کار کند و ببیند اگر تمام تلاشش را برای کاری که انجام میدهد بکند، چه اتفاقی می‌افتد. آن پسر، با لبخندی غیر تصنعی به من گفت که در عرض شش ماه، سه بار ارتقا گرفته است.

آن مرد جوان این نکته را فهمیده بود که هر موقعیتی که در آن قرار می‌گیرد، می‌تواند پتانسیل‌هایی بیشتر از آنچه در نگاه اول به نظرش میرسد، داشته باشد (خصوصا وقتی دیدش به خاطر نفرت و کینه‌ی حاصل از قرار گرفتن در نزدیکی‌های کف این سلسله مراتب مخدوش شده باشد). به هر حال، اینطور نیست که یک رستوران مکانی ساده باشد، بلکه بخشی از یک سازمان ملی گسترده تر، یک زنجیره بزرگتر و با کیفیت‌تر است. برای انجام یک کار خوب در چنین فضایی، پیشخدمت‌ها باید در هماهنگی با آشپزهای مشهور و شناخته شده کار کنند و با چنین کاری که یک وظیفه‌ی سخت و پر دردسر است، کنار بیایند. همینطور باید مودب و مشتاق مشتریان باشند. آنها باید دائما مراقب باشند. باید با حجم کاری بسیار متنوعی سازگار شوند - زمان‌های اوج کار و دوره‌های خلوت، که ناچارا زندگی یک پیشخدمت را همراهی می‌کند. آنها باید به موقع، هوشیار و بیدار سرکار حاضر شوند. باید با مافوق خود با احترام مناسب، و با زیردستان شان در ساختار قدرت - مثلا ظرفشورها - به همان شیوه رفتار کنند. و اگر همه این کارها را انجام بدهند، و اتفاقا در یک نهاد کارآمد کار کنند، به زودی پیدا کردن جایگزینی برای آنها

دشـوار خواهـد شـد. مشـتریان، همـکاران و مافوقـان آنهـا، همـه بـه طـور فزاینـده ای شـروع بـه نشـان دادن واکنشـهای مثبـت بـه آنهـا خواهنـد کـرد. درهایـی کـه در غیـر ایـن صـورت بـه روی آنها بسـته - و حتـی نامرئـی - می‌مانـد، بـه رویشـان بـاز خواهـد شـد. عـلاوه بـر ایـن، ثابـت شـده کـه مهارت‌هـای کسـب شـده، قابـل تعمیـم خواهنـد بـود. چـه فـرد در بنگاهـی مثـل یـک رسـتوران بـه کارش ادامـه دهـد، چـه بـرای ادامـه تحصیـل تصمیـم بگیـرد، و یـا مسـیر شـغلی اش را بـه کلـی تغییـر دهد (کـه در ایـن صـورت بـا سـتایش و تمجیـد کارفرمایـان قبلـی کارش را تـرک کـرده، و شـانس اش را بـرای کشـف فرصـت خـوب بعـدی بسـیار زیـاد میکند).

همانطـور کـه انتظـار مـی‌رود، مـرد جوانـی کـه در رسـتوران بـا مـن حـرف میـزد از اتفاقـی کـه برایـش افتـاده بـه هیجـان آمـده بـود و نگرانی‌هـای مربـوط بـه موقعیتـش بـه سـرعت بـا پیشـرفت در کارش برطـرف میشـد. بعـلاوه اینکـه پـول بیشـتری هـم بـه دسـت آورد، اتفاق مضـری نبـود. او نقـش خودش را بـه عنـوان یـک مبتـدی پذیرفـت و بنابرایـن از آن پیشـی گرفـت. او تصمیـم گرفـت بـه دیـدگاه اغلب بدبینانـه اش دربـاره جایگاهـش در جهـان و آدمهایـی کـه او را احاطـه کـرده انـد، پایـان دهـد. همینطـور وجـود ایـن سـاختار، و جایگاهـی کـه بـه او پیشـنهاد شـده بـود را پذیرفـت. او شـروع کـرد بـه دیـدن فرصت‌هـا و امکاناتـی کـه قبـلا بـه خاطـر نابینایـی ناشـی از غـرورش، نمیدیـد. او از بدنـام کـردن یـک نهـاد اجتماعـی کـه عضـوی از آن بـود، دسـت برداشـت و شـروع کـرد بـه درسـت بـازی کـردن نقـش خـود کـه بـه خاطـر فروتـن بـودن، در کنـار دسـتاوردهای متعـدد دیگـر، نصیبـش شـده بـود.

ضرورت همتایان[1]

مبتـدی بـودن اتفـاق خوبـی اسـت. از طرفـی، موانعـی در مسـیر جریـان اطلاعـات واقعـی در سلسـله مراتـب وجـود دارد. بـه عنـوان مثـال، ممکـن اسـت فـردی کـه در پاییـن زنجیـره‌ی فرماندهـی قـرار دارد، بـه خاطـر نفـرت از موقعیـت فرضـا پایینتـر، از داشـتن عملکـرد اثربخـش بـر اسـاس اطلاعـات به دسـت

۱ The necessity of equals

آمـده از سـطوح بـالا، منزجـر باشـد، یـا در بدتریـن حالـت ممکـن اسـت افـراد دیگـر را هـم ترغیـب کند تـا در خـلاف اهـداف و خـلاف آنچـه آموختـه انـد، از روی بغـض و کینـه‌ی خالـص کار کننـد. بعـلاوه، کسـانی کـه کـم تجربه‌تـر هسـتند، تحصیـلات کمتـری دارنـد، یـا بـه تازگـی بـه موقعیتـی زیردسـت راه پیـدا کـرده انـد و از محیـط پیرامـون خـود آگاهـی چندانـی ندارنـد، به جـای بهبود اسـتدلالها و مشـاهده رقابـت دیگـران، می‌تواننـد راحت‌تـر تحـت تاثیـر موقعیتهـای هـم رده و اعمـال قدرت‌هـا قرار بگیرنـد. در مقابـل، افـراد دارای موقعیت‌هـای هـم تـراز (همتایـان)، بایـد در وهلـه اول قانـع شـوند. توجـه آنهـا باید بـا دقـت، جبـران و تلافـی شـود. محاصـره شـدن توسـط همتایـان، بـه معنـی قـرار گرفتـن در وضعیتـی برابـر، و نمایـش ضـرورت شـکل گیـری روابـط بـر اسـاس بده-بسـتان بـرای حفـظ ایـن برابـری اسـت. بنابرایـن قـرار داشـتن در میانـه‌ی ایـن سلسـله مراتـب اتفـاق خوبـی اسـت.

بخشـی از اهمیـت روابـط دوسـتانه و اینکـه چـرا در ابتـدای کودکـی آغـاز بـه شـکل گیـری می‌کننـد، در همیـن مسـئله اسـت. یـک بچـه دو سـاله‌ی معمولـی، بـا اینکـه تـا حـدی بعضـی از رفتارهـای متقابـل سـاده را میدانـد، معمـولا خودخـواه اسـت. وقتـی از نـوه‌ام اسـکارلت، کـه در مـوردش صحبـت کـردم، چیـزی میخواهـم، بـا خوشـحالی یکـی از اسـباب بازیهـای محبوبـش را که به پسـتانک اش وصل اسـت، بـه مـن میدهـد. و بعـد، مـن آن را بـه او پـس میدهـم یـا برایـش پـرت میکنـم (گاهـی هـم او اسـباب بازیـش را بـرای مـن پرتـاب میکنـد کـه حداقـل جایـی در همـان نزدیکـی می‌افتـد). او عاشـق ایـن بازی اسـت. بـه تازگـی مـا ایـن کار را بـا قاشـق هـم انجـام میدهیـم، کارهایـی کـه او جدیـدا یـاد میگیـرد. او بـا مـادر، مادربزرگـش و هـر کـس دیگـری کـه در محوطـه‌ی بـازی کردنـش قـرار بگیـرد و آنقـدری بـا او احسـاس آشـنایی کنـد کـه خجالـت نکشـد، ایـن بـازی را میکنـد. ایـن مرحلـه، شـروع رفتارهایی اسـت کـه جـای خـود را در آینـده بـه «اشـتراک گـذاری» در بیـن کـودکان بزرگتـر می‌دهـد.

چنـد روز قبـل از اینکـه ایـن مطلـب را بنویسـم، دختـرم مایـکلا، مـادر اسـکارلت، بچـه اش را بـه محلی تفریحـی در شـمال مرکـز تجـاری شـهرک محـل اقامـت شـان بـرد. در آن مرکـز، بچه‌هـای دیگـری کـه سـرگرم بـازی بـا اسـباب بـازی هایشـان بودنـد، اکثـرا از اسـکارلت بزرگتـر بودنـد. همینطـور اسـباب

بازی‌هـای زیـادی هـم بـرای بـازی کـردن مهیـا بـود. اسـکارلت اول شـروع کـرد تمـام اسـباب بازی‌هـا را تـا آنجـا کـه می‌توانسـت دور صندلـی مـادرش جمـع کـرد، و بـه وضـوح نسـبت بـه بچه‌هایـی کـه می‌آمدنـد و بعضـی از اسـباب بازی‌هـا را بـرای خودشـان برمیداشـتند، بـی اعتنـا بـود. اسـکارلت حتـی توپـی را مسـتقیما از بچـه‌ی دیگـری گرفـت تـا آن را بـه کلکسـیون خـودش اضافـه کنـد. چنیـن رفتـاری بیـن بچه‌هـای ۲ سـاله و جوانتـر، معمـول اسـت. توانایـی آنهـا در نشـان دادن رفتارهـای متقابـل از نظـر رشـد و تکامـل محـدود اسـت. گرچـه بـه نـدرت می‌تواننـد نشـان دهنـد چـون چنیـن کاری را بلـد نیسـتند و گاهـی هـم بـه شـکلی عاطفـی و پـر از محبـت آن را بـروز می‌دهنـد.

بـا ایـن حـال، در سـه سـالگی اکثـر بچه‌هـا میتواننـد وسایلشـان را بـه اشـتراک بگذارنـد. آنهـا میتوانند رضایـت شـان را بـه انـدازه ای بـه تعویـق بیندازنـد کـه بتواننـد در بـازی ای شـرکت کننـد کـه همـه نمـی تواننـد همزمـان مشـارکت کننـد. تـا اینکـه کـم کـم میتواننـد هـدف بـازی را کـه توسـط چندیـن نفـر انجـام می‌شـود، بفهمنـد و از قوانیـن بـازی تبعیـت کننـد، اگرچـه قـادر نباشـند چنیـن قوانینـی را در قالـب یـک توصیـف کلامـی منسـجم ارائـه دهنـد. آنهـا بـا قـرار گرفتـن مکـرر در معـرض کودکانی کـه در مـورد قواعـد بـازی متقابـل بـه توافـق رسـیده انـد، شـروع بـه ایجـاد روابطـی مبتنـی بـر بـازی می‌کنند. بعضـی از ایـن دوسـتی‌ها تبدیـل بـه اولیـن رابطـه قـوی دوسـتانه ای می‌شـود کـه کـودکان در خـارج از محیـط خانـواده برقـرار می‌کننـد. کـودک در چارچـوب چنیـن روابطـی کـه میخواهـد بـا همسـالانش (یا دیگرانـی کـه حداقـل در مرحلـه رشـدی برابـر بـا خـودش هسـتند) برقـرار کند، یـاد میگیـرد که بـه روابط بـا همتایانـش محکـم پیونـد بخـورد، و شـروع بـه یادگیـری نحـوه رفتـار صحیـح با دیگـران میکنـد، در حالـی کـه متقابـلا نیـاز دارد همـان رفتـار را دریافـت کنـد.

ایـن پیونـد متقابـل از اهمیتـی حیاتـی برخـوردار اسـت. کودکـی کـه حداقـل یـک رابطـه‌ی ویـژه و نزدیـک نداشـته باشـد، در آینـده بـه احتمـال بیشـتری از انـواع مشـکلات روانـی، چـه از نـوع اضطـراب/ افسـردگی، و چـه از نـوع بـروز رفتارهـای ضـد اجتماعـی، رنـج خواهد بـرد. این در حالیسـت کـه کودکانی بـا تعـداد روابـط دوسـتانه کمتـر، بـه احتمـال بیشـتری جـزو بزرگسـالان بیـکار و مجـردان فـردا خواهنـد

بـود. هیـچ مدرکـی دال بـر ایـن موضـوع وجـود نـدارد کـه نشـان دهـد اهمیـت دوسـتی، بـه هـر طریقـی بـا افزایـش سـن کـم می‌شـود. تمامـی علـت و علـل مـرگ و میـر بشـر، حتـی وقتـی وضعیـت سـلامت عمومـی فـرد در نظـر گرفتـه می‌شـود، بـه نظـر می‌رسـد بـا گسـترش شـبکه ای از روابـط اجتماعـی بـا کیفیـت، کاهـش پیـدا میکنـد. ایـن مـورد در بزرگسـالان مبتـلا بـه بیماری‌های فشـارخون، دیابـت، نفـخ و آرتـروز، و بـرای بزرگسـالان مسـن تـر، دربـاره‌ی حمـلات قلبـی نیـز صـادق اسـت. بـه حد کفایـت جالـب اسـت کـه برخـی شـواهد دال بـر ایـن مطلـب وجـود دارنـد کـه ارتبـاط بـا همتایـان، به شـرط پشـتیبانی اجتماعـی، بـه همـان انـدازه یـا بیشـتر از حمایتـی کـه فـرد دریافـت کـرده، مزایایـی حفاظتـی دارد، و تـا حـدودی تعجـب آور نیسـت کـه چـرا افـرادی کـه بیشـتر بخشـنده هسـتند، بیشـتر هـم دریافـت می‌کننـد. بنابرایـن بـه نظـر می‌رسـد کـه واقعـا بهتـر اسـت بیشـتر از آنچـه دریافـت میکنیم، بخشـنده باشـیم.

همتایـان، بارهـا و بارهـا شـادی‌های زندگـی را بـا هـم تقسـیم می‌کننـد. بـه تازگـی مـن و همسـرم تامـی، از مشـکلات جـدی جسـمانی رنـج کشـیده ایـم. مـا خـوش شـانس بودیـم کـه اعضـای خانـواده (آشـنایان سـببی، مـادر مـن، خواهـران، بـرادران و فرزندانمـان) و همینطـور دوسـتان نزدیکی داشـتیم که بـرای مـدت قابـل توجهـی بـا مـا زندگـی و بـه مـا کمـک کردنـد. آنهـا راغـب بودنـد کـه زندگی‌هـای خودشـان را متوقـف کننـد، تـا بتواننـد بـه مـا در شـرایط بحـران کمـک کننـد. پیشـتر وقتـی کتـاب ۱۲ قانـون زندگـی توانسـت موفقیتـی کسـب کنـد، و بـه دنبالـش دوران پرفشـار تورهـای سـخنرانی ام، مـن و تامـی خـوش شـانس بودیـم کـه نزدیکانـی داشـتیم کـه می‌توانسـتیم خوشـحالی مـان را از اقبـال کتـاب بـا آنهـا سـهیم شـویم. آنهـا دوسـتان و اعضایـی از خانـواده مـان بودنـد کـه حقیقتـا از آنچـه برای مـا اتفـاق می‌افتـاد خوشـحال می‌شـدند، رونـد اتفاقـات را بـا اشـتیاق دنبـال می‌کردنـد، و بـا رغبـت دربـاره‌ی هجمه‌هـای احتمالـیِ ناشـی از واکنشـهای عمومـی مـردم صحبـت میکردنـد. ایـن کار، اهمیـت و معنـای همـه کارهایـی را کـه می‌خواسـتیم انجـام دهیـم، بیشـتر میکـرد و از انزوایـی کـم میکـرد کـه احتمـالا یـک تغییـر چشـمگیر، چـه خـوب و چـه بـد، میتوانـد در شـرایط زندگـی ایجـاد کنـد.

www.KhoreKetab.com

نگـه داشـتن روابـط بـا همـکارانِ دارای موقعیت‌هـای شـغلی مشـابه، عـلاوه بـر دوسـتی، منبـع مهـم دیگـری در تنظیـم روابـط بـا همتایـان اسـت. در میـان تمـام عوامـل دیگـر، حفـظ روابـط خـوب بـا همـکاران بـه معنـای اقتـدار دادن بـه چیـزی اسـت کـه شایسـته اقتـدار اسـت؛ بـه معنـای انجـام دادن سـهم عادلانـه خـود از مشـاغلی است کـه کسـی نمـی خواهـد آنهـا را انجـام دهـد؛ بـه معنـای همکاری بـا افـراد دیگـر اسـت، بـرای ارائـه‌ی بـه موقـع و بـا کیفیـت کار؛ بـه معنـای حاضـر شـدن در زمـان مـورد انتظـار اسـت؛ و بـه طـور کلـی، بـه معنـای قابـل اعتمـاد بـودن بـرای پذیرفتـن مسـئولیت‌هایی اسـت کـه کمـی بیشـتر از وظایـف رسـمی‌تان اسـت. تاییـد یا عـدم تاییـد پاداشـهای همـکاران و جـا انداختن چنیـن کارهـای متقابلـی - درسـت مثـل رفتـار متقابـل کـه لزومـا بخشـی از دوسـتی اسـت - بـه حفـظ عملکـرد روانشـناختی پایـدار کمـک میکنـد. خیلـی بهتـر اسـت که آدمی باشـید کـه بتـوان بـه او اعتماد کـرد، حداقـل بـه ایـن دلیـل کـه در مواقـع مشـکلات شـخصی، افـرادی کـه در کنـار آنهـا کار کـرده ایـد، مایـل و قـادر بـه ورود و کمـک بـه شـما شـوند.

مـا از طریـق روابـط دوسـتانه و کاری، تمایـلات خودخواهانـه مـان را تعریـف می‌کنیـم، و یـاد می‌گیریـم کـه نبایـد همیشـه خودمـان را در اولویـت قـرار دهیـم. بـه طـور ضمنـی امـا بـه همـان انـدازه مهـم، از طریـق بهـره گرفتـن از نصیحت‌هـا و تشـویق‌های همتایـان مـان یـاد می‌گیریـم کـه بـه تمایـلات بیـش از حـد همدلانـه و خـام (تمایـل بـه فداکاری‌هـای نامناسـب و نادرسـت کـه مـا را طعمـه ای برای دیگـران میکنـد) غلبـه کنیـم. در نتیجـه اگـر خـوش شـانس باشـیم، رفتـار متقابـل را شـروع می‌کنیـم و حداقـل بعضـی از مزایایـی کـه رابـرت برنـز[1] در شـعر مشـهورش گفتـه را بدسـت می‌آوریـم:

آه، آیا قدرتی هست که بینشی به ما هدیه دهد

که خود را همانطور که دیگران می‌بینند، ببینیم

و از همه اشتباهات،

۱ Robert Burns

و تصورات احمقانه ما را آزاد کند

اگر بدانیم غرور ما را ترک خواهد کرد،

و حتی صمیمیت به ارمغان خواهد آورد[1]!

سگ برتر[2]

اقتدار داشتن اتفاق خوبی است. آدمها شکننده اند. به خاطر همین، زندگیِ سخت و رنجِ زندگی کردن مشترک است. بهبود این رنج - یعنی اطمینان از اینکه همه آدمها غذا، آب سالم، امکانات بهداشتی، و سرپناهی برای زندگی دارند - نیازمند ابتکار، تلاش و توانمندی است. اگر مشکلی برای حل کردن به وجود بیاید، و بسیاری از آدمها برای رفع آن مشکل مشارکت کنند، در اینصورت تمام سلسله مراتب باید و حتما در دفاع برخیزد، زیرا کسانی که کاری از دستشان برمی آید و آنهایی که چندان کاری از دستشان ساخته نیست، هر دو یاد میگیرند که چطور در این فرآیند به افرادی شایسته تبدیل شوند. چنانچه این مشکل واقعی باشد، آن وقت افرادی که میتوانند مشکل فعلی را به بهترین شکل حل کنند، باید بتوانند به راس سلسله مراتب برسند. منظور اعمال قدرت نیست، بلکه به کار بردن اقتداری است که به درستی همراه با مهارت به کار برده می‌شود.

حال بدیهی است که بخواهیم به افراد شایسته و معتبر قدرت عطا کنیم، اگر در حال حل مشکلاتی ضروری باشند و اگر امکان پذیر باشد، یا جزو افراد کاندیدا برای حل مشکلات

۱ در این شعر راوی متوجه خانمی در کلیسا می‌شود، با مگسی که بدون توجه او، دور کلاهش می‌چرخد. شاعر مگس را مواخذه می‌کند زیرا متوجه نمی شود میزبانش چقدر مهم است و سپس میگوید که برای یک مگس، همه ما طعمه‌هایی برابر هستیم. اما اگر بخواهیم خود را از چشم یکدیگر ببینیم، از چنین ادعایی منصرف می‌شویم. یک تفسیر جایگزین دیگر این است که شاعر با خود فکر می‌کند که اگر آن زن آگاه از داشتن مگسی در موهایش آگاه باشد، چقدر وحشت زده و چقدر فروتن خواهد شد - م.

۲ Top Dog

www.KhoreKetab.com

پیچیده باشند. ممکن است این موضوع را همان فلسفه‌ی مسئولیت پذیری در نظر گرفت. یک آدم مسئولیت پذیر تصمیم می‌گیرد که مشکل به وجود آمده را مشکل خودش ببیند و بعد با تلاش بیشتر و حتی جاه طلبانه، سعی میکند به کمک افراد دیگر مشکل را به کارآمدترین روش ممکن حل کند؛ کارآمد، چون مشکلات دیگری هم برای حل کردن وجود دارند. موضوع کارآمدی وقتی مطرح می‌شود که پای صرفه جویی در میان باشد و منابعی که می‌توانند به چیزهای دیگری اختصاص پیدا کند.

جاه طلبی، اغلب و گاهی هدفمندانه، با تمایل به قدرت طلبی اشتباه گرفته میشود. به همین دلیل جاه طلبی با اینکه کمی ستایش و تحسین دارد، اما نهی، لکه دار و سزاوار مجازات میشود. و گاهی جاه طلبی دقیقا به معنای تاثیرگذاری بی مورد بر دیگران است. اما بین واژه‌های «گاهی» و «همیشه» تفاوتی اساسی وجود دارد. اقتدار، قدرت خالص نیست و اشتباه گرفتن این دو کلمه می‌تواند بسیار مضر، خطرناک و گیج کننده باشد. زمانی که آدمها بر دیگران اعمال قدرت می‌کنند، آنها را به زور وادار می‌کنند. آنها زیردستان را با اعمال محرومیت و مجازات مجبور می‌کنند، تا جایی که انتخاب‌های کمی برای زیردستان بماند و وادار به عمل کردن برخلاف نیازها، آرزوها و ارزش هایشان می‌شوند. در مقابل، آدمهایی که به خاطر صلاحیت شان از اقتدار بهره مند شده اند با رغبت توسط آدمهای دیگر پیروی می‌شوند. صلاحیتی که دیگران به طور خودجوش تشخیص داده و از آن قدردانی می‌کنند و عموما با اراده، با خیالی آسوده و با این مضمون که عدالت برقرار می‌شود.

آنهایی که تشنه‌ی قدرت اند - مستبد، بی رحم یا حتی روانی[1] - تمایل دارند دیگران را کنترل کنند، تا از این طریق تمام هوس‌های خودخواهانه خود را فورا بتوانند ارضا کنند؛ تا احساس حسادت بتواند هدفش را نابود کند؛ تا نفرت بتواند راه ابراز خود را پیدا کند. آدم‌های خوب،

۱ Psychopath

در عـوض جـاه طلـب انـد (همچنیـن سـخت کـوش، صـادق و متمرکـز انـد) چـون آنهـا بـرای حـل یـک مشـکل واقعـی و جـدی بـه تسـخیر یـک آرزو درآمـده انـد. ایـن نـوع جـاه طلبـی بایـد بـه هـر شـکل ممکـن مـورد تشـویق قـرار بگیـرد. بـه همیـن دلیـل، در میـان بسـیاری دلایـل دیگـر، شناسـاندن و منعکـس کـردن تلاش‌هـای فزاینـده‌ی پسـران و مـردان بـرای کسـب پیـروزی بـه نـام «اسـتبداد مردسـالار» کـه قـرار اسـت بـه طـور فرضـی، جوامـع مـدرن، مولـد و نسـبتا آزاد مـا را توصیـف کنـد، بسـیار حیـرت آور و ضـد بهـره ور اسـت. و بایـد گفـت بـی رحمانـه هـم هسـت: تقریبـا هیـچ چیـز بدتر از ایـن نیسـت کـه بـا کسـی کـه بـرای کسـب مهـارت تـلاش میکنـد، بـه عنـوان یـک ظالـم برخـورد شـود. «پیـروزی» از منظـر یکـی از جنبه‌هـای اصلـی و مهـم اجتماعـی آن، بـه معنـی غلبـه بر موانـع برای کسـب منافـع عمومـی بزرگتـر اسـت. بازیکـن ماهـری کـه بـازی را می‌بـرد، به نوعـی خـودِ بـازی را بهبود میدهـد، و ایـن یعنـی بـازی را بـرای همـه بازیکنـان بهبـود میدهـد. اتخـاذ نگرشـی از سـرِ خامـیِ سـاده لوحانـه یـا بدبینـی عمـدی کورکورانـه در اینبـاره، و یـا انـکار بـی درنـگ صحیـح بـودن آن، بـه معنـی قرار دادنِ خودتـان در موقعیـت فـردی اسـت کـه دشـمن بهبـود عملـیِ رنـج کشـیدن اسـت. شـاید بـه طـور هدفمنـد، زیـرا افـراد انگیزه‌هـای تاریـک زیـادی دارنـد و می‌توانـم بـه چنـد نگـرش سادیسـتی (دگـرآزار) دیگـر هـم فکـر کنـم.

حـالا امـکان آن هسـت کـه قـدرت، اقتـدار را همراهـی کنـد و شـاید هـم بایـد همراهـی کنـد. بـا ایـن حـال و مهمتـر از آن، اقتـدار واقعـی اعمـال قدرت‌هـای خودسـرانه را محـدود می‌کنـد. چنیـن محدودیتـی وقتـی خـودش را نشـان میدهـد کـه عامـل مقتـدر، نسـبت بـه کسـانی کـه امـکان دارد مـورد اعمـال قـدرت قـرار بگیرنـد، مراقـب و مسـئولیت پذیـر باشـد. بزرگتریـن کـودک می‌توانـد نسـبت بـه خواهـر و بـرادر کوچکتـر خـودش مسـئولیت پذیـر باشـد و می‌توانـد بـه جـای آزار و تحقیـر و شـکنجه آنهـا، نحـوه کاربـرد اقتـدار را یـاد بگیـرد، و بنابرایـن سوءاسـتفاده از قـدرت را محـدود کنـد. حتـی کوچکتریـن بچـه هـم می‌توانـد کاربـرد اقتـدار را یـاد بگیـرد تـا رفتـار مناسـبی بـا سـگ خانـواده داشـته باشـد. فـرا گرفتـن اقتـدار بـه ایـن معنـی اسـت کـه یـاد بگیریم قـدرت نیـاز بـه دغدغـه منـدی و شایسـتگی دارد، و

ایـن واقعیـت کـه بدانیـم قـدرت هزینـه ای واقعـی دارد. فـردی کـه بـه تازگـی بـه سـمت مدیریتـی ارتقا پیـدا کـرده بـه زودی می‌فهمـد کـه مدیـران، اغلـب بیشـتر توسـط زیردسـتان شـان تحـت فشـار قـرار می‌گیرنـد تـا زیردسـتان توسـط مدیـر بالاسـری خـود. چنیـن تجربـه ای، خیـالات رمانتیـک و خطرنـاک دربـاره جذابیـت قـدرت را تعدیـل میکنـد، کـه در غیـر ایـن صـورت ممکن اسـت به گسـترش بـی نهایت قـدرت کمـک کنـد. در دنیـای واقعـی، افـرادی کـه در سلسـله مراتب‌هـای کارآمـد مناصـب مقدرتـری در اختیـار دارنـد، در مقابـل مسـئولیتی کـه بایـد در قبـال افـرادی کـه تحـت نظـارت، اسـتخدام و تربیـت شـان هسـتند، تحمـل کننـد، بـه طـرز هولناکـی غافلگیـر می‌شـوند.

البتـه کـه همـه تحمـل ایـن فشـار را برنمـی تابنـد. کسـی کـه منصـب مقتـدری بـه دسـت مـی‌آورد، می‌توانـد ریشـه‌ی خـود را فرامـوش کنـد و لکـه ننگـی بـر دامـان آن آدمـی باشـد کـه تـازه نفـس شـروع کـرده بـود. ایـن یـک اشـتباه اسـت، خصوصـا بـه ایـن خاطـر کـه فـردی کـه در موقعیـت جدیـدی جـا افتـاده، میخواهـد ریسـک تجربـه ای جدیـد را بپذیـرد (چـون چنیـن کاری به معنـای اتخاذ نقـش «ابلهِ» خـوار شـده اسـت). دلیـل دیگـرش اینسـت کـه خودسـری، مسـیر یادگیـری را می‌بنـدد. مسـتبدان کوته فکـر و تعمـدا نابینـا قطعـا وجـود دارنـد، امـا بـه هیـچ وجـه در اکثریـت نیسـتند، حداقـل در جوامـع کارآمـد در اکثریـت نیسـتند. در غیـر اینصـورت هیـچ راهـکاری جـواب نمیـداد.

برعکـس، فـرد مقتـدری کـه بـه آغـاز مسـیر داوطلبانـه اش نـگاه میکنـد، می‌توانـد هویتـش را بـا آن تـازه وارد یکـی ببینـد و بـه کمـک ایـن خاطـرات بـه عنـوان منبـع اطلاعـات شـخصی لازم، خـودش را از تشـنگی بـرای قـدرت حفـظ کنـد. یکـی از مـواردی کـه دائمـا مـرا متحیـر میکنـد، شوقیسـت کـه افـراد شایسـته در توانایـی فراهـم آوردن فرصت‌هایـی بـرای افـرادی کـه در حـال حاضـر تحـت نظـارت آنهـا هسـتند، نشـان میدهنـد. مـن بارهـا و بارهـا تجربـه چنیـن احساسـی را داشـته ام: شـخصا، بـه عنـوان یـک اسـتاد دانشـگاه و محقـق (بـا مشـاهده‌ی افـراد زیـاد دیگـری کـه در موقعیتـی مشـابه مـن هسـتند)؛ و در کسـب و کار؛ و باقـی قواعـد زندگـی حرفـه ای کـه بـا آنهـا آشـنا شـده ام. لـذت ذاتـی بزرگـی در کمـک کـردن بـه جوانـان شایسـته و قابـل تحسـین وجـود دارد، تـا تبدیـل بـه متخصصانـی

ماهـر، از لحـاظ اجتماعـی ارزشـمند، مسـتقل و مسـئولیت پذیـر شـوند. ایـن کار بـی شـباهت بـه لـذت بـردن از تربیـت فرزنـدان نیسـت و یکـی از اصلـی تریـن انگیزه‌هـای جـاه طلبی صحیـح اسـت. بنابراین، موقعیـت سـگ برتـر، اگـر بـه درسـتی پـر شـود، جذابیتـی اساسـی دارد: ایـن فرصت کـه افـراد سـزاوار را در ابتـدای زندگـی حرفـه ای شـان شناسـایی کـرد و ابـزار پیشـرفت را در اختیارشـان قـرار داد.

نهادهای اجتماعی لازم اند - اما کافی نیستند

عقـل، در حـال یادگیـری، درونـی سـازی، و پیـروی از قواعـد ایـن بـازی اجتماعـی اسـت. بنابرایـن وجود تفـاوت بیـن موقعیت‌هـای مختلـف امـری اجتنـاب ناپذیـر اسـت، زیـرا تمـام تلاشـهای ارزشـمند هدفی دارنـد، و کسـانی کـه آن اهـداف را دنبـال می‌کننـد، در رابطـه بـا هـدف توانمندی‌هـای متفاوتـی دارنـد. بـا تمـام ایـن اوصـاف، پذیـرش ایـن عـدم تعـادل و تـلاش بـی شـائبه را بـه جلـو یـک المـان مهـم در سـلامت روان اسـت، چـه فـرد در حـال حاضـر در موقعیـت کـف، میانـه، یـا جایـی در بـالای هرم سلسـله مراتـب باشـد. امـا یـک تناقـض باقـی مانـده اسـت؛ راهکارهـای دیـروز و امـروز کـه سلسـله مراتب‌هـای مـا بـه آنهـا وابسـته انـد، لزومـا ممکـن اسـت فـردا جـواب ندهنـد. تکـرار کورکورانـه‌ی آنچـه در گذشـته کافـی بـوده، و یـا بدتـر، مقاومـت طرفـداران اسـتبداد از ایـن ایـده کـه بـرای مشـکلات راه حلهـای همیشـگی پیـدا کـرده انـد، بـه معنـای مقدمـه ای بـر یـک خطـر بزرگتـر اسـت، بـه طـوری کـه ایجـاد تحـولات در ابعـاد جهانـی ضرورتـا منجـر بـه تغییـرات محلـی میشـود. در نتیجـه، احتـرام گذاشـتن بـه تحـول خلاقانـه در کنـار اتخـاذ رویکـردی مناسـب، بـرای حـل مسـائلی از مشـکلات سلسـله مراتـب که از گذشـته بـه مـا واگـذار شـده، ضـروری اسـت. ایـن آگاهـی، نـه یـک بـاور اخلاقـی خودسـرانه اسـت و نه یـک ادعـای نسـبی اخلاقـی. بلکـه چیـزی شـبیه بـه دانشـی وابسـته بـه قوانیـن دوگانـه طبیعت اسـت کـه در چارچـوب واقعیـت مـا سـاخته شـده. مـا، موجـودات بسـیار اجتماعـی، باید بـا پایبندی بـه قوانین سـالم بمانیـم و ابهـام، رنـج و کشـمکش غیـر ضـروری را بـه حداقـل برسـانیم. بـا ایـن وجـود همچنـان بایـد قوانیـن را بـا دقـت تغییـر دهیـم، چـون شـرایط در اطرافمـان تغییـر میکنـد.

ایـن مسـئله همینطـور حاکـی از آن اسـت کـه شـخصیت ایـده آل نمـی توانـد بازتـاب بـی چـون و چرایـی از وضعیـت فعلـی باشـد. در شـرایط عـادی، ممکـن اسـت اینطـور گفته شـود کـه توانایـی پیروی بـی چـون و چـرا از دسـتورات، ایـن مهـارت، یعنـی توانایـی پیـروی کـردن، را از بیـن میبـرد. بـا ایـن وجـود، خـودداری از پیـروی کـردن، وقتـی محیـط اجتماعـی پیرامـون شـما بیمارگونـه - ناقص، منسـوخ، عمـدا کورکورانـه، یـا فاسـد - شـده ارزشـی والاتـر اسـت، از اینـرو کـه ظرفیتـی بـرای جایگزین‌هایـی معتبـر و خلاقانـه ارائـه میکنـد. ایـن مسـئله مـا را بـا یـک معمـای اخلاقـی دائمـی روبـرو میکنـد: مـا چـه زمانـی بـه سـادگی از اجمـاع نظـرات پیـروی میکنیـم؟ چـه زمانـی تقاضاهـا و نیازهـای دیگـران را برطـرف میکنیـم؟ و چـه زمانـی، بـا تمـام کاسـتی‌ها و تعصبـات مـان، بـر اسـاس قضاوت‌هـای شـخصی خـود تصمیـم میگیریـم و تقاضاهـای جمعـی را رد میکنیـم؟ بـه بیـان دیگـر: چطـور بیـن دو خط مشـی محافظـه کاری منطقـی و سـازندگی خلاقانـه تعـادل برقـرار میکنیـم؟

اولیـن و مهمتریـن دلیـل از منظـر روانشـناختی، موضـوع خلـق و خـوی آدمیـزاد اسـت. طبیعت بعضی آدمهـا متمایـل بـه گرایشـات محافظـه کارانـه اسـت، و بعضـی دیگـر متمایـل بـه آزادی و خلاقیـت در منـش و ادراک انـد. امـا ایـن گفتـه بـدان معنـی نیسـت کـه پروسـه‌ی اجتماعـی شـدن، قـادر بـه تغییر دادن و جایگزیـن کـردن ایـن تمایـلات در فـرد نیسـت. بشـر، ارگانیسـمی بسـیار تغییـر پذیـر اسـت، بـا دوره رشـدی بسـیار طولانـی، قبـل از دوران بزرگسـالی، و شـرایطی کـه در آن قـرار می‌گیریـم می‌توانـد مـا را بـه شـدت تغییـر دهـد. امـا چنیـن موضوعـی ایـن واقعیـت را تغییـر نمیدهـد کـه در محیـط پیرامون انسـان، شـکاف هایـی، نسـبتا همیشـگی، وجـود دارد کـه حـالات مختلـف خلـق و خـوی بشـر بـرای پـر کـردن آنهـا سـازگار شـده اسـت.

کسـانی کـه از نظـر سیاسـی، گرایشـات راسـت دارن، مدافـع سرسـخت تمـام راهکارهایی هسـتند که در گذشـته جـواب داده. و در بیشـتر اوقـات درسـت فکـر می‌کننـد، از اینـرو کـه تعـداد محـدودی از مسـیرها هسـتند کـه منجـر بـه موفقیـت فـردی، هماهنگـی اجتماعـی، و ثبـات بلنـد مـدت می‌شـوند. امـا گاهی اوقـات اشـتباه می‌کننـد: چـرا کـه، اولا، فـردا و امـروز بـا دیـروز متفـاوت انـد؛ ثانیـا، بـه ایـن خاطـر کـه

www.KhoreKetab.com

حتی سلسله مراتب‌هایی که روزگاری کارآمد بوده اند، ناگزیر طعمه‌ی دسیسه‌هایی می‌شوند که سقوط شان را رقم میزنند. آنهایی که با سیاسی کاری و اعمال قدرت‌های ناعادلانه، راه به راس هرم می‌برند، به گونه ای عمل می‌کنند که روش شان، حداقل در کوتاه مدت، فقط برای خودشان جواب میدهد؛ اما چنان ارتقایی، عملکرد مناسبِ سلسله مراتبی را که اسما و رسما عضوی از آن هستند، تخریب میکند. چنین افرادی عموما در درک اینکه برای تحقق کدام کارکرد، سازمان فعلی را ساخته بودند، شکست میخورند و یا به درک این موضوع اهمیتی نمیدهند. آنها، با آگاهی تمام آنچه از دستشان برمی آید، برای کندن از ثروتی که پیش رویشان می‌بینند، تقلا می‌کنند و خرابه ای از بقایای چپاول شده‌ی دنباله دارشان را به دیگران تحویل میدهند.

این فساد قدرت است که به شدت مورد اعتراض طرف‌های لیبرال/ یا چپ طیف سیاسی قرار می‌گیرد و نکته ای درست است. اما تفکیک سلسله مراتبی که کارا و بهره ور است (و افرادی که چنین کاری می‌کنند)، از پوسته‌ی به انحطاط کشیده شده‌ی نهادی که روزگاری عالی بود، بسیار موضوع مهمی است. تمایز قائل شدن بین این دو، بیشتر نیازمند داشتن تمایل و علاقه به مشاهده و تفاوت قائل شدن است، تا اعتماد غیرمنطقی به گرایشات ایدئولوژیک. این مسئله مستلزم آگاهی داشتن از جنبه روشنِ سلسله مراتب‌های اجتماعی است که، لزوما، در آن زندگی میکنیم و همچنین جنبه تاریک این سلسله مراتب‌ها (و درک و آگاهی از این موضوع که تمرکز بر یکی، برای حذف دیگری، به طرز خطرناکی مغرضانه و متعصبانه است). این موضوع همچنین نیازمند آگاهی از دانش طرف رادیکال‌تر و خلاق‌تر - از منبع ضروری و حیاتی برای آنچه غیراخلاقی و منسوخ تلقی شده - است، دارد که باز هم یعنی خطر بزرگی در کمین است. بخشی از این خطر به دلیل گرایشهای کسانی است که آزادانه‌تر فکر می‌کنند و فقط نکات منفی یک نهاد معتبر را می‌بینند. خطر بعدی از جنبه‌ی مقابل نشات میگیرد، آنجا که پروسه‌های فاسد، اما محافظه کارانه، سلسله مراتب کارا را بی ثبات و نابود می‌کنند: افراد افراطی و غیر اخلاقی همیشه وجود دارند، همانطور که در تمام سطوح مدیریتی وجود دارند. این افراد تمایل دارند

نسـبت بـه واقعیتهـای پیچیـده در وضعیـت موجـود، عمیقـا نـادان باشـند، و بـا جهـل از ناآگاهی شـان، ناسـپاس نسـبت بـه آنچـه از گذشـته بـرای مـا بـه جـا مانـده، رفتـار کننـد. چنیـن ناآگاهـی و ناسپاسـی اغلـب همـراه بـا تمایـل بـه اسـتفاده از کلیشـه‌های خسـته کننـده و بدبینانـه بـرای توجیـه امتنـاع از به عهـده گرفتـن مسـئولیتِ اسـت، ولـو آن مسـئولیت کسـل کننـده امـا ضـروری و مـورد اجمـاع، یـا همراه بـا پذیـرش خطـرات، و دشـواری‌های تـلاش مولـد باشـد. همیـن فسـاد تحـول خلاقانـه اسـت کـه محافظـه کار - و نـه فقـط محافظـه کاران - را نسـبت بـه دگرگونـی محتـاط میکنـد.

چنـد سـال قبـل از نوشـتن ایـن کتـاب، بـا زن جوانـی در ابتـدای دهـه بیسـت سـالگی اش، گفتگویـی داشـتم، خواهـرزاده‌ی شـخصی کـه بعـد از دیـدن چنـد ویدیـو از کلاس هایـم بـه مـن ایمیـل زد. آن زن خیلـی ناراحـت بـه نظـر می‌رسـید و بمـن گفـت کـه بیشـترِ شـش مـاه گذشـته را در تخـت خـواب گذرانـده. آمـده بـود بـا مـن حـرف بزنـد چـون داشـت بـه مـرز درماندگـی میرسـید. تنهـا چیزی کـه بین او و خودکشـی وجـود داشـت، احسـاس مسـئولیتش در مقابـل چنـد گربـه خانگـی بـود. ایـن احسـاس، آخریـن بقایـای علاقـه اش بـه زیسـت شناسـی بـود، کـه روزگاری بـه او نیـرو مـی‌داد، امـا بـا اخـراج شـدنش از دبیرسـتان، رهایـش کـرده بـود. پـدر و مـادرش بـه خوبـی از او مراقبـت نکـرده بودنـد. آنهـا اجـازه داده بـودن کـه او بـی اراده و بـی مقصـد پیـش بـرود، روشـی کـه بعـد از تکـرار، طی چندین سـال، نتایـج فاجعـه بـارش مشـهود بـود.

در کنـار ایـن پسـرفت، برنامـه ریـزی کوچکـی هـم بـرای خـودش در نظـر داشـت. میخواسـت بـه یـک برنامـه تحصیلـی دو سـاله ملحـق شـود کـه بـه او امـکان میـداد بتوانـد دبیرسـتان را تمام کنـد، و پیش نیـازی بـرای ورود بـه رشـته دامپزشـکی در کالـج بـود. امـا بـرای ایـن جـاه طلبـی، پـرس و جویـی بـرای کسـب جزئیـات بیشـتر نکـرده بـود. او مربـی نداشـت. دوسـتان خوبی نداشـت. منفعـل بـودن و ناپدید شـدن در انـزوای خـودش، برایـش کاری بیـش از حـد سـاده می‌نمـود. مـا بـرای چهـل و پنـج دقیقـه مکالمـه خیلـی خوبـی داشـتیم. او بچـه خوبـی بـود. مـن پیشـنهاد کـردم کـه بیشـتر در مـورد جزئیـات گذرانـدن یـک دوره آنلایـن آموزشـی، کـه توسـط مـن و همکارانـم تدویـن شـده باشـد، بحـث کنیـم.

www.KhoreKetab.com

همـه چیـز داشـت خـوب پیـش میرفـت کـه بحـث بـه سـمت مواضـع سیاسـی چرخیـد. بعـد از حـرف زدن دربـاره وضعیـت شـخصی اش، یکدفعـه شـروع بـه ابـراز ناراحتـی از وضعیـت جهـان در ابعاد گسـترده کـرد. بـه نظـرش ایـن نارضایتـی بـه خاطـر تاثیـرات فاجعـه بـار فعالیت‌هـای بشـر بـر محیـط زیسـت بـود. مسـلما هیـچ اشـکالی در ابـراز نگرانی‌هـای زیسـت محیطـی در ابعـاد کـره زمیـن وجـود نـدارد. منظـور مـن هـم چنیـن چیـزی نیسـت. اشـکال کار، دسـت بـالا گرفتـن - یا شـاید لحاظ کـردن - آگاهـی و دانش‌تـان از چنیـن موضوعاتـی اسـت، آن هـم وقتـی فقـط بیسـت و چنـد سـال داریـد، هیچ چیـز در زندگی‌تـان درسـت پیـش نمیـرود، و حتـی در بیـرون آمـدن از تخـت خوابتـان هـم مشـکل داریـد. در چنیـن شـرایطی، بایـد اولویت‌هـای خـود را مشـخص کنیـد، و بخشـی از ایـن مرحلـه، در گـرو بکارگیـری فروتنـی لازم بـرای حـل کـردن مشـکلات خودتـان اسـت.

بـا ادامـه مکالمـات مـان متوجـه شـدم کـه دیگـر درگیر گفتگویـی واقعـی و جدی، بـا زن جوان گمشـده ای کـه بـرای صحبـت نـزد مـن آمـده بـود، نیسـتم. در عـوض تبدیـل بـه یـک طـرفِ بحـثِ تئوریـک بـا فـردی متعصـب شـده بـودم کـه میدانسـت، در کل، ایـراد کار از کجاسـت؛ میدانسـت چه کسـی مسـئول ایـن مشـکلات اسـت؛ میدانسـت مشـارکت در تخریـب مسـتمر، از طریـق ابـراز هرگونـه میـل شـخصی، کاری غیـر اخلاقـی اسـت؛ و در نهایـت، می‌دانسـت کـه همـه مـا مقصـر و محکومیـم. ادامـه مکالمـه در آن مرحلـه بـه ایـن معنـا بـود کـه مـن، اولا، مشـخص نبود کـه در چارچـوب نظـرات کلی، غیرشـخصی، و بدبینانـه، بـا کـدام مخاطبـی کـه جایـگاه ایـن زن جـوان را گرفتـه بـود، طرف بـودم؛ و، ثانیـا، اشـاره کردن بـه موضوعاتـی از ایـن قبیـل، و در چنیـن شـرایطی، پذیرفته شـده و سـازنده اسـت.

هـر دو خروجـی بـی نتیجـه انـد. بنابرایـن مـن دیگـر آن بحـث را ادامـه نـدادم (کـه البتـه بـه معنـای هـدر دادن کل جلسـه نبـود). بـرای مـن غیرممکـن بـود نتیجـه بگیـرم کـه برخـی از عواملـی کـه او را چنـد مـاه، تـا حـد فلـج اخلاقـی، پاییـن آورده بـود، ناشـی از احسـاس گنـاه شـدید او در مـورد مشـارکت بالقـوه در فعالیت‌هـای منفـی انسـان در جهـان اسـت، بلکـه دلیـل اصلـی آن (علیرغـم خطـر روانـی پذیرفتـنِ ایـن دیـدگاه ناخوشـایند) بـه خاطـر احسـاس برتـری اخلاقـی اسـت کـه معمـولا همـراه بـا

چنیـن دغدغه‌هایـی همـراه میشـود. کلیشـه‌ها را بهانـه کنیـد، بهرحـال لازم اسـت قبـل از دویـدن، ابتـدا، راه بروید. حتـی ممکـن اسـت قبـل از راه رفتـن، مجبـور بـه خزیدن شـوید. این بخشـی از پذیرش شـما از موقعیت‌تـان بـه عنـوان یـک مبتـدی اسـت کـه بـا قـرار گرفتـن در پاییـن سلسـله مراتـب بـه راحتـی، متکبرانـه و خودخواهانـه آن را خـوار می‌شـمارید. بعـلاوه، نگـرش عمیقـا ضـد انسـانی، کـه اغلـب همراه بـا اشـک ریختـن بـرای تخریـب محیـط زیسـت و غیـر انسـانی بـودن کارهای بشـر بـه آن نسـبت داده شـده، تاثیـر قابـل توجهـی در نگـرش روانشـناختی دارد کـه رابطـه شـخص بـا خـودش را تعریـف میکند و کمـک کننده نیسـت.

زمـان مدیـدی بـرای مـا طـول کشـیده تـا بتوانیـم خودمـان را، چـه از لحـاظ زیسـت شـناختی و چـه اجتماعـی، در قالـب سلسـله مراتب‌هایـی کارآمـد سـازماندهی کنیـم، کـه هـم تعییـن کننـده‌ی ادراک و رفتـار مـا باشـد، و هـم تعامـلات مـا را بـا جهـان طبیعـی و اجتماعـی تعریـف کنـد. سپاسـگزاری عمیـق، تنهـا پاسـخ مناسـب بـه چنیـن موهبتـی اسـت. سـاختاری کـه مـا را در بـر گرفتـه، جنبه‌هـای تاریـک خـودش را دارد - درسـت مثـل جنبه‌هـای تاریـک طبیعـت، یـا جنبه‌هـای تاریـک هـر فـرد - امـا بـه ایـن معنـا نیسـت کـه انتقـادات بـی پـروا، کلـی و خودپسـندانه از وضعیـت موجـود، کار مناسـبی اسـت (اعتـراض بـدون فکـر بـه هـر تغییـرِ شـاید ضـروری).

ضرورت تعادل

بـه دلیـل اینکـه راهکارهایـی بـوده انـد کـه در گذشـته جـواب داده انـد و همچنیـن، گاهـی اوقـات بـه ایـن خاطـر کـه اعمـال رادیـکال میتواننـد منجـر بـه موفقیتـی ورای تصـور شـوند، رفتارهـای محافظـه کارانـه و خلاقانـه پیوسـته رواج پیـدا می‌کننـد. یـک نهـاد اجتماعـی کارآمـد - سلسـله مراتبـی بـا هـدف خلـق ارزش، مقـدم بـر حفـظ بقـاش - می‌توانـد از مزایـای هـر دو نـوع تیـپ شـخصیتی بهـره ببـرد. مثـلا از محافظـه کاران در اجـرای دقیـق فرآیندهایـی کـه ارزش آنهـا سـنجیده شـده، اسـتفاده کنـد و از افـراد خـلاق و آزادی خواهـان (لیبـرال هـا) در جایگزیـن کـردن راهکارهـای نـو و ارزشـمند، بـه جـای

راهـکاری منسـوخ، بهـره منـد شـود. برقـراری تعـادل بیـن محافظـه کاری و نوآفرینـی، از طریـق کنـار هـم قـرار دادن هـر دو نـوع تیـپ شـخصیت، می‌توانـد بـه درسـتی صـورت بگیـرد. امـا کسـی بایـد تعییـن کنـد کـه چطـور می‌شـود چنیـن کاری را بـه بهتریـن شـکل انجـام داد، و ایـن نیازمنـد خـردی اسـت کـه بتوانـد فراتـر از تمایـلات اخلاقـی انسـان بـرود. از آنجـا کـه ویژگی‌هـای مرتبـط با خلاقیـت، از یک سـو، و راحتـی و سـازگاری آنهـا بـا وضعیـت موجـود، از طـرف دیگـر، با هـم وجـه اشـتراکی ندارند، یافتـن فردی کـه بتوانـد میـان ایـن دو تعـادل برقـرار کنـد، در کار کـردن با هـر دو راحت باشـد، و بی طرفانه تشـخیص دهـد کـه چـه نـوع تمایـل و اسـتعدادی بـرای شـرایط حاضـر مناسـب اسـت، کار دشـواری اسـت. امـا توسـعه‌ی چنیـن توانایـی حداقـل می‌توانـد بـا گسـترش خـردِ آگاهانـه شـروع شـود: اینکـه درک صریـح از محافظـه کاری خـوب اسـت (بهمـراه مجموعـه ای از خطراتـی کـه بـا آن عجیـن شـده)، و اینکـه تحول خـلاق - حتـی از نـوع رادیـکال آن - هـم خـوب اسـت (بـه همـراه مجموعـه ای از خطراتـی کـه بـا آن همـراه اسـت). یادگیـری عمیـق ایـن مسـئله - یعنـی پیـدا کـردن درک واقعـی از نیـاز مبـرم بـه هـر دو دیـدگاه - حداقـل بـه معنـای امـکان ارزیابـی ارزشـهای متنوعـی اسـت کـه هـر فرد،حقیقتـا، می‌توانـد ارائـه کنـد، و همچنیـن حداقـل بـه معنـای توانایـی تشـخیص آنسـت کـه نقطـه‌ی تعـادل، بیـش از حد، بـه یـک جهـت متمایـل شـده. همیـن امـر در مـورد آگاهـی از جنبـه‌ی تاریـک هـر دو گرایـش صـادق اسـت. بـرای مدیریـت صحیـح امـور پیچیـده، لازم اسـت که بـه انـدازه کافی در تشـخیص شـبه مدعیان مدافـع وضعیـت موجـود و تشـنگان قـدرت، از محافظـه کاران اصیـل، خبره شـد؛ و نیز یاغیـان خودفریب و غیرمسـئول را از افـراد خـلاق واقعـی، تشـخیص داد. مدیریـت چنیـن امـری بـه معنای تفکیـک این دو گرایـش در محـدوده روح فـرد و همچنیـن بیـن سـایر افـراد اسـت.

و چطـور چنیـن هدفـی قابـل تحقـق اسـت؟ اول بایـد ایـن موضـوع را درک کنیـم کـه هـر دو ایـن حـالات وجـودی، درونـا بهـم وابسـته انـد. هیچکـدام از ایـن دو حالـت، بـدون دیگـری نمیتوانـد وجـود داشـته باشـد، اگرچـه کـه وجودشـان باعـث ایجـاد تنشـی دائمـی اسـت. ایـن بـدان معناسـت کـه، اولا، نقـش نظـم را - کـه تابعـی از وضعیـت فعلیسـت، در هـر شـکل و فرمـی - بایـد بـه عنـوان پیشـروی

ضـروريِ تحـول خلاقانـه درک کـرد، نـه دشـمن آن. بنابرایـن، همانطـور کـه سلسـله مراتب پیـش فرضها، سـاختار جامعـه و ادراکات فـردی را شـکل میدهـد، درونـا وابسـته بـه محدودیت‌هـا و همینطور وابسـته بـه تحـول خلاقانـه اسـت. پیـش فرضهـا بایـد بتواننـد بـا محدودیت‌هـا دسـت و پنجـه نـرم کننـد، در غیـر اینصـورت وجـود پیـش فـرض هیـچ فایـده ای نـدارد و مفروضـات نمیتواننـد بالفعـل شـوند، مگـر اینکـه بـا مانعـی مقابلـه کننـد. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه بـه طـور نمونـه، غـول چـراغ جـادو، برآورنـده‌ی آرزوهـا - خـدای عالـم صغیـر - کـه در محدوده‌هـای چراغـی جادویـی بـه دام افتـاده، و همچنیـن در اختیـار اراده نگهدارنـده فعلـی چـراغ اسـت. غـول چـراغ جـادو - یـا همـان نبـوغ - ترکیبـی اسـت از امـکان پذیـری و پتانسـیل بـه همـراه محدودیـت شـدید.

محدودیـت هـا، قیدهـا، موانع خودسـرانه - قوانیـن، همین قوانیـن خوفناک - نه فقـط باعث هماهنگی اجتماعـی و ثبـات روانـی میشـوند، کـه سـبب بـروز خلاقیتـی می‌شوند کـه نوسـازی و تجدیـد نظـم را نیـز تضمیـن میکنـد. آنچـه تحـت عنـوان آزادی مطلـق، مثـلا توسـط آنارشیسـت‌ها و نهیلیسـت‌ها (پوچ گرایـان)، مشـتاقانه و صراحتـا ابـراز میشـود، خواسـته ای مثبـت نیسـت، بلکـه، بـه بیانـی خلاقانـه تـر، تـلاش میکننـد کاریکاتـور یـک اثـر هنـری، را بـه جـای اصـل اثـر، پـر زرق و بـرق جلـوه دهنـد. برعکـس، آزادی مطلـق خواسـته ای منفـی اسـت - خواسـته ای اسـت در راسـتای مسـئولیت ناپذیـری مطلـق - و بـه سـادگی از هیـچ جنبـه ای بـا آزادی واقعـی متناسـب نیسـت. ایـن دروغ، اعتـراض بـه قوانیـن اسـت. امـا شـعار «لعنـت بـر مسـئولیت پذیـری» شـعار چنـدان جـذاب و فریبنـده ای نیسـت - چون بـه وضوح مبتنـی بـر خودشـیفتگی اسـت و بدیهـی اسـت کـه خـودش را نفـی میکنـد - در عـوض شـعار «لعنت بر قوانیـن» لبـاس قهرمانانـه تـری اسـت کـه میتـوان بـر تـن همـان بـاور اولیـه کرد.

در کنـار خـرد محافظـه کاری واقعـی، خطـر فاسـد شـدن وضعیـت وجـود دارد. و ایـن فسـاد، از درون، خـودش را پوسـیده و نابـود میکنـد. همانطـور کـه در کنـار درخشـش تلاش‌هـای خلاقانـه، خطـر قهرمان شـدنِ دروغیـن یـک ایـده ئولـوگ متعصـب در کمیـن اسـت، همـان کسـی کـه همیشـه لبـاس یـک طغیانگـر بـا اصالـت بـه تـن میکنـد، در حالـی کـه ناشایسـته ادعـای برتـری اخلاقـی دارد، و تمامـا

مسـئولیت پذیـری واقعـی را رد میکنـد. محافظـه کاری هوشـمندانه، محتـاط، دقیـق، و قاطـع، دنیـا را در چارچـوب نظـم نگـه میـدارد. امـا هـر کـدام جنبه‌هـای تاریـک منحصـر بفـردی دارنـد کـه حائـز اهمیـت اسـت، و اگـر اهمیـت شـان درک شـود، می‌توانیـد ایـن سـوال را از خودتـان بپرسـید کـه: آیـا شـما یـک موجـود واقعـی هسـتید یـا برعکسـش؟ جـواب اجتنـاب ناپذیـر ایـن سـوال اینسـت که شـما ترکیبـی از هـر دو هسـتین. شـاید بیشـتر از آنچـه دوسـت داریـد بدانیـد، سـایه داریـد. در واقـع پاسـخ بـه چنیـن سـوالی، بخشـی از درک پیچیدگی‌هـای درون همـه ماسـت.

شخصیت به عنوان یک سلسله مراتب - و ظرفیتی برای تحول

بنابرایـن چطـور بایـد شـخصیتی را کـه بیـن نهادهـای اجتماعی، و همینطـور، تغییـرات خلاقانـه تعادل برقـرار کـرده درک کـرد؟ بـا توجـه بـه پیچیدگـی ایـن مسـئله، پاسـخ دادن به چنین سـوالی چنـدان کاری سـاده نیسـت. بـه همیـن دلیـل، مـا بـه داسـتان‌ها را می‌آوریـم. داسـتان هـا، قالب‌هـای زیـادی بـرای مـا فراهـم می‌کننـد، کـه هـم بـه انـدازه کافـی بـرای مـا ارزشـمند باشـند کـه بتوانیـم از آنها تقلیـد کنیم، و هـم بـه انـدازه کافـی کلـی باشـند (بـر خـلاف یـک قانـون مشـخص، یـا مجموعـه ای از قوانیـن) کـه بتوانیـم آنهـا را در شـرایط جدیـد بـه کار ببریم.

مـا در داسـتانها مشـاهداتی از شـخصیت ایـده آل بـه دسـت می‌آوریـم. مـا قصه‌هـای مختلفـی بـرای موفقیـت و شکسـت در ماجراجویی‌هـا و عشـق‌ها سـاخته ایـم. در سراسـر جهـان داسـتانی مـا، موفقیـت، مـا را بـه سـمت آنچـه بهتـر اسـت، بـه سـرزمین موعـود، پیـش می‌بـرد؛ و شکسـت مـا، و همـه نزدیـکان مـان، را بـه ورطـه نابـودی، بـه اعمـاق دره ای بـی انتهـا، می‌کشـاند. خوبـی مـا را بـه سـمت بـالا و جلـو حرکـت میدهـد، و پلیـدی مـا را بـه عقـب و اعمـاق فـرو می‌بـرد. داسـتانهای بـزرگ، دربـاره شـخصیت‌هایی در مرحلـه‌ی عمـل هسـتند، و بنابرایـن بازتابـی از سـاختارهای ناخـودآگاه و فرآیندهایـی انـد کـه بـه مـا کمـک می‌کننـد دنیـای سـختگیرانه‌ی واقعیت‌هـا را بـه دنیـای اجتماعـی پایـدار، کارآمـد، قابـل تعامـل و بـه مجموعـه ای از ارزشـها، ترجمـه کنیـم.

سلسـله مراتبـی از ارزشـها کـه بـه درسـتی مجسـم شـده - از جملـه ارزش محافظـه کاری و، همتـای دوقلـوی آن، تحـول خلاقانـه - بـه صـورت یـک شـخصیت - یـک شـخصیت ایـده آل - در داسـتانها توصیـف می‌شـوند. هـر سلسـله مراتبـی، ارزشـی را در اوج خـود دارد. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه یـک داسـتان، توصیفـی از عملکـرد یـک شـخصیت قهرمانـی دارد (و حتـی اگـر شـخصیت داسـتان یـک ضـد قهرمـان هـم باشـد، مهـم نیسـت: ضدقهرمـان در نمـودی از خـلاف آن کسـی اسـت کـه قهرمـان بایـد باشـد، چـون قهرمـان همـان کسـی اسـت کـه ضـد قهرمـان، بـدون شـک، نیسـت). قهرمـان در واقـع یـک فـرد اسـت. فـردی اسـت کـه در اوج قـرار گرفتـه، برنـده اسـت، همـان فـرد بـا ذکاوت اسـت، همـان شـخص فرومایـه ای کـه سـرانجام موفق و سـزاوار شـد، همان سـخنگوی راسـتگو در شـرایط خطرنـاک، و مـوارد دیگـر. داسـتانهایی کـه می‌سـازیم، تماشـا می‌کنیـم، می‌شـنویم و بـه خاطـر می‌آوریـم، بـر اسـاس رفتارهـا و نگرش‌هایـی متمرکـز شـده انـد کـه بـرای مـا جالـب و جـذاب انـد، و بـه خاطر تجربه شـخصی مـان اسـت از برخـورد بـا آدمهـای سـتودنی و نفـرت انگیـز (یـا بخشـهایی از نگرشـها و اعمـال شـان) کـه شایسـته‌ی بـه اشـتراک گذاشـتن بـا دیگـران می‌دانیـم. یـا اینکـه داسـتانها را صرفـا بـه دلیل تمایـل مان بـرای بـه اشـتراک گذاشـتن آنچـه توجـه مـا را جلب کـرده با کسـانی کـه دور و برمان هسـتند، میسـازیم. گاهـی اوقـات می‌توانیـم روایت‌هـای جذابـی از تجربـه مسـتقیم شـخصی مـان بـا افـراد جداگانـه بیرون بکشـیم. گاهـی اوقـات هـم ملغمه‌هایـی از شـخصیت‌های مختلـف ایجـاد می‌کنیـم کـه اغلـب در هماهنگـی بـا کسـانی هسـتند کـه گروه‌هـای اجتماعـی مـا را تشـکیل می‌دهنـد.

مراجعـی را کـه داسـتان زندگـی اش را تـا حـدودی گفتـم، زندگـی مفیـدی داشـت و نمونـه ای از ضرورت تعامـلات اجتماعـی بـود. ایـن داسـتان بـه هیچ وجـه اهمیت تغییـر خلاقانـه‌ی اعمـال و نگرش‌هـای فرد را تضعیـف نمیکنـد. مراجـع مـن در عیـن حـال کـه بـرای بازسـازی زندگـی اجتماعـی اش تلاش میکـرد، و در طیـف وسـیعی از فعالیت‌هـای جمعـی، تبدیـل یـک شـرکت کننـده ای فعـال می‌شـد، همزمـان، مهارت نوآورانـه ای را ایجـاد کـرد کـه بـه همـان انـدازه غیـر قابـل پیش‌بینـی بـود. او بهـره ای از تحصیـلات بعـد از دبیرسـتان نبـرده بـود، و شـخصیتی هـم نداشـت کـه در نـگاه اول خلاقیـت قابـل توجهـی بروز دهـد. با

ایـن حـال، پیگیری‌هـای اجتماعـی بدیـع و شـخصی او، همـه بـه زیبایـی سـامان گرفتند.

او ابتـدا بـه عنـوان یـک عـکاس تصمیـم گرفـت چشـم خـود را بـرای دیـدن شـکلها و تقارن‌هـای بدیع و زیبـا پـرورش دهـد. مزایـای اجتماعـی ایـن پیگیـری چندیـن برابـر بـود: او بـه باشـگاهی پیوسـت کـه اعضایـش در پیـاده روی هایـی، بـا هـدف عکاسـی، یک هفتـه در میان، شـرکت میکردنـد. آنهـا در این در پیـاده روی‌هـای یـک هفتـه در میـان، در یـک گـروه بیسـت نفـره، در مناطقـی از شـهر کـه از نظـر بصری جالـب بودنـد، اقامـت می‌کردنـد. او بـه دلیـل انجـام ایـن کار، در مـورد تجهیزات عکاسـی و فنـی اطلاعات خوبـی کسـب کـرد. اعضـای ایـن گـروه همچنیـن کار یکدیگـر را نقـد می‌کردنـد - و ایـن کار را بـه طـور سـازنده انجـام میدادنـد، بـه ایـن معنـی کـه بـه نظـر می‌رسـید همـه آنهـا بـه هـم نشـان می‌دهنـد کـه چـه اشـتباهات و ارزش‌هایـی در کار یکدیگـر می‌تـوان دیـد.

همـه اینهـا بـه مراجـع مـن کمـک کـرد تـا بتوانـد بـه شـیوه سـازنده ای رفتـار کنـد، حتـی در قبـال موضوعاتـی کـه بـه لحـاظ روانـی موضوعاتـی دیـر هضـم هسـتند (مثـل مواجهـه بـا انتقاداتـی کـه بـه خاطـر مرتبـط بـودن بـا بینـش خلاقانـه، می‌توانسـت بـه راحتـی بـا واکنش‌هـای بیـش از حـد حسـاس و مخـرب روبـرو شـود، و همچنیـن میتواسـت ماهرانـه تفـاوت بیـن کیفیـت یـک تصویـر ناب را از تصاویـر مبتـذل و کسـل کننـده تشـخیص دهـد). بعـد از گذشـت چنـد مـاه، درک او از عکاسـی بـه حـدی رسـیده بـود کـه می‌توانسـت در مسـابقات محلـی شـرکت کنـد و از ایـن حیـث، مبلـغ اندکـی درآمـد حرفـه ای بـه دسـت بیـاورد. مـن از همـان اول خیلـی خـوب بـه مزایـای شـرکت کـردن در یـک کلـوپ عکاسـی و تاثیـرش بـر توسـعه فـردی بـاور داشـتم، امـا حقیقتـا از سـرعت پیشـرفت مهارت‌هـای بصـری و فنـی او غافلگیـر شـده بـودم. مـن خیلـی علاقـه منـد زمان‌هایـی بـودم کـه بـا هم صـرف مرور کارهـای او میکردیـم.

مراجعـم بعـد از چنـد مـاه کار در زمینـه عکاسـی، شـروع کـرد بـه نقاشـی کـردن و نشـان دادن تصاویـر دیگـری کـه خلـق کـرده بـود - کـه اوایـل، طرح‌هایـی بـه طـور قطـع مبتـدی و برخواسـته از یک تجسـم

www.KhoreKetab.com

انتزاعـی بـود. اساسا همـه آنهـا از حلقه‌هایـی در اندازه‌هـای مختلـف تشـکیل شـده بودنـد کـه بـه طـور مـداوم در یـک صفحـه بـه هـم متصـل میشـدند: چیـزی بیـن طراحـی و خـط خطـی، اگرچـه کنتـرل شـده‌تر و هدفمندتـر از یـک مشـت خطـوط ناخوانـا، بودنـد. مـن ایـن فعالیت‌هـا را، درسـت مثـل عکاسـی (و شـرکت کـردن در کلـوپ عکاسـی)، از نظـر روانشـناختی مفیـد می‌پنداشـتم - چـرا کـه باعـث گسـترش توانایـی خلاقیـت او میشـد - امـا آنهـا را بـه چشـم تلاشـهای هنـری ارزشـمندی در نـوع خـود نمـی دیـدم. بـا ایـن وجـود، او ایـن کار را ادامـه مـی‌داد و هفتـه ای چندیـن نقاشـی میکشـید، و تمـام آنچـه را کـه خلـق کـرده بـود بـه جلسـات مـا مـی‌آورد. آنچـه می‌آفرید، بـا سـرعت چشـمگیری در ظرافت و زیبایـی، بهتـر میشـد. خیلـی زود، نقاشـی‌های او ظاهـر پیچیـده و متقارنـی به خـود می‌گرفـت و چنان زیبایـی ذاتـی داشـت کـه می‌توانسـت بـرای طرح‌هـای تیشـرت‌های تجـاری کافـی باشـد.

مـن چنیـن پیشـرفت‌هایی را در دو مراجـع دیگـر هـم دیـده بـودم، کـه هـر دو نفـر از نظـر تیـپ شـخصیتی آدمهایـی ذاتـا خـلاق محسـوب می‌شـدند (در حالـی کـه در یکـی از آنهـا ایـن مشـخصه بـه خوبـی مشـهود و در دیگـری کامـلا پنهـان بـود). عـلاوه بـر اینها، به خاطـر مطالعه گزارشـهای بالینـی کارل یونـگ، میدانسـتم کـه خلـق اشـکال منظـم و پیچیـده هندسـی - کـه اغلـب بـا اشـکال و دایـره و مربـع کشـیده می‌شـوند - معمـولا بـا سـاماندهی شـخصیت فـرد همـراه میشـود. این مسـئله به نظر میرسـد نـه تنهـا در مـورد مراجـع مـن صـادق اسـت، کـه بـا مهـارت ابتدایـی اش در زمینـه عکاسـی شـروع کـرد و بعـدا مهـارت اش در نقاشـی حرفـه ای را بـه عنـوان یـک هنرمنـد ادامـه داد، بلکـه در مـورد دو مراجـع دیگـرم، بـه عنـوان یـک روانشـناس بالینـی، هـم درسـت بـوده. بنابرایـن آنچـه مـن بارهـا مشـاهده کـرده‌ام اینسـت کـه نـه تنهـا روان انسـان بـا مشـارکت در تعاملات اجتماعی پیوسـته بازسـازی می‌شـود، بلکـه بـه مـوازات آن، تحـولات فرآیندهـای درونـی اولیـه، حاکـی از افزایـش قابـل توجـه ظرفیـت درک و خلـق ارزش‌هایـی مـوزون، زیبـا و خوشـایند دیگـران اسـت. مراجعـان مـن آموختـه انـد کـه نـه تنهـا بـا اطاعـت مناسـب از خواسـته‌های گهگاه و دلخـواه، امـا همچنـان ضـروری دنیـای اجتماعـی، بـه درسـتی واکنـش نشـان دهنـد، بلکـه بایـد بـا ارائـه‌ی ارزشـی بـر پایـه فعالیت‌هـای خلاقانـه‌ی شـخصی شـان،

www.KhoreKetab.com

چیـزی بـه جهـان اجتماعـی ارائـه کنـد.

نـوه ام، اسـکارلت، هـم رفتارهایـی نشـان میدهـد کـه، اگرچـه خـودِ توانایی خلاقانه نیسـت امـا، رفتاری بـر پایـه قدردانـی و نشـان دهنـده‌ی درک او از مشـاهده‌ی رفتـار خلاقانـه اسـت، علاوه بـر ایـن، در فرآیند اجتماعـی شـدن نیـز، بـا اشـاره کـردن بـه چیـزی کـه از نظـر اجتماعـی ارزشـمند اسـت، قـرار می‌گرفـت. وقتـی مـردم در مـورد داسـتانی بحـث می‌کننـد - چـه ایـن داسـتان در قالـب یـک فیلـم باشـد، چـه نمایشـنامه، چـه کتـاب - معمـولا در تـلاش بـرای جلـب موافقت عمومـی، به طـرزی پیچیده، بر سـر یک نکتـه‌ی بخصـوص انـد (پیچیـده، بـه ایـن خاطـر کـه یـک گـروه از افـراد، تعـداد دیدگاه‌های بیشـتری از یـک فـرد، ارائـه می‌کننـد؛ و موافقـت عمومـی، بـه ایـن خاطـر کـه معمـولا چنیـن بحثـی آنقـدر ادامـه پیـدا میکنـد تـا بالاخـره بـر سر موضـوع مـورد نظـر بـه یـک توافـق جمعـی برسـند). حـالا ایـن ایـده کـه داسـتان شـکلی از ارتبـاط - و سـرگرمی - اسـت، یکـی از آن واقعیـت هاییسـت کـه در نـگاه اول ممکـن اسـت، بدیهـی بـه نظـر برسـد، امـا وقتـی عمیق‌تـر بـه آن نـگاه کنیـم، موضـوع بسـیار مبهم‌تـر می‌شـود. اگـر ایـن مطلـب درسـت باشـد کـه هـر داسـتانی نکتـه ای دارد، آن وقـت مشـخص اسـت که داسـتان بـه آن نکتـه اشـاره میکنـد. امـا بـه چـه نکتـه ای اشـاره میکنـد، و چطـور اشـاره میکنـد؟ وقتـی هـدف و منظـور داسـتانی اشـاره بـه یـک عمـل یـا دربـاره‌ی یکـی دو فـرد اسـت، دریافتـن ایـن موضوع مشـخص اسـت، امـا هـر چـه مقصـود داسـتان بیشـتر بـه نمونه‌هـای رفتار جمعـی اشـاره میکنـد، مثل شـخصیتی در یـک داسـتان، درک اینکـه بـه چـه چیـزی اشـاره می‌کنـد، کمتـر واضـح بـه نظـر میرسـد.

اقدامـات و نگرش‌هـای قهرمانـان محبـوب جـی. کـی. رولینـگ[1]، یـک بـار دیگـر، نمونه‌هایـی دقیـق از ایـن فراینـد فراهـم می‌کننـد. هـری پاتـر، رون ویزلـی و هرمیـون گرنجـر نمونه‌هـای مشـخصی از آدمهایـی هسـتند کـه، همزمـان، مشـتاق و توانمنـد در پیـروی از قوانیـن (نشـان دهنـده مهارتشـان بـه عنـوان کارآمـوز)، و همچنیـن در شکسـتن قوانیـن هسـتند. در عیـن حـال کـه کسـانی کـه آنهـا را نظارت

۱ J. K. Rowling

می‌کننـد هـم تمایـل دارنـد، بـه همـان انـدازه، بـه هـر دو شـکل ظاهـرا متناقـض ایـن رفتارهـا، پـاداش دهنـد. حتـی فناوری‌هـای مـورد اسـتفاده در بیـن جادوگـران جـوان در طـول کارآمـوزی شـان نیـز بـا ایـن دوگانگـی مشـخص می‌شـود. نقشـه جادویـی هاگوارتـز (نقشـه غارتگـر)، بـه عنـوان مثـال (کـه حامـل خـود را بـا نمایـش دقیـقِ قلمـرو مـورد بررسـی در قالـب جغرافیـای هاگوارتـز، مدرسـه جادوگـری، و همچنیـن محـل قرارگیـریِ تمـام سـاکنان آن محـدوده را فراهـم میکنـد)، ابـزاری کاربـردی اسـت کـه می‌توانـد تنهـا بـا بیـان مجموعـه ای از کلمـات، کـه بـه نظـر می‌رسـد مخالفـت بـا رفتـار اخلاقـی را نشـان می‌دهـد، فعـال شـود: «مـن رسـما سـوگند میخـورم کـه کار بـدی انجـام بـدم.» و بـا جملـه‌ی دیگـری غیرفعـال می‌شـود تـا عملکـرد آن در قالـب یـک راز، باقـی بمانـد: «شـرارت انجـام شـد.»

ایـن اصـلا موضـوع سـاده ای نیسـت کـه بتوانیـم درک کنیـم کـه چطـور ابـزاری بـرای قابـل اسـتفاده شـدن بایـد بـا چنیـن جملاتـی فعـال شـود، می‌توانسـت هـر جملـه‌ی دیگـری باشـد، بـه جز «شـرارت» - پـس احتمـالا بایـد ابـزاری شـیطانی باشـد. امـا همانطـور کـه هـری و دوسـتانش بـه طـور منظـم، ولـی بـا دقـت، قوانیـن را می‌شکسـتند و همچنیـن، منظـم ولـی بـا دقـت، بـه خاطـر ایـن کارشـان پـاداش می‌گرفتنـد، مطلوبیـت اخلاقـی نقشـه غارتگـر هـم، متناسـب بـا نیـت کاربـران آن، تغییـر میکرد. یـک پیـام مفهومـی قـوی در طـول ایـن مجموعـه وجـود دارد کـه می‌گویـد، خوبـی نبایـد در چارچـوب تبعیـت از قوانیـن بـی فکـر و خشـک، فـارغ از اینکـه چنیـن تبعیتـی چقـدر منظـم یـا چنـان قوانینـی چقـدر حیاتـی باشـند، محـدود شـود. آنچـه گفتـه می‌شـود یعنـی اینکـه مجموعـه هـری پاتـر بـه نظـم اجتماعـی بـه عنـوان بالاتریـن ارزش‌هـای اخلاقـی نـگاه نمیکنـد. اینکـه بعـدا چـه چیـزی جایگزیـن این تبعیـت می‌شـود چنـدان مشـخص نیسـت، زیـرا بـه راحتـی قابـل دسـتکاری اسـت، بلکـه به این شـکل مطـرح می‌شـود کـه «از قوانیـن پیـروی کـن، تـا جایـی کـه تبعیـت از آنهـا، هـدف واقعـی از تعییـن همـان قوانیـن را تضعیـف کنـد - شـرایطی کـه ممکن اسـت ریسـک عمـل کردن برخـلاف آنچـه اخلاقی می‌دانیـم، داشـته باشـد.» ایـن پنـد، بـه نظـر پنـدی اسـت کـه نسـبت بـه آمـوزش در قالـب قوانیـن متغیـر و بـه صـورت غیـر داسـتانی، بـه راحتـی میتوانـد، در قالـب رفتارهـا و شـخصیت هـا، بـه دیگـری

آموختـه شـود. مـا نسـبت بـه فـرا قانـون[1]، همـان مجموعـه قوانیـن موثر دسـترس، کـه باید بـه آن لقب قوانیـن حاکـم بـر قانون‌هـا را داد، نـه خـود آن قانونهـا، معمـولا بـا همـان رفتـار سـاده ای کـه نسـبت بـه قوانیـن سـاده عمـل می‌کنیـم، واکنـش نشـان نمـی دهیـم.

اسـکارلت، بـا تاکیـدش بـر اشـاره کـردن، خیلـی زود بعـد از تسـلط بـر اعمـال فیزیکـی نسـبتا سـاده، نـکات پیچیده‌تـر در توصیفـات و داسـتانها را یـاد گرفـت. او بعـد از یـک سـال و نیمگـی می‌توانسـت بـا اسـتفاده از انگشـت اشـاره اش، منظـورش را بـه دیگـری بفهمانـد. بنابرایـن تـا دو سـال و نیمگـی میتوانسـت، نـکات خیلـی پیچیـده تـری از قصه‌هـا را بفهمـد و تقلیـد کنـد. وقتـی بزرگتـر شـد، در یـک دوره‌ی حـدودا شـش ماهـه، وقتـی بـه نـام اسـکارلت (اسـم مـورد علاقـه مـادرش)، یـا اِلـی (نـام مـورد علاقـه پـدرش) صدایـش میکـردی، اصـرار میکـرد کـه اسـمش پوکانتِـس [2]، شـخصیت معـروف کارتونـی اسـت. تـا جایـی کـه مـن میدانـم، ایـن کار، یـک عمل شـگفت انگیـز و ناشـی از تفکـر پیچیده اسـت. او یـک عروسـک پوکانتـس گرفتـه، کـه عروسـک محبوبش شـده، و یک عروسـک بچه گرفتـه، کـه آن را هم اسـمش مادربزرگـش، همسـر مـن، تامـی مینامـد، و بسـیار هـم بـه آن علاقـه دارد. وقتـی بـا عروسـک نـوزاد بـازی میکـرد، الـی مـادرش بـود. وقتـی بـا پوکانتـس بـازی میکـرد، امـا، ماجـرا متفـاوت بـود. آن عروسـک، نـه یـک بچـه بـود و نـه مـادری بـه اسـم الی داشـت. نـوه مـن، در بـازی بـا پوکانتس، خـود را پوکانتـس بـزرگ و بالـغ تلقـی میکـرد کـه رفتـار پوکانتـس عروسـک را تقلید میکند - عروسـکی که شـکل و شـمایل یـک زن بالـغ را دارد و در نقـش قهرمـان اصلـی فیلمـی از والـت دیزنـی بـا همین اسـم اسـت.

شـخصیت پوکانتـس دیزنـی شـباهت‌های زیـادی بـه شـخصیت هـری پاتـر دارد. او متوجـه می‌شـود کـه پـدرش، بـه جـای او، بـه کوچـوم[3]، کـه یـک جنگجـوی شـجاع و جـدی اسـت و نماینـده‌ی فضایـل قبیلـه‌ی خـود اسـت امـا رفتـار و نگرشـش بسـیار بیشـتر از پوکانتـس مبـادی آداب و رسـوم قبیله اسـت،

۱ Meta-rules
۲ Pocahontas
۳ Kocoum

قــول ازدواج داده. پوکانتــس، در عــوض، عاشــق جــان اســمیت می‌شــود، کــه ناخــدای یــک کشــتی اروپایــی و نماینــده ای از خــارج از قلمــروی شــناخته شــده اســت - ویژگــی ای کــه (بــه طــور بالقــوه) یــک ارزش بــزرگ محســوب شــده اســت. بــه طــور تناقــض آمیــزی، پوکانتــس، با شکســتن یــک قانــون عمیقا مهــم (قانونــی ارجمنــد در فرهنــگ سلســله مراتــب قوانیــن)، در تــلاش بــرای رســیدن بــه اســمیت و خــلاص شــدن از دســت کوچــوم، و در کل، ســلوک در یــک چارچــوب اخلاقــی والاتــر اســت - خیلــی شــبیه بــه شــخصیت‌های اصلــی داســتان هــری پاتــر. ایــن توصیــف اخــلاق از منظــر هــر دو روایــت اســت: از قوانیــن پیــروی کــن تــا زمانــی کــه بــه الگــوی درخشــانی از آنچــه قوانیــن ارائــه می‌کننــد، تبدیــل شــوی، امــا وقتــی همیــن قوانیــن بزرگتریــن مانــع بــرای تحقــق فضایــل اصلــی شــان هســتند، آنهــا را بشــکن. و الیزابــت اســکارلت، کــه هنــوز بــه ســه ســالگی نرســیده، خــرد درونــی لازم را بــرای درک نکتــه‌ی داســتانی کــه میدیــد (فیلــم دیزنــی) داشــت و از آن در نقــش آفرینــی بــرای بــازی اش بــا عروســک پوکانتــس اســتفاده میکــرد. زیرکــی او در ایــن زمینــه، ژرف بــود.

همــان مجموعــه ایده‌هــا - بــه قوانیــن احتــرام بگــذار، مگــر در مــواردی کــه پیــروی از ایــن قوانیــن بــه معنــای نادیــده گرفتــن یــا کــور مانــدن نسبــت بــه یــک اصــل اخلاقــی والاتــر باشــد - در دو روایــت مختلــف از انجیــل بــا قــدرت خیــره کننــده ای دیــده می‌شــود (کــه صــرف نظــر از اعتقــاد شــما بــه آن، به عنــوان داســتانهایی ســنتی یــا کلاســیک مشــهور، شــخصیتی را بــه اهــداف برانگیختن تقلیــد مخاطبش، بــه تصویــر می‌کشــند). در روایــت اول، مسیح، حتــی در زمانــی کــه کــودک بــود، بــه عنوان اســتاد ســنت یهودیــان معرفــی شــده اســت. بیــان چنیــن نکتــه ای باعث می‌شــود کــه او کامــلا از ارزش گذشــته مطلع شــود و از آن، بــا احترامــی کــه، مثــلا، یــک محافظــه کار اصیــل دارد، حفاظــت کنــد. بــا توجه بــه روایتی در انجیــل لوقــا (۲: ۴۲-۵۲) خانــواده عیســی هــر ســاله در عیــد فصــح یهودیــان بــه اورشــلیم ســفر میکردند:

و هنگامی که او دوازده ساله بود، بعد از مراسم جشن، به اورشلیم رفتند.

وقتــی ایــام مناســک را پشــت ســر گذاشــتند، هنــگام بازگشــت، عیســی کــودک، اندکــی در

اورشلیم درنگ کرد. درحالیکه یوسف و مادرش از آن درنگ خبر نداشتند.

اما آنها، با خیال اینکه او همراهشان آمده، به سفری یک روزه رفتند. و او را در میان اقوام و آشنایان خود جستجو کردند.

وقتی او را نیافتند، دوباره به اورشلیم برگشتند و او را جستجو کردند.

پس از سه روز او را در معبدی یافتند که در میان پزشکان نشسته بود، آنها او را می‌شنیدند و او از آنها سوال میکرد.

همه او را می‌شنیدند و از درک و پاسخهای او متعجب می‌شدند.

و چون او را دیدند، حیرت زده شدند. مادرش به او گفت: پسر، چرا اینگونه با ما رفتار کردی؟ اینک من و پدرت با غم و اندوه به دنبال تو هستیم.

و او به آنها گفت: چگونه است که مرا جستجو کردید؟ نمی دانید که من باید در راه داد و ستد پدرم باشم؟

و آنها سخن اش درک نکردند.

و او با آنها بازگشت و به ناصره آمد، و تابع آنها بود: اما مادرش همه این سخنان را در قلب خود نگه داشت.

و عیسی بر خرد و رفعت، در راه خیر خدا و انسان افزود.

با این حساب، تا آنجایی که میتوان بر کامل بودن گزارش‌های انجیل تکیه کرد، تناقضی پدیدار می‌شود - تناقضی که از تنش میان رابطه‌ی نزدیک احترام به سنت و ضرورت تحول خلاقانه به وجود می‌آید. مسیح با وجود شواهدی که حاکی از درک عمیق، اگرچه نابالغ او، از

قدردانی به خاطر قوانین است، حتی در بزرگسالی مکررا سنت‌های روز یکشنبه[1] را نقض میکند - حداقل از دیدگاه سنت گرایان جامعه خود - و خودش را به خطر می‌اندازد. او شاگردان خود را در یک مزرعه ذرت هدایت میکند، و به عنوان مثال، در این حین دانه‌های ذرت را میکند و میخورد (لوقا ۶: ۱). او این کار را با بیان داستان فریضیان[2] توجیه میکند و با اشاره به روایتی از پادشاه داوود که به روشی مشابه عمل کرد، می‌گوید که او مردمِ خود را، در صورت نیاز، از نان مخصوص کاهنان تغذیه میکرد (لوقا ۶: ۴). مسیح به طور قابل ملاحظه ای به همراهانش می‌گوید «که پسر آدم، خداوندگار روز یکشنبه نیز هست» (لوقا ۶: ۵).

در یک سند باستانی[3]، در بخش غیر متعارفی از عهد جدید، درست بعد از همین بخشی که از قول انجیل لوقا گفته شد، یک ضمیمه آمده است که به بیان بسیار واضح درباره این قسمت توضیح میدهد. این ضمیمه، بینشی عمیق از پیچیدگی تناقض آمیز احترام به قوانین و نشان دادن رفتار اخلاقی، زمانی که لازم و مطلوب باشد، علیرغم مواجهه‌ی را در را با قوانین مخالف آن، ارائه میکند. این ضمیمه حاوی روایتی است از مسیح، زمانی که با کسی برخورد میکند که یکی از قوانین مقدس الهی را شکسته: «هنر شکستن قانون را بدان که اگر ندانی، ملعون و متخلف شریعت هستی.»

چنین عبارتی چه معنایی میتواند داشته باشد؟ این عبارت، مختصر و مفید، قانون اول را جمع بندی میکند. اگر قوانین را درک می‌کنید - ضرورت آنها، تقدس آنها، اینکه چطور شما را از آشوب در امان نگه داشته اند، اینکه چطور جامعه ای که از آن پیروی میکند را متحد کرده، اینکه چه هزینه ای برای جا افتادن آن در جامعه پرداخت شده، و البته اینکه چه خطراتی در پی شکسته شدنشان به دنبال می‌آید - اما حاضرید که مسئولیت کامل استثنا قائل شدن را به عهده بگیرید، زیرا

۱ Sabbath day
۲ Pharisees
۳ The Codex Bezae

www.KhoreKetab.com

خیـر بزرگتـری در آن می‌بینیـد (و نیـز اگـر فـردی بـا یـک شـخصیت کامـل هسـتید، کـه می‌توانـد چنین تمایـزی را تشـخیص دهـد)، در آن صـورت شـما بـه جـای پیـروی صـرف از قوانیـن، بـه روح‌تـان خدمت کـرده ایـد، و ایـن ارزش اخلاقـی والاتـری اسـت. امـا اگـر از درک اهمیـت قوانینـی کـه نقـض می‌کنیـد امتنـاع ورزیدیـد و بخاطـر سـهولتِ خودخـواه بـودن رفتـار می‌کنیـد، کامـلا بـه جـا و ناگزیر، در سـردرگمی می‌مانیـد. بـی دقتـی کـه نسـبت بـه سـنت‌تان از خـود نشـان می‌دهیـد، در طـول زمـان، شـما و شـاید اطرافیانتـان را کامـلا و بسـیار دردنـاک از بیـن می‌بـرد.

ایـن گفتـه، مطابـق بـا بیـان و عمـل مسـیح اسـت کـه در انجیـل شـرح داده شـده. در انجیـل متـی (۱۲:۱۱) گفتـه شـده: «و او بـه آنهـا گفـت: «اگـر یکـی از شـما گوسـفندی داشـته باشـد، و اگـر آن گوسـفند در روز یکشـنبه درون گودالـی بیفتـد، آیـا هیـچ یـک از شـما خـم نمـی شـوید و آن گوسـفند را از چـاه بیـرون بیاوریـد؟» انجیـل لوقـا در فصـل ۶ او را چنیـن توصیـف میکنـد کـه در روز یکشـنبه‌ی دیگـری در حـال شـفای دسـت مجـروح مـردی بـوده اسـت، در حالـی کـه چنیـن می‌گویـد: «آیـا حـلال اسـت کـه در روزهـای یکشـنبه کار خوبـی انجـام دهیـم یـا کار بـد؟ زندگـی ای را نجـات دهیـم، یـا نابـود کنیـم؟» (لوقـا ۶:۹). ایـن تقـارن دردنـاک از نظـر روانشـناختی و مفهومـی، دو موضـع اخلاقـی را در تقابـل بـا هـم قـرار میدهـد (حفـظ تقـدس روز یکشـنبه در مقابـل نهـی از کار خـوب). ایـن موضـوع نکتـه دیگریسـت کـه دائمـا فریضیـان را خشـمگین میکنـد و بخشـی از سلسـله حوادثـی اسـت کـه در نهایـت منجـر بـه دسـتگیری و مصلـوب شـدن مسـیح می‌شـود. ایـن داسـتان‌ها معضلـی وجـودی را بـه تصویر میکشـند کـه بـرای همیشـه تعییـن کننـده‌ی زندگـی بشـر اسـت: اینکـه منظـم باشـد و از قوانیـن پیـروی کنـد - و فروتنانـه کاری را کـه دیگـران انجـام می‌دهنـد، انجـام دهـد. امـا همچنیـن لازم اسـت کـه از قـوه قضـاوت، بینـش و حقیقـت، کـه وجـدان را هدایـت می‌کننـد، بـرای بیـان آنچـه درسـت اسـت، اسـتفاده کنـد، آن هـم در حالـی کـه قوانیـن، خـلاف آن را تشـویق می‌کننـد. توانایـی مدیریـت چنیـن ترکیبـی اسـت کـه تعییـن کننـده شـخصیتی کامـلا رشـد یافتـه اسـت: همـان قهرمـان واقعـی.

بـرای حفاظـت از جهـان و سـاکنان آن، بایـد مقـدار مشـخصی از قانـون خودسـرانه را تحمـل کـرد -

یـا بسـته بـه دیـدگاه شـما، از آن اسـتقبال کـرد. بـرای ادامـه رونـد بازآفرینـی و اصـلاح، بایـد مقـدار مشـخصی از خلاقیـت و عصیـان را تحمـل کـرد - یـا بسـته بـه دیـدگاه شـما، از آن اسـتقبال کـرد. هـر قانونـی، روزگاری یـک عمـل خلاقانـه بـوده و قوانیـن مفیـد دیگـر را نقـض می‌کـرده اسـت. زندگـی کردن، در عیـن تـلاش بـرای برقـراری تعـادل بیـن نهادهـای اجتماعـی و دسـتاوردهای خلاقانه اسـت کـه جهان را در محـدوده‌ی مـرز باریکـی، از نظـمِ بیـش از حـد و هـرج و مـرجِ بیـش از حـد، حفاظـت میکنـد. ایـن مسـئله یـک معمـای ترسـناک اسـت، یک مسـئولیت وجـودی واقعـی. ما بایـد از گذشـته حمایـت کرده و بـرای آن ارزش قائـل شـویم و ایـن قدردانـی بایـد بـا نگرشـی همـراه بـا سپاسـگزاری و احتـرام باشـد. در عیـن حـال مـا، افـراد زنـده‌ی بینـا بایـد چشـمان خـود را بـاز نگـه داریـم و مکانیزم‌هـای باسـتانی را، هنگامـی کـه لغزشـی در آن پیـدا می‌شـود، ترمیـم کنیـم. بنابرایـن، مـا بایـد پارادوکسـی را رعایـت کنیـم کـه همزمـان مـا را مجـاب بـه احتـرام گذاشـتن بـه دیوارهایـی میکنـد کـه مـا را در امـان نگـه مـی‌دارد و در عیـن حـال، بـه انـدازه کافـی اجـازه‌ی ورود و تغییـر بدهیـم، تـا نهادهـای مـا بتواننـد زنـده و سـالم بماننـد. وجـود جهـان، بـا ایـن ثبـات و پویایـی، بـه همـه تلاشـهای مـا بـرای کامـل شـدن - یـا همـان تقـدس - ایـن توانایـی دوگانـه بسـتگی دارد.

نهادهای اجتماعی یا دستاوردهای خلاقانه را با بی احتیاطی تحقیر نکنید.

www.KhoreKetab.com

قانون دوم

تصور کنید چه کسی می‌توانید باشید و بعد فقط همان را هدف بگیرید

شما چه کسی هستید؟ و چه کسی می‌توانید باشید؟

از کجا بدانید چه کسی هستید؟ از آن گذشته، شما آنقدر موجود پیچیده ای هستید که از درک خودتان فراترید. پیچیده‌تر از هر موجود دیگری که وجود دارد، البته به جز مردمان دیگر؛ پیچیدگی ای فراتر از باور. وقتی ناآگاهی شما با این موضوع آمیخته می‌شود که «شما چه کسی هستید؟» موضوع بغرنج‌تر هم می‌شود. شما فقط آنی نیستید که هست. بلکه شما آنی هستید که در حال تبدیل شدنید - و حتی حد و مرز این پتانسیل نیز از قدرت درک شما فراتر می‌رود. به اعتقاد من، هر کسی حسی از این دارد که بیش از آنی است که تا کنون به آن اجازه‌ی تحقق داده. گاهی درک این پتانسیل به خاطر ضعف سلامتی، بدشانسی، تراژدی‌ها و رویدادهای ناگوار زندگی مبهم می‌شود. اما گاهی هم به این دلیل مبهم میشود که مایل نیستیم از فرصت‌هایی که زندگی به ما عرضه می‌کند، نهایت بهره را ببریم - عدم تمایل، به خاطر انواع خطاهای مسبب پشیمان شدنمان، از جمله بهم خوردن نظم، در هم شکستن ایمان، خوش خیالی و پایبندی به انواع تعهدات. شما که هستید؟ و مهمتر از آن، اگر امکان داشت، می‌توانستید چه کسی باشید؟

آیا پاسخ دادن به چنین سوالاتی غیر ممکن است؟ یا منابعی در دسترس ماست که شاید بتوان از آنها راهنمایی گرفت؟ بهرحال ما برای ده‌ها (یا شاید صدها) هزار سال، در موفقیت‌ها و شکست هایمان، رفتارمان را مشاهده کرده ایم. در تمام این مدت، شمن هایمان، پیامبران و عرفای مان، هنرمندان و شاعران و مرثیه هایمان، نکاتی از چنین مشاهداتی در قالبی چکیده درآورده اند - جوهره ای که ما را انسان کرده است. آنها، با چنین کاری، نمودهایی از این جوهره‌ی حیاتی را در قالب پندهایی نمایش می‌دهند که نه باید فراموش شوند و نه مورد غفلت قرار بگیرند. این افراد خلاق، نمایشنامه‌های بسیاری می‌نویسند و بازی می‌کنند، که با چشم اندازهایی از آنچه ممکن است محقق کنند، تصورات ما را درگیر کرده و ذهن ما را پر از رویا می‌کند. عمیق

تریـن ایـن مـوارد، بـه طـور کلـی، بـه خاطـر می‌ماننـد و مـورد بحـث قـرار می‌گیرنـد. در غیـر ایـن صـورت تغییـر شـکل میدهنـد و اصـلاح می‌شـوند. سـپس تشـریفات مذهبـی را بـه وجـود می‌آورنـد کـه طـی قرن‌هـا مـا را متحـد کـرده و اسـاس فرهنگهـای مـان را شـکل می‌دهنـد. اینهـا داسـتان‌هایی هسـتند کـه بـر اسـاس آنهـا سـاختارهای باورهایمـان، کـه بنـای جوامـع پیچیـده، پرجمعیـت و موفق ما را گذاشـته انـد، شـکل گرفتـه انـد.

ایـن داسـتان‌هایی کـه نـه میتوانیـم آنهـا نادیـده بگیریـم و نـه فرامـوش کنیـم، از آن جهـت، در میـان مـردم، فرامـوش نشـدنی انـد کـه دربـاره چیـزی سـخن می‌گوینـد کـه خودمـان می‌دانیـم، امـا از ایـن آگاهـی اطلاعـی نداریـم (نمـی دانیـم کـه میدانیـم). سـقراط، فیلسـوف یونـان باسـتان، معتقـد بـود که تمـام یادگیـری هـا، نوعـی بـه خاطـر آوردن اسـت. سـقراط تصـور میکـرد روح، کـه ذاتـا فناناپذیر اسـت، قبـل از تولـد، همـه چیـز را میدانـد. بـا ایـن حـال در زمـان تولـد، تمـام آن دانـش را فرامـوش میکنـد، و دوبـاره آنهـا را از طریـق تجربیـات زندگـی بـه یـاد مـی‌آورد. دربـاره ایـن فرضیـه حرفهـای بسـیار عجیبـی بـرای گفتـن هسـت، بـه همیـن اعجابـی کـه ممکـن اسـت اکنـون بـه نظـر برسـد. در سـطوح ژنتیکـی، کارهـای زیـادی هسـت کـه میتوانسـتیم انجامشـان دهیـم - همـان توانمندی‌هـای جسـمی و ذهنـی مـان - امـا خامـوش می‌ماننـد. قـرار گرفتـن در معـرض تجربه‌هـای جدیـد، ایـن پتانسـیل خامـوش، و توانمندی‌هـای سـاخته شـده در طـول تاریـخ تکاملـی مـان را بیـدار میکنـد. ایـن شـاید اصلـی تریـن رفتـاری باشـد کـه خرد گذشـته‌ی بدنمـان را احیـا، و در صـورت لـزوم، از آن اسـتفاده میکنـد. از این طریق اسـت کـه امـکان انسـانیت وجـود دارد، اگرچـه تنهـا راه نیسـت. بنابرایـن، بـرای بیـان مفهـوم یادگیـری بـه عنـوان یـادآوری، نکتـه‌ی عمیقـی بایـد بیـان شـود.

بدیهـی اسـت کـه مـا می‌توانیـم چیزهـای جدیـد زیـادی یـاد بگیریـم و همینطـور بـه یـاد بیاوریـم (مثـل بـه جریـان انداختـن امکانـات ذاتـی امـا پنهـان مـان). یکـی از دلایـل اولیـه‌ی متمایز شـدنمان از حیوانـات نیـز همیـن اسـت. حتـی پیچیـده تریـن و باهـوش تریـن پسـتانداران نیـز، مثـل شـامپانزه‌ها و دلفیـن هـا، نسـل بـه نسـل، تمایـل بـه تکـرار رفتارهـای خـاصِ گونـه خـود، بـا تغییـری بسـیار اندک،

دارنـد. انسـان، در عـوض، پیوسـته چیزهـای جدیـدی جسـتجو می‌کنـد، بـا آن روبـرو می‌شـود، سـپس آن را بررسـی میکنـد، بـا آن سـازگار می‌شـود، و آن را بخشـی از وجـود خـود می‌سـازد. ما میتوانیـم آگاهی مـان را در سـطح دیگـری از دانـش، ارائـه کنیـم. مـا میتوانیـم کارهای یـک موجود زنـده، مانند حیـوان یا انسـان را زیـر نظـر بگیریـم، تقلیـد کنیـم، و بـا برداشـت خودمـان از حرکت آنهـا، اعمـال آنها را بـه حرکات جدیـدی خـاص خودمـان ترجمـه کنیـم. مـا حتـی میتوانیـم ایـن کارهـای تقلیـدی را تعمیـم دهیـم - و بـا برداشـت از «معنـی» آنچـه مشـاهده می‌کنیـم، روش‌هـای جدیـدی بـرای دیـدن و عمـل کـردن ایجـاد کنیـم، کـه بـه نوعـی شـبیه بـه همـان معنـی برداشـت شـده اسـت. ایـن بخشـی از آن چیـزی اسـت کـه پایـه و اسـاس ژرف تریـن ظرفیـت دانش ضمنـی، و تشـکیل دهنده‌ی اسـاسِ بسـیاری از درک واقعـی ماسـت. مـا حتـی میتوانیـم اعمـال یـک فـرد، یـا اتفاقـی کـه رخ داده را بـه زبـان ترجمـه کنیم و بنویسـیم، کـه همیـن باعـث می‌شـود آنچـه نوشـته شـده، بیشـتر زنـده بمانـد - و بعدهـا، ایـن نوشـته در غیـاب آنچـه یـا آن کـس کـه توصیـف کـرده بـود، در ارتباطـات مـان، بیـن خـود و دیگـران رد و بـدل کنیـم. و سـرانجام، مرموزتریـن آنهـا، مـا میتوانیـم تخیـل کنیـم، و بعـد بـر اسـاس بخشـی از آنچـه بـه سـادگی تـا بـه حـال ندیـده بودیـم، عمـل کنیـم، توانمنـدی ای کـه اساسـا بدیـع اسـت. مـا می‌توانیـم تمـام آن توانمنـدی را - کنش‌هـای سـازگار شـده، در انـواع و اقسـام - در قالـب داسـتان‌هایی دربـاره کسـانی کـه آنهـا را تحسـین می‌کنیـم یـا از آنهـا متنفریـم، بـه صورتـی رمزگونـه درآوریـم و ارائـه دهیـم. و اینگونـه تعییـن میکنیـم کـه کیسـتیم، و چـه کسـی شـاید می‌توانیـم بشـویم.

داسـتان‌ها وقتـی فرامـوش نشـدنی می‌شـوند کـه میـان حالت‌هـای پیچیـده‌ی بـودن - در مواجهـه بـا مشـکلات پیچیـده، و بـه طبـع، راهکارهـای پیچیـده - ارتبـاط برقرار شـود. مـا آگاهانـه، بخش‌هایی از ایـن داسـتانها را میفهمیـم، امـا نمـی توانیـم ایـن ادراک را بـه طـور کامـل بیـان کنیـم. بـه عنـوان مثال، بـه همیـن دلیـل اسـت کـه داسـتان کتـاب مقـدس درباره خـروج موسـی و بنـی اسـرائیل از مصـر، معیار قدرتمنـدی بـرای جنبـش آزادی خواهـیِ بـردگان سیاهپوسـت در ایـالات متحـده بود:

پایین برو، موسی، به سوی سرزمین‌های پایین مصر برو.

به فرعون پیر بگو

بگذار تا مردمم بروند[1]*.*

هــم از دیــدگاه روانــکاوان و هــم متفکــران مذهبــی، بــه درســتی بــه داســتان کتــاب مقــدس دربــاره این هجـرت، بـه عنـوان یـک کهـن الگـو (پارادایـم، یـا بنیان) نـگاه میشـود. زیـرا نمونـه ای از تحـولات روانی و اجتماعــی را نمایــش می‌دهــد کــه نمــی تــوان از چیــزی کــه هســت بهبــود داد. بــه عنــوان میــوه‌ی تخیـل مـا درآمـده کـه در گـذر بازگویی‌هـای مـداوم جمعـی بـه شـکلی نهایتـا معنـی دار تبدیـل شـده کـه همزمـان از لحـاظ سیاسـی، اقتصـادی، تاریخـی، فـردی و معنـوی مـورد اسـتفاده قـرار می‌گیـرد. ایـن همـان تعریـف عمـق ادبـی اسـت - ادبیاتـی کـه در فرم خاصی از داسـتان‌های باسـتانی و سـنتی بـه اوج خـود می‌رسـد. واقعیـت چنیـن عمقـی بـدان معناسـت کـه از ایـن گونـه حکایـات می‌تـوان بـه عنـوان چارچوبـی معنـادار و متنـوع بـرای هـر فرآینـد تغییـر عمیقـی که توسـط هر فـرد یـا جامعـه ای (دولت با ثبـات، سـقوط در هـرج و مـرج و اسـتقرار مجـدد ثبـات) تجربـه شـده، اسـتفاده کـرد. می‌تـوان از چنیـن داسـتانهایی، بـرای بیـان چنـدی بُعـدی واقعیـت، شـرایط، معنـا و انگیـزش اسـتفاده کرد.

ظهور آن فراموش نشدنی

چطـور یـک داسـتان فرامـوش نشـدنی می‌شـود؟ در پـی آشـکار شـدنش چـه رخ میدهـد؟ ایـن کوچکتریـن نتیجـه ایسـت کـه میتـوان از دوره‌هـای طولانـی مشـاهده گرفت. دانشـمندی را تصـور کنید کـه مدتهاسـت رفتـار یـک گلـه گـرگ یـا یـک گـروه شـامپانزه - یـا در واقـع، هـر گروهـی از حیوانـات اجتماعـی پیچیـده - را زیـر نظـر دارد. او سـعی میکنـد قواعـد و نظـام رفتـاری یـک فـرد و یـک گـروه را (و در یـک کلام، الگوهـا را) شناسـایی میکنـد، و سـعی میکنـد ایـن قواعـد و نظامهـا را بـه رشـته سـخن درآورد - بـه بیانـی، آنهـا را در قالـب یـک زبـان خلاصـه میکنـد. ایـن دانشـمند ممکـن اسـت سـخنش را

۱ .Go down, Moses, way down in Egypt land, Tell old Pharaoh, To let my people go

www.KhoreKetab.com

ابتـدا بـا نقـل حکایاتـی دربـاره رفتـار عمومـی اینگونـه از حیوانـات آغـاز کنـد. او ممکن اسـت بعـد از آن، سـخنانش را انتزاعی‌تـر کنـد، و بخواهـد حکایاتـی را کـه توصیفاتـی «شـبه قانـون» دارنـد، تعمیـم بدهد. مـن از عبـارت «شـبه قانـون» اسـتفاده کـردم، چـون جانـوران از قانـون پیـروی نمـی کننـد. قوانیـن نیـاز بـه زبـان دارنـد. جانـوران دائمـا در حـال انجـام قواعـد و مقـررات هسـتند. آنهـا نمـی تواننـد قوانیـن را تدویـن، درک، یـا پیـروی کننـد.

امـا انسـانها؟ مـا میتوانیـم خودمـان را در حیـن عمـل مشـاهده کنیـم، بـه عنـوان یـک دانشـمند، یـا دقیقتـر، مثـل یـک قصـه گـو. سـپس می‌توانیـم ایـن قصه‌هـا را بـرای هـم تعریـف کنیـم. داسـتانها در واقـع، چکیـده‌ی یـک رفتـارِ مشـاهده شـده انـد (اگـر چکیـده نباشـند، برایمـان جالـب نیسـتند؛ بیـان متوالـی کارهـای روزمـره، داسـتان خوبـی نمـی سـازد). وقتـی داسـتان شـکل گرفـت، حـالا آن را تحلیـل می‌کنیـم، و در آن بـه دنبـال الگوهـا و قواعـد عمیقتـری میگردیـم. اگـر چنـان تحلیلـی موفقیـت آمیـز باشـد، میتوانیـم آن را، در کنـار شـکل گیـری قوانیـن، عمومیـت بدهیـم، و حـالا می‌توانیـم آگاهانـه یـاد بگیریـم کـه از آن قوانیـن پیـروی کنیـم. در ایـن فصـل در ایـن بـاره صحبـت میکنیـم کـه چطـور چنیـن اتفاقـی می‌افتـد. همـه مـا نسـبت بـه آنچـه یـک کـودک، بزرگسـال - یـا در واقعیـت، یـک جامعـه - در قالـب یـک رفتـار نامناسـب، غیرمنصفانـه، یـا بـد انجـام می‌دهـد، بـر اسـاس قضاوتمـان واکنـش نشـان میدهیـم. چنیـن خطایـی از نظـر احساسـی بـه مـا ضربـه میزنـد. مـا فکـر میکنیـم الگویـی که سـازگاری فـردی و اجتماعـی بـه آن وابسـته اسـت، مختـل و بـی حرمـت شـده. مـا در اثـر خیانـت دیـدن، عصبانی می‌شـویم، ناامیـد میشـویم، صدمـه می‌بینیـم، یـا افسـرده می‌شـویم. ایـن بـدان معنـی نیسـت کـه هر کـدام از مـا کـه در حـال نشـان دادن یـک واکنـش عاطفـی اسـت، در بیـان فلسـفه ای جامع از خیر و شـر موفـق بـوده. ممکـن اسـت هرگـز حتـی برنگردیـم تـا بررسـی کنیـم کـه چـه چیـزی در آن ماجـرا اشـتباه پیـش رفـت. بـا ایـن حـال، درسـت ماننـد کودکانـی کـه بـا یـک بـازی جدیـد آشـنا نیسـتند امـا هنـوز قـادر بـه بـازی آن هسـتند، مـا هـم فقـط می‌دانیـم کـه قوانیـن بـازی شکسـته شـده انـد. چیـزی دقیقـا شـبیه بـه ایـن در ماجـرای هجـرت موسـی در کتـاب مقـدس به تصویر کشـیده شـده - حکایتی باسـتانی

www.KhoreKetab.com

از فـرار بـردگان عبرانـی از چنـگ صاحبـان مصری شـان. موسـی کـه آن مـردم را هدایـت میکرد، پیوسـته توسـط آنهایـی کـه بـا هـم بـه اختـلاف بـر می‌خورنـد، بـه عنـوان فـردی کـه نسـبت بـه دیگـران از برتری اخلاقـی برخـوردار بـود، فراخوانـده می‌شـد تـا بـا او مشـورت کننـد. بنابرایـن، او مـدت زیـادی را صـرف مشـاهده و تفکـر دربـاره رفتـار آنهـا کـرد. گویـی آن پیامبـر صحـرای مصـر، پیـش از دریافـت دسـتورات از جانـب خـدا، بایـد کشـف کنـد کـه او و قـوم بنـی اسـرائیل پیـش از ایـن بـه دنبـال اجـرای کـدام قوانین بـوده انـد. بـه یـاد داشـته باشـید: هـر جامعـه ای پیـش از زمـان حـال، مجموعـه ای از الگوهـای رفتـاری دارد. در غیـر اینصـورت اصـلا «جامعـه» ای شـکل نمـی گرفـت، زیـرا کشـمکش و درگیـری محـض حاکـم میشـد. امـا ایـن واقعیـت کـه نظـم اجتماعـی تـا حـدی حاکـم شـده، بـدان معنـا نیسـت کـه آن جامعه بـه صراحـت رفتـار و قانـون نانوشـته‌ی اخلاقـی خـود را درک کـرده اسـت. بنابرایـن، ایـن اتفاقـی نیسـت کـه موسـی، در مدتـی بـه انـدازه کافـی طولانـی، دشـوار و همـراه بـا فرسـودگی، به عنـوان قاضـی در میان پیروانـش عمـل میکنـد، پیـش از آنکـه ده فرمـان را از خداونـد دریافـت کـرده باشـد:

روز بعـد، موسـی نشسـت تـا بیـن مـردم قضـاوت کنـد: و مـردم در کنـار موسـی از صبـح تـا غـروب ایسـتادند.

وقتـی پـدر شـوهر موسـی، آنچـه را کـه او بـا مـردم میکـرد، دیـد، گفـت: «ایـن چـه کاری اسـت کـه بـا مـردم میکنـی؟ چـرا تنهـا خـودت نشسـته ای و مـردم بایـد از صبـح تـا عصـر در کنـارت بایسـتند؟»

و موسـی بـه پـدر شـوهرش جـواب داد: «زیـرا مـردم نـزد مـن می‌آینـد و از مـن خـدا را می‌جوینـد:

وقتـی مشـکلی پیـش می‌آیـد از مـن کمـک می‌گیرنـد، و مـن بینشـان قضـاوت می‌کنـم، و مـن آنهـا را از خـدا و احـکام خـدا آگاه میکنـم.»

و پدر زن موسی به او گفت: «آنچه انجام میدهی کار خوبی نیست.

قطعـا بـا چنیـن کاری فرسـوده میشـوی. زیـرا ایـن کار بـرای تـو خیلـی سـنگین اسـت. تـو قـادر بـه انجـام آن نیسـتی.» (سـفر هجـرت ۱۸: ۱۳-۱۸)

ایـن تمریـن دشـوار در زمینـه تمایـز و قضـاوت، مشـاهد و سـنجش، بخـش جدایـی ناپذیـری از آن چیـزی اسـت کـه آن سـالار کتـاب مقـدس را آمـادەی دریافـت وحـی الهـی میکنـد. اگـر قوانیـن او بـر اسـاس رفتـارش نبـود - بـدون هیـچ نمونـه تاریخـی از اخـلاق سـنتی، بـدون هیـچ توافقـی و بـدون گذرانـدن سـاعت‌های طولانـی رعایـت الگوهـای اخلاقـی - بـه راحتـی نمـی شـد آن احـکام را درک کـرد و بسـیار کمتـر از آن پیـروی می‌شـد.

یـک داسـتان فرامـوش نشـدنی، جوهـرەی انسـانیت را می‌گیـرد، آن را خلاصـه میکنـد، مـراوده می‌کند، و بـه روشـنی بیـان میکنـد تـا بگویـد کـه مـا کـه هسـتیم و چـه چیـزی بایـد مـورد توجـه قـرار بگیـرد. ایـن داسـتان بـا مـا سـخن می‌گویـد و بـا جلـب توجهمـان در مـا انگیـزه ای بـرای تقلیـد کـردن ایجـاد میکنـد. مـا یـاد میگیریـم کـه ماننـد قهرمان‌هـای ایـن داسـتانهای جـذاب دنیـا را ببینیـم و مثـل آنهـا رفتـار کنیـم. ایـن داسـتانها، ظرفیت‌هایـی را کـه درون مـان عمیقـا نهادینـه شـده، فـرا می‌خواننـد. ظرفیت‌هایـی کـه اگـر فراخـوان نشـوند، ممکـن اسـت کـه هیچوقـت توسـعه نیابنـد. مـا ماجراجویـان، عاشـقان، رهبـران، هنرمنـدان و شورشـیانی خاموشـیم، امـا نیاز داریـم بازتاب چنیـن الگوهایـی را در قالب نمایـش و ادبیـات کشـف کنیـم تـا درک کنیـم کـه میتوانیـم تمـام آن مـوارد باشـیم. ایـن بخشـی از بـودنِ موجـودی اسـت کـه تـا حـدی بـه طبیعـت و تـا حـدی بـه فرهنـگ وابسـته اسـت. یک داسـتان فرامـوش نشـدنی، ظرفیـت مـا را بـرای درک رفتارمـان، فراتـر از عـادات و انتظـارات، اول بـه صـورت تخیل و بعـد در قالـب عمـل بـالا می‌بـرد. چنین داسـتانی بـا تاثیرگـذاری زیـاد، ماجراجویـی نهایی، عشـق ابدی و جنـگ همیشـگی بیـن خیـر و شـر را بـه مـا معرفـی میکنـد. چنیـن چیـزی درک مـا از طـرز برخـورد و رفتـار اخلاقـی و غیراخلاقـی را، چـه در سـطح فـردی و چـه اجتماعـی، روشـن میکنـد. چنین داسـتانهایی را میتـوان همیشـه و در همـه جـا دیـد.

w w w . K h o r e K e t a b . c o m

سوال: شما که هستید - یا حداقل شما چه کسی می‌توانید باشید؟ جواب: بخشی از آن نیروی ابدی هستید که دائما با ناشناخته ای وحشتناک، داوطلبانه، روبرو می‌شود؛ بخشی از نیرویی ابدی که از خام بودن و ساده لوحی فراتر می‌رود تا جایی که آنقدر خطرناک شود، ولی تحت کنترل، که معنی شر را بفهمد و آنرا در قلمروی خودش پیدا کند؛ و بخشی از نیرویی ابدی که با آشوب مواجهه می‌شود و آن را به نظمی مولد تبدیل میکند یا نظمی منسوخ را که بیش از حد دست و پا گیر شده، به آشوب تقلیل می‌دهد و سپس در قالب نظمی جدید اما مولد ارائه میکند.

و تمام اینها، به خاطر سخت بودنِ درک آگاهانه اما ضروری برای بقا، در قالب داستان‌هایی به ما منتقل شده که ناچارا باید توجه مان به آنها باشد. و از این طریق است که می‌فهمیم چه چیزی ارزش است، چه چیزی را باید هدف قرار دهیم و چه کسی می‌توانیم باشیم.

عنصر اولیه[1]: شما چه کسی می‌توانید باشید (I)

می خواهم سخنم را با توضیحی درباره یک تصویر شروع کنم، تصویری باستانی و کیمیا که روی چوب حکاکی شده است و موضوع بحث در این فصل را می‌گشاید. توصیف این تصویر، نشان میدهد که چه حجمی از اطلاعات میتواند در قالب یک تصویر وجود داشته باشد، بدون اینکه بیننده درک صریحی از آنچه می‌فهمد، به دست آورد (چنین تصویری در واقع بهتر است به عنوان مرحله درک اولیه، پیش از توسعه درک صریح آدمیزاد، تلقی شود). آن کیمیاگر باستانی که چنین تصویری را کشیده، به معنای واقعی کلمه در حال خیال پردازی بوده است؛ رویایی در این باره که انسان چه کسی میتواند بشود و این هدف چطور قابل تحقق است.

در پایین این تصویر[2]، یک جسم کروی بالدار وجود دارد که در بالای آن اژدهایی قرار گرفته. بر

1 Materia Prima
2 تصویر عنصر اولیه در ابتدای فصل دوم - م.

www.KhoreKetab.com

روی ایـن اژدهـا، انسـانی دو سـر ایسـتاده، کـه یـک سـر آن مـرد و سـر دیگـرش یـک زن اسـت. سـر مرد بـا تصویـری از خورشـید مرتبـط شـده و سـر زن بـا تصویـری از مـاه. در ایـن بیـن، بـالای دو سـر انسـان، نمـاد عطـارد دیـده می‌شـود: نمـادی از خـدا، سـیاره و فلـز. انـواع مختلفـی از نمادهـا نیـز در اطـراف این تصویـر چیـده شـده اسـت. کل ایـن تصویـر درون محفظـه ای تخـم مـرغ شـکل نمایـش داده شـده. ایـن نمایـش نشـان میدهـد کـه چندیـن مفهـوم در یـک تصویـر گنجانده شـده اسـت - کثـرت در عین وحـدت - درسـت مثـل جوجـه ای کـه در قالبـی تخـم مـرغ شـکل محفـوظ اسـت امـا در واقـع، علـی الخصـوص در مراحـل بعـدی رشـد، متشـکل از ارگان‌هـای زیسـتی متنـوع و پیچیـده اسـت. نـام ایـن تصویـر «عنصـر اولیه» اسـت.

کیمیاگـران تصویـر عنصـر اولیـه را بـه عنـوان مـاده بنیادینـی در نظـر میگیرنـد کـه همـه چیز - جسـم و روح، بـه یـک انـدازه - از آن پدیـدار یـا ناشـی شـده اسـت. در نظـر گرفتـن پتانسـیل عنصـر اولیـه هنـگام رویارویـی بـا آینـده، شـامل آینـده خودمـان، تصـوری سـودمند اسـت؛ همـان پتانسـیلی کـه نمـی تـوان خـود و دیگـران را بـه خاطـر هـدر دادنـش سـرزنش نکـرد. همینطـور چنیـن مفهومـی را می‌تـوان بـه جـای اطلاعاتـی کـه مـا عمومـا واقعیـت را مرکـب از آن می‌دانیـم، و بـه عنـوان اطلاعاتـی کـه خـود و جهـان را مبتنـی بـر آن می‌دانیـم، مفهـوم سـازی کـرد. هـر دو تفسـیر - پتانسـیل و اطلاعـات - مزایـای خـود را دارنـد.

ایـن حـرف چـه معنایـی میتوانـد داشـته باشـد کـه جهـان را می‌تـوان بـه صـورت مجموعـه ای از پتانسـیل یـا اطلاعـات در نظـر گرفـت؟ تصـور کنیـد کـه، بـه عنـوان مثـال، مقابـل صنـدوق پسـت می‌ایسـتید و نامـه ای از آن برمیداریـد. همینطـور ایـن را هـم در نظـر بگیریـد کـه آن نامـه از چـه چیزهایـی سـاخته شـده اسـت. اگـر بخواهیـم مـادی صحبـت کنیـم فقـط از کاغـذ و جوهـر تشـکیل شـده. امـا زیرلایـه‌ی مـادی آن اساسـا نامرتبـط اسـت. فرقـی نمیکنـد کـه از طریق ایمیل به شـما رسـیده یـا پیامـی صوتـی اسـت، یـا رمـزی بـوده و طبـق قوانیـن مـورس آن را دریافـت کـرده ایـد. آنچـه مرتبط اسـت، محتـوای نامـه اسـت. ایـن بـدان معنـا اسـت کـه هـر بخـش از نامـه محتـوی پیامـی اسـت - از

پتانسـیل و اطلاعـات، مثبـت، خنثـی، یـا منفـی. شـاید بـه عنوان مثـال، ایـن نامه اعـلان یـک بازجویی از طـرف اداره مالیـات کشـورتان باشـد. ایـن بـدان معنـی اسـت کـه، علیرغـم حضـور ظاهـرا بی ضـرر آن در دسـت شـما، نامـه صراحتـا مربـوط بـه یـک سـاختار غـول پیکـر، پیچیـده و بسـیار خودمختار اسـت که ممکـن اسـت منافـع شـما را مـد نظـر نداشـته باشـد. از طرفـی ممکـن اسـت پیامـی خوشـحال کننـده باشـد، ماننـد نامـه ای غیرمنتظـره از طـرف یـک عزیـز، یـا چکـی کـه مدتهاسـت منتظـر آن بـوده ایـد. از چنیـن منظـری، یـک پاکـت نامـه ماننـد یـک ظرف اسـت - ظرفـی، حداقـل در حـد بالقـوه، مرمـوز - که ممکـن اسـت از داخـل آن یـک دنیـای جدیـد پدیـدار شـود.

همـه چنیـن ایـده ای را درک میکننـد، ولـو متوجـه چنیـن درکـی نباشـند. بـه عنـوان مثـال، اگـر بـا مقامـات مالیاتـی مشـکلی داشـته ایـد و حـالا نامـه ای رسـمی از آن اداره گرفتـه باشـید، فشـار خونتـان بـالا مـیرود (یـا ناگهـان میافتـد)، ضربـان قلبتـان افزایـش مییابـد، کـف دسـتتان عـرق میکنـد، ترسـی شـدید شـما را فـرا میگیـرد، یـا حتـی احسـاس بدبختـی ممکـن اسـت بـر شـما چیـره شـود. ایـن پاسـخی غریـزی اسـت کـه بـا آمادگـی بـرای واکنـش و رویارویـی بـا خطـر همـراه میشـود. و حـالا شـما بایـد تصمیـم بگیریـد: آیـا میخواهیـد آن نامـه را بـاز کنیـد و از محتـوای آن مطلـع شـوید؟ و چنانچـه نامـه را بـاز کـرده ایـد، آیـا حاضریـد کـه راه خـود را دسـت و پنجـه نـرم کـردن بـا ایـن مشـکل در پیـش بگیریـد و فـارغ از اینکـه چقـدر ممکـن اسـت ترسـناک باشـد، آن را حـل کنیـد؟ یـا آیـا آنچه را کـه خـود میدانیـد، نادیـده میگیریـد و تظاهـر میکنیـد کـه همـه چیـز را بـه راه اسـت؟ (اگرچـه بـه لحـاظ احساسـی و در نتیجـهی اضطرابتـان میدانیـد کـه نیسـت) و آیـا حاضریـد کـه هزینـهی روانـی و فیزیکـی چنیـن تصمیمـی را بپردازیـد؟ ایـن همـان راهـکار پیشـین اسـت کـه شـما را وامیـدارد تـا داوطلبانـه بـا آنچـه از آن میترسـید - همـان هیـولای مخـوفِ انتزاعـی - روبـرو شـوید و بـه طـور فرضی، در ایـن مواجهـه قویتـر و منسـجمتر شـوید. مسـیر دوم، راهـکاری اسـت کـه مشـکل را بـه صـورت همـان هیولایـی کـه رهـا کـرده بـود، باقـی میگـذارد و شـما را مجبـور میکنـد تـا مثـل حیـوان ترسـانی کـه بـا چشـمهای پلیـد حیوانـی درنـده در دل شـب روبـرو شـده، رنـج بکشـید.

www.KhoreKetab.com

درون ایــن گــوی، یــک مربــع، یــک مثلــث، اعــداد ۴ و ۳ دیــده می‌شــود، کــه یــک ســوم از فضــای پاییــن عکــس را اشــغال کــرده. ایــن موجودیــت منحصــر بفــرد در بیــن کیمیاگــران بــه «آشــوب دوار[1]» معــروف بــود. آشــوب دوار آن ظرفــی اســت - ظــرف آغازیــن عنصــر اولیــه - کــه نشــان میدهــد جهــان و روان، پیــش از آن کــه از هــم متمایــز شــوند، چگونــه بــوده انــد. آشــوب دوار همــان مفهــوم پتانســیل یــا اطلاعــات اســت. ایــن همــان چیــزی اســت کــه ناخــودآگاه توجــه شــما را بــه خــود جلــب میکنــد و مجبورتــان می‌کنــد تــا در طــرح هایــش دنبــال چیــزی باشــید، قبــل از آنکــه بدانیــد چــرا توجهتــان را بــه خــود جلــب کــرده. ایــن همــان زمــان و مکانــی اســت کــه چیــزی جدیــد، راه خــود را بــه ســوی چیــزی کــه قابــل پیش‌بینــی و قطعــی اســت پیــدا میکنــد (چــه ایــن تغییــر، مثبــت باشــد چــه منفی)؛ آشــوب دوار همــان اســت کــه از درون شــما بــه بیــرون می‌جوشــد - و بــا کمــی کنتــرل داوطلبانــه - انگار موجــودی اســت کــه بــال دارد؛ و ایــن همــان تخیــل و توجــه شــما بــرای بــروز دادن حرکتــی غیرقابــل پیش‌بینــی و معنــادار اســت. ایــن همــان ناشــناخته اســت کــه وقتــی بــه آن نــگاه می‌کنیــد، می‌بینیــد. و ســرانجام، آشــوب دوار همــان چیــزی اســت کــه وقتــی تــرس وحشــت زده‌تــان می‌کنــد، نمیتوانیــد بــه هیــچ چیــزی دیگــری جــز آن نــگاه کنیــد، گویــی کــه چنیــن پتانســیلی بــرای وحشــت، بــه علاقــه‌ی حیاتــی شــما بــه زندگــی می‌افزایــد.

بــه طــرز عجیبــی، مفهــوم آشــوب دوار، بــه خاطــر مجموعــه کتابهــا و فیلم‌هــای هــری پاتــر، بــرای مخاطبــان مــدرن مفهومــی آشناســت (حتــی اگــر خــود از ایــن موضــوع بــی اطــلاع باشــند). جــی. کــی. رولینــگ، نویســنده ایــن مجموعــه، تــلاش بســیاری کــرد تــا یک بــازی بــه اســم کوییدیــچ[2] را توصیف کند کــه بــه تعریــف و ســاختار یکپارچــه‌ی هاگوارتــز کمــک می‌نمایــد. هــدف از بــازی کوییدیچ، گل کــردنِ یک تــوپ (تــوپ ســرخگون) در یکــی از ســه حلقــه دروازه اســت کــه توســط بازیکنــان تیــم حریــف، ســوار بــر جاروهــای ســحرآمیز در میــان زمیــن و آســمان، مراقبــت می‌شــوند. تیمــی کــه بتواند تــوپ ســرخگون را از

۱ Round Chaos

۲ Quidditch

یکی از این حلقه‌های گل عبور دهد ۱۰ امتیاز به دست می‌آورد. همزمان دو نفر از بازیکنان (یک بازیکن از هر تیم) مشغول بازی دیگری هستند- مثل یک بازی در دلِ بازی دیگر. وظیفه این دو بازیکنان که بر اساس مهارت شان در توجه کردن و پرواز انتخاب میشوند (و به آنها جستجوگر می‌گویند)، مکان یابی، دنبال کردن و در نهایت گرفتن توپی بالداری است، به اسم گوی زرین، که در ظاهر شبیه به همین تصویر آشوب دوار است که در عکس کیمیاگر می‌بینیم. گوی زرین، از طلاست - نشان دهنده‌ی ارزش و خلوص آن - و دائما با سرعت زیاد و غیرقابل پیش‌بینی در حرکت است. مادامیکه که جستجوگر در تلاش است تا سوار بر جارو گوی زرین را به دست آورد، این گوی، جستجوگر را فریب می‌دهد و به طور کاتوره ای در زمین بازی می‌چرخد و می‌گردد. به دست آوردن گوی زرین، برای تیم ۱۵۰ امتیاز دارد و به منزله‌ی پایان بازی و برنده شدن تیمی است که آن را تصاحب کرده است. این مسئله نشان میدهد که دنبال کردن و تصاحب گوی زرین، نماد هر چیزی که هست - و تلویحا آشوب دوار - هدفی است که اهمیت آن از هر هدف دیگری بالاتر است. چرا تخیل عمیق جی. کی. رولینگ درباره‌ی این بازی، چنین ساختاری دارد؟ حکایت ایده‌ی او بیانگر چیست؟ دو روش برای پاسخ به این نوع سوالات وجود دارد (اگرچه هر دو پاسخ ارتباط مهمی با یکدیگر دارند):

پاسخ اول: در قانون ۱ در اینباره صحبت کردیم که هر آنکس که بازی را جوانمردانه انجام دهد، برنده‌ی واقعی است. دلیلش این است که جوانمردانه بازی کردن، با وجود ویژگی‌های خاص هر بازی، دستاوردی بالاتر از صرف برنده شدن است. تلاش برای یک بازی منصفانه - پیروی از روح قوانین - در معنای نهایی، نشانه ایست از توسعه حقیقی شخصیت، و به طبع آن نشانه ایست از وجود دغدغه ای برای مقابله به مثل واقعی. جستجوگرانِ گوی زرین می‌بایست جزئیات بازی کوییدیچ را، همچنان که عضوی از آن هستند، رها کنند و تلاش کنند تا گوی زرین را به چنگ بیاورند، درست مثل آن بازیکنی که در یک بازی واقعی باید خصوصیات ویژه‌ی آن بازی را نادیده بگیرد، در عین حال که به آنچه یک بازی اخلاقی واقعی را تشکیل میدهد، توجه

می‌کنـد، فـارغ از اینکـه چـه اتفاقاتـی در زمیـن بـازی در حـال رخ دادن اسـت. بنابرایـن یـک بازیکـن اخـلاق مـدار، درسـت مثـل یـک جسـتجوگر، بـه طـرز شکسـت ناپذیـری بـه دنبـال آن هدفـی اسـت که، در میـان تمـام پیچیدگی‌هـا و محدودیت‌هـای رقابـت، بالاتریـن ارزش را دارد.

پاسـخ دوم: در میـان کیمیاگـران، آشـوب دوار متقـارن بـا نمـاد خـدای بالـدار عطـارد اسـت، نمـادی کـه فرسـتاده‌ی قلمـرو الهـی، هدایتگـر ارواح، آورنـده‌ی خـوش شانسـی اسـت. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه نمـاد عطـارد در بـالای ایـن تصویـر (در مهمتریـن موقعیـت) قـرار گرفتـه، و تلاشـی اسـت بـرای نشـان دادن ایـن موضـوع کـه چـه چیـزی هدایتگـر فرآینـدی اسـت کـه تصویـر بیـان میکنـد. قرن‌هـا پیـش، قبـل از طلـوع شـیمی مـدرن، خـدای عطـارد نماینـده‌ی هـر آن چیـزی بـود کـه منشـا الهـام بـود کـه به طـور غیـر ارادی توجه‌هـا را بـه خـود جلـب می‌کنـد. او همـان روحـی بـود کـه یـک فـرد را، وقتـی بـه طـور مقاومـت ناپذیـری توجهـش معطـوف بـه چیـزی، کسـی، واقعـه، یـا موقعیتی میشـد، او را تسـخیر میکـرد. تصـور کنیـد کـه فرآیندهـای پیچیـده ای همزمـان در ناخـودآگاه در حـال رخداد اسـت، کـه واقعه ای بالقـوه ولـی بـا ارزش را مهـم جلـوه میدهـد، و تمایـز آن را از چیزهـای دیگـری کـه در اطـراف شـما اتفـاق می‌افتـد، تشـخیص میدهـد. تصـور کنیـد کـه آن فرآیندهایـی کـه ارزش را شناسـایی میکننـد زنده انـد، کـه در واقعیـت هـم چنیـن اسـت، و بـه انـدازه کافـی پیچیـده و یکپارچه هسـتند کـه در قالب یک شـخصیت مفهـوم سـازی شـوند. چنیـن مفهومـی، همـان عطارد اسـت. نقشـی کـه عطـارد بـر تمرکز ما دارد. تصویـری کـه نشـان داده شـده توجـه مـا را بـه نوعـی جلـب می‌کنـد کـه گمـان میکنیـم حسـی از اهمیـت دارد، چـون نشـان میدهـد کـه آنچـه در اطـراف شـما در حـال رخ دادن اسـت ارزش همـراه شـدن دارد، یـا دارای چیـز ارزشـمندی اسـت. آن جسـتجوگر، در زندگـی واقعـی، درسـت مثـل جسـتجوگر مجموعـه هـری پاتـر، آن کسـی اسـت کـه آن حـس اهمیـت را جدی‌تـر از هـر چیـز دیگـری بدانـد. بنابرایـن جسـتجوگر آن کسـی اسـت کـه، در عیـن حـال کـه مشـغول همـان بـازی اسـت کـه دیگـران هسـتند (و همچنیـن بازیکنـی منضبـط و ماهـر اسـت)، مشـغول یـک بـازی مهم‌تـر نیـز هسـت: دنبال کـردن آنچـه کـه از اهمیـت اساسـی برخـوردار اسـت. گـوی زریـن را (مثـل آشـوب دوار) میتـوان ماننـد

ظرفی در نظر گرفت که حاوی آن اهمیت اساسی است و بنابراین، وقتی تعقیب و به چنگ آورده می‌شود، خودش را به یابنده آشکار میکند. شاید در چنین شرایطی، ممکن است یک قانون طلایی را درباره آنچه بر ما آشکار می‌شود، به یاد بیاوریم که: «همانطور که می‌خواهید دیگران با شما رفتار کنند، با آنها رفتار کنید» (لوقا ۶: ۳۱). هیچ چیزی مهمتر از این تلاش نیست که یاد بگیرید تحت شرایطی دشوار و فرساینده، جوانمردانه بازی کنید. بنابراین می‌توان گفت، این همان هدفی است که در هر بازی باید دنبال کنید (گرچه این هم مهم است که تلاش کنید تا در بازی برنده شوید).

هر یک از ما، زمانی که بخت یارمان باشد، مجذوب چیزی می‌شویم که توجه مان را جلب می‌کند - عشق به کسی؛ علاقه به ورزشی؛ یا یک مسئله سیاسی، جامعه شناسی، یا اقتصادی؛ علاقه مندی به یک هنر، ادبیات، یا رمان - چیزی که، به هر دلیلی که نمی توان آن را کنترل کرد یا فهمید، ما را فرا می‌خواند (سعی کنید خودتان را به چیزی علاقه مند کنید که اصلا برایتان مهم نبوده و خودتان ببینید که چقدر خوب جواب میدهد). پدیده ای که ذهن ما را به خود معطوف میکند (پدیده: که در زبان یونانی[1] به معنای «ظهور کردن» و «روشن شدن» است)، مثل چراغ‌هایی در یک مسیر تاریک اند: آنها بخشی از فرآیندهایی ناخودآگاه اند که مختص یکپارچه سازی و پیشرفت روان ما، و تقویت رشد روانشناختی مان هستند. شما آنچه را که مورد علاقه‌تان باشد انتخاب نمیکنید. بلکه کار مورد علاقه‌تان شما را انتخاب میکند. جذابیتی از درون تاریکی خودش را آشکار میکند که ارزش زندگی کردن دارد؛ آن را دنبال کنید؛ چیزی ما را در انتهای مسیر ما را به حرکت در می‌آورد، و به سمت مظاهر معنادار بعدی سوق میدهد. و همانطور که پیش می‌رود، رشد میکند، توسعه می‌یابد، و موفق میشود. این سفر، سفر خطرناکی است، اما ماجراجویی زندگی ماست. فرض کنید که به دنبال کسی هستید که دوستش دارید: چه او را به دست بیاورید، چه نیاورید، در این فرآیند تغییر میکنید. همینطور به مسافرت‌هایی که رفته

۱ Phainesthai

www.KhoreKetab.com

ایـد فکـر کنیـد، و یـا کارهایـی کـه، چـه از روی علاقـه و چـه از سـر ضـرورت، انجـام داده ایـد فکـر کنیـد. در تمـام ایـن مـوارد، چیزهایـی جدیـدی تجربـه میکنیـد. گاهـی اوقـات دردنـاک انـد؛ گاهـی هـم بهتـر از تمـام کارهـای دیگـری هسـتند کـه می‌توانسـتید انجـام دهیـد. هـر دو حالـت عمیقـا آموزنـده انـد. بخشـی از دنیـای بالقـوه ای هسـتند کـه شـما را بـه بـودن فـرا می‌خواننـد، و در نتیجـه‌ی پیگیـری شـما، بـرای همیشـه تغییرتـان می‌دهنـد - خـواه تغییـری مثبـت باشـد، خـواه منفـی.

بـالای آشـوب دوار یـک اژدهـا نشسـته اسـت. بـه این دلیـل که آنچه جـذاب و معنـادار اسـت (همینطور بدیـع و غیرمنتظـره اسـت) خـودش بـه گونـه ای نشـان میدهـد که هـم خطرنـاک، و هـم امیـدوار کننده اسـت، علـی الخصـوص زمانـی کـه جذابیتـی شـدید و مقاومـت ناپذیـر دارد. خطرنـاک اسـت چـون بـر یـک خزنـده‌ی نامیـرای درنـده دلالـت دارد، و البتـه طـرز مرمـوزی امیـدوار کننـده اسـت، چون اژدهـا، کهن الگـوی[1] نگهبانـی اسـت کـه از یـک گنجینـه حفاظـت میکنـد. بنابرایـن، این نقاشـی نشـان دهنـده‌ی یک پیشـرفت روانشـناختی اسـت. نخسـت، خـود را علاقـه منـد بـه چیـزی می‌بینیـد. آن چیـز (آشـوب دوار) ترکیبـی از پتانسـیل و اطلاعـات اسـت. چنانچـه بتوانیـد آن را بـه دسـت بیاوریـد، اطلاعاتـش را برای شـما فـاش میکنـد. بـر اسـاس چنیـن اطلاعاتـی، دنیایـی را کـه ادراک میکنیـم، بنـا میکنیـم، و همچنیـن آن خـودی را کـه درک می‌کنیـم، میسـازیم. بنابرایـن آشـوب دوار همـان ظرفـی اسـت کـه هـم مـاده (دنیـا) و هـم روح (روان مـان) از آن بیـرون می‌آیـد. اشـکال و اعـدادی نیـز درون ایـن آشـوب دوار بـه چشـم می‌خورنـد: عـدد ۳ بـه همـراه کـه روی یـک مثلـث نوشـته شـده، و بـه طور سـنتی بـا مفهـوم روح عجین شـده (بـه خاطـر ارتبـاط آن بـا تثلیـث مقـدس[2]) و عـدد ۴ روی یکـی از اضـلاع مربـع، کـه نماینـده جهـان مـادی اسـت(به خاطـر ارتبـاط آن بـا عناصـر چهارگانـه سـنتی: آب، خـاک، بـاد، و آتـش). اژدهـا، بـه نوبـه خـود، بـالای ایـن آشـوب دوار قـرار گرفتـه: نماینـده خطـر، و امـکان وجـود اطلاعـات در داخـل ظـرف.

۱ هـر کهن‌الگـو تمایـل سـاختاری نهفتـه‌ای اسـت کـه بیانگـر محتویـات و فرایندهـای پویـای ناخـودآگاه جمعـی در سـیمای تصاویـری ابتدایـی اسـت - م.

۲ Holy Trinity

بـالای اژدهـا، پیکـر انسـانی ایسـتاده کـه بـه رِبیـس[1] مشـهور اسـت: بدنـی بـا دو سـر، یکـی مـرد، و دیگـری زن. رِبیـس نمـاد شـخصیتی کامـلا رشـد یافتـه اسـت، کـه بـی درنـگ در پـی دنبـال کـردن آنچه هـم شـجاعانه و معنـادار اسـت (آشـوب دوار)، و هـم خطرنـاک و امیدبخـش اسـت (اژدهـا) پدیـدار می‌شـود. رِبیـس دارای دو جنبـه نمادیـن اسـت. جنبـه ای مردانـه، کـه نماینـده‌ی کاوش، نظـم، و منطـق اسـت (کـه بـا خورشـید عجیـن شـده و میتـوان آن را در سـمت چـپ سـر مـرد دیـد)، و جنبـه ای زنانـه، کـه نماینـده‌ی آشـوب، امیـد، توجـه، بازآفرینـی، و احساسـات اسـت (کـه بـا مـاه در سـمت راسـت سـر زن مشـاهده میشـود). در دوران اجتماعـی شـدن بـه صـورت عـادی، طبیعـی اسـت کـه یکـی از جنبه‌هـا بیشـتر از دیگـری توسـعه یابـد (همانطـور کـه مـردان بـه شـیوه ای مردانـه، و زنـان بـه شـیوه ای زنانـه اجتماعـی می‌شـوند، در عیـن حـال کـه بیولـوژی آنهـا نیـز بـه ایـن گرایـش دامـن میزند). بـا ایـن وجود، امـکان توسـعه هـر دو اصـل - از راه قـرار گرفتـن بـه انـدازه کافـی در معـرض کاوش، آشـوب دوار، و آن اژدهـا - وجـود دارد. ایـن راهـکاری اسـت کـه بـه ایـده آل میرسـد - یـا شـهود کیمیاگـری روی میدهـد.

خـارج از ناشـناخته - همـان پتانسـیلی کـه جهـان را شـکل میدهـد - شـمایلی وحشـتناک، ولـی امیدبخـش، بیـرون می‌آیـد کـه بیـم و امیـد را یکـی میکنـد. ایـن دوگانگی ابـدی اسـت و انعـکاس آن را میتـوان در دو نمـاد بـالای دم اژدهـا دیـد: یکـی نمـاد مشـتری، نشـان دهنـده چیـزی کـه مثبت اسـت، و دیگـری زحـل، نماینـده آنچـه منفـی اسـت. بعـد از رویارویـی بـا خطـر و پدیدار شـدن امیـد، جنبه‌های زنانـه و مردانـه‌ی روان بـا هـم هماهنـگ انـد. راهنمـای ایـن فرآینـد، روح عطـارد اسـت به عنـوان معنای جهـان بـروز میکنـد، و بـه طریقـی ناخـودآگاه توجـه مـا را بـه سـمت اکتشـاف در مسـیری می‌کنـد کـه المان‌هـای نامـوزون و ناسـازگار شـخصیت را بـا هـم متحـد می‌سـازد. همـه‌ی اینهـا را بـه درسـتی می‌تـوان داسـتانی از رشـد یـک شـخصیت ایـده آل تعبیـر کـرد - توصیفـی در قالـب یـک تصویـر، کـه بیـان میکنـد هـر یـک از مـا میتوانیـم چـه کسـی باشـیم.

1 Rebis

www.KhoreKetab.com

از چنـد خدایـی بـه یکتاپرسـتی و ظهـور یـک شـخصیت بافضیلـت: شـما چـه کسـی می‌توانیـد باشـید (II)

اکنـون می‌خواهیـم توصیـف دیگـری از اینکـه «شـما چـه کسـی می‌توانیـد باشـید» از جنبـه ای دیگـر ارائـه کنیـم کـه برگرفتـه از یـک داسـتان کهـن اسـت و مـا شـانس آن را داشـتیم کـه از نـو آن را کشـف کنیـم. یـک حکایـت باسـتانی از بیـن النهریـن بـه نـام اینومـا اِلیـش[1] (بـه معنـای زمانـی کـه در اوج هسـتیم)، قدیمـی تریـن افسـانه‌ی شـناخته شـده دربـاره‌ی یـک قهرمـان تقریبـا کامـل اسـت کـه قدمـت نوشـتار آن بـه ۴ هـزار سـال پیـش میرسـد، امـا قدمـت شـفاهی آن بـدون شـک بسـیار بیـش از اینهاسـت. ایـن داسـتان دربـاره الهـه ای کهـن، بـه نـام تیامـات[2] (تجسـم آب شـور، و همچنیـن یـک اژدهـای آبـزی هیـولا) اسـت کـه بـا همتـای مـرد خـود، آپسـو[3] (تجسـم آب شـیرین) در هـم می‌آمیـزد، و از ایـن آمیـزش، قلمـرو بـودن کـه سـاکن اولیـه‌ی آن، فرزنـد اول ایـن دو خـدای بـزرگ، تیامات و آپسـو، اسـت آغـاز می‌شـود.

بـرای درک ابتـدای ایـن داسـتان، لازم اسـت چنـد نکتـه را کـه پیشـینیان، بنیـان واقعیـت می‌دانسـتند، بدانیـم. ایـن نـکات بـا حقایـق علـم مـدرن بسـیار متفـاوت انـد. پیـش از شـروع جهـان بینـی علمـی، در حـدود ششـصد سـال پیـش، واقعیـت بـه صـورت کلیـه تجـارب بشـر تعبیـر میشـد. آنچـه مـا تجربه میکنیـم، بـه طـور مفهومـی بـا دنیـای عینـی[4] - یعنـی موجوداتـی صرفـا فیزیکـی - متفـاوت اسـت، و در عـوض بـا تجربیاتـی کـه جامع‌تـر قابـل مقایسـه اسـت، مثـل تجربیـات نسـبی[5] یعنـی احساسـات، رویاهـا، چشـم اندازهـا، و انگیزه‌هایـی مثـل گرسـنگی، تشـنگی و درد. آنچـه مـا تجربـه میکنیـم، بهتـر اسـت بـا رمان‌هـا و فیلم‌هـا مقایسـه شـود، کـه تمرکزشـان بـر روابـط و اشـتراک حـالات مختلـف

۱ Enuma Elish
۲ Tiamat
۳ Apsu
۴ Objective
۵ Subjective

درونـی و بیرونـی اسـت، تـا واقعیـت بـه عنـوان جهانـی فیزیکـی صـرف، کـه ممکـن اسـت آن را بـه توصیفـات علمـی و فیزیـک واقعیـت تشـبیه کنیـم. آنچـه تجربـه می‌کنیـم، بـه عنـوان مثـال، بیشـتر بـا فقـدان واقعـی، خـاص، و منحصربفـرد ناشـی از مـرگ عزیزمـان که عاشـقش بودیم، قابل مقایسـه اسـت تـا بـا گـزارش فوتی‌هـای بیمارسـتانها. تجربـه مـا درامـی از تجربـه زندگـی اسـت. دلیـل اینکـه تـا ایـن انـدازه مجـذوب افسـانه‌های نمایشـی میشـویم، ایـن اسـت کـه تجربـه مـا اساسـا وابسـته بـه ادبیـات، داسـتان، و تجسـم اسـت. فیلـم هـا، نمایشـها، اپراهـا، سـریالهای تلویزیونـی - حتـی متـن ترانه‌هـا - بـه مـا کمـک میکننـد تـا بتوانیـم بـا تجربیـات زندگی کنـار بیاییـم. تجربیاتـی که بسـیار فراتـر و گسـترده‌تر از مادیـات صـرف اسـت.

درک قسـمت اول بحـث دربـاره ماجـرای اینومـا اِلیـش در گـرو دانسـتن یـک بـاور باسـتانی دیگـر نیـز هسـت: طبیعـتِ اساسـا اجتماعـیِ دسـته بندی‌هـای شـناختی مـا. در واقـع بـه همیـن دلیـل اسـت که همـه چیـز در کتابهـای کـودکان دارای شـخصیت اسـت: مثـل خورشـید، مـاه، اسـباب بازیهـا، حیوانـات - و حتـی ماشـینها. مـا چیـز عجیبـی در ایـن موضـوع نمـی بینیـم، چـون عمیقـا تمایـلات ادراکـی مـا را منعکـس میکنـد. مـا انتظـار داریـم کـه کـودکان، دنیـا را اینگونـه ببیننـد و درک کننـد، و حتـی خودمـان نیـز می‌توانیـم بـه راحتـی بـه همیـن کار بپردازیـم. نکتـه ای در اینجـا بایـد روشـن شـود: واقعیتـی کـه در کتاب‌هـای کـودکان شـخصیت پـردازی و ارائـه شـده، واقعیتـی نیسـت کـه دقیـق باشـد. در عـوض ایـن مـورد اتفـاق می‌افتـد (کـه بـه معنـای عکـس فـرض اولیـه ماسـت): مـا واقعیـت را مسـتقیما و بـه طـور طبیعـی بـه گونـه ای شـخصیت سـازی شـده درک میکنیـم، سـپس بـه صـورت ارادی و بـا دقـت تـلاش میکنیـم تـا آن شـخصیت سـازی را از بیـن ببریـم، تـا در نهایـت بتوانیـم «واقعیـت بیرونی و قابـل مشـاهده» را شناسـایی کنیـم. بنابرایـن مـا واقعیـت را متشـکل از شـخصیتها درک می‌کنیـم، زیـرا آنچـه از واقعیـت بسـیار اجتماعـی و جوامـع پیچیـده مـان، کـه اغلـب بـا آن مواجـه می‌شـویم، در قالـب شـخصیت‌ها تعریـف می‌شـوند - مثـل شـخصیت جنسـی، کـه بـا بیـش از یـک میلیـارد سـال، سـابقه ای بسـیار قدیمی‌تـر از توانایـی تولیـد مثـل جنسـی دارد (زمانـی بـه انـدازه کافـی طولانـی، بـرای

پیدایش باورهایی عمیقا ساختار یافته). ما جنس نر را می‌فهمیم، و از این طریق مردانگی را معنا میکنیم. ما جنس ماده را می‌فهمیم، و از این طریق زنانگی را معنا میکنیم. نهایتا ما کودک بودن را میفهمیم و از این طریق معنای، عموما، فرزند پسر را درک می‌کنیم. این دسته بندی‌های اساسی، نه فقط در داستان خلقت اینوما اِلیش به وضوح منعکس شده است، بلکه زیربنای درک ما از تمام داستانهایی است که می‌دانیم. الهه کهن، تیامات، همان آشوب است؛ هیولایی ماده، یک اژدها. او وحشت طبیعت، خلاق و ویرانگر، مادر و قاتل همه ماست. آپسو، شوهرش، پدری ابدی است. او همان نظمی است که امنیت مان را تضمین می‌کند، در عین اینکه همان ستمی که بر ما روا میرود. به بیان باستانی، این دو خدای بسیار قدیمی، از طریق «آمیزش آب هایشان»، در رابطه ای جنسی و مولد با یکدیگر متحد می‌شوند. به این روش، آنها نخستین فرزندشان را، خدای خدایان بین النهرین، به وجود می‌آورند. این خدایان عناصر جهان را - مثل آسمان و زمین، گل و لای، و جنگ و آتش - بسیار دقیق‌تر از یک مادر و پدر نخستین، نشان می‌دهند. با این حال، آنها درست مثل کودکان دو ساله بی دقت، پر آشوب، و بی فکر (که به نوبه خود نیروهایی بدوی اند) هستند. بی دقتی مداوم و از روی بی فکری و ناآگاهی منجر به فاجعه می‌شود: تصمیمی مشترک برای اعلام جنگ علیه آپسو، قتل او، و در نهایت بنای سکونت گاه بر سر مزارش.

تیامات - مظهر آشوب - که پیش از آن نیز از بی عقلی فرزندش آزرده شده بود، به طرز خونینی از قتل همسر خود به دست فرزندش خشمگین میشود. این الهه مخوف، لشگری از یازده هیولا تشکیل میدهد تا جلوی فرزند خیره سر خود را بگیرد، و به یک هیولای اهریمنی به نام کینگو[1] ازدواج میکند. کینگو به فرزند تیامات اجازه میدهد تا به هر شیوه که میخواهد زندگی کند اما لوح تقدیرها را برایش می‌فرستد (نشان دهنده اقتدار او به عنوان حاکم نهایی جهان). رابطه بین این نمایش دراماتیک درخشان و نحوه استفاده، یا سوءاستفاده، از موهبت‌های فرهنگ

۱ Kingu

www.KhoreKetab.com

بدیهـی اسـت: تخریـب بـی رویـه سـنت، بـه معنـی ظهـور (مجـدد) هـرج و مـرج اسـت. وقتـی جهـل فرهنـگ را از بیـن ببـرد، هیولاهـا ظهـور می‌کننـد.

مادامیکـه تیامـات در حـال صـف آرایـی و تشـکیل لشـکری از هیولاهـا سـت، خدایـان بزرگتـر در حـال آشـنا شـدن بـا یکدیگـر، فرزنـد آوری و سـپس تربیـت نـوادگان شـان انـد. یکـی از ایـن افـراد، مـاردوک[1]، بـا اسـتعدادی ویـژه، امیـدوار کننـده، و قدرتمنـد پدیـدار میشـود. او بـا چشـمهایی متولـد شـد کـه دور سـرش می‌چرخـد و همـه چیـز را می‌توانـد ببینـد. او میتوانـد کلماتـی جادویـی بگویـد. او، درسـتماننـد آنچـه اجـدادش دربـاره اش می‌گفتنـد، خدایـی کامـلا جدیـد اسـت. در حیـن اینکـه مـاردوک بالـغ می‌شـود، سـایر خدایـان در حـال آمـاده شـدن بـرای مقابلـه بـا تیامـات انـد تـا بـا او بجنگنـد. آنهـا یکـی پـس از دیگـری تـلاش می‌کننـد تیامـات را شکسـت دهنـد امـا همگـی شکسـت میخورند. نهایتا کسـی پیشـنهاد می‌دهـد کـه شـاید مـاردوک، علیرغـم جوانـی اش، بایـد بـا مادربـزرگ وحشـتناک خـود بجنگد. مـاردوک بـه یـک شـرط بـا ایـن ایـده موافقـت می‌کنـد: اینکـه اگـر پیـروز شـود، از ایـن پـس بایـد لوح تقدیرهـا را در دسـت بگیـرد و در بـالای سلسـله مراتـب سـلطه خدایـان بنشـیند.

بـه ایـن ترتیـب اسـت کـه ایـن داسـتان باسـتانی، ظهـور توحیـد را از شـر شـرک توصیـف می‌کنـد. بـه نظـر میرسـد داسـتان اینومـا اِلیـش روایتـی داسـتانی از فراینـدهـای روانـی یـا معنـوی تشـکیل دهنده‌ی چنیـن تحولـی اسـت. تمـدن باسـتان بیـن النهریـن بـا ضـرورت ادغـام و اتحـاد بسـیاری از اقـوام و قبایـل گوناگـون، هـر یـک بـا خدایـان مختلـف، روبـرو شـد. خـدای برخاسـته از میـان آن همـه درگیـری، یـک خـدای فراگیـر[2] بـود، خدایـی مرکـب از تمـام ویژگی‌هـای مهـم خدایـان. بـه همیـن دلیـل بـود کـه مـاردوک، بـه عنـوان مثـال، بیـش از پنجـاه اسـم و صفـت داشـت. بـه گفتـه اسـطوره شـناس معـروف میرچـا ایلیـاد[3]، ظهـور یکـی از میـان بسـیاری، یـک فراینـد رایج اسـت، مثل جنگهـای خدایان در آسـمانها

۱ Marduk

۲ Meta-god

۳ Mircea Eliade

www.KhoreKetab.com

کـه یـک موضـوع اسـطوره شناسـی اسـت. چنیـن چیـزی در عالـم تخیـل، همتـای روانشـناختیُ زحمت کشـیدن بـرای مفهـوم الوهیـت و ارزش بـر روی زمیـن اسـت. قبایـل متحـد می‌شـوند. هر کـدام خدایان خـود را دارنـد. افـراد تشـکیل دهنـده ایـن گروه‌هـای متعـدد، بـه طـور مشـخص و مفهومـی، بـرای آنچه بـدان اعتقـاد دارنـد، گاه بـرای نسـلها می‌جنگنـد. گویـی ایـن خدایـان بـرای رسـیدن بـه تخت شـاهی و تسـلط بـر دوره‌هایـی طولانی‌تـر از زندگـی یـک فـرد، از پیـروان شـان به عنـوان وکلایشـان بهـره می‌برند. ایـن موضـوع در داسـتانهای باسـتانی منعکـس شـده اسـت. هنگامـی که ایـن خدایـان در مـورد مواضع نسـبی خـود بـا هـم بـه توافـق برسـند - به ویـژه اگـر در قالـب یک سلسـله مراتـب قـرار بگیرنـد - بدان معناسـت کـه صلـح در حقیقـت دسـت نیافتنی شـده اسـت، زیـرا اسـتقرار یک سلسـله مراتب مشـترک از خدایـان، دارای ارزش اسـت. بنابرایـن هـر زمـان از افـراد بـا پیشـینه‌های مختلـف خواسـته شـود که بر یـک مبنـای دائمـی بـا هـم تعامـل کننـد، یـک سـوال ابـدی پدیـدار می‌شـود: همـه ایـن خدایـان دارای چـه خصیصـه ای هسـتند کـه آنهـا را خـدا کـرده اسـت؟ در حقیقـت، خدا چیسـت؟

پاسـخ بـه ایـن سـوال بسـیار دشـوار اسـت. ایـن سـوال از یـک سـو ارزشـمند اسـت: بالاتریـن اهمیت از آنِ چیسـت؟ از سـوی دیگـر ایـن سـوال، یـک سـوال سـلطه جویانـه اسـت: کـدام اصـل بایـد حاکـم باشـد؟ اینهـا سـوالات کسـانی هسـتند کـه درباره منشـا مفهـوم نهایـی الوهیت تامـل می‌کنند. دشـواری پاسـخ بـه چنیـن سـوالی از ایـن جهـت اسـت کـه ایـن پاسـخ نیـاز بـه زمـان طولانـی، در حـدود قرنهـا و هـزاره هـا، دارد. پاسـخ بـه ایـن سـوال نخسـت بـه صـورت داسـتان درآمـده اسـت. مردمـان بیـن النهریـن بـه طـرزی درخشـان ایـن موضـوع را شـهودا درک کـرده بودنـد کـه بالاتریـن خـدا - بالاتریـن خوبـی - شـامل خصیصه‌هـای مثـل توجـه دقیق(چشـمان متعـدد دور سـر مـاردوک)، و زبانـی موثـر (کلمـات جادویـی مـاردوک کـه قـادر بـه آفرینـش یـک کیهـان بـود)، عـلاوه بـر شـجاعت و قـدرت بـرای مواجهـه‌ی داوطلبانـه بـا آشـوب و ناشـناخته اسـت. می‌تـوان ادعـا کـرد کـه اینهـا ویژگی‌هـای تعییـن کننـده بـرای روح بـزرگ بشـریت اسـت، حداقـل مادامـی کـه آن روح نجیـب و قابـل تحسـین باشـد.

مصریـان باسـتان نیـز در بسـیاری از مـوارد، ایده‌هایـی مشـابه را بـه صـورت قاعـده در آورده انـد - کـه

www.KhoreKetab.com

در ادامـه مفصـل بـه جزئیـات آن خواهیـم پرداخـت. ایـن افسـانه‌ها مربـوط بـه یـک خـدای حامـی بـه نـام هـروس[1]، پسـر ازیـروس[2]، خدایـی بـا چشـمانی بـه تیزبینـی شـاهین (نمـاد مشـهوری از خـدای مصریـان بـا یـک چشـم) اسـت. او را بـا تمایلش به جسـتجو، شناسـایی، درک و شکسـت دادن شـیطان توصیـف می‌کننـد. بازنمایـی ایـن واقعیـت - مهمتریـن شـان توجـه کـردن، خردمندانـه سـخن گفتـن، و واقعیـت را بیـان کـردن، حتـی در مواجهـه بـا یـک هیـولا - می‌توانـد مهمتریـن دسـتاورد گونـه‌ی مـا باشـد. چنیـن موضوعـی ضـرورت مقابلـه بـا آنچـه را کـه حواسـمان بـه مـا نشـان می‌دهنـد، فـارغ از اینکـه چنیـن واقعیتـی چقـدر مخـوف باشـد، نشـان میدهـد. چنیـن حالتی ایـن امـکان را فراهـم میکند کـه درک صریـح مـان از واقعیـت را بـه عمیـق تریـن زندگی ای کـه میتوانیم داشـته باشـیم، نزدیک کنیم، و از ایـن طریـق، اتحـاد واقعـی بـدن و روح در کنـار درک و تقلیـد جزئـی از داسـتان امـکان پذیـر میشـود. شـاید از همـه مهمتـر اینسـت کـه اهمیـت بـی نظیـر کلمـات در تبدیـل کـردن پتانسـیل بـه فعلیـت را نشـان میدهـد و بـه مـا کمـک می‌کنـد تـا بفهمیـم نقشـی کـه هـر یـک از مـا در ایـن تحـول بـازی می‌کنیـم از نظـر معنایـی تـا حـدی خدایـی اسـت.

مـاردوک، بعـد از انتصابـش در بالاتریـن موضـع، بـا تیامـات روبـرو شـد، او را شکسـت داد و از بقایـای او، آسـمانها و زمیـن را آفریـد. در واقـع، یکـی از نام‌هـای مـاردوک ایـن اسـت «آن کـس کـه از نبـرد بـا تیامـات، چیزهـای بـی نظیـری می‌آفرینـد.» ایـن نکتـه لازم بـه ذکـر اسـت کـه، از نظـر ایـن داسـتان، بشـر جهـان قابـل سـکونت را، دهها هـزار سـال پیـش، از تکه‌هـای هیولاهـا و خانه‌هـای اولیـه خـود را از اسـتخوانهای غـول پیکـر حیوانـات کـه بـا شـجاعت شکسـت داده بودنـد، سـاخته انـد. ماردوک لشـگر هیولاهـای تیامـات را شکسـت داد، از جملـه رهبـر آن، کینگـو، و لـوح تقدیرهـا را از او گرفـت و خـود بـه جایـش بـه تخـت سـلطنت بـر جهـان نشسـت. او بـه همـراه خدایـان دیگـر بـه خانـه اش بازگشـت. هموطنانـش پیـروزی او را جشـن گرفتنـد، و پیـش از آن کـه او بـه دیگـران وظایفشـان را ابـلاغ کنـد،

۱ Horus
۲ Osiris

بـه رهبـری او رضایـت دادنـد. سـپس مـاردوک بعـد از مشـورت بـا اِنکـی[1]، خـدای خـرد، تصمیـم کـه بـه خلقـت انسـان گرفـت، و پـس از آن، بـه کمـک سـایر خدایـان، بـه وظیفـه ای ابدی بـرای برقـراری تعادل میـان نظـم و آشـوب کمـک کـرد، تـا آن خدایـان را از دیـن شـان آزاد کـرد و مسـئولیت شـان را بـر دوش انســان نهاد.

داسـتان اولیـه ایـن بـوده اسـت: زمانـی کـه نظـم (آپسـو) از روی بـی توجهـی تهدیـد یـا نابـود شـود، نیروهـای وحشـتناک هـرج و مـرج و آشـوب، کـه جهـان در ابتـدا از آنهـا زاده شـده، بـار دیگر در ماسـکی هیـولاوار، ویرانگـر، و درنـده پدیـدار می‌شـوند. سـپس یـک قهرمـان، نماینـده والاتریـن ارزشـها، بایـد برخیـزد یـا انتخـاب شـود تـا بـا ایـن نیـروی آشـوبناک روبـرو شـود. او ایـن کار را بـا موفقیـت انجـام می‌دهـد، و ارزشـی والا میسـازد. آنچـه ایـن قهرمـان نشـان میدهـد، مهمتریـن نیروهایـی هسـتند کـه روان انسـان را شـکل می‌دهنـد. از جنبـه ای دیگـر، آن قهرمـان تجسـمی از عمـل و ادراک اسـت کـه بایـد بـر انگیزه‌هـای روانـی اولیـه مثـل شـهوت، خشـم، گرسـنگی، تشـنگی، وحشـت، و لـذت مسـلط شـود. بـرای کنتـرل (و بهتـر از آن، مهـار) آشـوب، ایـن اصـل قهرمانانـه را بایـد همـواره بـه عنـوان مهمتریـن اصلـی کـه بـه بشـر انگیـزه داده و او را سـازماندهی میکنـد، شـناخت. ایـن حداقـل بـدان معناسـت کـه چـه چنیـن اصلـی بایـد همـواره مـورد عمـل قـرار بگیـرد، و ایـن همـان معنـای «مهـم تلقـی شـدن» اسـت. از ایـن طریـق اسـت کـه روحیـه مـاردوک، شـخصیت هـر آن کسـی را کـه شـجاعانه بـا هـرج و مـرج روبـرو میشـود، تسـخیر میکنـد و آن فـرد می‌توانـد تـا ابـد جامعـه را بسـازد و بازآفرینـی کنـد. این همـان پیامـی اسـت کـه کودکـی از دوران خردسـالی می‌آمـوزد کـه احساسـات و انگیـزه هایـش را تنظیم کنـد تـا شـخصیتی منسـجم بـه دسـت آورد، و سـپس بـا دنیـای ناشـناخته‌ی بیـرون روبـرو شـود.

ایـن داسـتان سـنت جـورج[2]، بـه بیانـی کمـی تغییـر یافتـه اسـت: سـاکنان یـک شـهر باسـتانی بایـد از جایـی دقیقـا نزدیـک بـه لانـه یـک اژدهـا، آب می‌آوردنـد. بـرای چنیـن کاری، بایـد یـک قربانـی - در

۱ Ea, Enki
۲ St. George

www.KhoreKetab.com

بعضی شرایط یک گوسفند، و اگر گوسفندی پیدا نمی کردند، یک دختر - به اژدها پیشکش می‌کردند. وقتی گوسفندان کم بودند، زنان جوان بین خود قرعه می‌انداختند. یک روز قرعه به نام دختر شاه افتاد. بعد از آن، سنت جورج صلیب اش (نمادی از نجات دهنده غایی) را به اژدها نشان می‌دهد، و شاهزاده محکوم را آزاد می‌کند. سپس تمام مردم شهر به آیین مسیحیت می‌گروند. پیروزی در مقابل اژدها - حیوان شکارچی، یا حاکم قلمرو ناشناخته‌ها - پیروزی بر تمام نیروهایی است که در تمام دوره‌های تکاملی زندگی، تهدیدی برای حیات فرد و جامعه بوده است، و همچنین به معنی پیروزی بر پلیدی درون و برون ماست. صلیب، به نوبه خود، نماد بار زندگی است. صلیب محل خیانت، شکنجه، و مرگ است. بنابراین، نمادی بنیادین از آسیب پذیری فناپذیر است. همچنین در داستانهای مسیحی، صلیب محلی است برای گذار بشر از آسیب پذیری، به شرط آن که آسیب پذیری اش را بپذیرد. این پذیرش داوطلبانه به معنای پیروزی بر اژدها، نماینده‌ی هرج و مرج، مرگ و ناشناخته هاست. بنابراین با پذیرش رنج زندگی، شاید بتوان بر پلیدی غلبه کرد. گزینه دیگر، حداقل در شکل روانشناختی آن، جهنم است: خشم، کینه، و میل به انتقام و نابودی.

همین داستان در حکایت‌های سنت پاتریک[1] و سنت مایکل[2] مطرح میشود، کسی که مارها را از ایرلند بیرون راند یا با شکل منسوخ مسیحیت سنتی (کینگویی) مبارزه کرد (مکاشفه ۱۲:۹). این همان داستانی است که جی. آر. آر. تالکین[3] در کتاب هابیت[4] آورده است و داستان برگرفته از یک شعر باستانی است[5] که در آن قهرمان داستان با دو هیولای پسر و بدتر از آن، مادرش، روبرو می‌شود و آنها را شکست میدهد. قهرمان داستان هابیت، در روند ماجرا، برای کمک به بازیابی

۱ St. Patrick
۲ St. Michael
۳ J. R. R. Tolkien
۴ The Hobbit
۵ Beowulf

www.KhoreKetab.com

یـک گنـج قدیمـی کـه توسـط یـک اژدهـا محافظـت میشـود، بـرای خـود (کـه بـه طـرز عجیبـی یـک دزد اسـت) صاحـب شـخصیت و خـرد میشـود. داسـتان پرسئوس و مدوسـا، کسـی کـه آنقـدر چهـره مخوفـی دارد کـه هـر آنکـس بـه او نـگاه کنـد بـه سـنگ بـدل میشـود، داسـتان دیگـری اسـت، مثـل پینوکیـو، کسـی کـه پـدرش را از شـکم هیولایـی آبـزی نجـات داد و در ایـن حیـن جـان خـود را از دسـت داد و از نـو حیـات یافـت. چیـزی شـبیه بـه ایـن را میتـوان در فیلمهـای انتقـام جویانـه[1]ی اخیـر نیـز دیـد. آنجـا کـه مـرد آهنـی - همـان کـه نیمـی از شـخصیت ابرقهرمانـش از جنـس طلاسـت - کرمهـای یـک اژدهـای بیگانه،چیتـاری[2] (متحـد لوکـی[3] شـیطانی)، را از پـا در مـیآورد. او نیـز میمیـرد و سـپس از نـو متولـد میشـود و آن دوشـیزه را (بـا ماسـک خانـم پپـر پتـس[4]) بـه دسـت مـیآورد. درک یـک نکتـه ضـروری اسـت: اگـر پیشـینهی تکاملـی مـا بـه میـزان قابـل توجهـی با ایـن داسـتانها متفـاوت بـود، اگر فرهنـگ مـان بـه صـورت ضمنـی یـا صریـح توسـط ایـن الگوهـای باسـتانی شـکل نگرفتـه بـود، هیـچ درکـی از معنـای ایـن داسـتانها نداشـتیم (چـه کـودکان و چـه بزرگسـالان).

تمـام ایـن قهرمانهـا کاری را انجـام میدهنـد کـه شـاید بزرگتریـن کشـف اجـداد اولیـه انسـان باشـد: اگـر بینـش و شـهامت داشـته باشـید (و در صـورت نیـاز، یـک چمـاق محکـم)، میتوانیـد وحشـتناک تریـن مارهـا را فـراری دهیـد. بـدون شـک بزرگتریـن نیـاکان مـا، زمانـی کـه هنـوز روی درختـان زندگـی میکردیـم، بـا چـوب در مقابـل مـار از خـود محافظـت میکردنـد. بـدون شـک ایـن اجـداد شـجاع کـه داوطلبانـه مارهـا را بدرقـه میکردنـد، بـا دوشـیزگانی جـوان (همتایان درختـی شـان) اسـتقبال میشـدند - شـاید بـه همیـن دلیـل اسـت کـه اژدهـا، دوشـیزگان را نیـز همچـون طـلا محافظـت میکردنـد. بـا این حـال، آنچـه بدتریـن مارهـا و تنومندتریـن چماقهـا را میسـازد، میتـوان به عنوان اساسـی ترین سـوالات بشـر و هسـته اصلـی مذهـب در نظـر گرفـت. جالـب اینجاسـت کـه در داسـتان هابیـت، بـه اصطـلاح

۱ Avengers
۲ Chitauri
۳ Loki
۴ Ms. Pepper Potts

بدتریـن مـار، یـک اژدهاسـت، و در اربـاب حلقــه هــا[1] بـه صـورت انتزاعــی ظریف‌تـر و پیچیده‌تـر در قالـب جادوگـری بـه اسـم سـارون[2] اسـت. همانطـور کـه تخیـل بشـر پیچیده‌تـر میشـود، پلیدی، بیشـتر و بیشـتر در ماسـکهای مختلـف ظهـور پیـدا میکنـد و تنهـا برخـی از آنهـا در هیبـت حیـوان می‌ماننـد. ادبیـات بـه شـکلی پیچیده‌تـر ایـن ادراک را بازگـو میکنـد.

قهرمان، اژدها، مرگ، و تولد دوباره: شما چه کسی می‌توانید باشید (III)

در دومیــن جلـد از مجموعــه داسـتانی جـی. کـی. رولینـگ، بـه نـام هـری پاتـر و حفـره اسـرارآمیز[3] قلعـه هاگوارتـز بـه خاطـر رفتـار نادرسـت و مـداوم چنديـن جادوگـر قدرتمنـد بزرگسـال (کـه در جلـد اول معرفـی شـده) توسـط نیروهـای عجیـب و آشـوبناکی تهدیـد می‌شـود. حـالا اینکـه هـری یـک کـودک یتیـم بـوده، معنـادار میشـود: ایـن خصیصـه، یکـی از ویژگی‌هـای قهرمانانـه اسـت. هـری والدیـن زمینی خـودش را دارد، دورسـلی[4]های سـنتی و مبـادی آداب کـه عمـدا نابینـا، کوتـه بیـن، بیـش از حـد مراقب (و در نتیجـه خطرنـاک بـرای) فرزندشـان، دادلـی هسـتند[5]، پسـری مایه تاسـف، خودخـواه، و قلـدر. اما هری والدیـن آسـمانی خـودش را نیـز دارد، پـدر و مـادر واقعـی او - نمـادی از طبیعـت و فرهنـگ (نـوع دیگری از آشـوب و سـاختار). آنهـا بـه عنـوان بخشـی از پتانسـیل جـادوی وجـود او هسـتند - در واقع پتانسـیلی جادویـی درون همـه مـا، چـرا کـه همـه مـا فرزنـدان طبیعـت و فرهنـگ ایـم، بـه همـراه فرزندانـی پیش و پـا افتاده‌تـر و والدینـی مشـخص. وقتـی هـری از تعطیـلات تابسـتانی خـود بـاز میگـردد، می‌توانـد صداهـای عجیـب و شـومی را از جایـی در داخـل سـاختمان هاگوارتـز تشـخیص دهـد. در همـان زمـان، دانـش آمـوزان مدرسـه در مکان‌هـای مختلفـی و وسـیعی در اطـراف مدرسـه بـه صـورت فلـج شـده، تبدیـل بـه سـنگ شـده پیـدا می‌شـوند. بـه سـنگ تبدیـل شـدن احتمـالا چـه معنایـی می‌توانـد داشـته

۱ کتاب دیگری از همان نویسنده - م.

۲ Sauron

۳ Harry Potter and the Chamber of Secrets

۴ Dursleys

۵ Dudley

www.KhoreKetab.com

باشد؟ احتمالا به این معناست که نمی توانستند تکان بخورند - اما معنای عمیقتری را نیز به ما میگوید. سنگ شدن احتمالا به معنای شکار شدن است؛ مثل خرگوشی در مقابل گرگ؛ وحشت زده شدن از نگاه خیره‌ی یک شکارچی درنده. بسیاری از گیاهخواران، که نسبتا بی دفاع هستند، در مواجهه با مرگ قریب الوقوع و بیرحمانه در مکانی که هستند فلج می‌شوند و به کمک استتار و عدم تحرک، در مقابل دندان‌های به خون آغشته و آرواره‌های قدرتمند گوشتخواران خود را پنهان میکنند. انسان هنوز در مقابل حیوانات درنده ای مثل خزندگان به همان صورت عمل می‌کند. اما شجاعتی کمتر از خرگوش داشتن، قطعا چیزی نیست که بتوانید از پس آن برآیید.

سرانجام هری فهمید که آنچه دوستانش را به سنگ تبدیل کرده یک مار عظیم الجثه، به نام باسیلیسک[1]، است که نگاهش هر طعمه ای را به سنگ بدل میکند. او فهمید که این هیولا در اعماق پایه‌های هاگوارتز، جایی که آب قلعه تامین می‌شود، در حال خزیدن است. این باسیلیسک شبیه به اژدهای بزرگی است که در شعر داستانی بیوولف[2] آمده و قهرمان این داستان هزار ساله با آن روبرو می‌شود، و نیز مشابه هیولاهای داستانهای جی. آر. آر. تالکین، که شاید جوانترین عموزادگان تخیلات جی. کی. رولینگ باشند. این باسیلیسک در واقع همان کوسه بزرگ و درنده آب‌های تاریک دریاچه ای تاریک است که آماده است تا در لحظه ای آن فرد برهنه و بی احتیاط را به زیر آب بکشد. همچنین باسیلیسک همان شکنندگی خانه‌های و نهادهای مان است، که منتظر است تا در لحظه ای وحشتناک دیوارهای آن را فرو بریزد و امنیت ما را تهدید کند. و به طور جامع تر، دنیای زیرزمینی باستانی است که با فروپاشی تمام چیزهایی که قابل پیش‌بینی هستند، رخ می‌نمایند. در عمیق ترین سطح، باسیلیسک، پتانسیل آشوب و هرج و مرج است که در خفا پیش می‌رود و در کمین نظم دنیای آشنای روان و اجتماع مان است.

هری بعد از جستجوی زیاد، حفره‌ی مارپیچ ورودی این دنیای زیرزمینی را می‌یابد، و از میان

۱ Basilisk

۲ Beowulf

www.KhoreKetab.com

لوله‌هـای فاضـلاب راه بـه آن حفـره مرکـزی می‌بـرد. اینکـه تمـام ایـن ماجـرا در مجـرای فاضـلاب قلعـه اتفـاق میفتـد، طبـق قـول قدیمـی اسـت بـه معنـای آن اسـت کـه «در کثافـت پیـدا می‌شـود[1]». ایـن سـخن بـه چـه معناسـت؟ اینکـه هـر آنچه مـورد نیـاز باشـد، اغلـب در جایـی پیدا می‌شـود کـه کمترین تمایـل را بـه آن داریـد. در آنجـا، جینـی (تلفظـی شـبیه بـه کلمـه ویرجینیـا بـه معنـای باکـره)، خواهـر بهتریـن دوسـتش و عشـق آینـده اش، بیهوش افتاده اسـت. او دوشـیزه اسـت - یـا آنیمای[2] روح اسـت - کـه تـا ابـد توسـط یـک اژدهـا زندانـی شـده اسـت، درسـت ماننـد آنچـه در داسـتان سـنت جـورج آمده بـود. ایـن بـر عهـده هـری، قهرمـان یتیـم داسـتان، اسـت کـه او را بـه خـود بیـاورد و آزاد کنـد (درسـت همانطـور کـه بیلبـو[3]، هابیـت قهرمـان، بایـد آن ثـروت عظیـم را از چنـگ اسـماگ، اژدهـای داسـتان، در مـی‌آورد؛ یـا همانطـور کـه پرنـس فیلیـپ، در داسـتان دیزنی، زیبـای خفتـه را از خـواب جادویـی آزاد کرد، هـر دو قهرمـان بـه دنبـال آزاد کـردن بزرگتریـن ارزش از چنـگال یـک اژدهـای بـزرگ انـد).

و البتـه ناشـناخته، یـک شـکارچی بـزرگ اسـت - همـان باسیلیسـکی کـه هـری بـا آن مواجـه شـد - و البتـه ایـن شـکارچی از ثروتـی بـزرگ، فراتـر از طلایـی یـا دوشـیزه‌ی خفتـه محافظـت می‌کنـد، زیـرا فـردی کـه بـه انـدازه کافـی شـجاعت داشـته باشـد کـه داوطلبانـه بـا باسیلیسـک در لانـه خـودش روبرو شـود، احتمـالا می‌توانـد بـا ثـروت بالقـوه ناگفتـه ای کـه در زندگـی هایمـان، خـارج از قلمـرو شـناخته‌ها و حاشـیه امنیـت مـان، منتظرمـان هسـتند، دسـت پیـدا کنـد. اگـر نابـود نشـود، پیـروزی از آن اوسـت. و کسـی کـه برنـده اسـت، بـه طـرز غیـر قابـل مقاومتـی مطلـوب و جـذاب اسـت، و مهمتریـن دلیلـش اینسـت کـه رشـد شـخصیتی را بهـره بـرده کـه میـوه اجتنـاب ناپذیـر ماجراجویـی اسـت. و ایـن همـان چیـزی اسـت کـه مـا را بـرای همیشـه فراتـر از خرگوش‌هـا کـرده اسـت.

هـری، درسـت مثـل بیلبـو، فقـط بـه ایـن دلیل میتوانـد داسـتان را مدیریـت کند، چـون او نیـز جنبه ای

۱ Sterquilinis Invenitur

۲ جنبه زنانه روان انسان از دیدگاه یونگ - م.

۳ Bilbo

تاریـک درون خـود دارد- آنجـا کـه می‌توانـد مـاری را درک کنـد، کـه بـرای دیگـران نامرئـی اسـت. بیلبـو، قهرمـان تالکیـن، ابتـدا بایـد یـک دزد میشـد، قبـل از اینکـه بتوانـد قهرمـان شـود. پیـش از آن کـه بـا وحشـتهای مهیـب داسـتان روبـرو شـود، بایـد بـه انـدازه کافـی قـوی میشـد تـا بتوانـد بـر خامیِ سـاده لوحانـه اش غلبـه کنـد و بـه جـای آن هیـولای درونـش را بیـدار کنـد. هـری بـه شـیوه‌ی دیگـری تحـت تاثیـر شـیطان قـرار گرفتـه بـود، چـون بخشـی از روح تاریـک یـک جادوگر سـیاه به نـام ولدمـورت[1] درون خـودش قـرار داشـت (گرچـه هیـچ کـدام، نـه هـری و نـه ولدمـورت، در ابتـدا ایـن را نمـی دانسـتند). همیـن دلیلـی بـود کـه هـری می‌توانسـت صداهـای مارهـا را بشـنود و بـا آنهـا سـخن بگویـد. او منظم و شـجاع اسـت، و البتـه هـر کجـا کـه ضـرورت می‌یابـد قوانیـن را می‌شـکند.

هـری در اعمـاق هاگوارتـز بـا حملـه باسیلیسـک، کـه تحـت کنتـرل ولدمـورت اسـت، روبـرو میشـود. بنابرایـن ارتبـاط ولدمـورت بـا باسیلیسـک در هاگوارتـز شـبیه بـه شـیطان در شـمایل مـاری هوشـیاری بخـش در داسـتان پیدایـش، در بـاغ بهشـت، اسـت. چـرا بایـد اینگونـه باشـد؟ میتـوان گفـت - و بایـد گفـت - کـه یـک نـوع از تهدیـد جانـی بـرای انسـان، تهدیـد خزنـدگان شـکارچی اسـت. امـا تعبیـر دیگر بیشـتر انتزاعـی - روانشـناختی‌تر و معنوی‌تـر - دربـاره پلیـدی انسـان اسـت: خطـری کـه مـا نسـبت بـه همدیگـر داریـم. مـا در برهـه ای از تاریـخ تکاملـی و فرهنگـی مـان متوجـه شـده ایـم کـه پلیـدی وجود انسـان را می‌تـوان بزرگتریـن مارهـا دانسـت. بنابرایـن پیشـرفت نمادیـن آن احتمـالا اینگونـه بـوده اسـت: (۱) ابتـدا مـار بـه عنـوان یـک شـکارچی، شـیطان بـود، سـپس (۲) دشـمنان خارجی انسـان، مثل مارهـا/ شـکارچیان/ و پلیـدی شـیطان بـود و بعـد (۳) نادانی/ کینـه جویـی/ و تاریکی درونی، شـخصیتی، و روانـی انسـان بـه عنـوان شـیطان شـناخته شـد. مفهـوم پـردازی هـر یـک از ایـن نمادهـا قرن‌هـا و شـاید هزاره‌هـا طـول کشـیده و تصویـری مشـخصا پیچیده‌تـر از شـیطان سـاخته اسـت.

ظاهـرا سیسـتم مغزهـای باسـتانی، بـرای نخسـتین بـار تمامـی تجسـم‌های آشـوب و خطـر مارهـا را

۱ Voldemort

شناسـایی، پـردازش و نمادسـازی کردنـد تا در سـیر تکاملشـان مـا را از خزنـدگان شـکارچی حفاظت کنند. در چنیـن شـرایطی شـاید بـی حرکـت مانـدن بتوانـد مشـکل را رفـع کنـد، و شـکار را از چشـم شـکارچی پنهـان نمایـد امـا خطـر وجـود شـکارچی همچنـان در آینده سـر جـای خود باقـی اسـت. در عـوض، باید خطـر را شـکار و بایـد نابـود کـرد - امـا حتـی چنیـن تصمیمـی یـک راهـکار دائمـی بـرای نابـود شـدن خـود پلیـدی (و نـه صرفـا نمونه‌هـای آن) نیسـت. بـه صـورت انتزاعی‌تـر و عمیق‌تـر (همراسـتا بـا ایـن ایـده کـه بزرگتریـن مارهـا، شـری اسـت کـه درون انسـان می‌خـزد) نابـودی پلیـدی بـه معنـای آشـکار شـدن زندگـی اخلاقـی اسـت کـه بدخواهـی را محـدود میکنـد. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه، بـه عنـوان مثـال، شـهرت شـاهزاده فیلیـپ در داسـتان زیبـای خفتـه، بخاطـر درگیـری او بـا اژدهـای بـزرگ آشـوب بـه کمـک خیرخواهـی طبیعـت (بـه شـکل پری‌هـای زنانـه کـه او را همراهـی می‌کننـد و بـه فـرارش از دسـت ملکـه شـیطانی کمـک می‌کننـد)، و نیـز شمشـیر حقیقـت و سـپر فضیلـت چیـره شـد.

هـری مسـتقیما بـا باسیلیسـک در حفـره اسـرار، مکانـی در اعمـاق مدرسـه جادوگـری، آن هـم در شـرایطی کـه منـزوی شـده و در خطـر اسـت، روبـرو میشـود. در زمـان مناسـب، ققنـوس مدیـر خردمنـد مدرسـه بـه کمکـش می‌رسـد، شمشـیری بـه هـری می‌دهـد و خـودش بـه مـار حملـه می‌کنـد، تـا هـری زمـان لازم را بـرای بازیابـی قوایـش داشـته باشـد. هـری در نهایـت باسیلیسـک را بـا شمشـیر می‌کشـد امـا در ایـن حیـن بـه شـدت زخمـی می‌شـود. ایـن یـک بازتـاب اسـطوره ای عمیـق دیگـر اسـت: مثـلا در داسـتان پیدایـش نیـز ملاقـات بـا مـار، بـرای زن و مـرد بـه یـک انـدازه مهلـک اسـت و آنهـا بـه محـض هوشـیار شـدن و بـه دسـت آوردن بینایـی بهتـر، متوجـه شـکنندگی خـود و اجتنـاب پذیـری مرگشـان شـدند. از طرفـی ایـن یـک حقیقـت هولنـاک اسـت: شـکارچیان می‌بلعنـد، هیولاهـا ویـران می‌کننـد، و آشـوب ویـران می‌کنـد. وجـود چنیـن تهدیدهایـی یـک واقعیـت اسـت. لزومـا فقـط راسـتگویی، پایبنـدی بـه اخـلاق، و شـجاعت کافـی نیسـت، امـا بهتریـن شـانس مـا هسـتند. و گاهـی یـک مـرگ کوچـک، دارویـی اسـت بـرای پیشـی گرفتـن از خـود مـرگ. خوشـبختانه ققنـوس دارای یـک قـدرت جادویـی اسـت، و آن اشـک‌های شـفابخش او هسـتند. او بـر زخم‌هـای هـری اشـک ریخـت،

و بنابرایـن، جادوگـر جـوان جـان دیگـری گرفـت. هـری ولدمـورت را شکسـت داد (وظیفـه ای کـه بسـیار دشـوارتر از صـرف غلبـه بـر یـک مـار غـول پیکـر بـود)، جینـی را آزاد کـرد، و مدرسـه را نجـات داد.

آشـنایی بـا ققنـوس، ارتبـاط آن را بـا داسـتان سـنت جـورج بیشـتر مشـخص میکنـد. و اینجاسـت کـه یـک چشـمه دیگـر از نبـوغ شـهود رولینـگ را می‌بینیـم. ققنـوس پرنـده ایسـت کـه بـرای همیشـه می‌توانـد بمیـرد و از نـو زاده شـود. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه ایـن پرنـده قرنهـا نمـادی از مسـیح بوده اسـت. ققنـوس از جنبه‌هـای زیـادی بـه مسـیح شـباهت دارد. از طرفـی تـا همـان انـدازه بـه شـخصیت فـردی انسـان شـبیه اسـت، آنجـا کـه بایـد بمیـرد و از نـو متولـد شـود، همانطـور که دردنـاک می‌آمـوزد، همانطـور کـه پیـش مـی‌رود و قاصـد تجربه‌هـای همـه تلـخ، یقیـن او را نابـود کـرده انـد، و جـای آن یقیـن را ابتـدا تردیـد، و بعـد در صـورت موفقیـت، دانشـی نـو و کاملتـر میگیـرد. بنابرایـن یـک تحـول داوطلبانـه بـرای مـرگ و تولـد دوبـاره راهـکاری بالقـوه اسـت بـرای شکسـتن یـک قطعیـت اشـتباه و نظمـی بیـش از حـد و غیـر منطقـی.

چطور عمل کنیم

مـردم دربـاره اینکـه چطـور بایـد عمـل کـرد بـه شـیوه‌های مختلـف تبـادل اطلاعـات می‌کننـد. آنهـا یکدیگـر را مشـاهده می‌کننـد، و آنچـه می‌بیننـد، تقلیـد می‌کننـد. در زمـان تقلیـد کـردن و شـبیه سـازی رفتـار دیگـران، از بـدن خـود بـرای مشـابه سـازی بـدن دیگران اسـتفاده میکننـد. اما ایـن تقلیـد، خودکار و بـدون فکـر نیسـت. در عـوض، او قواعـد یـا الگوهـای رفتـاری دیگـران را شناسـایی می‌کنـد و از آن الگوهـا تقلیـد می‌نمایـد. بـه عنـوان مثـال وقتـی دختربچـه ای مـادر بـودن را تقلیـد میکنـد، عینـا همان رفتـار را، حرکـت بـه حرکـت، مشـابه مـادرش تکـرار نمـی کنـد. در عـوض او طـوری بـازی می‌کنـد «مثـل اینکـه» یـک مـادر اسـت. اگـر از آن دختربچـه بپرسـید کـه در حـال چـه کاری اسـت، بـه شـما خواهـد گفـت کـه تظاهـر می‌کنـد کـه یـک مـادر اسـت، امـا اگـر از او بخواهیـد کـه منظـورش را بیشـتر توضیح دهـد، خصوصـا اگـر کودکـی کوچـک باشـد، شـاید حـرف زیـادی بـرای گفتـن نداشـته باشـد. توضیحات

آن دختربچه بسیار کمتر از رفتارش کامل و گویاست. این بدان معنی است که او میتواند خیلی بیشتر عمل کند تا بیان کند - درست مثل ما. اگر شما رفتار دختربچه‌های زیادی را دیده باشید که تظاهر به مادر بودن می‌کنند، آن وقت می‌توانید تا حد خوبی بفهمید که مادر بودن، در خالص ترین حالت، یعنی چه، حتی اگر یک مادر واقعی را تا به حال ندیده باشید. چنانچه بیان خوبی داشته باشید، می‌توانید عناصر اساسی رفتار مادرانه را توصیف و دیگران منتقل کنید. ممکن است چنین کاری را به بهترین شکل بتوانید با بیان یک داستان انجام دهید.

ارائه الگوی رفتاری به کمک نشان دادن یک رفتار، بسیار ساده‌تر و سرراست‌تر از استفاده از کلمات است. شکلک درآوردن، این کار را مستقیما انجام میدهد، رفتار در مقابل رفتار. تقلید، فرم رسمی شکلک درآوردن است و بنابراین تقلید، یک قدم این کار را پیش می‌برد. نمایشنامه به دقت یک رفتار را بر روی یک صحنه به نمایش درمی آورد، بنابراین از تقلید صرف یک قدم جلوتر است. نمایش، به دقت یک رفتار را به تصویر میکشد، اما غلیظ شده مثل عصاره. ادبیات پا را یک قدم فراتر می‌گذارد و رفتاری را که در تخیل نویسنده و خواننده است، در غیاب بازیگران و صحنه به تصویر می‌کشد. فقط بزرگترین داستان نویسان اند که میتوانند چنین تحولی را تحمل کنند و بزرگترین و حیاتی ترین رفتارها را در قالب کلماتی جذاب، عمیق، و به یاد ماندنی درآورند. نسل‌ها بزرگترین داستان پردازان، قصه‌ها را بازگو کرده اند، اصلاح و ویرایش کرده اند، و در نتیجه بهترین قصه‌ها را مشترکا خلق کرده اند. هنگامی که فرهنگ‌ها سواد یاد می‌گیرند (اتفاقی که از منظر تاریخی به تازگی رخ داده)، این داستان‌ها امکان مکتوب شدن پیدا میکنند. تقریبا در همین مرحله است که ممکن است گفته شود که افسانه‌ها و آیین‌ها خود را به شکل مذاهب در می‌آوردند.

تقلید کردن و اشتراک بهترین و جالب ترین رفتارها، مستلزم خلاصه گویی و اشتراک الگوهای عمیق ترین خرد بشر است. اگر یک عمل بزرگ و به یاد ماندنی توسط یک شخص تحسین برانگیز انجام شود، مثل یک قهرمان محلی، پس بزرگترین و به یاد ماندنی ترین اقدامات ممکن،

آنهایـی هسـتند کـه توسـط یـک روح (تجسـم یـک روح در چنـد بـدن) مشـترکا توسـط قهرمان‌هـای محلـی در همـه جـا انجـام شـده اسـت. قهرمـانِ قهرمانـان - آن ابـر قهرمـان[1] - منطقـا بایـد متعلـق بـه هـر جایـی باشـد کـه بـه قهرمـان سـازی نیـاز دارد. احتمـالا اسـم قلمـروی چنیـن ابرقهرمانـی را بایـد فراجهـان نامیـد - حتـی بـا اینکـه چنیـن جهانـی واقعـی، یـا حتـی فراواقعـی اسـت، بـه ایـن معنـا کـه در تجسـم مواقـع مختلـف واقعیـت دارد و نـه صرفـا در مشـاهده مـا از یـک مـکان یـا زمـان خـاص. ایـن فراجهـانِ هایپررئـال کـه از پیوسـته از اثـر متقابـل آشـوب و نظـم تشـکیل شـده، تـا ابد میـدان نبرد خیـر و شـر، و توصیـف کننـده ویژگی‌هـای قهرمـان اسـت. الگـوی غیـر قابـل انـکاری کـه قهرمان تجسـم می‌کنـد - و عملکـرد فـرد و جامعـه، هـر دو، بـه آن بسـتگی دارد - والاتریـن خدایـان اسـت. ایـن قهرمان هـم فرزنـد و هـم تعدیلگـر رابطـه بیـن نظـم و آشـوب اسـت، کـه آشـوب را به نظـم قابل تحمـل تبدیل میکنـد (و همچنیـن هنگامـی کـه سـاختار فاسـد و بـی مـورد شـد، نظمـی نـو ایجـاد میکنـد) همچنین بـرای غالـب شـدنِ خـوبِ ممکـن، مبـارزه میکند.

هـر کسـی بـرای سـاختارمند کـردن ادراک و عملکـرد خـود بـه روایتـی نیـاز دارد، کـه در غیـر آن صـورت چیـزی بـه جـز هجمـه‌ی آشـوبِ بـودن را تجربـه نخواهـد کـرد. هـر داسـتانی نیـاز بـه شـروعی دارد کـه نشـان دهنـده وضعیتـی اولیـه ایسـت کـه چنـدان خـوب بـه نظـر نمـی رسـد، و پایانـی کـه نشـان دهنـده یـک وضعیـت بهتـر اسـت. اگـر چنیـن پایانی نداشـته باشـد، هیـچ قضاوتـی دربـاره آن وضعیت بهتـر یـا آن ارزش والاتـر نمیتـوان کـرد. بـدون چنیـن پایانـی، همه چیـز در معنایـی و ملالت فـرو می‌رود و بـه وحشـت، اضطـراب، و درد ختـم می‌شـود. امـا، همانطـور کـه زمـان لاجـرم همـه چیـز را تغییـر میدهـد، هـر داسـتان خـاص و ارزشـمند ممکـن اسـت در تجسـم محلـی مختص خـود شکسـت بخورد و نیـاز بـه جایگزیـن شـدن بـا داسـتانی جدیدتـر و کاملتـر، امـا متفـاوت دارد.

در نتیجـه، بازیگـر یـک داسـتان (و بنابرایـن کسـی کـه عمیقـا بـه طـرح و شـخصیت پردازی‌هـای یک

۱ Meta-hero

داسـتان علاقـه منـد اسـت) بایـد بـه روح تحـولات خلاقانـه، کـه در ابتـدا ایجـاد شـده، تعظیـم کنـد، و ممکـن اسـت در صـورت لـزوم آن را نابـود کنـد و از نـو بسـازد. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه ایـن روح ابـدی از هـر بـاور متعصبانـه و پیشـفرضی فراتـر میـرود، همانطـور کـه مـاردوک از خدایـان سـالخورده پیشـی گرفـت، همانطـور خلاقیـت جامعـه را بـروز می‌کنـد، و همانطـور کـه مسـیح، قانـون را زیـر پـا گذاشـت (یـا مثـل هـری پاتـر و دوسـتان شـجاع اما قانـون شـکن اش). امـا یـادآوری نکتـه ای از قانون اول لازم اسـت: آنهایـی کـه اخلاقـا قوانیـن را می‌شـکنند، کسـانی هسـتند کـه ابتـدا بـر همـان قوانیـن تسـلط پیـدا کـرده و خـود را نظـم داده انـد و ضـرورت ایـن قوانیـن را خـود درک کـرده انـد، نهایتـا اگـر قانونـی را می‌شـکنند از آن جهـت اسـت کـه اخلاقـا بـا روح آن قانـون سـازگار شـوند.

جلـد دوم مجموعـه داسـتانی جـی. کـی. رولینـگ ایـن نکتـه را بیـان میکنـد کـه روحـی کـه مشـتاقانه تمایـل بـه مـردن و تولـد دوبـاره داشـته باشـد، میتوانـد بـر روح شـیطانی غلبـه کنـد. تمـام کتاب‌هـای ایـن مجموعـه بـه شـیوه‌های مختلـف، بـا همیـن پیـام خاتمـه می‌یابـد. شـباهت آن بـا مسـیحیت نیـز آشـکار اسـت. پیـام هـر دو در نهایـت، یکـی هسـتند: روحـی کـه مایـل بـه تغییـر باشـد، بـه همـان انـدازه ای کـه لازم اسـت، موثرتریـن دشـمن مارهـای اهریمنـی ایدئولوژی‌هـا و تمامیـت خواهـی، چـه در سـطح فـرد و چـه در سـطح جامعـه، اسـت. شـخصیتی سـالم، پویـا، و بالاتـر از همـه اینهـا، راسـتگو بـه خطـا اعتـراف میکنـد. او، حتـی بـه بهـای جانـش، ادراک، افـکار، و عـادات منسـوخ را دور میریـزد، زیـرا موانعـی بـرای رشـد و پیشـرفت اش هسـتند. او همـان روحـی اسـت کـه، کـه بـا دردمنـدی، اجـازه میدهـد افـکار پوسـیده اش آتـش بگیرنـد، تـا بتوانـد دوبـاره زندگـی کنـد و سـبکبال‌تر بـه سـمت جلـو حرکـت نمایـد. او همچنیـن همـان روحـی اسـت کـه آنچـه را طـی فراینـد مـرگ و تولـد دوبـاره آموخته، بـه دیگـران منتقـل میکنـد تـا دیگـران نیـز بتواننـد در کنـار او از نـو زاده شـوند.

چیـزی را هـدف قـرار دهیـد. بهتریـن هدفـی را کـه در حـال حاضـر می‌توانیـد تصـور کنیـد، انتخـاب کنیـد. بـه سـمت آن حرکـت کنیـد. در طـول مسـیر بـه اشـتباهات و باورهـای غلـط خـود توجـه کنیـد، با آنهـا روبـرو شـوید و آنهـا را اصـلاح کنیـد. داسـتان خـود را راسـت بیـان کنیـد. گذشـته، حـال و آینـده را

مد نظر قرار دهید. شما باید مسیر خود را ترسیم کنید. باید بدانید کجا بوده اید تا اشتباهات گذشته را تکرار نکنید. شما باید بدانید کجا هستید، در غیر این صورت نمی توانید هیچ خطی از نقطه شروع مقصدتان رسم کنید. همچنین باید بدانید که به کجا می‌روید، در غیر این صورت در ابهام، آشوب و تشنگی برای امید و الهام غرق خواهید شد. شما در در حال ماجراجویی هستید، چه به سمت مقصدی بهتر، چه بدتر، بنابراین هر چه مسیرتان دقیق تر، بهتر. با موانعی که جلوی مسیرتان را می‌گیرند، داوطلبانه مقابله کنید. این راه - همان مسیر زندگی، همان مسیر معنادار زندگی - مسیر مستقیم و باریکی در مرز بین آشوب و نظم است و از تعادل بین اون عبور میکند.

چیزی را هدف قرار دهید که عمیق، شریف و والاست. اگر در زمان حرکت به سمت این هدف، مسیر بهتری پیدا کردید، راهتان را عوض کنید. اما دقت کنید، تشخیص تغییر مسیر از رها کردن هدف آسان نیست (یک نکته: اگر مسیری که پیش رویتان می‌بینید، بعد از یادگیری آنچه باید از مسیر فعلی می‌آموختید، چالش برانگیزتر از شده است، میتوانید با منطقا مطمئن باشید که با انتخاب مسیر جدید، خود را گمراه نکرده و به خود خیانت نکرده اید). به این ترتیب به صورت زیگزاگ، را به جلو حرکت می‌کنید. این راهکار، اثربخش ترین روش برای مسافرت نیست، اما با توجه به اینکه هدف شما به طور مرتب ضمن حرکت شما تغییر میکند، همانطور که دانش شما در حین مسیر بیشتر میشود، هیچ جایگزین واقعی دیگری وجود ندارد.

سپس به مرور زمان متوجه خواهید شد که به تدریج و با ظرافت تغییراتی کرده اید که دقیق‌تر از گذشته می‌توانید آن نقطه کوچک، آن مقصد، آن چشم گاو، آن قلب صلیب را به سمت بالاترین ارزش هدف بگیرید. شما قرار است هدفی را دنبال کنید که دائما حرکت میکند و دور میشود. حرکت میکند، چون شما از همان بدو هدفگذاری خرد لازم برای جهت گیری صحیح را ندارید. دور می‌شود، چون فارغ از اینکه چقدر بر مهارتی که اکنون در حال کسب هستید، مسلط شده اید، دورنماهای تازه و بی نقصی پیش چشمانتان پدیدار می‌شوند. نظم و تحول

شـما را تـا حـد باورنکردنـی جلـو می‌بـرد. بـه کمـک اراده و شـانس، داسـتانی را کـه برایتـان معنـادار و پـر حاصـل اسـت، پیـدا خواهیـد کـرد. ایـن داسـتان پیوسـته در گـذر زمـان بهبـود می‌یابـد و شـاید خیلـی بیشـتر از چنـد لحظـه احسـاس رضایـت و لـذت نصیبتـان کنـد. بـه کمـک اراده و شـانس، شـما قهرمـان آن داسـتان خواهیـد شـد، آن مسـافر منضبـط، آن تغییـر شـکل یافتـه خـلاق، و آن بانـی خیـر بـرای خانـواده و بزرگتـر از آن، بـرای جامعـه.

تصور کنید که چه کسی می‌توانید باشید، و سپس مصمم آن را هدف قرار دهید.

قانون سوم

موارد نامطلوب را در مه مخفی نکنید

آن ظرفهای لعنتی

مـن پـدر زنـم را دوسـت دارم. بـه او احتـرام نیـز میگـذارم. او از نظـر عاطفـی بسـیار پایدار اسـت - یکی از آن افـراد سرسـخت یـا خـوش شانسـی اسـت (شـاید هـم اندکـی از هـر دو) کـه می‌توانـد بگـذارد تـا آزمونهـا و سـختی‌های زندگـی بـر او غلبـه کننـد، و بعـد بـا کمـی شـکایت و شایسـتگی بسـیار، همـواره را بـه جلـو حرکـت میکنـد. دل رابرتـز، اکنـون هشـتاد و هشـت سـاله و یـک مـرد کهنسـال اسـت. او تـا بـه حـال یـک زانـوی خـود را تعویـض کـرده و قصـد دارد دیگـری را نیـز عمـل کنـد. همینطـور بارهـا در سـرخرگهای اصلیـش اسـتنت گذاشـته و دریچـه قلبـش را تعویـض کـرده اسـت. او در زمـان راه رفتن پای خـود را روی زمیـن میکشـد، و گاهـی در اثـر آن می‌لغـزد و بـه زمیـن میخـورد. او همچنـان تـا سـال گذشـته در بـازی کرلینـگ[1] بـازی می‌کـرد و البتـه آن دیسـک گرانیتـی را روی سـطح یخـی بـا چوب‌هایـی هدایـت می‌کردنـد کـه ویـژه افـرادی طراحـی شـده بـود کـه دیگـر بـه خوبـی گذشـته قـادر بـه خـم شـدن بـرای هدایـت دیسـک در زمین نیسـتند.

وقتـی بـت[2]، همسـر مرحومـش، در سـن پایینـی مبتـلا بـه زوال عقـل شـد، بـه روشـی تـا حـد ممکـن بـدون شـکایت و بـدون کینـه جویـی از او مراقبـت کـرد. کارش تحسـین برانگیـز بـود. بـه هیـچ وجـه نمیتوانـم متقاعـد شـوم کـه از پـس آن برآیـم. دل از پـس مراقبـت بـت برمـی آمـد تـا جایـی کـه نوبت بـه بلنـد کردنـش از روی صندلـی می‌رسـید. غیـر ممکـن بـود کـه از پـس چنیـن کاری برآیـد. چنیـن شـرایطی مدتهـا بعـد از آنکـه بـت توانایـی حـرف زدنـش را از دسـت داده بـود، پیـش آمـد. امـا از نحـوه بـرق زدن چشـمان بـت، وقتـی همسـرش وارد اتـاق میشـد، میشـد حـدس زد کـه او هنوز هم عاشـقانه همسـرش را دوسـت دارد - و ایـن احسـاس دو طرفـه اسـت. مـن نمیتوانـم دل را اینگونـه توصیـف کنم کـه وقتـی بـردن بـت سـخت میشـد، تمایـل بـه اجتنـاب پیـدا میکـرد. بلکـه برعکـس.

1 بازی کرلینگ (Curling) یک بازی گروهی، با دیسکی به عنوان توپ، روی یخ است -م.
2 Beth

www.KhoreKetab.com

وقتـی دل جوانتـر بـود، بـرای چندیـن دهـه در شـهر فرویـو[1]، در ایالـت آلبرتـا کـه مـن در آنجـا بـزرگ شـده ام، بـه معامـلات امـلاک و مسـتغلات اشـتغال داشـت (در واقع مـا درسـت در خیابان روبـروی خانه دل رابرتـز زندگـی میکردیـم). در آن زمـان او، طبـق عـادت معمـول، بـرای نهـار همیشـه به خانـه می‌رفت. و بـت، بـه طـور معمـول، برایـش سـوپ و سـاندویچ تـدارک دیـده بـود. یکبـار، بـدون تذکـر قبلـی، بـه اون کنایـه زد کـه: «مـا چـرا همیشـه در ایـن ظرفهـای کوچـک غـذا می‌خوریـم؟ مـن از غـذا خـوردن در ایـن ظرفهـای ریز متنفـرم!»

بـت معمـولا سـاندویچ هایـش را در پیـش دسـتی‌هایی کـه قطرشـان معمـولا ۱۶-۱۷ سـانتی متـر بـود سـرو میکـرد، امـا تصمیـم گرفـت بـه جـای آن از بشـقاب‌های بـزرگ بـا قطـر ۲۵-۳۰ سـانت اسـتفاده کنـد. او بعـد از مدتـی ایـن داسـتان را بـا تعجـب بـه دخترانـش ربـط داد. همیـن موضـوع بـود کـه بارهـا و بارهـا باعـث تکـرار ایـن موضـوع و شـوخی‌های زیـادی در جمع‌هـای خانوادگـی شـده بـود. از ایـن گذشـته، بـت حداقـل در بیسـت سـال گذشـته، ایـن سـاندویچ‌ها را در همـان بشـقاب‌های کوچـک سـرو کـرده و تـا آن روز دل هیـچ شـکایتی نکـرده بـود. او هیـچ تصـوری از ایـن موضـوع نداشـت کـه دل بـا نحـوه چیدمـان میـز غـذا مشـکلی دارد. او هرگـز گلایـه نکـرده بـود. امـا نکته ای سـرگرم کننـده در ایـن داسـتان اسـت.

حـالا ایـن احتمـال هـم وجـود دارد کـه دل، آن روز، از موضـوع دیگـری ناراحـت بـوده و کوچکتریـن اهمیتـی بـه بشـقاب‌ها نمـی داده اسـت. از یـک منظـر ایـن موضـوع، پیـش و پـا افتـاده بـه نظـر می‌رسـد. امـا از طـرف دیگـر، بـه دو دلیـل اصـلا موضـوع کـم اهمیتـی نیسـت. اولا، هر چیـزی که هـر روز تکـرار می‌شـود، مهـم اسـت. غـذا خـوردن، کاری اسـت کـه هـر روز اتفـاق می‌افتـد. در نتیجـه هـر چیـزی در آن کـه بـه صـورت مزمـن آزار دهنـده باشـد، حتـی جزئـی، لازم اسـت مـورد توجـه قـرار بگیـرد. ثانیـا، ایـن اتفـاقِ رایجـی اسـت کـه اجـازه می‌دهیـم تحریـکات بـه اصطـلاح جزئـی، سـالها بـدون اظهـار نظر و

[1] Fairview

www.KhoreKetab.com

حـل و فصـل ادامـه پیـدا کننـد (و همانطـور کـه گفتیـم، اگـر مکـرر اتفـاق بیفتنـد، دیگـر جزئی نیسـتند).

مشـکل اینجاسـت: صـد مـورد جزئـی، یـا هـزار مـورد آن، وقتـی روی هـم انباشـته می‌شـود، زندگـی شـما را فلاکـت بـار و ازدواجتـان را محکـوم بـه فنـا می‌کنـد. اگـر از چیـزی ناراحتیـد، وانمـود بـه رضایت نکنیـد. اگـر راهـکاری منطقـی بـرای آن وجـود داشـته باشـد، در اصـل بایـد مـوردش مذاکـره کنیـد. برایـش مبـارزه کنیـد. همانطـور کـه در لحظـه کار ناخوشـایندی اسـت، بـه مثابـه ایـن اسـت کـه نگذارید تـا آب از سـر بگـذرد. بـه خصـوص بـرای آن دسـته از حـوادث روزمـره کـه همـه تمایـل دارنـد پیـش وپـا افتـاده تلقـی کننـد - ولـو بشـقابی باشـد کـه در آن ناهـار میخوریـد. زندگـی همـان چیـزی اسـت کـه تکـرار می‌شـود، و ارزشـمند اسـت کـه آنچـه را بـه درسـتی تکـرار میشـود، بدسـت آوریـد.

فقط چون ارزش جنگیدن ندارد

در اینجـا یـک داسـتان مهمتـر از همـان جنـس را مطـرح میکنـم. مـن مراجعـی داشـتم کـه بعـد از سـالها کار بـه عنـوان یـک حسـابدار در شـرکتی بـزرگ، قصـد داشـت کسـب و کار خـودش را راه انـدازی کنـد. او در حرفـه خـود، فـردی محتـرم، شایسـته، مهربـان و محتـاط، امـا همچنـان بسـیار ناراضـی بـود. مـن در ابتـدا فـرض کـردم کـه نارضایتـی اش بـه خاطـر اضطـراب او از تغییـر شـغل اسـت. امـا خـودش در جلسـاتی کـه یکدیگـر را می‌دیدیـم، بـدون گرفتـاری از پـس ایـن تغییـر برآمـد، تـا اینکـه مسـائل دیگـری مطـرح شـد.

مشـکل او تغییـر شـغلش نبـود. او از ازدواجـش ناراضـی بـود. او همسـرش را فـوق العـاده خودمحـور توصیـف کـرد. همینطـور همسـرش بیـش از حـد نگـران چگونـه ظاهـر شـدنش در چشـم دیگـران بـود. ایـن دیـدگاه بـه نوعـی متناقـض اسـت، اگرچـه وجـود چنیـن ضدیت‌هایـی در یـک شـخصیت، موضوعـی رایـج اسـت: اگـر بیـش از انـدازه در یـک جهـت متمایـل شـویم، بـه همـان انـدازه بـه جهت دیگـر گرایـش پیـدا میکنیـم. بنابرایـن علیرغـم خودشـیفتگی همسـر (حداقـل از دیـدگاه مراجـع مـن)، مطابـق نظـر کسـانی بـود کـه ملاقـات می‌کـرد - مگـر اعضـای خانـواده اش. همچنیـن بیـش از حـد

می‌نوشـید - عادتـی کـه نقایـص خلـق و خویـش را چنـد برابـر بزرگنمایـی می‌کـرد.

مراجـع مـن در خانـواده خـود راحـت نبـود. او احسـاس نمکیـرد کـه در آپارتمانـی کـه مشـترکا بـا همسـرش زندگـی میکـرد، واقعـا چیـزی از آن خـود داشـته باشـد (آن زوج فرزنـدی نداشـتند). وضعیـت او مثـال خوبـی از ایـن نکتـه اسـت کـه چطـور آن چـه در بیـرون اسـت، عمیقـا انعـکاس همـان اسـت کـه درون فـرد وجـود دارد (همـان دلیلـی کـه مـن بـه کسـانی کـه دچـار مشـکلات روانـی انـد، پیشـنهاد میکنـم: اینکـه اول بایـد اتاقهـای شـان را مرتـب، و در صـورت امـکان، زیبـا کننـد). مبلمـان خانـه، کـه از نظـر مراجـع مـن بسـیار پـر زرق و بـرق، پـر جلـوه و ناراحـت بـود، انتخـاب همسـرش بـود. همسـرش مشـتاقانه مجموعـه هنرهـای پـاپ دهـه ۱۹۷۰ و ۱۹۶۰ را جمـع کـرده و تمـام آنهـا را بـه دیوارهـا آویختـه بـود. اون ایـن مجموعه‌هـا را بـه مـرور زمـان و از گالری‌هـای هنـری خریـده بـود، آن هـم زمانـی کـه مراجـع مـن در ماشـین، بیـرون از گالـری منتظـرش میشـد. او بـه مـن میگفـت کـه بـه مبلمـان خانـه یـا ازدیـاد وسـایل تزئینـی اهمیتـی نمـی دهـد، امـا ایـن حـرف واقعـا درسـت نبـود. آنچـه واقعیـت داشـت ایـن بـود کـه اون بـه هیـچ یـک از وسـایلی کـه همسـرش خریـده بـود، حتـی ذره ای اهمیـت نمیـداد. نـه بـه جلـوه‌ی مبلمـان، نـه بـه ازدیـاد مجموعه‌هـای هنـری بـه مـذاق او خـوش نمـی آمدنـد. او بـه زیبایـی شناسـی مینیمالیسـتی علاقـه منـد بـود (یـا شـاید ایـن سـلیقه را تحـت تاثیـر زیـاده روی همسـرش در جمـع آوری تزئینـات پیـدا کـرده بـود). هیـچ وقـت کامـلا مشـخص نبـود کـه مراجـع مـن چـه چیـزی را ترجیـح میدهـد، و شـاید مشـکل دقیقـا همیـن بـود: او نمیدانسـت از چـه چیزهایـی خوشـش می‌آیـد (و از چـه چیزهایـی نـه). او موضـع قدرتمنـدی بـرای ارائـه نظراتـش نداشـت. برنـده شـدن در یـک اسـتدلال یـا شـروع یـک بحـث، بـدون ایـن کـه بـا دقـت بیـان کنیـد از چـه چیـزی خوشـتان می‌آیـد (یـا نمـی آیـد) و بـه چـه چیـزی نیـاز داریـد (یـا نداریـد)، کار بسـیار دشـواری اسـت.

بـا ایـن حـال او مسـلما از اینکـه در خانـه خـود احسـاس کنـد کـه یـک غریبـه اسـت، لـذت نمـی بـرد. بـه همیـن دلیـل، چـون نمـی توانسـت از ایـن موضـوع بـا دوسـتانش صحبـت کنـد و ایـن خـود یـک موضـوع غیـر قابـل پیش‌بینـی دیگـر بـود، بیشـتر احسـاس انـزوا میکـرد. امـا مبلمـان و نقاشـی هـا، که

www.KhoreKetab.com

در هـر سـفر و بـا هـر خریـد، بیشـتر میشـدند، بـه ایـن معنـا بـود کـه در ازدواج شـان، سـهم او کمتـر و کمتـر، و سـهم همسـرش بیشـتر و بیشـتر میشـد. بـا ایـن وجـود مراجـع مـن هرگـز بـه جنـگ تمایلات همسـرش نرفـت. هرگـز عصبانـی نشـد و هرگـز بـه نشـانه اعتـراض، مشـت خـود را بـر بـوم ها نقاشـی آویـزان از دیوارهـا نکوبیـد. در طـول دهه‌هـا زندگـی زناشـویی اش، هرگـز از بابـت ایـن خشـم واقعـی، فـوران نکـرده بـود. او هیـچ وقـت بـه شـیوه ای قطعـی و مسـتقیم بـا ایـن واقعیـت مواجـه نشـده بود کـه از خانـه اش و تبعیـت از سـلیقه همسـرش متنفـر اسـت. در عـوض، او بـه همسـرش اجـازه داده بود کـه مکـررا بـه همـان روشـی کـه میخواهـد عمـل کنـد، چـون فکـر میکـرد کـه چنیـن چیزهـای پیـش وپـا افتـاده ای ارزش جنگیـدن نـدارد. و بـا هـر شکسـت، اختلافـات بعـدی، در عیـن اینکـه نامحتمل‌تـر میشـد، بیشـتر ضـروری می‌نمـود. نامحتمل‌تـر میشـد، زیـرا او فهمیـد کـه اگـر بحثـی جـدی در بگیـرد، دامنـه آن بـه تمـام اختلافـات او از ازدواجشـان خواهـد رسـید، و ریسـک یـک دعـوای واقعـی و بـدون محدودیـت را در پـی خواهـد داشـت. آن وقـت در چنیـن شـرایطی ممکـن بـود همـه مشـکلات بیـرون بریزنـد، و ناچـارا هـر دو مجبـور شـوند بـا آن روبـرو شـده و دسـت و پنجـه نـرم کننـد. بنابراین او سـاکت مانـد. امـا همیشـه سـرکوب شـده و دائمـا احسـاس کینـه داشـت. او بـه همیـن دلیـل فکـر میکـرد کـه بسـیاری از فرصت‌هـای زندگیـش را از دسـت داده اسـت.

در نظـر گرفتـن مبلمـان و نقاشـی‌های تزئینـی بـه عنوان اشـیای سـاده مـادی کار اشـتباهی اسـت. آنها المان‌هایـی مهـم، واقعـی و حـاوی اطلاعاتـی از نارضایتـی مراجـع مـن از ازدواجـش هسـتند. هـر شـی هنـری، تجسـم عینـی از یـک پیـروزی (غنیمتـی کـه بـه بهـای گزافـی بـه دسـت آمـده) و یـک شکسـت (حداقـل مذاکـره ای کـه میشـد کـرد امـا صـورت نگرفتـه، و بنابرایـن جنگـی کـه در گذشـته خاتمـه پیدا کـرده بـود، دوبـاره آغـاز میشـود) اسـت. و شـاید دههـا یـا حتـی صدهـا مـورد از این قسـم مـوارد وجود دارد: در هـر مـورد سـلاحی ناگفتـه، ویرانگـر و دههـا سـاله وجـود دارد. جـای تعجبـی نـدارد، وقتـی بـا توجـه بـه ایـن شـرایط، ایـن زوج بعـد از سـی سـال زندگـی از هـم جـدا شـدند. مطمئنـم که همسـرش تمـام آن مبلمـان و مجموعه‌هـای هنـری را نگـه داشـته اسـت.

بیاییـد یـک فکـر ترسـناک و دلسـرد کننـده، مطـرح کنیـم بـرای اینکـه بتوانـد انگیـزه کافـی بـه شـما بدهـد تـا قدمـی بـرای بهبـود ازدواجتـان برداریـد و همزمـان شـما را از دشـواری‌های مخـوف یـک مذاکـره واقعـی بترسـاند. هـر مشـکل کوچکـی کـه در هـر روز صبـح، بعدازظهـر و شـب بـا همسـرتان داریـد، قـرار اسـت در هـر پانـزده هـزار روزی کـه یـک ازدواج چهـل سـاله را میسـازد، تکـرار شـود. هـر اختـلاف نظـر پیـش و پـا افتـاده ولـی پرتکـرار دربـاره آشـپزی، ظرفهـا، تمیـز کاری خانـه، مسـئولیت امور مالـی یـا تعـداد دفعـات ارتبـاط صمیمـی نزدیـک بارهـا و بارهـا تکـرار می‌شـود، مگـر آن که بـا موفقیت مشـکل را حـل کنیـد. شـاید بـا خودتـان گاه بـه گاه فکـر میکنیـد کـه پیـش رفتـن در صلـح ظاهـری اما کاذب، بهتـر از را در را شـدن اسـت. بـا ایـن حـال دربـاره چنیـن آرامشـی اشـتباه نکنیـد: چه به سـوی جلو پیـش بروید و چـه تـلاش کنیـد، در ایـن حیـن و بـا یـک سـرعت، سـن شـما بـالا مـی‌رود. امـا وقتـی صرفـا پیـش می‌رویـد، لزومـا مقصـدی ندارید و احتمـال اینکـه آنچـه از بـی مقصـد جلـو رفتـن کسـب می‌کنیـد، همـان چیـزی باشـد کـه می‌خواهیـد یـا نیـاز داریـد، بسـیار پاییـن اسـت. همـه چیـز بـه میـل خـود از هـم میپاشـد، امـا خطاهـای انسـانها، سـرعت وخیـم شـدن اوضـاع را شـتاب می‌بخشـد. ایـن خـردی اسـت کـه از مسـن شـدن بـه دسـت می‌آیـد. ممکـن اسـت درک آگاهانـه از وحشـت تکـرار دائمـی آن جهنـم کوچـک، دقیقـا همـان نیـروی ضـروری بـرای مواجـه کـردن شـما بـا مشـکلات ازدواجتـان بـا اعتقـادی درسـت و راسـخ بـرای حـل آن مشـکلات باشـد. بنابرایـن خصوصـا در کوتـاه مـدت، بـا تکـرار روز بـه روزِ نادیـدن گرفتـن وجـدان و اجـازه دادن بـه شکسـت‌های کوچـک، سـاده ترین کار اسـت. امـا ایـن اسـتراتژی خوبـی نیسـت. فقـط بـا هـدف دقیـق و تـلاش آگاهانـه و تعهـد میتـوان بلایـای فزاینـده‌ی کـوریِ تعمـدی را از بیـن بـرد، آنتروپـی را مهـار کـرد و فاجعـه را - چـه خانوادگـی و چه اجتماعـی - دور نگـه داشـت.

فساد: از روی عمد یا غفلت

بـه نظـر مـن، شـکلی از فسـاد کـه بیشـتر مـد نظـر ماسـت، درونـا وابسـته بـه فریبـکاری - و بیـان صریح‌تـر بـه دروغ - و مهم‌تـر از آن وابسـته بـه خـود فریبـی اسـت. منطـق دانـانِ سـختگیر امـکان

خودفریبـی را محـال می‌داننـد. آنهـا نمـی تواننـد بفهمنـد کـه چطـور ممکـن اسـت کـه فـردی بـه یـک چیـز همزمـان هـم بـاور داشـته باشـد و هـم نـه. بـا ایـن حـال منطـق دانـان، روانشـناس نیسـتند و بدیهـی اسـت کـه نمـی تواننـد چنیـن واقعیتـی را ببیننـد یـا در نظـر بگیرنـد کـه آنهـا خودشـان هـم، به عنـوان مثـال، اعضـای خانـواده ای دارنـد کـه گاهـی همزمـان نسـبت به آنهـا عشـق و نفرت را احسـاس میکننـد. ضمنـا معنـای «بـاور» داشـتن، موقعـی کـه دربـاره اعتقـاد انسـان حـرف میزنیـم و «همزمـان» مشـخص نیسـت. ممکـن اسـت مـن امـروز بـه یـک چیـز، و فـردا بـه چیـز دیگـری بـاور پیـدا کنـم و بتوانـم حداقـل در کوتـاه مـدت از پـس آن برآیـم. در بسـیاری از اوقـات، مـن در هنـگام مطالعـه مقـالات دانشـگاهی در مقطـع کارشناسـی، بـا چنیـن تجربـه ای روبـرو می‌شـوم. نویسـنده در یـک پاراگـراف ادعایـی می‌کنـد و در پاراگـراف بعـدی ادعایـی کامـلا متناقـض ارائـه میدهـد (ایـن اتفـاق گاهـی در یـک جملـه می‌افتـد).

شـرایط بسـیاری وجـود دارد کـه تحـت آن، خودفریبـی امـکان دارد رخ دهـد. روانـکاوان، با پیشـگامی فرویـد، بسـیاری از ایـن شـرایط را کشـف کـرده انـد. فرویـد معتقـد بـود کـه بیشـتر بیماریهـای روانـی بـه خاطـر سـرکوب اسـت کـه احتمـالا می‌تـوان آن را شـکلی از خـود فریبـی دانسـت. از نظـر او، خاطـرات حـوادث ناگـوار و ضربه‌هـای روحـی، در ذهـن ناخـودآگاه نابـود می‌شـوند تـا مثـل یـک شـبح سـرگردان، دائمـا در ذهـن آدمیـزاد گـردش نکنـد و مشـکل نیافریننـد. ایـن فرآینـد ناخـودآگاه انجـام می‌شـود. فرویـد فهمیـد کـه انسـان دارای شـخصیتی واحـد نیسـت. بلکـه در عوض، متشـکل از خودهـای بـی بنـد و بـار، مقطـع و نامـوزون اسـت کـه گاهـی حتـی بـا یکدیگـر توافـق و ارتبـاط برقرار نمـی کننـد. صحـت ایـن ادعـا بـا یـک روش سـاده، مشـهود اسـت: مـا میتوانیـم دربـاره چیزهایـی فکـر کنیـم - مـا میتوانیـم رویدادهـا و اعمـال بالقـوه یـا جایگزیـن را شـبیه سـازی کنیـم - بـدون اینکه بلافاصلـه آنهـا را عملـی کنیـم. تفکیـک فکـر از عمـل بـرای وجـود اندیشـه انتزاعـی ضـروری اسـت. بنابرایـن مـا بـه وضـوح می‌توانیـم فکـری کنیـم یـا حرفـی بزنیـم، ولـی خـلاف آن عمـل کنیـم. چنیـن فکـری، اگـر قبـل از انجـام کار باشـد، خـوب اسـت امـا شـاید زمانـی کـه قـول می‌دهیـم یا ادعـا میکنیم

کـه بـه چیـزی بـاوری داریـم، امـا در واقـع عمـل مـان نشـان میدهـد کـه کامـلا بـه چیـز دیگـری بـاور داریـم، چنـدان خـوب نباشـد. ایـن نوعـی فریب اسـت، همـان گسسـتگی شـخصیت و تناقـض در بین حـالات وجـودی. ایـن موضـوع حتـی نامگـذاری شـده اسـت: ادعـای یـک عقیـده و سـپس عمـل (و صحبـت) بـه روشـی متفـاوت یـا حتـی متضـاد بـا بـاور اولیـه، از نظـر فیلسـوفان معاصـر یـک تناقض رفتـاری، و بـه نظـر مـن یـک دروغ تلویحـی اسـت. زمانـی کـه فـرد همزمـان بخواهـد باورهـای ضد و نقیضـی را عملـی کنـد، در کمـال آزردگـی متوجـه خواهـد شـد، کـه ایـن پارادوکـس امـکان چنیـن تلاشـی را بـه او نمـی دهـد.

فرویـد فهرسـت گسـترده ای از پدیدههایـی مشـابه سـرکوب را معرفـی کرده کـه «مکانیزمهـای دفاعی» مینامـد - یعنـی بـازداری فعالانـهی ورود کلیـت روان بالقـوه آگاه بـه هوشـیاری. مکانیزمهـای دفاعـی شـامل چنیـن مـواردی هسـتند: انـکار[1] («واقعیـت خیلـی هـم بـد نیسـت»)، واکنـش وارونـه[2] («مـن واقعـا واقعـا مـادرم را دوسـت دارم»)، جانشـین سـازی[3] («رئیسـم سـر مـن فریـاد زدم، مـن بـر سـر زنـم فریـادم کشـیدم، او بـر سـر بچـه داد زد و بچـه هم گربـه را گاز گرفـت») همانندسـازی[4] («از مـن زورگیری شـده، پـس مـن انگیـزه کافـی دارم تـا یـک زورگیـر شـوم»)، منطقـی سـازی[5] (توضیحـات خودپسـندانه بـرای یـک رفتـار بـی کیفیـت)، روشـنفکری[6] (مـورد علاقـه وودی آلـن اولیـه، خنـده دار و روان رنجـور)، والایـش[7] («همیشـه میتوانـم تصاویـر برهنـه زنـان را نقاشـی کنـم») و فرافکنـی[8] («مـن حسـاس نیسـتم، تـو آزار دهنـده ای»). فرویـد در زمینـه دلایـل فریـب دادن، فیلسـوف بزرگـی بـود. او از اینکـه بـه

۱ Denial
۲ Reaction Formation
۳ Displacement
۴ Identification
۵ Rationalization
۶ Intellectualization
۷ Sublimation
۸ Projection

رابطـه میـان راسـتگویی و آسـیب شناسـی روانـی اشـاره کنـد، نمـی ترسـید. بـا ایـن حـال، بـه نظـر من ایـده هایـش دربـاره خـود فریبـی، دو خطـای عمـده دارد.

خطـای اول: فرویـد نتوانسـت رابطـه بیـن خطاهـای ناشـی از غفلـت و بیماری‌هـای روانـی را ببینـد. خطاهـای ناشـی از غفلـت، درسـت بـه همـان اندازه خطاهـای تعمـدی، و یا بیشـتر از آن، بـر بیماری‌های روانـی انسـانی موثـر اسـت. لیسـتی از خطاهـای عمـدی، که همگـی سـازنده سـرکوب انـد، در بـالا معرفی شـد. فرویـد بـه روشـی معمـول بـه ایـن مسـئله نـگاه میکـرد. مـردم بـه طـور کلـی معتقدنـد کـه، بطور متوسـط، انجـام فعالانـه کاری بـد (همـان خطاهـای عمـدی)، بهتـر از آن اسـت کـه منفعلانـه کار خوبـی انجـام ندهیـد (یعنـی همـان خطاهـای غافلانـه). شـاید بـه ایـن خاطـر کـه همیشـه کارهـای خوبـی هسـتند کـه مـا درحـال انجـام شـان نیسـتیم؛ از ایـن روسـت کـه ارتـکاب بـه خطاهـای غافلانـه اجتناب ناپذیرنـد. در هـر صـورت هنـوز مواقعـی وجـود دارد کـه نابینایـی عمدی، نسـبت بـه سـرکوب ناآگاهانه یا فعـالِ چیـزی مخـوف امـا ادراک شـده، باعـث ایجـاد فجایـع جـدی تـری می‌شـود (مـورد اخیـر شـناس اسـت پـس ایـن یـک خطـای عمـدی به حسـاب می‌آیـد). ایـن مشـکل، نابینایـی عمـدی، زمانـی اتفاق می‌افتـد کـه متوجـه موضوعـی می‌شـوید، امـا بـرای اینکـه در کشـف چیـزی کـه باعـث ناراحتـی زیـادی می‌شـود نـاکام بمانیـد، کاوش را متوقـف می‌کنیـد. متخصصـان توجیـه گـری[1]، ایـن ناآگاهـی تصنعـی را «انـکار پذیـری قابـل قبـول» می‌داننـد، کـه اصطلاحـی اسـت حاکـی از منطقـی سـازیِ روشـنفکرانه در قبـال نظامـی آسـیب دیـده. لازم بـه ذکـر اسـت کـه چنیـن نابینایی‌هایـی را اغلـب بـه عنـوان یـک جرم صریـح در نظـر میگیرنـد. بـه عنـوان مثـال، اگـر شـما مدیـر عامـل یک شـرکت هسـتید و بـه فـرد خزانه دار شـرکت در مـورد اقدامـی مشـکوک شـده ایـد، امـا تحقیـق و بررسـی نمـی کنیـد چـون نمیخواهیـد چیـزی بدانیـد، همچنـان، بـه درسـتی، مسـئول کوتاهـی در واکنـش هسـتید. کوتاهـی از نـگاه کـردن به زیـر تخـت، آن هـم زمانـی کـه گمـان می‌کنیـد هیولایـی زیـر آن می‌خـزد، اسـتراتژی معقولـی نیسـت.

۱ Spin Doctors

www.KhoreKetab.com

خطای دوم: فروید بر این فرض بود که چیزهایی که تجربه میکنیم، قابل درک اند. مطابق این فرض، جایی از ذهن اثری از حافظه وجود دارد که، درست مثل یک ضبط صوت، به طور دقیق وقایع گذشته را ارائه میکند. اینها فرضیاتی درست اند، چنانچه تجربه ما به سادگی، مجموعه ای از وقایع عینی، واقعی و بدیهی باشد که از طریق حواس ما منتقل شده، درباره آن فکر شده و بر اساس آن عمل شده است. اگر تمام اینها واقعیت داشت، آن وقت تجربه ضربه‌های روحی و روانی می‌توانند به درستی توسط حافظه ارائه شوند، حتی اگر به خاطر ماهیت وحشتناک شان، به کمک مکانیزم‌های ناخودآگاه (یا خودآگاه - که پیش فرض فروید همان مکانیزم‌های ناخودآگاه بود) از آگاهی مان خارج شده باشد. بهرحال نه واقعیت و نه تفسیر ما از واقعیت، به اندازه پیش فرض فروید عینی و بیان شده نیست.

به عنوان مثال، فرض کنید در یک رابطه عاشقانه، ماه هاست توسط همسرتان، بیش از حد تحمل، نادیده گرفته شده اید. سپس با او در حالی مواجه می‌شوید که از بالای حصار خم شده و با یکی از همسایگان جذاب به شیوه ای دوستانه (و شاید حتی بیشتر از آن) در حال صحبت است. اینکه ما چطور چنین تجربیات غیرمتعارف، نو، دردسر ساز و آسیب زایی را پردازش می‌کنیم، کمتر به ادراک مان مربوط است. تحلیل چنین تجربیاتی به ندرت به درک آگاهانه و به طبع آن تفکر، احساسات و انگیزه‌هایی که از آن تفکر ناشی شده، مرتبط است. آنچه در عوض اتفاق می‌افتد، در راستای همان گفته‌هایی است که در قانون اول و دوم بحث کردیم: ما دنیای ناشناخته را از پایین به بالا پردازش می‌کنیم. ما به اصطلاح با محتویاتی از اطلاعات روبرو هستیم که به هیچ وجه بدیهی نیستند. بنابراین با دیدن همسرتان که با همسایه صحبت می‌کند، بدون هیچ بیان و فلسفه مشخصی اینطور فکر میکنید: «من ماهها توسط همسرم تنها بوده‌ام و از نظر جسمی محروم بوده ام. اگرچه من با جزئیات چیزی بروز نداده ام، اما این مسئله باعث ناامیدی و رنج من شده است. حالا با توجه کمی که من گرفته ام، او با خونگرم بودنش با غریبه ای قابل مقایسه، بر این زخم نمک می‌پاشد.» اما به احتمال بیشتر، واقعیت

ایـن اسـت کـه عصبانیـت، غـم و تنهایـی بـه مـرور زمـان و انـدک انـدک بـا هـر جـواب رد، در وجودتـان انباشـته شـده و اکنـون لبریـز شـده ایـد.

بـروز ناگهانـی احساسـات منفـی لزومـا بـه ایـن معنـا نیسـت کـه شـما از چنیـن انباشـتی آگاهیـد. ممکـن اسـت ناامیـدی را کـه بـه مـرور زمـان در وجودتـان انباشـته شـده احسـاس نکنیـد، بلکـه فقـط متوجـه شـده باشـید کـه زود رنـج و نـاکام ایـد، امـا بـه ایـن معنـا نیسـت کـه علـت آن را می‌دانیـد. علـت چیسـت؟ دامنـه احتمـالات بـه انـدازه ناراحـت کننده ای گسـترده اسـت. شـاید اصلا نادیـده گرفته نشـده ایـد. در عـوض ممکـن اسـت در محـل کار بـه مشـکلی برخـورده ایـد کـه در کل باعـث کاهـش اعتمـاد بـه نفسـتان شـده اسـت. در نتیجـه نسـبت بـه هـر نشـانه ای، حتـی خیالـی، از طـرد شـدن در رابطه‌تـان حسـاس شـده ایـد. بنابرایـن مشـخصا سـوالی کـه بایـد طـرح کنیـد بـه جـای اینکـه چـرا همسـرم بـه مـن بـی توجـه شـده، اینسـت کـه مدیـر، همـکاران یـا فضـای کارتـان چـه مشـکلی دارد کـه شـما را بـی ثبـات کـرده اسـت. ایـن امـر تفـاوت زیـادی بیـن دلیـل واقعـی ناراحتـی شـما و علائمی مثـل بدخلقـی، حساسـیت و آزار (همـان حـس طـرد شـدگی تـان) ایجـاد می‌کنـد. در چنیـن مـواردی، رابطـه بیـن علـت و معلـول چنـدان مشـخص نیسـت. شـاید همانطـور کـه شـک کـرده ایـد، مـورد بـی توجهـی قـرار گرفتـه ایـد. شـاید ایـن یـک نشـانه از امـری قریـب الوقـوع و نمـود مسـیری اسـت کـه بـه طـلاق ختـم می‌شـود. هـر دو مشـکل، اگـر درسـت باشـند، مشـکلاتی جـدی انـد. تعجبـی نـدارد کـه ناراحـت هسـتید. امـا ممکـن اسـت در مقابـل چنیـن واقعیتـی، کـه ازدواج یـا کارتـان بـه مشـکل برخـورده، سرسـختانه مقاومـت کنیـد. و ایـن جـای تعجبـی نـدارد. امـا مفیـد نیسـت.

مهمتـر از همـه، پیچیدگی‌هـای کلـی زندگـی، همـان اسـت کـه جسـتجو در راسـتای شـفافیت را بغرنج می‌کنـد. در نبـرد ازدواج، طـلاق و حضانـت فرزنـد ایـن سـوال را در نظـر بگیریـد کـه «واقعـا چـه اتفاقـی افتـاد؟» پاسـخ بـه چنیـن سـوالی آنقـدر پیچیـده اسـت کـه حـل و فصـل اختلافاتـش نیـاز بـه ارزیابـی دادگاه و ارزیابی‌هـای چنـد جانبـه دارد. حتـی در آن صـورت هـم بعیـد اسـت کـه هـر دو طـرف بـاور داشـته باشـند کـه واقعیـت ارائـه شـده اسـت. دلیـل آن اینسـت کـه وقایـع در حالـت کلـی

و خصوصا وقایع بین فردی به صورت یک واقعیت ساده و عینی، مستقل از یکدیگر وجود ندارند. همه چیز به معنایش در آن شرایطی که اتفاق افتاده بستگی دارد که بیشتر آن برای درک یا بررسی که در هنگام وقوع اتفاق مورد نظر در دسترس نیست. معنای آنچه همسرتان امروز به شما می‌گوید، به هر آنچه تاکنون به هم گفته اید، هر آنچه با هم انجام داده اید و به محتوای تصورات متقابل شما بستگی دارد - و اینها پیچیدگی موضوع را از بین نمی برند. چنین معنایی حتی ممکن است به، مثلا، نحوه برخورد مادر همسرتان با پدرش (یا برخورد مادربزرگ همسرتان با پدربزرگش) یا به نوع رابطه زنان و مردان در یک فرهنگ بزرگتر وابسته باشد. به همین دلیل است که جنجالهای خانوادگی اغلب از کنترل خارج می‌شوند، به ویژه وقتی که الگوهای ارتباطی مستمر و موثری پایه گذاری نشده باشد. موضوعی به یک موضوع عمیق‌تر می‌رسد و آن موضوع به ماجرای عمیق تری منجر می‌شود، تا جایی که یک موضوع پیش و پا افتاده ای مثل سایز بشقابهای نهار به بن بستی بزرگ ختم می‌شود و ممکن است طرفین به این موضوع فکر کنند که شاید بهتر است از هم جدا شوند. و مطمئنا دوباره ترس از افتادن در چاهی به همان اندازه عمیق وجود دارد (دوباره، چون همچنان مسائلی هستند که درباره آنها صحبتی نمی شود). همین موضوع که بیان مسائل خطرناک است، انگیزه ای است برای صحبت نکردن و فرد را در مسیری هل می‌دهد که مشکلات را برای خودش نگه دارد.

منظور از مه چیست؟

تصور کنید که می‌ترسید و برای این ترس دلیلی دارید. شما از خودتان و از افراد دیگر و از دنیا می‌ترسید. دلتان برای معصومیت گذشته تنگ شده است؛ همان زمانی که آموخته هایتان اعتمادِ دوران کودکی‌تان را در هم شکست. دانشی که از خود، دیگران و دنیا به دست می‌آورید، بیش از آن که روشنگرانه باشد، ناگوار است. به شما خیانت شده، آسیب دیده و ناامیدید. شما حتی نسبت به خودِ امید، بی اعتماد شده اید، چون سالها و سالها امیدتان نقش بر آب شده است (و این دقیقا تعریف ناامیدیست). در چنین شرایطی، آخرین چیزی که می‌خواهید،

بیشـتر دانسـتن اسـت. بهتـر اسـت آنچـه در پـسِ پـرده اسـت، بـه صـورت یـک راز باقـی بمانـد. بهتـر اسـت حتـی زیـاد (یـا اصـلا) بـه آنچـه ممکـن اسـت اتفـاق افتـاده باشـد، فکـر هـم نکنیـد. زمانـی کـه فراموشـی یـک موهبـت باشـد، خردمنـدی حماقـت اسـت.

دقیق‌تـر تصـور کنیـد. فـرض کنیـد چنـان ترسـیده ایـد کـه بـه خـود اجـازه نمـی دهیـد حتـی بدانیـد چـه می‌خواهیـد. دانسـتن ضمنـا بـه معنـای امیـدواری اسـت و امیـدواری شـما نـاکام بـوده اسـت. شـما بـرای حفـظ ناآگاهی‌تـان دلایلـی داریـد. شـاید از ایـن می‌ترسـید کـه هیـچ چیـز ارزش مطالبـه نـدارد، یـا می‌ترسـید از اینکـه اگـر چیـزی را آرزو کنیـد، محکـوم بـه شکسـت اسـت و شـما از شکسـت خـوردن می‌ترسـید، چـون در پـسِ سـایه ای از تردیـد خواهیـد فهمیـد کـه ایـن شـما هسـتید کـه شکسـت خـورده ایـد پـس تقصیـر شماسـت.

بنابرایـن بـه خودتـان اجـازه نمـی دهیـد کـه بفهمیـد چـه می‌خواهیـد و ایـن چالـش را بـا امتنـاع از تفکـر مدیریـت می‌کنیـد. شـما گاهـی خوشـحال و راضـی هسـتید و گاهـی بـه پوچـی می‌رسـید، امـا هیچـگاه عمیقـا چرایـی آن را بررسـی نمـی کنیـد، چـون در آن صورت خواهیـد فهمید؛ چـون در آن صورت دوبـاره بـا امیدهـای بـر بـاد رفتـه روبـرو می‌شـوید. همچنیـن بـه دلایـل مختلفـی از ایـن می‌ترسـید کـه دیگـران از آنچـه می‌خواهیـد باخبـر شـوند، بـه ایـن خاطـر کـه، اولا، اگـر آنهـا بـا صراحـت از شـما بپرسـند کـه بـه دنبـال چـه هسـتید، خودتـان نیـز خواهیـد فهمیـد، حتـی اگـر مخالـف کسـب چنیـن آگاهـی باشـید و، ثانیـا، اگـر آنهـا بداننـد کـه شـما بـه دنبـال چـه هسـتید، بـا انـکار شـما، خواسـته‌ها و نیازهایتـان بسـیار موثرتـر از زمانـی کـه عمیـق تریـن آرزوهـا (و حتـی آسـیب پذیـری هایتـان) را مخفی می‌کردیـد، بـه شـما صدمـه بزننـد.

مـه ای کـه پنهـان می‌کنـد، همـان امتنـاع از توجـه بـه احساسـات و حـالات انگیزشـی در زمانـی اسـت کـه اوج می‌گیرنـد و شـما آنهـا را بـا خـود و نزدیکان‌تـان مطـرح نمـی کنیـد. روحیـه بـد یـک نشـانه اسـت. اضطـراب یـا حالـت غـم و انـدوه یـک نشـانه اسـت؛ نشـانه ای از چیـزی کـه احتمـالا

از فهمیدنش خوشحال نخواهید شد. محتمل ترین نتیجه ابراز احساساتی که در طول سالها بیان نشده، وقتی موفقیت آمیز بیان می‌شود همان است که منجر به گریه خواهد شد؛ همان پذیرش آسیب پذیری و درد، که مردم به ویژه در زمان بی اعتمادی و خشم اجازه بروز آن را نمی دهند. چه کسی می‌خواهد تا اعماق درد و غم و گناه فرو رود تا زمانی که اشک هایش جاری شوند؟ خودداری داوطلبانه از توجه به حالات عاطفی ما تنها مانع برخورد با این احساسات نیست. به عنوان مثال اگر همسر شما (یا هر کسی که با او در حال حاضر به مشکل برخورده اید) چیزی بسیار نزدیک به آنچه برایتان دردناک است بگوید، به احتمال زیاد با واکنش بسیار تند و توهین آمیز او را ساکت می‌کنید. این بخشی از یک آزمایش است: آیا آن فردی که به او توهین شده به اندازه کافی به شما و رنج گذشته‌تان اهمیت می‌دهد که از چند مانع عبور کند تا به آن حقیقت تلخ دست پیدا کند؟ بدیهتا این امر تا حدی دفاعی است: اگر بتوانید شخصی را از آنچه خودتان نمی خواهید پی ببرید، دور کنید، وضعیت خودتان در زمان حال آسان‌تر خواهد شد. از طرف دیگر اگر چنین دفاعی موفقیت آمیز شود، متاسفانه تجربه ای بسیار ناامید کننده است و به طور معمول با احساس ترک شدگی، تنهایی و خیانت به خود همراه می‌شود. با این وجود شما و دیگران، هنوز هم باید کنار یکدیگر زندگی کنید. و شما، هرچند بیان نشده و نامشخص، آرزوها، خواسته‌ها و نیازهایی دارید. و حداقل به خاطر اینکه بدون آرزو، خواسته و نیاز نمی توان زندگی کرد، هنوز انگیزه دارید که آنها را دنبال کنید. استراتژی شما تحت چنین شرایطی چیست؟ دلخوری خود را، زمانی که یکی از نزدیکان‌تان شما را می‌آزارد، نشان دهید. وقتی کاری یا چیزی آنطور که می‌خواستید پیش نرفته، به خود اجازه دهید که از نعمت و لذت ابراز رنجش‌تان بهره مند شوید. اطمینان حاصل کنید که فرد خاطی به خاطر عدم تمایل شما طرد شود. آنها را وادار کنید تا با دشواری هر چه بیشتر علت ناراحتی شما را کشف کنند. و در نهایت، بگذارید تا آنها در مه ای که شما اطراف خودتان ایجاد کرده اید، سرگردان باشند تا اینکه تلو تلو خورده و در نتیجه لغزیدن با لبه‌های تیز و پنهان ترجیحات و

www.KhoreKetab.com

رویاهایتان آسیب ببینند. و شاید این پاسخ‌ها هم آزمون‌هایی باشند - آزمون‌هایی که عمیقا مربوط به عدم اعتماد است: «اگر واقعا دوستم داشتی، از منظره ای که اطرافم آراسته ام، شهامت پیدا میکردی تا منِ واقعی را پیدا کنی.» و شاید چنین ادعاهایی، هرچند تلویحی، وجود داشته باشد. به کار بردن چند روش برای محک زدن تعهد، کاربردی است. لازم نیست که همه چیز به رایگان در اختیار باشد. بلکه وجود رمز و رازی غیر ضروری بسیار کارساز است.

و شما هنوز باید با خودتان زندگی کنید. در کوتاه مدت، شاید با خودداری از شفافیت، از خود در برابر آشکار شدن ناتوانی‌تان محافظت کنید. بالاخره ایده آل شما، قاضی شماست. همان قاضی که می‌گوید: «شما توانایی واقعی خود را بروز نمی دهید.» هیچ ایده آلی ندارید؟ پس هیچ قاضی ای ندارید. اما بهایش بی هدفی است. چنین بهایی گزاف است. هدفی ندارید؟ پس هیچ احساس مثبتی ندارید، زیرا اکثر آنچه ما را با امیدواری کامل به جلو سوق میدهد، تجربه نزدیک شدن به چیزی است که عمیقا نیازمندیم و می‌خواهیم. و بدتر آنکه وقتی هیچ هدفی نداریم گرفتار اضطرابی منکوب کننده و مزمن می‌شویم، چرا که هدف متمرکز، آنچه را که در هر حالت دیگری آشوب غیر قابل تحمل و انتخاب‌های زیاد به نظر می‌رسد، محدود میکند.

اگر آنچه را که آرزو دارید روشن، و خود را متعهد به پیگیری آن کنید، باز هم ممکن است شکست بخورید. اما چنانچه خواسته‌تان را شفاف نکنید، در آن صورت مطمئنا شکست می‌خورید. شما نمی توانید هدفی را نشانه بروید که از دیدنش خودداری می‌کنید. اگر نشانه گیری نکنید، نمی توانید به هدف بزنید. و به همان اندازه خطرناک، در هر دو حالت: شما از مزایای هدف گذاری برخوردار نخواهید شد، بلکه آن را گم می‌کنید. شما وقتی کارها بر طبق روال‌تان پیش نمی روند، از منفعت یادگیری اجتناب ناپذیری که در این روند اتفاق می‌افتد، بهره نخواهید برد. موفقیت در یک کار معین اغلب به معنای تلاش کردن، شکست زود هنگام، واسنجی مجدد[1] بر

۱ Recalibrating

www.KhoreKetab.com

اسـاس دانـش جدیـد و دردناکـی کـه از عـدم موفقیـت ناشـی شـده و سـپس، تـلاش دوباره و شکسـت از نـو اسـت. ایـن رونـد آنقـدر تکـرار می‌شـود کـه اغلـب تهـوع آور اسـت. گاهـی ایـن یادگیـری، کـه بـدون شکسـت دسـت یافتنـی نیسـت، باعـث می‌شـود ببینیـد که رسـیدن بـه هدفتـان از جهتـی دیگر بهتـر اسـت (نـه بـه ایـن معنـا کـه ساده‌تر اسـت؛ نـه بـه ایـن معنـا کـه تسـلیم شـده ایـد؛ نـه بـه این دلیـل کـه از رسـیدن بـه هـدف خـودداری می‌کنیـد؛ بلکـه چـون از خـلال ایـن تجربیـات فهمیـده ایـد کـه آنچـه بـه دنبالـش هسـتید، را بایـد در جـای دیگـری جسـتجو کنیـد یـا بـه سـادگی فهمیـده اید که آنچـه را بـه دنبالـش هسـتید نمـی توانیـد بـه شـیوه فعلـی بـه دسـت آورید).

بنابرایـن بـه عنـوان گزینه‌هـای بعـدی بـرای پنهـان کـردن بعضـی مـوارد در مـه، چـه کاری می‌توانیـد - یـا بایـد - انجـام دهیـد؟ بـه احساسـات خـود اعتـراف کنیـد. ایـن مسـئله بسـیار زیرکانـه اسـت (و به سـادگی بـه معنـای «تسـلیم شـدن» در برابـر آنهـا نیسـت). اول بـه یاد داشـته باشـید کـه مـراوده کمتر، احساسـات حقـارت و خشـم یـا درد ناشـی از تنهایـی، اضطـراب دربـاره مسـائل پیـش و پـا افتـاده، یـا حسـادت بـدون دلیـل معـذب کننـده انـد. اعتـراف بـه چنیـن احساسـاتی همـان آشـکار سـازی ناآگاهـی، ناتوانـی و آسـیب پذیـری اسـت. دوم، اینکـه ممکـن اسـت در صـورت غفلـت، احساسـات شـما، هـر چه قـدر منکـوب و قانـع کننـده، نادرسـت باشـد و شـما را بـه جهتـی نادرسـت سـوق دهـد، نگـران کننـده اسـت. ممکـن اسـت بـه دلایلـی کـه کامـلا از آن نـا آگاهیـد، از شـرایط تفسـیری بـه کلـی اشـتباهی داشـته باشـید. بـه همیـن دلایـل اسـت کـه اعتمـاد کـردن، از نـوع بالغانـه، امری حیاتی اسـت. یـک فرد خـام بـر ایـن بـاور اسـت کـه انسـانها اساسـا و عمومـا قابـل اعتمادنـد. امـا هـر کسـی کـه بـه درسـتی زندگـی کـرده، مـورد خیانـت قـرار گرفتـه اسـت. فـرد بـا تجربـه می‌دانـد کـه مـردم توانایـی فریبـکاری و تمایـل بـه فریفتـن دارنـد. ایـن دانـش، بـه همـراه خـود بدبینـی قابـل توجیهـی دربـاره طبیعت انسـان دارد، امـا همچنـان راهـی بـرای نـوع دیگـری از ایمـان بـه انسـانیت می‌گشـاید: دانشـی بـر اسـاس شـجاعت، نـه سـاده لوحـی. مـن، علیرغـم خطـر خیانـت، بـه تـو اعتمـاد میکنـم و دسـتم را به سـوی تو دراز میکنـم چـون از طریـق اعتمـاد اسـت کـه امـکان از خفـا بیـرون آمـدن بهتریـن تـو و شـاید بهتریـن

مـن ممکـن اسـت. بنابرایـن مـن ریسـک قابـل توجهـی را می‌پذیـرم تـا دری بـه روی همـکاری و مذاکره بـاز کنـم. و حتـی اگـر تـو بـه روشـی نابخشـودنی بـه مـن خیانـت کنـی (بـا فـرض عذرخواهـی واقعـی و پشـیمانی تـو) مـن همچنـان دسـتم را بـه سـویت دراز میکنـم. بخشـی از چنیـن رویکـردی از طریـق اینکـه بـه تـو بگویـم چـه احساسـی دارم، محقـق می‌شـود.

لزومـا ضـروری اسـت کـه ایـن مکاشـفات خـام بـا فروتنی همـراه باشـد. حداقـل - و نـه در حالـت ایده آل - بـه جـای آنکـه بگوییـد «اخیـرا مـرا نادیـده می‌گیـری» بایـد بگوییـد «مـن احسـاس انـزوا، تنهایی و ناراحتـی میکنـم چـون بـه نظـرم می‌رسـد کـه در ماههـای اخیـر بـه انـدازه ای کـه مـن دوسـت داشـتم یـا بـرای مـا بـه عنـوان یـک زوج بهتـر بـوده متوجـه مـن نبـوده ای. امـا مطمئـن نیسـتم که اینهـا همه تصـورات مـن بـه خاطـر ناراحتـی‌ام اسـت یـا واقعـا اتفاقی افتـاده اسـت.» گـزاره دوم منظـور را بـه گونه ای کـه اتهامـی بـه کسـی وارد نشـده بیـان می‌کنـد و بـه منزلـه اولیـن حرکـت دفاعـی در برابـر مکالمـه ای عمیـق و جـدی اسـت. احتمـال زیـادی دارد کـه علـت ناراحتی شـما درسـت نباشـد. اگر چنین باشـد، بایـد آن را بدانیـد، چـرا کـه هیـچ سـودی در رواج یـک اشـتباه کـه باعـث رنـج دیگـران یـا دخالـت در آینـده شـما می‌شـود، وجـود نـدارد. بهتریـن کار بـرای یافتـن اینکـه حقیقـت چیسـت - و بهتریـن کار بـرای پراکنـده کـردن مـه از اطـراف شـما - و کشـف اینکـه آیـا چیزهـای زننـده ای که شـما را می‌ترسـاند و در کمیـن شـما هسـتند، واقعـی انـد یـا خیالـی همیـن اسـت. و همیشـه خطـر واقعـی بـودن برخـی از آنهـا وجـود دارد. امـا دیـدن آنهـا بهتـر از پنهـان کردنشـان در مـه اسـت، چـون حداقـل از ایـن طریـق گاهـی اوقـات می‌توانیـد از خطـری کـه مایـل بـه دیـدن آن هسـتید، جلوگیـری کنیـد.

رویدادها و خاطرات

رویدادهـا همانطـور کـه بـه سـادگی خـود را بـر مـا نمایـان میکننـد، علتـی بـرای رخـداد شـان بـه مـا نمـی دهنـد و مـا نیـز خاطـرات گذشـته را بـه منظـور ثبـت محـدود، عینـی و مشـخصی از رویدادهـا و شـرایط بـه یـاد نمـی آوریـم. دومیـن کار در هـر شـرایطی غیرممکـن اسـت. آن اطلاعـات در تجربـه مـا

پنهـان اسـت، مثـل طـلا در سـنگ معـدن - همـان مـورد توضیـح داده شـده در قانـون دوم. بـا بـا تلاش زیـاد و نیـاز بـه همـکاری آدمهـای دیگـر، اسـتخراج و پالایـش شـود، تـا بتوانـد بـه نفـع بهبـود امـروز و آینـده مـورد اسـتفاده قـرار بگیـرد. مـا زمانـی از گذشـته بـه طـور موثـری اسـتفاده میکنیـم کـه بـه مـا در تکـرار تجربیـات مطلـوب - و عـدم تکـرار تجربیـات نامطلـوب - کمـک کنـد. می‌خواهیـم بدانیـم کـه در گذشـته چـه اتفاقاتـی افتـاده، و مهمتـر از آن اینکـه: چـرا. چـرا خـرد وجـود دارد؟ چـرا بـه مـا کمـک میکنـد کـه همـان اشـتباه را بارهـا و بارهـا تکـرار نکنیـم و اگـر خـوش شـانس باشـیم کمکمـان میکنـد تـا موفقیـت هایمـان را تکـرار کنیـم.

اسـتخراج اطلاعـات مفیـد از تجربـه دشـوار اسـت. لازمـه چنیـن کاری خالـص تریـن انگیـزه هاسـت (مثـل «همـه چیـز بایـد بهتـر شـود، نـه بدتـر») بـرای اینکـه بـه درسـتی انجـام شـود. لازمـه چنیـن کاری تمایـل بـه مواجـه صریـح بـا خطاهاسـت. و بعـد بایـد مشـخص شـود کـه در چـه نقطـه ای و چـرا خـروج از مسـیر مناسـب اتفـاق افتـاده اسـت. و لازمـه چنیـن کاری تمایـل بـه تغییـر اسـت؛ کاری کـه تقریبـا همیشـه از تصمیـم بـرای طفـره رفتـن و کنـار گذاشـتن چیـزی (کسـی یـا ایـده ای) غیـر قابـل تشـخیص اسـت). بنابرایـن سـاده تریـن پاسـخ قابـل تصـور اینسـت کـه بـه آن توجـه نکنیـد و از فکـر کـردن خـودداری کنیـد در عیـن حـال کـه همزمـان موانـع غیـر قابـل تحمـل را بـه ارتباطـات واقعـی تبدیـل می‌کنیـد.

متاسـفانه در بلنـد مـدت، ایـن نابینایـی تعمـدی زندگـی را تیـره و تـار، تهی، دیده نشـده و بـدون وجهه و ژولیـده کـرده و شـما را بهـت زده و سـر در گـم بـر جـای میگـذارد. تمـام اینهـا بـه خاطـر پیوسـتگی عجیـب و غریـب میـان روان و واقعیـت، و دنیـای ذهنـی و عینـی اسـت. آیـا چیـزی ترسـناک اسـت، یـا مـن می‌ترسـم؟ آیـا چیـزی زیباسـت، یـا مـن صفـت زیبایـی بـر آن تحمیـل کـرده ام؟ وقتـی از کسـی عصبانـی می‌شـوم، آیـا بـه خاطـر ایـن اسـت کـه آنهـا کاری انجـام داده انـد، یـا مـن نمـی توانـم خـودم را کنتـرل کنـم؟ ایـن سـوالات سـردرگمی مداومـی کـه ذهـن شـما را مشـغول کـرده و زمانی را که کشـتی هایتـان غـرق می‌شـوند، معیـن میکنـد. یـک حالـت روانـی ممکنـه دلیلـی عینـی داشـته باشـد، زیـرا

سـقوط اغلـب ناشـی از چیـزی واقعـی اسـت، مثـل مـرگ، یـک بیمـاری جـدی یـا بیـکاری؛ امـا از طرفی ذهنـی هـم هسـت و بـا حالتـی از درد و رنـج، تردیـد، سـردرگمی و ناتوانـی در انتخـاب - یـا حتـی درک - یـک مسـیر را بـه جلـو همـراه می‌شـود.

عرصـه بـودن، همزمـان هـم ذهنـی و هـم عینـی بـوده اسـت - مجموعـه ای از انگیزه‌هـا و احساسـات در کنـار مـاده - پیـش از آنکـه قـوه ادراک روشـنی وجـود داشـته باشـد و قبـل از آنکـه جهـان بـه رشـته سـخن در آیـد. واژه همسـر هنـوز بـی معنـا بـود. چارچـوب سـخنان انسـان، از تـرس آنچه ممکن اسـت در ایـن اکتشـاف برمـلا شـود، هنـوز ناشـناخته اسـت. شـرایط غیـر قابـل توصیف اسـت، چون ایـن کلمه مبهـم و سـازمان نیافتـه اسـت. انگیزه‌هـای شـخصی مـا در خفـا آغـاز می‌شـوند و پنهـان می‌ماننـد چـون مـا نمـی خواهیـم بدانیـم کـه بـه دنبـال چـه هسـتیم. گنـدم از پوسـته جـدا نمـی شـود؛ گنـج و آن باکـره در چنگال‌هـای اژدهـا می‌ماننـد؛ سـنگ جـادو هنـوز در آن کانـال مانـده؛ و اطلاعـات پنهـان در آشـوب دوار بـا جلـب توجـه مـا، ناشـناخته باقـی مانـده اسـت. چنین غفلتـی همـان امتنـاع داوطلبانه از هوشـیاری بیشـتر اسـت. و در نهایـت آن جـام طلایـی جایـی در اعمـاق جنگلـی انبـوه نهاده شـده، جایی کـه کمتریـن اطـلاع را دوسـت داریـد از آن داشـته باشـید. اگـر روزی در کمـد خـود آن قـدر خـرت و پـرت انباشـته کـرده باشـید کـه در کمـد ناگهـان بـاز شـود، زیـر انبوهـی از چیزهایـی کـه در آن تاریکـی انـدک انـدک رشـد کـرده بودنـد غـرق می‌شـوید و ممکـن اسـت حتـی زمـان و انـرژی کافـی در زندگی‌تـان نداشـته باشـید کـه بـا چنیـن چیـزی روبـرو شـوید، اوضـاع را مرتـب کنیـد، آنچـه نیـاز داریـد بـرای خود نگـه داریـد و باقـی را رهـا کنیـد. ایـن تجربـه همـان معنـای خـرد شـدن در زیـر کولـه بـار خـود اسـت. ایـن تجربـه بـه معنـای بازگشـت تیامـات اسـت، همـان خـدای آشـوب در بیـن النهریـن و نابـود کننـده کسـانی کـه اعمـال نادرسـتی دارند.

جهـان پـر از خطـرات و موانـع پنهـان - و همینطـور فرصت‌هـای پنهـان - اسـت. مخفـی کـردن همـه چیـز در مـه بـه خاطـر اینکـه از خطـری کـه در آن اسـت می‌ترسـید، زمانـی کـه نیروهـای سرنوشـت فـرا می‌رسـند و شـما را مجبـور میکننـد کـه سراسـیمه بـا آنچـه از دیدنـش امتنـاع می‌کردیـد روبـرو شـوید،

کمتریـن کمکـی بـه شـما نمـی کنـد. آسـمان را بـه زمیـن می‌بافیـد، یـا بـه هـر مـکان مقدسـی کـه بتوانیـد پنـاه می‌بریـد تـا در نهایـت بـاز هـم اعتـراف نکنیـد کـه اگـر بـه خاطـر مخفـی کاریتـان نبـود، می‌توانسـتید مـه را بـا نـور هوشـیاری از اطرافتـان پراکنـده کنیـد. سـپس بـه انسـان، خودتـان و خـدا لعنـت می‌فرسـتید کـه چنیـن هـزار تویـی از موانـع و محدودیت‌هـا را پیـش پای شـما قـرار داده اسـت. فسـاد شـما را از پـای در مـی‌آورد و بـه طـور فزاینـده ای همچنـان کـه از طریـق تاریکـی و انگیزه‌هـای مبهـم هدایـت می‌شـوید و بـا ناامیـدی و شکسـت پاسـخ می‌گیریـد، پلیدانـه غـرق در کینـه جویـی و نفـرت ورزی بـه همـان کسـانی می‌شـوید کـه بـاور دارنـد اگـر کسـانی کـه بـه حقوق‌تـان تجـاوز میکننـد، اسـتحقاقش را دارنـد. ایـن نگـرش هـا، اقدامـات و انفعالاتـی کـه لاجـرم به بـار مـی‌آورد، زندگی شـما، جامعـه و دنیـا را فقیـر و بـی حاصـل می‌کنـد. چنیـن نگرشـی، خـودِ مفهـومِ بـودن را بـی خاصیت می‌نمایـد (و ایـن دقیقـا همـان تاریـک تریـن انگیزه‌هـای شماسـت).

بـا جسـتجو و توجـه دقیـق ممکـن اسـت بتوانیـد جهـت ایـن تعـادل را بـه سـمت فرصت‌هـا و در خـلاف موانـع تغییـر دهیـد تـا زندگـی، علیرغم شـکنندگی و رنـج آن، به وضـوح ارزش زیسـتن پیـدا کند. شـاید اگـر واقعـا می‌خواسـتید، بـه دسـت می‌آوردیـد. شـاید اگـر واقعـا بـه دنبـال آن بودیـد، بـه آن می‌رسـیدید. شـاید اگـر در می‌زدیـد و کمـی صبـر می‌کردیـد، بالاخـره آن در بـاز میشـد. امـا برهه‌هایـی در زندگیتـان خواهـد رسـید کـه بایـد بـا هر آن چیـزی که روبـروی شماسـت، به جـای فـرار از آن حقیقتِ مهیـب کـه مهیب‌تـر از آن فقـط جایگزیـن کردنـش بـا یـک دروغ اسـت، مواجـه شـوید.

موارد نامطلوب را در مه پنهان نکنید.

قانون چهارم

توجه کنید آنکه مسئولیت پذیری را رد می‌کند،

از فرصت‌ها محروم می‌شود

خود را ارزشمند کنید

به عنوان یک روانشناس بالینی و استاد دانشگاه، بسیاری از افراد را در توسعه مسیر شغلی شان راهنمایی کرده ام. آنها گاهی به این علت با من مشورت می‌کنند که همکاران، زیردستان یا مدیران شان به درستی وظایف خود را انجام نمی دهند. آنها در کنار یا تحت سرپرستی کسانی کار می‌کنند که خودشیفته، بی کفایت، بدخواه و مستبد هستند. چنین مواردی اتفاق می‌افتد و باید به هر روش منطقی که باعث توقف آنها شود با ایشان برخورد کرد. من دیگران را به قربانی کردن خود تشویق نمی کنم. فکر بدی است که بدون اعتراض خود را فدای هدفی کنید که افراد دیگری اعتبار آن را به دست آورند. با این وجود در چنین شرایطی اگر عاقل و با دقت باشید، وظایف ارزشمند بسیاری هستند که احتمالا توسط این همکاران غیر بهره ناتمام باقی مانده است. ممکن است از خودتان بپرسید: «چه میشود اگر من مسئولیت انجام آن وظایف را به عهده می‌گرفتم؟» این یک سوال پر چالش است. وظایف ناتمام پرخطر، دشوار و ضروری اند. اما همچنین ارزنده و قابل توجه اند - اینطور نیست؟ ممکن است با وجود نابینایی‌های مکرر، مشکلی را که وجود دارد، ببینید. از کجا میدانید که مشکل از شما نیست؟ چرا شما این مشکل را دیده اید، و نه برخی مشکلات دیگر را؟ این سوالی است که باید به طور عمیق مورد توجه قرار بگیرد.

اگر می‌خواهید در محل کار - یا هر جامعه دیگری - ارزشمند شوید، فقط همان کارهای مفیدی را که دیگران انجام نمی دهند، انجام دهید. زودتر از دیگران و دیرتر از آنها در محل کار باشید (ولی زندگی شخصی خود را انکار نکنید). وقتی کار می‌کنید، به جای آن که خودتان را مشغول به کار نشان دهید، آنچه را که به طور خطرناکی بی نظم است، سروسامان دهید. و در نهایت درباره کسب و کارتان بیشتر از آنچه اکنون می‌دانید، یاد بگیرید و رقبای آن را بشناسید. انجام چنین کارهایی یک رکن اساسی است و شما را بسیار ارزشمند می‌کند. مردم متوجه این ارزش

w w w . K h o r e K e t a b . c o m

و شایستگی‌های به سختی به دست آمده شما می‌شوند.

ممکن است مخالفت کنید که «من نتوانستم مسئولیت کار مهمی را به عهده بگیرم». اگر شروع به ساختن شخصیتی کنید که بتواند چه؟ می‌توانید از حل کردن یک مشکل کوچک شروع کنید - چیز کوچکی را که آزارتان می‌دهد و فکر می‌کنید بتوانید آن را حل کنید. می‌توانید با آن اژدهایی روبرو شوید که تا حدی بزرگ باشد که بتوانید آن را شکست دهید. یک مار کوچک ممکن است زمان کافی برای احتکار طلا و ثروت زیادی نداشته باشد، اما شاید هنوز گنجی برای برنده شدن وجود داشته باشد. بنابراین در کنار آن احتمالی منطقی برای چنین جستجویی دارد (و البته احتمال کمی برای مرگی دردناک). در شرایط معقول، متحمل شدن مسئولیتی اضافه بر شرح وظایف، فرصتی فوق العاده گرانبهاست. و سپس اگر به همین دلیل بخواهید برای افزایش حقوق، اختیارات و زمان آزاد بیشتر، مذاکره کنید، می‌توانید نزد مدیرتان بروید و اینگونه بگویید: «این لیستی از ۱۰ کار حیاتی است که فریاد همه را در آورده، و حالا من همه آنها را انجام میدهم. اگر کمی با من همراهی کنید من هم ادامه خواهم داد. حتی ممکن است پیشرفت کنم. و همه چیز، از جمله زندگی خودِ شما، در کنار زندگی خودم بهتر خواهد شد.» و اگر مدیر شما به درستی اهمیت این موضوع را تشخیص دهد، که گاهی مدیران اهمیت چنین موضوعاتی را درک میکنند، آنوقت مذاکره شما موفقیت آمیز میشود. بعضی کارها به این روال جلو می‌روند. و این نکته را فراموش نکنید که همواره آدم‌هایی بسیار خوب هستند که با کمال میل حاضرند به افراد مفید و قابل اعتماد دست یاری دراز کنند. این لذت حقیقتا یکی از بهترین لذت‌های نوع دوستانه زندگی است و عمق آن را نباید دست کم گرفت. همینطور نباید عمق آن از سر سوءظنی که تمایلات نفرت جویانه از جهان را پنهان می‌کند، نادیده گرفت.

به نظر میرسد آن معنایی که به طور موثر زندگی را با ثبات می‌کند، در پذیرش مسئولیت یافت میشود. وقتی مردم به دستاوردهایشان نگاه می‌کنند، اگر خوش اقبال باشند، خواهند گفت: «خب من فلان کار را انجام دادم و ارزشمند بود. آسان نبود. اما ارزشش را داشت». اینکه

رابطه ای دو طرفه میان ارزشمندی یک کار، و دشواری انجام آن وجود دارد، واقعیتی عجیب و متناقض است. به این دیالوگ‌ها توجه کنید: «آیا به دنبال سختی هستی؟»، «نه، من به دنبال راحتی ام.» «آیا طبق تجربه شما، کارهای آسان ارزشمند هم بوده اند؟» «خب، اکثر اوقات نه.» «درسته. شاید آنچه واقعا می‌خواهی دشوار است.» من فکر میکنم وجود همین چالش، دلیل چنین تناقضی است: چون دشواری لازم است.

به همین دلیل است که ما داوطلبانه و خوشبختانه این محدودیت‌ها را برای خود ایجاد میکنیم. به عنوان مثال، هر بار که بازی میکنیم، مجموعه ای از محدودیت‌های قراردادی را می‌پذیریم و تحت این شرایط، وجود امکان‌هایی را جستجو میکنیم. این همان شرایطی است که بازی را خلق می‌کند. این بازی بدون وجود قوانین قراردادی عملیاتی نمی شود. شما نیز داوطلبانه و از روی سرگرمی آنها را می‌پذیرید، درست مثل بازی شطرنج: «اسب فقط به صورت L حرکت می‌کند. چقدر مسخره! ولی چه باحال!» تعجب آور اینجاست که اگر بتوانید همه مهره‌ها را به هر جایی حرکت دهید، دیگر سرگرم کننده نیست. اگر هم اصلا نتوانید حرکت کنید، دیگر بازی کردن نیست. بهرحال تعدادی از محدودیت‌ها را می‌پذیرید و بازی آغاز می‌شود. به بیان کلی تر، قوانین بازی را به عنوان بخش ضروریِ بودن و مطلوبیت زندگی بپذیرید. تصور کنید که با پذیرش قوانین می‌توانید از آنها پیشی بگیرید. و حالا می‌توانید این بازی محدود شده را به درستی انجام دهید.

اهمیت این امر فقط فقط به دلیل تاثیر آن بر روان انسان نیست و به هیچ وجه صرفا یک بازی نیست. مردم به معنا نیاز دارند، اما مشکلات هم باید حل شوند. از دیدگاه روانشناسی پیدا کردن چیزی با اهمیت - که ارزش فدا کردن (یا فدا شدن) یا ارزش مقابله و به عهده گرفتن داشته باشد - کار مفیدی است. اما هم رنج و شرارتی که مشخصه زندگی است با تمام تبعات هولناک آن حقیقت دارد و هم توانایی ما در حل مسائل، از طریق مواجهه و پذیرش مسئولیت، واقعی است. ما با پذیرش مسئولیت می‌توانیم راهی معنادار پیدا کنیم، شخصیت

مان را از بعد روانی بهبود دهیم، و آنچه را که به طرز غیر قابل تحملی غلط است به درستی بهتر کنیم. بنابراین نمی توان هم خر و هم خرما را با هم داشت.

مسئولیت و معنا

این ایده که زندگی رنج است، واقع گراییِ جهان شمول تفکر دینی است. این تفکر یکی از چهار واقعیت بودیسم[1] و یکی از مفاهیم کلیدی آیین هندو است. گفته شده که در یک سنت باستانی هندی، واژه «رنج» کلمه ایست که - در زبان پالی به دوکا[2] و در زبان سانسکریت به دوهکا[3] - از تلفیق دو واژه دیگر به معنای بد[4] و سوراخ[5] به وجود آمده، و خصوصا به سوراخی که به محور اصلی گاری است اشاره می‌کند. اگر چنین سوراخی به درستی در مرکز چرخ قرار گرفته باشد، محور اصلی گاری در جای مناسب قرار میگیرد و درشکه سواری را ساده میکند، در غیر این صورت حرکت درشکه، متناسب با مقدار انحراف سوراخ از مرکز، با تکانه‌ها و پرشهای شدیدی همراه خواهد بود. مکان این سوراخ باید درست در مرکز چرخ باشد. این توضیح مرا به یاد واژه ای یونانی به اسم هامارشیا[6] می‌اندازد که در تفکر مسیحی به معنای «خطا» است.

در اصل هامارشیا یک اصطلاح تیراندازی با کمان و به معنای خطا در نشانه گیری هدف است. به روشهای متعددی ممکن است هدف را به خطا نشانه گرفت. من در جلسات بالینی و زندگی شخصی‌ام مشاهده کرده‌ام که مردم اغلب آنچه را که نیاز دارند (یا به همان اندازه مهم، آنچه را که می‌خواهند) به این علت به دست نمی آورند که هیچ گاه آن را برای خود و دیگران به روشنی مشخص نمی کنند. بهرحال روشن است که به جز نشانه گرفتن هدف، راهی برای موفقیت

۱ The Four Noble Truths of Buddhism
۲ Dukkha
۳ Duhka
۴ Dus
۵ Kha
۶ Hamartia

www.KhoreKetab.com

وجـود نـدارد. همینطـور اغلـب مـردم بیشـتر بـه ایـن علـت آشـفته انـد که حتـی بـرای آنچـه می‌خواهند تـلاش هـم نکـرده انـد تـا اینکـه بـه خاطـر خطاهایـی کـه فعالانـه در ارتبـاط بـا جهـان پیرامـون مرتکـب شـده انـد، مضطـرب باشـند. اگـر قـدم اشـتباهی برداشـته شـود، حداقـل میتـوان از خطـای مرتکب شـده درسـی آموخـت. امـا منفعـل مانـدن در مقابـل زندگـی، حتی اگـر چنیـن انفعالی دسـتاویزی بـرای اجتناب از خطـا باشـد، یـک اشـتباه بـزرگ اسـت. همانطـور کـه تـام ویتـس[1] موسـیقیدان بـزرگ بلـوز (در آهنـگ لیتـل ریـن[2]) هـم مصرانـه می‌گویـد: «بایـد آنچـه را کـه مهـم اسـت بـه خطـر بیاندازیـد».

بـه عنـوان مثـال در داسـتان خیالـی پیتـر پـان[3] - کـه انعـکاس خدایـی یونانـی در حیـات وحـش، و به معنـای «در برگرفتـن همـه چیـز» اسـت - یـک گاف بـزرگ وجـود دارد. پیتـر پـان پسـری جادویـی و قادر بـه انجـام هـر کاری اسـت. او درسـت مثـل هـر کـودک دیگـری، نمود مفهـوم پتانسـیل اسـت و بنابراین درسـت همانطـور کـه یـک کـودک، جادویـی بـه نظـر می‌رسـد، پسـری بـا قدرت‌هـای افسـونگری اسـت. امـا زمـان ایـن افسـون را از بیـن می‌بـرد و عاملیـت بالقـوه و جـذاب کـودک را بـه واقعیتـی آشـکار و عینـی بـدل می‌کنـد. ترفنـد لازم در ایـن بـه اصطـلاح، بده-بسـتان آن اسـت کـه آن امـکان اولیه را بـا چیـزی معنـادار، بهره ور، بلنـد مـدت و پایـدار معاملـه کنیـد. پیتـر پـان از چنیـن کاری امتنـاع کـرد. حداقـل تـا انـدازه ای بـه ایـن خاطـر کـه الگـوی اصلـی او کاپیتـان هـوک[4] اسـت. کاپیتـان هـوک کهـن الگـوی پادشـاه سـتمگر[5]، آسـیب نظـم بیـش از حـد و همزمـان انـگل و سـتمگری اسـت کـه از مـرگ می‌هراسـد. او دلایـل خـودش را دارد. مـرگ بـا هـوک در شـمایل کروکودیلـی بـا یـک سـاعت روی شـکم روبـرو می‌شـود. همـان زمانـی کـه بـا تیـک تـاک در حـال گـذر و بـه معنـای زایـل شـدن زندگـی بـا گـذر هـر ثانیـه اسـت. آن کروکودیـل متوجـه هـراس هـوک شـده بـود و از آن لـذت می‌بـرد. زندگـی نیـز

۱ Tom Waits
۲ A Little Rain
۳ Peter Pan
۴ Captain Hook
۵ Tyrannical King

چنیـن اسـت. صرفـا افـراد بـزدل نیسـتند کـه از آنچـه در آن اعمـاق آشـوبناک می‌گـذرد وحشـت دارنـد. بـه نـدرت می‌تـوان فـردی را یافـت کـه بـا پایـان دوران کودکـی، از ناامیـدی، بیمـاری و غـم از دسـت دادن یـک عزیـز رنـج نبـرده باشـد. چنیـن اتفاقاتـی ممکـن اسـت کسـانی را کـه مثـل هـوک بـه تلخی، بـا کینـه تـوزی، غـارت و ظلـم آن را تجربـه کـرده انـد، رهـا کنـد. امـا بـا الگویی ماننـد کاپیتان مشـخص اسـت کـه پیتـر پـان دوسـت نـدارد کـه بـزرگ شـود. همـان بـه کـه پادشـاه مردمـان گمشـده[1] بمانـی. همـان بـه کـه درخیـالات زندگـی بـا تینکربـل[2] - هـرآنچـه یـک زن بـه عنـوان همسـر می‌توانـد فراهـم کنـد - گمگشـته باشـی. تنهـا مشـکلش ایـن اسـت کـه چنیـن زنـی وجود نـدارد.

ونـدی[3]، عشـق بـزرگ زندگـی پـان، علیرغـم احسـاس تحسـینش نسـبت بـه پیتـر، تصمیـم گرفـت که بـزرگ شـود. او ازدواج کـرد و مشـتاقانه بـا بلـوغ خـود روبـرو شـد، اگـر چـه این بلـوغ نشـان از فناپذیری و مـرگ دارد. او آگاهانـه تصمیـم می‌گیـرد کودکـی خـود را فـدای واقعیت‌هـای بزرگسـالی کنـد و در عـوض زندگـی واقعـی را بـه دسـت مـی‌آورد. پیتـر یـک کـودک باقـی می‌مانـد: مسـلما جادویـی، امـا همچنـان یـک کـودک، و زندگـی محـدود، فانـی و منحصـر بفـرد از کنـار او میگـذرد. در نمایشـنامه جـی. ام. بـری[4]، پیتـر پـان یـا پسـری کـه بـزرگ نمـی شـود، بـه گونـه ای توصیـف شـده کـه از مـرگ، همانطور کـه در مارونـرز راک[5] بـا آن مواجـه می‌شـود، نمـی ترسـد. ممکـن اسـت نگـرش او توسـط ناظـران غافـل بـه شـجاعت تعبیـر شـود. در نهایـت پیتـر پـان میگویـد: «مـردن یـک ماجراجویـی مهیـب اسـت.» امـا آن راوی غیـب و بینـای روان اعتـراض میکنـد: «زندگـی یـک ماجراجویـی مهیـب اسـت.» (گفتـه ای کـه حقیقـی دربـاره ایـن کـه اگـر مردمـان گمشـده، ونـدی را بـه عنـوان پادشـاه انتخـاب می‌کردنـد چـه میشـد) و بلافاصلـه بـه ایـن موضـوع اشـاره میکنـد: «امـا پـان هرگـز نمـی توانـد از پـس آن برآیـد.»

۱ Lost Boys
۲ Tinkerbell
۳ Wendy
۴ J. M. Barrie
۵ Marooners' Rock

www.KhoreKetab.com

تصـور نترسـیدن پـان از مـرگ بـه معنای شـجاعت نیسـت، بلکـه نشـان دهنده ماهیـت اساسـا متمایل بـه خودکشـی و خسـتگی از زندگـی اسـت (کـه او پیوسـته بـا خـودداری از بلـوغ نشـان میدهـد).

بـه هیـچ عنـوان پیرتریـن فـرد بـودن در یـک مهمانـی جوانانـه، گزینـه خوبـی نیسـت. بلکـه همـان یـاس اسـت - کـه بـه همـراه تندخویـی، انـدوه و تکبـر - در لبـاس عصیـان و تمـرد زینـت گرفتـه و راه بـه سـوی ناکجـا آبـاد دارد. بـه همیـن ترتیـب اسـت کـه پتانسـیل جـذاب یـک جـوان بیسـت و پنـج سـاله امـا بـی هـدف، جـای خـود را در سـی سـالگی بـه ناامیـدی رقـت انگیـز داده و تـا چهـل سـالگی کامـلا از بیـن مـی‌رود. شـما بایـد پتانسـیل‌های گوناگـون خـود را در ازای چیـزی واقعـی در زندگـی فـدا کنیـد. چیـزی را هـدف قـرار دهیـد. خودتـان را منظـم کنیـد. در غیـر ایـن صـورت تبعـات آن را متحمـل می‌شـوید. کـدام تبعـات؟ تبعـات تحمـل رنـج زندگـی، بـدون هیـچ معنایـی. آیـا توصیفـی بهتـر از ایـن بـرای جهنـم وجـود دارد؟

زندگـی بـرای بوداییـان، و همینطـور شـاید بـا صراحـت کمتـر بـرای پیـروان آییـن هنـدو، رنـج اسـت. متـون مقـدس عبـری، بـه نوبـه خـود، شـرح تاریخچـه ای از رنـج یهودیـان، چـه افـراد شـان و چـه قـوم یهـود، اسـت، اگرچـه پیروزی‌هـا را نادیـده نمـی گیـرد. حتـی کسـانی کـه توسـط خـود یهـوه[1] - خـدای یهودیـان - فراخوانـده شـده انـد، راه گریـزی از مصائـب زندگـی ندارنـد. شـاید ابراهیـم، کهـن الگـوی پدرسـالار، چنیـن فراسـتی داشـت. او بـه وضـوح شـخصیتی شـبیه بـه پیتـر پـان بـود. داسـتان کتـاب مقـدس بـر ایـن توصیـف تکیـه می‌کنـد کـه ابراهیـم تـا هفـت و پنـج سـالگی در چـادر پـدرش زندگـی محفوظـی داشـت (شـروعی بسـیار دیـر، حتـی نسـبت بـه اسـتانداردهای امـروزی). سـپس بـا الهـام از جانـب خـدا - یـا بگوییـم بـا الهـام از صـدای درونـی اش - مـردم و کشـورش را بـه شـوق سـیاحت در زندگـی تـرک کـرد. و پـس از پیـروی از دعـوت الهـی بـه ماجراجویـی بـا چـه روبـرو می‌شـود؟ ابتـدا بـا قحطـی؛ و بعـد بـا اسـتبداد مصر: امـکان بالقـوه باختـن همسـر زیبایـش بـه مـردان قدرتمندتـر؛ تبعید

۱ YHWH

از کشـورش؛ درگیـری بـا خویشـانش بـر سـر قلمـرو؛ جنـگ و ربـوده شـدن فرزنـدان قبیلـه اش؛ عقیـم شـدگی طولانـی (علیرغـم وعـده خداونـد به تشـکیل یـک طایفـه بـزرگ)؛ و در نهایت، درگیری سـهمگین میان همسـرانش.

وقتـی شـروع بـه مطالعـه و بررسـی عمیق‌تـر داسـتان ابراهیـم کـردم تاثیـر زیـادی بـر مـن گذاشـت. جوهـره اصلـی ایـن داسـتان تلفیقـی عجیـب از بدبینـی و دلگرمـی اسـت. بدبینـی؟ چـون حتـی اگـر ماننـد ابراهیـم، توسـط خداونـد هـم تشـویق بـه کاوش در زندگـی شـوید، زندگـی بسـیار دشـوار خواهد بـود. حتـی در بهتریـن شـرایط قابـل تصـور، موانـع ظاهـرا غیـر قابـل عبـوری سـد راهتـان خواهـد شـد. دلگرمـی؟ زیـرا شـما ایـن فرصـت را بـه دسـت می‌آوریـد کـه خـود را قوی‌تـر و شایسـته‌تر از آنکـه تصـور می‌کنیـد، نشـان دهیـد. درون شـما پتانسـیلی اسـت (برخـی از ایـن جـادو در کودکـی کامـلا مشـهود اسـت) کـه چنانچـه شـرایط ایجـاب کنـد ظهـور کـرده و شـما را - انشـاالله[1] - بـه فـردی تغییـر می‌دهـد کـه در نهایـت بـر موانـع چیـره می‌شـود.

یـک ایـده بسـیار قدیمـی وجـود دارد کـه مـن اخیـرا حداقـل بخشـی از آن را درک کـرده ام. ایـن ایـده همـان اسـت کـه در بسـیاری از اشـکال ادبـی، اسـتعاری و نمایشـی کهـن و مـدرن تجلـی یافتـه اسـت. همـان ایـده ای کـه مرتبـط بـا مسـئولیت پذیـری و معناسـت. امـا آنچـه حقیقتـا مهـم اسـت پنهـان بـه نظـر میرسـد، همانطـور کـه خـرد نهفتـه در رویاهـا اغلـب پنهـان اسـت. ایـن ایـده در پیـچ و خـم افسـانه‌های آن قهرمـان عجیـن شـده: همـان قهرمانـی کـه سـخنانی جادویـی میگویـد، و آنچـه را می‌بینـد کـه دیگـران نمـی بیننـد (یـا از آنچـه دیگـران امتنـاع نمـی کننـد، خـودداری می‌کنـد)، همـان قهرمانـی کـه بـر غولهـا غلبـه، و قـوم خـود را هدایـت میکنـد، اژدهـا را از پـای در مـی‌آورد، ثـروت کیمیـا را بـه دسـت مـی‌آورد، و آن باکـره را نجـات می‌دهـد. اینهـا همـه صـور مختلفـی از الگوهـای ادراکـی و رفتـاری یکسـان انـد کـه خلاصـه ای از الگـوی سـازگاری در جهـان اسـت. ایـن قهرمـان همچنیـن کسـی

۱ God willing

www.KhoreKetab.com

اسـت کـه پـدرش را از شـکم حیوانـات نجـات میدهـد. چنیـن ایـده ای کـه بـه طـور معمـول در روایـات مطـرح می‌شـود، چــه معنایــی دارد؟

نجات پدر: ازیریس و حوروس

داسـتان مصریـان باسـتان دربـاره ازیریـس[1]، ایزیـس[2]، سـت[3] و حـوروس[4] را در نظـر بگیریـد. مصریـان، ازیریـس را خـدای بنیانگـذار حکومـت می‌دانسـتند. شـما می‌توانیـد او را بـه درسـتی ملغمـه ای از تمـام صفـات و خصوصیـات مردمانـی در نظـر بگیریـد کـه تمـدن عجیـب نیـل را پایـه گـذاری کـرده انـد. ازیریـس بـه عنـوان یـک قهرمـان فرهنـگ سـاز، مـورد سـتایش قـرار گرفـت؛ همـان کسـی کـه جهـان آفریـن، جـوان و سـرزنده اسـت و بنیـان یکـی از فرهنگ‌هـای اولیـه بـزرگ و مانـدگار را گذاشـت. امـا او نیـز، مثـل همـه، سـالخورده و دچـار غفلـت عمـدی شـد. مصریـان مصرانـه بـر ایـن بـاور بـوده انـد کـه چنیـن شـخصیت مهمـی در اسـاطیر شـان دارای هـر دو ایـن ویژگـی هاسـت - و ایـن پافشـاری یـک حقیقـت بـزرگ را شـکل داد. آن خـدای بنیانگـذار و بـزرگ، ناهنجار شـد و مهمتـر از آن، آنجا که میدانسـت بایـد چشـمان خـود را بـاز کنـد، چشـم پوشـی میکـرد. بنابرایـن ازیریـس دیگـر نگاهـی بـه نحـوه اداره پادشـاهی اش نکـرد. ایـن نابینایـی عمـدی بـود و در سـن بـالا هیچ سرزنشـی بر آن نیسـت. این شـیوه حکومـت، وسوسـه ای مخـوف اسـت چـرا کـه آنچـه را امـروز بایـد دیـد بـه آینـده موکـول می‌کنـد. اگـر مشـکلات بـا هـم آمیختـه نمـی شـدند، عالـی بـود امـا همـه مـا میدانیـم کـه چنیـن می‌شـود.

تصمیـم ازیریـس مبنـی بـر بسـتن چشـمانش، بهـای گزافـی بـه او تحمیـل کـرد: چیـره شـدن بـرادر شـرورش، سـت، بـر سـلطنت. می‌تـوان گفـت کـه فـرض وجـود بـرادری بدخـواه در کمیـن حکومـت، از بدیهیـات جهـان بینـی مصـری اسـت کـه بـدون شـک در نتیجـه مشـاهده پیچیـده و بلنـد مـدت یـک

۱ Osiris
۲ Isis
۳ Set
۴ Horus

ملـت از خطاهایـش بـه دسـت آمـده و موضوعـی اسـت کـه اهمیـت آن تـا بـه امـروز حفـظ شـده اسـت. پـس از ایجـاد یـک سلسـله مراتـب کاربـردی مناسـب، فرصتـی بـرای ربـودن مناصـب قـدرت، نـه توسـط افـرادی کـه شایسـته آن هسـتند بلکـه توسـط آنهایـی کـه مایـل بـه اعمـال نفـوذ، فریبکاری و تهدیـد بـرای کسـب موقعیـت و کنتـرل هسـتند، ایجـاد می‌شـود. همـه ایـن نیروهـای ضـد بهـره ور بودنـد کـه بـا تـلاش مصریـان در قالـب شـخصیت سـت، دشـمن شـفافیت، روشـنفکری، بصیـرت و آگاهـی، مفهـوم سـازی شـد. ایـن بزرگتریـن جـاه طلبـی سـت در اداره مصـر و غصـب جایـگاه فرعـون بر حـق بـود. ازیریـس با بسـتن چشـمانش بـه روی دسیسـه‌های بـرادر پلیـدش، سـت، بـه او اجـازه داد تا قـدرت پیـدا کنـد. خطایـی کـه مصیبـت بـار و مهلک اسـت (درسـت مثـل خطایی که بـرای یـک موجود فناناپذیـر مهلـک اسـت). سـت بـه انتظـار نشسـت تـا در زمـان ضعـف ازیریـس، او را تکـه تکـه کـرد و هـر تکـه از بدنـش را بـه نقطـه ای از مصـر فرسـتاد. کشـتن ازیریـس امـکان پذیـر نبـوده (و نیسـت)، آن فـرد فناناپذیـر دوبـاره بـه سـوی تشـکیلات اجتمـاع بـاز میگـردد. ایـن نیـرو هیچـگاه نخواهـد مـرد. امـا درسـت مثـل کار سـت، می‌تـوان او را مثلـه کـرد - تـا انجـام هـر کاری برایـش بسـیار دشـوار باشـد.

ازیریـس، خـدای نظـم، فـرو می‌پاشـد. ایـن اتفـاق همـواره در زندگـی فـردی، در تاریـخ خانـواده هـا، شـهرها و حکومت‌هـا رخ میدهـد. وقتـی عشـق بـه ابتـذال کشـیده می‌شـود، مشـاغل فاسـد شـده و آرزوهـای محبـوب میمیرنـد، همـه چیـز فـرو می‌پاشـد؛ وقتـی ناامیـدی، اضطـراب، عـدم اطمینـان و ناچـاری بـه جـای نظمـی قابـل تحمـل می‌نشـیند؛ و وقتـی گـودال بـی پایـان پوچـی، چهـره مخـوف خـود را نمایـان می‌کنـد و تمـام ارزش‌هـای مطلـوب و بـا ثبـات زندگـی را نابـود می‌کنـد، همـه چیـز فـرو می‌پاشـد. در چنیـن شـرایطی آشـوب پدیـدار می‌شـود. و بـه همیـن دلیـل اسـت کـه ایزیـس، الهـه جهـان زیریـن و همسـر ازیریـس، بعـد از مـرگ همسـرش به دسـت سـت ظهـور میکنـد. ایزیس در جسـتجوی یافتـن جوهـره حیـات ازیریـس تمـام مصـر را در می‌نـوردد. او جوهـره حیـات را در قطعـات آلـت تناسـلی مثلـه شـده ازیریـس - قاعـده بـاروری - می‌یابـد و خـود را بـارور میکنـد. ایـن کار چـه معنایـی دارد؟ ملکـه جهـان زیریـن و الهـه آشـوب، همـان نیـروی ابـدی تجدیـد حیـات اسـت. وقتـی

چنیـن سیسـتمی فـرو می‌پاشـد، تمـام پتانسـیل‌های محـدود شـده توسـط سیسـتم ادراک قبلـی از فرضیـات و دسـته بندی‌هـا - تمـام محدودیت‌هـای نامرئـی اعمـال شـده بـر سـاکنان آن کشـور سـاختارمند - چـه در جهـت خیـر و چـه شـر، از نـو آزاد می‌شـوند. بنابرایـن زمانـی در تاریـک تریـن دوره هـا، زمانـی کـه مرکزیـت در کار نباشـد، امـکان جدیـدی خـود را نشـان میدهـد. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه کهـن الگـوی قهرمـان زمانـی زاده می‌شـود کـه شـرایط در وخیـم تریـن حالـت اسـت.

بنابرایـن ایزیـس بـه دنیـای زیـر زمیـن برمـی گـردد و بـه وقتـش حـوروس را بـه دنیـا مـی‌آورد؛ پسـر قانونـی پادشـاه گمشـده کـه در بلوغـش بـا تخـت پادشـاهی اکنـون فاسـد شـده خـود بیگانـه اسـت (چیـزی کـه همـه مـا در دوران بلـوغ تجربـه میکنیـم). ویژگـی اصلـی او بینایـی اسـت - تـک چشـم مشـهور مصـری - در حالـی کـه در هیبـت یـک شـاهین تجسـم یافتـه اسـت؛ پرنـده ای کـه طعمـه خـود را بـه دقـت هـدف می‌گیـرد و بـه درسـتی هـدف خـود را مـورد حملـه قـرار میدهـد و بصیـرت زیرکانـه در قلمـرو پادشـاهی موجـودات زنـده کسـب میکنـد. از همـه مهمتـر اینکـه حـوروس عـلاوه بـر توانایـی، اراده ای بـرای دیـدن دارد. ایـن همـان شـجاعت اسـت: خـودداری از کوچـک شـمردن آنچـه شـناخته می‌شـود، فـارغ از اینکـه تـا چـه حـد هولنـاک باشـد. حـوروس خـدای بـزرگ دقـت و توجـه اسـت و مصریـان در قالـب روایت‌هـای عجیـب خـود - نوعـی از تفکـر خیالـی در طـول هـزاران سـال - تصمیـم گرفتنـد کـه بایـد توجـه و دقـت بـر دیگـران حکمرانـی کنـد. حـوروس بـا پـدرش ازیریس در تمایـل بـه دیـدن متفـاوت اسـت. مثـلا او عمـوی خـود، سـت، را بـه دقـت نـگاه می‌کـرد تـا بفهمـد کـه او حقیقتـا کیسـت. سـت مجموعـه ای از بدخواهـی محـض اسـت؛خود پلیـدی. بـا ایـن حـال بعد از بلـوغ، بـه تـاج و تخـت پادشـاهی غصـب شـده پـدرش برمیگـردد و بـا عمـوی خـود روبرو می‌شـود. آنهـا درگیـر یـک نبـرد حماسـی می‌شـوند. خـدای جـوان و وارث تـاج و تخـت، فرصـت را در جایـی می‌بینـد کـه مسـئولیتی در قبـال آن پذیرفتـه نشـده و کسـی حاضـر بـه دیـدن آن نیسـت. هـر کسـی دل و جگـر انجـام اینـکار را نـدارد - نـه وقتـی کـه تـا بـه نهایـت نتیجـه منطقـی برسـد؛ نـه زمانـی کـه فسـاد و چشـم پوشـی عامدانـه تـا بـه قعـر دره افشـا شـده اسـت. نـگاه کـردن بـه چشـمان پلیـدی،

www.KhoreKetab.com

بـدون حفـاظ، فـارغ از اینکـه ایـن نـگاه چقـدر ضـروری باشـد، کاری فراتـر از بـاور خطرنـاک اسـت. این خطـر بـا شکسـت اولیـه حـوروس بیـان شـده اسـت: در ایـن تقابـل، سـت یکـی از چشـمان بـرادرزاده شـجاع خـود را از بیـن می‌بـرد.

بـا وجـود صدمـات، حـوروس پیـروز میـدان شـد. تکـرار ایـن واقعیـت کـه او داوطلبانـه وارد ایـن نبـرد شـد اهمیـت اساسـی دارد. ایـن یـک قاعـده کلـی در درمان‌هـای بالینـی اسـت کـه از نتیجه مشـاهدات بهبـود سـلامت روان در بسـیاری از مکاتـب و اندیشـه‌های روانشناسـی کاربـردی اسـت. ایـن اصـل تصریـح می‌کنـد کـه مواجهـه داوطلبانـه بـا موانـع ترسـناک، منفـور و تحقیرآمیـز دارای خاصیـت درمانی اسـت. مـا در مواجهـه بـا آنچـه مانـع پیشـرفت لازم می‌شـود، قوی‌تـر میشـویم. چنیـن نکتـه ای بـه هیـچ وجـه بـدان معنـا نیسـت کـه «لقمـه گنده‌تـر از دهـان برداشـتن» خـوب اسـت یـا «داوطلبانـه وارد نبـرد شـدن» بـه معنـای بـا بـی دقتـی «شـر درسـت کـردن» اسـت. بـه مـا توصیـه شـده اسـت که دقیقـا متناسـب بـا سـرعت هوشـیاری مـان، چالش‌هـا را بپذیریـم و با رشـد اسـتعداد، مهارت، شـجاعت و پرهیـز از مواجهـه بـی پـروا بـا آنچـه فراتـر از درک فعلـی اسـت، بـا آن روبـرو شـویم.

چطـور بدانیـم کـه بـا کـدام چالشـها بایـد بایـد روبـرو شـد؟ جـواب در غریـزه معنـا نهفتـه اسـت - چیـزی بسـیار ژرفتـر و کهن‌تـر از تفکـر سـاده. آیـا آنچـه تـلاش می‌کنیـد انجـام دهیـد شـما را بـدون اینکـه خیلـی بترسـاند بـه جلـو میرانـد؟ آیـا مـورد علاقه‌تـان هسـت؟ یـا شـما را خـرد میکنـد؟ آیـا سـنگینی گـذر زمـان را از بیـن می‌بـرد؟ آیـا بـه عزیزانتـان خدمتـی می‌رسـاند؟ یـا شـاید حتـی خیـری بـرای دشـمنان‌تان دارد؟ ایـن تعریـف مسـئولیت پذیـری اسـت. پلیـدی را محـدود کـن. رنـج را کاهـش بـده. بـدون توجـه بـه سـنگینی بـاری کـه بـه دوش میکشـی، فـارغ از بـی عدالتـی و بـی رحمـی اغلـب خودسـرانه زندگـی، بـا امکانـی کـه زندگـی در لحظـه پیـش رویـت قـرار میدهـد بـا تمایـل بـه بهبـود بـا اوضـاع روبـرو شـو. سـایر رویکردهـا فقـط ایـن گـودال را عمیق‌تـر می‌کننـد، حـرارت آن را افزایـش میدهنـد و کسـانی را کـه سـاکنش هسـتند نابـود میکنـد تـا پیوسـته مشـکلات جدی خـود را بدتـر کنند. همـه ایـن موضـوع را میداننـد. وجـدان همـه ایـن موضـوع را تاییـد میکنـد. عزیـز و دوسـت واقعی هر

کسـی ایـن موضـوع را میبینـد و وقتـی می‌بینـد کـه آنکـه بسـیار برایـش عزیـز اسـت کاری را کـه لازم اسـت انجـام نمیدهـد، ناراحـت میشـود.

حـوروس چشـم خـود را از سـت شکسـت خـورده پـس میگیـرد و او را بـه خـارج از قلمـرو پادشـاهی اش می‌رانـد. کشـتن سـت معنایـی نـدارد. او نیـز ماننـد ازیریـس، ایزیـس و حـوروس ابـدی اسـت. پلیـدی کـه تمـام سـطوح تجربـه زندگـی را تهدیـد می‌کنـد، همـان اسـت کـه هـر کسـی همیشـه باید بـا آن چـه از نظـر روانـی و چـه اجتماعـی، در سـتیز باشـد. امـا بـرای مدتـی می‌تـوان بـر پلیـدی غلبـه کـرد، آن را بیـرون رانـد و شکسـت داد. در ایـن صـورت صلـح و هماهنگـی تـا مدتـی میتوانـد در میـان مـردم شـایع شـود، تـا زمانـی کـه هیـچ یـک از مـردم فرامـوش نکننـد کـه چـه چیـزی دلیـل خیـر و شـر بـوده اسـت.

حـوروس چشـم خـود را بازیافـت. یـک فـرد معقـول در چنیـن شـرایطی از خـوش اقبالـی اش خـدا را شـکر میکنـد و چشـمش را سـر جایـش می‌گـذارد و زندگـی اش را ادامـه می‌دهـد. امـا ایـن کاری نبـود کـه حـوروس انجـام داد. در عـوض او بـه اعمـاق زمیـن برگشـت؛ بـه اعماق شـکم حیـوان و به پادشـاهی جهـان مـردگان برگشـت، جایـی کـه میدانسـت روح ازیریـس را خواهـد یافـت. ازیریـس بـا بدنـی تکـه تکـه و نزدیـک بـه مـرگ - شـاید حتـی از یـک منظـر مـرده - خـودش سـاکن قلمـرو آشـوبناک اعمـاق زمیـن اسـت. حـوروس بـه دنبـال پـدرش تـا اعماق شـکم هیولا پیـش مـی‌رود. او پادشـاه بزرگ پیشـین را پیـدا می‌کنـد و چشـم از جـا کنـده را بـه ازیریـس میدهـد. بنابرایـن بـار دیگـر - بـه خاطـر فـداکاری و بینـش پسـر - خـرد روزگار قدیـم می‌توانـد دوبـاره بینـا شـود. حـوروس پـدرش را دوبـاره بـر تخـت شـاهی می‌نشـاند و آن دو بـا هـم بـر مصـر حکمرانـی می‌کننـد. مصریـان بـر ترکیـب بینـش، شـجاعت و احیـا سـنت پافشـاری میکننـد کـه در کنـار هـم حاکمیت مناسـب پادشـاهی را شـکل میدهنـد. در کنار هـم قـرار گرفتـن خـرد و جوانـی اسـت کـه جوهـره قـدرت فرعـون، روح جاودانـه و منبـع اقتـدار اوسـت.

وقتـی بـا چالشـی روبـرو می‌شـوید بـه جهـان چنـگ می‌اندازیـد و خـود را آگاهـی می‌بخشـید. چنیـن

کاری باعث میشود بیشتر از آنکه هستید، شوید و به عبارتی، شما را به آنکه می‌توانید باشید ارتقا میدهد. شما چه کسی می‌توانید باشید؟ شما تمام آن چیزی هستید که یک مرد یا زن می‌تواند باشد. شما می‌توانید به شیوه منحصر بفرد خود، جدیدترین تجسم قهرمانان باستانی اجدادتان باشید. نهایت این ارتقا تا کجاست؟ نمیدانیم. ساختارهای مذهبی ما به آن اشاره کرده اند. انسانی که به اصطلاح روشن شده، چطور انسانی خواهد بود؟ شخصی که تصمیم گرفته مسئولیت کامل تراژدی و پلیدی جهان را بپذیرد، خود را چطور نشان میدهد؟ سوال نهایی انسان این نیست که چطور انسانهایی هستیم، بلکه این است که چطور انسان‌هایی می‌توانیم باشیم.

وقتی به یک ورطه هولناک می‌افتید، هیولایی می‌بینید. هر چه این ورطه کوچکتر، آن هیولا ضعیفتر. اما اگر این ورطه هول و هراس، همان ورطه نهایی باشد، آن عفریته نیز همان هیولای نهایی است. این عفریته شاید اژدهای خود شیطان باشد. مفهوم سازی آن پلیدی نهایی، همان درنده ابلیسی است که شبانه می‌خزد و آماده است تا طعمه ناآگاه خود را ببلعد؛ همان تصویری است که طی میلیون‌ها سال مانند هر مفهوم سازی دیگری، در اعماق ساختارهای بیولوژیکی ما رمزگذاری شده است. چنین پلیدی صرفا مربوط به هیولاهای طبیعت نیست، بلکه شامل مستبدان فرهنگ و افراد بدنهاد هم هست. تمام این موارد وحشتناک و علی الخصوص آخری را باید با دقت در نظر گرفت. و این طبیعت انسان است که در مقابل درندگان، مانند طعمه ای درمانده چمباتمه نمیزند و از ترس بی حرکت نمی ماند، از طرفی در لباس ابلیس در خدمت پلیدی هم نیست، بلکه با شیرها در لانه خودشان روبرو میشود. این طبیعت نیاکان ماست: بسیار شجاع، شکارچی، مدافع، چوپان، ماجراجو، جنگجو و بنیانگذار شهرها و حکومتها. این همان پدری است که می‌توانید نجات دهید و نیایی است که می‌توانید به آن تبدیل شوید. او را باید در عمیق ترین مکان ممکن کشف کرد؛ همان جایی که اگر بخواهید مسئولیت کامل چیزی را به عهده بگیرید، باید به آنجا بروید و به آن کسی تبدیل شوید که می‌توانید باشید.

www.KhoreKetab.com

و آنکس که می‌توانید باشید کیست؟

بیاییـد بـرای شـروع بـر سـر ایـن موضـوع توافـق کنیم کـه حداقـل تعهـدات اخلاقـی را بـرای مراقبت از خودتـان داریـد. شـاید خودخواهانـه علاقـه منـد بـه مراقبـت از خودتـان هسـتید. ولـی بعـد ایـن سـوال مطـرح میشـود: منظورتـان از مفهـوم «مراقبـت» چیسـت؟ و از کـدام «خـود» صحبـت می‌کنیـد؟ بـرای شـروع و بـرای سـادگی، خودخواهـی محـض را در نظـر بگیریـد؛ منافـع شـخصی صـرف. بـه بیـان دیگـر، فـرض کنیـد شـما آزادیـد کـه هـر کاری را مطابـق میلتـان انجـام دهید بـدون اینکـه لازم باشـد دیگـران را در نظـر بگیریـد. در ایـن صـورت ممکـن اسـت صـدای درونـی اعتـراض آمیـزی بشـنوید کـه: «یـک لحظـه صبـر کـن. ایـن کار جـواب نخواهـد داد.» چـرا جـواب نخواهـد داد؟ خـب شـما از کـدام «خـود» حـرف میزنیـد کـه بخواهیـد مراقبـش باشـید؟ آیـا می‌خواهیـد از آن کسـی کـه هـم اکنـون هسـتید مراقبـت کنیـد؟ امـکان دارد، امـا بعـدش چـه؟ چـون همانطـور کـه خورشـید فـردا صبـح طلـوع خواهـد کـرد، قطعـا آینـده بـرای هـر مقصـود و هدفـی فـرا می‌رسـد و بـه درسـتی بـه شـما توصیـه شـده کـه بـرای آن آمـاده باشـید.

اگـر بـرای رسـیدن بـه نهایـت منافـع امـروز تصمیـم بگیریـد کـه از آینـده هزینـه کنیـد، خطراتـش را میدانیـد. تصـور کنیـد کـه می‌خواهیـد بـدون فکـر و از سـر عصبانیـت حرفـی را بـه زبـان بیاوریـد. مثـلا می‌گوییـد «کسـی را زندانـی نکنیـد» و هـر آنچـه بـه ذهنتـان می‌رسـد، بـدون تامـل دربـاره اینکـه چقدر ناعادلانـه و بیرحمانـه اسـت، بیـان میکنیـد. در کنـار بیـان ایـن سـخنان، احساسـات مثبـت، اشـتیاق و همینطـور خشـمی رضایـت بخـش را آزاد میکنیـد. بـه مجـرد اینکـه چنیـن اظهاراتـی را گفتیـد، دچـار مشـکل شـده ایـد و ممکـن اسـت ایـن مشـکل بـرای مـدت طولانـی باقـی بمانـد. زیـرا علیرغـم اینکـه طبـق خواسـته‌های خودخواهانه‌تـان عمـل کـرده ایـد، بـه وضـوح مصلحـت خـود را نادیـده گرفتیـد. هیـچ فـرد معقولـی بـه فرزنـد دلبنـدش نمیگویـد: «ببیـن بچـه جـان، همـان کاری را انجـام بـده کـه در لحظـه بـه تـو احسـاس خوبـی بدهـد، باقـی مسـائل بـه جهنـم! مهـم نیسـت.» از آنجـا کـه شـما بـه

خوبـی می‌دانیـد همانطـور کـه آینـده بـرای شـما فـرا رسـیده، بـرای فرزندتـان هـم فـرا خواهـد رسـید، هیـچ وقـت چنیـن چیـزی را بـه فرزندتـان نمـی گوییـد. صـرف ایـن واقعیـت که چیـزی در لحظه شـما را خوشـحال میکنـد بـه ایـن معنـا نیسـت کـه بـه نفـع شماسـت و همـه مـوارد در نظـر گرفتـه شـده اسـت. اگـر چنیـن میشـد کـه زندگـی سـاده بـود. شـما هـم «خـود» اکنون‌تـان هسـتید، هـم خـود فـردا، هفتـه بعـد، سـال بعـد، پنـج سـال بعـد و یـک دهـه بعدتـان هسـتید. شـدت ایـن ضرورت شـما را مجـاب می‌کنـد کـه تمـام ایـن «خود»هـا را در نظـر بگیریـد. ایـن نفریـن مربـوط بـه کشـف انسـان از وجـود آینـده اسـت و بـه همیـن دلیـل ضـرورت کار کـردن هویـدا می‌شـود - چـون کار کـردن بـه معنـای فـدا کـردن لذت‌هـای فرضـی فعلـی اسـت بـرای بهبـود بالقـوه آنچـه در پیـش روسـت. حـالا کـم اهمیـت شـمردن «خود»هـای آینـده کاری سـودمند اسـت زیـرا آینـده مشـخص نیسـت. چنیـن حرفـی بـه ایـن معنـا نیسـت کـه لزومـا بایـد بـه انـدازه ای کـه اکنـون مراقـب تاثیـر کارهایتان هسـتید بایـد نگـران تاثیـر آن بـر بیسـت سـال بعـد باشـید، چـون شـما اکنـون احتمـالا اینجـا در حـال مطالعـه ایـن کتـاب هسـتید ولـی بیسـت سـال دیگـر احتمـال کمـی دارد کـه ایـن دور و بـر باشـید. همینطـور خطاهـای پیش‌بینـی آینـده ای چنیـن دور و دراز زیـاد اسـت. امـا چنیـن عـدم اطمینانـی از آینـده افـراد معقـول را از آمـاده شـدن بـرای آن بـاز نمـی دارد. ایـن معنـای آینـده اسـت: اگـر قـرار اسـت کـه از خودتـان مراقبـت کنیـد، بـار (یـا امتیـاز) یـک مسـئولیت اجتماعـی بـر دوش‌تـان قـرار گرفتـه اسـت. آن «خـود» ای کـه میخواهیـد از او مراقبـت کنیـد، همـان جامعـه ای اسـت کـه در طـول زمـان وجـود دارد. ضـرورت درک ایـن، بـه اصطـلاح، جامعـه از افـراد، هـم یـک بـار سـنگین و هـم یـک فرصـت اسـت و بـه نظـر می‌رسـد ویژگـی ای منحصـر بفـرد بشـر اسـت.

بـه نظـر نمـی رسـد کـه حیوانـات، آینـده را بـه همـان صورتـی کـه مـا میبینیـم در نظـر بگیرنـد. اگـر از مناطـق جنوبـی آفریقـا دیـدن کنیـد، وقتـی گلـه ای از گورخرهـا را می‌یابیـد، اغلـب می‌بینیـد کـه شـیرهایی در اطـراف ایـن گلـه در بیـن چمنزارهـا لمیـده انـد. تـا زمانـی که شـیرها لمیـده انـد، گورخرها اعتنایـی بـه آنهـا نمـی کننـد. چنیـن نگرشـی از نظـر انسـانها کمـی بـی فکـری اسـت. گورخرهـا بایـد تـا

زمانی که شیرها به خواب بروند، حواس شان جمع و به هم نزدیک باشند. سپس باید با هم جمع می‌شدند و برنامه ای می‌ریختند تا زمانی که شیرها در خواب اند، گله ای آنها را لگدمال و نابود کنند. این یعنی پایان مشکل شیرها. اما گورخرها چنین کاری نمی کنند. در عوض اینطور فکر میکنند: «آن شیرهای لمیده را ببین. شیرهای آرام هیچ وقت باعث دردسر نمی شوند.» به نظر نمی رسد که گورخرها هیچ گونه درکی از زمان داشته باشند. آنها در هیچ بازه موقتی از زمان مفهومی از خود را درک نمی کنند. اما بشر مفهوم تزلزل ناپذیری از خود را درک کرده است. ما مفهوم اکنون و آینده را فهمیده ایم. آینده جایی است که خود بالقوه هر یک از ما در آن زندگی می‌کند. ما با آینده مثل واقعیت برخورد می‌کنیم. آینده صرفا واقعیتی است که امکان وجود داشتن دارد - اما امکانی است که به احتمال زیاد فرا خواهد رسید و به همین دلیل آن را در نظر میگیریم.

شما درون خودتان گیر کرده اید و بار مسئولیت کسی که اکنون هستید و آن کس که در آینده به او تبدیل می‌شوید را به دوش می‌کشید. این بدان معناست که اگر رفتار صحیحی با خودتان داشته اید، باید تکرارپذیری آن را در گذر زمان مد نظر بگیرید. این تقدیر شماست که اگر امروز میتوانید با خودتان بازی کنید، بازی انتخاب کنید که با بازی فردا، ماه آینده و سال آینده‌تان منافاتی نداشته باشد. بنابراین خودخواهی صرف، محکوم به شکست است. به همین دلیل است که در بین سایرین، اخلاق کاملا فردگرایانه یک عبارت متناقض است. اما در واقعیت وقتی فهمیدید که شما اجتماعی گسترده در طول زمان هستید، اندکی تفاوت باید بین نحوه رفتارتان با دیگران و رفتارتان با خود وجود داشته باشد.

به عنوان مثال شما در یک ازدواج، با همسر و خودتان دچار یک مشکل تکراری می‌شوید و در عواقب یک بازی تکراری گیر میکنید. اکنون شما می‌توانید با همسرتان به هر روش قدیمی برخورد کنید بدون اینکه به این لحظه فکر کنید و فارغ از اینکه چقدر روش زشت یا بدون فکری باشد. اما شما قرار فردا، یک ماه بعد و یک دهه بعد نیز همسرتان (یا هر شخصی به

www.KhoreKetab.com

جـای او و بـه همـان انـدازه بیچـاره) را ببینیـد. اگـر بـا شـخصی کـه بـه او متعهـد هسـتید طـوری رفتار کنیـد در صـورت تکـرار در گـذر زمـان، کارایـی نداشـته باشـد، در حـال انجـام یـک بـازی را بـه انحطـاط هسـتید و در آینـده هـر دو قـرار اسـت از عواقـب آن رنـج ببریـد. بیـن ایـن مشـکل و معضـل آشـتی کـردن بـا خـودِ آیندهتـان تفـاوت اساسـی چندانـی وجـود نـدارد. عواقـب آنهـا یکسـان اسـت.

خوشبختی و مسئولیت پذیری

جـای تعجـب نیسـت کـه مـردم میخواهنـد خوشـحال باشـند. مـن بارهـا و بارهـا عمیقـا آرزو کـردهام کـه خوشـحالی و امیـد بـه حضـور آن در زندگـی فعلـی بـه مـن بازگـردد. مسـلما در چنیـن احساسـی تنهـا نیسـتم. بـا ایـن حـال معتقـدم کـه نبایـد دنبـال خوشـحالی بـود. اگـر بـه امیـد آن باشـید، دوبـاره در دام مسـئله تکرارپذیـری میافتیـد، چـون خوشـحالی حسـی مربـوط بـه اکنـون شماسـت. اگر افـراد را در موقعیتهایـی قـرار دهیـد کـه احساسـات مثبـت زیـادی پیـدا کننـد، تمرکزشـان معطـوف بـه همـان لحظـه و تکانـه ای میشـود؛ بـه ایـن معنـا کـه از فرصـت پیـش آمـده نهایـت بهـره بـرداری را میکننـد. امـا توجـه بـه اکنـون بـه هیـچ وجـه بـه معنـا توجـه بـه همه چیـز نیسـت و متاسـفانه بایـد حداقـل تا آنجـا کـه میتوانیـد همـه چیـز را در نظـر بگیریـد. در نتیجـه بعیـد بـه نظـر میرسـد کـه آنچـه در طـول زمـان زندگـی شـما را بهبـود میدهـد، خوشـبختی باشـد. اگرچـه مـن مطلوبیت خوشـبختی را انـکار نمی کنـم. اگـر خوشـبختی بـه سـراغتان آمـد، بـا سپاسـگزاری و آغـوش بـاز از آن اسـتقبال کنیـد (امـا مراقـب باشـید، چـون خوشـبختی شـما را بـی پـروا میکنـد).

چـه چیـزی ممکـن اسـت بـه عنـوان جایگزینـی پیچیدهتـر بـه جـای خوشـبختی عمـل کنـد؟ فـرض کنیـد کـه ایـن گزینـه، پذیـرش مسـئولیت زندگـی باشـد، زیرا مسـئولیت پذیـری آینـده را همـوار میکند. همینطـور تصـور کنیـد کـه بایـد قابـل اطمینـان، صادقانـه، نجیبانـه و در راسـتای یـک خیـر بزرگتـر عمل کنیـد تـا احسـاس مسـئولیت پذیـری را بـه درسـتی نشـان دهیـد. همانطـور کـه قبـلا صحبـت کردیـم، عمـل در راسـتای یـک کامیابـی بزرگتـر همزمـان عملکـرد شـما و اطرافیـان شـما را بهینـه میکنـد.

بزرگترین خوبی همین است. فرض کنید که از چنین هدفی آگاه شدید و آن را به صراحت بیان کردید. حالا سوال دیگری مطرح می‌شود: «نتیجه آن از نظر روانشناسی چیست؟»

اول در نظر داشته باشید که بیشتر احساسات مثبتی که مردم تجربه می‌کنند از دستیابی به چیزی حاصل نمی شود. این احساس لذت (یا دقیقتر، احساس رضایت) است که از، مثلا، خوردن یک وعده غذای خوشمزه وقتی گرسنه هستید، تجربه می‌کنید. مشابها وقتی کاری سخت ولی ارزشمند انجام میدهید، رضایتمندی‌های مشابه ولی پیچیده تری پیدا می‌کنید. به عنوان مثال تصور کنید که از پایه دوازدهم فارغ التحصیل شده اید. روز فارغ التحصیلی این رویداد را رقم می‌زند و جشنی بر پا شده است. این حس خوب فردا صبح که از خواب بیدار می‌شوید رفته است و بلافاصله با مجموعه مشکلات جدیدی روبرو می‌شوید (درست مثل تجربه مجدد احساس گرسنگی، چند ساعت بعد از آن وعده خوشمزه). شما دیگر پادشاه دبیرستان نیستید: حالا دیگر آش خور سطح پایین محل کار، یا دانشجوی تازه وارد یک موسسه آموزشی هستید. شما در موقعیت سیسیفوس[1] هستید. شما بارها و بارها تلاش کرده اید تا سنگ خود را به قله برسانید و در عوض خود را در دامنه کوه یافته اید.

بعد از دستیابی به نتیجه، یک تغییر تقریبا آنی حاصل میشود. دستیابی درست مثل لذت تکانه ای، احساسات مثبت ایجاد میکند. اما تکیه بر احساسات مثبت حاصل از دستیابی نیز مثل لذت، کاری نامطمئن است. بنابراین سوال دیگری مطرح می‌شود: «منبع واقعی و قابل اعتماد برای احساسات مثبت چیست؟» پاسخ این است که افراد از پیگیری یک هدف ارزشمند، احساسات مثبت را تجربه میکنند. تصور کنید که هدفی دارید و یک استراتژی در رابطه با آن هدف تدوین و سپس آن را اجرا میکنید. سپس در حین عمل مشاهده میکنید که استراتژی شما کارایی دارد. این همان چیزی است که قابل اعتمادترین احساسات مثبت را به وجود می‌آورد. فرض کنید که

1 Sisyphus - شاه آزمند یونانی که محکوم بود تا ابد سنگی را به بالای تپه هل بدهد و وقتی به قله می‌رسید سنگ دوباره به پایین می‌غلتید -م.

(مطابـق یـک ایـده کامـلا داروینـی) ایـن نگرش‌هـا و اعمـال در طـول زمـان بـه طـرز موثـری بـر سـایر روشـها فائـق شـوند؛ هـم از لحـاظ روانشناسـی و هـم اجتماعـی. تصـور کنیـد کـه چنیـن اتفاقی، هـم در زندگـی فـردی شـما و هـم در گـذر هزاره‌هـا رخ می‌دهـد، زیـرا افـراد بـا یکدیگـر تعامـل کـرده و حالـت خاصـی از وضعیـت را بـه وضعیـت عمـده تبدیـل میکننـد.

ایـن واقعیـت بـه موضـوع مهمـی اشـاره می‌کنـد: هیـچ حسـی از شـادی در عـدم مسـئولیت پذیـری نیسـت. اگـر هیـچ هـدف بـا ارزش و مـورد احترامـی نداریـد، از احساسـات مثبـت هیـچ خبری نیسـت. ممکـن اسـت اینطـور اعتـراض کنیـد کـه: «خـب، چـه چیـزی یـک هـدف صحیـح را تشـکیل میدهد؟» فـرض کنیـد کـه بـه دنبـال هدفـی لـذت بخـش امـا کوتـاه مـدت و مبتـذل هسـتید. بخـش دانـا و خردمنـد شـما، چنیـن کاری را بـا بهتریـن کار عملـی ممکـن در راسـتای هدفـی کـه به نفـع جامعـه ای از «خود»هـای آینده‌تـان و جامعـه ای از دیگـران باشـد، مقایسـه می‌کنـد. شـاید تمایلـی نداریـد کـه چنین خـردی را محقـق کنیـد. شـما حداقـل در شـرایط تمرکـز آنـی و تکانـه ای بـر لـذت، بـه هیـچ وجـه آرزوی پذیـرش مسـئولیت نمیکنیـد. بـا ایـن حـال خودتـان را گـول می‌زنیـد، خصوصـا خودتـان در سـطوح عمیـق تـری از بـودن فریـب میدهیـد، در حالیکـه می‌دانیـد کـه چنیـن اجتناب‌هایـی وقتـی بـه بوتـه آزمایـش گذاشـته می‌شـوند موفـق نخواهنـد بـود.

قسـمت‌های دانـا و باسـتانی شـما کـه بـه طـور جـدی علاقـه منـد بـه زنـده ماندن‌تـان هسـتند، نـه بـه سـادگی فریـب می‌خورنـد و نـه کنـار گذاشـتنی انـد. امـا بـه هـر حـال شـما یـک هـدف پیـش و پـا افتـاده را نشـانه میگیریـد و بـرای آن یـک اسـتراتژی نسـبتا سـطحی تدویـن میکنیـد، تـا خودتـان ببینیـد کـه اصـلا راضـی کننـده نیسـت چـون بـه انـدازه کافـی بـه آن اهمیت نمـی دهیـد. برایتـان مهم نیسـت - حداقـل عمیقـا مهـم نیسـت. بعـلاوه، ایـن واقعیـت کـه شـما آنچـه را کـه واقعـا بایـد دنبـال کنیـد، دنبـال نمـی کنیـد بـه ایـن معناسـت کـه بـه طـور همزمـان احسـاس گنـاه، شـرم و کمتـر بـودن نیـز میکنیـد. ایـن اسـتراتژی مفیـد نیسـت و کارسـاز نخواهـد بـود. مـن تـا بـه حـال کسـی را ندیـده‌ام کـه وقتـی میدانـد کـه آن کاری کـه بایـد را انجـام نمیدهـد، راضـی باشـد. مـا موجـودات موقتـا آگاه ایم:

www.KhoreKetab.com

مـا میدانیـم کـه پیوسـته و گریزناپذیـر مشـغول یـک بـازی تکـراری هسـتیم کـه نمی تـوان بـه راحتی از آن طفـره رفـت. هـر چقـدر هـم کـه بخواهیـم نمـی توانیـم ارزش آینـده را بـه کلی نادیـده بگیریـم. این بخشـی از هزینـه ای اسـت کـه بـه خاطـر رسـیدن بـه خودآگاهـی زیرکانـه و توانایـی ایـده پـردازی در تمـام دوران زندگـی هایمـان پرداختـه ایـم. مـا بـه آینـده پیوند خـورده ایـم و راه فـراری از آن نداریـم - و وقتـی از چیـزی راه فـراری نداریـم، نگـرش درسـت ایـن اسـت کـه داوطلبانـه برگردیم و بـا آن چیـز روبرو شـویم. ایـن نگـرش کارسـاز اسـت. بنابرایـن بـه جـای یـک هـدف کوتـاه مـدت و بـدون فکـر، هدفـی در مقیـاس بزرگتـر تعییـن کنیـد کـه نشـان دادن عملکـردی درسـت و بلنـد مـدت در قبـال همـه اسـت.

آن وزنه اضافه را بردار

یـک روش مناسـب بـرای رفتـار - یـا اخـلاق - وجـود دارد و ایـن سرنوشـت شماسـت کـه بـا آن دسـت و پنجـه نـرم کنیـد. شـما ناگزیـر در طـول زمـان خودتـان و دیگـران را ارزیابـی می‌کنیـد و در نتیجـه ایـن ارزیابـی از درسـتی یـا غلـط بـودن رفتـار بـه خـود گـزارش میدهیـد. آنچـه در چندیـن بـازه زمانـی، در مکانهـا و بـرای افـراد مختلـف (شـامل خودتـان) کارسـاز اسـت همـان هـدف شماسـت. ایـن اخـلاق در حـال نمایـان شـدن اسـت و بـه همیـن دلیـل بیـان صریـح آن دشـوار اسـت، امـا از حیـث وجـود و پیامدهـای آن گریزناپذیـر، و بخـش جدایـی ناپذیـری از بـازی بـودن اسـت. بازیکنـان ماهـر جـذاب انـد. افـراد جـذاب، همسـران را بـه خـود جـذب می‌کننـد. هـر چقـدر بـا ایـن الگـوی در حـال ظهـور بیشـتر سـازگار شـویم احتمـال زنـده مانـدن و محافظـت از خانـواده هایمـان بیشـتر می‌شـود. زمیـن بـازی، بازیکنـان را بـر اسـاس مبنـای رفتـار اخلاقـی شـان انتخـاب میکنـد. بنابرایـن مـا از لحـاظ زیسـتی آمـاده ایـم تـا بـه آن بازیکـن بـزرگ پاسـخ مثبـت دهیـم و از او تقلیـد کنیـم، در عیـن حـال کـه آمـاده ایـم تـا خشـونت، فریبـکاری، تقلـب و کلاهبـرداری را تاییـد نکنیـم. و ایـن وجـدان شـما - غریـزه شـما در تمایل بـه فضیلـت اخلاقـی - اسـت کـه بیانگـر انحـراف از ایـن مسـیر اسـت. وقتـی فرزند شـما در جریـان یک بـازی فوتبـال، عمـدا بازیکـن تیـم حریـف را لگـد میکنـد یـا وقتـی تـوپ را بـه هـم تیمـی اش کـه در موقعیـت خوبـی بـرای گل زدن اسـت، پـاس نمـی دهـد، اخـم می‌کنیـد و همانطـور کـه بایـد احسـاس

شرم میکنید. چون شاهد خیانت یک فرد دوست داشتنی توسط عزیزتان هستید - که همان خیانت فرزندانتان به خودش بوده است. وقتی به احساس نزاکت‌تان بی حرمتی می‌کنید، مشابها همین اتفاق می‌افتد. این همان غریزه است و بهتر است مراقب آن باشید. اگر راه درست را دنبال نکنید، گرفتار سرگردانی در صخره‌های دور و احساس بیچارگی می‌شوید و نمی توانید به راحتی راهی پیدا کنید که عمیق ترین بخش‌های وجودتان بدون اعتراض اجازه چنین کاری را به شما بدهند.

ممکن است این حرف را چنین توجیه کنید: «اینجا هیچ صخره ای وجود ندارد. من نمی توانم در این نزدیکی صخره ای ببینم و آخرین صخره ای که ده سال پیش از روی آن لغزیده ام، مسافت زیادی با اینجا فاصله دارد.» اما بخش عمیق تری از روان شما با اعتراض زیادی پاسخ میدهد که: «چنین طرز فکری مناسب نیست. من این کار را نمیکنم. آنچه ده سال پیش اتفاق افتاده باشد هنوز هم واقعی است و به مسافت ربطی ندارد (به خاطر خطاهای اجتناب ناپذیر در پیش‌بینی). اگر فاجعه ای آنجا منتظرمان باشد فعلا سراغ آن نمی رویم. جای اعتراضی هم نیست.» اگر رفتار شما نشان بدهد که در جهت اشتباهی در حال حرکت اید، و چنانچه خوش شانس و حداقل کمی هوشیار باشید، احساس وحشتناکی همراه با حس گناه درباره آن پیدا خواهید کرد. درست به همین خاطر باید سپاسگزار بود. اگر هزینه خیانت به خود، احساس گناه، شرمندگی و اضطراب است، دستاورد خیانت نکردن به خود نیز رسیدن به معناست - معنایی که پایدار است. و این بزرگترین فرصتی است که هر آنجایی که مسئولیت پذیری غایب است، وجود دارد.

اگر به وجدان خود توجه کنید، کم کم متوجه می‌شوید که بعضی از کارهایتان اشتباه است. به بیان دقیق تر: اگر شما متوجه هشدار وجدان‌تان درباره احتمال انجام کار اشتباه شوید، و

سپس شروع به ایجاد گفتگوی واقعی با همان عامل[1] کنید، تصویر واضحی از آن اشتباه است در ذهن‌تان شکل میگیرد - و تلویحا آنچه را که درست است درک میکنید. درست فقط به معنای مخالف غلط نیست - نادرستی معنایی واضح و آشکار دارد. بنابراین درک درست از طریق توجه دقیق به آنچه نادرست است، ایجاد شده و پرورش می‌یابد. وقتی کار اشتباهی انجام میدهید و به خودتان خیانت میکنید، احساس بدی پیدا می‌کنید. بدون اینکه دقیقا بدانید چرا. بنابراین سعی میکنید از فکر کردن به آن خودداری کنید، زیرا در کوتاه مدت کاری است ساده‌تر و کمتر ناراحت کننده. با تمام توان سعی می‌کنید آن را نادیده بگیرید، اما چنین واکنشی احساس خیانت به خود را در شما افزایش میدهد و شما در مقابل خودتان خرد میکند. بنابراین شاید تجدیدنظر کنید و با ناراحتی‌تان روبرو شوید. در این صورت است که با عدم پیوستگی درونی، اختلاف نظر و آشوب ناشی از آن روبرو می‌شوید. از خودتان می‌پرسید کجای کار را اشتباه کرده اید (یا دعا می‌کنید که به چنین نکته ای پی ببرید). و جواب از راه می‌رسد اما آن چیزی نیست که می‌خواستید. بنابراین بخشی از وجود شما باید بمیرد، تا بتوانید تغییر کنید. ولی آن بخشی که باید بمیرد برای موجودیت اش تلاش میکند، التماس میکند، هر نوع منطقی را برای توجیه ارائه میکند و این کار را با هر ترفندی که در اختیار دارد انجام خواهد داد - با دروغ‌های فاحش، با یادآوری تلخ ترین و ناراحت کننده ترین خاطرات گذشته و با مطرح کردن مایوس کننده ترین نگرشهای بدبینانه نسبت به آینده (و در واقع زیر سوال بردن ارزش خود زندگی). اما شما باز هم مقاومت می‌کنید، تبعیض قائل می‌شوید و قضاوت می‌کنید تا سرانجام بفهمید که دقیقا چرا کاری که انجام داده اید اشتباه بوده است و در عوض یاد می‌گیرید که چه چیزی احتمالا درست است. سپس تصمیم میگیرید که مطابق وجدان‌تان عمل کنید و علیرغم شیوه خصمانه اش، با آن همراه می‌شوید. بعد تمام آنچه را که به درستی فهمیده اید به کار میگیرد و ترقی آغاز می‌شود. با دقت بر رفتارتان نظارت میکنید تا مطمئن شوید که آنچه انجام میدهید

۱ Agent

www.KhoreKetab.com

درسـت اسـت - بـه حرفهـای خودتـان گـوش میدهیـد، رفتـار را نـگاه می‌کنیـد و سـعی میکنید کـه از آن مسـیر مسـتقیم و باریـک منحـرف نشـوید. و ایـن هدف شـما میشـود.

ایـده ای شـکل میگیـرد: «مـن می‌خواهـم زندگـی‌ام را بـه درسـتی زندگـی کنـم. می‌خواهـم خوبـی را نشـانه بگیـرم و قصـد دارم بالاتریـن خیـری را کـه امـکان پذیـر اسـت هـدف قـرار دهـم.» حـالا تمـام آن بخش‌هایـی کـه موظـف بـه مراقبـت از خـود آینده‌تـان هسـتند، فرمـان را بـه دسـت می‌گیرنـد. حـالا همـه خودهـای شـما بـا هـم در یـک جهـت هسـتند و دیگـر از هم گسـیخته نیسـتند. حـالا دیگر روی یـک بنیـان محکـم و ثابـت ایسـتاده ایـد. دیگـر نمـی توانیـد بـه راحتـی بترسـید و دلسـرد شـوید. عزم‌تـان از پـوچ گرایـی و ناامیـدی پیشـی میگیـرد. کشمکشـی کـه در مبـارزه بـا تمایل‌تـان بـه تردیـد و دورویـی داشـتید، از شـما در مقابـل انتقادهـای بیجـا و بدبینانـه دیگـران محافظـت خواهـد کـرد. یک هـدف بـزرگ وجـود دارد، قلعـه ای بـرای صعـود و سـتاره ای در دل تاریکـی شـب بـالای افـق بـه شـما چشـمک میزنـد. همیـن بودنـش بـه شـما امیـد می‌بخشـد - و ایـن همـان معنایـی اسـت کـه بـدون آن نمـی توانیـد زندگـی کنیـد.

پینوکیـو را بـه خاطـر می‌آوریـد؟ وقتـی پـدر ژپتـو می‌خواسـت عروسـک چوبـی سـاخته خـودش را بـه کودکـی واقعـی تبدیـل کنـد، بـه بـالای افـق نگریسـت و آرزویـش را از سـتاره ای درخشـان درخواسـت کـرد. ایـن همـان سـتاره ایسـت کـه در ابتـدا تولـد پینوکیـو را اعـلام کـرد و در انتهـا نـورش را بـر مـدال طلایـی اعطـا شـده بـه جیمـی کریکـت[1] تابانـد. از جنبـه نمادیـن، ایـن همـان سـتاره ایسـت کـه تولـد مسـیح را در اعمـاق دوره‌هـای تاریـک اعـلام میکنـد. پـدر ژپتـو بـر همـان سـتاره تمرکـز و آرزویـش را مطـرح کـرد. آرزویـش ایـن بـود کـه عروسـک سـاخته خـودش کـه بـا بندهایی توسـط دیگـران یـا دیگر چیزهـا کنتـرل می‌شـود، واقعـی شـود. داسـتان ایـن عروسـک بـا وسوسـه‌ها و آزمـون هایـش یـک درام روانشـناختی اسـت. همـه مـا آن را می‌فهمیـم، اگـر چـه لزومـا نمـی توانیـم چنیـن درکـی را بـه خوبـی

۱ Jiminy Cricket

www.KhoreKetab.com

بیـان کنیـم. اگـر دیگـر نمـی خواهیـد یـک عروسـک خیمـه شـب بـازی و تحـت کنتـرل نادانسـته‌ها یـا چیزهایـی کـه عمـدا نمـی خواهیـد بدانیـد باشـید، ضـروری اسـت کـه نگاه‌تـان را بـه بالاتـر از افـق معطـوف کنیـد و یـک هدفـی متعالـی تعریـف کنیـد. سـپس تمـام زیرسـاخت‌ها و زیـر شـخصیت‌هایی کـه ممکـن اسـت در غیـر ایـن صـورت بـه طـور محـدودی محقـق شـوند، در حمایـت از یـک ایـده آل بـه یکدیگـر می‌پیوندنـد و نتیجـه چنیـن انسـجامی، تعاملـی اسـت کـه نزدیـک شـدن بـه آن غایـی یـا کل را تحقـق می‌بخشـد. در چنیـن شـرایطی تمـام بخش‌هـای وجودتـان سـوار بـر امـر هسـتند. چنیـن تجربـه ای، معـادل روانـی توحیـد اسـت. در قالـب هـر واقعیـت ماورایـی کـه بالقـوه زمینـه سـاز بینایـی و درک فناپذیـری مـان شـود، چنیـن تجربـه ای، ظهـور آن خـود متعالـی اسـت کـه ممکـن اسـت همـان بنـده واقعـی خـدا باشـد.

پادزهـر درد و رنـج زندگـی چیسـت؟ نشـانه گرفتـن بالاتریـن هـدف ممکـن. پیـش نیـاز پیگیـری بالاتریـن هـدف ممکـن چیسـت؟ تمایـل بـه پذیـرش حداکثـر مسـئولیت - کـه شـامل وظایـف مـورد غفلـت دیگـران نیـز هسـت. ممکـن اسـت اعتـراض کنیـد کـه: «چـرا بایـد این همـه فشـار را بـه دوش بکشـم؟ تمـام اینهـا فقـط فـداکاری، سـختی و دردسـر اسـت.» از کجـا اینقـدر مطمئـن هسـتید کـه نمـی خواهیـد بـار سـنگینی بـه دوش بکشـید؟ اتفاقـا برعکـس، شـما بـه مشـغله ای سـنگین، عمیـق و دشـوار نیـاز داریـد. در ایـن صـورت اسـت کـه وقتـی نیمـه شـب از خـواب بیـدار می‌شـوید و تمـام تردیـد هایتـان بـه شـما هجـوم می‌آورنـد، می‌توانیـد از خودتـان دفـاع کنیـد: «بـا وجـود تمـام نقـص هایـم، کـه بـی شـمارند، حداقـل ایـن کار را انجـام میدهـم. حداقـل مراقـب خودم هسـتم. حداقـل برای خانـواده و اطرافیانـم مفیـدم. حداقـل در حرکـت هسـتم و پیشـرفت میکنـم، چـون بـاری دارم که مصمم بـه حمـل آنـم.» از ایـن طریـق بـرای خودتـان خالصانـه احتـرام قائـل خواهیـد شـد. ایـن یـک سـاختار روانـی سـطحی و شـکننده نیسـت کـه وابسـته بـه تفسـیر شـما در آن لحظـه باشـد، بلکـه چیزی بسـیار عمیق‌تـر از آن اسـت. همینطـور صرفـا روانشـناختی نیسـت، بلکه سـاختاری واقعی و روانشـناختی اسـت.

زندگـی شـما دقیقـا بـا مقـدار مسـئولیتی می‌خواهیـد بپذیریـد معنـادار می‌شـود. زیـرا تنهـا راهـی کـه

واقعا می‌توان شرایط را بهتر کرد از طریق مسئولیت پذیری است. همینطور راهی است که از آن طریق می‌توان رنج غیر ضروری زندگی را کم کرد؛ دیگران را با مثال و کلمات تشویق کرد؛ و بدخواهی را در قلب خود و دیگران محدود کرد. یک فرد آجرچین ممکن است فایده کاری را که انجام میدهد زیر سوال ببرد. اما شاید کاری که او انجام میدهد صرفا چیدن آجرها نباشد، بلکه شاید در حال ساختن یک دیوار است. و آن دیوار بخشی از یک ساختمان، و آن ساختمان یک کلیسای جامع است. و در نهایت هدف آن کلیسای جامع بالاترین خیر است. در این صورت هر خشتی که گذاشته می‌شود در راستای همان خیر بزرگ است. آنچه شما نیز در فعالیت‌های روزمره خود انجام میدهید، کافی نیست. هدف شما ساختن آن کلیسای مناسب نیست. دلیلش این است که هدف شما به اندازه کافی والا نیست. چرا که اگر چنین بود، در رابطه با هدف به حد کفایت والایتان احساس معناداری داشتید که جفاها و محدودیت‌های زندگی را توجیه میکرد. اگر هدف معناداری برای پیگیری داشته باشید، به زندگی علاقمند می‌شوید. چرا که در یک مسیر معنادار قرار می‌گیرید. عمیق ترین و موثق ترین غریزه معنا - اگر آن را با خود فریبی و گناه (راه دیگری برای بیان آن وجود ندارد) منحرف نکنید - زمانی در مسیر بالاترین ارزش باشید، خود را نشان میدهد.

معناداری حسی است که نشان میدهد شما در چنین مسیری هستید. همینطور نشان میدهد که تمام پیچیدگی‌هایی که شما را تشکیل میدهند درونا با خودتان هم راستا شده اند و آن هدفی را که ارزش پیگیری دارد هدف گرفته اند - همان هدفی که جهان را متعادل می‌کند و هماهنگی می‌آفریند. همان است که در یک موسیقی خودش را آشکار میکند و آن حس عمیقی از معناست که موسیقی تلویحا می‌آفریند. شاید شما یک جوان پوچ گرای طرفدار دث-متال[1] باشید. این یعنی شما عمیقا بدبین و دیر باور هستید. در هیچ کجا معنایی نمی یابید. فقط اساسا از همه چیز متنفرید. اما بعد وقتی آن گیتاریست اصلی پوچ گرای گروه دث-متال مورد

۱ Death Metal یک ژانر موسیقی - م

www.KhoreKetab.com

علاقه‌تـان بـا بقیـه اعضـای گـروه، آهنـگ هایشـان را یکـی پـس از دیگـری و در هارمونـی کامـل شـروع میکننـد - مغزتـان سـوت می‌کشـد! «اه مـن بـه هیـچ چیـزی بـاور نـدارم - امـا خدایـا، آن آهنـگ!» و متـن ترانه‌هـا ویرانگـر، پـوچ، بدبینانـه، تلـخ و مایـوس کننـده اسـت، امـا مهـم نیسـت، چـون موسـیقی روح شـما را فـرا می‌خوانـد، آن را بـه نشـانه معنـا سرشـار میکنـد، و چنیـن تجربه ای شـما را بـه حرکت وا میـدارد تـا خودتـان را بـا الگوهـای ترانـه هماهنـگ کنیـد، سـپس سـر و بعـد پایتـان را هماهنـگ با هر بیـت ترانـه بـه حرکـت در می‌آوریـد و مخالـف خودتـان در آن پوچـی سـهیم می‌شـوید. همـان الگوهایی از اصـوات کـه لایـه بـه لایـه روی هـم سـوار می‌شـوند و بـا هماهنگـی و در یـک جهـت همزمـان قابـل پیش‌بینـی و پیش‌بینـی ناپذیـر، در یـک تعـادل کامـل در کنـار هـم بـه گـوش میرسـند: همـان رقـص ابـدی نظـم و آشـوب. و شـما فـارغ از اینکـه چقـدر تحقیـر شـده باشـید، بـا آن می‌رقصیـد. شـما خـود را بـا آن الگـوی هماهنـگ و جهـت دار، همسـو میکنیـد. و در آن معنایـی پیـدا میکنیـد کـه پایدار اسـت.

شـما دارای یـک غریـزه هسـتید - روحـی - کـه شـما را بـه سـمت عالـی تریـن خیـر هدایـت می‌کنـد. ایـن روح شـما را از جهنـم بـه بهشـت فـرا میخوانـد. و بـه خاطـر وجـود ایـن روح اسـت کـه بارهـا خـود را مایـوس یافتـه ایـد. مـردم شـما را ناامیـد می‌کننـد. و بـه خاطـر از دسـت دادن آن رابطـه معنـادار بـا کار، رئیـس یـا همسـرتان، بـه خـود خیانـت میکنیـد. شـما بـا خودتـان اینطـور فکـر میکنید: «جهـان به درسـتی کار نمیکنـد و ایـن بسـیار بـرای مـن آزار دهنـده اسـت.» بـا ایـن حـال همیـن ناامیـدی میتواند نشـانه ای از سرنوشـت باشـد. نشـانه ای از اینکـه در جایـی مسـئولیتی رهـا شـده - کارهایـی کـه انجـام نشـده و همچنـان انجـام دادن شـان ضـروری اسـت. وجـود چنیـن ضرورتـی شـما را مـی‌آزارد. شـما از دولـت آزرده ایـد، از شـغلتان متنفـر و از پـدر و مادرتـان ناراضـی هسـتید. شـما از تمـام ایـن کسـانی کـه مسـئولیتی بـر عهـده نمـی گیرنـد خسـته می‌شـوید. بهرحـال امـوری هسـتند کـه ضـرورت انجـام شـان را جـار می‌زننـد. شـما از ایـن عصبانـی هسـتید کـه کارهایـی کـه بایـد انجـام شـوند، انجـام نمـی گیرند. آن خشـم و عصبانیـت یـک دریچـه اسـت. و چنیـن مشـاهده ای از مسـئولیت ناپذیـری، نشـانه ایسـت از وجـود سرنوشـت و معنـا. آن بخشـی از شـما کـه توجـه اش معطـوف بـه بالاتریـن خیـر اسـت (آن

ایـده آلـی کـه شـما را تصـرف کـرده)، از انفصـال میـان آنچـه می‌توانیـد باشـید و آنچـه اکنـون تجربـه می‌کنیـد، حکایـت میکنـد. جایـی شـکافی وجـود دارد و شـما را بـا اعـلام نیـاز بـه پـر شـدن آگاه میکنـد. در نتیجـه می‌توانیـد بگذاریـد تـا خشـم‌تان فـوران کنـد و شـخص دیگـری را بـرای آن مقصـر بدانیـد - گویـی کـه دیگـران سـهمی در ایجـاد مشـکلات نداشـته انـد. یـا اینکـه می‌توانیـد درک کنید کـه ناامیدی اکنـون شـما، علامتـی اسـت از طـرف بنیـادی تریـن سـطوح بـودن تـان، مبنـی بـر اینکـه چیز اشـتباهی - شـاید توسـط خودتـان - نیـاز بـه اصـلاح دارد. ایـن نگرانـی هـا، مراقبـت هـا، آزار دیدن‌هـا و حـواس پرتی‌هـا چـه هسـتند؟ نـدای خوشـبختی کـه نیسـت. بلکـه فراخوانـی اسـت بـه سـوی ماجراجویـی و عملـی کـه زندگـی را میسـازد. یـک بـار دیگـر داسـتان ابراهیـم در کتـاب مقـدس را در نظـر بگیریـد:

خداوند نزد ابراهیم آمد و گفت:

از کشور خود، مردمان و سرزمین پدری ات به جایی که من نشان خواهم داد، برو.

من تو را به یک ملت بزرگ بشارت میدهم، به برکت و بزرگی نام و نعمت،

مـن بـه کسـانی کـه تـو را برکـت دهنـد، برکـت می‌دهـم؛ و آنکـه تـو را لعنـت کنـد، نفریـن میکنـم؛ و همـه مردمـان زمیـن از طریـق شـما برکـت می‌یابنـد (سـفر پیدایـش ۱۲: ۱-۳).

بـه تعبیـری ملایـم، آن ابراهیـم بالـغ بـرای سـالهای دور و درازی در چـادر پـدرش زندگـی میکـرد. امـا اگـر نـدای خـدا بیایـد، هرچقـدر هـم کـه دیـر باشـد، بهتـر اسـت بـه آن توجـه کنیـم (و در ایـن حکایت، امیـدی واقعـی بـرای کسـانی وجـود دارد کـه بـه نظرشـان دیگـر بسـیار دیـر شـده اسـت). بنابرایـن ابراهیـم بـه دنبـال آن صـدای کـم نـوای درونـی، آن دعـوت الهـی، کشـورش، مـردم و خانـه پـدری را ترک کـرد تـا در جهـان سـفر کنـد. چنیـن فراخوانـی بـه سـوی خوشـبختی نیسـت، بلکـه درسـت مثـل آنچـه در گذشـته گفتـه شـد، دعـوت بـه یـک مصیبـت کامـلا خونیـن اسـت: قحطـی، جنـگ و درگیری‌هـای داخلـی. یـک فـرد معقـول (و نـه خـود ابراهیـم) در خـرد پاسـخ دادن بـه چنیـن دعوتـی از جانـب خـدا، وجـدان و پذیـرش داوطلبانـه مسـئولیت چنیـن ماجراجویـی قابـل تردیـد اسـت. بهتر بـود در چـادر امن

www.KhoreKetab.com

پـدرش می‌مانـد و میوه‌هـای حاضـر و پوسـت کنـده اش را میخـورد. آن صدایـی کـه شـما را بـه سـوی جهـان - بـه سـوی سرنوشـت خـود - فـرا می‌خوانـد، صـدای آسـایش نیسـت، بلکـه فراخـوان بـه سـوی یـک نـزاع تلـخ و آن بـازی مرگبـار مخالفـان اسـت. ماجراجویـی زندگـی، آن زمـان کـه شـما بـه نـدای وجـدان پاسـخ میدهیـد؛ مسـئولیت زندگی‌تـان را بـه عهـده می‌گیریـد؛ و تـلاش میکنیـد کـه خودتـان و جهـان را اصـلاح کنیـد، احتمـالا - و بـه طـور گریـز ناپذیـری - شـما را خسـته، ناامیـد و آشـفته میکنـد. امـا اینجاسـت کـه میتـوان آن معنـای عمیقـی کـه شـما را جهـت و پنـاه میدهـد، یافـت. اینجاسـت که همـه چیـز برایتـان مهیـا می‌شـود؛ همـان جـا کـه آنچـه پراکنـده و متفـرق شـده بهـم می‌پیوندنـد؛ آنجـا کـه هـدف خـودش را نمایـان میکنـد؛ آنجـا کـه همـه آنچـه درسـت و خـوب اسـت حمایـت شـده و تمـام آنچـه سسـت، کینـه توزانـه و ویرانگـر اسـت شکسـت می‌خـورد. ایـن همـان جایـی اسـت کـه اگـر تمایـل داشـته باشـید، آن زندگـی جاودانـه و ارزشـمند را میتـوان پیـدا کـرد.

توجه کنید که فرصت همان جایی است که مسئولیت رها شده است.

www.KhoreKetab.com

قانون پنجم

آنچه را که متنفرید انجام ندهید

www.KhoreKetab.com

نظم آسیب شناسانه در لباس مبدل روزانه

یکبـار مراجعـی داشـتم کـه در محـل کارش در یـک شـرکت بـزرگ، دائمـا در معـرض رگبـار توهین‌هـای نژادپرسـتانه قـرار میگرفـت. او زنـی معقـول و صـادق بود و زندگی سـختی برای رسـیدن به آنچه شایسـته هـوش و صداقتـش باشـد، پشـت سـر گذاشـته بـود. او از زمـان مشـغول شـدنش در ایـن شـرکت، درگیر مشـاجره ای طولانـی مـدت، شـخصی و از طریـق ایمیـل شـد کـه هدفش بررسـی توهیـن آمیز بـودن یا نبـودن عبـارت «فلیـپ چـارت» بـود (فلیـپ چـارت یـک عبـارت معمـول در سـازمان هاسـت کـه اشـاره بـه نوعـی تختـه وایـت بـرد مغناطیسـی دارد کـه کاغـذ روی آن قـرار گرفتـه و کل مجموعـه بـر روی یـک سـه پایـه متحـرک سـوار اسـت). بـرای آن دسـته از شـما کـه هنـوز نمـی توانید بـاور کنیـد مکالماتـی از ایـن قبیـل سـاعات کاری کارگـران شـرکتی را مشـغول میکنـد یک سـرچ سـریع گوگل بـا عبـارت «توهین فلیـپ چـارت[1]» کافیسـت. خودتـان بلافاصلـه خواهیـد دیـد کـه نگرانـی دربـاره ایـن موضـوع واقعـی، با ابعـادی گسـترده اسـت. جلسـات زیـادی توسـط مدیـران بالادسـتی مراجـع مـن دربـاره همیـن موضوع در شـرکت برگزار میشـد.

«فلیـپ» ظاهـرا در گذشـته واژه ای تحقیـر آمیـز بـه جـای کلمـه فیلیپینـی بـوده اسـت (امـا حـالا شـواهد کمـی بـرای کاربـرد ایـن کلمـه بـا چنیـن مقصـودی وجـود دارد). علیرغـم اینکـه آن توهیـن سـابق دیگـر هیـچ ارتباطـی بـا مفهـوم عبـارت «فلیـپ چـارت» نـدارد، مدیـران شـرکت او متوجه شـدند کـه وقـت کارگـران صـرف بحـث دربـاره ماهیـت فرضـا تبعیـض آمیـز ایـن عبـارت می‌شـود. بنابرایـن شـرکت، معـادل جایگزینـی بـرای ایـن عبـارت تعییـن کـرد و سـرانجام کارگـران ملزم بـه اسـتفاده از آن به جـای «فلیـپ چـارت» شـدند. چنیـن اتفاقـی علیرغـم ایـن موضـوع رخـداد کـه کارگـری از تبار یـا ملیت فیلیپینـی از کاربـرد چنیـن عبارتـی شـکایت کـرده باشـد. طبـق نظـر دیـده بـان زبـان جهانـی[2] کـه کاربرد صحیـح کلمـه را از نظـر سیاسـی رصـد می‌کنـد، اکنـون عبـارت «تختـه نویسـش» جایگزین شـده اسـت،

1 Flip chart derogatory

2 Global Language Monitor - Languagemonitor.com

www.KhoreKetab.com

اگرچه یک فلیپ چارت به هیچ وجه «تخته»ای برای نوشتن نیست.

در هر صورت، معادل جایگزین این عبارت در شرکت مراجع من «تخته سه لایه» انتخاب شد که توصیف دقیق تری است - البته که این عبارت برازنده، چیزی از بلاهت موضوع اولیه کم نمیکند. به هر حال هنوز عباراتی مثل «چلپ چلوپ[1]»، «گستاخ[2]»، «الاکلنگ[3]» و «دمپایی[4]» هستند که اگر بخواهیم خودمان را نگران چنین مسائلی کنیم، دو عبارت اول توهین آمیزتر از عبارت «فلیپ چارت» است. حالا ممکن است با تعجبه از خودتان بپرسید: «واقعا این تغییرات جزئی در اصطلاحات و عبارات چه فرقی دارد؟ این یک مسئله پیش و پا افتاده است. چرا کسی باید دغدغه مند بحث درباره چنین تغییراتی باشد؟ چرا آن را نادیده نگیریم؟ بهتر است این همه حماقت را نادیده بگیریم و روی چیزی که اهمیت بیشتری دارد تمرکز کنیم.» البته شما میتوانید ادعا کنید که توجه به شخصی که وارد چنین چنین بحث‌هایی میشود، اتلاف وقت است. و به نظر من این معضل، دقیقا به بیراهه رفتن است. چه موقع از مشارکت در یک روند نگران کننده که درست قابل چشمان‌تان در حال شکل گیری است، دست برمیدارید؟

مراجع من برای من اینطور نوشت که نه تنها عبارت معادل «فلیپ چارت» به خوبی در میان همکارانش پذیرفته شد، بلکه بلافاصله بحث و جدل دیگری برای شناسایی و مراوده کلماتی در گرفت که ممکن است توهین آمیز باشند. یکی از کلمات «تخته سیاه» و دیگری «شاه کلید[5]» بود (اولی به این خاطر که هر آنچه با عنوان «سیاه» نامیده شود، در زمانه فوق العاده حساس ما به نوعی نژادپرستانه است - ولو واقعا به رنگ سیاه باشد؛ و دیگری به خاطر ارتباط فرضی آن با واژه ای که در تاریخ مرتبط با بردگی است). مراجع من سعی میکرد که هر آنچه را که شاهدش بود

۱ Flip-flopped
۲ Flippant
۳ Flip-flops
۴ Flippers
۵ Master Key

درک کند: «چنین بحث‌هایی در بین مردم حسی سطحی از خوب بودن، نجابت، دلسوزی، مهربانی و خرد ایجاد میکند. بنابراین اگر کسی بخواهد خلاف آن را استدلال کند، چطور می‌تواند وارد چنین گفتگوهایی شود بدون اینکه سنگ دل، تنگ نظر، نژادپرست و شرور تلقی شود؟»

او همچنین از این موضوع آشفته بود که گویی کسی در محل کارش از این موضوع گله ای نداشت که عده ای از افراد به خودشان اجازه میدهند که کاربرد یکسری از کلمات را ممنوع اعلام کنند (و دیگران را به خاطر استفاده از آن کلمات تحقیر و حتی تنبیه کنند) بدون اینکه از نظر اخلاقی زیاده روی خود را در این زمینه درک کنند یا متوجه خطر سانسور، خصوصا در زمینه بیان عقیده، موضوعات مورد گفتگو و بعدا در نشر کتاب باشند. در نهایت او به این نتیجه رسید که تمام این بحث ها، نمونه‌هایی بارز از عبارات «تنوع[1]»، «برابری خروجی[2]» و «عدالت[3]» هستند که وِرد زبان افراد در واحدهای منابع انسانی و یادگیری و توسعه[4] (که مراجع من در آن بخش کار میکرد) شده است. او آنها را «موتور القای شرکت و تبلیغات ایدئولوژیک» و بخشی از سلیقه ای دانست که تاثیر چنین مسلک سیاسی بیش از هر چیزی، بر برنامه‌های آموزشی بسیاری از دانشگاهها دیده شده و دامنه تاثیرات آن به یک فرهنگ بزرگتر می‌رسد. اما از همه مهمتر، او در نامه ای از من پرسید: «آیا این پایان ماجراست؟ کی و کجا قرار است این موضوع تمام شود؟ اگر اقلیت کوچکی از مردم، حتی با فرض اهانت، کاربرد برخی از کلمات را ممنوع کنند، آن وقت چه؟ آیا ما همچنان بی وقفه کلمات را تا بینهایت تحریم میکنیم؟»

آنچه مراجع من درک میکرد - حداقل تا آنجا که میدانست - مربوط به یک واقعه واحد نبود که فرضا افراد را درگیر یک مسیر خطرناک کند، بلکه مشخصا مجموعه ای از وقایع قابل

۱ Diversity
۲ Inclusivity
۳ Equity
۴ Learning and Development

www.KhoreKetab.com

شناسـایی، بـه هـم وابسـته بودنـد یـا سلسـله وقایعـی بودنـد کـه همگـی در همـان جهـت اند. بـه نظر میرسـد کـه چنیـن وقایعـی یـک الگوی منسـجم و یـک ایدئولـوژی را شـکل میدهد کـه نشـان از هدفی صریـح یـا ضمنـی دارد. بعـلاوه تاثیـر ایـن جهـت گیـری خـودش را در تمـام ظواهـر، بـرای مـدت زمـان مناسـب، نشـان خواهـد داد، آن هـم نـه فقـط در دنیـای شـرکتها، کـه مراجـع مـن سـاکن آن بـود، بلکـه در دنیایـی بزرگتـر شـامل نهادهـای اجتماعـی و سیاسـی پیرامـون شـرکتها. اگـر چـه او در بخشـی کـه کار میکـرد (بـه خاطـر حملههـای رعـد آسـای ایدئولوژیـک در شـرکت مـورد بحـث) منـزوی شـده بـود، بـه طـور اتفاقـی توانسـت شـواهدی ببینـد کـه آن جریاناتـی کـه باعـث آزار خـودش شـده میتوانـد تاثیـرات مشـابها دردناکـی بـرای دیگـران داشـته باشـد. ایـن رویههـا بعـدا بـر وجدانـش تاثیـر خواهـد گذاشـت. درک ایـن نکتـه مهـم اسـت کـه چنیـن موضوعاتـی بـه هیـچ وجـه مفاهیـم فلسـفی کوچکـی بـرای او نبودنـد. چنیـن موضوعاتـی او را عمیقـا آزار میـداد و زندگـی اش را مختـل میکـرد.

البتـه موضـوع اینجاسـت کـه لازمـه انجـام کارهـای احمقانـه و از روی نفـرت، تضعیـف روحیـه اسـت. اگـر فـردی بـرای انجـام وظیفـه ای بیهـوده یـا حتـی ضـد بهـره ور گماشـته شـود، چنانچـه آن فـرد کمی معقـول و بـا انگیـزه باشـد، بـه راحتـی تضعیـف میشـود. چـرا؟ چـون تمـام تـار و پود وجـود عینـی آنها بـا ضـرورت انجـام چنـان وظایفـی مخالفـت میکنـد. مـا یـک کار را بـه ایـن دلیـل انجـام میدهیـم کـه گمـان میکنیـم اهمیـت آن از اهمیـت تمـام کارهـای دیگـری کـه میتوانسـتیم در آن موقعیـت انجـام دهیـم بیشـتر اسـت. مـا آنچـه را کـه ارزش تلقـی میکنیـم، شایسـته پیگیـری و فـداکاری میدانیـم. آن ارزش، هـر چنـد سـخت و دشـوار، مـا را بـه عمـل وامیـدارد. وقتـی از مـا خواسـته میشـود کـه کارهـای احمقانـه و نفـرت انگیـز انجـام دهیـم، همزمـان مجبـور میشـویم کـه بـر خـلاف سـاختار ارزشهایـی عمـل کنیـم کـه مـا را مصمـم بـه سـمت جلـو سـوق میدهـد و از سـردرگمی، از هـم پاشـیدگی و وحشـت محافظـت میکنـد. به قـول پلونیـوس[1] در نمایشـنامه هملـت از شکسـپیر: «برای اینکـه قضاوت

۱ Polonius

بهتـری از خـودت داشـته باشـی، آن کاری کـه بایـد یـا در تـوان داری انجـام بـده[1]». آن «خـود» - همـان روان یکپارچـه - در حقیقـت همـان کشـتی ایسـت کـه در طوفانهـا و امـواج سـهمگین ما را پنـاه میدهد. عمـل بـر خـلاف دسـتورات آن - اعتقـادات اساسـی آن - بـه معنـای رسـاندن کشـتی مـان بـه سـواحل نابـودی اسـت. عمـل بـر خـلاف دسـتورات آن خـود بنیادیـن بـه معنـی تقلـب در بـازی ایسـت کـه بـا خودمـان میکنیـم؛ بـه معنـی رنـج کشـیدن از پوچـی خیانـت؛ درک انتزاعی و پـس از مدتـی تجربه عینی خسـارتی اسـت کـه لاجـرم فرا میرسـد.

مراجـع مـن چـه هزینـه ای بـرای اطاعـت اولیـه از دسـتورات خودسـرانه مدیرانـش پرداخـت؟ او سـابقا مهاجـری از کشـورهای اتحـاد جماهیـر شـوروی بـود و بیـش از حـد کفایـت، طعـم ایدئولوژی طرفـداران اسـتبداد را چشـیده بـود. در نتیجـه، ناتوانـی او در تعییـن روش مخالفـت بـا آنچـه در حـال رخ دادن بود، باعـث احسـاس ضعـف و همدسـتی در او شـد. عـلاوه بـر ایـن هیـچ فـرد معقولـی نمـی توانـد انگیـزه اش را در هـر جایـی، مثـل محـل کار او، حفـظ کنـد کـه در آن چرندیـات تخیلـی نـه تنهـا بـه طـور مداوم رخ میدهـد بلکـه تشـویق شـده و، بدتـر از آن، اجبـاری میشـود. چنیـن «کنشـی» بـه خـودی خـود باعث تمسـخر کار بهـره ور - و حتـی ایـده بهـره وری در کار - میشـود (بخشـی از انگیـزه واقعـی بـرای چنیـن کاری اینسـت: آنهایـی کـه بـه شایسـتگی واقعـی و انجـام کار مولـد حسـادت میکننـد، تمـام دلایـل لازم و کافـی را بـرای تضعیـف و بدنـام کـردن هـر دو مفهـوم دارنـد). بنابرایـن مراجـع مـن بـا قـرار گرفتـن در ایـن وضعیـت مایـوس کننـده چـه کرد؟

او بـه انـدازه کافـی از موقعیـت و توانایـی بـرای گفتگـو بـا مدیران شـرکت دربـاره اعتراضاتـش اطمینان نداشـت، اگرچـه از گفتگوهایـی کـه بـا او داشـتم فهمیـدم کـه بسـیار آرزو دارد بتوانـد بـه نحـوی از آن شـرایط فـرار کنـد. در نتیجـه، او شـروع بـه طراحـی یـک برنامـه عملیاتـی تدافعـی کـرد. همانطـور کـه اشـاره کردیـم او درگیـر تدویـن پروژه‌هـای آموزشـی درون سـازمانی بـود. بنابرایـن چنیـن امکانـی برایش

۱ To thine own self be true

فراهـم بـود کـه بتوانـد از طریـق سـخنرانی در کنفرانس‌هـای شـرکتها کارش را توسـعه دهـد. اگـر چـه مراجـع مـن هیچـگاه مسـتقیما بـا موضـوع فلیـپ چـارت روبرو نشـد (و شـاید چنیـن اجتنابـی عاقلانه بـود)، شـروع بـه سـخنرانی دربـاره نوعـی از شـبه علـم کـرد کـه توصیـف کننـده بسـیاری از ایده‌هـای مدیـران در شـرکت هاسـت و خصوصـا در واحدهـای منابـع انسـانی معتبـر شـناخته میشـود. مثـلا او چنیـن سـخنرانی ارائـه کـرد کـه در آنهـا از رسـم زودگـذر و گسـترده «سـبک‌های یادگیـری» انتقـاد کـرد - نظریـه ای کـه مبتنـی بـر ایـده ایسـت کـه میگویـد بیـن چهـار تـا هشـت شـیوه یادگیـری وجـود دارد کـه افـراد آنهـا را ترجیـح میدهنـد و هنـگام تسـلط بـر یـک ایـده جدیـد بـه آنهـا کمـک می‌کنـد. ایـن روشـها عبارتنـد از دیـداری، شـنیداری، کلامـی، فیزیکـی، منطقـی و غیـره.

مشـکل سـبک‌های یادگیـری چیسـت؟ اساسـا هیـچ مدرکـی دال بـر اعتبـار آن وجـود نـدارد. اولا، اگرچه دانـش آمـوزان ممکـن اسـت شـکلی از اطلاعـات ارائـه شـده را به شـکل دیگـری از ارائه آن ترجیـح دهند، هیـچ بهبـودی در عملکـرد تحصیلـی شـان دیـده نمـی شـود. ثانیـا، هیچ مدرکـی دال بـر اینکـه معلمان بتواننـد دقـت سـبک‌های یادگیـری را در دانـش آمـوزان ارزیابـی کننـد وجـود نـدارد (کـه بـا توجـه بـه دلیـل اول، بـا عقـل جـور در می‌آیـد). بنابرایـن علـی رغـم اینکـه امـکان مقابلـه مسـتقیم بـا حماقتی که مراجـع مـرا آزار میـداد وجـود نداشـت، توانسـت بـا اتخـاذ اسـتراتژی مناسـب و کار زیـاد، به طـور موثری از ناآگاهـی دانـش روانشناسـی در بیـن تعـدادی از همکارانـش (و همینطـور کسـانی کـه در شـرکت‌های دیگـر دچـار وضعیتـی مشـابه بودنـد) کـم کنـد. او همینطـور به عنـوان روزنامـه نـگار در یکی از نشـریات مهـم کشـورش، آلبانـی، مقالاتـی نوشـت و ایـن اقـدام را در اولویـت کارهایـش قـرار داد. چنیـن اقدامـی عایـدی خوبـی نداشـت، امـا شـهرت حرفـه ای فـوق العـاده ای بـرای او داشـت. او به سـختی بـرای آنچه بـدان اعتقـاد داشـت جنگیـد و بـه شـهروندان کشـور روزگاری کمونیسـتی خـود دربـاره حرکت به سـمت تمامیـت خواهـی و شـروع جذابیـت چنیـن ایده‌هایـی بـرای مـردم مغـرب زمیـن هشـدار داد.

او بـرای تصمیـم خـود بـه ایسـتادگی و مبـارزه چـه هزینـه ای پرداخـت؟ او ابتدا بایـد با تـرس از انتقام جویـی میشـد و ایـن واقعیـت کـه چنیـن ترسـی - در کنـار نفـرت عمیـق از مانورهـای ایدئولوژیکـی کـه

www.KhoreKetab.com

توصیف کننده محیط کارش بود - علاقه به شغل حرفه ایش را نابود میکرد و باعث احساس بزدلی و بی کفایتی در او میشد. سپس باید فعالیت‌های حرفه ایش را گسترش میداد: اول به صورت پذیرش خطر ارائه پیشنهادات خود به عنوان یک سخنران در همایش‌ها (چون مردم به طور کلی از صحبت در یک اجتماع بیزارند. این یک ترس معمول اما به حدی شدید است که برای ایجاد اختلال در پیشرفت شغلی کافیست)؛ دوم تسلط بر ادبیات و توانمندی در ارائه سخنرانی معتبر و آگاهی بخش؛ و سوم، ارائه مطالبی که به خاطر ماهیت انتقادی آن، موجب رنجش نسبت معینی از مخاطبان میشود (دقیقا همان کسانی که چنین فرضیاتی را تبلیغ کرده و اکنون مراجع من نظریات آنها را بی اعتبار میکرد) باعث آزردگی اش خواهد شد. تمام اینها - ترس از انفعال علاوه بر با ترس از فعالیت - به معنی مواجهه با ترس است. این اقدامات او را عمیقا به چالش کشید - اما نتیجه اش توسعه شخصیت، شایستگی و معرفتی بود که از همکاری‌های اجتماعی کسب میکرد.

من معتقدم که کارهای خوب دیگران، هر چند کوچک به نظر برسد، بیشتر از آنچه فکر میکند به طور گسترده ای در جهان بروز پیدا می‌کند و درباره شر نیز همینطور فکر میکنم. هر یک از ما بیش از آنچه تصور می‌کنیم، یا بیش از آنچه راحتیم که تصور کنیم، مسئول وضعیت جهانیم. بدون توجه دقیق، فرهنگ به خودی خود متمایل به فساد است. استبداد به آرامی رشد میکند و از ما میخواهد که با قدم‌هایی نسبتا کوچک عقب نشینی کنیم. اما هر عقب نشینی، احتمال عقب نشینی بعدی را افزایش میدهد. هر خیانت به وجدان، هر عمل سکوت کردن (علی رغم خشمی که به خاطر آن سکوت متحمل میشویم) و هر منطقی سازی و توجیهی، مقاومت را تضعیف و احتمال حرکت محدود کننده بعدی را بیشتر میکند. این مورد به ویژه زمانی اتفاق می‌افتد که کسانی که جلو می‌روند از قدرتی که اکنون به دست آورده اند خوشحال میشوند - این افراد همیشه پیدا می‌شوند. بهتر است زمانی که هزینه ایستادگی به نسبت کمتر است، و شاید هنوز پاداش‌های بالقوه نابود نشده اند، بایستید. بهتر است قبل از

www.KhoreKetab.com

اینکه توانایی ایستادگی‌تان به خطر بیفتد، بایستید. متاسفانه مردم اغلب - حتی اگر بدانند - بر خلاف وجدان شان عمل میکنند. بنابراین خیانت، یکی پس از دیگری، و جهنم قدم به قدم از راه می‌رسد. و باید به خاطر داشت که مردم به ندرت در مقابل آنچه می‌داند اشتباه است می‌ایستند، حتی اگر عواقب این ایستادگی نسبتا جزئی باشد. اگر به دنبال یک زندگی اخلاقی و محتاط هستید، این موضوعی است که باید عمیقا مورد توجه قرار بگیرد: اگر وقتی سرپیچی از وجدان‌تان جزئی بود با خودتان مخالفت نمی کردید، چرا فرض میکنید که وقتی سرپیچی از وجدان از کنترل‌تان خارج شد، عمدا مشارکت نخواهید کرد؟

بخشی از حرکت به سوی فراتر از نظم، آگاهی از این نکته است که چه زمانی از چنین برهانی استفاده میکنید. بخشی از حرکت به سوی فراتر از نظم آگاهی از این موضوع است که وجدان شما، اولین مدعی رفتارتان است که مقدم بر وظیفه اجتماعی متعارف شماست. اگر تصمیم به ایستادگی و سرپیچی از یک فرمان دارید، اگر کاری انجام میدهید که دیگران ناپسند می‌شمارند اما خودتان عمیقا به درستی کارتان ایمان دارید، باید در موقعیتی باشید که به خودتان اعتماد کنید. معنای این سخن آن است که حتما باید تلاش کرده باشید تا زندگی صادقانه، معنادار، مثمر ثمری به دست آورده باشید (درست عین توصیفی که از زندگی فرد مورد اعتماد تون دارید). اگر شرافتمندانه عمل کرده باشید، و بنابراین فرد قابل اعتمادی باشید، تصمیم به اطاعت یا امتناع از انتظارات جامعه، بر اساس آنچه به استحکام جامعه کمک میکند، منوط به تشخیص شماست. با چنین کاری می‌توانید بخشی از نیروی آن حقیقتی باشید که فساد و استبداد را متوقف میکند. یک فرد مقتدر، بیدار و محافظ وجدان، همان نیرویی است که مانع از کور ماندن و انحطاط گروهش، به عنوان ساختار لازم برای روابط اجتماعی هنجار، میشود.

من نمی خواهم این قسمت را با یک نکته دروغین خوشبینانه به پایان ببرم. از مکاتبات بعدی با مراجعم می‌دانم که او در سالهای بعد چندین بار محل کار خود از شرکتی بزرگ به شرکت‌های بزرگ بعدی تغییر داد. در یکی از موارد، موقعیت خوبی به دست آورد و این امکان را داشت که

مشـغول بـه کاری معنـادار، معقـول و سـودمندی شـود. بـا ایـن وجـود اگـر چـه در آنجـا موفـق بـود، امـا در زمـان سـازماندهی مجـدد شـرکت اخـراج شـد و از آن زمـان در شـرکتهای دیگری مشـغول شـده و بارها بـا همـان رسـوم زودگـذر سیاسـت‌های هویتـی و زبانـی کـه در شـرکت اول دیـده بود، روبرو شـده اسـت. بعضـی از اژدهاهـا همـه جـا هسـتند و شکسـت دادن شـان آسـان نیسـت. امـا تلاش‌هـای او بـرای مقابلـه - آگاهـی بخشـی در زمینـه تئوری‌هـای شـبه علمـی و کار بـه عنـوان یـک روزنامـه نـگار - او را در مقابـل ابتـلا بـه افسـردگی و از دسـت دادن حرمـت نفسـش محافظـت کرده اسـت.

موقعیت خود را تقویت کنید

وقتـی فرهنـگ متلاشـی میشـود - چـون از دیـدن بیماری‌هـای خـود امتنـاع مـی‌ورزد؛ چـون آن قهرمـان رویایـی غایـب اسـت - بـه هـرج و مرجـی کـه بسـتر همـه چیـز اسـت، سـقوط میکنـد. در چنیـن شـرایطی، یـک فـرد می‌توانـد داوطلبانـه تـا انـدازه ای کـه شـجاعتش را دارد بـه اعمـاق شـیرجه بزنـد و اصـول ابـدی تجدیـد بینـش و زندگـی را از نـو کشـف کنـد. گزینـه دیگـر، ناامیـدی، فسـاد و پـوچ گرایـی اسـت - اطاعـت بـدون فکـرِ بـرده ای بدبخـت، دروغگـو و کینـه تـوز از کلمـات دروغیـن آرمانشـهر گرایـیِ تمامیـت خـواه. اگـر می‌خواهیـد در کاری خطیـر سـهیم باشـید - حتـی اگـر بـه خودتـان بـه چشـم یـک حقـه بـاز واقعـی نـگاه کنیـد - کارهایـی را کـه از آن متنفریـد انجـام ندهیـد. شـما بایـد موقعیـت خـود را، فـارغ از پسـتی و حقـارت آن، تقویـت کنیـد و بـا دروغگویـی سـازمانی، کـه روح شـما را تضعیـف می‌کنـد، مقابلـه کنیـد، بـا آشـوبی کـه از پـس آن می‌آیـد روبـرو شـوید، پـدر نزدیـک بـه مرگتـان را از آن اعمـاق نجـات دهیـد، و یـک زندگـی درسـت و صادقانـه داشـته باشـید. در غیـر اینصـورت طبیعـت رویـش را از شـما برمیگردانـد، جامعـه خرفـت می‌شـود، و شـما چون عروسـکی خیمـه شـب بـازی کـه بندهایـش بـه دسـت نیروهـای اهریمنـی پشـت صحنـه برجـای می‌مانیـد - و یـک نکتـه دیگـر: ایـن تقصیـر شماسـت. بـرای هیچکـس از منظـر جبرگرایانـه مقـدر نیسـت کـه یـک عروسـک باقـی بمانـد.

www.KhoreKetab.com

مـا درمانـده نیسـتیم. هنـوز هـم حتـی در زیـر آوار در هـم شکسـته تریـن زندگـی هـا، ممکـن اسـت سـلاح‌های مفیـدی پیـدا شـود. بـه ایـن ترتیـب حتـی غـول پیکرتریـن ظاهـر مهیـب دنیـا نیـز ممکـن اسـت آنقدرهـا کـه جـار می‌زنـد و نشـان میدهـد، قـادر مطلـق نباشـد. ایـن احتمـال را در نظـر داشـته باشـید کـه توانایـی مقابلـه در شـما وجـود دارد، تـا بتوانیـد مقاومـت و از روح خـود - و شـاید حتـی شـغلتان - محافظـت کنیـد. (امـا اگـر بتوانیـد ایـده تحـول را تـاب آوریـد، ممکـن اسـت کار بهتـری بـه ذهنتـان خطـور کنـد.) اگـر میخواهیـد خودتـان را بـه عنـوان شـخصی ببینیـد که ممکـن اسـت بتواند - و شـاید بایـد بتوانـد - بایسـتد، شـروع بـه درک تسـلیحاتی کنیـد کـه در اختیارتـان اسـت. اگـر کاری کـه انجـام میدهیـد باعـث میشـود کـه گهـگاه بـه دیگـران بتازیـد؛ اگـر کاری کـه میکنیـد باعـث میشـود که انگیزه‌تـان را بـرای حرکـت را بـه جلـو از دسـت میدهیـد؛ اگـر عمـل یـا بـی عملـی شـما باعـث ایجـاد احسـاس حقـارت نسـبت بـه خودتـان، و بدتـر از آن نسـبت بـه دنیـا می‌شـود؛ اگـر سـبک زندگی‌تـان باعـث دشـواری در شـاداب برخاسـتن از خـواب صبـح میشـود؛ اگر بـه خاطر احسـاس عمیقـی از خیانت بـه خـود بـه سـتوه آمـده اید، شـاید ترجیـح میدهید هنـوز آن صـدای کوچـک را نادیـده بگیریـد، اگرچه تمایـل داریـد آن را صدایـی در نظـر بگیریـد کـه فقـط همنشـین افـراد ضعیـف و سـاده لـوح اسـت.

اگـر در محـل کارتـان از شـما درخواسـت می‌شـود کـه آنچـه موجـب تحقیرتـان اسـت انجـام دهیـد - ضعیـف و شـرمنده، شـاید بـا تمایـل بـه فریـاد زدن بـر سـر عزیزانتـان، بـدون تمایـل بـه انجـام کار مفیـد و خسـته از زندگـی - ممکـن اسـت زمـان آن رسـیده باشـد کـه فکـر کنیـد، شـرایط را بسـنجید، تدبیـری بیندیشـید و خودتـان را در موقعیتـی قـرار دهیـد کـه توانایـی نـه گفتـن داشـته باشـید. شـاید احتـرام بیشـتری از جانـب کسـانی بـه دسـت آوریـد کـه بـه دلایـل اخلاقـی بـا آنهـا مخالفیـد، حتـی اگر همچنـان بـه خاطـر کارهایتـان مجبـور بـه پرداخـت هزینـه بسـیاری باشـید. شـاید حتـی آنهـا در مـورد موضـع شـان تجدیـد نظـر کننـد - اگـر چـه زمـان آن اکنـون نباشـد (همانطـور کـه وجـدان آنهـا ممکـن اسـت بـه همـان شـیوه خفیـف آنهـا را نیـز بسـتوه آورده باشـد).

www.KhoreKetab.com

موارد عملی

شـاید شـما نیـز بایـد خـود را بـرای یـک حرکـت جنبـی دیگـر آمـاده کنیـد - بـرای مثـال وقتـی متوجه می‌شـوید کـه ممکـن اسـت شـغلتان روح شـما را از بیـن ببـرد بایـد توجـه کـرد کـه شـما بـه درسـتی بـرای ایـن کار سـاخته نشـده ایـد و بـه دنبـال شـغل دیگـری باشـید. زمـان آن فـرا رسـیده اسـت کـه اقدامـات لازم بـرای تنظیـم مجـدد رزومه‌تـان را انجـام دهیـد تـا در رونـدی دشـوار، پرزحمـت و اغلـب بـدون مـزد شـغل جدیـدی بیابیـد (امـا لازم اسـت کـه فقـط یکبـار در آنها موفـق شـوید). شـاید بتوانید کاری پیـدا کنیـد کـه پرداخـت بهتـری داشـته و جالب‌تـر باشـد؛ جایـی کـه در آن افـراد نـه تنهـا تمایلـی بـه کشـتن روح شـما ندارنـد بلکـه بـا نگرشـی مثبـت بـرای جوانسـازی آن تـلاش میکننـد. شـاید پیروی از دسـتورات وجـدان در واقـع بهتریـن برنامـه ممکنـی باشـد کـه در اختیـار داریـد - در غیـر ایـن صـورت بایـد بـا احسـاس خیانـت بـه خـود و ایـن آگاهـی سـر کنید کـه تحمل چنیـن شـرایطی برایتـان ممکن نیسـت. هیـچ خیـری در چنیـن وضعیتـی وجود نـدارد.

ممکـن اسـت اخـراج شـوم. خـب، اکنـون آمـاده جسـتجوی شـغلِ امیـدوارم بهتـرِ دیگـری شـوید (یـا خودتـان را بـا اسـتدلالی آمـاده و ماهرانـه بـرای روبـرو شـدن بـا مدیرتـان آمـاده کنیـد). و بـا چنیـن فـرض شـروع نکنیـد کـه تـرک شـغلتان، ولـو ناخواسـته، لزومـا بدتریـن احتمـال ممکـن اسـت.

مـن از نقـل مـکان میترسـم. خـب مطمئنـا می‌ترسـید، امـا نسـبت بـه چـه چیـزی؟ در مقایسـه بـا قـرار گرفتـن در جایـی کـه جوهـره شـخصیت و بودن‌تـان را بـه مخاطـره می‌انـدازد؟ جایـی کـه شـما را ضعیف‌تـر می‌کنـد؛ جایـی کـه شـما را خوارتـر و تندخوتـر میکنـد؛ جایـی کـه در طـول سـالها شـما را بیشـتر در معـرض فشـار و ظلـم قـرار میدهـد؟ در زندگـی انتخاب‌هـای بسـیار کمـی وجـود دارد کـه هیـچ کـدام از گزینه‌هـا خطـری نداشـته باشـند و اغلـب بایـد ریسـک مانـدن را مثـل تغییـر مـکان، بـه طـور کامـل، در نظـر گرفـت. مـن افـراد زیـادی را دیـده‌ام کـه بعـد از سـالها برنامـه ریـزی بـرای تغییـر شـغل، حرکـت میکننـد و بعـد از گریختـن از بیابـان، به وضعیـت بهتـری، از نظر فیزیکـی، روانی و عملی، میرسـند.

شاید هیچ کس دیگری مرا نخواهد. خب البته نرخ رد شدن متقاضیان شغلی جدید، فوق العاده بالاست. من به مراجعانم میگویم که این نرخ را ۵۰ به ۱ در نظر بگیرند تا سطح انتظارات خود را به درستی تنظیم کنند. در بسیاری از موارد، شما برای مناصبی که واجد شرایط هستید، مردود میشوید. اما به ندرت چنین موضوعی شخصی است. در عوض این یک شرایط وجودی است؛ نتیجه ای اجتناب ناپذیر از استیلای تا حدودی خودسرانه شرایط دوگانه ارزشی است که جامعه را توصیف میکند. نتیجه این واقعیت است که انتشار رزومه‌ها کاری آسان اما به سرانجام رسیدن شان کاری دشوار است؛ نتیجه این واقعیت است که بسیاری از مشاغل، کاندیداهای درون سازمانی اعلام نشده دارند (ولی بهرحال پیشنهاد میشوند)؛ و نتیجه این واقعیت است که هر سازمانی لیست آماده ای از متقاضیان ذخیره دارد که در صورت نیاز به استخدام سریع، از آن استفاده میکند. این یک موضوع بنیادین است؛ مشکلی آماری است - نه اینکه لزوما مشکل ویژه ای از سمت شما باشد. شما باید تمام این واقع گرایی بدبینانه متحمل را در تعریف انتظارات خود مد نظر داشته باشید، تا بی دلیل دل شکسته و افسرده نشوید. صد و پنجاه رزومه بررسی میشود تا از طریق بین سه تا پنج نفر در نهایت انتخاب شوند. چنین ماموریتی ممکن است یک سال و یا بیشتر به طول انجامد. قطعا بسیار کمتر از یک عمر بدبختی و حرکت در سیری نزولی است. اما ابدا به معنای هیچ نیست. شما باید خودتان را برای آن تقویت کنید، برنامه ریزی کنید و حمایت کسانی را جلب کنید که هدف شما را می‌فهمند و واقع بینانه می‌توانند سختی‌های پیش را و انتخاب‌ها را بررسی کنند.

ممکن است دلیل مردود شدن‌تان کوتاهی خودتان در توسعه مهارت هایتان باشد، بنابراین باید عملکردتان را در محیط کار فعلی بهتر کنید تا شانس استخدام در جاهای دیگر افزایش یابد. اما هیچ ضرری در آن نیست. اگرچه در حضور آن قدرت فاسد که هنگام از بین رفتن گزینه‌های ممکن بروز می‌یابد، نمیتوان به طور موثری کلمه «هیچ» را تلفظ کرد. در نتیجه این یک وظیفه اخلاقی است که خود را در موقعیت قدرتمند قابل مقایسه ای قرار دهید و پس از آن بر

روی ایـن قـدرت سـرمایه گـذاری کنیـد. همینطـور ممکـن اسـت مجبـور شـوید بـه بدتریـن شـرایط فکر کنیـد و دربـاره آن بـا کسـانی کـه تحـت تاثیـر تصمیـم شـما قـرار می‌گیرنـد مشـورت کنیـد. اما یـک بار دیگـر ارزش دارد اینطـور فکـر کنیـم کـه مانـدن در جایـی کـه نباید، همـان بدترین شـرایط ممکن اسـت: وضعیتـی کـه شـما را تحـت فشـار میگـذارد و بـه آرامـی طـی دهه‌هـا از بیـن می‌بـرد. چنیـن مرگـی خـوب نیسـت، اگرچـه آهسـته اسـت، امـا کمتـر چیـزی در آن میتـوان یافـت کـه دم از ناامیـدی نمیزند؛ همـان دلیلـی کـه مـردم بـه خاطـرش زودتـر پیـر می‌شـوند و مـدت زمانـی مدیـد چشـم بـه راه تمـام شـدن کار، و بدتـر از آن، زندگـی شـان میشـوند. چنیـن چیـزی پیشـرفت نیسـت. همانطـور کـه کلیشـه ای قدیمـی و بیرحمانـه میگویـد: اگـر بایـد جـام زهـر را بنوشـید، ایـن کار را جرعـه جرعـه انجـام ندهید[1]. ممکـن اسـت چندیـن سـال پـی در پـی و دردنـاک همچنان شـاهد این بـی کفایتی باشـید و لازم باشـد کـه در ایـن حیـن هفتـه ای پنـج تـا ده رزومـه بـرای مشـاغلی ارسـال کنیـد کـه در کمتـر از یـک ثانیـه، بـا نیـم نگاهـی، رد می‌شـوند. امـا فقـط لازم اسـت کـه یـک بـار در ایـن بخـت آزمایـی برنـده شـوید و پـس از چنـد سـال دشـوار، امیدوارانـه تمـام آن عمـر منحـط و مظلومانـه را شکسـت دهیـد.

بگذاریـد تـا نکتـه ای را روشـن کنیـم: موضـوع تنفـر از شـغل بـه سـادگی اجبـار برخاسـتن زودهنـگام از خـواب صبـح، یـا کشـان کشـان رسـیدن بـه محـل کار در سـرما و گرمـا و بـاد و بـاران، یا نداشـتن روحیه خـوب و در نتیجـه تمایـل بـه مانـدن در تخـت خـواب نیسـت. این مسـئله درباره خسـتگی ناشـی از تن دادن بـه انجـام کارهـای پسـت یـا ضـروری مثـل خالـی کـردن سـطل‌های زبالـه، جـارو کشـیدن زمیـن، تمیـز کـردن سـرویس‌های بهداشـتی یـا هـر عمـل پسـت امـا درخـور دیگـری مرتبـط بـا وظایـف کـف - یـا بـالای - سلسـله مراتـب رقابـت نیسـت. کینـه تـوزی ناشـی از کارهایـی چنیـن ضـروری، اغلب فقط بـه خاطـر ناسپاسـی، ناتوانـی در پذیـرش مرتبـه ای در پاییـن سلسـله مراتـب، عـدم تمایـل بـه پذیـرش موقعیـت شـخصیت ابلـه، گسـتاخی و بـی انضباطـی اسـت. سـرپیچی از دسـتورات وجـدان، موضوعـی بـه کلـی متفـاوت بـا آزردگـی در مـورد وضعیـت نامطلـوب و سـطح پاییـن اسـت.

۱ If you must cut off a cat’s tail, do not do it half an inch at a time

آن طـرد شـدن - همـان خیانـت بـه روح - لازمـه انجـام اعمـال ضـد بهـره ور، پـوچ و بـی هدف اسـت؛ رفتـار غیـر منصفانـه بـا مـردم و دروغ گفتـن دربـاره آن اسـت؛ مشـارکت در فریبـکاری اسـت؛ خیانـت بـه خـودِ آتیتـان اسـت؛ و لازمـه تـاب آوردن شـکنجه و سـوء اسـتفادههای غیـر ضـروری (و در سـکوت، تماشـای رنـج کشـیدن دیگـران از همـان رفتـار) اسـت. آن طـرد شـدن، همـان چشـم بسـتن، توافـق کـردن و دسـت زدن بـه کارهایـی اسـت کـه بـه عمیـق تریـن ارزشـهای شـما خیانـت میکنـد و شـما را بـه تقلـب در بـازی خودتـان واميـدارد. و تردیـدی نیسـت کـه راه جهنـم، از نظـر شـخصی و اجتماعـی، نه بـا نیـت خیـر، بلکـه بـا تقبـل نگرشـها و اقداماتـی کـه وجدانتـان را مشـوش کـرده، هموار شـده اسـت.

کاری را که از آن متنفرید، انجام ندهید.

قانون ششم

فراسوی ایدئولوژی

آن مکان‌های اشتباه

بعـد از انتشـار آخریـن کتابـم، مـن و همسـرم تامـی یـک تـور طولانـیِ سـخنرانی را در سراسـر جهـان انگلیسـی زبـان و بخش‌هـای خوبـی از اروپـا، بـه خصـوص اروپـای شـمالی شـروع کردیـم. بیشـتر آمفـی تئاترهایـی کـه مـن در آنهـا سـخنرانی میکـردم، قدیمـی و زیبـا بودنـد و حضـور در سـاختمانهایی بـا چنیـن تاریخچه‌هـای غنـی از معمـاری و فرهنـگ، مکانهایـی کـه گروه‌هـای موسـیقی مـورد علاقـه مـان در آن مکانهـا نواختـه انـد و بـازی کـرده انـد و جاهایـی کـه هنرمنـدان دیگـر، لحظـات فـوق العـاده ای در آنهـا سـپری کـرده انـد، تجربـه ای بسـیار لـذت بخـش بـود. مـا ۱۶۰ بلیـط تئاتـر رزرو کردیـم کـه عمومـا ظرفیتـی بیـن ۲۵۰۰ تـا ۳۰۰۰ نفـر داشـت (بـا اینکـه تالارهـای کوچـک و بـزرگ دیگـری هـم در اروپـا و اسـترالیا وجـود داشـت). و از ایـن واقعیـت کـه چنیـن تعـدادی از مخاطبـان در سـخنرانی‌های مـن حضـور داشـتند حقیقتـا حیـرت زده شـدم و اینکـه ظاهـرا بـه هـر کجـا کـه سـر میزدیـم، بـه چنین وسـعتی از مخاطبـان بـر میخوردیـم. چنیـن حیرتـی در یوتیـوب و پادکسـت مـن نیـز ادامـه دار شـد - چـه در کانـال هایـم، چـه در مصاحبـه هایـم بـا دیگـران، و یـا بریده‌هایـی کـه مـردم داوطلبانـه از سـخنرانی‌ها و بحث‌هـای طولانـی‌ام بـا خبرنـگاران تهیـه کردنـد. تمـام ایـن صداهـا و ویدیوهـا صدهـا میلیـون بـار شـنیده و دیـده شـدند. و سـرانجام کتـاب قبلـی بـود که تا زمـان انتشـار کتاب حاضـر، بیش از چهـار میلیـون نسـخه بـه زبـان انگلیسـی فروختـه و قـرار اسـت بـه پنجـاه زبان دیگـر نیز ترجمه شـود و بـه نظـر می‌رسـد کـه ایـن مسـائل همچنـان ادامـه داشـته باشـد. از زمانـی کـه خـودم را در میـان این چنیـن مخاطبـی یافتـه‌ام اصـلا آسـان نیسـت کـه بدانـم دربـاره چـه چیـزی بایـد فکـر کنـم.

چـه اتفاقـی افتـاده؟ هـر فـرد معقولـی از دیـدن چنیـن رخدادهایـی جـا میخـورد - تـازه اگـر ملایـم بگوییـم. بـه نظـر می‌رسـد سـخن مـن دربـاره چیـزی اسـت کـه در زندگی‌هـای بسـیاری از مـردم گـم شـده اسـت. همانطـور کـه قبـلا اشـاره کـردم مـن بیشـتر مطالبـم را بـر اسـاس بـاور روانشناسـان بـزرگ و دیگـر اندیشـمندان اسـتوار کـرده‌ام و بنابرایـن بـه نوعـی مهـم انـد. مـن پیوسـته در اینبـاره فکر کـرده‌ام

کـه مشـخصا چـه چیزهـای دیگـری (در صـورت وجـود) توجـه مـردم را بـه خـود جلـب میکنـد و بـرای نتیجـه گیـری دقیـق، بـه دو منبـع اطلاعاتـی اسـتناد کـرده ام. اولیـن منبـع، پاسـخ‌هایی اسـت کـه مسـتقیما از افـراد گرفتـه ام؛ وقتـی بلافاصلـه بعـد از سـخنرانی هایـم آنهـا را ملاقـات میکنـم، یـا وقتـی آنهـا مـرا در خیابـان، فـرودگاه، کافـه و یـا دیگـر مکانهـای عمومـی متوقـف میکننـد. در یکـی از شـهرهای میانـه غربـی آمریـکا (فکـر میکنـم در شـهر لوئیزویـل بـود) بعـد از سـخنرانی‌ام یـک مـرد جـوان مـرا ملاقـات کـرد و گفـت: «خیلـی مختصـر داسـتان ایـن اسـت: دو سـال پیـش مـن از زنـدان آزاد شـدم. بـی خانمـان و شکسـته بـودم. شـروع بـه شـنیدن سـخنرانی‌های شـما کـردم. حـالا یـک شـغل تمـام وقـت دارم. آپارتمـان خـودم را خریـده ام. و بـا همسـرم صاحـب اولیـن فرزندمـان - یـک دختـر - شـده ایـم. متشـکرم.» و کلمـه «متشـکرم» را همـراه بـا ارتباط مسـتقیم چشـمی و فشـردن دسـت مـن هنگام دسـت دادن ادا کـرد. ضمنـا جملـه نیـز بـا بیـان قانـع کننـده گفتـه شـد. همینطـور مـردم در خیابـان و اغلـب بـا چشـمانی اشـکبار داسـتان‌های مشـابهی برایـم تعریـف میکننـد، اگـر چـه مثالـی کـه زدم کمی بیشـتر از متوسـط داسـتان هـا، حـاد بـود. آنهـا اخبار شـخصی خیلـی خوبـی را با مـن در میـان می‌گذارند (از آنهایـی کـه فقـط بـه افـراد مـورد اعتمادتـان میتوانیـد بـا خیـال راحت بگوییـد). مـن از اینکـه یکی از آن افـراد هسـتم احسـاس ویـژه ای دارم، اگـر چـه از نظـر احساسـی در اکثـر مواقـع در نقـش گیرنـده این احساسـات اغلـب مثبـت ام. و چقـدر ایـن واقعیـت برایـم ناراحـت کننـده اسـت کـه مـردم چـه انـدک راهنمایـی و تشـویق دریافـت کـرده انـد، و فقـط بـا کمـی تشـویق و راهنمایـی بیشـتر، چـه خیـر بزرگـی میتوانـد ظاهـر شـود. جملـه «میدونسـتم کـه میتونـی ایـن کارو انجـام بـدی» میتوانـد شـروع خوبـی باشـد و تـا حـد زیـادی میتوانـد بـه بهبـود برخـی رنج‌هـای غیرضـروری جهـان کمـک کنـد.

بنابرایـن ایـن رایـج تریـن شـکلی از داسـتان اسـت کـه مـن بـه طـور مـداوم از افـراد در ملاقات‌هـای مختلـف و یـک بـه یـک می‌شـنوم. آنهـا همینطـور بـه مـن میگوینـد کـه از سـخنرانی‌ها و نوشـته‌های مـن بسـیار لـذت بـرده انـد چـون آنچـه مـن میگویـم یـا می‌نویسـم همـان کلماتـی اسـت کـه آنهـا میدانسـته انـد امـا قـادر بـه بیانـش نیسـتند. بـرای هـر کسـی کار مفیدی اسـت کـه بتوانـد آنچـه را که

تلویحـا فهمیـده صریحـا بیـان کنـد. مـن بارهـا و بارهـا دربـاره نقشـی کـه در در حـال ایفـا هسـتم دچار تردیـد شـده ام، بنابرایـن تجربـه ایـن واقعیـت کـه آنهـا نیـز حرف‌هـای مـرا در راسـتای باورهـای بیـان نشـده یـا درک نشـده خـود یافتـه انـد، قـوت قلـب اسـت و بـه مـن کمـک میکنـد تـا ایمـان خـود را بـه آنچـه آموختـه‌ام و دربـاره اش فکـر و منتشـر کـرده ام، حفـظ کنـم. بـه نظـر میرسـد پـر کردنِ شـکاف بیـن آنچـه عمیقـا درک شـده امـا بـه بیـان نمـی آیـد، در نـزد خـرد عمومـی، کاری ارزشـمند و مناسـب اسـت. سـپس نوبـت بـه آخریـن قطعـه پـازل اطلاعـات مـن اسـت کـه بـر دسـتاورد مـن، هـر آنچـه که هسـت، تاثیـر می‌گـذارد. مـن آن قطعـه را از نتیجـه سـخنرانی‌های زنـده کـه بارهـا فرصتـش را داشـته ام، بـه دسـت آورده ام. توانایـی صحبـت کـردن بـا گروه‌هـای بـزرگ مـردم، آن هـم بـه صـورت مرتـب، امتیـاز و موهبتـی اسـت. یـک فرصـت زنـده بـرای قضـاوت کـردن درباره جـو فکـری، اخلاقـی و فرهنگی زمانـه و روح دوران اسـت. ایـن تجربـه زنـده بـه مـن اجـازه میدهـد تـا بتوانـم ایده‌هـای جدیـدی را در رابطـه بـا ارتبـاط برقـرار کـردن و جلـب توجـه مخاطبـان فرمـول بنـدی و بـه سـرعت بـه بوتـه آزمایـش بگـذارم و در نتیجـه تـا حـدی کیفیـت آنهـا را تشـخیص دهـم. چنیـن کاری در حیـن سـخنرانی هایـم، زمانـی کـه در پـی توجـه بـه چگونگـی واکنـش مخاطـب هسـتم، رخ میدهـد.

مـن در کتـاب ۱۲ قانـون زندگـی، در قانـون نهـم پیشـنهاد کـردم کـه: وقتـی بـه کسـی گـوش می‌دهیـد فـرض کنیـد آن شـخص چیـزی را می‌دانـد کـه شـما نمـی دانیـد. در ایـن قانـون اظهـار کـردم کـه وقتـی بـا گروهـی بـزرگ صحبـت می‌کنیـد بایـد تـلاش کنیـد تـا بـا افـراد همـراه شـوید - وگرنه تـوده جمعیت تـا حـدی یـک توهـم اسـت. بـا ایـن حـال بـا گـوش دادن همزمـان بـه کل گـروه، می‌توانیـد توجـه بصـری متمرکـز بـر افـراد را تـا آن جایـی تقویـت کنیـد کـه وقتـی تـلاش می‌کنیـد بـر فـرد مشـخصی تمرکـز کنیـد بتوانیـد هـر صـدای خـش خـش، خنـده، سـرفه یـا هـر کاری را کـه انجـام میدهـد، درک کنیـد. آنچـه شـما از فـردی کـه روبروی‌تـان قـرار می‌گیـرد، میخواهیـد ایـن اسـت کـه شـیفتگی و توجـه خالـص او را بـه دسـت بیاوریـد. آنچـه امـا از یـک جمعیـت می‌خواهیـد، سـکوت محـض اسـت. در واقـع آنچـه شـما میخواهیـد ایـن اسـت کـه هیـچ چیـز نشـنوید. دسـتیابی بـه چنیـن هدفـی بـه این

معناسـت کـه بـه دنبـال جلـب توجـه مطلـق از جانـب شـنوندگان‌تان هسـتید، بـدون اینکـه حواسشـان بـه مسـائل دیگـر پـرت شـود. اگـر شـما در اجرایـی مخاطـب قـرار بگیریـد کـه چنـدان شـیفته موضـوع نشـده باشـید، حواسـتان بـا ناراحتی‌هـای جزئـی فیزیکـی پـرت می‌شـود و فکرتـان از ایـن شـاخه بـه آن شـاخه می‌پـرد. از افکارتـان مطلـع باشـید. شـما قـرار اسـت در مـورد اینکـه فـردا لازم اسـت چـه کاری انجـام دهیـد فکـر کنیـد، یـا بـا شـخصی در کنارتـان نشسـته چیـزی نجـوا میکنیـد. و همـه اینهـا بـه نارضایتـی مخاطـب در یـک اجـرا کمـک کـرده، ضمـن اینکـه صدایـی رسـا تولیـد میکنـد. امـا اگـر شـما بـه عنـوان سـخنران، در موقعیـت مناسـبی، چـه از لحـاظ فیزیکـی و چـه روحـی، روی صحنه قـرار بگیرید، آن وقـت توجـه همـه بـا شـدتی ماننـد لیـزر بـر گفته‌هـای شـما متمرکـز میشـود، و دیگـر هیـچ کـس هیـچ صدایـی تولیـد نمیکنـد. از ایـن طریـق اسـت کـه میتوانیـد بگوییـد کـدام ایده‌هـا قدرتمندنـد.

در حیـن تماشـا و گـوش دادن بـه جمعیتـی کـه دربـاره اش توضیـح دادم، بیشـتر فهمیـدم کـه اشـاره بـه یـک موضـوع بـه خصـوص (بـدون اسـتثنا) منجـر بـه سـکوتی مرگبـار در میـان مخاطبـان میشـود و آن موضـوع، مسـئولیت پذیـری اسـت - موضوعـی کـه محـور صحبـت در قانـون چهـارم بـود: توجـه داشـته باشـید کـه فرصت‌هـا آنجاسـت کـه مسـئولیت پذیـری رهـا شـده اسـت. واکنش‌هـا بـه ایـن موضـوع جـذاب بـود - و بـه هیـچ وجـه قابـل پیش‌بینـی نبـود. فـروش ایـده مسـئولیت پذیـری آسـان نیسـت. والدیـن یـک عمـر تـلاش میکننـد تـا فرزنـدان شـان را مسـئولیت پذیـر بـار بیاورنـد. جامعـه هـم بـرای همیـن منظـور تـلاش میکنـد و از کمـک موسسـات آموزشـی، کارآمـوزی هـا، سـازمان‌های داوطلبانـه و انجمن‌هـا بهـره می‌جویـد. شـما حتـی ممکـن اسـت تلقیـن مسـئولیت پذیـری را هـدف اساسـی جامعـه بدانیـد. امـا مشـکلی پیـش آمـده اسـت. مـا خطایـی، یـا مجموعـه ای از خطاهـا را، مرتکـب شـده ایـم. مـا مـدت زمـان زیـادی صـرف کـرده ایـم (مثـلا بیشـترِ پنجـاه سـال گذشـته را) تـا مصرانـه حقـوق بشـر را مطالبـه کنیـم و دیگـر بـه انـدازه کافـی از جوانانـی کـه آنهـا را اجتماعـی می‌کنیم، مطالبـه نکـرده ایـم. مـا دهـه هاسـت بـه آنهـا می‌گوییـم آنچـه را کـه مدیـون جامعـه هسـتند، مطالبـه کننـد. مـا بـه آنهـا القـا کـرده ایـم کـه معانـی مهـم زندگـی در نتیجـه چنیـن مطالباتـی بـه آنهـا عطـا

خواهـد شـد، در حالـی کـه بایـد برعکـس آن را می‌گفتیـم: بایـد بـه آنهـا بگوییـم معنایـی کـه زندگـی را علیرغـم تمـام تراژدی‌هـا و ناامیـدی هایـش پایـدار میکنـد، می‌بایسـت در بـه دوش کشـیدن بـار یـک مسـئولیت اصیـل یافـت. از آنجـا کـه مـا ایـن کار را انجـام نـداده ایـم، آنهـا بـزرگ شـده و معنـا را در مکان‌هـای اشـتباهی جسـتجو میکننـد. و ایـن روش آنهـا را آسـیب پذیـر کـرده اسـت: آسـیب پذیـر در برابـر پاسـخ‌های سـاده و مسـتعد پذیـرش نیـروی بـی روح نفـرت. چطـور فـاش شـدن تاریـخ مـا را در ایـن موقعیـت قـرار داده اسـت؟ ایـن آسـیب پذیـری و قابلیـت از کجـا ایجـاد شـده اسـت؟

شاید او فقط خوابیده

مشـهور اسـت کـه در آخریـن ربـع قـرن نوزدهـم، فیلسـوف آلمانـی، فریدریـش نیچه، اعـلام کـرد: «خدا مـرده.» ایـن گفتـه چنـان مشـهور شـد کـه حتـی می‌توانیـد آن را روی دیوارهای سـرویس‌های بهداشـتی عمومـی ببینیـد، کـه اغلـب بـه ایـن شـکل نوشـته شـده: «خـدا مـرده» - نیچـه. «نیچـه مـرده» - خـدا. نیچـه ایـن ادعـا را از روی خودشـیفتگی یـا پیروزمندانـه اعـلام نکـرد. نظـر ایـن متفکـر بـزرگ از تـرس او نشـات می‌گرفـت؛ ترسـی مبنـی بـر اینکـه تمـام ارزشـهای یهودی-مسـیحی تشـکیل دهنده تمـدن غرب مشـروط بـه نقـد منطقـی گاه بـه گاه شـده و مهمتریـن اصـل و اسـاس آن - وجـود موجودیتـی متعالـی و قدرتمنـد - بـه طـور جـدی بـه چالـش کشـیده شـده اسـت. نیچـه از چنیـن وضعیتـی نتیجـه گرفـت کـه بـه زودی همـه چیـز، بـه طـور فاجعـه آمیـزی، چـه از لحـاظ روانـی و چـه اجتماعـی، فـرو می‌پاشـد.

نیـازی بـه تذکـر بـه یـک خواننـده دقیـق نیسـت که آنچـه نیچـه گفـت در «علـم همجنسـگرایان» خدا را «آن مقـدس تریـن و نیرومنـد ترینـی کـه جهـان تاکنـون در اختیـار داشـته» و بشـر مـدرن امـروزی را «قاتـل تمـام قاتـلان» توصیـف کـرده اسـت. اینهـا توصیفاتـی نیسـتند کـه از یـک عقـل گـرای پیـروز انتظـار داریـد کـه در جشـن نابـودی خرافـات بیـان کنـد. بلکـه در عـوض گفتـه ای از سـر ناامیـدی مطلق بـود. نیچـه در آثـار دیگـرش، خصوصـا در «اراده معطـوف بـه قـدرت»، آنچـه را کـه در نتیجـه ایـن عمـل قاتلانـه در قـرن آینـده و بعدتـر از آن می‌افتـد، توصیـف کـرده اسـت. او چنیـن پیشـگویی کـرد (و ایـن

www.KhoreKetab.com

کلمه درستی برای کار اوست) که دو پیامد عمده به وقوع خواهد پیوست - ضدیت‌های آشکار، اگرچه هر قطب به طور علی و جدایی ناپذیری به ضد خود پیوند خورده و هر دو قطب این ضدیت با مرگ آیین سنتی، داستان و باور همراه اند.

نیچه معتقد بود که هدف زندگی بشر، خارج از ساختار هدفمند اندیشه توحیدی و جهان معناداری که تعیین می‌کرد، نامشخص شده و ما ظهور ویرانگر پوچ گراییِ وجودی را تجربه خواهیم کرد. او به این نکته اشاره کرد که مردم در عوض برای تعیین هویت به ایدئولوژی‌های تمامیت خواه و متحجر روی خواهند آورد: جایگزین شدن ایده‌های بشری به جای پدر متعال همه آفریده ها. تردیدی که تضعیف میکند و یقینی که خرد میشود: همان پیشگویی نیچه از خیزش دو رخداد بعد از مرگ خداست.

فئودور داستایوفسکی، رمان نویس بی نظیر روسی، در شاهکارش به نام «جن‌زدگان[1]» (یا تسخیرشدگان) مسئله ای مشابه مسئله نیچه را مطرح کرد. نیکلای استاوروگین[2]، قهرمان آن داستان، با همان ایده‌هایی زندگی میکند که در نهایت منجر به تولد انقلاب کمونیستی میشود، اگرچه این زندگی داستانی مربوط به دهه‌ها قبل از آن غوغای تمام عیاری بود که به اتحاد جماهیر شوروی نام گرفت. از نظر داستایوفسکی، ظهور چنین ایده‌هایی به معنای پیشرفت نبود. او میتوانست این واقعیت را ببیند که اتخاذ یک ایدئولوژی متحجرانه، جامع و آرمانشهر گرایانه که بر چند اصل بدیهی استوار است، خطری سیاسی و معنوی به همراه دارد که به طور بالقوه می‌تواند بسیار بیشتر از ستمگری‌هایی که تا کنون در مذاهب، پادشاهی‌ها و گذشته‌های بت پرستانه رخ داده، بیرحمانه باشد. داستایوفسکی، مثل نیچه، همه اینها را تقریبا پنجاه سال (!) قبل از روی کار آمدن انقلاب لنینیستی روسیه پیش‌بینی کرد. این سطح غیر قابل درک از ظرفیت پیشگویانه، یک نمونه درخشان از چگونگی آینده نگری آن هنرمند و غریزه اوست، پیش از آنکه دیگران آن آینده را ببینند.

۱ The Possessed; Demons; or The Devils

۲ Nikolai Stavrogin

نیچـه و داستایوفسـکی هـر دو پیش‌بینـی می‌کردنـد کـه کمونیسـم ایـده وحشـتناک جذابـی بـه نظـر می‌رسـد - ایـده ای کـه بـه ظاهـر منطقـی، منسـجم و جایگزیـن اخلاقـی مناسـبی بـرای دیـن یـا پـوچ گرایـی اسـت. امـا هـر دوی آنهـا میدانسـتند کـه پیامدهـای آن مهلـک خواهـد بـود. اولـی (نیچـه) بـا همـان لحـن خشـن، کنایـه آمیـز و زیرکانـه اش میگوید: «شـاید بد نیسـت حتـی آرزو کنـم ای کاش چند نسـخه آزمایشـی از سوسیالیسـم در جوامـع پیـاده شـوند، تـا بـا چشـمان خـود ببینیـم که چطـور زندگی یـک جامعـه سوسیالیسـتی بـا تیشـه بـه ریشـه خـود میزنـد و خـودش را نابـود میکنـد. زمیـن بسـیار بـزرگ اسـت و بشـر هـم هنـوز آنچنـان کـه بایـد از عبـرت گرفتن‌هـای عملـی، تظاهـر و پوچـی - حتـی بـه بهـای تلـف شـدن زندگی‌هـای بسـیاری - خسـته نشـده و به نظـرم چنیـن تجربـه ای ارزنده اسـت.» سوسیالیسـمی کـه نیچـه به آن اشـاره کـرد، آن نسـخه معتدلی نبود کـه بعدهـا در بریتانیا، اسـکاندیناوی و کانـادا، بـا تاکیـد واقعـی بـر بهبـود زندگـی طبقـه کارگـر، رایـج شـد بلکـه مـد نظـرش آن نسـخه تمـام عیـار روسـی، چینـی و گروهـی از کشـورهای کوچکتـر بـود. اینکـه آیـا مـا واقعـا «درس عبـرت عملـی» از اثبـات پوچـی ایـن آمـوزه و آنچـه نیچـه بـه «تلـف شـدن زندگی‌هـای بسـیار» یـاد کـرد، یـاد گرفتـه ایم یـا خیـر، بایـد منتظـر ماند.

بـه نظـر می‌رسـد جهـان بینـی نیچـه بـا ظهـور علـوم فیزیکـی و طبیعـی، بـدون تردیـد جهـان را بـی ارزش و عینـی[1] میدانـد. چنیـن حالتـی فقـط یـک راه گریـز از پـوچ گرایـی و تمامیـت خواهـی بـرای او باقـی میگـذارد: ظهـور آن فردیـت مقتـدر تـا حـدی کـه بتوانـد ارزشـهای خـودش را خلـق کنـد و آن را به واقعیـت بـی ارزش نسـبت دهـد، سـپس بـه آن وفـادار بمانـد. او نـوع جدیـدی از انسـان را - ابر انسـان[2] (ابرمـرد یـا نیمـه خـدا) - تصـور کـرد کـه در دوران پـس از مـرگ خـدا ضـروری اسـت تـا بتوانـد جامعـه را از بـی مقصـد جلـو رفتـن بـه سـوی صخره‌هـای ناامیـدی و نظریـه پردازی‌هـای سیاسـی بیـش از حـد بـا برنامـه و قاعـده منـد حفـظ کنـد. بنابرایـن افرادی کـه ایـن مسـیر را در مقابل پـوچ گرایـی و تمامیت

۱ Objective

۲ Übermensch

www.KhoreKetab.com

خواهـی انتخـاب می‌کننـد، بایـد نظـام ارزش‌هـای خـود را بسـازند.

بـا ایـن حـال روانکاوانـی چـون فرویـد و یونـگ بـا پرداختـن بـه ایـن مفهـوم، بـه مـا نشـان داده انـد کـه مـا بـه انـدازه کافـی در اختیـار خـود نیسـتیم کـه بتوانیـم بـا انتخاب‌هـای آگاهانـه ارزش ایجـاد کنیـم. بعـلاوه، شـواهد کمـی وجـود دارد کـه نشـان دهـد هـر یـک از مـا دارای چنـان نبوغـی اسـت کـه بتوانـد - از هیـچ - چیـزی خلـق کنـد، خصوصـا وقتـی محدودیت‌هـای شـدید تجربـه، تعصبـات ادراکی و بـازه کوتـاه مـدت زندگـی هایمـان را در نظـر بگیریـم. مـا ماهیتـی داریـم - یـا اغلـب اوقـات، ماهیتـی وجـود دارد کـه مـا را در برگرفتـه - و فقـط یـک احمـق اکنـون جـرات میکنـد ادعـا کنـد کـه مـا از تسـلط کافـی بـرای خلـق ارزش - بـه جـای کشـف آن - برخورداریـم. مـا اسـتعداد تجربـه خودجوش در مکاشـفه داریـم. مـا دائمـا چیزهـای جدیـدی دربـاره خودمـان می‌فهمیـم کـه مـا را وجـد آورده و گاهـی مایـوس میکنـد، چـرا کـه اغلـب مغلـوب هجمه‌هـای انگیزه‌هـا و احساسـات مـان هسـتیم. مـا بـا طبیعـت خود مبـارزه میکنیـم. مـا بـا آن مذاکـره میکنیـم. امـا بدیهـی اسـت کـه بـه هیچ وجـه نمـی توانیم ارزشـهایی کـه نیچـه بـا شـور و حـرارت بسـیاری اشـتیاقش را داشـت، بـه دسـت آوریـم.

اسـتدلال نیچـه مشـکلات دیگـری نیـز دارد. اگـر هـر یـک از مـا بـا ارزشـهای خلـق شـده و مـورد پیش‌بینـی خودمـان زندگـی کنیـم، آن وقـت چـه چیـزی باقـی می‌مانـد تـا مـا را بـا هـم متحـد کنـد؟ ایـن یـک مسـئله فلسـفی اساسـا مهـم اسـت. چطـور یـک جامعـه ابـر انسـانی از درگیـری مـداوم بـا یکدیگـر خـودداری می‌کنـد، مگـر اینکـه چیـزی قابـل مقایسـه بـا ارزشـهای ایجـاد شـده آنهـا وجـود داشـته باشـد؟ نهایتـا ایـن موضـوع بـه هیـچ وجـه بدیهـی نیسـت کـه چنیـن ابرمردانـی هرگـز وجـود داشـته باشـند. در عـوض، در یـک قـرن و نیـم گذشـته، بـا ظهـور بحـران مـدرن معنـا و خیـزش دولت‌هـای تمامیـت خـواه مثـل نازی‌هـای آلمـان، اتحـاد جماهیـر سوسیالیسـتی شـوروی و چیـن کمونیسـت بـه نظـر می‌رسـد کـه مـا دقیقـا تحـت یـک حکومـت پـوچ گـرای ایدئولوژیـک زندگـی میکنیـم کـه نیچـه و داستایوفسـکی از آن هـراس داشـتند و عواقـب دقیـق جامعـه شناسـی و روانشناسـی آن را پیش‌بینـی کـرده بودنـد.

www.KhoreKetab.com

همچنیـن بـه هیـچ وجـه بدیهـی نیسـت کـه ارزش، علیرغـم آن کاربـرد غیـر قابـل انـکار روش عملـی، بخـش جدایـی ناپذیـری از واقعیـت اسـت. اصـل اساسـی علمـی کـه عصـر روشـنگری بـه مـا واگـذار کـرده - اینکـه واقعیـت منحصـرا پدیـده ای بیرونـی و عینـی اسـت - یـک چالـش مهلـک بـرای واقعیاتی مثـل تجربـه دینـی اسـت، البتـه چنانچـه ایـن تجربیـات را کامـلا ذهنـی و درونـی در نظـر بگیریـم (که به نظـر میرسـد دقیقـا همینطـور اسـت). امـا مسـئله ای هسـت کـه شـرایط را پیچیده‌تـر میکنـد و بـه نظر می‌رسـد چیـزی بیـن عینیـت و ذهنیـت اسـت: اگـر تجربیاتـی وجـود داشـته باشـد کـه به طـور معمول خودشـان را هـر بـار بـه یـک نفـر نشـان میدهنـد (همانطـور کـه در الهامـات و وحی‌هـا بـه نظر میرسـد) امـا وقتـی بـه طورجمعـی سـنجیده می‌شـود الگـوی معنـاداری را شـکل میدهنـد؟ ایـن نشـان میدهـد اتفاقـی افتـاده کـه صرفـا ذهنـی و درونـی نیسـت، اگـر چه که بـا روشـهای علمی موجـود نمی تـوان روی آن دسـت گذاشـت. در عـوض میتـوان چنیـن گفـت کـه ارزشـی منحصربفـرد وجـود دارد کـه تا حـدی به ویژگی‌هـای زمانـه، مـکان جغرافیایـی و ویژگی‌هـای همـان فـردی کـه در حـال تجربـه آن اسـت، بسـتگی دارد و نمـی تـوان آن را بـه شـیوه ای ثابـت و تکرارپذیـر دانسـت کـه بـه عنـوان یـک هـدف علمـی قـرار بگیـرد. بـا ایـن حـال بـدان معنـا هـم نیسـت که چنیـن ارزشـی واقعـی نیسـت: فقط بـه این معناسـت کـه حـدی پیچیـده اسـت کـه هنـوز نتوانسـته و شـاید هیـچ وقـت نتوانـد در جهـان بینـی علمـی جایی بـرای خـود بـاز کنـد. جهـان جـای بسـیار عجیبی اسـت و مواقعی هسـت کـه توصیـف اسـتعاری و روایی مشـخصه فرهنـگ و نمایـش مـادی بـا علـم در هـم تنیـده بـه نظـر میرسـند. درسـت مثـل زمانـی کـه همـه چیـز بـه هـم می‌رسـد - آن زمـان کـه زندگـی و هنـر هماننـد هـم، یکدیگـر را منعکـس میکننـد.

روان - روح - کـه چنیـن تجربیاتـی را خلـق میکنـد یـا صرفـا گیرنـده آن اسـت، به طـور غیر قابـل انکاری واقعـی بـه نظـر میرسـد: همـان سـند و گواهـی کـه بـه ویـژه در اعمـال مـا نهفتـه اسـت. مـا اساسـا واقعیـت را شـامل موجودیـت هـر فـرد و تجربیـات خـودآگاه مـان در نظـر میگیریـم مـا همین اسـتنباط را در مـورد دیگـران (و یـا چیزهـای دیگـر نیـز) میکنیـم. بـه هیـچ وجـه غیـر منطقی نیسـت کـه بگوییم چنیـن موجودیـت و تجربـه ای دارای یـک سـاختار بیولوژیکـی و روان شـناختی عمیق اسـت. کسـانی که

گرایـش روان درمانـی دارنـد، درسـت مثـل بسـیاری از کسـانی کـه در زمینه عصب شناسـی رفتـار مطالعه می‌کننـد، خصوصـا بـا تمرکـز بـر انگیـزه و احساسـات، قطعـا چنیـن فرضـی دارنـد. بـه نظـر می‌رسـد کـه ایـن سـاختار کـه ایـن سـاختار، کـه مـورد توافـق دانشـمندان و به همـان انـدازه مـورد توافـق عموم مـردم اسـت، بـه عنـوان بخشـی از عملکـرد اساسـی خـود، تجربیاتـی مذهبـی بـاز می‌نمایـد - و ایـن عملکـرد مذهبـی بـه انـدازه کافـی در بیـن مـردم وجـه اشـتراک داشـته تـا اساسـا بدانیـم کـه منظـور از «تجربـه مذهبـی» چیسـت - خصوصـا اگـر در دوره ای از زندگـی طعـم آن را چشـیده باشـیم.

چنیـن چیـزی تلویحـا چـه معنایـی دارد؟ شـاید یعنـی آن معنـای واقعـیِ زندگـی برای کشـف شـدن در دسـترس اسـت، البتـه اگـر اساسـا توسـط هـر فـرد بـه تنهایـی - بـا اینکـه در ارتبـاط بـا دیگران، گذشـته و حـال اسـت - قابـل کشـف باشـد. بنابرایـن ممکـن اسـت معنـی اش ایـن باشـد کـه معنـای واقعـی زندگـی را نبایـد در آنچـه عینـی اسـت جسـتجو کـرد بلکـه بایـد آن را در آنچـه ذهنـی (امـا همچنـان عمومـی) اسـت یافـت. بـه عنـوان مثـال، وجـود وجـدان شـواهدی در اینبـاره ارائـه میدهد، همانطـور که واقعیـت تجربیـات مذهبـی را میتـوان بـا دقـت بـه کمـک روشـهای شـیمیایی و دیگـر روش‌هایـی مثل رقـص، مناجـات، روزه و مراقبـه ایجـاد کـرد. بعـلاوه، ایـن واقعیـت کـه باورهـای مذهبـی قـادر بـه متحـد کـردن تعـداد زیـادی از مـردم زیـر یـک چتـر اخلاقـی واحـد اسـت (اگرچـه چنیـن عقایـدی میتوانـد باعـث جـدا شـدن برخـی فرقه‌هـا نیـز بشـود) همچنیـن بیانگـر یـک فراخـوان عمومـی از درون اسـت. چـرا مـا بـه ایـن راحتـی و بـا توجـه بـه فراگیـری و ضـرورت آشـکار آن، و بـا توجـه بـه ایـن اطمینـان تقریبـا قطعـی مـا کـه آن ظرفیـت ارزیابـی، یـک عملکـرد باسـتانیِ تکامـل یافته اسـت که توسـط همان واقعیتـی کـه مـا سـعی در تعریـف و درک آن داریـم انتخـاب شـده، تصـور میکنیـم کـه هیـچ چیـزی در اینبـاره واقعی نیسـت؟

مـا عواقـب جایگزین‌هـای تمامیـت خـواه را دیـده ایـم کـه در آن قـرار اسـت جمعـی بـار مسـئولیت زندگـی را بـه دوش بکشـند، مسـیر مناسـب را ترسـیم کننـد و ایـن جهـان وحشـتناک را بـه آن آرمانشـهر موعـود تغییـر دهنـد. کمونیسـت‌ها آن جهـان بینـی را تعریـف کردند کـه برای افـراد منصـف و همچنین

www.KhoreKetab.com

افراد حسود و بیرحم جذاب بود. شاید حتی کمونیست‌ها راه حلی پایا برای معضل توزیع نابرابر ثروت که مشخصه عصر انقلاب صنعتی بود داشتند، البته اگر فرض را بر این مبنا بگذاریم که تمام آن افراد مظلوم انسانهایی خوب، و تمام پلیدی ها، طبق فرض، از آنِ اربابان بورژوای آنها بوده است. بر خلاف باور کمونیست ها، بخش قابل توجهی از مظلومان، ناتوان، بی وجدان، بی استعداد، شهوت ران، شیفته قدرت، خشن، کینه توز و حسود بودند، در حالی که بخش قابل توجهی از ظالمان تحصیلکرده، توانمند، خلاق، باهوش، صادق و دغدغه مند بودند. وقتی شور سرکوب‌های سیاسی شوروی به نام دکولاکیزاسیون[1] اتحاد جماهیر شوروی تازه تاسیس را فرا گرفت، همان قاتلان انتقام جوی حسود بودند که توزیع مجدد دارایی‌ها را به عهده گرفتند، در حالیکه این دارایی‌ها اموال کشاورزان شایسته و قابل اعتمادی بودند که با خشونت از آنها گرفته شده بود. یکی از پیامدهای ناخواسته آن «توزیع مجدد» خوشبختی، قحطی زدگی شش میلیون اوکراینی در دهه ۱۹۳۰ در یکی از حاصلخیز ترین سرزمین‌های دنیا بود.

از دیگر شروران قرن بیستم سوسیالیست‌های ملی گرای[2] آلمان، آن ایدئولوگ‌هایی قدرتمند و خطرناک، بودند. گفته شده که دستیاران هیتلر از فلسفه نیچه الهام گرفته اند. چنین ادعایی ممکن است تا حدی واقعی اما منحرف باشد، چون مطمئنا سعی در ایجاد ارزشهای خودشان را داشتند، اما نه به صورت افرادی که پیشروی و ترقی شان به خاطر گفته‌های آن فیلسوف ترویج شده باشد. منطقی‌تر این است که بگوییم نیچه شرایط فرهنگی و تاریخی را شناسایی کرد که باعث افزایش نفوذ ایده‌هایی مشابه ایده‌های نازی‌ها شد. نازی‌ها در تلاش بودند تا یک انسان کاملِ پسا مسیحی و پسا مذهبی، یک آریایی تمام عیار، خلق کنند و مطمئنا

۱ Dekulakization؛ کمپین سرکوب‌های سیاسی شوروی شامل دستگیری، تبعید یا اعدام میلیون‌ها کولاک (دهقانانی که به تازگی از طبقه رعیت خارج شده و خانه و شاید یکی دو کارگر داشتند) و خانواده هایشان که در سال‌های ۱۹۲۹ تا ۱۹۳۲ به صورت یک برنامه پنج ساله اجرا شد -م.

۲ Socialists National؛ اشاره به حزب نازی (Nazi) آلمان دارد که دو حرف اول آن مخفف سوسیالیست ملی گرا بوده است -م.

www.KhoreKetab.com

آن انسان کامل به گونه ای که در هماهنگی با احکام یهودیت یا مسیحیت باشد، فرمول بندی نشده بود. بنابراین مفهوم یک آریایی کامل، می‌توانست و یقینا نسخه متصور نازی‌ها از یک «انسان والاتر» بود. اما به این معنا نیست که ایده آل نازی ها، آنگونه که ادعا شده، هیچ شباهتی با ایده آل متصور نیچه داشته باشد. بلکه کاملا برعکس: نیچه طرفدار پر و پا قرص فردگرایی بود و ایده انسان والا به عنوان یک حکومت را پوچ و شنیع می‌دانست.

جذابیت مصیبت بار یک بت دروغین

کسانی را در نظر بگیرید که تا آنجا جلو نرفته اند که ایده‌های بی اعتبار مارکسیست-لنینیست‌ها یا نازی‌ها را اتخاذ کنند، اما هنوز هم به ایسم‌های متداولی که شرح دنیای مدرن ما را توصیف کرده ایمان دارند: محافظه کاری[1]، سوسیالیسم، فمینیسم (و همه نوع مطالعات نژادی و جنسیتی)، پست مدرنیسم، محیط زیست گرایی[2] و سایر ایسم ها. به طور کلی همه آنها یکتا پرست - یا پرستنده تعداد بسیار کمی از خدایان هستند. این خدایان، قواعد و باورهای بنیادینی هستند که باید مقدم بر اثبات شان، حتی قبل از پذیرش سیستم اعتقادی، پذیرفته شوند، و پس از اینکه مقبول و در جهان به کار گرفته شدند، این توهم شایع می‌شود که دانش تولید شده است. فرآیندی که منجر به ایجاد یک نظام ایسم (ism system) میشود، در مراحل اولیه ساده است اما برای کاربرد در تقلید (یا جانشین سازی) آن به جای نظریه پردازی واقعی به حد کفایت عجیب و غیر عادی است. یک آرمان پرداز (ایدئولوگ) چند مفهوم انتزاعی را در قالب نمونه‌هایی کلی با دقت پایین و تمیز داده نشده از جهان بر می‌گزیند. بعضی مثالهایش شامل کاربرد عباراتی از این قبیل اند: «اقتصاد»، «ملت»، «محیط زیست»، «مردسالاری»، «مردم»، «ثروتمندان»، «فقرا»، «مظلومان» و «ستمگران». استفاده از اصطلاحات منفرد، به طور ضمنی آنچه را که در واقع پدیده‌هایی فوق العاده متنوع و پیچیده اند، بیش از حد ساده می‌کند

۱ Conservatism

۲ Environmentalism

www.KhoreKetab.com

(ایـن پیچیدگـی پنهـان شـده بخشـی از دلیلـی اسـت کـه چنیـن اصطلاحاتـی دارای بـار عاطفـی زیـادی هسـتند). بـه عنـوان مثـال دلایـل بسـیاری وجـود دارد کـه چـرا مـردم فقیرنـد. کمبود پـول، علتی آشـکار اسـت - امـا ایـن وضـوح فرضـی، بخشـی از مشـکل ایدئولـوژی اسـت. فقـدان تحصیـلات، خانوادەهـای در هـم شکسـته، محلەهـای آلـوده بـه جـرم، اعتیـاد بـه الـکل، سـوءمصرف مـواد مخـدر، جـرم و جنایت و فسـاد (و بهـره برداریهـای سیاسـی و اقتصـادی کـه بـه همـراه خواهـد آورد)، بیماریهـای روانـی، فقـدان برنامـه ای بـرای زندگـی (یـا ناتوانـی در پـی بـردن بـه اهمیـت و ضـرورت تدویـن چنیـن برنامـه ای)، وظیفـه شناسـی پاییـن، موقعیـت جغرافیایـی ناخوشـایند، تغییـر در چشـم انـداز اقتصـادی و در نتیجـه از بیـن رفتـن تمـام زمینەهـای کاری، تمایـل قابـل توجـه ثروتمنـدان بـرای همچنـان ثـروت اندوختـن و محرومـان بـرای فقیرتـر شـدن، تمایـل کـم بـه خلاقیـت/ کارآفرینـی و فقـدان رغبـت چنـد مـورد از مشـکلات متعـددی اسـت کـه منجـر بـه فقـر میشـود و راه حـل هـر یـک (بـا فـرض وجـود راه حـل) بـه هیـچ وجـه بـا دیگـری یکسـان نیسـت. هـر اتفاقـی لزومـا یـک دلیل نـدارد (بـه فـرض اینکه علتـی بـرای یافتـن وجـود داشـته باشـد).

تمـام ایـن مشـکلات نیازمنـد تجزیـه و تحلیـل دقیـق و با جزئیـات؛ ارائـه چندیـن راهکار بالقوه؛ سـپس ارزیابـی دقیـق راهکارهـا و حصـول اطمینـان از تاثیـر مطلـوب آنهـا بـر مشـکل هسـتند. حـل کـردن هـر مشـکل جـدی اجتماعـی بـه شـیوه ای تـا ایـن حـد علمی اغلـب غیـر معمـول اسـت. اینکـه راهکارهای ارائـه شـده، حتـی بـه روش علمـی، بتواننـد خروجـی مـورد نظـر را ایجـاد کنـد نیـز اتفـاق نـادری اسـت. دشـواری بـزرگِ ارزیابـی مشـکلات بـا جزئیـات کافـی بـرای درک علـت ایجـاد آنهـا، و بـه دنبـال آن دشـواری در یافتـن و آزمایـش راه حلهـای خـاص، بـه حـد کفایـت حتـی دلیرتریـن افـراد را از مقابلـه بـا یـک بـلای بـزرگ بشـری بـاز میـدارد. از آنجایـی کـه یـک ایدئولـوگ میتوانـد بـدون هیـچ تـلاش واقعی لازم، خـودش را در جهـت اخلاقـی درسـت معادلـه قـرار دهـد، تقلیـل مسـئله بـه علتـی سـاده و نسـبت دادنـش بـه یـک تبهـکار، کـه ممکـن اسـت از نظـر اخلاقـی متضـاد او باشـد، بسـیار آسـانتر و فـورا رضایـت بخـش اسـت.

www.KhoreKetab.com

بعـد از شکسـتن جهـان بـه قطعاتـی بـزرگ و تمایـز نیافتـه، توصیف مشـکل (یا مشـکلات) هـر بخش، و شناسـایی تبهـکاران مناسـب، آن نظریـه پـرداز ایسـم (ism theorist) تعـداد اندکـی از نیروهـا و قواعـد توضیـح دهنـده موضـوع را مطـرح میکننـد (کـه ممکـن اسـت در بعضـی مـوارد واقعا بـه درک یـا وجود آن موجودیت‌هـای انتزاعـی کمـک کنـد). سـپس تعـداد ناچیـزی از علـل اولیـه را مسـلم در نظـر گرفتـه و باقـی دلایلـی کـه بـه همـان انـدازه و یـا بیشـتر مهـم انـد، نادیـده میگیـرد. موثرتریـن روش، اسـتفاده از یـک سیسـتم انگیزشـی بـزرگ، یـا یـک واقعیـت جامعـه شـناختی در مقیـاس عمـده، و یـا حـدس و گمـان در مـورد چنیـن اهدافـی اسـت. همچنیـن خـوب اسـت کـه بـه جـای بیـان آن دلیـل ناگفتـه، منفـی، کینـه توزانـه و ویرانگـر، چنـان قواعـد روشـنگری را بیـان کنیـد و سـپس بحـث دربـاره علـل اصلی را بـرای خـود و پیـروان ممنـوع کنیـد (بـدون آنکـه دربـاره فحـوای انتقـادات سـخنی بگوییـم). سـپس آن نظریـه پـرداز دروغیـن، یـک نظریـه پسـا واقعـه بـه هـم می‌بافـد دربـاره اینکـه چطـور هـر پدیـده ای را، هـر انـدازه پیچیـده، می‌تـوان پیامـد ثانویـه یـک سیسـتم جدیـد و کامـل در نظـر گرفـت. سـرانجام یـک مکتـب فکـری بـرای ترویـج ایـن الگوریتـم تقلیـل واقعیـت پدیـد می‌آیـد (خصوصـا وقتـی کـه آن متفکـر امیـدوار اسـت بـر دنیاهـای مفهومـی و واقعی مسـلط شـود) و تمام کسـانی کـه از ایـن الگوریتم پیـروی نمـی کننـد یـا آن را نقـد میکننـد تلویحـا یـا صریحـا تهدیدآمیـز و بدجنـس خطاب میشـوند.

روشـنفکرانی نالایـق و فاسـد از چنیـن فعالیت‌هـا و بازی‌هایـی کامیـاب شـده و رشـد میکننـد. اولیـن بازیکنـان یـک بـازی معیـن از ایـن نـوع، معمـولا درخشـان تریـن بازیکنـان هسـتند. آنهـا داسـتانی پیرامـون قاعـده علّـی انتخابشـان می‌بافنـد و نشـان میدهنـد کـه چگونـه فرضـا آن نیـروی انگیزشـی اولیـه عمیقـا بـا هـر حـوزه خاصـی از فعالیـت انسـان رابطـه ای معنـادار دارد. حتـی گاهـی اوقـات چنین کاری مفیـد اسـت، چـون ایـن فعالیـت ممکـن اسـت انگیـزه ای را کـه تاکنـون بحـث دربـاره اش ممنوع بـود و یـا تاثیـر بیـش از پیـش آن بـر رفتـار و درک بشـر مشـخص شـده، روشـن کنـد (بـه عنـوان مثـال ایـن همـان اتفاقـی اسـت کـه، با تاکید بر جنسـیت، بـرای فرویـد افتاد). پیـروان آنهـا، ناامید از پیوسـتن بـه یـک سلسـله مراتـب بالقـوه جدیـد (چـون قبلـی توسـط سـاکنین فعلـی بهـم ریختـه) شـیفته ایـن

داستان می‌شوند. در این حین، پیروانشان، که به هوشمندی افرادی که از ایشان تبعیت میکنند نیستند، کم کم عبارت «ارتباط معنادار داشتن» را با «تاثیرگذاشتن» و سپس با «سبب شدن» جایگزین میکنند. بنیانگذاران اولیه نیز، که با پدیدار شدن پیروان خوشحال میشوند، داستان خود را در همان جهت کم کم تغییر میدهند. یا با چنین انحرافی مخالفت میکنند، اما اصلا مهم نیست. این مکتب قبلا آغاز شده است.

این نوع نظریه پردازی خصوصا برای افراد باهوش اما تنبل جذاب است. بدبینی و تکبر نیز به آن دامن میزند. به طرفداران جدید آموزش داده خواهد شد که تسلط بر این بازی به منزله آموزش است و انتقاد از نظریه‌های جایگزین، روشهای مختلف، حتی تصور خودِ حقیقت نیز به آنها آموخته خواهد شد. اگر واژه ای غیر قابل درک نیز با این نظریه همراه شود که چه بهتر. زمان ارزشمندی برای منتقدان بالقوه طول خواهد کشید تا بتوانند استدلالها را رمزگشایی کرده و درک کنند. جایی که چنین «آموزشی» صورت میگیرد و چنین فعالیتی کاملا مجاز است، یک جنبه توطئه آمیز وجود دارد که به سرعت در این مکتب فراگیر میشود: این نظریه را نقد نکنید - و از آن جدا نشوید. بدنام نشوید. حتی: برای بیان یک تابو، نمره کم یا اظهار نظر ضعیف نگیرید (و حتی اگر در عمل نتوانستید از پس آن برآیید، ترس از چنین کاری بسیاری از دانشجویان، اساتید، کارمندان و کارفرمایان را تحت کنترل میگیرد).

همانطور که اشاره کردیم، فروید تلاش کرد تا انگیزه را به جنسیت و سپس به شهوت کاهش دهد. همین کار میتواند توسط هر کسی که به حد کفایت از تحصیلات، هوش و مهارت کلامی سلیس بهره برده باشد، به طور موثری انجام شود. علت این است که «جنسیت» (مثل هر تک کلمه چندوجهی دیگری) میتواند توسط کسانی که از آن برای اهداف جامع و روشنگر استفاده میکنند، در حد لزوم بسته‌تر یا آزادانه‌تر تعریف شود. جنسیت، فارغ از اینکه چطور تعریف شود، یک پدیده بیولوژیکی بسیار مهم است - کلیدی برای خودِ زندگی پیچیده - و بنابراین تاثیر آن ممکن است به طور واقعی در هر زمینه مهمی شناسایی و سپس بزرگنمایی شود (در حالیکه

سایر عوامل مهم و قابل توجه از ارزش ساقط میشوند). از این طریق، تنها قاعده تبیین شده را می‌توان در راستای سایر مطالبات انباشته شده، تا بینهایت گسترش داد.

مارکس نیز وقتی انسان را اساسا از جنبه اقتصادی و طبقاتی معرفی کرد و تاریخ را به مثابه کارزار همیشگی طبقه سرمایه دار و کارگر دانست، همین کار را کرد. همه چیز را می‌توان از طریق اجرای یک الگوریتم مارکسیستی توضیح داد. ثروتمندان ثروتمند شده اند، چون از فقرا سوء استفاده میکنند. فقرا فقیرند چون مورد سوء استفاده ثروتمندان بوده اند. همه نابرابری‌های اقتصادی نامطلوب، غیرمولد و نتیجه بی عدالتی و فساد بنیادین اند. البته در مشاهدات مارکس نیز - مثل فروید - ارزشهایی دیده میشود. طبقه، عنصر مهمی در سلسله مراتب اجتماعی است و تمایل دارد که تا حدی ثبات خود را در طول زمان حفظ کند. رفاه اقتصادی یا فقدان آن اهمیت اساسی دارد. و این واقعیت ناگوار توزیع پارتو[1] - تمایل ثروتمندان به اندوختن ثروت بیشتر (که به نظر میرسد در هر سیستم اقتصادی اعمال میشود) - یقینا به این معناست که ثروت در دست اقلیت مردم انباشته شده است. افراد تشکیل دهنده این اقلیت، فارغ از ثبات نسبی طبقه گفته شده، تغییر میکنند و این نکته ای اساسی است، اما این واقعیت که همواره نسبت کوچکی از جمعیت ثروتمندند، به طرز ناراحت کننده ای واقعیتی تغییر ناپذیر به نظر میرسد.

مارکسیسم، سوای از فضایل فرضی آن، در هر کجایی که پیاده شد فاجعه به بار آورد - که انگیزه ای برای کوشش‌های طرفداران امیدوارم پشیمانِ فعلی مارکسیسم شد تا جامه نویی بر ایده هایش بپوشانند و چنان را به جلو ادامه دهند که گویی هیچ چیز قابل توجهی تغییر نکرده است. متفکرانی که به شدت تحت تاثیر مارکس قرار گرفتند و همینطور تاثیر عظیمی بر مکاتب

۱ Pareto Distribution؛ به بیان ساده، قاعده پارتو، که به قاعده ۸۰-۲۰ نیز معروف است، می‌گوید: «۸۰ درصد از ثروت یک جامعه توسط ۲۰ درصد از جمعیت آن نگهداری می‌شود» -م.

آموزشی و دانشگاهی امروز گذاشته اند (مثل میشل فوکو[1] و ژاک دریدا[2]) در تعریف سبک ساده شده مارکسیسم واژه «قدرت» را جایگزین کلمه «اقتصاد» کردند - گویی که قدرت، یگانه انگیزه تمام فعالیت‌های بشر است (که با اقتدار شایسته و یا تقابل نگرش و عمل مغایر است).

تقلیل ایدئولوژیکی واقعیت به این شکل، نشان از خطرناک ترین شبه روشنفکران است. ایدئولوگ‌ها همان معادل عقلانیِ بنیادگرایانِ[3] سرکش و متعصب اند. حقانیت و ادعای اخلاقی آنها نیز درباره مهندسی اجتماعی به همین اندازه عمیق و خطرناک است. حتی ممکن است بدتر هم باشد: ایدئولوگ‌ها رسما معتقدند که مظهر خودِ عقلانیت اند. بنابراین آنها سعی میکنند که ادعاهای خود را منطقی و متفکرانه توجیه کنند. حداقل بنیادگران به باوری خودسرانه ارادت دارند. آنها بسیار صادق ترند. بعلاوه، بنیادگرایان به واسطه یک ارتباط متعالی با الهیات با هم متحدند. این بدان معنی است که خدا، مرکز جهان اخلاقی آنها، طبق عقاید خود بنیادگرایان فراتر از قلمرو ادراک آنهاست و خواهد بود. یهودیان حزب راست[4]، مسلمانان تندرو[5]، و مسیحیان فوق محافظه کار[6] در صورت فشار لابد اعتراف میکنند که خدا اساسا مبهم است. چنین امتیازی حداقل حدودی برای ادعاهای آنها درباره حقانیت و عدالت، به عنوان افراد، ایجاد میکند (همانطور که حداقل یک بنیادگرای اصیل، تابع چیزی است که نمیتواند ادعا کند آن را کاملا درک میکند، چه برسد به اینکه ادعای تسلط بر آن را داشته باشد). اما از نظر یک ایدئولوگ هیچ چیز خارج از محدوده درک یا تسلط او نیست. یک ایدئولوژی همه چیز را توضیح میدهد: تمام گذشته، حال و آینده را. این بدان معناست که یک ایدئولوگ میتواند خودش را حقیقت تمام و کمال

۱ Michel Foucault
۲ Jacques Derrida
۳ Fundamentalists
۴ Right-wing Jews
۵ Islamic hard-liners
۶ Ultra-conservative Christians

www.KhoreKetab.com

بدانـد (چیـزی کـه بـرای یـک بنیادگـرای ثابـت قـدم ممنـوع اسـت). هیـچ ادعایـی تمامیـت خواهانه‌تر و هیـچ موقعیتـی بدتـر از ایـن بـرای غـرور افراطـی وجـود نـدارد تـا بتوانـد خـودش را نشـان دهـد (و نـه تنهـا غـرور، بلکـه بعدهـا، زمانـی کـه ایدئولـوژی نتوانسـت جهـان یـا آینـده را توضیـح دهـد، فریـب نیـز خـودش را نشـان میدهـد).

درس اخلاقـی ایـن داسـتان؟ مراقـب روشـنفکرانی باشـید کـه در بیـان نظریات شـان دربـاره انگیـزه ها، بـه یـک عامـل اکتفـا میکننـد. بـه بیـان فنـی تـر، مراقـب مدلهـای تـک متغیـره در توضیـح مشـکلات متنـوع و پیچیـده باشـید. البتـه کـه قـدرت، همچـون اقتصـاد، در تاریـخ نقـش دارد. امـا همینطـور هـم حسـادت، عشـق، گرسـنگی، رابطـه جنسـی، وحی، خشـم، انزجـار، غم، اضطـراب، دیـن، دلسـوزی، بیماری، تکنولـوژی، نفـرت و شـانس نیـز نقـش دارنـد - و بـه طـور قطـع هیـچ یـک از ایـن عوامـل را نمـی توان بـه دیگـری تقلیـل داد. جذابیـت انجـام چنیـن کاری واضـح اسـت: سـادگی، سـهولت و توهم برتـری (که خصوصـا در کوتـاه مـدت میتوانـد دسـتاوردهای روان شـناختی و اجتماعـی فـوق العـاده مفیـدی داشـته باشـد) - و فرامـوش نکنیـم کـه یـک ضـد قهرمـان یـا مجموعـه ای از ضـد قهرمان‌هـا بـه دوش کشـنده انگیزه‌هـای پنهـان ایـن ایدئولوژی‌هـا هسـتند.

کینه

کینـه - کینـه خصمانـه - زمانـی ایجـاد میشـود کـه مقصـر شکسـت فـردی و شـرایط ناکافـی، نظامـی اسـت کـه باعـث آن شکسـت یـا شـرایط محقـر شـده و بعد، بـه طـور ویژه، افـرادی هسـتند کـه در همان نظـام بـه کامیابـی و موقعیت‌هایـی بـالا رسـیده انـد. چنیـن نظامـی حکمـا ناعادلانـه تلقـی شـده و افراد موفـق، اسـتثمارگر و فاسـد قلمـداد می‌شـوند زیـرا در صـورت ناعادلانـه بـودن سیسـتم میتـوان از آنهـا بـه عنـوان ذینفعـان بـی لیاقـت و حامیـان داوطلـب، آگاه، خودخـواه و بـی اخـلاق یـاد کـرد. بعـد از پذیـرش ایـن سلسـله افـکار علّـی، تمـام حمله‌هـا بـه افـراد موفـق را میتـوان بـه منزلـه تلاش‌هـای موجـه اخلاقی تعبیـر کـرد - نـه جلوه‌هایـی از حسـادت و کینـه ورزی کـه بـه طـور مرسـوم شـرم آور توصیـف شـده‌اند.

دنباله روی از ایدئولوژی یک مشخصه دیگر هم دارد: قربانیان مورد حمایت افراد ایدئولوگ همیشه بی گناه اند (و البته گاهی افراد قربانی، بی گناه اند) و مجرمان همیشه پلید (که البته مجرمان پلید تعداد کمی ندارند). و اما این واقعیت که قربانیان و مجرمان واقعی وجود دارند هیچ بهانه ای برای چنین اظهارات نادقیق و سطحی درباره قربانی و مجرم باقی نمی گذارد - به ویژه دیدگاهی که فرض بی گناهی متهم را به هیچ وجه در نظر نمیگیرد. هیچ نوعی از گناه را نباید به صورت گناه گروهی[1] در نظر گرفت - خصوصا از نوع چند نسلی[2] آن. چنین تصوری به یقین نشانه از پلیدی نیت آن کسی دارد که اتهام وارد کرده و منادی یک فاجعه اجتماعی است. اما مزیتش این است که ایدئولوگ میتواند، با صرف هزینه عملا کمی، خودش را منتقمِ ستمگران و همزمان مدافع مظلومان معرفی کند. وقتی چنین جایزه ای وجود دارد، دیگر چه کسی نیاز به تعیین حدود تشخیص و تمیز گناهکاری یا بی گناهی فرد دارد؟

گام برداشتن در مسیر کینه و خشم سرکوب شده، خطر رویاروی با تلخی‌های بسیاری دارد. این تلخی تا حد زیادی پیامد شناسایی دشمن در خارج از قلمرو وجود، به جای درون خود است. مثلا اگر ثروت مسئله مورد بحث باشد، و ثروتمندان دلیل فقر و دیگر مشکلات جهان، آن وقت ثروتمندان به دشمن تبدیل میشوند - که در معنایی عمیق، از پلیدی در مفهوم روانشناسی و اجتماعی آن، غیر قابل تشخیص میشود. اگر مشکل از قدرت باشد، آنگاه تمام افرادی که درجه ای از اقتدار دارند، یگانه علت رنج جهان هستند. اگر مشکل از مردانگی باشد، در آن صورت همه مردان (و حتی مفهوم جنس نر) را باید مورد حمله قرار داد و بدنام کرد. چنین تقسیم بندی‌هایی در جهان به «پلیدی در بیرون» و «فرشته در درون» حقانیت نفرت خود را توجیه میکند - و وجود این نفرت نیز توسط اخلاق خودِ سیستم ایدئولوژیک ضرورت می‌یابد. این یک دام هولناک است: بعد از اینکه آن منبع پلیدی مشخص شد، وظیفه انسان درستکار این است که

۱ Group Sin
۲ Multigenerational

www.KhoreKetab.com

آن را ریشـه کـن کنـد. ایـن دعوتـی اسـت بـه سـوی پارانویـا[1] و شـکنجه. جهانـی کـه در آن فقـط شـما و کسـانی کـه ماننـد شـما فکـر میکننـد، خـوب اسـت همچنیـن همـان جهانـی اسـت کـه شـما در آن توسـط دشـمنان‌تان محاصـره شـده ایـد - همان‌هـا کـه کمـر همـت بـه نابـودی شـما بسـته انـد - و بایـد بـا آنهـا بجنگیـد.

از نظـر اخلاقـی بسـیار امن‌تـر اسـت کـه بـرای دیـدن خطاهـای جهـان، حداقـل تـا انـدازه ای کـه یـک انسـان صـادق و فـارغ از کـوری عمـدی می‌توانـد ببینـد، بـه خودتـان نـگاه کنید. وقتـی خاری را از چشـم خودتـان در می‌آوریـد احتمـال بیشـتری دارد بـرای دسـتیابی بـه فراغـت ذهنتـان از چیزهـا، افـراد یـا علـت اشـتباهات، وجـود دارد، زمانـی کـه پویـی را از چشـم برادرتـان در می‌آوریـد[2]. ایـن احتمـال وجـود دارد کـه نقایـص شـما مشـهود و بسـیارند، و هـدف قـرار دادنـش می‌توانـد بـه عنـوان گامـی بـرای نجـات دهنـده ای کـه قصـد بهتـر کـردن دنیـا را دارد، سـودمند باشـد. بـه دوش کشـیدن گناهـان جهـان - مسـئولیت ایـن واقعیـت را بـه عهـده بگیریـد کـه هنـوز چیزهایـی در زندگـی خـود شـما و جاهـای دیگـر بـه درسـتی تنظیـم نشـده اسـت - ایـن بخشـی از راه مسـیح اسـت: در عمیـق تریـن مفاهیـم، ایـن بخشـی از تقلیـد از آن قهرمـان اسـت. ایـن موضـوع بیشـتر روان شـناختی یـا معنـوی اسـت تـا جامعـه شـناختی یـا سیاسـی. شـخصیت‌های سـاخته‌ی داسـتان‌های درجـه دو را ببینیـد: همـه آنهـا بـه سـادگی بـه افـراد خـوب و بـد تقسـیم میشـوند. در مقابل، نویسـندگان پیچیـده، مرز خیـر و شـر را درون شـخصیت‌ها خلـق میکننـد، تـا هـر فـرد بـه مثالـی بـرای مبـارزه ابـدی بیـن تاریکـی و نـور تبدیل شـود. بـه جـای اینکـه خیـر را از طـرف خـود و حزب‌تـان بدانیـد و دشـمنی را تعقیـب کنیـد کـه تمایـل داریـد همـه جـا ببینیـد، از نظـر روانشناسـی بسـیار مناسـب‌تر (و از نظـر اجتماعـی بسـیار کـم خطرتـر) اسـت کـه تصـور کنیـد آن دشـمن، شـمایید - بـه ایـن معنـا کـه ایـن ضعفهـا و ناتوانی‌هـای شماسـت کـه در

۱ همه دشمن پنداری، جنون سوء ظن شدید و هذیان گویی - م.

۲ اشـاره بـه متـن انجیـل متـی در نقـد تمایـل بـه قضـاوت کوتـه فکرانـه دربـاره دیگـران (Matthew ۷:۵): «ای عابد ریـاکار، اول خـار از چشـم خـود درآور، تـا بعـد بـه وضـوح ببینـی و بتوانـی پـو از چشـم بـرادرت بیـرون بیـاوری» -م.

حال آسیب رساندن به جهان است.

مبارزه با مردسالاری، کاهش ظلم، ترویج برابری، تغییر سرمایه داری، حفاظت از محیط زیست، حذف رقابت، کوچک کردن دولت یا اداره هر سازمانی به مثابه یک بیزینس غیرممکن است. به سادگی به این دلیل که چنین مفاهیمی بیش از حد کلی اند. درست مثل حرف یکی از بازیگران کمدی مونتی پایتون[1] نکته طنزی درباره نحوه نواختن فلوت یاد میداد: «در یک سر فولت فوت میکنی و بعد انگشت هایت را روی سوراخ‌ها بالا و پایین می‌بری». درست است. اما بلا استفاده است. جزئیات ضروری به سادگی حذف شده است. به همین ترتیب، نظام‌ها و فرایندهای پیچیده و در مقیاس بزرگ، به روشی حتی الامکان واقعی که بتواند تحول واحد و جامع آن را امکان پذیر کند، وجود ندارند. ایده وجود داشتن شان را به راحتی می‌توان در ثمره مکاتب فکری قرن بیستم دید. اعتقادات این مکاتب همزمان خام[2] و خودخواهانه است و نتیجه فعالیتی که آنها ترویج میکنند به پرورش فردی کینه توز و تنبل ختم میشود تا به دستاوردی واقعی. تنها قواعد تسخیرشدگانِ ایدئولوژی خدایان شان هستند، همان‌ها که مبلغان، کورکورانه خدمت رسانی میکنند.

بهرحال درست مانند خدا، ایدئولوژی مرده است. زیاده روی‌های خونبار قرن بیستم آن را کشت. ما نیز باید آن را رها کنیم و به مشکلاتی بپردازیم که کوچکترند و دقیقتر تعریف شده اند. ما باید آنها را در مقیاسی ببینیم که بتوانیم حل شان کنیم، نه با سرزنش دیگران، بلکه با پرداختن به آنها به صورت شخصی و همزمان با پذیرش مسئولیت نتیجه ای که این تلاش خواهد داشت.

اندکی فروتن باشید. اتاق خوابتان را مرتب کنید. مراقب خانواده‌تان باشید. وجدان‌تان را دنبال کنید. زندگی‌تان را سامان دهید. کار مولد و جالبی پیدا کنید و به آن متعهد شوید. وقتی

۱ Monty Python

۲ Naive

www.KhoreKetab.com

می‌توانیـد تمـام آن را انجـام دهیـد، مشـکل بزرگتـری پیـدا کنیـد و اگـر جسـارتش را داریـد، آن را حـل کنیـد. اگـر ایـن کار را هـم انجـام دادیـد، بـه سـوی پروژه‌هـای جـاه طلبانـه تـری حرکـت کنیـد. و بـه عنـوان آغـازی ضـروری بـر ایـن رونـد... ایدئولـوژی را کنـار بگذاریـد.

قانون هفتم

برای حداقل یک هدف به سختی کار کنید

و بعد ببینید چه اتفاقی می‌افتد

www.KhoreKetab.com

ارزش حرارت و فشار

زمانیکـه زغـال سـنگ در لایه‌هـای بسـیار زیریـن زمیـن تحـت فشـار و حـرارت زیـادی قـرار میگیـرد، اتمهـای آن در یـک بازآرایـی بـه صـورت بلـوری منظـم و تکرار شـونده بـه المـاس تبدیل میشـوند. کربنی کـه زغـال سـنگ را شـکل میدهـد در شـکل المـاس بـه نهایـت دوام ممکـن می‌رسـد (همانطـور کـه المـاس سـخت تریـن مـاده در بیـن مـواد اسـت) و سـرانجام توانایـی انعـکاس نور پیـدا میکنـد. ترکیب ایـن دو ویژگـی، دوام و درخشـش، اسـتفاده از آن را بـه عنـوان نمـادی از ارزش توجیـه میکنـد. بـه ایـن معنـا کـه آنچـه بـا ارزش اسـت، خالـص، منظـم و بـا وجـود نـور درخشـان اسـت و ایـن نکتـه همانطـور کـه بـرای یـک گوهـر صـادق اسـت، برای فـرد نیـز صـدق میکنـد. و البته نـور، نشـانگر درخشـش زیرکانه هوشـیاری بـالا و متمرکـز اسـت. انسـانها در طـول روز، زمانـی کـه نـور وجـود دارد، هوشـیارند. بیشـتر ایـن هوشـیاری، بصـری اسـت و بنابرایـن بـه نـور بسـتگی دارد. روشـن شـدن - دسـتیابی بـه حالتـی از بـودن کـه معمـولا همـراه بـا الوهیـت اسـت - بـه معنـای بیـداری و آگاهـی فـوق العـاده بالاسـت. بـر سـر نهـادن المـاس، مثـل پادشـاه یـا ملکـه ای کـه تصویـرش بـر سـکه طـلا ضـرب شـده و اسـتانداردی بـا ارزش تقریبـا جهانـی اسـت، بـه معنـای مرتبـط بـودن بـا درخشـندگی خورشـید اسـت.

گرمـا و فشـار، مـاده اصلـی زغـال سـنگ معمولـی را بـه کمـال تبلـور و نـادر المـاس تبدیـل میکنـد. همیـن نکتـه را در مـورد یـک شـخص نیـز میتـوان گفـت. مـا میدانیـم کـه نیروهـای متعـددی کـه در روح انسـان فعالیـت می‌کننـد، اغلـب بـا یکدیگر همسـو نیسـتند. ما کارهایـی را انجـام میدهیم کـه آرزو میکنیـم ای کاش انجام نمـی دادیـم و کارهایـی را کـه میدانیـم بایـد انجـام دهیـم، انجـام نمـی دهیم. مـا می‌خواهیـم لاغـر باشـیم، در حالـی کـه روی کاناپـه لـم داده، چیپـس میخوریـم و ناامیـد می‌شـویم. مـا بـی هـدف، سـردرگم و بـه خاطـر تردیدمـان بـی حرکتیـم. مـا علیرغـم وجـود اراده، بـه خاطر وسوسـه هایمـان بـه جهـات مختلـف کشـیده می‌شـویم، وقـت تلـف میکنیـم، پشـت گـوش می‌اندازیـم و احسـاس بسـیار بـدی دربـاره آن داریـم امـا تغییـری نمـی کنیـم.

به همین دلایل بود که مردمان باستان به راحتی می‌توانستند باور کنند که روح انسان می‌تواند به تسخیر ارواحی درآید - چون ارواح مردگان، شیاطین و خدایان - که لزوما هیچ یک از آنها اساسا منافع فرد را مد نظر ندارند. این نیروهای مخالف، این ارواح وسوسه گر و اغلب خبیثه، از زمان ظهور روانکاوی، به صورت تکانه ها، احساسات، حالت‌های انگیزشی و یا ترکیبی از همه، مفهوم سازی شده اند که مانند پاره شخصیت‌هایی عمل میکنند که به واسطه خاطرات، و نه نیت، درون آن شخص با هم یکی می‌شوند. ساختار عصبی ما در واقع سلسله مراتبی است. خادمان قدرتمند غریزه، حاکم بر تشنگی، گرسنگی، عصبانیت، غم، شادی و شهوت در پایین این سلسله مراتب اند که به راحتی می‌توانند صعود کنند و ارباب ما شوند و یا با یکدیگر بجنگند. مقاومت و قدرت یک روح منسجم به راحتی قابل دستیابی نیست.

خانه ای که به قسمت‌های مختلف فروپاشیده شده باشد، به قول معروف نمی تواند سرپا بماند. به همین ترتیب، فردی که انسجام شخصیتی ضعیفی داشته باشد در مواجهه با چالش‌ها نمی تواند خودش را محافظت کند. او در بالاترین سطوح ساماندهی روانشناختی، یگانگی خود را از دست میدهد. او آمیزه ای از خواص متعادل و مناسبی را که از خصوصیات یک روحیه خوب است از دست میدهد و نمی تواند انسجام خودش را حفظ کند. ما وقتی میگوییم فلانی «از دست رفته» یا «فرو پاشیده» چنین موضوعی را میدانیم. قبل از اینکه آن شخص این تکه‌های خرد شده شخصیتش را بردارد و دوباره مرتب کند، احتمالا طعمه سلطه یک یا چند پاره شخصیت[۱] میشود. این پاره شخصیت‌ها ممکن است خشم، اضطراب یا درد باشد که در آن هنگام که فرد کنترلش را از دست میدهد خیز برداشته و بر او مسلط میشود. شما این واقعیت را میتوانید زمانی که یک کودک دو ساله دچار خشم می‌شود به وضوح ببینید. او موقتا از دست می‌رود و برای آن لحظه تبدیل به احساسات خالص می‌شود. این اتفاقی است که وقتی آن کودک دو ساله عمیقا ناراحت است بروز پیدا میکند و با همان شدت اگر برای یک بزرگسال رخ دهد،

۱ Partial Personalities

www.KhoreKetab.com

بـرای بیننـدگان وحشـت آور خواهـد بود. سیسـتم‌های انگیزشـی باسـتانی حاکم بر خشـم، شـخصیت در حـال رشـد آن کـودک نوپـا را کنـار گذاشـته و از طریـق ذهـن و اعمـال او راه خـود را پیش می‌گیرنـد. این شکسـتی واقعـی و ناگـوار بـرای آن خـودِ[1] هنـوز شـکننده و متمرکـزی اسـت کـه علیـه نیروهـای قدرتمند مبـارزه میکنـد تـا بـه یکپارچگـی روانشـناختی و اجتماعی برسـد.

همچنیـن فقـدان یکپارچگـی درونـی خـودش را در افزایـش رنـج، بزرگنمایـی اضطـراب، عـدم انگیـزه و فقـدان لـذت کـه همـراه بـا بلاتکلیفـی و ابهـام اسـت، نشـان میدهـد. ناتوانـی در تصمیـم گیـری بیـن ده گزینـه، حتـی وقتـی همـه شـان مطلـوب انـد، معـادل عـذاب کشـیدن از آنهاسـت. بـدون اهـداف واضـح، تعریـف شـده و نامتناقـض، بـه دسـت آوردن آن احسـاس سـرگرمی مثبـت کـه زندگـی را ارزشـمند میکنـد، بسـیار دشـوار اسـت. اهـداف واضـح، دنیـا را محـدود و سـاده میکنـد همچنـان کـه عـدم اطمینـان، اضطـراب، شـرم و نیروهـای خـود ویرانگـر و سرزنشـگری را که توسـط اسـترس بـه وجود می‌آینـد، کاهـش میدهـد. بنابرایـن یـک فـرد نامنسـجم بـی ثبـات و بـی هـدف اسـت - و ایـن تـازه آغـاز ماجراسـت. ناپایایـی کافـی و بـدون جهـت گیـری، بـه سـرعت میتوانـد بـه ناتوانـی و افسـردگی، کـه مشـخصه حـس پوچـی طولانـی مـدت اسـت منجـر شـود. ایـن صرفـا یـک حالـت روانشـناختی نیسـت. اساسـا عواقـب فیزیکـی افسـردگی، ترشـح بیش از حـد هورمـون کورتیـزول، از پیری سـریع قابل تشـخیص نیسـت (افزایـش وزن، مشـکلات قلبـی عروقـی، دیابـت، سـرطان و آلزایمـر).

عواقـب اجتماعـی افسـردگی نیـز بـه انـدازه عواقـب بیولوژیکـی آن جـدی اسـت. فـردی کـه نمـی توانـد خـودش را بـه خوبـی جـم و جـور کنـد نسـبت بـه کوچکتریـن نشـانه ای از ناامیـدی و شکسـت، بیـش از انـدازه واکنـش نشـان میدهـد. او حتـی نمـی توانـد بـا خـودش وارد مذاکـره ای سـازنده شـود چـون نمـی توانـد ابهـام دربـاره بحث‌هـای مربـوط بـه پیشـنهادات بالقـوه آینـده را تحمـل کنـد. او نمـی توانـد خوشـحال باشـد چـون نمـی توانـد آنچـه را کـه می‌خواهـد بـه دسـت آورد، و نمـی توانـد آنچـه را کـه

[1] Ego

www.KhoreKetab.com

می‌خواهد به دست آورد چون هیچ گزینه ای را انتخاب نمیکند. همچنین ضعیف ترین استدلالها می‌تواند او را متوقف کند. یکی از زیر شخصیت‌های متعدد و متخاصم او، بر خلاف مصلحتش، چنین استدلال‌هایی را مطرح میکند و اغلب در قالب تردیدهایی به تقویت موقعیت مخالفش کمک میکند. بنابراین، به طور کنایی، یک فرد عمیقا متعارض را میتوان با ضربه کوچکی به سینه اش متوقف کرد (ولو اینکه او در ظاهر با ضربه محکمی پاسخ بدهد). برای حرکت با عزم راسخ، ضروری است تا در جهت مقصدی مشخص و واحد ساماندهی شد.

هدف گیری کنید. آن هدف را نشانه بگیرید. همه اینها بخشی از بلوغ و نظم است که باید به درستی برای آن ارزش قائل شد. اگر هدفی نداشته باشید از همه چیز به ستوه خواهید آمد. اگر هدفی نداشته باشید هیچ جایی برای رفتن، هیچ کاری برای انجام دادن و هیچ ارزش والایی در زندگیتان ندارید، چون ارزش نیازمند رتبه بندی انتخاب‌ها از پایین به بالا و فداکاری دارد. آیا واقعا می‌خواهید هر آن چیزی باشید که می‌توانید؟ آیا چنین چیزی بیش از حد زیاد نیست؟ آیا بهتر نیست که چیزی مشخص باشید (و سپس شاید، چیزی به آن بیافزایید)؟ آیا چنین چیزی تسکین بخش نیست - حتی اگر با قربانی کردن همراه باشد؟

بدترین تصمیم

زمانی که من در مقطع دکتری بالینی در دانشگاه مک گیل، مونترال، تحصیل میکردم، متوجه بهبود شخصیت هر آن کسی شدم که آن برنامه پنج یا شش ساله را، به رغم اینکه به تدریج دشوار و دشوارتر میشد، ادامه میداد. مهارت‌های اجتماعی آنها پیشرفت میکرد. فن بیانشان بهتر میشد. و احساس عمیقی از یافتن یک هدف شخصی پیدا میکردند. آنها در رابطه با دیگران نیز عملکرد مفیدی داشتند. انضباط و ساماندهی بهتری داشتند. سرگرمی‌های بیشتری داشتند. تمام اینها علی رغم این واقعیت‌ها بود که دوره‌های تحصیلات تکمیلی کیفیتی کمتر از حد ممکن دارند، کاریابی بالینی بدون دستمزد و کمیاب اند و روابط با اساتید راهنما (نه همیشه، ولی)

ضعیف‌تـر از مقاطـع دیگـر اسـت. آنهایـی کـه بـه تازگـی تحصیـلات تکمیلـی خـود را آغـاز میکنـد اغلـب هنـوز نابالـغ و سـردرگم انـد. امـا انضباطـی کـه خیلـی زود بـه خاطـر ضـرورت تحقیـق - و بـه ویـژه، تـز دکتـری - بـه آنهـا تحمیـل می‌شـود، شخصیتشـان را بهبـود میدهـد. نوشـتن مطلبـی طولانـی، پیچیـده و منسـجم، حداقـل تـا حـدی بـه معنـای پیچیدگـی، بیـان بهتـر و تعمیق شـخصیت اسـت.

وقتـی من اسـتاد دانشـگاه شـدم و شـروع بـه راهنمایـی دانشـجویان مقاطع کارشناسـی و ارشـد کردم، درسـت همیـن مـورد را مشـاهده کـردم. دانشـجویان روانشناسـی کارشناسـی کـه بـا کار آزمایشـگاهی سـازگار شـدند (و بنابرایـن کارهـای اضافـه بـر سـازمان انجـام دادنـد) نسـبت بـه آنهایـی کـه بـار کمتری بـه دوش کشـیدند، نمـرات بهتـری گرفتنـد. بـه عهـده گرفتـن وظایـف دانشـجویان سـال اولـی بـه آنهـا کمـک کـرد تـا انجمن‌هـای خودشـان را ایجـاد کننـد، در حالـی کـه بایـد حداقـل بـه خاطـر ضـرورت اسـتفاده موثرتـر از زمـان شـان منضبطتـر میشـدند. مـن هنـگام کار بـه عنـوان یـک روانشـناس بالینـی نیـز رونـد مشـابهی را مشـاهده کـرده و میکنـم. مـن معمـولا مراجعانـم را تشـویق میکنـم کـه بهتریـن مسـیر پیـش رویشـان را انتخـاب کننـد، حتـی اگـر ایـن مسـیر بـا ایـده آل شـان فاصله بسـیاری داشـته باشـد. چنیـن انتخابـی گاهـی اوقـات بـه معنـای افـول موقتـی جـاه طلبی‌هـا و غرور اسـت، امـا مزیتش در جایگزیـن شـدن چیـزی واقعـی بـه جـای غوطـه ور شـدن در خیـالات اسـت. تقریبـا همیشـه در وضعیـت سـلامت روان، بـه دنبـال تصمیمگیـری بهبـود ایجـاد شـده اسـت.

آیـا چیـزی وجـود دارد کـه ارزش تعهـد پذیرفتـن داشـتن باشـد؟ مـن اکنـون بـه انـدازه کافـی عمـر کـرده‌ام کـه دیـده باشـم وقتـی رفتارهـای مختلفـی کـه در آن ممکـن اسـت بـه چنیـن سـوالی جـواب داده شـود، بـروز می‌کننـد، چـه اتفاقـی می‌افتـد. در مسـیر شـغلی خـودم بـه عنـوان یـک دانشـجوی کارشناسـی و بعـد تحصیـلات تکمیلـی، اسـتاد، روانشـناس بالینـی، محقـق و در فعالیت‌هـای مختلفـی کـه در سـایر زمینه‌هـا انجـام داده‌ام شـاهد همیـن مسـیر دوجانبـه‌ی توسـعه بـوده‌ام کـه بارهـا خـودش را نمایـان کـرده اسـت. در اصـل هـر دو جنبـه در دسـترس همـه اسـت - در دسـترسِ هـر جـوانِ در آسـتانه بزرگسـالی، کـه نیمـی توسـعه یافتـه، سـرگردان، نابالغانـه بدبیـن، پـر از سـوال، مـردد و سـاده

لوحانه امیدوار است که یعنی همه ما. برای من بدیهی است که بسیاری از این تعهدات، ارزشی ماندگار دارند: ارزشهایی که در درجه نخست مربوط به شخصیت، عشق، خانواده، دوستی و مسیر شغلی (یا سایر موارد) است. کسانی که نمی خواهند یا نمی توانند به اصطلاح باغی خوب و آراسته در هر یا همه حوزه‌های فوق ایجاد کنند لاجرم به همین خاطر رنج می‌کشند. با این حال تعهد نیز هزینه خودش را دارد. تحصیل در مقطع کارشناسی به معنی فداکاری و درس خواندن است و انتخاب یک رشته خاص به معنی صرف نظر کردن از مسیرهای تحصیلی دیگر. انتخاب شریک زندگی و گروه دوستان نیز همینطور است. بدبینی درباره چنین مواردی یا صرفا تردید و دودلی درباره آنها، به راحتی با عقلانیت ابلهانه پوچ گرایی، که همه چیز را تحلیل می‌برد، همراه می‌شود: چرا خودم را اذیت کنم؟ چه فرقی میکند؟ چه چیزی باعث میشود مسیری را به مسیر دیگر - یا اساسا به هر چیز دیگری - ترجیح دهم؟

این امکان پذیر است که با هر همسری، هر گروهی از دوستان، یا هر حرفه ای قانع، و یا حتی خوشحال شد. به تعبیری دیگر، رضایت حاصل از این تمهیدات میتواند با مجموعه انتخابهای دیگری نیز حاصل شود. از طرفی چنین استدلالی بسیار معیوب است: شرکای رمانتیک زندگی ممکن است به شدت بی ثبات و پیچیده باشند، درست مثل گروه‌های دوستی و یا هر شغل و حرفه ای که با سرخوردگی، ناامیدی، فساد، سلسله مراتب مستبد، سیاست‌های داخلی و حماقت‌های محض در تصمیم گیری همراه اند. ما می‌توانیم از کمبود آن ارزش خاص یا ایده آل نتیجه بگیریم که هیچ چیز بیشتر از چیزهای دیگر مهم نیست - و یا حتی ناامید کننده‌تر اینکه اساسا هیچ چیزی مهم نیست. اما کسانی که چنین نتیجه گیری می‌کنند، فارغ از اینکه چقدر از استدلال‌های منسجم و منطقی استفاده کنند، بهای سنگینی می‌پردازند. آدمها وقتی مقطع کارشناسی یا حرفه خود را رها می‌کنند از آن رنج می‌برند. و البته مقصود «رها کردن» است نه شکست خوردن، اگرچه تشخیص این دو از هم دشوار باشد. گاهی اوقات افراد شکست می‌خورند چون علی رغم نیت خوب و انضباط لازم، نمی توانند کارشان را مدیریت کنند.

www.KhoreKetab.com

بـه عنـوان مثـال، فعالیـت بـه عنـوان یـک وکیـل نیـاز بـه ظرفیـت کلامـی خاصـی دارد یـا یـک نجـار بایـد از کار بـا اشـیا راحـت باشـد. گاهـی مطابقـت بیـن فـرد و انتخابـش آنقـدر ضعیـف اسـت که حتی تعهـد نیـز بـرای تحقـق آن فرجـام مطلـوب کافـی نیسـت. اما شکسـت غالبـا به خاطـر ذهنیـت ناکافی، توجیه‌هـای مفصـل امـا بیهـوده و مسـئولیت ناپذیـری اسـت. و نتیجـه خوبـی از آن حاصـل نمی شـود.

افـرادی کـه شـغل یـا حرفـه ای را انتخـاب نمـی کننـد، بـی ثبـات و دسـتخوش پیشـامد می‌شـوند. آنها ممکـن اسـت سـعی کننـد ایـن رفتـار را بـا نمایـش رمانتیکـی از عصیـان، خسـتگی و بدبینـی نابالغانـه نسـبت بـه جهـان توجیـه کننـد. آنهـا ممکن اسـت گهـگاه بـا کاوش‌هـای هنـری آوانـگارد تـلاش کنند تا هویتـی بـرای خودشـان بسـازند، یـا بـا سـوء مصـرف الـکل و مـواد مخـدر از رضایتمنـدی فـوری حاصل از آن بهـره بگیرنـد. امـا هیـچ کـدام از اینهـا بـرای موفقیـت یـک فـرد سـی سـاله کارسـاز نیسـت (چـه رسـد بـه فـردی کـه یـک دهـه بزرگتـر باشـد). همیـن امـر در مـورد افـرادی کـه نمـی تواننـد انتخـاب کننـد و بـه یـک شـریک زندگـی متعهـد بماننـد، همینطـور نمـی خواهنـد یـا نمـی تواننـد بـه دوسـتان شـان وفـادار بماننـد نیـز صـدق میکنـد. آنهـا تنهـا، منـزوی و قابـل ترحم میشـوند و همـه اینهـا به عمق تلخـی و بدبینـی کـه در وهلـه اول باعـث انـزوای شـان شـد، می‌افزایـد. ایـن دور باطلـی نیسـت کـه بخواهیـد بـا آن زندگی‌تـان را توصیـف کنیـد.

افـرادی کـه مـن می‌شـناختم و مقطـع کارشناسـی شـان را بـه پایـان رسـاندند بـه همیـن علـت بهبـود پیـدا کردنـد. آنهـا لزومـا «خـوب» نشـدند. عملکردشـان بهینـه نشـد. یا بـه خاطـر انتخاب شـان هیجان زده و عـاری از شـک و تردیـد نشـدند. حتـی از ادامـه تحصیـل در آن رشـته مطمئـن نبودنـد. اما وضعیت شـان بسـیار بهتـر از کسـانی بـود کـه انصـراف داده و عقـب نشسـتند. پایبنـدی بـه تعهـدات و فـداکاری مسـتلزم بلـوغ اسـت و کسـانی کـه آن را بـه عهـده گرفتند بـه افـراد بهتری تبدیـل شـدند. بنابراین نتیجه چیسـت؟ مـوارد متعـددی وجـود دارد کـه ممکـن اسـت خـود را بـه متعهـد کنیـم. بـا توجـه بـه انبـوه گزینه‌هـا و فسـاد سیسـتم‌های خواسـتار آن تعهـد، می‌تـوان ادعـا کـرد کـه هـر تعهـدی بـی معنـا و سـاختگی اسـت. امـا نمـی تـوان چنیـن شـکایتی را دربـاره واقعیـت تعهـد داشـتن مطـرح کرد: کسـانی

کـه جهتـی بـرای خـود انتخـاب نمـی کننـد، گـم می‌شـوند. تبدیـل شـدن بـه چیـزی، بسـیار بهتـر از این اسـت کـه هیـچ تغییـری نکـرد و در نتیجـه بـه هیـچ تنـزل کـرد. و ایـن بـه رغـم تمـام محدودیت‌هـا و ناامیدی‌هایـی اسـت کـه انتخـاب یـک گزینـه در بـر دارد. یـاس بدبینانـه، هـر کجـا کـه باشـید، تصمیـم بـدی اسـت. امـا کسـی کـه از ایـن تصمیـم فراتـر رفتـه باشـد (یـا بـه عبـارت دقیق‌تـر آن بدبینـی را بـا شـبهه ای عمیق‌تـر جایگزیـن کـرده باشـد - شـبهه ای دربـاره همیـن بـاور بدبینانـه، بـه عنـوان راهنمایی نهایـی) بـا مخالفـت خواهـد گفـت: بدتریـن تصمیم، تصمیـم نگرفتن اسـت.

انضباط و یکپارچگی

انضباطـی کـه تمرکـز بـر یـک موضـوع را امـکان پذیـر میکنـد از همـان جوانـی آغـاز می‌شـود. کـودکان در سـنین بسـیار پاییـنـی شـروع بـه تنظیـم احساسـات و انگیزه‌هـای متعـددی می‌کننـد که غریـزه اصلی بـرای بقـا را بـا اسـتراتژی‌های همـکاری و رقابـت داوطلبانـه بـا دیگـران، ترکیـب میکنـد - و کودکانـی که بـه درسـتی ایـن فراینـد را طـی کـرده و خـوش اقبـال باشـند ایـن کار را بـه نحـوی مدیریـت می‌کنند که همزمـان از لحـاظ اجتماعـی مطلـوب و از نظـر روانشـناختی سـالم اسـت. وقتـی ایـن تجربـه بـا غرایزی مختـل می‌شـود (مثـلا وقتـی کـودک گرسـنه، عصبانـی، خسـته یـا در شـرایط سـرما قـرار گرفتـه اسـت) پـدر و مـادر مهربـان وارد عمـل می‌شـوند و آن مشـکلی را کـه یکپارچگـی شـکننده کـودک را در هـم میشـکند، حـل می‌کننـد و یـا بهتـر از آن، بـه کـودک یـاد میدهنـد کـه خـودش مشـکلش را برطـرف کند. وقتـی دومیـن رونـد بـا دقـت کافـی بـه پایان رسـید، کـودک آمـاده پیوسـتن به جهـان اجتماعی اسـت. ایـن اتفـاق یـا بایـد تـا چهـار سـالگی رخ دهـد یـا هرگـز رخ نخواهـد داد. یـک کـودک تـا سـن چهـار سـالگی بایـد خـودش را سـامان دهـد تـا در نـزد همسـالانش مطلـوب باشـد وگرنـه بـا انـزوای دائمـی از اجتمـاع روبـرو خواهـد شـد. کودکـی کـه تـا آن سـن هنـوز دچـار اوقـات تلخـی می‌شـود، دقیقـا بـا همیـن خطـر روبرو اسـت.

رونـد یکپارچـه شـدن بـا همسـالان - دوسـتان - آنقـدر جلـو مـی‌رود تـا کـودک آمـوزش دیـده یـا

خـوش شـانس توسـط آنهـا پذیرفتـه شـود. وقتـی کودکی بـا دیگـران بـازی می‌کنـد، خـودش را منضبط میکنـد. او تمـام انگیـزه هایـش را بـرای رقابـت، تابـع قواعـد آن بـازی - هـدف - میکنـد. او بـه رغم تعدد بالقـوه قوانیـن بـازی یـاد می‌گیـرد کـه خـودش را داوطلبانـه مطیـع قواعـد آن بـازی و اهـداف مشـخص اش کنـد. بـرای بـازی بـه ایـن روش، او بایـد خـودش را تبدیـل بـه زیرمجموعـه ای کارا از یـک ماشـین اجتماعـی بزرگتـر کنـد. اگـر فردیـت را انتخـاب بـی حـد و حصـر بـرای رضایتمنـدی آنـی تعریـف کـرد، میتـوان ایـن اتفـاق را قربانـی کـردن فردیـت دانسـت. امـا دقیق‌تـر ایـن اسـت کـه بگوییـم ایـن همـان توسـعه فـردی در سـطحی بالاتـر اسـت: همـان عملکرد کارآمـد و یکپارچـه که میـان خواسـته‌های اکنون و ضروریـات آینـده (از جملـه خـوب بـازی کـردن بـا دیگـران) تعـادل برقـرار میکند. بـه این ترتیب اسـت کـه بازی‌هـای گوناگـون دوران کودکـی، ناهنجاری‌هـای جیـغ زدن در اواخـر دوره شـیرخوارگی را تعدیـل میکنـد. البتـه هزینـه چنیـن پیشـرفتی، امنیـت ورود بـه اجتمـاع و بهـره بـردن از لـذت بازی اسـت.

لازم بـه ذکـر اسـت کـه ایـن رونـد بـه معنـای سـرکوب نیسـت. ایـن نکتـه ای اسـت کـه بایـد روشـن شـود چـون بسـیاری از مـردم بـر ایـن باورنـد کـه آنچـه انضبـاطِ ناشـی از انتخاب بـه ما تحمیـل میکند، بـرای همیشـه مـا را از عمـل بـر اسـاس اراده بـاز میـدارد. عمدتـا همیـن بـاور اسـت - کـه در رابطـه بـا خلاقیـت بیـان میشـود - و والدیـن را از تربیـت فرزنـدان، بـه خاطـر تـرس از آسـیب رسـاندن به آنهـا، باز مـی‌دارد. امـا تربیـت و انضبـاط مناسـب، بـه جـای تخریـب، کـودک را سـامان می‌بخشـد. کودکـی کـه از اطاعـت کـردن وحشـت دارد یـا از هـر گونـه احتمـال انجـام کار اشـتباه محافظـت می‌شـود، تربیـت نشـده بلکـه مـورد سوءاسـتفاده قـرار گرفتـه اسـت. برعکـس، کودکـی کـه بـه درسـتی - توسـط والدیـن، بزرگسـالان دیگـر و خصوصـا کـودکان دیگـر - تربیـت شـده باشـد، دائمـا نمـی جنگـد، شکسـت نمـی خـورد و بنابرایـن دائمـا از بـروز خشـمش جلوگیـری نمـی کند. چنیـن کودکی آن خشـم را تشـدید نکرده و یـا آن را بـه چیـز دیگـری تبدیـل نمـی کنـد. در عـوض او بـا مهـارت فزاینـده پیچیـده اش در بـازی کـردن، عجیـن می‌شـود و بـه چنیـن مهارتـی اجـازه میدهـد تا حـس رقابتـش را تغذیـه و دقتـش را بالا بـرد و ایـن کار در خدمـت اهـداف عالـی تـری چـون رشـد روانـش قـرار میدهـد. همچنیـن کودکـی کـه

بـه خوبـی اجتماعـی شـده، فاقـد خشـم نیسـت. او فقـط در پرخاشـگری خـوب عمـل می‌کنـد و ماهیت خشـمش را از انگیـزه ای ویرانگـر بـه پشـتکاری متمرکـز و رقابتـی کنتـرل شـده کـه باعـث موفقیـت یک بازیکـن می‌شـود، تغییـر میدهـد.

چنیـن کودکـی بـا شـروع دوران نوجوانـی می‌توانـد خـودش را بـرای بازی‌هـای پیچیـده تـری سـامان دهـد - فعالیت‌هایـی مشـترک و هدفمنـد کـه همـه داوطلبانـه در آنهـا شـرکت میکننـد، از مزایـای آن بهـره منـد می‌شـوند و لـذت میبرنـد، حتـی اگـر هـر بـار فقـط یـک نفـر یـا یـک گـروه برنـده شـود. چنیـن توانایـی همـان تمـدن در شـکل نوپـا و در سـطح فـردی و گروهـی اسـت. ایـن همـان جایـی کـه همـکاری و فرصـت رقابـت همزمـان خودشـان را نشـان می‌دهنـد. ایـن همـان آمادگـی لازم بـرای انتخاب‌هـای دائمی‌تـر اسـت کـه بایـد در دوران بزرگسـالی بـه صـورت موفقیـت آمیـزی انجـام بگیـرد. اینکـه کـدام بـازی بهتـری اسـت اینجـا و اکنـون انجـام شـود، موضوعـی اسـت کـه تردیـد دربـاره آن، ممکـن و منطقـی اسـت؛ امـا ایـن منطقـی نیسـت کـه بگوییـم از همیـن را تمـام بازی‌هـا غیر ضـروری انـد. بـه همیـن ترتیـب، اگرچـه ممکـن اسـت در اینبـاره اسـتدلال کنیـم کـه کـدام اخـلاق، سـیره ای ضـروری اسـت، نمـی تـوان اسـتدلال کـرد کـه خـود اخـلاق غیـر ضـروری اسـت. تردیـد دربـاره اینکـه اکنـون کـدام بـازی مناسـب‌تر اسـت، نسـبیت گرایـی[1] نیسـت. بلکـه هوشـمندانه توجـه کردن به شـرایط اسـت. مثـلا ایـن واقعیـت کـه شـادی کـردن در مراسـم ختـم کار مناسـبی نیسـت بـه ایـن معنا نیسـت کـه خـود خوشـحال فاقـد ارزش اسـت. بـه همیـن ترتیـب ایـن ادعـا که اخـلاق هـم لازم و هم غیـر قابل اجتنـاب اسـت، ادعایـی تمامیـت خواهانـه و مطلـق گـرا نیسـت. بلکـه ادعایـی از سـر مشـاهده صـرف اسـت کـه ارزشـهای اساسـی، ابتدایـی و تـک بعـدی باید جـزوی از یک سـاختار سـازمان یافتـه اجتماعی شـوند تـا صلـح و هماهنگـی وجـود داشـته باشـد و پایـدار بمانـد. گـردآوری آن کثـرت متخاصـم تحـت اصـول واحـد مسـیحیت بـود کـه اروپـا را متمـدن کـرد. میتوانسـت به جـای آن آییـن بودا، کنفوسـیوس یـا هنـدو باشـد کـه شـرق را بـه طـور گسـترده ای متمـدن و متحـد کـرده اسـت. امـا یـک هیـچ وجـه

۱ Relativism

www.KhoreKetab.com

بـه ایـن معنـا نیسـت کـه فقـدان اصولـی واحـد می‌توانسـت چنیـن تمدنـی را بـه وجـود آورد. بـدون وجـود یـک بـازی، هیـچ آرامشـی وجـود نـدارد، فقـط هـرج و مـرج و آشـوب خواهـد بـود. بعـلاوه ایـن بـازی بایـد شـدنی نیـز باشـد (همانطـور کـه در قانـون چهـارم بحـث کردیـم: توجـه داشـته باشـید کـه فرصـت آنجاسـت کـه مسـئولیت پذیـری را شـده اسـت). ایـن یعنـی چنیـن بـازی بایـد تحـت نظـر مجموعـه قوانیـن مـورد قبـول جامعـه تنظیـم شـود - همـان محدودیت‌هایـی کـه مـردم در طولانـی مـدت مایـل بـه رعایـت آن هسـتند. از نظـر تئـوری ممکـن اسـت بازی‌هـای زیـادی از ایـن قبیـل وجـود داشـته باشـند امـا حداقـل بـه همیـن انـدازه ممکـن اسـت فقـط تعـداد معـدودی از آنهـا وجود داشـته باشـد. در هـر صـورت قوانیـن مسـیحیت یـا بودیسـم بـه هیـچ وجـه خودسـرانه و خرافاتـی مهمـل نیسـت، درسـت بـه انـدازه ای کـه قوانیـن یـک بـازی تکرارپذیـر ایـن چنین نیسـت. تصـور اینکـه صلح، بـدون ایـن بـازی داوطلبانـه و پذیرفتـه شـده امـکان پذیـر باشـد فقـدان درک خطـر همیشـگی قبیلـه گرایـی متلاشـی کننـده ایسـت کـه می‌توانـد بـه راحتـی مـا را بـه قهقـرا ببـرد.

زمانـی کـه جهـان اجتماعـی توانسـت کـودک را مجـاب بـه ادغام زیـر شـخصیت‌های متعددش کنـد، آن کـودک می‌توانـد بـا دیگـران بـازی کنـد. بعـد از آن، او بایـد خـودش را بـرای بازی‌هـای جـدی تـری کـه شـغل و حرفـه او را شـکل میدهنـد و انتظـارات و قواعـد و مهارت‌هـای بیشـتری دارد، آمـاده کنـد. او وقتـی بزرگتـر شـد، بایـد آنهـا را در کنـار روابـط جنسـی یـاد بگیـرد. او بایـد شـخصیت اجتماعـی شـده خـود را با دیگـری در هـم آمیـزد، تـا زوجـی کـه بـا آن دیگـری میسـازد بتواننـد در آرامـش، بـه طـور موثـر - ضمـن تمایـل داوطلبانـه - بـرای بلندمـدت در جامعـه زندگی کنند. ایـن روند توامـان یکپارچگی روانـی و اجتماعی کـه بـا کارآمـوزی همـراه اسـت همـه وابسـته بـه بـرون سـپاری عقلانیـت اسـت. پایبنـدی بـه ایـن روند، او را تبدیـل بـه فـردی می‌کنـد کـه از نظـر اجتماعـی پیچیـده و مولـد، و از نظـر روانشـناختی سـالم و لایق بـده بسـتان‌های درسـت (و شـاید تعلیـق ایـن بـده بسـتان در دوران تربیـت فرزنـدان) اسـت.

امـا داسـتان انسـجام شـخصیتی و اجتماعـی شـدن بـه همیـن جـا ختـم نمـی شـود. زیـرا در یـک کارآمـوزی ارزشـمند، دو اتفـاق بـه صـورت همزمـان رخ میدهـد (همانطـور کـه در یـک بـازی، قواعـد

w w w . K h o r e K e t a b . c o m

بـازی را یـاد میگیـرد، همزمـان فـرا میگیـرد کـه چطـور بایـد بازیکـن شایسـته ای باشـد). در ابتـدا کارآمـوز، درسـت مثـل آن کودکـی کـه اگـر خواهـان بـازی اسـت بایـد مطیـع قوانیـن بـازی باشـد، بایـد در خدمـت سـنت، سـاختارها و باورهـای تعصـب آمیـز باشـد. در بهتریـن حالـت ایـن خدمـت بـه معنای اتحـاد قدرشناسـانه، بـه هـر شـکلی، بـا نهادهایـی اسـت کـه معمـولا مردسـالار در نظـر گرفته می‌شـوند. کارآمـوزی بـه معنـای حـرارت و فشـار اسـت (همانطـور کـه کارگـران توسـط همتایان شـان، دانشـجویان رشـته حقـوق توسـط کارفرمایـان شـان و رزیدنت‌هـا توسـط پزشـکان، پرسـتاران و بیمـاران محـک میخورنـد). هـدف از ایـن گرمـا و فشـار، هدایـت یـک شـخصیت تکامـل نیافتـه (بـه هیـچ وجـه نـه یـک «فـرد» در ایـن مرحلـه) بـه یـک مسـیر واحـد بـا هـدف تبدیـل شـدن از یـک مبتـدی بـی انضباط بـه یـک اسـتاد کامـل اسـت.

بـا ایـن حـال اسـتادی کـه ثمـره شایسـته کارآمـوزی اسـت، دیگـر به هیـچ وجه بنـده تعصب نیسـت. بلکـه در عـوض حـالا تعصـب بنـده اوسـت و مسـئولیت نگهـداری از آن و یـا تغییـرش، زمانـی کـه تغییر ضـروری باشـد، بـه عهـده اوسـت. ایـن امـر همـان اسـت کـه اسـتادی را کـه روزگاری اجـازه بردگـی بـه خـود داد، تـا پیـرو روح باشـد، می‌سـازد - ماننـد همـان بـاد (روحـی) کـه بـه هـر کجـا بخواهـد مـی‌وزد[1] (یوحنـا ۳:۸). آن اسـتاد میتوانـد بـه خـود اجـازه دهـد کـه پیـرو شـهودش باشـد، زیـرا دانشـی کـه از تربیتـش آموختـه او را قـادر بـه نقـد نظـرات خـود و ارزیابـی ارزش واقعـی آنها میکنـد. بنابرایـن او ممکن اسـت بـا شـفافیت بیشـتری الگوهـا و اصولـی را کـه زیربنـای تعصبـات تربیـت اوسـت، درک کنـد و بـه جـای پایبنـدی کورکورانـه بـه تبییـن و تجسـم فعلـی ایـن قوانیـن، و از آن الگوهـا و اصـول الهـام بگیـرد. او حتـی ممکـن اسـت بـا تکیـه بـر پیوسـتگی شـخصیت و تربیتـش بخواهـد حتـی آن اصـول تربیتـی بنیادیـن و عمیقـا شـهودی را در راسـتای انسـجامی بالاتـر تغییـر دهد.

۱ The wind (spirit) that bloweth where it listeth - John۳:۸

تعصب و روح

قواعد محدود کننده ای را که همزمان به عنوان پیش شرط یک بازی و توسعه یک شخصیت یکپارچه عمل میکند، به طور مفیدی می‌توان به عنوان نبایدها در نظر گرفت - قوانینی که مشخصا مواردی که نباید انجام داد را تعریف میکند، در حالی که تمام آن کارهایی که فرض بر انجام شان است در حال اجراست. رعایت این قوانین باعث پیشرفت یک شخصیت - شخصیتی با ماهیت یا جوهره ای خاص - میشود (که قبلا درباره آن با عنوان شخصیتی مطلوب برای بازی در تعداد یا توالی بیشتری از بازی‌ها صحبت کرده ایم). همانطور که در بسیاری از موقعیت‌های دیگر نیز چنین است، به نظر می‌رسد که این ایده در داستان‌هایی که بستر فرهنگ ما را میسازند تلویحا گفته شده است. خصوصا این موضوع در انجیل مَرقُس[1] مشهود است که توضیحی درباره تاثیرگذارترین قواعدی که تاکنون برای بازی تنظیم شده - ده فرمان موسی - دیده میشود (و حتی در مفهومی گسترده تر، تفسیری از خود قوانین نیز دیده میشود). این دستورات به شرح زیرند:

من خداوند خالق تو هستم که تو را از اسارت و بندگی مصر آزاد ساختم.

تو را معبود دیگری جز من نباشد. هیچ تصویری از آنچه در آسمان یا بر روی زمین یا در آب است، نساز و آنها را پرستش نکن.

نام خدای خالقت را بیهوده بر زبان نیاور (از آن سوءاستفاده نکن).

روز شنبه را یاد دار تا آن را مقدس بداری.

پدر و مادرت را احترام بگذار.

قتل نکن.

۱ The Gospel of Mark

www.KhoreKetab.com

زنا نکن.

دزدی نکن.

شهادت دروغ نده.

چشم طمع به مال و ناموس همسایه نداشته باش[1].

اولیـن فرمـان از ضـرورت هـدف گـذاری بـرای رسـیدن بـه بالاتریـن یگانگـی ممکـن سـخن میگویـد. دومیـن فرمـان هشـدار دربـاره خطـر پرسـتش بت‌هـای دروغین اسـت (اشـتباه گرفتـن تمثال یـا تصویر بـا آن وصـف توصیـف نشـدنی کـه قـرار اسـت نمایـش دهـد). سـومین فرمـان بـه ایـن معناسـت کـه ادعـای الهـام اخلاقـی از خـدا در حالیکـه آگاهانـه مرتکـب گنـاه می‌شـوید اشـتباه اسـت. فرمـان چهـارم بـه ایـن معناسـت کـه لازم بـرای بررسـی منظـم آنچـه واقعـا ارزشـمند یـا مقـدس اسـت زمان گذاشـت. پنجمیـن فرمـان خانواده‌هـا را در کنـار هـم نگـه مـی‌دارد و بـه افتخـار، احتـرام و سپاسـگزاری بـه عنـوان اجـر فداکاری‌هـای والدیـن، بـه فرزنـدان حکـم میکنـد. فرمـان ششـم از قتـل نهـی میکنـد (بدیهـی اسـت) امـا بـا ایـن کار جامعـه را از غـرق شـدن در دشـمنی‌ها و جنگ‌هـای خصوصـا چنـد نسـلی محافظـت میکنـد. هفتمیـن فرمـان بـه تقـدس پیمـان ازدواج فرمـان میدهـد و (مثـل فرمـان پنجـم) مبتنـی بـر ایـن فـرض اسـت کـه ثبـات و ارزش خانـواده از اهمیـت فـوق العـاده ای برخـوردار اسـت. فرمـان هشـتم ایـن امـکان را بـرای افـراد صـادق و سـختکوش فراهـم میکنـد تـا بـدون تـرس از اینکـه آنچـه خـود تولیـد کـرده انـد، خودسـرانه از آنهـا گرفتـه شـود، از مزایـای تلاشـهای خـود بهـره مند شـوند (و بـه ایـن ترتیـب جامعـه متمـدن را امـکان پذیـر میکنـد). فرمـان نهـم از یکپارچگـی قانـون حفاظـت میکنـد و از کاربـرد آن بـه عنـوان یـک سـلاح نهـی میکنـد؛ و دهمیـن فرمـان یـادآور ایـن واقعیت اسـت

۱ **Though shalt have no other gods before me, Though shalt not make unto thee any graven image, Thou shalt not take the name of the Lord thy God in vain, Remember the sabbath day, to keep it holy, Honor thy father and thy mother, Thou shalt not kill, Thou shalt not commit adultery, Thou shalt not steal, Thou shalt not bear false witness against thy neighbor, Thou shalt not covet.**

که حسادت و کینه ای که از آن حاصل میشود قدرتمندترین نیروی مخرب است.

شایسته است که به این ده فرمان به عنوان حداقل مجموعه قوانینی که برای ثبات یک جامعه - یک بازی اجتماعی قابل تکرار - لازم است، فکر کنید. این دستورات، قوانینی است که در کتاب هجرت[1] - آن داستان فراموش نشدنی - آمده است. اما این احکام به چیز دیگری هم اشاره می‌کنند - چیزی که همزمان از دل قوانین بر می‌آید، از آنها فراتر می‌رود و جوهره آنها را میسازد. آن جوهره این است: خود را داوطلبانه در معرض مجموعه ای از قوانین تعیین شده از سوی اجتماع قرار دهید - قوانینی که در تدوین شان برخی از سنت‌ها لحاظ شده - و آن وحدتی که فراتر از قوانین میرود، ظهور خواهد کرد. این وحدت همان کسی را که میتوانید باشید شکل میدهد، اگر بر روی هدفی خاص متمرکز شده و از آن منحرف نشوید.

داستانی مربوط به این ایده در انجیل مرقس وجود دارد. بخش مربوط با داستان سفر مسیح به معبد اورشلیم آغاز میشود، جایی که او صرافان و بازرگانان را بیرون می‌اندازد و با کاریزمایی مقاومت ناپذیر جمعیت را خطاب قرار میدهد و همانطور که داستان جلو میرود: «زمانی که کاتبان و کاهنان از این واقعه مطلع شدند، به این فکر افتادند که چطور می‌توانند او را نابود کنند: چون از او می‌ترسیدند و می‌دانستند همه مردم مبهوت آموزه‌های او هستند» (مرقس ۱۱: ۱۸). در نتیجه آنها شروع به توطئه چینی برای مسیح کردند و به امید شنیدن سخنی بدعت آمیز و تقاضای بالقوه اشد مجازات برای او، دائما او را زیر سوال می‌بردند، بنابراین «عده ای از فریضیان و هرودیان[2] را نزد او فرستادند تا او را به دام بیاندازند» (مرقس ۱۲:۱۳). مسیح استادانه با سوال کنندگان برخورد می‌کرد و مختصر جواب میداد و آنها آزرده و کینه توز به سکوت فرو می‌رفتند. این بخش از انجیل با سخت ترین و خائنانه ترین سوالات از جانب یکی از هم سخنان زیرک اما شاید تحسین گر به پایان می‌رسد (مرقس ۱۲:۲۸-۳۴):

۱ Exodus

۲ Herodians

www.KhoreKetab.com

و یکی از کاتبان آمد و آنها را که با هم استدلال می‌کردند شنید و فهمید که او (مسیح) به خوبی به آنها پاسخ داده است. بنابراین از او پرسید اولین دستور چه بود؟

و عیسی به او جواب داد اولین دستور برای بنی اسرائیل این است پس بشنو: خداوند، پروردگار ما، یکی است:

و به خداوند، خدای خود، با تمام قلب و روح و ذهن و ذهن و توانت عشق بورز: این اولین فرمان است.

و دومی این این است که همسایه ات را چون خودت دوست بدار. و هیچ فرمانی برتر از این نباشد.

و آن کاتب به او گفت: خب استاد تو حقیقت را گفتی: زیرا فقط یک خدا هست و جز او کسی نیست:

و دوست داشتنش با تمام قلب و روح و ذهن و توان در کنار عشق ورزیدن به همسایه از تمام فداکاری‌ها و قربانی‌ها بالاتر است.

و چون عیسی دید که او با احتیاط جواب میدهد به او گفت تو از پادشاهی خدا دور نیستی. و بعد از آن دیگر کسی شهامت پرسیدن سوالی نکرد.

تمام اینها چه معنایی دارد؟ شخصیتی منضبط که با مجموعه ای از قوانین مناسب یکپارچه شده، همزمان (شاید حتی ناآگاهانه) از بالاترین ایده آل ممکن تقلید میکند یا توسط آن هدایت میشود. ایده آلی از عناصر مرسوم «اخلاق» تشکیل شده و همه قوانین را سودمند، عادلانه و ضروری میکند. مطابق جواب مسیح، آن ایده آل یک چیز منحصر بفرد («یک پروردگار») است که کاملا مجسم شده (با تمام «قلب» و «روح» و «ذهن» و «توان») و سپس به صورت عشقی یکسان به خود و تمام بشر ظاهر میشود.

فرهنگ غرب «ناخودآگاه» تحت تاثیر یک درام بسیار عمیق قرار دارد که به خاطر مبنای تصورات یهودی-مسیحی، تمام این مفاهیم را منعکس میکند. از نظر روانشناسی، مسیح، تمثال یا تجسم تسلط بر تعصب و (در نتیجه) ظهور روح است. روح، نیروی خلاقی است که آنچه را بعدا در گذر زمان به تعصب تبدیل میشود، به وجود می‌آورد. بعلاوه روح همان است که در صورت امکان، مرتبا از سنت‌های شریف زمانه فرا می‌رود. به همین دلیل است که یک دوره کارآموزی با یک شاهکار به پایان می‌رسد که خلق آن نه تنها حاکی از فراگیری مهارت‌های مورد نیاز است بلکه با یادگیری توانایی خلق مهارت‌های جدید نیز همراه است.

همانطور که در قانون اول بحث شد، اگرچه مسیح اقدامات زیادی میکند که ممکن است انقلابی تلقی شود، اما در انجیل صریحا به عنوان استاد سنت نشان داده می‌شود و درباره خودش می‌گوید: «فکر نکن که آمده‌ام تا قانون یا پیامبران را نابود کنم. من نیامده‌ام تا نابود کنم، بلکه در پی تحقق شان هستم» (متی ۵:۱۷، KJV[1]). نسخه جدید بین المللی کتاب مقدس شاید آن را با درک بیشتری بیان کند: «فکر نکن که من آمده‌ام تا قوانین یا پیامبران را از میان بردارم. من برای منسوخ کردن آنها نیامده‌ام بلکه می‌خواهم آنها را تحقق ببخشم». بنابراین مسیح هم خودش را ثمره سنت میداند و هم آن کسی که سنت را خلق کرده و دگرگون میکند. همین الگوی خلاقانه کشمکش در تمام عهده عتیق دیده میشود که بخش عمده ای از آن شامل مجموعه داستان‌هایی درباره تقابل روح نبوی با فساد اجتناب ناپذیر تعصبی است که در خدمت قدرت به کار گرفته شده است. این شخصیتی است که در عمیق ترین احساسات روانشناختی، الگویی را تقلید می‌کند که ممکن است واقعاً غربی قلمداد شود.

اگر تا آنجا که می‌توانید به سختی برای یک هدف کار کنید، تغییر خواهید کرد. به جای انبوهی از خودهایی که قبلا بودید، به یک شخصیت واحد تبدیل خواهید شد. آن شخصیت

۱ King James Version

که به درستی رشد یافته نه تنها موجودی منضبط است که به خاطر فداکاری، تعهد و فداکاری شکل گرفته، بلکه همان است که با بیان وحدت شخصیت خود و جامعه، خودِ انضباط - خود تمدن - را می‌آفریند، نابود میکند و تغییر میدهد. این همان حقیقت است که عملکرد هر نظم قابل تحمل و برخاسته از دلِ آشوب، تا ابد به آن بستگی دارد.

تا آنجا که احتمالا می‌توانید برای یک هدف کار کنید و ببینید چه اتفاقی می‌افتد.

www.KhoreKetab.com

قانون هشتم

سعی کنید یک اتاق را در خانه‌تان تا حد ممکن زیبا کنید

www.KhoreKetab.com

تمیز کردن اتاق‌تان کافی نیست

مـن بـه دلیـل تشـویق مـردم بـه مرتـب کـردن اتـاق هایشـان مشـهور شـده ام. شـاید بـه ایـن دلیـل اسـت کـه مـن دربـاره ایـن توصیـه بسـیار جـدی هسـتم و شـاید بـه ایـن خاطـر کـه میدانـم انجـام دادن ایـن کار چنـدان کـه بـه نظـر میرسـد سـاده نیسـت. اتفاقـا مـن در سـه سـال گذشـته در تمیـز نگه داشـتن اتـاق کارم (کـه همیشـه آن را بـه حالـت طبیعـی خـود، دسـت نخـورده رهـا کـرده ام) ناموفـق بـودم. در آن دوران همسـرم بـه خاطـر تغییـرات عدیـده ای کـه مـن تجربـه کـردم - جدال‌هـای سیاسـی، تحـولات حرفـه ای، سـفرهای بـی پایـان، کوهـی از نامه‌هـای پسـتی و بیماریهـای دنبالـه دار - بـه چنـان آشـوبی کشـیده شـد کـه مـن بـه سـختی تحـت فشـار قـرار گرفتـم. ایـن آشـفتگی‌ها در کنـار ایـن واقعیـت کـه مـا بـه تازگـی بازسـازی خانـه مـان را تمـام کـرده بودیـم بـه اوج خـود رسـید، چـرا کـه بعد از چیـدن وسـایل، هـر آنچـه جایـی برایـش نداشـتیم، سـر از اتـاق مـن درآورده بـود.

یـک کلیشـه فرهنگـی در اینترنـت وجـود دارد کـه مـرا بـه ایـن خاطـر بـه دورویـی متهـم میکنـد و بـه خاطـر فیلمـی اسـت کـه در دفتـر کارم گرفتـم و کمـی آشـفتگی را در پـس زمینـه نشـان میدهـد (و حتی نمـی توانـم بگویـم کـه خـودم چنـدان بهتـر بـه نظـر می‌رسـیدم). مـن کـه هسـتم کـه بخواهـم بـه مردم بگویـم کـه پیـش از حـل کـردن باقـی مشـکلات دنیـا، ابتـدا اتاق‌تـان را مرتـب کنیـد، وقتـی ظاهـرا خودم نمـی توانـم چنیـن کاری را انجـام دهـم؟ امـا نکتـه ای همزمـان صریـح و معنـادار در ایـن اعتـراض وجود دارد، زیـرا مـن در آن لحظـه در موقعیـت منضبطـی نبـودم و بـدون شـک وضعیـت دفتـر کارم بازتابـی از وضعیـت خـودم بـوده اسـت. هـر روزی کـه در حـال سـفر بـودم، چیزهـای بیشـتری دور و بـرم انباشـته میشـد. در آن شـرایط اسـتثنایی کـه دفتـرم را بـه زوال بـود، مشـغول سـامان دادن بـه امـور دیگـری بـودم امـا همچنـان یـک عـادت اخلاقـی دارم کـه بایـد برگـردم و دفتـرم را مرتـب کنـم. و موضـوع صرفـا مرتب کـردن آنجـا نیسـت، بلکـه می‌خواهـم آراسـته اش کنـم: اتاقـم، خانـه‌ام و سـپس شـاید بـه هر روشـی که بتوانـم از عهـده آن برآیـم، جامعـه را آراسـته کنـم. و خـدا میدانـد کـه چقـدر به همچیـن چیزی نیاز اسـت.

زیباسـازی دشـوار اسـت، امـا بـه طـرز شـگفت آوری ارزشـش را دارد. اگـر یـاد بگیریـد کـه در زندگیتـان چیـزی را - حتـی فقـط یـک چیـز - واقعـا زیبـا کنیـد، آن وقـت بیـن خودتـان و زیبایـی ارتباطـی برقـرار کـرده ایـد. از همـان یـک مـورد می‌توانیـد ایـن رابطـه را بـه سـایر المان‌هـای زندگی‌تـان و جهـان گسـترش دهیـد. ایـن یـک دعـوت الهـی اسـت. ایـن کار، همـان دوبـاره پیوسـتن بـه جاودانگـی کودکی و عظمـت واقعـی بـودن اسـت کـه دیگـر نمـی توانیـد آن را ببینیـد. حتمـا بایـد جـرات امتحـان کردنش را داشـته باشـید.

اگـر در رشـته هنـر (ادبیـات یـا علـوم انسـانی) تحصیـل میکنیـد، چنیـن کاری را بـرای آشـنایی بـا خرد جمعـی تمـدن مـان انجـام می‌دهیـد. چنیـن کاری بسـیار ایـده خوبـی اسـت - و همینطور یـک ضرورت واقعـی اسـت - چـون مـردم نحـوه زندگـی بـرای بلنـد مـدت را بررسـی کـرده انـد. نتیجـه ای کـه آنهـا به آن رسـیده انـد عجیـب اسـت و همینطـور فـارغ از هـر مقایسـه ای، غنـی اسـت، بنابرایـن چرا بـه عنوان یـک راهنمـا از آن اسـتفاده نکنیـم؟ چنیـن تجربـه ای، بصیرت‌تـان را افزون‌تـر و برنامه‌تـان را جامع‌تـر میکنـد. همچنیـن باعـث میشـود تـا دیگـران را باهوش‌تـر و کاملتـر در نظـر بگیریـد و از خودتـان بـه طـور موثرتـری مراقبـت کنیـد. شـما از ایـن طریـق اکنـون را عمیق‌تـر و ریشـه دار در گذشـته - همانطـور کـه واقعـا هسـت - در نظـر میگیـرد و بسـیار دقیق‌تـر نتیجـه گیـری خواهیـد کـرد. همینطـور آینـده را بـه عنـوان واقعیتـی ملموس‌تـر در نظـر میگیـرد (زیـرا درک بهتـری از مفهـوم زمـان پیـدا کـرده ایـد) و احتمـال اینکـه آن را فـدای لذت‌هـای تکانـه ای کنیـد کمتـر اسـت. و عمـق، ملاحظـه و تفکـر واقعـی در شـما توسـعه می‌یابـد. دقیق‌تـر سـخن می‌گوییـد و مـردم بـه احتمـال بیشـتری بـه حرف‌هـای شـما گـوش میدهنـد و بـا شـما همـکاری میکننـد، همانطـور کـه شـما نیـز بیشـتر اینگونه بـا آنهـا رفتار خواهیـد کـرد. شـما بیشـتر بـه آن شـخصی که هسـتید تبدیل شـده و کمتـرماننـد آن ابزار کسـل کننده و بیچـاره ای خواهیـد بـود کـه بازیچـه ترویـج فشـار، هوس‌هـای زودگـذر و ایدئولـوژی اسـت.

یـک اثـر هنـری بخریـد. آنـی را پیـدا کنیـد کـه بـا شـما حـرف میزنـد و سـپس خریـداری اش کنیـد. اگـر یـک اثـر هنـری اصیـل باشـد، بـه زندگیتـان هجـوم مـی‌آورد و تغییـرش میدهـد. یـک قطعـه هنری

واقعی، دریچه ایست به تعالی و شما در زندگیتان به آن نیاز دارید، زیرا شما فانی و محدود به ناآگاهی‌تان هستید. تا وقتی نتوانید با این امر متعالی ارتباط برقرار کنید، قدرت پیروزی و چیرگی بر چالش‌های دلهره آور زندگی را نخواهید داشت. ما باید با آنچه فراتر از شماست پیوندی برقرار کنید، مثل آن کسی که در دریاهای دوردست نیاز به چیزی دارد که از زندگی اش محافظت کند، دعوت از زیبایی به زندگیتان یکی از ابزارهایی است که چنین هدفی را محقق میکند.

به همین دلایل است که ما باید نقش هنر را درک کنیم و دیگر از آن به عنوان ابزاری برای تجمل گرایی و بدتر از آن، تظاهر استفاده نکنیم. هنر، همان بستر فرهنگ است. این اساس فرایندی است که ما را از نظر روانشناختی منسجم کرده و منجر به صلحی سازنده بین ما و دیگران میشود. همانطور که در انجیل گفته شده: «انسان تنها با نان زنده نمی ماند» (متی ۴:۴). این گفته کاملا درست است. ما با زیبایی زندگی میکنیم. با ادبیات زندگی میکنیم. با هنر زندگی میکنیم. ما نمی توانیم بدون ارتباط با آنچه متعال است - و هنر یک وجود متعالی است - زندگی کنیم، چون در غیاب آن تعالی، زندگی بیش از حد کوتاه، ناگوار و غم انگیز است. ما باید هوشیار، بیدار و آماده باشیم تا بتوانیم به درستی زنده بمانیم، جهان را به درستی جهت دهیم، بدون آنکه چیزی را - شامل خودمان - نابود کنیم. زیبایی میتواند به ما کمک کند تا شگفتیِ بودن مان را تحسین کنیم و به ما انگیزه ای برای قدردانی می‌دهد، در غیر اینصورت بسیار مستعد گرفتار شدن در دام کینه ای ویرانگریم.

حافظه و بینایی

غرور طاووس از فخر خداست.

شهوت بز از بخشندگی خداست.

خشم شیر از حکمت خداست.

برهنگی زن، اثر خداست.

www.KhoreKetab.com

فزونیِ غم، خنده است. فزونیِ خنده، اشک است.

غرش شیرها، زوزه گرگ ها، طوفانی شدن دریا و آن شمشیر ویرانگر، بخش‌هایی از ابدیت اند که برای چشم انسان بسیار بزرگ است.

ویلیام بلیک، از «ضرب المثل‌های جهنم»، وصلت بهشت و جهنم[1]

وقتی بچه بودم تمام فواصل و جزئیات خانه‌های اطرافمان را میدانستم. همه کوچه پس کوچه ها، محل‌های پشت حصارها، جای تک تک چاله چوله‌های پیاده راها و میانبرها را می‌شناختم. محل جغرافیاییِ وسیعی نبود، اما من همه جای آن را گشته بودم و اطلاعاتم از آنجا بسیار دقیق و مفصل است. حالا یک بزرگسال هستم، دیگر مثل آن دوران نیست. من بیشتر دوران کودکی و نوجوانی‌ام را در فِرویو[2] زندگی کردم. با اینکه فقط برای نه سال آنجا بودم، هنوز می‌توانیم تصویر واضحی از خیابانی که در آن زندگی میکردم به یاد بیاورم. از وقتی در تورنتو زندگی میکنم، با اینکه از نظر زمانی، بیش از دو برابر آن دوران را در یک خیابان زندگی کرده ام، اما هنوز حس مبهمی از خانه‌های اطرافمان دارم.

به نظر من این چیز خوبی نیست. به همین دلیل است که کمتر احساس میکنم در خانه هستم. انگار وقتی در خیابان قدم میزنم و نگاهی به یک خانه محلی می‌اندازم، آنچه می‌بینم صرفا شمایل یک خانه است (چرا که واقعا خصوصیات ویژه هر خانه عملا چه تفاوتی برای من دارد؟) و بعد بلافاصله حواسم به موضوع دیگری پرت می‌شود. من دیگر خانه‌ها را با رنگها، گلها و جزئیات معماری خاص آنها نمی بینم، علی رغم این واقعیت که اگر توجه دقیق میکردم شاید شور و شوقی درونم بر می‌انگیخت. تا این مرحله از زندگی‌ام خانه‌های بسیاری در جاهای زیادی دیده‌ام و وقتی از کنار خانه ای رد میشوم اطلاعاتی از کلیات آن خانه دارم، اگر چه

۱ William Blake, from “Proverbs of Hell,” The Marriage of Heaven and Hell

۲ Fairview

www.KhoreKetab.com

بسیار کم است. بنابراین من خصوصیات جذاب و زیبایی‌های جزئیات آن را - مثل ویژگی‌های خوب یا بد آن - نادیده میگیرم و فقط آن حدی از ویژگی هایش را می‌بینم که برای جهت گیری‌ام کافی باشد و از کنار آن عبور میکنم. این خسارتی واقعی است. من به همین سادگی، در بزرگسالی‌ام دیگر مثل زمان کودکی در محل زندگی‌ام حضور ندارم. من از واقعیت جهان جدا شده ام. و به همین دلیل احساس بسیار عمیقی از تعلق خاطر از بین رفته است.

ادراک من جایگزین حافظه کاربردی و عملی شده است. این امر از بعضی جنبه‌ها باعث افزایش کارایی من شده اما به بهای تجربه ای ضعیف از غنای جهان. یادم می‌آید وقتی بچه هایم دو و سه ساله بودند در دانشگاه بوستون به تازگی مشغول تدریس شدم. خیلی مشغول کارم بودم، سعی میکردم خودم را برسانم، در حرفه‌ام پیشرفت کنم و با تنها درآمد خانواده، پول کافی برای حمایت از خانواده‌ام بدست بیاورم. وقتی به خانه می‌آمدم مدتی با همسرم تامی و فرزندانم مایکلا و جولیان در محلی قدم میزدیم. یاد می‌آید که برایم چقدر سخت بود که با آنها صبور باشم. من همیشه بیش از حد کار داشتم - یاد باورم اینطور بود - و سالها با تلاش زیادی خودم را پیوسته برای تمرکز بر آن منضبط کرده بودم. اگر به پیاده روی می‌رفتیم می‌خواستم بدانم دقیقا کجا قرار است برویم، چقدر طول میکشد به آنجا برسیم و دقیقا کی برمیگردیم. این اصلا نگرشی نیست که وقتی تلاش میکنید زمانی لذت بخش و معقول را با کودکان نوپا بگذرانید در پیش بگیرید. برای موقعی که می‌خواهید خودتان را در این تجربه غرق کنید و یا در لذت تماشای کاوش بی انتهای آنها مشارکت کنید این نگرش اصلا مناسب نیست. مگر اینکه بخواهید خطر از دست دادن چیزی مهم را به جان بخرید.

برای من بسیار دشوار بود که آرامش و تمرکزم را در زمان حال حفظ کنم و ببینم که بچه‌های کوچکم مسیر پر پیچ و خم شان را در آن همسایگی دنبال میکنند، بدون اینکه مقصد، هدف یا برنامه خاصی در ذهنشان باشد و عمیقا خودشان را با یک سگ محلی، یک حشره، یک کرم خاکی یا بازی که در طول مسیر ابداع کرده بودند، مشغول میکنند. با این حال، گهگاه میتوانم

بـه طـور خلاصـه و در همـان چارچـوب اولیـه ای قـرار بگیـرم کـه آنهـا در آن زندگـی میکننـد و ببینـم کـه چطـور پیـش از آنکـه بـه خاطـر تجربـه محـدود شـوند و حافظـه ای کارآمـد داشـته باشـند، میتواننـد از جدیـد بـودن همـه چیـز، لذتـی نـاب ایجـاد کننـد (و ایـن یکـی از موهبت‌هـای شـگفت انگیـزی اسـت کـه بچه‌هـای کوچـک بـه شـما می‌بخشـند). امـا مـن هنـوز به حـد کافـی توسـط دغدغه‌هـای آینـده‌ام تسـخیر شـده‌ام کـه ذهنـم دوبـاره بـه طـور غیـر ارادی بـه یک مشـغله دیگـر کشـانده شـود و دربـاره کار بعـدی کـه بایـد انجـام شـود فکـر کنـم. علیرغـم فایـده ای کـه از نظـر بهـره وری، بـه خاطـر بـی تابـی ام، عایـدم میشـد مـن کامـلا بـه خوبـی می‌دانسـتم کـه زیبایـی، معنـا و احسـاس تعلـق خاطـر را از دسـت میدهـم. مـن کوتـه فکـر، باهـوش و متمرکـز بـودم و هزینـه کـه بـرای چنیـن انتخابـی پرداختـم، همـان کـوری مـورد نیـاز کارایـی، موفقیـت و نظـم بـود. مـن دیگـر دنیـا را نمـی دیـدم. مـن فقـط چیزهـای کمـی را میدیـدم کـه بـرای پیمایـش بـا بیشـترین سـرعت و کمترین هزینـه لازم داشـتم. هیچ کدامشـان تعجـب آور نبـود. مـن مسـئولیتهای یـک بزرگسـال را بـه عهـده داشـتم. مـن یـک شـغل پرکار داشـتم. بایـد از خانـواده‌ام مراقبـت میکـردم و ایـن بـه معنـی قربانـی کـردن اکنـون و همـراه شـدن بـا آینـده اسـت. امـا حضـور بچه‌هـای کوچـک در اطرافـم و اصـرار سرسـختانه آنهـا بـرای حضـور در اکنـون و شـیفتگی آنهـا نسـبت بـه آنچـه مسـتقیما اطرافشـان بـود، باعـث شـد مـن از فقدانـی کـه بـا بلـوغ همـراه اسـت بـه خوبـی آگاه باشـم. شـاعران بـزرگ بـه وضـوح از ایـن امـر آگاه هسـتند و آنچـه را کـه در تـوان دارنـد بـرای یـادآوری بـه بقیـه مـا انجـام میدهنـد:

روزگاری بود که چمنزارها، بیشه‌ها و رودخانه ها،

زمین و هر آنچه به چشم میرسید،

از نگاه من،

پوشیده از نور آسمانی،

و شکوه و طراوت یک رویا بود.

اما حالا دیگر مثل گذشته‌های دور نیست.

حالا به هر جهت که می‌چرخم،

شب و روز،

دیگر آنچه تاکنون دیده‌ام را نمی توانم ببینم.

ای موجودات مبارک، من این صدا را که برای یکدیگر می‌سرایید،

شنیده ام.

من آسمانها را دیده‌ام که در روز جشن با شما می‌خندند.

قلب من در جشن‌تان حضور دارد.

اما سر من تاج خودش را دارد.

من سعادت شما را احساس میکنم.

ای روزگار بد! سوگند میخورم،

وقتی زمین خودش را می‌آراید،

این صبح زیبای اردیبهشت ماه،

که بچه‌ها در هزاران دره وسیع و دور دست،

با گلهایی تازه و آفتاب گرم،

از هر جهت می‌دوند.

و صدای آن طفل نوزادی که در بین بازوان مهربان مادرش جست و خیز میکند،

میشنوم، میشنوم، با خوشحالی می‌شنوم.

اما از میان درختان، یکی هست،

در زمینی که وقتی نگاهش میکنم،

هر دوشان از چیزی سخن می‌گویند که از میان رفته است.

بنفشه در پیش پای من،

همان داستان را تکرار میکند:

آن درخشش بینایی کجا رفته؟

آن شکوه و رویا کجاست؟

ویلیام وردزورث[1]، «غزل: تعابیر جاودانگی از خاطرات دوران کودکی»

واقعیت این است که برخی از افراد هرگز چشم انداز باشکوه دوران کودکی را از دست نمی دهند. این ویژگی در مورد هنرمندان صدق میکند (و در واقع بخشی است حیاتی از آنچه آنها را هنرمند میکند). به نظر میرسد ویلیام بلیک[2]، نقاش و شاعر انگلیسی، یکی از این افراد بوده است. او در دنیایی رویایی و منحصربفرد زندگی میکرد. بلیک شبیه حرف فیلسوفی به اسم امانوئل کانت درباره «ذات» را درک کرده؛ اینکه ما انعکاسی کم حالی از اون چیزی هستیم که اطرافمون اتفاق میفته، بعلاوه اون تفسیری که ادراک بالغِ محدود مون بهمون تحویل میده. بلیک خیلی به اهمیت استعاری و نمایشی هر اتفاقی که میوفتاد و ظاهرا بی ارتباط با هم به نظر میرسید، حساس بود. شیوه بلیک این بود که میگفت هر اتفاقی، پر از مفاهیم بی پایان شاعرانه است:

۱ "William Wordsworth, "Ode: Intimations of Immortality from Recollections of Early Childhood

۲ William Blake

هر کشاورزی میداند،

هر اشکی که از چشمی فرو می‌ریزد،

در ابدیت به کودکی معصوم تبدیل میشود،

و به شادی خود برمیگردد.

زنان زیرک این [نکته] را می‌دانند.

همه صداها چون امواج اقیانوس،

که بر صخره و ساحل می‌کوبند،

در بهشت طنین انداز خواهند شد.

کودکی که مورد ضرب و شتم قرار میگیرد،

باعث محقق شدن واکنش گیتی میشود،

و انتقامش را در قلمرو مرگ پس خواهد گرفت.

فریاد بی نوایی که در آسمان می‌پیچد،

می تواند بهشت را به لرزه درآورد.

آن سرباز بازیچه، با اسلحه و شمشیر،

خورشید تابستان را نشانه رفته است.

یک قرانی آن مرد بیچاره،

بیشتر از معدن طلایی در آفریقا می‌ارزد.

دستمزد اندکی که کارگری به دست می‌آورد،

بالاخره برای خریدن زمین‌های آن خسیس تنگ نظر کافی خواهد بود.

اگر از بالا، پولی که کارگران به دست می‌آورند محافظت شود،

قدرت آن پول برای کنترل تمام ملت کافی است.

اگر کسی ایمان ساده کودک را مسخره کند،

باید درباره وحشت از پیری و مرگ دست انداخته شود.

آنکه شک را به کودک بیاموزد،

هرگز از گور پوسیده بیرون نمی رود.

آنکه به ایمان کودک احترام می‌گذارد،

بر جهنم و مرگ غلبه میکند.

کتاب «هزاران معصومیت» اثر ویلیام بلیک (سطر ۶۷-۹۰)

تخیل یک هنرمند واقعی مثل بلیک، حقیقتا بیش از اندازه است، چون در واقعیت هم آنچه فراتر از ادراک محدود شده و در حافظه ماست، بیش از اندازه بزرگ می‌باشد. کلیت ژرف جهان، گذشته، الان و آینده از هم جدایی نشدنی اند: و هیچ موجودی از اون یکی جدا نیست، هر سطحی به سطح دیگر وابسته است. همه چیز تلویحا به وجودی حیاتی و فراتر از درک ما وابسته است. تخیل ما به چیزی که همه مون می‌بینیم متمرکز میشه: مثلا شاید به یک گلدون گل، با تمام پیچیدگی و زیبایی اش. هر شکوفه اش که از هیچ رشد میکند و تو بهار و تابستان و پاییز و زمستون چهره عوض میکند. ظاهرش نشون دهنده رمز و راز مطلق وجودش هست که در عین اشتراک با بقیه گیاهان، از نظر فرم اصلیش، رنگ عوض میکند و به این ترتیب ما را نسبت به واقعیت کامل و غیر قابل درکش سردرگم میکند.

www.KhoreKetab.com

از کجا میدانی که آن پرنده ای که آسمان را در می‌نوردد، دنیایی از سرور و خوشی نیست که حواس پنجگانه ما نسبت به آن کور مانده؟

ویلیام بلیک، «یک فانتزی به یاد ماندنی»، از وصلت بهشت و جهنم

به عنوان مثال درک نقاشی گلهای زنبق ون گوگ - همان نقاشی که در ابتدای این فصل آمده - مانند این است که از پنجره ای به سوی ابدیتی که یکبار نشانمان داده نگاه کنیم تا به یاد بیاوریم که جهان با این آشنایی عامیانه ای که از آن داریم حقیقتا چه الهام بخش و معجزه آساست. به اشتراک گذاشتنِ ادراک هنرمند، ما را با منبع الهام، که می‌تواند شور و شوق ما را در جهان زنده کند، دوباره متحد می‌کند، حتی اگر جان کندن‌ها و تکرار هر روزه زندگی، بصیرت ما را به تنگ نظرانه ترین و عملیاتی ترین دیدگاه‌ها کاهش داده باشد.

اما اولین عواطف

آن خاطرات مه آلود

بگذار هر کدامشان هر آنچه بودند همانطور بمانند

چرا که همانها هنوز چشمه نور روزهایمان هستند

چرا که همانها هنوز نور چشم مان هستند

همانها که حمایت مان میکنند، گرامی مان میدارند و این قدرت را دارند که

سالهای پر هیاهوی مان را چون چند لحظه کوتاه از وجود آن سکوت ابدی در نظرمان جلوه کند:

همان واقعیت‌هایی که زنده شده اند

تا هرگز نمیرند

تا نه سستی و نه تلاش دیوانه وار

نه مرد و نه پسر

و نه هیچیک از آن کسانی که با شادی در خصومت اند

نتوانند آن را از میان ببرند و نابود کنند!

ویلیام وردزورث، «غزل: تعابیر جاودانگی از خاطرات دوران کودکی»

تمـام اینهـا بسـیار ترسـناک اسـت. درک پوسـته ای از خـود کـه بـه آن تبدیل شـده ایم بسـیار ترسـناک اسـت. حتـی یـک نـگاه بـی درنـگ بـرای یـک لحظه، بـه یک حقیقـت متعالـی کـه در مـاورا وجـود دارد بسـیار ترسـناک اسـت. مـا فکـر میکنیـم کـه وقتـی نقاشـی‌های بـزرگ مـان را بـا قاب‌هـای مجلـل و گرانبهـا محـدود می‌کنیـم، بـرای ایـن اسـت کـه از آنهـا تجلیـل کنیـم، امـا دسـت کـم بـه همـان انـدازه بـه ایـن دلیـل اسـت کـه میخواهیـم شـکوه آن نقاشـی بـه چارچوب قـاب آن ختـم شـود. آن حـد و مرز، جهانـی را کـه مـا بـا آن آشـناییم دسـت نخـورده و بـدون تغییـر باقـی میگـذارد. مـا نمـی خواهیـم ایـن زیبایـی از چارچـوب تعییـن شـده اش فراتـر بـرود و هـر آنچـه را کـه می‌شناسـیم بـر هـم بزنـد.

مـا بـا مـوزه هایمـان، پناهگاه‌هـای نبـوغ مـان، نیـز همیـن کار را میکنیـم و هـر آنچه شـاهکار اسـت - و در اصـل میتوانیـم در جهـان توزیـع کنیـم - از بقیـه مجـزا میکنیـم. چـرا هر شـهری نمی توانـد معبدی مختـص یـک قطعـه بـزرگ هنـری داشـته باشـد، بـه جـای اینکـه تمـام بـه نحـوی گـردآوری شـوند کـه بـرای هرکسـی ممکـن نباشـد کـه یکبـار بـه آنهـا نگاهـی بیانـدازد و اهمیـت شـان را درک کنـد؟ آیـا یک شـاهکار بـرای یـک اتـاق یـا سـاختمان کافـی نیسـت؟ ده اثـر هنـری عالـی یـا صـد اثـر، همگـی در یک اتـاق، بـا توجـه بـه ایـن کـه هـر کدامشـان بـه خـودی خـود دنیایـی درونشـان دارنـد کار نامعقولـی اسـت. چنیـن جمـع آوری‌هـای انبوهـی دون شـان ارزش و خصوصیـات ویـژه و منحصـر بفـرد هـر یک از ایـن آثـار غیـر قابـل جایگزیـن و گرانبهاسـت. ایـن تـرس اسـت کـه مـا را بـه محدود کـردن هنـر ترغیب میکنـد. و جـای تعجبی نـدارد.

www.KhoreKetab.com

آیا هزار هکتار زیاد است؟ آیا زمین بزرگ است؟

آیا تاکنون آنقدر تمرین کرده ای که خواندن را یاد بگیری؟

آیا از اینکه معنای شعری را فهمیده ای آنقدر احساس غرور کرده ای؟

این روز و شب را با من بمان تا معنای تمام شعرها را بفهمی،

باید از خیر زمین و خورشید بهره برد (و تازه میلیونها خورشید هنوز مانده)،

دیگـر منابـع دسـت دوم و سـوم را نپذیـر، و از چشـمان مـردگان بـه زندگـی نـگاه نکـن، و از اوهـام کتابهـا سـیراب نشـو،

حتی نباید دنیا را از چشمان من ببینی،

بلکـه تـو بایـد خـودت تمـام و کمـال گـوش کنـی و آن را کـه میخواهـی از صافـی خـودت عبـور دهـی.

والت وایتمن[1]، «شعر من»

سـخت اسـت کـه خودمـان را بـی حصـار در مقابـل زیبایـی جهانـی کـه مـا بـه عنـوان بزرگسـالانی بـه سـادگی آن را نقاشـی کـرده ایـم، بگشـاییم. امـا اگـر چنیـن نکنیـم - مثـلا اگـر بـه یـک بچـه به درسـتی قـدم نزنیـم - هیبـت و وحشـتی کـه جهـان نامحـدود پیوسـته می‌توانـد بیافرینـد عنـان زندگـی را از دسـتمان خـارج کـرده و آن را بـه ضرورتـی تلـخ برایمـان کاهـش میدهـد.

قلمرویـی کـه می‌شناسـید، قلمرویـی کـه نمی‌شناسـید، و قلمرویـی کـه حتـی نمی‌توانیـد تصـورش را بکنیـد

شـما در سـرزمینی کـه بـه طـور عملـی و مفهومی می‌شناسـید سـاکنید. امـا تصور کنید کـه بیـرون از آن

۱ “Walt Whitman, “Song of Myself

w w w . K h o r e K e t a b . c o m

چـه چیـزی وجـود دارد. فضـای عظیمـی از تمـام آن چیزهایـی وجـود دارد که شـما نمـی دانید اما شـاید کسـان دیگـری باشـند کـه دسـت کـم تـا حـدی آن را میفهمنـد. نهایتـا خـارج از دانش شـما، فضایـی از چیزهایـی هسـت کـه هیـچ کـس دربـاره آن چیـزی نمیدانـد. دنیای شـما قلمرو شـناخته شـده ایسـت کـه توسـط چیزهایـی نسـبتا ناشـناخته تـا مطلقـا ناشـناخته احاطـه شـده اسـت. ایـن دو باهـم قلمـرو مـورد قبـول کهـن الگـو را می‌سـازند. همـان ناشـناخته ای کـه خـودش را در میـان شـناخته شـده‌ها بـه شـما نشـان میدهـد. ایـن افشـاگری - گاهـی هیجـان انگیـز، امـا اغلـب بسـیار دردنـاک - منبعی اسـت بـرای دانـش جدیـد. امـا یـک سـوال اساسـی باقـی مانـده: ایـن دانـش چطـور تولیـد شـد؟ آنچـه درک شـده و قابـل فهـم اسـت ناگهـان خـودش را از قلمـرو ناشـناخته‌ها بـه صـورت کامـلا مشـهود و تبییـن شـده در نمـی آورد. دانـش قبـل از اینکـه بـه یـک امـر مسـلم تبدیـل شـود بایـد از بسـیاری مراحـل تجزیـه و تحلیـل - از بسـیاری تحـولات - عبـور کنـد.

اولیـن مرحلـه، عمـل خالـص - یـا عمـل انعکاسـی در ابتدایـی تریـن سـطوح اسـت. اگـر چیـزی غافـل گیرتـان کنـد، شـما اول بـا بدنتـان واکنـش نشـان میدهیـد. شـما بـا حالـت دفاعـی کـز میکنیـد، یـا خشـک نـان میزنـد و یـا وحشـتزده فـرار میکنیـد. اینهـا تمـام اشـکال بازنمایـی و طبقـه بندی در شـکل نوپـای آن اسـت. کـز کـردن بـه معنـی حملـه لازم بـرای شـکار اسـت. در جـا خشـک شـدن بـه معنـای تهدیـد درنـده اسـت و وحشـت بـه معنـای ضـرورت. دنیایـی از امکان‌هـا بـا چنیـن کنش‌هـای غریـزی، مجسـم، ناخـودآگاه و غیـر قابـل کنتـرل خـودش را بـه فعلیـت تبدیـل میکنـد. اولیـن درک از امـکان یـا بالقـوه، مفهومـی نیسـت. ایـن درک، مجسـم امـا همچنـان بازنمایـی اسـت. (اینجـا دیگر سـخن از ذات نیسـت بلکـه یـک واکنـش فیزیکـی متناسـب، همـان بازنمایی اسـت.)

فـرض کنیـد شـب در خانـه و تنهـا هسـتید. هـوا تاریـک و دیـر وقـت اسـت. یـک صـدای غیرمنتظـره شـما را از جـا می‌پرانـد و خشـکتان میزنـد. ایـن اولیـن تغییـر اسـت: تغییـر از صدایـی ناشـناخته (یـک الگـو) بـه موقعیـت بـی حرکـت. سـپس ضربـان قلبتـان بـرای آمادگـی بـرای اقدامـی نامشـخص اوج میگیـرد، کـه همـان دومیـن تغییـر اسـت. شـما در حـال آمـاده شـدن بـرای دومیـن حرکـت ایـد. بعـد

تصورات تان، آن تاریکی را با هر آنچه که ممکن است آن صدای غیر منتظره را ایجاد کرده باشد، پر میکند. این سومین تغییر و بخشی از یک توالی کامل و کاربردی است: پاسخ‌های مجسم (بی حرکتی و افزایش ضربان قلب) و سپس بازنمایی خیالی. دومین قسمت، بخشی از کاوشی است که با غلبه بر وحشت زدگی و بی حرکتی ناشی از آن (با فرض اینکه اتفاق غیر منتظره دیگری نیفتاده باشد) و کنکاش در محل و جایی که احتمالا آن صدا از آنجا بلند شده، گسترش می‌یابد. حالا دیگه شما فعالانه مشغول به کاوشید - کاوشی که مقدمه ای برای درک مستقیم، استخراج دانش از اون منبع، و برگشت به وضعیت آرامش است، البته اگر ثابت شد که اون صدا موضوع مهمی نیست. این همان روندی است که دانش از حالت ضمنی به صریح تبدیل میشود. و بعد اگر ثابت شود که صدا از منبع مهمی نبوده، دوباره به همان صلح آرامبخش و روتین گذشته بر میگردد. به این ترتیب اطلاعات ناشناس، شناس تبدیل می‌شود. (به جز زمانی که ثابت میشود سر و صدا از منبع بی اهمیتی نبوده و اینگونه مشکل پیش می‌آید.)

هنرمندان افرادی هستند که در مرز تبدیل ناشناخته‌ها به دانش می‌ایستند. آنها به ناشناخته هجوم می‌برند قطعه ای از آن را میگیرند و آن را به یک اثر هنری تبدیل می‌کنند. شاید این کار را از طریق رقص نمایش دهند که اگرچه به بیان نمی آید، اما از طریق نمایش فیزیکی قابل انتقال به دیگران است. شاید این کار را از طریق بازیگری، نقاشی و مجسمه سازی انجام دهند که نوع پیچیده ای از تجسم و تقلید است. شاید آن هنرمند این کار را از طریق فیلمنامه نویسی یا نوشتن یک رمان انجام دهد. بعد از همه اینها، نوبت به روشنفکرانی میرسد که با فلسفه و نقد، قواعد و نمایش هنرمند را چکیده کرده و به بیان در می‌آورند.

نقشی را که افراد خلاق در شهرها ایفا میکنند در نظر بگیرید. آنها به طور معمول کمی گرسنه می‌مانند، زیرا موفقیت تجاری به عنوان یک هنرمند غیرممکن است و گرسنگی تا حدی انگیزه آنهاست (کاربرد ضرورت را دست کم نگیرید). آنها در فقر خود در شهر گشت و گذار می‌کنند و محله‌های پر از جرم و جنایت را که روزهای بهتری را نیز دیده اند، کشف میکنند. آنها می‌بینند،

کنجکاوند و فکر میکنند: «با کمی کار می‌توان این منطقه را جالب‌تر کرد.» سپس بر میگردند، تکه‌هایی را با هم جور میکنند و یک گالری از آثار هنری شان بر پا میکنند. آنها هیچ درآمدی کسب نمی کنند ولی فضا را کمی متمدن می‌کنند. با این کار آنچه را که بسیار خطرناک به نظر میرسد، برجسته و به موضوعی پیشگام تبدیل میکنند. سپس در آن مناطق یک کافی شاپ یا یک لباس فروشی نامتعارف ظاهر میشود. نکته بعدی که می‌دانید این است که طبقه پیشرو به راه افتاده اند. آن نیز افراد خلاقی هستند اما محافظه کارتر (شاید توانمندتر اما ریسک گریزتر - بنابراین آنها اولین کسانی نیستند که در آن مرز ناشناخته قرار میگیرند). بعد سر و کله برنامه نویسان و فروشگاه‌های زنجیره ای و طبقه اقتصادی بالاتر از متوسط پیدا میشود. سپس هنرمندان از آن منطقه کوچ میکنند، چون دیگر توانایی پرداخت اجاره در آن منطقه را ندارند. این هزینه ای بارز برای یک آوانگارد (پیشرو) است، اما حتی با اینکه سخت است اشکالی ندارد، زیرا با تمام ثبات و قابلیت پیش‌بینی، دیگر نباید هنرمندان آنجا باشند. آنها باید مناطق دیگری را آباد کنند. آنها نیاز به دورنمای دیگری برای فتح کردن دارند. این محیط طبیعی آنهاست.

آن مرزی که هنرمندان در آن قرار دارند و در آن هرج و مرج را به نظم در می‌آورند، می‌تواند جایی بسیار خشن و خطرناک باشد. هنرمند با زندگی در آنجا، خطر سقوط در آن آشوب را به جای تبدیل آن به جان میخرد. اما هنرمندان همیشه در مرز درک بشر زندگی کرده اند. هنر با جامعه همان رابطه ای را دارد که رویاها با زندگی ذهن. شما هنگام خواب بسیار خلاق اید. به همین دلیل است که وقتی خوابی را به یاد می‌آورید می‌گویید: «این دیگر از کجا آمد؟» این نکته بسیار عجیب و غیر قابل درک است که اتفاقی در سر شما می‌افتد و شما هیچ ایده ای ندارید چطور اتفاق افتاده یا چه معنایی دارد. اینکه صدای طبیعت در روان شما ظاهر میشود، یک معجزه است. رویا، درست مثل هنر، واسطه ای میان نظم و آشوب است. بنابراین نیمه آشوبناک است. به همین دلیل قابل درک نیست. رویا، دورنمایی است که هنوز صریحا به بیان در نیامده. کسانی که آن دورنماهای نیمه متولد را به تولیدات هنری تبدیل می‌کنند، همان‌هایی

www.KhoreKetab.com

هستند که شروع به تغییر آنچه را درک نمی کنیم به چیزی می‌کنند که حداقل می‌توانیم ببینیم. این همان نقش هنرمند در پیشتازی است. این جاویژه[1] بیولوژیکی آنهاست. آنها عوامل اولیه تمدن هستند.

هنرمندان به خوبی نمی دانند که چه کاری انجام می‌دهند. اگر کاری کاملا جدید باشد، نمی دانند. در غیر اینصورت فقط می‌توانند بگویند که منظورشان چه بوده و رک و روراست ماجرا تمام شود.. آنها نیازی به بیان در قالب رقص، موسیقی و تصویر ندارند. اما آنها از طریق احساسات و شهود - و توانمندی شان در شناسایی الگوها - هدایت می‌شوند و همه اینها حداقل در مراحل اولیه بیشتر تجسم می‌یابند تا به بیان درآیند. هنرمند هنگام خلق یک اثر، با مشکلی - که شاید حتی به طور کامل آن را درک نمیکند - دست و پنجه نرم می‌کند تا بتواند چیزی نو را در مرکز توجه قرار دهد. در غیر اینصورت آنها صرفا مبلغ اند و با معکوس کردن روند هنری، تلاش میکنند تا چیزی را که قبلا به بیان در آمده با اهداف ایدئولوژیک به تصویر بکشند. تحت کنترل درآوردن بالا برای اهداف پایین، یک گناه بزرگ است. اطاعت هنرو ادبیات از سیاست، یک تاکتیک تمامیت خواهی است (یا محو کردن مرز تمایز بین آنهاست).

هنرمند کسی است که با چیزی که خودش درک نمیکند، دست و پنجه نرم میکند. در غیر اینصورت هنرمند نیست، بلکه ژست هنری و اغلب شکست عاطفی، خودشیفتگی یا وانمود به بازیگری (نه در معنای خلاقانه آن) است. اما اگر فردی یک هنرمند واقعی باشد به شیوه ای خاص و با وسواس با شهودش روبرو خواهد شد، تسخیر خواهد شد و بسیار مایل است که علی رغم تمام مخالفت ها، طرد شدن ها، انتقادها و شکست‌های عملی و مالی از شهودش پیروی کند. زمانی که موفق می‌شوند، دنیا را به جایی که قابل درک تری تبدیل میکنند (یا گاهی چیزی درک شده اما منسوخ را با چیزی جدید و بهتر جایگزین می‌کنند). آنها قلمرو

۱ Niche

www.KhoreKetab.com

ناشناخته را به مرزهای آگاهی و دنیای اجتماعی و تبیین شده نزدیک میکنند. و سپس افرادی که این آثار را می‌بینند یا به آنها گوش میدهند، از آن مطلع میشوند، اما خودشان نمی دانند که چطور و چرا. و مردم در آنها ارزش زیادی - شاید بیش از هر چیز دیگری - می‌بینند. دلایل خوبی دال بر این نکته وجود دارد که گرانقیمت ترین آثار هنری - آنهایی که به معنای واقعی کلمه نمی توان قیمت گذاری کرد - بزرگترین آثار هنری اند.

من یک بار از موزه هنرهای متروپولیتن[1] در نیویورک دیدن کرده ام. این موزه مجموعه ای از نقاشی‌های بزرگ و مشهور دوران رنسانس است و با فرض اینکه برای خرید قابل دسترس باشد، هر کدامشان صدها میلیون دلار ارزش دارند. جایی که آنها را نگهداری میکنند یک زیارتگاه است - مکانی مقدس هم برای خداباوران و هم خداناباوران. این مکان در یکی از گران ترین و معتبرترین موزه ها، واقع در املاکی با بالاترین کیفیت و مطلوبیت در شهری است که ممکن است مهیج ترین و فعالترین شهر دنیا باشد. این مجموعه در مدتی طولانی و با سختی‌های زیادی گردآوری شده بود. این گالری پر از آدمهای مختلف بود که بسیاری از آنها به عنوان بخشی از سفر زیارتی شان به آنجا سفر کرده بودند.

من از خودم پرسیدم: «این افراد اینجا چه میکنند؟ آنها مسافتهای طولانی را به اینجا طی میکنند تا به این نقاشی‌ها نگاه کنند؟ و خودشان معتقدند که اینجا چه میکنند؟» یکی از این نقاشی‌های بی نقص، مربوط به تصویر مریم مقدس بود. مادر خدا در حالیکه در هاله ای از ابرها و با کودکانی عریان[2] محاط شده با خوشبختی به سوی بهشت میرود. آدمهای بسیاری به این تصویر خیره نگاه می‌کردند و لذت می‌بردند. با خودم فکر کردم: «آنها نمی دانند معنای این نقاشی چیست. معنای نمادین و اهمیت کودک عریان چیست، یا ایده ستایش مادر خدا چه میگوید. و اینکه خدا بهرحال مرده و همان داستان‌هایی که میدانید. چرا با این وجود

۱ the Metropolitan Museum of Art

۲ putto

چنیـن نقاشـی ارزش خـود را حفـظ کـرده؟ چـرا ایـن نقاشـی در ایـن اتـاق و در ایـن سـاختمان در کنـار دیگـر نقاشـی هـا، در ایـن شـهر قـرار گرفتـه و بـه خوبـی از آن مراقبـت می‌شـود تـا دسـت کسـی بـه آن نرسـد؟ چـرا ایـن نقاشـی - و همـه آن نقاشـی‌ها - توسـط کسـانی کـه همـه چیـز دارنـد، قیمت گـذاری نشـده و تـا ایـن حـد مطلـوب اسـت؟ چـرا چنیـن آثـاری در یـک زیارتـگاه مـدرن نگهـداری میشـود و مـردم از سراسـر دنیـا بـرای دیـدن شـان می‌آینـد - مثـل اینکـه وظیفـه دارنـد یـا حتـی دیـدن ایـن آثـار بـه نظرشـان مطلـوب و ضـروری اسـت؟»

مـا بـا ایـن اشـیا طـوری رفتـار میکنیـم کـه گویـی مقـدس انـد. حداقـل ایـن چیـزی اسـت کـه رفتـار مـا در مجـاورت آنهـا نشـان میدهـد. مـا بـا ناآگاهـی و از روی تعجـب بـه آنهـا خیـره میشـویم و آنچـه را کـه از یـاد بـرده ایـم بـه خاطـر می‌آوریـم؛ آنچـه را کـه دیگـر نمـی توانیـم ببینیـم (یـا مایـل بـه دیدنـش نیسـتیم) بـه طـور مبهمـی درک میکنیـم. آن ناشـناخته از طریـق آثـار هنرمنـدان بـزرگ، کـه تـا حـدی تبییـن شـده، می‌درخشـد. آن وصـف نشـدنیِ اعجـاب انگیـز شـروع بـه واقعیـت پیوسـتن میکند و ضمنـا ابهـت فزونـیِ قـدرت متعالـی خـود را همچنـان حفـظ می‌نمایـد. ایـن نقـش هنـر و هنرمنـد اسـت. تعجبـی نـدارد کـه مـا آثـار خطرنـاک و جادویـی آنهـا را در چارچوب‌هایـی محـدود میکنیـم و جدا از دیگـر چیزهـا نگـه میداریـم. و اگـر یکـی از ایـن آثـار هنـری فـوق العـاده، در جایـی بـه سـرقت بـرود یـا گـم شـود، خبـرش در سراسـر دنیـا پخـش میشـود و لرزشـی را بـر بسـتر فرهنـگ مـان احسـاس میکنیـم. رویایـی کـه واقعیـت مـا بـه آن وابسـته اسـت تـکان میخـورد و حرکـت میکنـد و خودمـان را دلسـرد می‌یابیـم.

یک اتاق

مـن بـا همسـرم در خانـه ای کوچـک کـه نشـیمن اش نمـی توانـد بیشـتر از ۳۰ سـانتی متـر در ۳۰ سـانتی متـر باشـد، زندگـی میکنـم. امـا مـا تـلاش کرده ایـم کـه آن و سـایر اتاق‌هـای خانـه را بسـیار زیبا کنیـم. در اتـاق نشـیمن چنـد نقاشـی بـزرگ بـه دیـوار آویختـه شـده (کـه مطمئنـا مطابـق سـلیقه همـه

نیسـت: آنهـا نقاشـی‌هایی رئالیستی/امپرسیونیسـتی از شـوروی انـد کـه برخـی شـان جنگ جهانـی دوم و برخـی پیـروزی کمونیسـم را نشـان میدهنـد) بـه همـراه چنـد اثـر مینیاتـوری از سـبک کوبیسـم و آثاری از آمریـکای جنوبـی کـه بشـدت تحـت تاثیـر سـنت بومـی شـان. قبـل از بازسـازی در ایـن اتـاق حداقـل بیسـت و پنـج قطعـه هنـری کوچکتـر (۱۲ اینـچ در ۱۲ اینچـی) بـه دیـوار آویختـه شـده بـود. حتـی یکـی از آنهـا روی سـقف، جایـی کـه مـن آن را بـا آهنربـا وصـل کـرده بـودم، قـرار داشـت (یـادآور حکاکی‌هـای قـرون وسـطی، اگرچـه روی بـوم بـود). آن اثـر مربـوط بـه کلیسـایی در رومانی بـود. ابعـاد بزرگترین قطعه در حـدود ۶*۸ بـود (ابعـاد شـان را بـه خوبـی می‌دانـم چـون جمـع کـردن همـه ایـن نقاشـی‌ها در فضایـی کوچـک بـا گفتـه قبلـی مـن دربـاره اختصـاص دادن یـک اتاق بـه یـک نقاشـی منافـات دارد، اما مـن فقـط یـک خانـه دارم، بنابرایـن مجبـورم: اگـر کسـی بخواهـد آن نقاشـی‌ها را در کنـار هـم نگهـداری کنـد، مجبـور میشـد آنهـا را همـان جاهایـی کـه مـن گذاشـته بـودم، بگـذارد). در بقیـه خانـه از سـی و شـش رنـگ و جـلای مختلـف در دیوارهـا اسـتفاده کردیـم. همـه ایـن رنگهـا از پالـت رنگ یک نقاشـی از محوطـه راه آهـن شـیکاگو در دهـه ۱۹۵۰ توسـط همـان هنرمنـدی کـه بـه مـا در بازسـازی و آرایـش خانه مـان کمـک کـرد، انتخـاب شـده اند. مـن آثـار مربوط بـه اتحـاد جماهیـر شـوروی را از یـک دلال اوکراینی متخصـص در زمینـه آثـار دوران شـوروی و از طریـق سـایت ای‌بـی[1] خریـدم. زمانـی مـن در اوکراین شـبکه ای حـدودا بیسـت نفـره داشـتم کـه عکس‌هایـی از بقایایـی کـه از بروکراسـی اتحـاد جماهیـر شـوروی جمـع آوری کـرده بودنـد بـرای مـن میفرسـتادند. بیشترشـان افتضـاح بودنـد، امـا برخـی شـان شـگفت انگیـز. مثـلا مـن یـک نقاشـی فـوق العـاده از یـوری گاگاریـن[2] - اولیـن انسـان در فضـا - دارم کـه مقابـل یـک موشـک و تاسیسـات رادار ایسـتاده و نقاشـی دیگـری از سـربازی تنهـا در دهـه ۱۹۷۰ کـه مقابـل رادیویـی بـزرگ بـرای مـادرش نامـه می‌نوشـت. دیـدن رویدادهـای نسـبتا مـدرن کـه بـا رنـگ روغـن و جوهـر توسـط هنرمنـدی بـه خاطـر سـپرده شـده حقیقتـا ارزشـمند اسـت. (آکادمی‌هـای اتحـاد جماهیر

۱ eBay

۲ Yuri Gagarin

شوروی از قرن نوزدهم به بعد پیوسته کار کرده اند و اگرچه محدودیت‌های زیادی بر خلق آثار هنری اعمال میشد، نقاشانی که توانستند از این موانع عبور کنند، هنرمندان قابلی شدند)

سرانجام نقاشی‌های شوروی خانه ما را تصاحب کردند. اکثر آنها کوچک و تا اندازه باور نکردنی ارزان بودند و من ده‌ها موردشان را خریدم. دوران اتحاد جماهیر شوروی، امپرسیونیسم خاص خودش را خلق کرد که اغلب مناظر طبیعی خشن تری را نسبت به نسخه‌های کلاسیک فرانسوی به نمایش می‌کشند اما باب میل من و یادآور یادآور غرب کانادا، جایی که در آن بزرگ شدم، است. وقتی در میان آنها جستجو میکردم، خودم را، حتی به نظرم بیش از هر کس دیگری در تاریخ، در معرض تعداد زیادی از نقاشی‌ها قرار دادم. در سال ۲۰۰۱، حداقل برای چهار سال، هر روز تقریبا هزار نقاشی را در سایت ای‌بی میدیدم تا یک یا دو تا نقاشی با کیفیت فوق العاده پیدا کنم - نقاشی‌هایی از پیش زمینه‌های روسی یا شوروی که بهتر از هر نقاشی ای بود که در گالری‌ها و موزه‌های تورنتو دیده بودم. من آن نقاشی‌ها را در لیست اقلام مورد علاقه‌ام - یکی از فیچرهای ای‌بی - میگذاشتم، پرینت می‌گرفتم و روی زمین می‌چیدم و از همسرم تامی میخواستم که در انتخاب تعدادی از آنها به من کمک کند. او به عنوان یک هنرمند، دید خوب و منصفانه ای دارد. ما هر چیزی را که نقصی داشت، کنار میگذاشتیم و باقی را می‌خریدیم. به همین خاطر، بچه‌های من در احاطه آثار هنری بزرگ شده اند و چنین چیزی مطمئنا بر آنها تاثیر گذاشته است. بسیاری از آنها اکنون در جاهای خاص خودشان به دیوار آویخته شده اند. (آن هنرمندان تمایل داشتند که از تبلیغات سیاسی شوروی و تبلیغاتی که هنر محکوم به خدمت به آنها بود خودداری کنند. می‌توانم بگویم که آن آثار هنری از پس گذر سالها و عبور از تمام آن تبلیغات، می‌درخشد و این نکته جالبی برای مشاهده است.)

در همان دوران سعی کردم دفتر کارم را در دانشگاه نیز زیبا کنم. بعد از آنکه از دفتر قبلی‌ام به دفتر جدیدی منتقل شدم، همان هنرمندی که به ما در طراحی مجدد دکوراسیون خانه مان کمک کرده بود (و ضمنا بسیاری از نقاشی‌های بزرگی را که امروز در خانه مان داریم از خودش

خریده ایم) به من کمک کرد تا دفتر کار شبیه به کارخانه‌ام را که با چراغ‌های فاجعه بار فلورسنتِ دهه ۱۹۷۰ روشن بود، به محلی تبدیل کنم که یک فرد بتواند سی سال در آن کار کند، بدون اینکه منتظر مردنش باشد. اعضای هیئت علمی به خاطر الزامات صنفی (یا تفسیرهای اداری این الزامات) از اعمال هرگونه تغییراتی در این فضا منع شده اند. بنابراین من و دوست هنرمندم یک طرح جایگزین طراحی کردیم.

ما تصمیم گرفتیم قلاب‌هایی سنگین با روکش نیکل را به صورت جفتی به فاصله حدودا ۱ متری از هم و ۲ متری از زمین روی دیوار قرار دهیم تا روکش‌هایی چوبی و طرحدار از آن قلابها آویزان کنیم. نتیجه این کار، دفتری بود با دیوارهایی پوشیده از روکش چوبی و زیبا که هزینه‌ها آن تعدادی تخته سه لای هفتاد و پنج دلاری و مقداری کاری فیزیکی بود. قرار بود این مصالح را در تعطیلات آخر هفته نصب کنیم که کسی آن دور و بر نباشد. سپس تصمیم گرفتیم سقف ژولیده دفتر را نقاشی کنیم (که سیم‌های رشته ای از لابلای بعضی کاشی هایش بیرون زده و آویزان بود). جهنم جایی است با سقف‌های فروریخته، میله‌های آهنی زنگار گرفته و لامپ‌های فلورسنت. زشتی غم انگیز، ناخوشایند و روحیه افسرده از همین ویژگی‌های صرفه جویانه ناشی میشود و بدون شک بهره وری را بسیار بیشتر از هزینه ارزان ترین ترفندهای معماری و لامپ‌های وحشتناک پایین می‌آورد. همه آدمها زیر نور لامپ‌های فلورسنت مثل جسد اند. این رویکردی در موارد ناچیزی صرفه جویانه و در موارد هنگفتی باعث اتلاف است.

ما قصد داشتیم سقف را با رنگی به نام همریت[1] نقاشی کنیم که بعد از خشک شدن عین فلز چکش خورده به نظر می‌رسد. این کار اگر خردمندانه صورت می‌گرفت می‌توانست زیبایی شناسی آرامبخش را به چیزی قابل تامل و منحصر بفرد تبدیل کند و همینطور با هزینه اندکی قابل اجرا بود. یک فرش خوب، شاید فرش ایرانی (که در ای‌بی بسیار ارزان موجود بود)، پرده‌هایی با

۱ Hammerite

کیفیت بالا، یک میز کار مناسب و کمی کار پنهانی در آخر هفته باعث شد که دفتر کارم به محلی تبدیل شود که یک فرد متمدن بتواند بدون احساس نفرت و حقارت در آن کار کند.

اما خطای مهلکی مرتکب شدم. من درباره برنامه هایم با یکی از مدیران ارشد گروه روانشناسی صحبت کردم. من و او قبلا درباره وضعیت اسفبار زمین و زشتی تمام دفاتر با هم صحبت کرده بودیم و تصور من بر این بود که درباره بهبود وضعیت اجماع نظر داریم. من فکر میکردم که او با من همراه است. ما حتی درباره تغییر دفتر کار او نیز صحبت کرده بودیم. من با اشتیاق اهدافم را با او در میان گذاشتم. او به جای خوشحالی، با نارضایتی سرش را تکان داد و به طور غیر منتظره ای گفت: «نمی توانی این کار را بکنی.» من ناباورانه سرم را تکان دادم و فکر کردم: «چی؟ من در حال برنامه ریزی‌ام تا به سرعت، بدون دردسر و زحمت بتوانم از آنچه بی نهایت زشت و ناخوشایند است، چیزی زیبا بسازم و جواب تو این است که نمی توانم؟!» به او گفتم: «منظورت چیست؟» و او جواب داد: «خب اگر شما این کار را انجام دهید، همه می‌خواهند چنین کاری بکنند.» چهار جواب به ذهنم رسید: یک: «نه، نمی کنند.» دو: «همه می‌توانند این کار بکنند چون ارزان تمام میشود.» سه: «من فکر میکردم ما بزرگسالانی بالغیم که درباره بهبود موضوعی مهم در دانشگاه با هم صحبت می‌کنیم، اما در واقع کودکانی هستیم که در مهد کودک با هم جر و بحث میکنن.» چهار: «من فکر میکردم که با فردی معقول و منطقی صحبت میکنم، اما به وضوح اشتباه میکردم.» او مکالمه را با تهدیدی مستقیم تمام کرد: «پای منو تو این موضوع نکش وسط.» منِ سبکسر از او اجازه گرفتم. (اما واقعا اینطور نبود: من سعی داشتم تا درباره موضوعی انگیزه بخش، زیبا و هیجان انگیز با او گفتگو کنم. اما مهمترین جنبه این گفتگو تبدیل به بازی قدرت شد.) اگرچه من هیچ یک از آن چهار جواب را به او نگفتم - هر چند به سختی برای گفتن تک تک شان وسوسه میشدم - بلافاصله دوباره استراتژی خودم را ارزیابی کردم.

من و دوست هنرمندم به خوبی با بلاهت و سخت گیری بیش از حد بروکراسی‌های متوسط

www.KhoreKetab.com

آشـنا بودیـم و بنابرایـن تصمیـم گرفتیـم کـه برنامـه دومـی را کـه محتاطانه‌تـر بـود در پیـش بگیریـم. ایـن برنامـه شـامل انتخـاب دقیـق رنـگ بـرای دیوارهـا (بـه جـای چوب‌هایـی کـه خیلـی مطلوب‌تـر بودنـد) و برخـی نقاشـی‌های برجسـته بـود در جاهایـی کـه امـکان داشـت و مطابـق بـا طرح‌هـای فـرش و پرده‌هـا بـود. مـن بـاز هـم مجبـور بـودم بـرای رسـیدن بـه رنگهـای دقیقـی کـه انتخـاب کـرده‌ام (و بـا فضـای آرامبخـش اتـاق سـازگار اسـت) بـا دولـت بجنگـم و در آن نبـرد پیـروز شـدم. برنامه دوم بـه خوبـی برنامـه اولـم نبـود ولـی قطعـا خیلـی بهتـر از وضـع موجـود بـود. بعـدا بـه سـقف اتاقـم ورقه‌هـای تزئینـی مسـی زدم. ایـن ورقه‌هـای برچسـب دار دقیقـا مثـل فلـز بـه چشـم می‌آینـد. بعـد چنـد نقاشـی و مجسـمه بـه دکـور دفتـرم اضافـه کـردم. دانشـجویان، همـکاران و بازدید کنندگانـی که به اتاقـم می‌آینـد واکنشـی شـبیه بـه تاخیـر در واکنـش نشـان دادن نسـبت بـه چیـزی غیـر منتظره نشـان میدهنـد. دفتـر مـن مکانـی بـرای خلاقیـت و زیبایـی اسـت نـه یـک دخمـه وحشـتناک بـا لامپهـای فلورسـنت. بنابرایـن بازدیدکننـدگان حیـرت می‌کننـد، آرامـش می‌یابنـد و خشـنود می‌شـوند.

چنـدی نگذشـته بـود کـه فهمیـدم گـروه مـا، افـراد تـازه اسـتخدام شـده را بـه اتـاق مـن مـی‌آورد تـا بـه آنهـا نشـان دهـد کـه آزادی خلاقانـه چقـدر در دانشـگاه تورنتـو امـکان پذیـر اسـت. مـن بـا خـودم فکـر میکـردم کـه چقـدر ایـن حـرف خنـده دار اسـت. مـن مدتهـا بـه همـه اینهـا فکـر کـرده ام. مقاومت قدرتمنـدی کـه بـا آن روبـرو شـدم تـا حـدی غیـر قابـل درک اسـت. بـا خـودم تعجـب میکـردم کـه: «خدایـا بـه نظـر میرسـد کـه آدمهـا از کاری کـه مـن در ایـن دفتـر انجـام می‌دهـم می‌ترسـند. شـاید دلیلـی دارد - دلیلـی مهـم - کـه مـن نمیدانـم.» بـه طـور اتفاقـی بـه داسـتانی از زیسـت شـناس رابـرت ساپولسـکی[1] برخـوردم. دربـاره گـوزن یالـدار[2] نوشـته شـده بـود و میگفـت کـه ایـن جانـور به صـورت گله ای زندگـی میکنـد و تشـخیص آنهـا از یکدیگـر کار بسـیار سـختی اسـت (شـاید نـه بـرای خودشـان ولی قطعـا بـرای کسـانی کـه علاقـه منـد بـه مطالعـه آنهـا هسـتند بسـیار سـخت اسـت). آنهـا بـا اشـتباه

۱ Robert Sapolsky

۲ حیوانی از تیره گاوسانان (جانورشناسی) - م.

گرفتـه میشـوند. در برهـه ای از گذشـته، ایـن مسـئله یـک مشـکل جـدی بـرای زیسـت شناسـانی ایجاد کـرده بـود کـه لازم داشـتند بـرای مـدت زمـان کافـی رفتـار فـردی حیوانـات را مشـاهده کنـد تـا بتوانند دربـاره رفتارشـان نتیجـه گیـری کننـد. آنهـا رفتـار یـک گـوزن یالـدار را می‌دیدنـد، نگاهشـان را یک لحظه بـر می‌داشـتند تـا یادداشـتی بردارنـد و بعـد وقتـی دوبـاره بـالا را نـگاه میکردنـد دیگـر آن گـوزن بـه خصـوص را پیـدا نمـی کردنـد.

سـرانجام آنهـا بـه یـک راه حـل بالقـوه رسـیدند. زیسـت شناسـان بـا سـطلی از رنـگ قرمـز و تیکـه چوبـی بـا پارچـه ای کـه نـوک آن وصـل شـده بـود، بـا جیپـی بـه گلـه آنهـا نزدیـک شـدند. آنهـا پشـت گوزنـی را کـه می‌خواسـتند مطالعـه کننـد بـا لکـه ای قرمـز رنـگ نشـانه دار کردنـد. حـالا می‌توانسـتند رفتـار آن جانـور بـه خصـوص را دنبـال کننـد و امیـدوار بودنـد کـه بتواننـد از رفتـار گـوزن یالـدار نکتـه جدیـدی بیاموزنـد. امـا حـدس بزنیـد کـه بـرای آن گـوزن یالـداری کـه از گلـه اش تمایـز شـده بـود چـه اتفاقـی افتـاد؟ شـکارچیانی کـه همیشـه در اطـراف گلـه در کمیـن بودنـد، آن را شـکار کردنـد. شـیرها - تهدیـدی عمـده بـرای گوزن‌هـای یالـدار - بـه ایـن راحتـی نمـی تواننـد گوزنـی را شـکار کنند، مگـر اینکه بتواننـد آن را شناسـایی کننـد. آنهـا نمـی تواننـد حیوانـات گلـه ای نامشـخص و نامتمایزی را شـکار کنند. آنهـا نمـی تواننـد چهـار گـوزن یالـدار را همزمـان بیابنـد. آنهـا بـا شـکار خـود را پیرامـون یـک جانـور قابـل شناسـایی شـکل دهنـد. بنابرایـن وقتـی شـیرها بـه دنبـال بچه‌هـای کوچـک یـا گوزن‌هـای لنگان می‌رونـد، بـه صـورت حیـوان دوسـتانه ضعیف‌هـا را حـذف نمـی کننـد. خیلـی هـم خوشـحال میشـدند اگـر می‌توانسـتند یکـی از آن گوزن‌هـای زیبـا، سـرحال، خوشـمزه و آبـدار را میـل کننـد تـا آن گـوزن لاغـر، پیـر یـا بیمـار. امـا آنهـا بایـد بتواننـد طعمـه هایشـان را شناسـایی کنند. نتیجـه اخلاقـی داسـتان؟ خود را رنگارنـگ و متفـاوت کنیـد تـا شـیرها شـما را پاییـن بکشـند. و شـیرها همیشـه آنجـا در کمیـن انـد.

اگـر گردن‌تـان را بالاتـر بیاوریـد، شمشـیرها خواهنـد آمـد. تعـداد زیـادی از فرهنگ‌هـا جملـه ای بـا

مفهومـی مشـابه ایـن نکتـه دارنـد[1]. نسـخه انگلیسـی آن چیسـت؟ «خشـخاش کـه از بقیـه بالاتر بـرود، اولیـن کسـی اسـت کـه سـرش بـا داس بریـده میشـه.» در ژاپـن میگوینـد: «میخـی که سـرش بالاتـر از بقیـه اسـت، اولیـن ضربـه چکـش را میخـورد.» ایـن یک مشـاهده مهـم اسـت و از اینرو مشـترک. خطر تـلاش هنـری و خلاقانـه زیـاد و احتمـال پـاداش آن انـدک اسـت. امـا احتمال پـاداش فـوق العـاده زیاد، در عیـن خطـر زیـاد و احتمـال موفقیـت کـم، وجـود دارد و زندگـی کامـلا بـه ایـن تـلاش خلاقانـه بـرای اعمـال تحـولات حیاتـی کـه باعـث حفـظ تعـادل میشـود بسـتگی دارد. همـه چیـز تغییر میکند. سـنت پرسـتی نـاب بـه همیـن دلیـل محکـوم بـه فناسـت. مـا تنهـا بـه اصولـی نو بـرای حفـظ موقعیـت مان نیـاز داریـم. مـا بایـد بـه کمـک مهـارت و تخصـص مـان ببینیـم که نسـبت بـه چه چیـزی بصیـرت مان را از دسـت داده ایـم تـا ارتباطمـان را بـا قلمـرو خدایـی حفـظ کنیـم و در کسـالت، خسـتگی، خودبینی و بـی بصیرتـی مـان نسـبت بـه زیبایـی نَمیریـم و روحمـان را به خاطـر بدبینـی ویرانگـر از دسـت ندهیم. بعـلاوه، آیـا جانـوری طعمـه و درمانـده ایـم کـه چمباتمـه می‌زنـد تـا از خـودش محافظـت کنـد، پنهـان میشـود و اسـتتار میکنـد، یا انسـانیم؟

منظور تزئین نیست

مـردم اغلـب از هنـر انتزاعـی آشـفته می‌شـوند چـون بـه نظـر میرسـد کـه ایـن هنـر بـه خاطـر تاثیرگـذاری و شـوک آن، صرفـا وقـفِ نمایـش واکنش‌هـای منفـی مثـل نفـرت و بیـزاری شـده اسـت. مـن بـرای آرمـان زیبایـی سـنتی احتـرام فـوق العـاده ای قائلـم و بنابرایـن بـه چنیـن پاسـخی علاقـه منـدم. تردیـد کمـی در اینبـاره وجـود دارد کـه بسـیاری از کسـانی کـه سـنت را نادیـده می‌گیرنـد، ایـن نـوع احساسـات شـان را در قالـب تظاهـر بـه هنـر پنهـان میکننـد. بـا ایـن حـال، گـذر زمـان، هنـر اصیل را از هنـر تقلبـی متمایـز میکنـد و آنچـه را کـه مهـم نباشـد، پشـت سـر میگـذارد. همچنیـن برعکـس ایـن خطـا را انجـام دادن، آسـان اسـت: اینکـه هنـر بایـد زیبـا و بـه راحتـی و بـی زحمـت قابـل تمجیـد

۱ خواهی نشوی رسوا، همرنگ جماعت شو / خوراک به طبع خودت، پوشاک به طبع مردم - م.

www.KhoreKetab.com

باشـد؛ هنـر بایـد تزئینـی باشـد؛ و بـا مبلمـان اتـاق نشـیمن جـور در بیایـد. امـا هنـر تزئین نیسـت. این نگـرش یـک مبتـدی سـاده لـوح اسـت یـا نگـرش کسـی اسـت کـه وحشـتش از هنـر اجـازه پیشـرفت و یادگیـری بـه او نمـی دهـد.

هنـر کاوش اسـت. هنرمنـدان بـه مـردم یـاد می‌دهنـد تـا ببیننـد. بیشـتر کسـانی کـه تـا بـه حال سـر و کاری بـا هنـر داشـته انـد بـه آثـار مثـلا امپرسیونیسـت‌ها بـه دیـد آثـاری بـه وضـوح زیبـا و نسـبتا سـنتی نـگاه می‌کننـد. ایـن سـهم کمـی نیسـت زیـرا همـه مـا امـروزه دنیـا را حداقـل تـا حـدی بـه روشـی می‌بینیـم کـه فقـط امپرسیونیسـت‌ها در نیمـه دوم قـرن نوزدهـم توانسـتند از پیـش ببرنـد. دسـت خودمـان نیسـت چـون زیبایی شناسـی امپرسیونیسـت همه چیـز را دربرگرفتـه: تبلیغـات، فیلمها، پوسـترهای محبـوب، کتابهـای طنـز، عکسـها - و همـه انـواع هنرهـای تجسـمی را. حـالا همه مـا زیبایی نـوری را می‌بینیـم کـه فقـط امپرسیونیسـتها می‌توانسـتند روزگاری درک کننـد. آنهـا چنیـن نکتـه ای را بـه مـا یـاد دادنـد. امـا وقتـی نقاشـی هایشـان را بـرای اولیـن بـار در نمایشـگاه مردودیـن[1] بـه نمایـش گذاشـتند، آثارشـان از طـرف سـالن سـنتی پاریـس[2] رد شـد و مـورد تمسـخر و تحقیـر قـرار گرفـت. همینطـور ایـده ادراک از طریـقِ توجـه ویـژه بـه نـور (بـه جـای فـرم) بسـیار ریشـه ایسـت و باعـث بروز طغیان‌هـای عاطفـی در افـراد میشـود.

مـن اغلـب تحـت تاثیـر ایـن موضـوع قـرار میگیـرم کـه اسـتعارات کوبیسـم چقـدر رایج‌تـر و از بعضی جنبه‌هـا افراطـی تـرو عجیب‌تـر از امپرسیونیسـم، تبدیـل بـه جزئـی از تـار و پـود زبـان بصـری مـادرزادی مـا شـده اسـت. مـن چهره‌هـای مسـطح و چندبعـديِ ایـن ژانـر را حتـی در کتاب‌هـای کمـدی نیـز دیـده ام. همیـن موضـوع دربـاره سورئالیسـم نیـز درسـت اسـت کـه بطـور متداولـی بـا کلیشـه در هـم آمیختـه شـده اسـت. تکـرار ایـن نکتـه لازم اسـت: هنرمنـدان بـه مـردم کمـک میکننـد تـا ببیننـد. درک جهـان بسـیار دشـوار اسـت و مـا بسـیار خـوش اقبالیـم کـه نوابغـی داریـم کـه بـه مـا می‌آموزنـد چگونه

۱ Salon des Refusés of۱۸۶۳

۲ Paris Salon

جهان را بفهمیم، ما را به آنچه از دست داده ایم دوباره پیوند میدهد و ما را درباره جهان روشن میکند. به همین دلایل روانشناختی است که خطوط زیر از انجیل را می‌توان به خوبی مد نظر قرار داد:

در آن زمان که حواریون نزد عیسی آمدند، از او پرسیدند: «چه در ملکوت بهشت از همه والاتر است؟»

او کودکی را به جمع خود فراخواند و به آنها نشان داد و گفت: «به راستی به شما می‌گویم که تا تغییر نکنید و چون کودکان نباشید، هرگز به ملکوت بهشت راه نخواهید یافت.» (متی ۱۸: ۱-۳)

زیبایی شما را به آنچه از دست داده اید بر میگرداند. زیبایی به شما یادآوری می‌کند که چه چیزی برای همیشه در برابر بدبینی مصون خواهد ماند. زیبایی به نوعی به شما اشاره میکند که هدفتان را سر و سامان بدهید. زیبایی به شما یادآوری میکند که ارزشهای کوچکتر و بزرگتری وجود دارد. چیزهای زیادی زندگی را شایسته زیستن میکند: عشق، بازی، شجاعت، قدرشناسی، کار، دوستی، حقیقت، بخشش، امید، اخلاق و مسئولیت پذیری. اما زیبایی از برترین هایشان است.

چه بود آن پرتوی که زمانی درخشان بود،

و اکنون از چشمان من گرفته شده؟

اگرچه هیچ چیز نمی تواند زمان را به عقب ببرد،

و به شکوه چمن و به مباهات گل بازگرداند،

ما غمگین نخواهیم شد بلکه آن را

به کمک قدرت آنچه باقی مانده،

پیدا خواهیم کرد.

www.KhoreKetab.com

در علاقه ای بسیار دیرین،

آنچه تاکنون بوده باید تا ابد بماند

مانند افکار تسکین بخشی که

از رنج‌های بشر سرچشمه میگیرد؛

مانند ایمانی که به مرگ چشم دوخته؛

مانند سالهایی که ذهنی فلسفی به ارمغان می‌آورد.

ویلیام وردزورث، «غزل: تعابیر جاودانگی از خاطرات دوران کودکی»

سعی کنید یکی از اتاق هایتان را در خانه تا حد امکان زیبا کنید.

قانون نهم

اگر خاطرات قدیمی هنوز ناراحتتان میکند،

آن خاطره‌ها را دقیق و کامل بنویسید

اما آیا کار دیروز با شما تمام شده؟

فرض کنید در گذشته چند کار حقیقتا وحشتناک انجام داده اید. خیانت کرده اید. به بعضی افراد به نحوی خسارت بار، صدمه زده اید. با دامن زدن به شایعات و غیبت، خوشنامی شان را بدنام کرده اید. به خاطرش اعتبار به دست آورده اید. مادی یا معنوی، غارتشان کرده اید. آنها را فریب داده اید. یا اینطور تصور کنید که شما قربانی برخی از این اهداف بوده اید - و بیایید فرض کنیم که آنقدر دانا شده اید که میخواهید از تکرار چنان تجربه ای دوری کنید. در هر دو شرایط (چه به عنوان شکارچی و چه قربانی) رویدادهای واقعی و خاطرات مربوط به آنها، باعث احساس ترس، گناه و شرم میشود. چرا؟

در مورد اول، شما به خودتان خیانت کرده اید. به درستی یک بازی میان مدت تا بلند مدت را بازی نکرده و از عواقب آن رنج می‌برید. شما آن شخصی نیستید که مردم بخواهند، او را اطرافشان داشته باشند. حتی ممکن است خودتان هم شخصی مثل خودتان را اطرافتان نخواهید. در مورد دوم، به طرز بدی مورد بدرفتاری شخص دیگری قرار گرفته اید. با این حال تا حدی به درستی فرقی نمیکند که به خاطر خود به خودتان رنج کشیده اید یا به خاطر دیگران بوده است. مهم این است که شما دیگر طالب رویدادن مجدد هیچ کدامشان نیستید.

حالا اگر خاطره ای را به یاد می‌آورید یا آن خاطره با وحشت، شرم و گناه به شما هجوم می‌آورد، به این خاطر است که معنای خاصی دارد. به این معناست که شما در چاهی افتاده و در آن گیر کرده اید. این اتفاق خوبی نیست. اما بدتر این است که نمیدانید چرا. شاید شما به راحتی به دیگران اعتماد کردید. شاید بیش از حد خام بودید. شاید عمدا نمی دیدید. شاید شما از سوی دیگران یا خودتان، با بدخواهیِ محض روبرو شده اید (و دومی بدترین وضعیت ممکن است و غلبه بر آن بسیار دشوار). اما در یک سطح از تجزیه و تحلیل، اینکه شما درون چاهی افتاده اید یا هل داده شده اید، حداقل برای سیستم عاطفی شما که در طول تکامل

www.KhoreKetab.com

ظاهـر شـده و حـالا در خدمـت محافظـت از شماسـت، تفـاوت کمـی وجـود دارد.

هشـدارهایی کـه ایـن سیسـتم‌ها بـه کار می‌اندازنـد مبتنـی بـر تـرس انـد (کـه البتـه دقیق‌تـر ایـن اسـت کـه بگوییـم مبتنـی بـر وحشـت اسـت، نوعـی از وحشـت کـه نـه بـه زمـان و نـه مـکان وابسـته نیسـت) و فقـط بـه شـما یـادآوری میکننـد کـه بقایـای خطـر هنـوز باقـی مانـده اسـت. هنـوز بخشـی خطرنـاک از واقعیـت، و همینطـور خودتـان، خـودش را آشـکار نکـرده، وضـوح و جزئیـات کمی دربـاره اش موجـود اسـت. بـه ایـن معناسـت کـه در صـورت روی دادن دوبـاره همـان مشـکل، شـما بـه انـدازه کافی باهـوش، خطرنـاک، محتـاط، عاقـل یـا مهربـان نشـده ایـد - کسـی چـه میدانـد؟ - کـه بتوانید بـا خیال راحـت بـه مسـیر موفقیت‌تـان ادامـه دهیـد.

از گذشته یاد بگیرید. درغیر اینصورت تا ابد وحشت گذشته را در تصورات‌تان تکرار خواهید کرد.

مـردم اغلـب اتفاقـات وحشـتناکی کـه در گذشـته رخ داده را بـه نحـوی بـا خـودداری از فکـر کـردن، بیـرون کردنشـان از سـر و مشـغولیت بـه فعالیت‌هـای دیگـر، سـرکوب میکننـد. آنهـا دلایـل خودشـان را دارنـد. و گاهـی اوقـات، مـردم بـه معنـی واقعـی کلمـه قـادر بـه درک آنچـه برایشـان رخ داده و باعـث آسـیب روحـی شـان شـده نیسـتند. مثـلا بـرای کودکانـی کـه مـورد تعـرض قـرار گرفتـه انـد، ایجـاد یک جهـان بینـیِ بـه حـدی پیچیـده فلسـفی کـه بتوانـد طیـف وسـیعی از انگیزه‌هـای انسـانی را توضیـح دهـد ممکـن اسـت بـه غایـت سـخت باشـد. آنهـا به سـادگی نمـی تواننـد بفهمنـد که چـرا کسـی باید آنهـا را شـکنجه کنـد یـا مـورد سوءاسـتفاده جنسـی قـرار دهـد. اگـر بـه انـدازه کافـی کوچـک باشـند، ایـن احتمـال هسـت کـه بـا صراحـت درک نکننـد چـه اتفاقـی برایشـان افتـاده. درک چنیـن مسـائلی، حتـی بزرگسـالان را نیـز فـوق العـاده بـه چالـش میکشـد. امـا بـه طـور ناگـوار و مسـلما ناعادلانـه ای، ایـن موضـوع اهمیتـی نـدارد. خـودداری یـا عجـز، هـر دو در خاطـره فضایـی کشـف نشـده، فعـال و پـر از خطـر باقـی میگـذارد. ایـن روحیـه روانشـناختی ماسـت کـه وقتـی بـا تهدیـدی پرگزنـد روبرو میشـود، اگـر آن را بـه درسـتی درک نکنـد، هرگـز آن را فرامـوش نخواهـد کـرد.

بـرای اینکـه خودمـان را در جهـان هدایـت کنیـم، بایـد بدانیم کجاییـم و کجـا میخواهیم برویـم. جایی کـه هسـتیم: ایـن مفهـوم بایـد بـه مناسـبی شـامل شـرح کامـل تجربیـات مـا در جهـان باشـد. اگـر ندانیـد کـه از کـدام جاده‌هـا گذشـته ایـد، ارزیابـی اینکـه حـالا در کجـا قـرار گرفتـه ایـد دشـوار اسـت. جایـی کـه میخواهیـم برویـم: ایـن تصویـر آن ایـده آل نهایـی اسـت - موضـوع بـه هیـچ وجـه دربـاره دسـتاوردها، عشـق، ثـروت یـا قـدرت نیسـت، بلکـه منظـور توسـعه شـخصیتی اسـت کـه تمـام نتایـج خـوب را محتمل‌تـر و نتایـج بـد را نامحتمل‌تـر میکنـد. مـا جهـان را بـه گونـه ای ترسـیم می‌کنیـم کـه بتوانیـم از نقطـه ای کـه هسـتیم - نقطـه الـف - بـه نقطـه ای میخواهیـم برویـم - نقطـه ب - حرکـت کنیـم. مـا از نقشـه بـرای هدایـتِ حرکتمـان اسـتفاده میکنیـم و در طـول ایـن مسـیر بـا موفقیت‌هـا و شکسـت‌هایی روبـرو میشـویم. موفقیت‌هـا هـم اعتمـاد بـه نفـس می‌آورنـد و هـم نشـاط آورنـد. اینطـور بـه نظـر میرسـد کـه نـه فقـط بـه سـوی آن ایـده آل نهایـی حرکـت میکنیـم بلکـه بـه نظـر بـه درسـتی از عهـده کارهـا بـر میاییـم (بـه ایـن معنـا کـه نـه فقـط حرکـت میکنیـم بلکه از نقشـه درسـتی اسـتفاده کـرده ایـم). در مقابـل، موانـع و شکسـتها، اضطـراب آور، افسـرده کننـده و دردنـاک انـد. آنهـا نشـان دهنـده جهـل عمیـق مـا هسـتند. نشـان میدهنـد کـه مـا بـه انـدازه کافـی نمـی دانسـته ایـم کـه کجـا هسـتیم و کجـا می‌رویـم. نشـان میدهنـد کـه آنچـه بـه سـختی سـاخته ایـم و بیـش از هـر چیـز می‌خواهیـم از آن محافظـت کنیـم، بـه طـور جـدی و کامـلا درک نشـده ای معیـوب اسـت. مـا باید تجربیـات خـود را بـه یـاد بیاوریـم و از آنهـا نتایـج اخلاقـی بگیریـم. در غیـر اینصـورت، در گذشـته، گرفتار خاطـرات، عـذاب وجـدان و بدبینـی نسـبت بـه بخشـودن خـود خواهیـم شـد و نمـی توانیـم چالشـها و تراژدی‌هایـی را کـه بـا آنهـا مواجـه میشـویم، بپذیریـم. مـا بایـد خودمـان را بـه یـاد بیاوریـم یـا دقیقـا متناسـب بـا میـزان انـکار و خـودداری مـان رنـج بکشـیم. مـا بایـد همـه چیزهایـی را کـه در گذشـته از آنهـا اجتنـاب می‌کردیـم، جمـع آوری کنیـم. مـا بایـد هـر فرصـت از دسـت رفتـه را دوبـاره زنـده کنیـم. مـا بایـد بـه خاطـر گـم کـردن هدفمـان پشـیمان شـویم، دربـاره اشـتباهات مـان تامـل کنیـم و آنچـه را کـه میخواسـتیم آن زمـان بـه دسـت آوریـم، حـالا پیـدا کنیـم و خودمـان را جمـع و جـور کنیـم. و مـن

نمی گویم که چنین کاری همیشه امکان پذیر است. من افرادی را دیده‌ام که آنقدر گم شده اند که آن بارقه برای ادامه زندگی شان کافی نبوده است. فردی که در حال حاضر باید با موقعیت فعلی اش روبرو شود، چون در گذشته حاضر به مواجهه با آن نبود، شخصیتی بیش از حد ضعیف است. و بدبینی در مورد آینده، اجتناب و انکار را در او توجیه میکند. این همان جهنم است و هیچ محدودیتی برای عمق آن وجود ندارد. بیرون آمدن از اعماق این جهنم دقیقا با میزان خطاهای جبران ناپذیر گذشته متناسب است. و این رعشه از رعب و وحشت برای قالب تهی کردن هر آن کس که تا حدی بیدار شده کافی است. به نظر میرسد که ما اجازه نداریم، از مسئولیت بالفعل کردنِ بالقوه شانه خالی کنیم. و اگر در گذشته اشتباهی مرتکب شده باشیم، و آنچه را که باید بروز داد، فارغ از دلیل این کار، مسکوت کرده باشیم، تاوان آن را با ناتوانی در فراموش کردن و عذاب وجدان به خاطر گذشته خواهیم پرداخت.

تصور کنید که وقتی خیلی جوانید، نقشه ای که برای هدایت خودِ نابالغ‌تان به کار گرفته اید، مثل نقاشی یک کودک از یک خانه، توسعه نیافته باشد: همیشه با خطوط صاف به طوری که فقط جلوی خانه دیده میشود؛ با یک در و دو پنجره‌ی مربعی شکل، و یک مثلث به عنوان سقف خانه و یک دودکش و کمی دود روی سقف (که تعجب آور است چون دودکش‌های خانگی دیگر امروزه مرسوم نیستند). خورشید به صورت دایره ای زرد رنگ که اشعه‌هایی از آن بیرون زده، همواره میدرخشد. چند گل به چشم میخورد - شامل خطوطی صاف با یک شکوفه روی آن و دو برگ در وسط ساقه. این یک نمای بسیار بدوی از یک خانه است. بیشتر یک مفهوم است تا یک طراحی، و ایده خانه را در حالتی کلی نمایش میدهد. با این حال، تقریبا همیشه کافی است: آن کودکی که این نقاشی را کشیده میداند که منظور خانه است. کودکان و بزرگسالان دیگر نیز آن خانه را تشخیص میدهند. نقاشی هدفش را محقق کرده و به مثابه آن نقشه ایست که به اندازه کافی خوب است.

اما اغلب اتفاق وحشتناکی در خانه‌ها می‌افتد که نمایش آنها چندان آسان نیست. شاید

بزرگسـالانی در ایـن خانـه باشـند - مثـل والدیـن، پدربزرگهـا، مادربزرگهـا یـا احیانـا فـردی از عموهـا یـا عمه‌هـا کـه اینهـا «رازهایـی مگـو» هسـتند و «هرگـز بـا احـدی نبایـد دربـاره آنچـه اینجـا اتفـاق افتـاد صحبـت کـرد.» چنـد مربـع، یـک مثلـث، تعـدادی گل و خورشـید دایـره ای شـکل (اشـکال یـک نقاشـی کودکانـه از خانـه)، تنهـا یـک تصویرسـازی ناکافـی از وحشـت‌های چنین محل سـکونتی هسـتند. شـاید آنچـه در داخـل خانـه اتفـاق می‌افتـد فراتـر از هـم درک و هـم تحمـل باشـد. امـا چطور آنچه وحشـتناک اسـت فراتـر از ادراک باشـد؟ یـک زخـم روحـی چطـور میتوانـد وجود داشـته باشـد اگـر ادراک نشـود؟ آیا درک کـردن در یـک معنـا، پیـش شـرطی بـرای خـودِ تجربـه نیسـت؟ همـه اینهـا اسـرار بزرگـی هسـتند. امـا همـه چیـز در سـطح ادراک، تجربـه نمیشـود. همـه مـان بـه خاطـر ناشـناخته ای خشـکمان زده، هر چنـد کـه از ایـن نظـر تناقـض آمیـز اسـت. امـا بـدن آنچـه را کـه هنـوز ذهـن درک نکـرده، میدانـد. و بـه خاطـر مـی‌آورد. و تفاهـم را طلـب میکنـد. و بـه سـادگی، هیـچ گریـزی از ایـن مطالبـه وجـود نـدارد. اگـر برایمـان اتفاقـی بیفتـد - یـا بدتـر، مـا دسـت بـه اقدامـی بزنیـم - کـه مـا را در وحشـت فـرو ببـرد، خشـکمان میزنـد و باعـث میشـود بـه یادآوریـم کـه بـه سرنوشـتی آشـتی ناپذیـر محکومیـم، یـا بایـد رنـج عواقـب آن را متحمـل شـویم.

از یک سوراخ دو بار گزیده نشوید

یکبـار مراجعـی داشـتم کـه بلافاصله بعـد از ملاقات، شـروع به صحبـت درباره تجربـه اش از سوءاسـتفاده جنسـی کـرد کـه بـه دسـت پسـر عمـوی بزرگتـرش، کـه بـا او زندگـی میکـرد، اتفـاق افتـاده بـود. او وقتی تجربیـات خـود را بازگـو میکـرد بـه شـدت اشـک می‌ریخـت و ناراحـت میشـد. مـن از او پرسـیدم وقتـی ایـن تعـرض صـورت گرفـت چنـد سـاله بـود. او گفـت کـه چهـار سـالش بـوده. او مهاجـم خـود را بسـیار بزرگتـر، قویتـر و مسـن‌تر از خـودش توصیـف میکـرد. در حالـی کـه صحبـت می‌کـرد، مـن بـه تخیلـم آزادانـه اجـازه دادم بـا توجـه بـه توصیفاتـی کـه او میکـرد پرسـه بزنـد و بچرخـد. مـن معتقـدم (یـا خیال میکـردم کـه برایـم مسـلم اسـت) کـه بـا توجـه بـه ماهیـت توصیفـات او موجـه انـد. مـن دسیسـه‌های پلیـد، سادیسـتی و جنایتکارانـه یـک نوجـوان بزرگسـال یا یک بزرگسـال جـوان را می‌توانسـتم تصـور کنم.

بعـد از او پرسـیدم کـه آن پسـر عمـوی آزارگـر چنـد سـال از او بزرگتـر بـود؟ او پاسـخ داد: «دو سـال. او دو سـال از مـن بزرگتـر بـود.» ایـن پاسـخ بسـیار شـگفت آور بـود و تقریبـا کل تصویـر ذهنی مـرا تغییـر داد.

مـن آنچـه را کـه تصـور کـرده بـودم بـه او گفتـم، زیـرا می‌خواسـتم بدانـد کـه بـا توجه بـه داسـتانی که او برایـم تعریـف کـرده بـود، چـه فرضیاتـی در ذهنـم تنظیـم کـرده بـودم. سـپس بـه او گفتـم: «میدانی کـه شـما دیگـر بـزرگ شـده ایـد. خیلـی وقـت اسـت کـه بـزرگ شـده ایـد. امـا تـو داسـتانت را طـوری بـرای مـن تعریـف کـردی کـه اگـر چهـار سـاله ات بـود و آن اتفـاق در حـال رخ دادن بـود، برایـم تعریـف میکـردی، بـا همـان احساسـات. و شـکی نیسـت کـه تـو پسـر عمویـت را آنقـدر بزرگتـر، مسـن از خودت بـه خاطـر مـی‌آوری. بـه هـر حـال یـک کـودک شـش سـاله، بـه لحـاظ سـنی و جثـه، از نـگاه یـک کـودک چهـار سـاله، یـک و نیـم برابـر اوسـت - شـاید مثـل یـک فـرد بزرگسـال بـه نظر برسـد. اما پسـر عمـوی تـو شـش سـاله بـوده اسـت - تقریبـا هـم سـن خـودت. بنابرایـن شـاید راه دیگـری هسـت کـه میتـوان بـه دربـاره آنچـه اتفـاق افتـاده فکـر کـرد. اول، یـک بچـه شـش سـاله ای کـه الان می‌شناسـی را در نظـر بیـاور. آنهـا هنـوز نابالـغ انـد و نمـی تـوان آنطـور کـه یـک بزرگسـال احتمـالا مسـئول رفتـارش اسـت، آنهـا را مسـئول اعمالشـان دانسـت، حتـی اگـر بـه طـور کامـل بـی گنـاه هـم نباشـند. من سـعی نمیکنـم شـدت آنچـه برایـت اتفـاق افتـاده را بـه حداقـل برسـانم و شـدت احساسـاتت را زیر سـوال نمی بـرم. امـا از تـو میخواهـم شـرایط را طـوری در نظـر بگیـری کـه گویـی ایـن اتفـاق بیـن دو کودکـی کـه اکنـون میشناسـی رخ داده. بچه‌هـا کنجکاونـد. آنهـا بـازی میکننـد. آنهـا نقـش دکتـر را بـازی میکننـد. و اگـر بزرگسـالانی کـه اطرافشـان هسـتند، بـه درسـتی توجـه نکننـد، مسـائل ممکن اسـت از کنتـرل خارج شـوند. آیـا ممکـن اسـت بتـوان در نظـر گرفـت کـه چنیـن کاری توسـط یـک نیـروی قدرتمنـد و پلیـد - بـه همـان صورتـی کـه اگـر اکنـون مـورد تجـاوز قـرار میگرفتیـد - اتفـاق نیفتـاده؟ شـاید در آن صـورت، تـو و پسـر عمویـت فقـط دو کودکـی بودیـد کـه تحـت سرپرسـتی بسـیار ضعیفـی قـرار گرفتید.»

از جهـات مهمـی خاطراتـی کـه او از دوران کودکـی تاکنـون حفـظ کـرده بـود، بـا بلوغش تغییـری نکرده بودنـد. او هنـوز وحشـت یـک کـودک چهـار سـاله را تجربـه میکـرد کـه درمانـده در چنـگ فـرد دیگـری

www.KhoreKetab.com

کـه بـه انـدازه کافـی مسـن بـود کـه یـک بزرگسـال تلقـی شـود. امـا بـرای شـخص ۲۷ سـاله لازم اسـت کـه آن خاطـره را بـه روز رسـانی کنـد. او بـه هیـچ وجـه دیگـر در معـرض چنیـن رفتـاری نبـود. اصـلاح مجـددِ خاطـره آنچـه اتفـاق افتـاده، تسـکین بزرگـی بـرای او بـود. او اکنـون می‌توانـد آن واقعـه را نتیجه کنجکاوی‌هـای کودکانـه بـی حـد و حصـر در کنـار بـی توجهـی بزرگسـالان در نظـر بگیـرد. ایـن تصـور، دیـدگاه او را نسـبت بـه پسـر عمویـش، آن وضعیـت و خـودش تغییـر داد. او اکنـون میتواند ایـن رویداد را از منظـر یـک بزرگسـال ببینـد. ایـن امـر او را از اسـارت احسـاس وحشـت و شـرمی کـه مربـوط بـه آن خاطـره اسـت رهـا کـرد و ایـن تغییـر بـا سـرعت چشـمگیری اتفـاق افتـاد. او داوطلبانـه بـا وحشـتهای گذشـته روبـرو شـد و بـه جـای نـگاه بـه پسـر عمویـش یـک عنـوان یـک عامـل بدخـواه و قدرتمنـد و خـود بـه عنـوان یـک قربانـی درمانـده، توضیحـات علـیِ کـم خطرتـری برایشـان پیـدا کـرد. همـه ایـن تحـولات در یـک جلسـه رخ داد. داسـتانها و حـوادث گذشـته مـا می‌تواننـد چنیـن قدرتمنـد باشـند.

ایـن تجربـه بـرای یـک سـرگردانی فلسـفی عمیـق ایجـاد کـرد. خاطراتـی کـه مراجـع مـن بـه دفتـرم آورد، بـرای دهه‌هـا همچنـان دسـت نخـورده باقـی مانـده بـود. خاطراتـی کـه او بـا آنهـا دفتـر مـرا تـرک کـرد، بـه انـدازه چشـمگیری دگرگـون بـود. پـس کـدام یـک واقعـی بودنـد؟ بـه راحتـی می‌تـوان چنیـن اسـتدلال کـرد کـه داسـتان اصلـی او دقیق‌تـر بـود. بهرحـال ایـن تاثیـر مسـتقیمی بـود کـه میشـد بـر پرونـده بـازِ خاطـرات یـک بچـه چهـار سـاله گذاشـت. آن خاطـره تاکنـون بـا هیچ مداخلـه درمانـی تغییر نکـرده بـود. آیـا ایـن خاطـرات همـان خاطـرات واقعـی بودنـد؟ امـا ایـن هـم درسـت کـه رویـدادی کـه تـا دیـروز بـه یـک معنـا بـوده، امـروز ممکـن ایـن معنـای کامـلا متفاوتـی داشـته باشـد. مثـلا آیـا وقتـی خودمـان پـدر یـا مـادر می‌شـویم بـاز هـم برایمـان رفتارهـای غیـر قابـل توضیـح والدیـن آنقـدر غیـر قابـل درک اسـت؟ و کـدام خاطـره دقیق‌تـر اسـت: تصویـری ناتمـام از انگیـزه بزرگسـالان مربـوط بـه دوران کودکـی؟ یـا خاطراتـی کـه بعـد از بلـوغ بازنگـری شـده؟ اگـر بـا قسـمت دوم موافـق باشـد - و غیر منطقـی هـم بـه نظـر نمـی رسـد (و در مـورد مراجـع من مطمئنا درسـت بـه نظر میرسـید) - چطـور یک خاطـره تغییـر یافتـه می‌توانـد دقیق‌تـر از خاطـره ای باشـد کـه پیکربنـدی اولیـه خـودش را حفـظ کـرده؟

تسخیر شده توسط ارواح

مراجـع دیگـری را بـه یـاد مـی‌آورم کـه احسـاس زننـده ای داشـت و او نیـز تغییـر کـرد. خاطـرات او عمیقـا زیـر پوششـی از رمـز و راز پنهـان بـود و بـه یـاد آوردن شـان آهسـته تـر، اعجـاب انگیزتـر و غیـر محتمل‌تـر بـود. او یـک مـرد جـوان و همجنسـگرای آفریقایـی آمریکایـی تبـار بـود کـه از مجموعـه علائم روحـی و جسـمی غیـر قابـل درکـی رنـج میبـرد. روانپزشـک دیگـری بـه تازگـی تشـخیص داده بـود که او مبتـلا بـه شـیزوفرنی[1] اسـت امـا عمـه اش کـه او را بـه بیمارسـتان فرسـتاده بـود، بـاور داشـت کـه زمان کافـی بـرای بررسـی وضعیـت بـرادرزاده اش صـرف نشـده اسـت. او در تصمیـم دومـش، بـا مـن تمـاس گرفـت و بـرادرزاده اش را بـه دفتـر مـن فرسـتاد. مـن او را تنهـا ملاقـات کـردم.

او خجالتـی و کـم حـرف بـود، امـا مرتـب و بـا دقـت لبـاس می‌پوشـید. وقتـی شـروع بـه بررسـی پیشـینه او کـردم، حـواس جمـع بـه نظـر می‌رسـید. بعـلاوه او عینـک میـزد - و مشـخص بـود کـه بـه خوبـی از آن مراقبـت کـرده: اثـری از شکسـتگی یـا نـوار چسـب روی فریـم آن دیـده نمـی شـد و کامـلا تمیـز بـود. تـا جایـی که مـن میدانـم تمام ایـن مشـاهدات مرتبـط بـود. مبتلایان بـه شـیزوفرنی، کنترل شـان روی خودشـان از دسـت میدهنـد، سـر و وضـع لبـاس شـان نامرتـب و ژولیـده بـا عینک‌هایـی شکسـته - خصوصـا بـا لنزهـای کثیـف - اسـت، بنابرایـن ویژگی‌هـای ظاهـری شـان کامـلا گویاسـت (البتـه نـه در تمـام مـوارد: بنابرایـن شـمایی کـه شیشـه عینکتـان تمیز اسـت لزومـا نبایـد خودتـان را در دسـته بنـدی خاصـی قـرار دهیـد). در هـر صـورت، او یـک شـغل تمـام وقـت بـا پیچیدگی‌هـای معقول داشـت (ویژگـی دیگـری کـه بـاز هـم بـرای یـک مبتـلا بـه شـیزوفرنی نـادر اسـت) و بـا وجـود خجالتی کـه داشـت، می‌توانسـت بـدون مشـکل یـک مکالمـه را جلـو ببـرد. مـن او را بـه عنـوان یـک مراجـع پذیرفتـم و مـا مرتبـا بـا هـم ملاقـات می‌کردیـم.

مـن بایـد او را چنـد بـار ملاقـات میکـردم تـا بفهمـم کـه چـرا روانپزشـک قبلـی در او یـک اختـلال

۱ Schizophrenia

www.KhoreKetab.com

شخصیتی جدی تشخیص داده است. او در ابتدا به من گفت که در چهار سال گذشته در اضطراب و افسردگی زندگی کرده است. هیچ چیزی در این واقعیت به طور قابل توجهی غیر عادی نبود. علائم او بعد از یک دعوای جدی با دوست پسرش و قطعی دائمی رابطه چندین ساله شان، بروز کرد. این هم چیز غیر عادی نبود. آن دو با هم زندگی میکردند. رابطه شان برای مراجع من به لحاظ احساسی و عملی مهم بود و فروپاشی یک رابطه صمیمانه برای اکثر افراد ناراحتی و سردرگمی ایجاد میکند و میتواند اضطراب و افسردگی پایداری در افرادی مستعد ایجاد کند. با این حال، مدت زمانی که این احساسات طول کشیده بود غیر عادی بود. وحی منزل نیست، اما چهار سال زمان زیادی است. این مسئله کنجکاوی مرا برانگیخت. او موضوع غیر عادی دیگری را نیز فاش کرد. او گفت که هر شب موقع خواب، حرکات بدنی عجیبی شبیه تشنج تجربه میکند. بدنش به حالت جنین در می‌آید و با دستهایش صورتش را می‌پوشاند. سپس اگر آن حرکات را تکرار میکرد، احساس آرامش به او دست میداد. و بنابراین این حرکات تا ساعتها ادامه پیدا میکرد. این حرکات، علاوه بر اینکه به طرز نامفهومی نگران کننده بود، به طرز بدی مخل خواب او بود. این حرکات نیز تقریبا به همان اندازه اضطراب و افسردگی و بدخوابی‌ها طول کشیده بود و اگر خود این حرکات علت اصلی نبودند، حداقل یک عامل تاثیرگذار بودند. از او پرسیدم که خودش فکر میکند چه اتفاقی افتاده. او با خنده به من گفت: «خانواده‌ام فکر میکنند که ارواح مرا تسخیر کرده اند و من مطمئن نیستم که اشتباه کنند.»

پیشینه خانوادگی مراجع من تا حدی غیر عادی بود. والدینش از جنوب ایالات متحده به کانادا مهاجرت کرده بودند و تا حد تعجب آوری تحصیل نکرده، بسیار خرافاتی و مذهبی بودند. آنها ظاهرا در این باور که پسرشان توسط ارواح تسخیر شده جدی بودند. من از او پرسیدم: «آیا تصادفا به روانپزشکت گفته بودی که تسخیر شده ای؟» او گفت: «فکر میکنم بله.» «خب، این همه چیز را توضیح میدهد که چرا او گمان کرده تو مبتلا به شیزوفرنی هستی.» طبق تجربه من، این گفته همراه با علائم فیزیکی آن، کافی بود. با این حال، بعد از چندین بار ملاقات با

او، برایـم روشـن شـد کـه آنچـه او را آزار میدهـد، شـیزوفرنی نیسـت. او کامـلا منطقـی و سـالم بـود. امـا چـه چیـزی می‌توانسـت دلیـل ایـن تحـرکاتِ شـبانه و عجیـب باشـد؟ مـن تـا بـه آن موقـع بـا چنیـن چیـزی برخـورد نکـرده بـودم. فـرض اولـم ایـن بـود کـه او بـه نـوع شـدیدی از فلـج خـواب مبتلاسـت. ایـن یـک حالـت منطقـی رایـج اسـت و بـه طـور کلـی زمانـی اتفـاق می‌افتـد کـه فـرد بـه پشـت می‌خوابـد (و او چنیـن عادتـی داشـت). فـرد مبتـلا بـه فلـج خـواب، نیمـه هوشـیار اسـت، امـا نـه بـه انـدازه ای کـه نتوانـد خـواب ببینـد و نـه بـه انـدازه ای کـه بتوانـد در مرحلـه خـوابِ آر یـی ام[1] حرکت کند (کـه مشـخصه ایـن مرحلـه از خـوب اسـت). وقتـی در حـال خـوب دیـدن هسـتید، همـان مناطقـی از مغـز کـه مسـئول حرکـت فعـال شـما در زمـان بیـداری انـد تحریـک میشـوند (و شـما آن را بـه صـورت حرکـت کـردن در رویایتـان تجربـه میکنیـد). شـما بـا ایـن وجـود موقعـی کـه خوابید بـه راه نمـی افتید، چـون عضـلات ارادی شـما از نظـر فیزیولوژیکـی تحـت تاثیـر یـک مکانیسـم عصبی شـیمیایی اسـت که دقیقـا همـان عملکـرد را خامـوش میکنـد. در غیـر اینصـورت، از تخـت خوابتـان بیـرون می‌آمدیـد و بـا عملـی کـردن رویایتـان، بـه سـرعت بـه دردسـر می‌افتادیـد.

طـی تجربـه فلـج خـواب، مبتـلا بـه حـد کافـی از خـواب بیـدار میشـود تـا از دنیـای واقعـی اطـلاع داشـته باشـد امـا هنـوز در حـال رویـا دیـدن و تحـت تاثیـر فلـج مرحلـه خـوابِ آر یـی‌ام اسـت. انـواع و اقسـام تجربیـات عجیـب در چنیـن شـرایطی ممکـن اسـت رخ دهـد. مثـلا بسـیاری از افـراد ادعـا کـرده انـد کـه توسـط بیگانـگان ربـوده شـده و تحـت معاینـه پزشـکی آنهـا قـرار گرفتـه انـد. ایـن پدیده غیرقابـل توضیـح شـبانه (بـه اسـتثناء وجـود موجـودات فرازمینـی کنجـکاو و دقیـق) به بـی حرکتی فلج خـواب و فانتزی‌هـای همراهـش نسـبت داده می‌شـود. او بسـیار باهـوش، باسـواد و کنجـکاو بـود و مـن بـه او کتابـی بـه نـام «وحشـتی کـه شـبها فـرا میرسـد» دادم کـه می‌توانسـت پدیـده عجیبـی را کـه بـا فلـج خـواب همـراه اسـت، روشـن کنـد. نویسـنده آن کتـاب، دیویـد هافـورد[2]، وحشـت شـبانه را

۱ Rapid-eye-movement :REM

۲ Hufford David

یکـی از انـواع تجربـه «بختـک» (اصطلاحـی مرسـوم از گذشـته) میدانـد. کسـانی کـه چنیـن تجربـه ای داشـته انـد (حـدودا تـا ۱۵ درصـد جامعـه) تـرس، فلـج، احسـاس خفگـی و مواجهه بـا موجـودات پلید را گـزارش کـرده انـد. مراجـع مـن آن کتـاب را خوانـد امـا بـاورش بـر ایـن بـود که چنـدان مطمئن نیسـت ویژگی‌هایـی کـه هافـورد گفتـه، بـه دقـت بیانگـر تجربـه خـودش باشـد. او بـه طـور کلـی دربـاره فرضیه فلـج خـواب همیـن احسـاس را داشـت. از یـک طـرف، قبـل از خـواب حالـت تشـنج بـه او دسـت میداد و از طـرف دیگـر، فلـج حرکتـی را تجربـه نمیکـرد.

بـا آشـنایيِ بیشـترمان، اطلاعـات بیشـتری از او بـه دسـت آوردم. مثـلا متوجـه شـدم کـه او در مقطـع کارشناسـی تاریـخ خوانـده و تحصیـلات را کامـل کـرده اسـت. فهمیـدم کـه والدینـش در دوران کودکـی و نوجوانـی بـه او بسـیار سـخت گیـری کـرده انـد. آنهـا هرگـز بـه او اجـازه نـداده بودنـد شـبی را در خانـه دوسـتی بمانـد و رفتـارش را از نزدیـک زیـر نظـر داشـتند، تـا اینکـه به دانشـگاه رفـت. او همینطـور کمی بیشـتر در مـورد دعوایـی کـه بلافاصلـه قبـل از شکسـت آخریـن رابطـه اش رخ داد صحبـت کـرد. او و دوسـت پسـرش، بعـد از چنـد نوشـیدنی و جـر و بحـث در ملاعـام بـه آپارتمان مشـترک شـان برگشـت. در خانـه، دعـوا بـه درگیـری فیزیکـی منجـر شـد. بـا افزایـش خشـونت، آنهـا شـروع کردنـد به هـل دادن یکدیگـر و بعـد از یـک ضربـه شـدید، مراجـع مـن زمیـن خـورده بـود. او از زیـر پـای دوسـت پسـرش را کشـید. سـپس مراجعـم خـودش را از روی زمیـن بلنـد کـرده و بـه سـمت در رفتـه بـود. چنـد روز بعـد، در زمان‌هایـی کـه مطمئـن بـود دوسـت پسـرش خانـه نیسـت، بـرای جمـع کـردن وسـایلش بـه خانـه برگشـت. و ایـن پایـان زندگـی مشـترک شـان بـود.

امـا المانـی از شـخصیت او کـه در ایـن دعـوا نقـش ایفـا میکـرد، واضـح نبـود. در نتیجـه، او از حملـه دوسـت پسـرش ضربـه شـدیدی خـورد. او در حیـن بحـث دربـاره ایـن سلسـله اتفاقـات بـه مـن گفـت کـه بـاور نـدارد مـردم قـادر بـه خشـونت باشـند. گفتـم: «منظـورت چیسـت؟ تـا مـدرک تاریـخ داری. به وضـوح دربـاره وحشـت و جنایـات گذشـته بشـر خوانـده ای. اخبـار را تماشـا کـن...» او بـه مـن گفـت کـه اخبـار را دنبـال نمیکنـد. گفتـم: «خیلـی خـب، اما دربـاره همـه آنچـه در دانشـگاه خوانـده ای چطور؟

آیـا آن نیـز بـه یـاد نـداده کـه رفتـار خشـن بشـر، واقعـی و بسـیار رایـج اسـت؟» او گفـت: «آن کتابهـا را خوانـده ام، امـا بعـد در جعبـه گذاشـتم و دیگـر هـم بـه آن مطالـب فکـر نکـردم.» مـن فکـر کـردم کـه ایـن جـواب زننـده ایسـت، مخصوصـا وقتـی با پاسـخ دیگـری همـراه شـد. او گفـت: «وقتی بچـه بودم، ایـن ایـده بـه ذهنـم رسـید کـه آدمهـا فقـط خوبنـد. والدینم بـه مـن آموخته انـد که بزرگسـالان فرشـته انـد.» پرسـیدم: «منظـورت از ایـن حـرف چیسـت؟ یعنـی بزرگسـالان کارهـای اشـتباه یـا بـد نمیکننـد؟» او گفـت: «نـه متوجـه نیسـتی. والدیـن و خواهـر و برادرهایـم بـه مـن یـاد داده انـد کـه بزرگسـالان بـه معنـای واقعـی کلمـه فرشـتگان الهـی انـد و فقـط می‌تواننـد خـوب باشـند.» گفتـم: «تـو ایـن حـرف را بـاور کـردی؟» او گفـت کـه بسـیار بـه ایـن موضـوع بـاور داشـت تـا حـدی به ایـن خاطـر که در حاشـیه امـن خـود بـوده، تـا حـدی بـه ایـن دلیـل کـه والدینـش بسـیار آدمهـای مصـری بودنـد و تـا حـدی بـه ایـن خاطـر کـه بـاوری آرامبخـش اسـت.

مـن بـه او پیشـنهاد کـردم کـه بایـد کاری دربـاره ایـن سـاده لوحـی او کـرد. ایـن سـاده لوحـی هیـچ فایـده ای بـرای او نداشـت. او بسـیار مسـن‌تر و باهوش‌تـر از آن بـود کـه همچنـان بـه بـاوری کودکانـه پایبنـد بمانـد. مـا مفصـل در مـورد وقایـع هولنـاک قـرن بیسـتم، تیـر اندازی‌های دسـته جمعـی و دیگر وحشـتهای گذشـته صحبـت کردیـم. مـن از او خواسـتم کـه ایـن مـوارد را توضیح دهـد و بـه نمونه‌های خشـم و خصومـت در خـودش بیشـتر توجـه کنـد. او وجـود خصومـت را درون خـودش انـکار کـرد و نتوانسـت بـرای خشـمش علـت قانع کننـده ای بیـاورد.

بنابرایـن مـن بـه او کتابـی بـه نـام «آدمهـای معمولی[1]» را پیشـنهاد کـردم. این کتـاب به طـرز جانگدازی در ایـن بـاره توضیـح میدهـد کـه چطـور پلیسـهای معمولـی آلمانـی در زمـان اشـغال لهسـتان بدسـت نازیهـا بـه جلادانـی سـنگ دل تبدیـل شـدند. اگـر بگوییـم ایـن اتفـاق مثـل آب سـردی بـود، تقریبـا هیـچ نگفتـه ایـم. مـن بـا جدیـت تمـام بـه او گفتـم کـه بایـد کتـاب را طـوری بخوانـد کـه انـگار واقعا

۱ Ordinary Men

www.KhoreKetab.com

اتفـاق افتـاده، و حتـی بیشـتر، طـوری کـه انـگار او و اطرافیانـش قـادر بـه انجـام چنیـن کارهـای فجیعی هسـتند. زمانـش رسـیده بـود کـه دیگـر بـزرگ شـود. وقتـی بـه او گفتـم کـه ایـن تصـورات گل و بلبـل او دربـاره جهـان میتوانـد زندگـی اش را نابـود کنـد، حرفـم را جـدی گرفـت و مـا توانسـتیم بـه توافقـی قطعـی باهـم برسـیم. هفتـه بعـد، وقتـی دوبـاره او را دیـدم، کتـاب را تمـام کـرده بـود. صورتـش جـدی تـر، مسـن‌تر و عاقل‌تـر بـه نظـر میرسـید. مـن ایـن حالـت را در جلسـات بالینـی ام، وقتـی مـردم بـه جـای جـدا کـردن بخش‌هـای تاریـک وجودشـان، آن را می‌پذیرنـد، دیـده بـودم. آنهـا دیگـر چهـره‌ی یـخ زده یـک حیـوان قبـل از تصـادف بـا ماشـین را نداشـتند. آنهـا دیگـر شـبیه کسـانی بـه نظـر می‌آمدنـد کـه تصمیـم گیرنـده انـد، تـا اینکـه تصمیمـی برایـش اتفـاق بیفتد. سـپس بـه او پیشـنهاد کـردم کتاب «تجـاوز بـه نانکینـگ[1]» را دربـاره جنایـت ژاپـن علیـه چیـن در سـال ۱۹۳۷ بخوانـد. کتـاب وحشـتناکی اسـت. زنـی کـه نویسـنده آن کتـاب بـود خودکشـی کـرد. مراجعـم آن کتـاب را نیز خوانـد و دربـاره گفتگو کردیـم. او غمگین‌تـر و عاقل‌تـر شـده بـود امـا علائـم شـبانه اش فروکـش نکـرد.

اظهـارات او دربـاره بزرگسـالانِ فرشـته، بیانگـر ایـن واقعیـت اسـت کـه او دانش او از شـر پاره پاره اسـت و وجـود آن تشـنج‌های شـبانه باعـث شـد تـا چـرخ دنده‌هـای مغـز مـن بـه کار بیفتـد. سـالها قبـل مراجـع دیگـری داشـتم (یـک زن جـوان، چـون در زنـان بیشـتر اتفـاق می‌افتـد) کـه مبتـلا بـه صـرع هیسـتریک بـود - یـک مـورد کلاسـیک در هیسـتريِ فرویـدی - و علائـم فیزیکـی اش گـواه بـر مشـکلی روانـی بـود. او متولـد روسـتایی در میانـه غربـی بـود و در فضـای بنیادگـرای مسـیحی، ماننـد دوران سـرکوب شـده ویکتوریایـی، بـزرگ شـده بـود. یکـی از حمله‌هـای شـدید او در دفتر مـن اتفاق افتـاد. من در حیـن دیـدن آن حملـه خونسـرد بـودم. او بـرای چنـد دقیقـه بـه شـدت بـه زمیـن می‌کوبید و چشـم هایـش بـه عقـب چرخیـده بـود. نگـران نبـودم. دلـم برایش نمـی سـوخت. هیچ احساسـی نداشـتم. با خـودم فکـر کـردم: «چـرا ایـن مسـئله مـرا تحـت تاثیـر قـرار نمیدهـد؟ بـر اسـاس تمـام شـواهد، مراجع مـن یـک حملـه شـدید تشـنج را تجربـه میکنـد.» مـن بـه آمبولانـس زنگ نـزدم. زمانـی که حملـه تمام

۱ The Rape of Nanking

www.KhoreKetab.com

شـد و او دوبـاره گیـج و مبهـوت سـر جایـش نشسـت، بـه او گفتـم که مـن علی رغـم آن نمایـش موثق، نسـبت بـه تشـنج او هیـچ واکنـش فیزیکـی و عاطفـی نشـان نـدادم. در گذشـته، بعـد از ایـن نمایشـها (چـه خـودآگاه رخ داده باشـد، چـه ناخـودآگاه، یـا ترکیبـی از هـر دو) ریسـک بسـیتری شـدن در بخـش روانـی، و خطـر تشـخیص بیمـاری روانـی و داروهـای همـراه آن تشـخیص را بـه جـان خریـده بـود. مـا بـا هـم صحبت‌هایـی جـدی دربـاره کاری کـه انجـام میـداد کـرده بودیـم. مـن بـه او گفتـه بـودم کـه تـره ای بـرای نمایش‌هـای بیهوشـی اش خـرد نمیکنـم - و اینکـه از نظـر مـن ایـن حمله‌هـای کاذب انـد، ولـو اینکـه بـرای او تجربه‌هایـی بسـیار واقعـی باشـند (نتایـج آزمایش‌هـای او دربـاره حمله‌هـای صـرع بـه هـر حـال مبهـم بـود).

او فـردی بـود کـه بـه طـور قابـل ملاحظـه ای علائـم روانـی را بـه صـورت فیزیکـی نمایـش میـداد یـا «جسـمانی میکـرد». فرویـد خاطـر نشـان کـرد کـه جسـمانی کـردن، اغلـب نمادیـن اسـت - شـیوه ای اسـت کـه در آن معلولیـت جسـمانی یـا سـایر علائـم جسـمانی عجیبـی کـه بـروز میکنـد معمـولا رابطه ای معنـادار بـا آن ضربـه روحـی دارد کـه باعـث ایجـاد مسـئله روحـی شـده اسـت. بـه نظـر میرسـد صـرع هیسـتریک از دوگانگـی و ناآگاهـی او در مـورد رابطـه جنسـی، کـه تـا حـد قابـل توجهـی مربوط به نابالغـی کودکانـه اسـت، و برخـی بازی‌هـای خطرناکـی کـه خـودش بـه راه انداختـه، سرچشـمه میگیـرد. مـا در بحـث هایمـان پیشـرفت زیـادی داشـتیم. او از بهـره هوشـی پاییـن، فاصلـه زیـادی داشـت و عقلانیـت اش غالـب بـود. حملـه هایـش بالاخـره تمام شـدند و بهتـر از آن، از رفتـن به بیمارسـتان روانی هـم خـودداری کـرد. در هـر صـورت، مـن آن زمـان فهمیـدم کـه هیسـتری‌های فرویـدی واقعـا وجـود دارنـد، چـون بـه تازگـی یکـی از همـان مـوارد را دیـده بـودم.

مـن بـه ایـن فرضیـه رسـیدم کـه مراجـع فعلـی ام، بـه شـیوه ای مشـابه، از اختـلال جسـمانی کـردن[1] رنـج میبـرد. مـن در مـورد دعوایـی کـه آخریـن رابطـه اش را پایـان داده بـود، درسـت قبـل از شـروع

۱ Somatization Disorder

www.KhoreKetab.com

علائـم، اطـلاع داشـتم. شـاید حـرکات شـبانه عجیـب او بـه آن رویـداد ربـط داشـت. از گفته‌هـای خـودش، ایـن را هـم میدانسـتم کـه او وقایـع را در ذهنـش بخـش بخـش میکنـد - و بعضـی مـوارد بـه گوشـه ای ذهنـش می‌فرسـتد تـا دیگـر هیـچ وقـت بـه آن فکـر نکنـد. مـن تجربـه زیـادی در زمینـه هیپنوتیـزم نداشـتم، امـا میدانسـتم افـرادی کـه ایـن کار را میکننـد معمـولا قابلیـت بالایـی در هیپنوتیزم شـدن دارنـد و (هرچنـد سـالها پیـش) هیپنوتیـزم بـا موفقیـت در مـورد اختـلال جسـمانی کردن بـه کار گرفتـه شـده. فرویـد بـرای درمـان مراجعان مبتـلا بـه هیسـتری اش از هیپنوتیزم اسـتفاده کرد، افـرادی از طبقـه بالاتـر از متوسـط کـه بـه نظـر در دوره ویکتوریـا خیلـی زیـاد بودنـد. بنابرایـن بـا خـودم فکـر کردم کـه احتمـالا بـرای درمـان مراجعـم بایـد از هیپنوتیـزم اسـتفاده کنـم.

حـالا مـن اغلـب از تکنیک‌هـای هدایـت شـونده آرامبخـش بـرای مراجعانـم اسـتفاده میکنـم، آنهـا روی صندلـی راحتـی خـود در دفتـرم می‌نشـانم و ازشـان می‌خواهـم کـه بـر قسـمت‌های مختلـف بدنشـان از نـوک انگشـتان پـا گرفتـه تـا پاهـا، دسـتها و سرشـان، مرحلـه بـه مرحلـه، و بعـد بـر تمرکـز و آرامـش شـان متمرکـز شـوند. بعـد از هفـت یـا هشـت دقیقـه دسـتورات آرامبخـش، از ده تـا یـک را معکـوس می‌شـمارم، و بعـد از هـر یـک یـا دو شـماره، از آنهـا میخواهـم کـه عمیق‌تـر اسـتراحت کننـد. ایـن یـک درمـان منطقـی، خـوب و سـریع بـرای آشـفتگی، اضطـراب و بـی خوابـی بـود. مـن تصمیـم مسـیر هیپنوتیـزم را شـروع کنـم، چـون تکنیک‌هـای هیپنوتیـزم اساسـا همیـن اسـت، فقـط چند سـوال دربـاره ضربـه روحـی گذشـته و سـایر موضوعـات مرتبـط، بعـد از رسـیدن بـه مرحلـه آرامـش کامـل پرسـیده میشـود. اثربخشـی ایـن روش در افـراد مختلـف بـه طـور قابـل توجهـی متفـاوت اسـت. (بـه همیـن دلیـل اسـت کـه مجریـان هیپنوتیـزم دسـته جمعـی، تعـدادی از افـراد را در حـدود بیسـت نفر از مخاطبـان بـه روی صحنـه می‌آورنـد ولـی در نهایـت فقـط کسـانی کـه بـه هیپنوتیـزم پاسـخ داده انـد روی صحنـه می‌ماننـد.) در هـر صـورت مـن بـه مراجعـم گفتم کـه هیپنوتیـزم کـردن او و صحبـت درباره شـبی کـه او بـا دوسـت پسـرش درگیـر شـده می‌توانـد مفیـد باشـد. دلیلـش را هـم بـه او گفتـم (بـه ایـن موضـوع اشـاره کـردم کـه حـرکات شـبانه او ممکـن اسـت بـا آن رویـداد مرتبـط باشـد). سـپس

دقیقـا بـه او توضیـح دادم کـه چطـور قـرار اسـت ایـن کار را انجـام دهیـم و او آزاد اسـت کـه ایـن پیشـنهاد را رد کنـد یـا بپذیـرد. بـه او گفتـم کـه هـر زمـان از مـن بخواهـد متوقـف می‌شـوم و وقتـی تمـام شـد همـه چیـز را بـه یـاد مـی‌آورد.

او قبـول کـرد کـه امتحانـش کنیـم و بنابرایـن مـن شـروع کـردم: «روی صندلـی ات راحـت بنشـین. دسـتهایت را روی دسـته‌های صندلـی یـا هـر کجـا کـه راحتـی بگـذار. چشـمهایت را ببنـد. بـه صداهایی کـه در دنیـای اطرافـت می‌شـنوی بـا دقـت گـوش کـن و بعـد توجـه ات را بـه درونـت و بـه نفسـهایت برگـردان. یـک دم عمیـق بکـش.... نگـه دار... و بـازدم. توجـه ات را از تنفـس ات بـردار و بـه پاییـن بدنـت، پاهایـت معطـوف کـن. سـنگینی پاهایـت را روی زمیـن حـس کـن. بـه انگشـتان پـا، کـف پـا و مـچ پاهایـت توجـه کـن و یـادت باشـد کـه آرام، منظـم و عمیـق نفـس بکشـی. بگـذار تمـام تنشـها از پاهایـت بیـرون برونـد. تنفـس آرام، منظـم و عمیـق را فرامـوش نکـن. بـه سـاق پـا و زانـو هایـت توجه کـن...» و بـه همیـن ترتیـب معمـولا تـا کل بـدن پیـش مـی‌رود.

مراجـع مـن خودبخـود پیـش از اینکـه از پاهایـش بگذریـم بـه حالـت بیهوشـی عمیـق هیپنوتیـک رسـید. سـرش کامـلا سـنگین بـه یـک طـرف افتـاده بـود. از او پرسـیدم کـه آیـا صـدای مـرا میشـوند. جـواب داد: «بلـه،» اگرچـه بـه سـختی میشـد صدایـش را شـنید. مـن مجبـور بـودم صندلـی‌ام را جلـو ببـرم و گوشـم را در فاصلـه چنـد سـانتی متـری دهانـش قـرار دهـم تـا متوجـه حرفهایـش بشـوم. از او پرسـیدم کـه آیـا میدانـد کجاسـت. جـواب داد: «در دفتـر شـما.» اوضـاع خـوب بـود. بـه او گفتـم: «مـا داریـم بـه زمانـی برمیگردیـم کـه تـو و دوسـت پسـرت دعـوا کردید، پیـش از آنکـه از خانـه بیـرون بزنی. بـه مـن بگـو چـه شـد.» گفـت: «مـا تـازه بـه آپارتمـان مـان برگشـته بودیـم. هـر دو مشـروب خـورده بودیـم. مـا دربـاره مسـائل مالـی و آینـده مـان در کافـه دعـوا میکردیـم. هـر دو عصبانـی شـدیم. از در ورودی خانـه داخـل شـدیم - آنجـا.» او کمـی بـا دسـتش اشـاره کـرد، اگرچـه دسـتش مثل بقیـه بدنش سسـت و لخـت بـود. مـن در حـال تماشـای چشـمانی بـه اینسـو و آنسـو بـودم، درسـت مثـل کسـی در خـوابِ آر یـی‌ام اسـت، بـا پلک‌هایـی کـه سـه چهـارم آن بسـته بـود، تـکان میخـورد. دوبـاره گفـت:

www.KhoreKetab.com

«من عقب عقب میرفتم. به سمت اتاق نشیمن حرکت می‌کردیم. او را هل دادم. بعد او مرا هل داد. من دوباره او را هل دادم. سپس او مرا به پشت میز قهوه خوری و روی زمین هل داد. او آباژور ایستاده مان را برداشت و بالای سرش نگه داشت. مستقیم به چشمانش خیره شدم. تا به حال قیافه ای به این خصمانگی ندیده بودم. من یک توپ را گرفتم، به دورش پیچیدم و دستانم را برای محافظت از خودم روی صورتم گذاشتم.» او همه اینها را خیلی آهسته گفت و در تمام مدت در حداقل ممکن به چیزهایی عجیب، انگار که در آپارتمان آنها بودیم، اشاره میکرد. به طرز شگفت انگیزی به نظر می‌رسید که او آن واقعه را در زمان حال تجربه میکند. ساعت را نگاه کردم. توضیحات اولیه، آماده سازی و بازگویی آهسته ماجرا تقریبا یک ساعت طول کشید - که مدت زمان یک جلسه معمولی مان بود. من به او گفتم: «نمیخواهم خیلی تحت فشار قرار بگیری. وقتمان دارد تمام میشود. وقتی آماده و راحتی بودی، چشمانت را باز کن و کامل بیدار شو. می‌توانیم هفته آینده کارمان را ادامه دهیم.» اما او پاسخی نداد. سرش همچنان آویخته بود و مردمک چشمانش تکان میخورد. اسمش را صدا زدم. هیچی تغییری ایجاد نشد.

رک بگویم، این مسئله مرا نگران کرد. من هرگز نشنیده بودم که کسی در صورت درخواست از او برای خارج شدن از خلسه، نتواند این کار را انجام دهد. مطمئن نبودم چه کار کنم. اما خوشبختانه او آخرین مراجع من در آن در بعدازظهر بود، بنابراین کمی وقت داشتم. فکر کردم: «خب او در یک خلسه عمیق است و غرق در ماجرا شده. شاید باید کل ماجرا را بگوید. بگذار ادامه دهیم و ببینیم چه اتفاقی می‌افتد. وقتی حرفهایش تمام شد، دوباره تلاش میکنم او را به هوش بیاورم.» من به راهرو برگشتم تا با عمه اش که منتظر بود صحبت کنم. به او گفتم که کارمان کمی بیشتر طول میکشد و به دفترم برگشتم و روی صندلی کنار او نشستم. از او پرسیدم: «بعدش چه شد؟» جوب داد: «حالت چهره اش - من تا به حال کسی را شبیه به آن ندیده بودم. آن موقع بود که مجبور شدم بفهمم که دوست پسرم ممکن است به من آسیب برساند. آن یک نفر - حتی اگر بزرگسال باشد - ممکن است واقعا مایل باشد به دیگری آسیب برساند. این اولین باری

بود که واقعا فهمیدم چنین اتفاقاتی ممکن است.» او شروع به گریه کرد اما حرفش را ادامه داد: «من از آن زیر، به پاهایش لگد زدم. بلند شدم و شروع کردم به دویدن. او هم به دنبالم تا راهرو و بعد در خانه آمد. تندتر می‌توانستم بدوم و از او جلو افتادم. ساعت تقریبا چهار صبح بود. هوا هنوز تاریک بود. ترسیده بودم. من آنقدری از او پیش افتادم که توانستم پشت یکی از ماشینها اطراف قایم شوم. او نتوانست مرا بیابد. مدتی طولانی نگاهش کردم که دنبال من میگشت. بعد تسلیم شد و رفت.» تا به اینجای ماجرا که رسید آشکارا گریه میکرد. «وقتی مطمئن شدم که او رفته، به خانه مادرم برگشتم و آنجا ماندم. نمی توانستم باور کنم چه اتفاقی افتاده. ممکن بود مرا بکشد و قصد داشت عمدا این کار را بکند. نمی توانستم تحمل کنم. آن را از ذهنم بیرون کردم و سعی کردم دیگر هرگز به آن فکر نکنم.»

سکوت کرد. اسمش را صدا زدم و پاسخ داد. از او پرسیدم: «آیا میدانی که در دفتر من هستی و روی صندلی که همیشه می‌نشینی، نشسته ای؟» سر تکان داد. «آیا داستانی که میخواستی بگویی تمام شد؟» پاسخ مثبت داد. گفتم: «کارت خوب بود. بسیار شجاعت داشتی که همه آنها را پشت سر گذاشتی. آماده ای که چشمانت را باز کنی؟» گفت که آماده است. «عجله نکن. هر وقت آماده بودی، آرام آرام به هوشیاری کامل برگرد. بعد احساس آرامش و سلامتی خواهی کرد. همه چیزهایی را که به من گفتی و آنچه را که اینجا اتفاق افتاد، به خاطر میاوری.» سر تکان داد. چند لحظه بعد چشمانش را باز کرد. از او پرسیدم چه اتفاقی افتاد و چه به یاد می‌آورد. خیلی مختصر وقایع بعد از ظهر، و گفتگوی اولیه مان درباره هیپنوتیزم را تعریف کرد. سپس عمه اش را صدا زدم و گفتم که او نیاز دارد در خانه استراحت کند چون جلسه پرفشاری داشتیم. بزرگسالان فرشته نبودند و مردم نه فقط می‌توانند به یکدیگر آسیب بزنند، بلکه ممکن است با تمام قلب شان آرزوی آسیب رساندن به دیگران را داشته باشند. اما مراجع من در پناه امن خودش، با فریبکاری والدینش و اصرار خود برای ندیدن این دروغ، نمی دانست با چنین دانشی چه کند. این امر مانع نشد که عناصر بیان نشده وجود او تلاش بسیاری کنند تا به

www.KhoreKetab.com

طـور چشـمگیری ایـن واقعیـت را بـه آگاهـی او برسـانند کـه هم آسـیب عمـدی و هـم گسـترده‌تر از آن، هـر عمـل پلیـدی کـه بـر آن نیـت دلالـت می‌کننـد، واقعـا وجـود دارد. او خـودش را مجبـور میکـرد کـه حـرکات دفاعـی اش کـه در هنـگام دعـوا بـا دوسـت پسـرش انجـام داده بـود تکـرار کنـد.

هفتـه بعـد مراجـع مـن در جلسـه اش حاضـر نشـد. مـن فکـر کـردم: «خـدای مـن، حتمـا صدمـه ای جـدی بـه او وارد کـردم.» بـا ایـن حـال او هفتـه آینـده اش بـه موقـع حاضـر شـد. او بـه دلیـل غیبـت در جلسـه گذشـته عذرخواهـی کـرد و گفـت کـه بسـیار ناراحـت شـده و بـرای دیـدن یـا حتـی تمـاس با مـن بایـد بیـش از انـدازه تقـلا می‌کـرده اسـت. علتـش را پرسـیدم. گفـت: «روز بعـد از آخریـن ملاقـات مـان، در رسـتورانی در مرکـز شـهر بـودم کـه دوسـت پسـر سـابقم را دیـدم!» تصـادف عجیبـی بـود. ادامه داد: «اتفـاق مـرا بسـیار بهـم ریخـت امـا یکـی دو روز بعـد آرام شـدم. ولـی حـدس بـزن چـه شـد؟» مـن هـم گفتـم: «چـه شـد؟» «مـن فقـط یـک شـب در ایـن هفتـه تشـنج کـردم! آن هـم فقـط چنـد دقیقـه!» مـن گفتـم: «عالـی اسـت! واقعـا عالـی اسـت! چـه آرامشـی! بـه نظـرت چـه چیـزی تغییـر کـرده؟» گفـت: «آنچـه مـرا در آن دعـوا رهـا نمیکـرد، واقعـا اختـلاف نظرمـان دربـاره آینـده نبود. مشـکل از آن هـل دادن‌هـا و زمیـن خوردن‌هـا هـم نبـود. بلکـه ایـن واقعیـت بـود کـه او واقعـا دوسـت داشـت بـه مـن آسـیب بزنـد. می‌توانسـتم آن را در چهـره اش ببینـم. نگاهـش واقعـا وحشـت زده‌ام کـرد. نمـی توانسـتم بـا آن کنـار بیایـم. امـا حـالا می‌توانـم آن را بهتـر درک کنـم.»

از او پرسـیدم کـه آیـا می‌توانـم او را دوبـاره هیپنوتیـزم کنـم. گفتـم: «مشـخصا بهتـر شـده ای، امـا می‌خواهـم مطمئـن باشـم کـه همـه چیـز را فهمیـده ایـم.» او پذیرفـت و شـروع کردیـم. بـه همـان راحتـی بـه خلسـه فـرو رفـت، امـا ایـن بـار داسـتان را خلاصـه کـرد. او کل داسـتان را در پانـزده دقیقـه تعریـف کـرد، همانـی کـه بازگویـی اش دفعـه قبـل نـود دقیقـه طـول کشـیده بـود. او آنچـه مهـم بـود دریافـت: ایـن واقعیـت کـه احسـاس خطـر کـرده بـود؛ ایـن واقعیـت که کسـی میخواسـت بـه او صدمه بزنـد؛ ایـن واقعیـت کـه او موفـق شـده بـود از خـودش دفـاع کنـد - ایـن واقعیـت کـه جهـان، محلـی بـرای هـم بـه اصطـلاح شـیاطین، و هـم فرشـته هاسـت. وقتی بـه همان روشـی که گفتـم از او خواسـتم

کـه از خلسـه بیـرون بیایـد، تقریبـا بلافاصلـه چشـمانش را بـاز کـرد و ایـن بـار آرام و کامـلا هوشـیار بـود.

تغییـر وضعیـت او چشـمگیر بـود. هفتـه بعـد، گفـت کـه علائمـش کامـلا ناپدیـد شـده انـد. دیگـر خبـری از تشـنج نبـود - و دیگـر خبـری از خوبـیِ غیـر عـادی انسـانها هـم خبـری نبـود. او بـزرگ شـده بـود و بـا واقعیـت تجربـه خـود و ماهیـت جهـان روبـرو شـد. چیـزی بـود کـه بایـد آن را میدیـد. پذیـرش آگاهانـه وجـود پلیـدی در جهـان، رنـج سـالهای او را درمـان کـرد. او اکنـون بـه انـدازه کافـی خطـرات احتمالـی را کـه احاطـه اش کـرده انـد درک و اعتـراف کـرده اسـت تـا بتوانـد بـا خیـال راحـت راه خـودش را در جهـان بـاز کنـد. دیگـر نیـازی نبـود کـه آن آموختههـای پذیرفتـه نشـده، خودشـان را بـه شـیوه نمایشـی و جسـمانی بـروز دهنـد. او آنچـه را کـه اکنـون میدانسـت، بخشـی از شـخصیت خـود کـرد - بخشـی از آن نقشـه ای کـه رفتـارش را هدایـت میکـرد - و خـودش را از چنـگ آن ارواحـی کـه تسـخیرش کـرده بودنـد، آزاد کـرد.

شرارت غیر قابل درک

مـن مراجـع دیگـری داشـتم کـه مـردی جوانـی در سـال اول کالـج حرفـه ای بـود. او بـه شـدت مـورد زورگویـی قـرار میگرفـت. وقتـی اولیـن بـار بـه ملاقـات مـن آمـد، بـه سـختی میتوانسـت حرفـی بزنـد و دز بالایـی از داروهـای روانـی مصـرف میکـرد. وقتـی روی صندلـی جلـوی میـز مـن در دفتـر کارم مینشسـت، سـر و شـانه هایـش بـه شـکلی غیرعـادی و از روی عـادت تـکان میـداد. وقتی از او پرسـیدم کـه اوضـاع چطـور اسـت، بـه مـن گفـت که سـعی میکنـد آن اشـکال را از بیـن ببـرد. ظاهـرا او تصاویری هندسـی پیـش رویـش میدیـد و مجبـور بـود کـه آنهـا را دسـتکاری کند. مـن هرگـز دقیقا متوجـه معنی آن نشـدم بـه غیـر از آنکـه بدانـم او در دنیـای خـودش زندگـی میکنـد.

مـن چندیـن مـاه بـا او کار کـردم و ایـن کار را سـاختارمندتر از قبـل و همـراه بـا ابـداع ابـزاری بـرای کار بـا او انجـام دادم. او در ابتـدا بسـیار کـم حـرف میـزد، امـا همـان بـرای راه انداختـن چـرخ هایـش کافـی بـود. دختـری در کالـج علاقـه زیـادی بـه او داشـت. او بـه آن دختـر اطـلاع داده بـود کـه علاقـه

عاشـقانه اش، متقابـل نیسـت. آن دختـر کینـه بسـیاری بـه دل گرفـت و تصمیـم گرفـت زندگـی او را جهنـم کنـد. او شـایعات زیـادی دربـاره عـادات جنسـی مراجـع مـن پخـش کـرد. او برخـی از دوسـتان پسـرش را در مدرسـه ترغیـب کـرد کـه مراجـع مـرا بـه طـور فیزیکـی تهدیـد کننـد. او افـرادی داشـت که دائمـا مراجعـم را در راه رفتـن بـه مدرسـه و بازگشـت بیرحمانـه تحقیـر میکردنـد. والدینـش بـا توجـه به ناراحتـی او بـه مدرسـه هشـدار داده بودنـد امـا هیـچ کاری بـرای متوقـف کـردن ایـن عذاب انجام نشـد. دوسـتانی کـه مراجـع مـن بـه تازگـی پیـدا کـرده بـود تحـت ایـن فشـار فزاینـده از او دوری و بعـد کاملا رهایـش کردنـد. او شـروع بـه فروپاشـی کـرد و بـا بـروز رفتارهـای عجیـب، وضعیـت مطـرودش تثبیـت شـد. و او خـرد شـد.

از او خواسـتم کـه بـه مـن بگویـد دقیقـا چـه اتفاقـی افتـاده اسـت - و آمـاده کـردن جوابـش بسـیار طـول کشـید. مـن میخواسـتم بفهمـم کـه چـه چیـزی، اگـر وجـود داشـته باشـد، باعـث شـده او در موقعیـت فعلـی اش آسـیب پذیـر شـود و عـذاب بکشـد. بنابرایـن جلسـات مـان را طـوری تنظیـم کردم کـه او در عیـن اینکـه حـرف میزنـد، بنویسـد (دقیق‌تـر بـه ایـن خاطـر کـه بتوانـد دربـاره آنچه مینویسـد حـرف بزنـد). مـن و همکارانـم یـک تمریـن نویسـندگی آنلایـن بـرای کسـانی طراحـی کـرده ایـم کـه می‌خواهنـد در گذشـته شـان شـیرجه بزننـد و آن را بهتـر بفهمنـد. از مراجع جوانـم خواسـتم آن را امتحان کنـد. چـون او بـه خاطـر انگیزه‌هـا و افـکار بیـش از انـدازه تضعیـف شـده بـود، او را مجـاب کـردم کـه آن تمرینـات نوشـتاری را در دفتـرم انجـام دهـد. او را مقابـل کامپیوترم نشـاندم و از او خواسـتم که در سـوال را بلنـد بخوانـد و پاسـخش را نیـز صـدای بلنـد بنویسـد. اگـر نمـی توانسـتم چیـزی را کـه نوشـته بـود درک کنـم، یـا احسـاس میکـردم کـه جزئیـات بیشـتری لازم اسـت، از او میخواسـتم که بیشـتر بنویسـد و توضیحـات اضافـی را نیـز بـا صـدای بلنـد بخوانـد.

ایـن تمریـن بـا سـوال شـروع میشـد کـه از پاسـخ دهنـده می‌خواسـت زندگـی اش را بـه دوره‌هـای کلیـدی تقسـیم کنـد - بخشـهایی از زندگینامـه از کـه در هـر برهـه بـه موضوعـی تمایـل داشـته یـا دسـت و پنجـه نـرم می‌کـرده اسـت. مثـلا ممکـن اسـت بعضـی افـراد زندگـی شـان را از سـن دو

سـالگی بـه صـورت مهـد کـودک، دبسـتان، راهنمایـی، دبیرسـتان و غیـره طبقـه بنـدی کننـد - اگرچـه افـراد بیشـتر دوره‌هـای مختلـف زندگـی شـان را بـر اسـاس روابطشـان تقسـیم بنـدی میکننـد. بعـد از اینکـه او گذشـته اش را بـه شـیوه خـودش تقسـیم بنـدی کـرد، تمریـن از او خواسـت کـه تجربه‌هـای ویـژه خـود را در هـر یـک از آن دوره‌هـا بنویسـد - رویدادهایـی کـه معتقـد بـود او را بـه عنـوان فـردی خـوب یـا بـد شـکل داده انـد. بدیهـی بـود کـه رویدادهـای اخیـر بـه احتمـال زیاد بـا احساسـات منفی مثـل اضطـراب، خشـم و تمایـل بـه انتقـام مشـخص شـوند - و شـاید حتـی بـا تمایـل بـه فراموشـی و خـودداری از بـه یـاد آوردن.

مراجـع مـن زندگـی اش را بـه دوره‌هایـی کـه بـه نظـرش مناسـب بـه نظـر می‌رسـید، تقسـیم کـرد و سـپس بـه عنـوان مشـخصه هـر دوران، رویدادهـای مثبـت و منفـی هـر یـک را شناسـایی کـرد. در مرحلـه بعـد، آنهـا را بـه طـور علّـی تجزیـه و تحلیـل کـرد و متوجـه شـد کـه چـرا بعضـی چیزهـا خـوب جلـو رفتنـد در حالـی کـه برخـی مسـائل بـه طـرز فجیعـی اشـتباه. او بیشـترین تمرکـزش را بـر مسـائلی گذاشـت کـه باعـث ایجـاد نگـران کننـده تریـن رویدادهـای گذشـته شـده بـود - مثـل ارزیابـی جزئیـات رفتـار خـودش، انگیزه‌هـای افـراد دیگـر و اقتضـای زمـان و مـکان. او تاثیـرات خـوب و بدشـان را در نظـر گرفـت (چـون مـا می‌توانیـم از از تجربه‌هـای سـختی چیزهایـی یـاد بگیریـم) و بـه آنچـه اتفـاق افتـاده یـا انجـام داده از منظـر متفاوتـی فکـر کـرد. نتیجه همـه اینهـا کنـدوکاو در تجربیات گذشـته برای فهمیـدن اهمیـت ادراکـی یـا رفتـاری آنهـا و بـه روز رسـانی آن نقشـه زندگـی اسـت.

همانطـور کـه ماجـرا پیـش میرفـت - او دوره‌هـای زندگـی اش را از جنبـه تحصیلـی تقسـیم بنـدی کـرده بـود - بیشـتر حـرف میـزد. بـه یـاد آوردن زندگـی اش او را بیشـتر خـودش مـی‌آورد. همانطـور کـه می‌نوشـت و نوشـته هایـش را می‌خوانـد و بـه سـوالاتی کـه مـن از او می‌پرسـیدم جـواب میـداد شـرح جزئیـات گذشـته بیشـتر و درک او عمیق‌تـر میشـد. مـا دربـاره کارهـای نامطلوبـی کـه کـودکان بـا هـم میکننـد صحبـت کردیـم و همیـن موضـوع گفتگویمـان را بـه شـرارت و پلیـدی در دنیـای بزرگسـالان نیز سـوق داد. او در ایـن مـورد بسـیار سـاده لـوح بـود. او معتقـد بـود کـه مـردم عمومـا خـوب انـد (حتـی

بـه رغـم تجربـه ای کـه داشـت). او هیـچ نگرشـی دربـاره انگیـزه نابـودی، بیرحمـی و تمایـل بـه ضـرب و شـتم نداشـت.

مـا زندگـی او را مـرور کردیـم و شـرح مفصلـی از همـه چیزهایـی کـه او را بـه دسـت شـکنجه گـرش عـذاب داده بـود تهیـه کردیـم. او آنقـدر ماهـر شـد کـه توانسـت درکی ابتدایـی از انگیـزه آن دختـر را بیان کنـد. دسـت رد بـه سـینه اش زده بـود و در نتیجـه آسـیب دیـده، شـرمگین و عصبانی بـود. او هنـوز درک نکـرده بـود کـه درک کـردن همکلاسـی اش می‌توانسـت چـه تاثیـری روی رفتـار آن دختـر و به طـور کلی روی مـردم بگـذارد. بعـلاوه او درک نمـی کـرد کـه حـق دارد از خـودش دفـاع کنـد. مـا دربـاره کارهایـی کـه او می‌توانسـت بـه روش دیگـری انجـام دهـد، یـا بهتـر اسـت در آینـده انجـام دهـد تـا بتوانـد از خـودش مراقبـت کنـد صحبـت کردیـم. او متوجـه شـد کـه در مدرسـه، بـدون درخواسـت کمـک، بسـیار بیـش از انـدازه توهیـن شـنیده اسـت. او میتوانسـت بـه مسـئولان اداری مرتبـط اطـلاع دهـد کـه چـه اتفاقـی می‌افتـد. او می‌توانسـت در آن بدرفتـاری هـا، مسـتقیما و علنـا را شـکنجه گـرش روبـرو شـود و از او بخواهـد کـه دسـت بـردارد. او می‌توانسـت بـه همکلاسـی هایـش بفهمانـد کـه تنهـا دلیلـی کـه او را عـذاب میدهنـد ایـن اسـت کـه از قـرار ملاقـات خـودداری کـرده و اینکـه آن دختـر بـه حـدی شـکننده اسـت کـه نمـی توانـد رد شـدن را بپذیـرد و شـروع بـه شـایعه پراکنـی کـرده اسـت. هیـچ یـک از ایـن اسـتراتژی‌ها مطمئنـا کارسـاز نبـود امـا ارزش داشـت کـه برایشـان تـلاش کنـد و یقینـا در شـرایط او توجیـه پذیـر و ضـروری بـود.

همانطـور کـه او در خاطـرات یـک مـاه اخیـرش کنـکاش میکـرد علائـم روان پریشـی اش بـه طـرز چشـمگیری کاهـش می‌یافـت. هـر جلسـه ای کـه می‌آمـد، فهیم‌تـر شـده بـود. او از بـروز رفتارهـای عجیبـش دسـت کشـید. او در دوره ای تابسـتانی شـرکت کـرد تـا باقـی درسـهایش را بـه پایـان برسـاند. بهبـودی معجـزه آسـا بـود.

www.KhoreKetab.com

از بالقوه به فعلیت

موضـوع دور از ذهنـی نیسـت کـه بسـیاری از مـردم، گاهـی بـه طـور غیـر قابـل تحملـی، نگـران آنچه در انتظارشـان اسـت، باشـند. ایـن نگرانـی هـم نتیجه و هـم حاصـل از کاوش در مسـیرهای متعددی اسـت کـه از اکنـون تـا آینـده گسـترده شـده اسـت. نگرانی‌هـا اغلـب بـی اختیـار آمـاده بررسـی میشـوند: مثـل مسـائل دردسـر سـاز محـل کار، مشـکلات بـا دوسـتان و عزیـزان و مسـائل واقعی اقتصـادی و مـادی برای بقـا. هـر نگرانـی نیـاز بـه تصمیمـات متعـددی دارد: چـه مشـکلاتی بایـد رفـع شـوند؟ بـر اسـاس چـه ترتیبـی اقدامـات بایـد انجـام شـوند؟ چـه اسـتراتژی بایـد بـه کار گرفته شـود؟ همـه اینها به چیـزی مثل انتخـاب نیـاز دارد - انتخـاب آزاد، اراده آزاد. انتخـاب عمـل بـه نظـر اختیـاری می‌رسـد امـا از پـای درآمـدن بـه خاطـر فلـج اراده امـری سـاده اسـت (اگرچـه از لحاظ روانشـناختی بسـیار ناخوشـایند اسـت).

برعکـس، تصمیـم گیـری آزادانـه و داوطلبانـه، سـخت و پرمسـئولیت اسـت. هیـچ شـباهتی بـه حرکـت بـدون فکـر، بـر طبـق فرایندهـای خـودکار واکنشـی یـا مبتنـی بـر عـادت نـدارد. بـه نظـر نمـی رسـد کـه مـا بـه طـور قطعـی تحـت تاثیـر گذشـته، مثـل یـک سـاعت مکانیکـی کـه در آن فنـر، دنده‌هایـی را کـه عقربه‌هـا را می‌چرخانـد و زمـان را می‌گویـد، حرکـت کنیـم. در عـوض، وقتـی تصمیمـی می‌گیریـم، فعالانـه بـا آینـده مواجـه می‌شـویم. بـه نظـر میرسـد برایمـان مقـدر اسـت کـه بـا چیـزی از جنـس پتانسـیلی شـکل نیافتـه روبـرو شـویم و ماهیـت آنچـه را کـه در حـال حاضـر - و بعـد در گذشـته بـوده - تعییـن کنیـم.

بـه معنـای واقعـی کلمـه، مـا جهـان را آنگونـه کـه هسـت از بسـیاری چیزهایـی کـه تصـور میکنیـم می‌توانـد باشـد، میسـازیم. انجـام چنیـن کاری شـاید واقعیـت اصلـی وجـود مـا و شـاید خـودِ هسـتی مـا باشـد. مـا بـا انبوهـی از چشـم اندازهـا روبـرو ایـم - از واقعیت‌هـای متعـدد، کـه هـر یـک تقریبـا ملمـوس انـد - و بـا انتخـاب یـک مسـیر بـه جـای مسـیر دیگـر، ایـن تعـدد را بـه فعلیـت یـک واقعیـت تقلیـل می‌دهیـم. مـا بـا ایـن کار، جهـان را از شـدن بـه بـودن تبدیـل میکنیـم. ایـن ژرف

ترین راز است. این چه پتانسیلی است که ما با آن روبرو میشویم؟ و چه چیزی این توانایی عجیب ما را در شکل دادن واقعیت و از ساختن آنچه واقعی و ملموس است از آنچه به نوعی صرفا خیالی است، تشکیل میدهد؟

با توجه به عدم احتمال نقشی که به نظر می‌رسد ما در شکل دادن به واقعیت ایفا می‌کنیم، ممکن است چیز دیگری نیز به همان اندازه مهم با این موضوع مرتبط باشد هر چند که شاید به نظر غیر ممکن برسد. انتخاب‌های ما نه تنها نقش تعیین کننده ای در تبدیل کثرت آینده به فعلیت اکنون دارند، بلکه - به طور خاص - اخلاق انتخابهای ماست که این نقش را ایفا میکند. اقدامات مبتنی بر مسئولیت پذیر؛ برای بهتر شدن اوضاع؛ اجتناب از فریبکاری و مواجهه با آنچه ترجیح میدهیم با آن روبرو نشویم؛ داوطلبانه، شجاعانه و صادقانه عمل کردن - همه اینها آنچه برای ما و دیگران به وجود می‌آورد بسیار بهتر است از آنچه که در نتیجه اجتناب، کینه، انتقام جویی و تمایل به ضرب و شتم ایجاد میشود. این بدان معناست که اگر ما در عمیق ترین و فراگیرترین معنا، اخلاقی عمل کنیم، آن وقت آن واقعیت ملموسی که از رویارویی با آن پتانسیل پدیدار میشود، به جای واقعیتی مخوف، خوب خواهد بود - یا همان اندازه ای که از دستمان برمی آمد خوب خواهد بود.

به نظر میرسد همه این موضوع را میدانند. ما به طور عمومی از وجدان مان عذاب میکشیم چون میدانیم که کارهایی هست که باید انجام دهیم ولی هنوز انجام نداده ایم. ما به همان اندازه از کارهایی عذاب میکشیم که نباید انجام میدادیم ولی انجام دادیم. آیا این تجربه ای جهانی نیست؟ آیا کسی می‌تواند از عذاب وجدان در ساعت چهار صبح، بعد از اقدامی غیر اخلاقی یا مخرب یا عدم واکنش در موقعیت ضروری فرار کند؟ و منشا این وجدان گریزناپذیر چیست؟ اگر ما منشا ارزشهای خودمان و ارباب خانه هایمان بودیم میتوانستیم هرطور که دوست داریم رفتار کنیم و رنج پشیمانی، اندوه و شرم را متحمل نشویم. اما من هرگز کسی را ندیده‌ام که بتواند وجدانش را مهار کند. به نظر می‌رسد که حتی روان پریش ترین افراد

www.KhoreKetab.com

نیـز انگیـزه دارنـد کـه کارهـای پلیدشـان را بـا لایه‌هایـی از دروغ بپوشـانند (لایه‌هایـی کـه عمـق شـان متناسـب بـا هییـت شـرارتی کـه انجـام داده انـد عمیـق اسـت). بـه نظـر میرسـد کـه حتـی بدخـواه تریـن افـراد نیـز بایـد بـرای شـرارت شـان توجیهـی بیابنـد.

اگـر نتوانیـم خودمـان را بـه آن اسـتاندارد مسـئولیت پذیـری مقیـد کنیـم، دیگـران مـا را فاقـد اخـلاق و صداقـت میداننـد. و ماجـرا بـه همیـن جـا ختـم نمـی شـود. همانطـور کـه مـا افـراد را (از جملـه خودمـان) بـه خاطـر اشـتباهاتی کـه مرتکـب شـده انـد، یـا کارهـای خوبـی کـه نکـرده انـد مسـئول می‌دانیـم، بـر ایـن باوریـم (یـا حداقـل عمـل مـان نشـان میدهد چنیـن بـاوری داریـم) کـه آنکـه آزادانه تصمیـم خوبـی گرفتـه، مسـتحق تمـام منافـع احتمالـی آن تصمیـم اسـت. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه معتقدیـم هـر فـرد بایـد عادلانـه از میـوه زحمـات صادقانـه و داوطلبانـه اش برخـوردار شـود. در مـورد چنیـن قضـاوت هایـی، چیـزی طبیعـی و اجتنـاب ناپذیـر بـه نظـر میرسـد؛ چیـزی فعـال درون ایـن قضـاوت هاسـت کـه بـه لحـاظ روانشـناختی و اجتماعـی فراگیـر و گریزناپذیـر اسـت. معنـای همـه اینها ایـن اسـت کـه همـه - کـودک، بزرگسـال، خـود و دیگـران - در مقابـل اینکـه بـه مثابـه چـرخ دنـده ای در یـک گردونـه باشـیم، بـدون انتخـاب و فاقـد آزادی، طغیـان میکنیـم و اینکـه (بـه طـور مشـابه) بـدون اختیـار شـخصی، آزادی و مسـئولیت پذیـری، عمـلا ایجـاد رابطـه ای مثبـت بـا دیگـران (و حتـی بـا خـودِ خصوصـی مـان) غیرممکـن اسـت.

کلمه به عنوان ناجی

ایده‌هـای دوگانـه ای کـه همـه مـا بـه عنـوان افـراد مسـتقل، اول در عمـل آنهـا را می‌آفرینیـم و بعـد کیفیـت شـان را بـا اخـلاق انتخـاب هایمـان تعییـن میکنیـم، بـه شـیوه‌های بیشـماری در روابـط مـان، خصوصـی و عمومـی، بازتـاب می‌یابنـد. همینطـور ایـن ایده‌هـا در داسـتان هایمـان، داسـتانهایی کـه بنیـان فرهنـگ مـان را پایـه گـذاری کـرده انـد، محصـور و نمایـان انـد. ایـن داسـتانها - بـا هـر میـزان اهمیـت متافیزیکـی کـه دارنـد - حداقـل تـا حـدی در نتیجـه مشـاهده اعمـال مـان در طـول

هـزاران سـال تاریـخ بشـر و چکیـده ای از الگوهـای عمـده رفتارمـان هسـتند. مـا نقشـه نگاریـم، نقشـه میسـازیم؛ یـا جغرافیدانیـم کـه دغدغـه چیدمـان زمیـن را داریـم. امـا خیلـی خیلـی دقیق‌تـر ایـن اسـت کـه مـا تاریـخ نـگار دوره هـا، دریانـورد و کاوشـگریم. مـا مکان‌هایـی را کـه از آنهـا شـروع کردیـم و موقعیت‌هایـی را کـه در ابتـدای ماجـرا داشـتیم بـه یـاد می‌آوریـم. مـا مشـکلات و موفقیت‌هـای گذشـته را بـه یـاد می‌آوریـم تـا بتوانیـم از اولـی اجتنـاب، و دومـی را تکـرار کنیـم. بـرای ایـن کار بایـد بدانیـم کجـا بـوده ایـم، در حـال حاضـر کجـا هسـتیم و در چـه مسـیری حرکـت میکنیـم. مـا ایـن داسـتان را بـه سـاختارهای علّـی اش تقلیـل میدهیـم: مـا بایـد بـه سـاده تریـن و کاربـردی ترین شـیوه بدانیـم چـه اتفاقـی افتـاده و چـرا رخ داده اسـت.

بـه همیـن دلیـل اسـت کـه مـا مجـذوب کسـانی می‌شـویم کـه داسـتان تعریـف میکننـد - کسـانی کـه تجربیـات شـان را مختصـر و مفیـد بـه اشـتراک میگذارنـد و بـه اصـل مطلـب می‌رسـند. آن نکتـه اصلـی - نتیجـه اخلاقـی داسـتان - در اینبـاره اسـت کـه آنهـا چـه کسـی و کجا بـوده و هسـتند و به کجا و چـرا می‌رونـد. چنیـن اطلاعاتـی بـرای همـه مـا وسوسـه انگیـز اسـت. اینگونـه از داسـتان چگونگـی و چرایـی خطراتـی کـه دیگـران، قبـل از مـا، متحمـل شـده انـد، درایـت کسـب میکنیـم: «زندگـی در آن زمـان اینگونـه بـود. ایـن همـان چیـزی بـود کـه مـا می‌خواسـتیم و بـه ایـن دلیـل آن را می‌خواسـتیم. مـا چنیـن تصـور می‌کردیـم و ایـن اسـتراتژی، برنامـه و اقـدام مـان بـود. گاهـی موفـق شـدیم و اهـداف مـان بـه واقعیـت پیوسـت. امـا خیلـی اوقـات (و ایـن بخشـی اساسـی از یـک داسـتان فـوق العـاده اسـت): ایـن بـود کـه چطـور آنچـه انتظـارش را نداشـتیم رخ داد، اینگونـه بـود کـه از مسـیرمان خـارج شـدیم، اینهـا فجایعـی بودنـد کـه بـا آنهـا روبـرو شـدیم و اینهـا اشـتباهات مـان بودنـد - و اینگونـه بـود کـه دوبـاره جهـان را از نـو سـاختیم (یـا نـاکام ماندیـم).» مـا چنیـن داسـتانهایی را ارج می‌نهیـم بـه خصـوص اگـر قابلیـت تعمیـم پذیـری بالایـی داشـته باشـند، نبردهـای قهرمانانـه بـا ناشـناخته‌ها را بیـان کننـد، یـا نشـان دهنـده فروپاشـی نظـم اسـتبدادی، احیـای مجـدد آشـوب و اسـتقرار دوبـاره خیـر در جامعـه باشـد. همـه جـا می‌تـوان مشـاهده کـرد کـه مـردم مشـتاقانه داسـتانها میگوینـد و بـه آنهـا

گوش میدهند: به معنای واقعی کلمه این پدیده در همه جا وجود دارد.

بهترین داستانهای غرب را، خوب یا بد، در انجیل می‌توان یافت. آن مجموعه داستانهای باستانی و تاثیرگذار با داستان خودِ خدا، از همان منظر پدرانه اش، آغاز میشود که به عنوان موجودی شرح داده شده که با آشوب روبرو شده و نظمی زیست پذیر ایجاد کرده است:

و زمین بی شکل و خالی بود؛ و تا ژرفای دوردستی تاریکی بود. و روح خدا بر روی آبها حرکت میکرد. (پیدایش ۱: ۲)

بی شکلی، عدم، تاریکی و آب (مجموعه ای گیج کننده از ویژگی ها) حاصل از ترجمه عبارت عبری انجیل به نام توهو و بوهو[1] است که از دو کلمه ساخته شده است. توهو کلمه ای پیچیده‌تر از بی شکلی است. معنای دیگر این کلمه «ویرانه» و «بطالت» است (که از منظر روانشناختی ممکن است به معنای چیزی باشد که هدر میرود) و «بیابان» (جایی غیر قابل سکونت) است. این عبارت شامل کلمه عبری دیگری به نام بوهو است که به «عمیق و ژرف» ترجمه شده. بوهو به نوبه خود به معنای «ورطه بی پایان» است و با تیامات، الهه مادر/اژدها (و ساکن آبهای شور)، در یک داستان سومری قدیمی مرتبط است که جهان را با همسرش آپسو در بین النهرین خلق میکند (داستان اینوما اِلیش).

بر اساس داستان پیدایش، چیزی وجود دارد - بگذارید بگوییم یک پتانسیل، که به ورطه ای بی پایان و اعماق اقیانوسها مرتبط است - و با بیابان، اژدها، مادر/مادرسالاری، بیهودگی، بی شکلی و تاریکی همراه است. این تمام تلاش شعر و استعاره برای تجسم بخشیدن اولیه و مفهومی به آن مفهوم بی شکل است. آن ورطه بی انتها چیزی ترسناک است، آخر دنیاست، همان است که وقتی به فانی بودن و شکنندگی مان فکر میکنیم به آن خیره می‌شویم و امید را در کام خود فرو می‌برد. آب، ژرفا و منشا خودِ زندگی است. بیابان محل رهاسازی، انزوا، تنهایی

۱ Tohu wa-bohu

www.KhoreKetab.com

و همینطـور بـرزخ میـان اسـتبداد و سـرزمین موعـود اسـت. اژدهـا - همـان پرنـده گربه/مـارماننـدی که بـازدم آتشـین دارد - و همـواره در جنگلهـای مـاورای قبیلـه و روسـتا در کمین نشسـته اسـت. او همینطور یـک هیـولای آبـزی اسـت کـه در اعمـاق آبهـای شـور پنهـان شـده و در بسـیاری از روایـات عهـد عتیـق بـه آن اشـاره شـده اسـت.

خداونـد دارای یـک ویژگـی، یـک جسـم جایگزیـن، یـک اسـتعداد یـا یـک ابـزار اسـت کـه در مواجهه با امـکان و عـدم بـه آن تکیـه میکنـد. از دیـدگاه مسـیحیان ایـن ابـزار یا اسـتعداد، کلمه اسـت - یـا همان ظرفیـت گرفتـار، صـرف نظـر از چارچـوب مذهبـی، یهـودی یـا مسـیحی. در کتـاب پیدایـش، پیوسـته بـر اهمیـت گفتـار تاکیـد شـده اسـت. فعـل خلقـت بـا ایـن سـخن آغـاز شـده کـه «و خـدا گفـت» (و یـا بـا تاکیـد بـر نامگـذاری: «و خـدا نامیـد») آغـاز میشـود. هفـت روز آفرینـش اینگونه شـروع میشـود:

> *و خدا گفت: بگذار نور باشد، و نور موجود شد.*
>
> *و خدا نور را دید و آن را نیکو یافت: و خدا نور را از تاریکی جدا کرد.*
>
> *و خدا نور را روز، و تاریکی را شب نامید.*
>
> *و عصر و صبح، آغاز و پایان روز بودند. (پیدایش ۱: ۳-۵)*

تقریبـا بلافاصلـه بعـد از اینکـه خـدا ابتـدا خـود، اعمـال خلاقـش و خلقـت اولیـه اش را آشـکار کـرد (و بنابرایـن بلافاصلـه بعـد از معرفـی مـا بـه او) بشـر را آفریـد. سـه ویژگـی آن خلقـت، عـلاوه بـر فوریـت آن، خودنمایـی میکنـد: اصـرار بـر اینکـه بشـر بایـد بـر بقیـه خلایـق حکومت کنـد؛ اصـرار غافلگیـر کننده، مـدرن و برابـری طلبانـه بـر اینکـه خـدا مـرد و زن را از نـگاه خـودش یکسـان آفریـد (کـه در کتـاب پیدایـش ۱: ۲۷ دوبـار تکـرار شـده)؛ و اصـراری بـه همـان حـد بعیـد و معجـزه آسـا بـر اینکـه آفرینـش بشـر، مثـل باقـی خلقـت، عمـل خوبی بـود. اگـر خداونـد همانطـور کـه در ابتـدا توصیـف کـرده، والاتر از همـه چیـز اسـت، تلویحـا مـردان و زنانـی کـه آفریـده در چیـز مهمـی بـا او مشـترک انـد - یـا دقیق‌تـر آنکـه آنهـا سرنوشـت، الـزام یـا مسـئولیتی مشـابه دارنـد.

www.KhoreKetab.com

کلمـه - همـان ابـزاری کـه خـدا بـرای تغییر اعمـاق پتانسـیل از آن بهـره گرفت - همـان گفتـار صادقانه اسـت. بـا ایـن حـال، گفتـار صادقانـه ظاهـرا در کنـار شـجاعت، بـا آن امـکانِ تحقـق نیافتـه روبـه را میشـود تـا خـودِ واقعیـت آشـکار شـود. شـاید سـرانجام هـم حقیقـت و هـم شـجاعت، هـر دو، تحـت اصـول گسـتردهتر عشـق - عشـق بـه هسـتی، بـه بـودن - قـرار بگیرنـد، بـه رغـم همـه شـکنندگی هـا، اسـتبدادها و خیانـت هـا: عشـق اسـت کـه بهترین‌هـا را در همـه چیـز هـدف قـرار می‌دهـد. ترکیـب حقیقـت، شـجاعت و عشـق اسـت کـه آن ایـده آل را دربرمیگیـرد - همـان ایـده آلـی که تجسـم فعالش در هـر فـرد، پتانسـیل آینـده را میگیـرد و بهتریـن را از آن میسـازد. چـه کسـی ایـن موضـوع را انـکار میکنـد؟ هیچکـس بـه پسـر محبوبـش نمـی آمـوزد کـه در رویارویـی بـا تـرس و وحشـت، بـزدل باشـد. و هیچکـس بـه دختـر دلبنـدش نمـی آمـوزد کـه فریبـکاری، دنیـا را بـه جـای بهتـری تبدیل میکنـد و هر کاری کـه بـه نحـو احسـن انجـام شـود، مـورد تمریـن، تکریـم و تقلیـد قـرار خواهـد گرفـت. و هیچکس بـه دیگـری اینطـور نمـی گویـد که پاسـخ مناسـب بـه هسـتی، نفـرت، تمایل بـه ایجـاد درد، رنـج، ضرب و شـتم و فاجعـه اسـت. بنابرایـن از تجزیـه و تحلیـل رفتارمـان میتـوان فـرض کـرد کـه تفـاوت بیـن مسـیر خیـر و مسـیر شـر را می‌دانیـم و بالاتـر از همـه اینکـه (بـه رغـم مقاومـت آگاهانـه و اسـتدلالهای مغرورانـه) از وجـود هـر دو آگاهیـم. امـا موضـوع دیگـری نیـز وجـود دارد: اصـرار خـدا بـر حسـن خلقت ایـن واقعیـت را منعکـس میکنـد کـه در عـل خلاقانـه او، حقیقـت، شـجاعت و عشـق یکـی شـده انـد. بنابرایـن یـک ادعـای اخلاقـی، عمیقـا در روایـت کتـاب پیدایـش از خلقـت وجـود دارد: هـر آنچـه در قلمـرو امـکان و در نتیجـه عمـل آفرینـش نمایـان میشـود (چـه الهـی و چـه انسـانی) تـا جایـی خـوب اسـت کـه نیـت آفرینـش آن خـوب باشـد. مـن معتقـدم کـه در تمـام فلسـفه و در تمـام الهیـات، چیزی بیـش از ایـن جسـورانه وجـود نـدارد و اعتقـاد و عمـل بـه آن، همـان اسـان ایمـان اسـت:

بحثـی وجـود دارد کـه بعدهـا در روایـت کتـاب مقـدس، در عهـد جدیـد، آمـده اسـت. مسـیح سـخن زیـر را بـه پیروانـش میگویـد. ایـن تفسـیری اسـت دربـاره پتانسـیلِ کامل زیسـتن شـما و بازیابـی آنچه از دسـت داده ایـد - و یـا آگاهـی از آنچـه نمـی دانسـتید کـه داریـد:

www.KhoreKetab.com

و مـن بـه شـما میگویـم کـه اگـر بخواهیـد، بـه شـما داده می‌شـود، و اگـر بجوییـد، می‌یابیـد، و اگـر در بزنیـد، بـه روی شـما باز میشـود.

و مقـدر اسـت بـرای هرکـس کـه اگـر بخواهـد، دریافـت میکنـد، و اگـر میجویـد، پیـدا میکنـد، و اگـر دری را بزنـد، بـه رویـش بـاز شـود.

و پسـر محبـوب هـر یـک از شـما اگـر از شـما نانـی بخواهـد، کـدام پـدر اسـت کـه بـه او سـنگ دهـد؟ و اگـر ماهـی بخواهـد، کـدام پـدر اسـت کـه بـه او مـار دهـد؟

و اگر تخم مرغ بخواهد، به او عقرب دهد؟

اگـر کسـی از میـان شـما بـدکار هسـتید، میدانیـد کـه چطـور بـه فرزندانتـان هدایـای خوبـی بدهیـد: پـس چگونـه اسـت کـه اگـر از خداونـد روح القـدس را طلـب کنیـد، آن پـدر آسـمانی آن را بـه شـما ندهـد؟ (لوقـا ۱۱: ۹-۱۳)

ایـن گفتـه، جملـه ای اتفاقـی نیسـت. از روی سـاده لوحـی نیسـت. موضـوع دربـاره تحقق خواسـته ای فراتـر از اسـتحقاق نیسـت. خداونـد، آرزوهـای تصادفـی را بـرآورده نمیکنـد. اولیـن موضـوع، درخواسـت کـردن اسـت. بـه ایـن معناسـت کـه بایـد حاضـر باشـید از هـر آنچـه بـا خواسـته‌تان غیـر مرتبط اسـت، دسـت بشـویید. در غیـر اینصـورت، خواسـته وجـود نـدارد. فقـط هـوی و هوسـی نابالغانـه و اغلـب از روی کینـه اسـت: «کاش می‌توانسـتم آنچـه می‌خواهـم را بـدون زحمـت بـه دسـت آورم.» ایـن کافـی نیسـت. بنابرایـن، درخواسـت کـردن، جسـتجو کـردن و در زدن، بـه معنـای انجـام دادن تمـام آن کارهای ناتمامـی اسـت کـه بـرای بـه دسـت آوردن، بایـد اکنـون انجـام دهیـد و همینطـور تعییـن کننـده ایـن موضـوع اسـت کـه چـه چیـزی بایـد مطالبـه شـود. و ایـن مطالبـه بایـد شایسـته خـدا باشـد. چـرا جـز ایـن اعطـا شـود؟ چطـور جـز ایـن را می‌تـوان اعطـا کـرد؟

بـرای لحظـه ای تصـور کنیـد تمـام آنچـه نیـاز داریـد بـه شـما داده شـده اسـت. امکانـی درون شـما وجـود دارد کـه منتظـر تقاضـای مناسـب اسـت تـا خـودش را آزاد کنـد. و تمـام آن چیزهایی که خـارج از

www.KhoreKetab.com

شماسـت و منتظـر انـد تـا شـما را آگاهـی ببخشـند و بـه شـما بیاموزنـد. چـه خـوب، چـه بد و چـه غیر قابـل تحمـل، همـه شـان ضـروری انـد. می‌دانیـد کـه وقتـی کاری خـوب جلـو نمـی رود بایـد مشـکل را تحلیـل کنیـد، حـل کنیـد، عذرخواهـی و توبـه کنیـد و تغییـرش دهید. مشـکلات غیـر قابل حل بـه ندرت در حالـت سـکون همانجـا کـه هسـتند می‌ماننـد. آنهـا بـزرگ می‌شـوند و مثـل آن اژدهـای چنـد سـر، مشـکلات عدیـده ای ایجـاد میکننـد. هـر دروغ - هـر عمـل اجتنـاب - ضـرورت بعـدی را ایجـاد میکنـد. هـر اقـدامِ خـود فریبـی باعـث میشـود کـه ایـن بـاور بـا هذیان‌هـای جدیـد تقویـت شـود. یـک رابطـه ویـران شـده، اگـر رسـیدگی نکنیـد، بـه شـهر شـما - و بـه همـان انـدازه بـه اعتمـاد شـما نسـبت بـه خودتـان - آسـیب میزنـد و احتمـال یـک رابطـه جدیـد و بهتـر را کاهـش میدهـد. بنابرایـن خـودداری یـا ناتوانـی شـما در کنـار آمـدن بـا خطاهـای گذشـته، منشـا چنیـن خطایـی را گسـترش میدهـد و آن ناشـناخته ای را کـه شـما را احاطـه کـرده بـه ناشـناخته ای درنده‌تـر تبدیـل میکنـد.

مادامـی کـه ایـن اتفـاق می‌افتـد، شـما ضعیف‌تـر میشـوید. شـما کمتـر از آنـی هسـتید کـه می‌توانید، چـون تغییـر نکـرده ایـد. شـما آن کسـی نشـدید کـه در نتیجـه این تغییـر می‌توانسـتید باشـید - و بدتر از آن: حـالا دیگـر بـا عملتـان بـه خـود آموختـه ایـد کـه چنیـن امتناعـی قابـل قبـول اسـت و بنابراین به احتمـال بیشـتری در آینـده بـه همـان خطـا دچار میشـوید. و آنچـه نتوانسـته بودید بـا آن روبرو شـوید، اکنـون بزرگتـر اسـت. ایـن نوعـی از فراینـد علّـی، یـا حلقـه بازخـور مثبتـی، نیسـت کـه می‌خواسـتید خودتـان را در آن گرفتـار ببینیـد. بنابرایـن شـما بایـد حداقـل بـه خودتـان اعتـراف کنیـد و حداقـل درون خودتـان توبـه کنیـد، و بایـد تغییـر کنیـد چـون اشـتباه کـرده ایـد. و شـما بایـد فروتنانـه بخواهیـد، در بزنیـد و جسـتجو کنیـد. و ایـن بزرگتریـن مانـع در مسـیر آن روشـنگری اسـت کـه در اصـل همـه مـان میدانیـم. ایـن ادعـا بـدان معنـا نیسـت کـه شـجاعت لازم بـرای مقابلـه بـا وحشـت‌های زندگـی بـه راحتـی بـه دسـت می‌آیـد. امـا جایگزیـن آن بدتـر اسـت.

ایـن سرنوشـت ماسـت کـه آشـوب را بـه نظـم تبدیـل کنیـم. اگـر گذشـته بـه نظـم در نیامـده باشـد، آشـوبی کـه هنـوز وجـود دارد مـا را درگیـر میکنـد. اطلاعاتـی حیاتـی در خاطراتـی کـه تاثیـر منفـی بـر

ما میگذارد، وجود دارد. به نظر میرسد که هنوز بخشی از شخصیت مان در جهان پنهان شده و فقط خود را در اختلال احساسی به ما نشان میدهد. آنچه دردناک است اما همچنان غیر قابل توضیح باقی می‌ماند، نشان میدهد که نقشه جهان، همان که ما را هدایت میکند، از جهات خطیری ناکافی است. لازم است که جنبه‌های منفی را به اندازه کافی درک کنیم تا در صورت عدم تمایل به تکرار عذاب گذشته، بتوانیم در حین حرکت به سوی آینده آنها را دور بزنیم. و این آگاهی فقط در رابطه با ابراز احساسات منفی ناشی از رویدادهای ناخوشایند نیست که قدرت شفابخش دارد، بلکه توسعه یک نظریه علّی پیچیده است: چرا در معرض خطر بودم؟ چه بود که آن را خطرناک میکرد؟ چه کاری کردم یا نکردم که مرا آسیب پذیرتر میکرد؟ چطور میتوانم سلسله مراتب ارزشی که با آن زندگی میکنم را تغییر دهم تا جنبه منفی اش را ببینم و درک کنم؟ قبل از آنکه بتوانم تغییر کنم و طیف وسیعی از تجربه هایم را در نظر بگیرم، چقدر از آن نقشه ای را که دارم باید بسوزانم و از بین ببرم - با تمام دردهایی که آن بافت در حال مرگ ایجاد میکند؟ آیا ایمان دارم که گامی فراتر بگذارم و آنچه را که باید بمیرد از دست بدهم تا شخصیت جدید و داناترم پدیدار شود؟ ما تا حد زیادی، مفروضات خودمان هستیم. مفروضات مان، دنیای ما را شکل میدهند. وقتی اصول بدیهی ایمانمان به چالش کشیده می‌شوند (مثل «مردم اساس خوبند»)، پایه‌های ایمانمان می‌لرزند و دیوارهایش فرو می‌ریزند. ما همه دلایل را برای روبرو نشدن با آن حقیقت تلخ داریم. اما فقط روشن شدن و درک کامل آنچه هست - و آنچه بود - می‌تواند از ما محافظت کند. اگر خاطراتی دارید که هنوز عذابتان میدهند امکانی وجود دارد - تنها امکانی که میتواند نجاتتان دهد - که باید آن را کشف کنید.

اگر هنوز خاطرات قدیمی ناراحتتان میکند، آنها را دقیق و کامل بنویسید.

قانون دهم

پیوسته برنامه بریز و تلاش کن تا عشق در رابطه‌تان حفظ شود

www.KhoreKetab.com

قرار ملاقات غیر قابل تحمل

من متخصص زوج درمانی نیستم. اما گاهی اوقات وقتی مراجعی را می‌بینم لازم است که در جلساتمان، شریک صمیمی او نیز حضور پیدا کند. من فقط در صورتی از من درخواست شود چنین کاری را انجام میدهم. همینطور این نکته را روشن میکنم اگر به هدف مشاوره زناشویی مراجعه کرده اند، باید نزد متخصص این زمینه بروند. با این حال اگر یکی از اصلی ترین مشکلات مراجع من نارضایتی از ازدواج باشد، صرفا صحبت کردن با یک نفر از این زوج نتیجه معکوس دارد. سرانجام اغلب اینطور است (و واقعا جای تعجبی ندارد) که شریک مراجع من، به درمانگر زوج خود - من - اعتماد نکند و بنابراین جلسه ای که از ما سه نفر تشکیل میشود میتواند در اصلاح آن رابطه بسیار موفق عمل کند.

من قبل از ملاقات با یک زوج، در مورد بعضی از قواعد اساسی برای بهبود یک رابطه با مراجعم صحبت کرده ام. بگذارید بگوییم که او زمانی را برای رابطه عاشقانه اش در نظر گرفته: مثلا چهار ساعت در هفته یا زمانی در آن حدود (در اینجا صرفا از منظر یک فرد بزرگسال با تمام سهم او از مسئولیتها صحبت میکنم). پیدا کردن چنین زمانی، یا حتی بیشتر از آن امکان پذیر است. اما زیادی در هر یک از هفت روز هفته وجود ندارد، بنابراین باید شرایط را به درستی و با دقت تنظیم کرد. و وقتی همه اینها - همه این مذاکرات و تاییدات آگاهانه - برای اولین بار اجرا میشود، بد، احمقانه و با احساس درد، کینه و انتقام جویی صورت میگیرد. و وقتی این احساسات منفی پرورانده میشوند، باعث تخریب یک رابطه - گاهی برای همیشه - میشوند. شاید مراجع من و همراه اش، بعد از سالها وقتی برای اولین بار درباره وضعیت شان با هم صحبت میکنیم، با یکدیگر بیگانه شده باشند. آنها خوشحال نیستند و از من متنفرند - شاید حسی فراتر از تنفر نسبت بهم دارند. آنها غیر صمیمانه روی صندلی می‌نشینند، دست به سینه و چشم غره میروند (که امیدوارم سومین حرکت در کار نباشد چون نشانه بدی است). هیچ یک ذره ای باور یا

www.KhoreKetab.com

دیـدگاه شـان را عـوض نمیکننـد. مـن از آنهـا می‌پرسـم آخریـن بـاری کـه کاری عاشـقانه بـا هـم انجـام داده انـد کـی بـوده؛ آخریـن بـاری کـه بـا هـم بیـرون قـرار گذاشـته انـد. اگـر اوضـاع خـوب جلـو نرفتـه باشـد، آنهـا سـوگوارانه یـا بـا تمسـخر مسـتقیم می‌خندنـد. بـا ایـن حـال مـن بـه آنهـا پیشـنهاد میکنم سـعی کننـد بـا هـم بیـرون برونـد، یـا بیشـتر، بـه طـور منظـم بـا هـم قـرار ملاقـات گذاشـتن را تمریـن کننـد. اولیـن پیشـنهاد برایشـان بـه انـدازه کافـی بـد اسـت؛ و دومـی غیـر قابـل تحمـل. آنهـا می‌گویند: «مـا هیـچ قـرار لعنتـی بـا هـم نمیگذاریـم. مـا قبـل از ازدواج، وقتـی زمانـش بـود بـا هـم قـرار ملاقـات گذاشـته ایـم. بعـلاوه، تنهـا کاری کـه میکنیـم دعـوا کردن اسـت.»

و ایـن برداشـت مـن از پاسـخ خشـمگین، تلـخ و سـطحی آنهاسـت: «ایـن نگرانـی اسـت کـه شـما مطـرح میکنیـد: شـما دیگـر هرگـز قـرار نیسـت در رابطـه زناشـویی‌تان بـه یـک قـرار ملاقـات بـا هـم برویـد. (اصـل مطلـب ایـن اسـت.) در عـوض فقـط می‌خواهیـد ولـش کنیـد. امـا چـرا بـه جـای آن، مدتـی را ریسـک نمیکنیـد؟ همدیگـر را بـه جـای زیبایـی ببریـد. جـرات داشـته باشـید و دسـتان را دور شـریکتان حلقـه کنیـد یـا روی زانویـش بگذاریـد. میدانیـم کـه هـم عصبانـی هسـتید و احتمـالا دلایلی خوبـی هـم برایـش داریـد. مـن هـر دوتـان را دیـده ام: میفهمـم چـرا هـر دو چنیـن احساسـی داریـد :-). امـا فقـط امتحانـش کنیـد. لازم نیسـت دوسـتش داشـته باشـید. نیـازی نیسـت کـه انتظـار داشـته باشـید در ایـن کار خـوب عمـل کنیـد، یـا عصبانیت‌تـان را کنـار بگذاریـد، یـا اوقـات خوشـی را سـپری کنیـد. فقـط لازم اسـت تحملـش کنیـد.»

هـر دوی آنهـا مـرا بـه خاطـر پیشـنهاد چنیـن ایـده آزاردهنـده عصبانـی کردنـد. آنهـا بـا دنـدان قروچـه، موافقـت کردنـد و در جلسـه آینـده بـه مـن اطـلاع دادنـد کـه: «آن کار اتفـاق افتـاد و همانطـور کـه بـه شـما گفتـه بودیـم، زمـان بسـیار بـا هـم داشـتیم. قبـل از بیـرون رفتـن بـا هـم دعـوا کردیـم، زمانـی که بـا هـم بیـرون بودیـم و زمانـی کـه بـه خانـه برمـی گشـتیم هـم بـه همین شـکل بـا هـم دعـوا کردیم. قطعـا ریسـک یـک قـرار ملاقـات دیگـر را نمیکنیـم.» آنها اغلـب از رسـیدن به چنیـن نتیجه ای احسـاس غـرور و افتخـار پیـدا میکننـد، چـون فکـر میکننـد زودتـر از اینکـه زمانـش برسـد بـه چنـان نتیجـه ای

رسیده و زمان شان را به خاطر یک موضوع بی معنی هدر نمی دهند. بنابراین من از آنها می‌پرسم: «پس برنامه‌تان همین است، درسته؟ شما قرار است برای شصت سال ازدواج کنید. شما فقط کمی تلاش زورکی برای یک قرار ملاقات گذاشتن کرده اید. شما قبلا با هم کنار نیامده اید، بنابراین احتمال ناچیزی هست که بتوانید از آن لذت ببرید. بعلاوه، همانطور که شما از پیشنهاد بچگانه من آزرده شدید، هر دوتان علاقه دارید که به طرز وحشتناکی رابطه‌تان بد جلو برود، همانطور که تا به حال جلو رفته. کارتان را کرده اید. بنابراین آیا تصمیم گرفته اید در دهه‌های پیش رویتان اینطور با هم رفتار کنید: با بغض و تلخی، به جای توجه متقابل؟»

«بیایید در عوض سعی کنیم ماجرا را اینطور ببینیم: هیچ کدام‌تان در قرار ملاقات رفتن مهارتی ندارید. بنابراین یکبار تلاش کافی نخواهد بود. شاید پانزده بار - یا شاید چهل بار - لازم باشد با هم قرار بگذارید، چون هم مهارت قرار گذاشتن را از یاد برده اید، هم به تمرین نیاز دارید و باید با حسن نیت آن را برای خودتان به یک عادت تبدیل کنید. شاید هیچ کدامتان برای شروعی عاشقانه آماده نبوده اید؛ یا شاید زمانی آماده بوده اید اما آن روزگار مدتهای مدیدی است که رفته. این یک موهبت خدا دادی نیست، بلکه مهارتی است که باید یاد بگیرید.»

فرض کنید که متاهل اید - یا هر معادلی مثل آن. همچنین فرض کنید که دو بار در هفته می‌توانید (یا می‌توانستید) که آنتراکت عاشقانه ای داشته باشید. ممکن است دفعات آن کمتر یا بیشتر باشد، اما ما با حساب دو بار در هفته انجامش میدهیم. همین یعنی صد بار در سال. بگذارید تصور کنیم که شما برای سی سال دیگر نیز متاهل باشید. سی تا صد مرتبه میشود سی هزار مرتبه قرار ملاقات. آیا امکان ندارد که کسری از آن زمان را به تکمیل کردن مهارت‌تان در ارتباطات و عشق ورزی اختصاص دهید؟ بنابراین چه اهمیتی دارد که قبل از آن یک باری که حدودا قابل قبول است، پانزده مرتبه قرار ملاقات رقت بار داشته باشید؟ این یعنی پانزده بار شکست در سه هزار مرتبه قرار. این احتمالا نیم درصد آن زمان عاشقانه ای است که می‌توانید با هم بگذرانید. شاید حتی بتوانید بیشتر جسارت به خرج دهید و مسائل را بین

خودتـان درسـت کنیـد. چـرا احتمـالا تصـور میکنیـد کـه مسـئله ای بـه پیچیدگـی ازدواج ممکـن اسـت بـدون نیـاز بـه تعهـد، تمریـن و زحمـت از پیـش بـرود؟

«بنابرایـن شـاید اولیـن قـرار ملاقاتتـان تاسـف آور و وحشـتناک باشـد. هرگـز دوسـت نداریـد چنـان تجربـه ای را تکـرار کنیـد، امـا بـه دردتـان می‌خـورد، چـون ترجیـح میدهیـد ازدواجتـان را نگـه داریـد تـا آن را ول کنیـد. شـاید قـرار ملاقـات بعـدی، پنـج درصـد بهتـر باشـد. و بعـد از تلاش‌هـای متعـدد حداقـل بـرای چنـد لحظـه بـه یـاد آوردیـد کـه چـرا روزگاری ایـن فـردی را کـه بـا او ازدواج کـرده ایـد دوسـت داشـتید. شـاید بتوانیـد کاری انجـام دهیـد کـه کمی مهیج‌تـر از دسـت انداختـن دور او باشـد و شـید کمـی پاسـخ از جانـب آن کسـی بگیریـد کـه در قلـب سـرد و جهـان خشـکش هنـوز واقعا از شـما مراقبـت میکنـد. و اگـر مدتـی طولانـی در آن رابطـه هسـتید، همانطور کـه موقـع ازدواج عهـده می‌بندید، برایـش زمـان بگذاریـد تـا آن را درسـت کنیـد.»

و شـاید آن زوج از هـوش کافـی بـرای انجـام آن حسـاب و کتابهـا و تامـل دربـاره تمـام آن زمـان تلـف شـده، در کنـار همـه تلخـی هـا، کینـه و زندگـی مـرده و بـی عشـق، برخـوردار باشـند. و آنهـا قبـول کردند کـه یـک بـار دیگـر - دوبـار، سـه یـا ده بـار دیگـر نیـز - بـا هـم قـرار بگذارنـد و بعـد از ده بـار قـرار ملاقـات، لبخنـد زنـان بـه دیـدن مـن آمدنـد و بمـن گفتنـد کـه اوقـات خیلـی خوبـی بـا هـم گذرانـده انـد. و بعـد دربـاره مسـائل مهـم دیگـری مثـل آنچـه بـرای حفاظـت از عشـق و احتـرام نیـاز اسـت و تمایـل و اشـتیاق داشـتن و پاسـخ دادن بـه آن بحـث کردیـم. چگونـه در درازمـدت همچنـان رمـز و راز را در رابطه‌تـان حفـظ می‌کنیـد؟ آیـا می‌توانیـد اراده، تخیـل عاشـقانه و سـرگرمی را طـوری در کنـار هـم مدیریـت کنیـد کـه بـرای هـر سـه هـزار بـار بعـدی، صمیمانـه در کنـار هـم باشـید؟ چنیـن انتظـاری نیاز بـه تـلاش متفکرانـه دارد.

ایـن مسـئله بـرای هـر کسـی در حقیقـت یـک معمـای ژرف اسـت. بـا مراقبـت کـردن میتوانیـد دوباره آن فـردی کـه روزگاری انتخـاب شـما بـوده کشـف کنیـد و بـه انـدازه کافـی رمـز و راز برایتـان وجـود

داشته باشد که بتواند از آن روحیه ای که شما دو نفر را کنار هم قرار داده بود، محافظت کنید. با احتیاط می‌توانید از محبوس شدن در یک جعبه راحت، مجازات شدن بابت خارج شدن از آن جعبه، و نفرت قابل پیش‌بینی بودن که هر دو شما در معرض آن هستید، اجتناب کنید. اگر خوش شانس باشید می‌توانید آن نگاه اولیه ای را که وقتی اولین از یکدیگر خوشتان آمد رد و بدل کردید، به دست آورید، یا درک کنید که اگر فردی بهتر از الان‌تان بودید، زندگی‌تان می‌توانست چقدر بهتر باشد؟ این اتفاقی است که وقتی دو نفر تحت تاثیر طلسم عشق قرار میگیرند، می‌افتد. برای مدتی هر دوشان از آنچه بوده اند بهتر می‌شوند و بهبودشان را می‌بینند اما آن طلسم از بین می‌رود. هر دو برای مدتی از آن موهبت برخوردار میشوند. برای مدتی هر دو با چشمانی باز آنچه را که دیگران نمیتوانند می‌بینند. چنین عشقی، یک نگاه اجمالی است به رابطه ای که اگر سالم باقی بماند، میتواند باشد. این همان رابطه ایست که در آغاز هدیه از سوی سرنوشت است اما برای تحقق و ماندگاری و نیاز به تلاشهای زیادی دارد. و وقتی این موضوع درک شود، هدف روشن است.

بستر خواب

جنبه جنسی یک رابطه اغلب می‌تواند اطلاعات زیادی به ما بدهد (ولی نه همیشه). من زوج‌هایی را می‌شناسم که مثل به قول معروف سگ و گربه با هم میجنگند اما زندگی جنسی موفقی دارند (حداقل در کوتاه مدت) و زوج‌های دیگری که در بلند مدت بسیار خلق و خوی سازگاری با هم داشته اند اما یکی نتوانسته آن جرقه را پیدا کند. افراد و روابط آنها بسیار پیچیده‌تر از آن است که بتوان آن را به یک جنبه خلاصه کرد - اما هنوز این نکته منطقی است که یک ازدواج خوب، همراه با تمایل متقابل و پاسخ متقابل است. متاسفانه تمایل داشتن کاری نیست که بتوان آن را به صورت جداگانه جلو برد. بنابراین «بهتر کردن رابطه جنسی» خواسته ای بیش از حد محدود برای تحقق آن هدف است.

برای حفظ رابطه عاشقانه با شریکتان در بلندمدت باید یک استراتژی گستردەتر و مناسب تری وجود داشته باشد. صرف نظر از اینکه آن استراتژی چیست، موفقیت یا عدم موفقیت آن به توانایی شما در مذاکره وابسته است. برای مذاکره، باید اول شما و شخصی که با او مذاکره می‌کنید، بدانید که هر کدام به چه چیزی نیاز دارید (و چه میخواهید) و دوم اینکه هر دو مایل باشید روراست در مورد آن صحبت کنید. موانع جدی زیادی برای شناختن نیازها و خواسته‌های شما و بحث در مورد آن وجود دارد. اگر به خودتان اجازه دهید بدانید که چه میخواهید، دقیقا خواهید فهمید که کی در رسیدن به آن خواسته شکست می‌خورید. البته که از آن نیز خواهید برد، چون هر بار که موفق شوید از آن آگاهید. اما ممکن است شکست هم بخورید و نگرانی از شکست در دستیابی به آنچه نیاز دارید (و میخواهید) ممکن است در حدی باشد که باعث شود عمدا بخواهید خواسته‌تان را مبهم و نامشخص نگه دارید. اما شانس موفقیت در صورتی که نتوانید هدف را نشانه بگیرید، بسیار ناچیز است.

هدف احتمالا برای شما مشکل ساز است. اگر شریکی برای زندگی‌تان داشته باشید، ممکن است این مشکل تشدید شود. بعید است شخصی که انتخاب کرده اید درباره شما از خودتان باهوش‌تر باشد، مگر در موارد جزئی (و در واقع با توجه به درونی ترین امیال شما احتمال بیشتری هست که شریکتان بیشتر از شما در تاریکی به سر ببرد). نامشخص بودن خواسته هایتان به این معناست که معشوق نگون بخت شما باید آنچه را که شما را خوشحال یا ناراحت میکند، حدس بزند، و احتمال زیادی هست که به خاطر حدس اشتباه مجازات شود. بعلاوه، با توجه به همه چیزهایی که می‌توانستید بخواهید یا نخواهید، تقریبا قطعی است که آن معشوق اشتباه حدس میزند. در نتیجه شما همیشه انگیزه خواهید داشت که آنها را تلویحا، به طور غیر شفاهی، یا ناآگاهانه سرزنش کنید چرا که آنقدر اهمیت نداده اند که آنچه شما خودتان راغب نبوده اید متوجه شوید، درک کنند. شما فکر میکنید - یا بدون فکر، صرفا احساس میکنید - که: «اگر واقعا مرا دوست داشتی، لازم نبود که من به تو بگویم که چه

چیـزی را دوسـت دارم.» ایـن روش در یـک ازدواج موفـق کاربـردی نیسـت.

همـه اینهـا بـه انـدازه کافـی بـد انـد، امـا مشـکل دیگـر و بـه همـان وخامـت در ایـن مسـیر در کمین اسـت. اگـر مشـکل آگاهـی از خواسـته هایتـان را حـل کـرده و آن را شـفاها به خـود اعتراف کرده باشـید، و اجـازه دهیـد کـس دیگـری از آرزوهایتـان مطلـع شـود، آن وقـت بـه آنهـا منبـع قـدرت و خطرناکـی داده ایـد. شـخصی کـه او را محـرم راز خـود قـرار داده ایـد حـالا میتوانـد خواسـته‌های شـما را بـرآورده کنـد، امـا بـه همـان انـدازه می‌توانـد شـما را از رسـیدن بـه آنهـا محـروم کنـد، شـما را بـه خاطـر چنـان خواسـته‌هایی شـرمنده کنـد یـا بـه روش دیگـری بـه شـما صدمـه بزنـد، چـون حـالا شـما خودتـان را آسـیب پذیـر کـرده ایـد. افـراد سـاده لـوح دچـار ایـن توهـم هسـتند کـه همـه خوبنـد و هیچکـس - خصوصـا کسـی کـه دوسـتش دارنـد - چـه از روی کینـه، چـه بـی بصیرتـی و چـه از روی لـذت صـرف، انگیـزه ای بـرای ایجـاد درد و بدبختـی آنهـا ندارنـد. امـا کسـانی کـه بـه حـدی بالغ شـده اند که از سـاده لوحـی شـان فراتـر برونـد، ایـن موضـوع را یـاد گرفتـه انـد کـه آدمهـا هـم به دسـت خودشـان و توسـط دیگـران ممکـن اسـت آسـیب ببیننـد و بهشـان خیانـت شـود. بنابرایـن چـرا بـا وجـود احتمـال آسـیب دیـدن بـه کسـی اجـازه ورود بـه حریـم شـان را بدهنـد؟ بـرای دفـاع از خـود اسـت در برابـر چنیـن خیانتـی اسـت کـه سـاده لوحـی اغلـب بـا بدبینـی جایگزیـن میشـود. بـا تمـام ایـن اوصـاف، جایگزین شـدن بدبینـی از سـاده لوحـی یـک پیشـرفت اسـت. و خـدا را شـکر کـه ایـن جایگزیـن، ختـم کلام در بـاب خـرد نیسـت. اعتمـاد بـه نوبـه خـود بـر بدبینـی غلبـه میکنـد و اعتمـاد واقعـی، سـاده لوحانـه نیسـت. اعتمـاد بیـن افـرادی کـه سـاده لـوح نیسـتند نوعـی شـجاعت اسـت، چـون خیانـت همیشـه در کمیـن اسـت و چـون خیانـت بـه طـور آگاهانـه قابـل درک اسـت. اعتمـاد بـا نیـروی خاصـی در یـک رابطـه صمیمانـه بـه کار گرفتـه میشـود. اعتمـاد کـردن یعنـی دعـوت از ظهـور بهتریـن نسـخه شـریک زندگی‌تـان بـه کمـک شـما و اعتمـاد خودخواسـته تـان. ایـن یـک بـده بسـتان خطرنـاک اسـت امـا پـاداش آن تحقـق صمیمیتـی غیرممکـن اسـت و قربانـی کـردن آنچـه گفتگـوی دو ذهـن مختلف اسـت ایـن اسـت کـه بـه جـای آنکـه یـک ذهـن بـه تنهایـی از پـس مشـکلات دشـوار برآیـد، در کنـار هـم از

موهبـت دو ذهـن بـرای رفـع موانـع بهـره میگیریـد.

عشـق نیازمنـد اعتمـاد اسـت - و هـر چـه عمیق‌تـر باشـد، امـکان رابطـه عاشـقانه بیشـتر اسـت. امـا فـارغ از اینکـه افـراد بایـد بـه انـدازه کافـی عاقـل باشـند کـه اعتمـاد نکننـد، امـا چون شـجاع انـد، خطر میکننـد و بـه شـریک زندگـی شـان اعتمـاد میکننـد، اعتمـاد نیـز الزامـات خـودش را دارد. اولیـن الـزام، حقیقـت اسـت. اگـر دروغ میگوییـد، نمـی توانیـد اعتمـاد را بـه خودتـان حفـظ کنیـد. به همیـن ترتیب اگـر بـه شـیوه ای عمـل میکنیـد کـه اگـر کسـی بفهمـد نیـاز بـه دروغ گفتن داشـته باشـید، نمـی توانید بـه خودتـان اعتمـاد کنیـد. بـه طـور مشـابه اگـر شـریک زندگی‌تـان دروغ میگویـد، در عمـل یا باسـکوت بـه شـما خیانـت میکنـد، نمیتوانیـد بـه او اعتماد کنیـد. بنابرایـن آن مولفـه ای کـه در عهـد ازدواج کمک بـه حفاظـت از عشـق میکنـد قبـل از هـر تصمیمـی، عهـد بسـتن بـر سـر ایـن ارزش اسـت کـه بـه شـریکتان دروغ نگوییـد.

چنیـن کاری اگـر بـه درسـتی تمریـن شـود، مزایـای عملـی زیـادی دارد. بالاخـره در زندگی‌تـان زمانـی فـرا میرسـد کـه آن کاری کـه بایـد انجـام میدادیـد، نکـرده ایـد، و آن کاری را کـه نبایـد می‌کردیـد، انجـام داده ایـد. شـاید بـه مشـاوره نیـاز داشـته باشـید. شـاید بـه پشـتیبانی احتیـاج پیـدا کنیـد. شـما ممکن اسـت بـه چیـزی نیـاز داشـته باشـید کـه شـریک زندگی‌تـان بتوانـد آن را بـه شـما ارائـه کنـد، اگـر فقـط جـرات داشـته باشـید بـه او اجـازه دهیـد کـه بـه شـما کمک کنـد. و برخـی اوقـات آنهـا دقیقـا در همان موقعیـت قـرار میگیرنـد. زندگـی بـرای مذاکـره بـه تنهایـی بیـش از حـد دشـوار اسـت. اگر حقیقـت را به شـریک خـود بگوییـد و تمـام تلاشـتان را بکنیـد بـه همـان گونـه ای رفتار کنیـد کـه بتوانید دربـاره نحوه عملتـان حقیقـت را بگوییـد، آن وقـت زمانـی کـه دریاهـا طوفانـی شـدند و کشـتی هایتـان در معـرض غـرق شـدن قـرار گرفتنـد کسـی هسـت کـه میتوانیـد بـه او تکیه کنیـد. ایـن موضوع بـه معنـای واقعی موضـوع مـرگ و زندگـی اسـت. در رابطـه ای کـه عشـق صدمـه نبینـد، حقیقـت باید پادشـاه باشـد.

مسیح در نور شمع

من دوستی از تبار اسکاندیناوی دارم، اگرچه کانادایی است. او با زنی کانادایی از تبار اسکاندیناوی ازدواج کرد. آنها در مقام ادای احترام به اصل و نسب مشترک شان تصمیم گرفتند در سوئد ازدواج کنند. هر دو آنها حداقل اسما مسیحی بودند، بنابراین در مراسمی که چنین باوری را منعکس کند ازدواج کند. آنها در زمان بیان عهد ازدواج، شمعی روشن بین شان نگه داشته بودند. من مدت زیادی درباره اهمیت آن آیین فکر کردم.

در کتاب پیدایش (۲: ۲۱-۲۲) استعاره ای وجود دارد که حوا را از آدم بیرون آوردند - حوا از دنده او ایجاد شده است. استعاره ایجاد زن از مرد موضوع رمزگونه ایست: توالیِ بیولوژیکیِ معیار عکس این است - یعنی مرد در زمان تولد طبیعی است که از زن زاده شود. چنین موضوعی باعث ایجاد یکسری حدس و گمان‌های اساطیری شده و در راستای تلاش برای فهم این نکته عجیب و عمل خلاقانه، برخی فرض میکنند که آدم، انسان اولیه که توسط خدا خلق شد، هِرمافرودیت[۱] - نیمی مرد و نیمی زن - و بعدا به دو جنسیت مجزا، تفکیک شد. این موضوع نه تنها بر تفکیکِ آن وحدت الهی دلالت دارد بلکه ناقص بودن زن و مرد را نشان میدهد، مادامی که هنوز با هم یکی نشده اند. این واقعیت که هر دو یک شمع را نگه میدارند نشان دهنده بهم پیوستن و وصلت طرفین است. این واقعیت که آن شمع در بالا نگه داشته می‌شود و روشن است، تلویحا به چیزی ماورا اشاره میکند که بیانگر یا اجرا کننده آن وحدت است. نور؛ نور آسمان ها، نور در تاریکی، روشنایی و روشن شدن. قبل از اختراع چراغ‌های برقی مدرن، اغلب از شمع برای این منظور استفاده میشد. درختان همیشه سبز به همین دلیل برای کریسمس انتخاب شده اند، تا زندگی بی پایان را نشان دهند، چون آنها مثل هم نوعان خزان پذیرشان هر سال «نمی میرند». بنابراین چنین درختانی به عنوان نماد درخت زندگی هستند که بر پایه اساس بنیان

۱ Hermaphroditic

www.KhoreKetab.com

کیهان عمل میکنند. بنابراین ما هر ساله در حدود ۲۱ام دسامبر، تاریک ترین زمان سال حداقل در نیمکره شمالی، درخت زندگی را روشن میکنیم. به همین دلیل است که کریسمس در همین تاریخ در تقویم ثبت شده و ظهور نور با تولد آن نجات دهنده جهانی همراه است - این نشان دهنده ظهور ابدی نور در دل تاریکی دوزخ است.

مدتهای مدیدی است که مسیح، بعد از آدم، دومین انسان کامل در نظر گرفته شده و همانطور که گمانه زنی‌هایی درباره ماهیت هرمافرودیتی آدم اولیه، قبل خلقت متمایز جنسیت ها، وجود دارد، درباره مسیح نیز گمانه زنی‌هایی هست که میگوید کمال معنوی او در نتیجه تعادل ایده آل مولفه‌های مردانگی و زنانگی در اوست. برای افرادی که با هم وصلت میکنند بسیار سخت است که به حد کفایت درمانده شوند تا از پنهان کاری و خودداری دست بردارند، در حقیقت زندگی کنند و خود را در پرتو وجود مشترک شان اصلاح کنند. به همین دلیل است که هر دو به این عهد ترسناک قسم میخورند (مبادا که آنچه خدا بهم پیوسته، انسان از هم جدا کند [متی ۶: ۱۹]). یکی در توافق میگوید: «من به تو می‌پیوندم» و دیگری جواب میدهد: «من هم به تو می‌پیوندم» و اگر هر دو عاقل باشند فکر میکنند که هر کدام باید خود و دیگری را به گونه ای تغییر دهد تا از هر گونه رنج غیر ضروری جلوگیری کنند. بنابراین آن اصل مافوق که هر دو شریک زندگی باید به آن تعظیم کنند چیست؟ این روشنگری صرفا یک انتزاع کلامی نیست. به این معنا نیست که آن دو نفر فقط باید صادقانه فکر کنند و حرف بزنند. بلکه به این معناست که آنها باید بر اساس آن صداقت عمل کنند. و این همان ایده ای باستانی است که میگوید: «به عمل کار برآید به سخندانی نیست».

ممکن است افرادی که حالا یک زوج را تشکیل داده اند یک عمر درگیر این سوال مفهومی نادرست شوند که: «در ازدواج چه کسی تابع دیگری است؟» بهرحال کسی ممکن است دلیل بیاورد که چنین مقرراتی یک بازی با جمع صفر است و برنده و بازنده ای دارد. اما در یک رابطه، موضوع درباره یک نفر و یک برنده، یا حتی تغییر موقعیت هایشان برای رعایت حدودی

انصـاف نیسـت و نبایـد باشـد (فـارغ از اینکـه دربـاره کـدام یـک از طرفیـن رابطـه مطـرح شـود). در عـوض هـر دو می‌تواننـد تصمیـم بگیرنـد کـه تابـع یـک اصـل باشـند، یـک اصـل بالاتـر، کـه اتحـاد آنها را در روح روشـنایی و حقیقـت تشـکیل میدهـد. آن پیکـره شـبحماننـد کـه حاصـلِ اتحـاد بهترین‌هـای هـر دو شـخصیت اسـت، بایـد دائمـا محـک ازدواج تلقـی شـود - بـه راسـتی ایـن پیکـره نزدیکتریـن دسترسـی مـا انسـان‌های فناپذیـر بـه الهیـات اسـت. ایـن همـان موضوعـی اسـت که در مراسـم شـمع نشـان داده میشـود: هیـچ کـدام از طرفیـن بـر دیگـری حاکـم نیسـت. در عـوض هـر دو سـر تعظیـم در مقابـل اصـل روشـنایی فـرود می‌آورنـد. در ایـن شـرایط دیگـر لازم نیسـت یکـی پایبنـد به خواسـته‌های دیگـری باشـد (یـا برعکـس). در عـوض هـر دو بـه سـمت مثبـت ترین آینـده ممکـن جهـت می‌یابند و توافـق میکننـد کـه بیـان حقیقـت بهترین مسـیر پیـش روسـت. در ایـن صـورت اگر شـرکای ایـن توافق بـه پیامدهـای گفتگویشـان پایبنـد باشـند، چنیـن جهـت گیـری و راسـتگویی، یـک گفتگوی شـفاهی یا غیرشـفاهیِ دگرگـون کننـده ایجـاد میکنـد. تبعیـت داوطلبانـه از ایـن اصـل روشـنگرِ مافـوق هـم وحدت می‌بخشـد و هـم زنـده میکنـد.

تصـور کنیـد کـه بـه تازگـی در چنیـن مراسـمی شـرکت کـرده ایـد. مشـارکت شـما نشـان دهنـده چیسـت؟ آیـا بـه ایده‌هایـی کـه اخیـرا اجـرا کـرده ایـد بـاور داریـد؟ آیـا بـاور داریـد کـه زن و مـرد، زمانـی یکـی بـوده انـد، سـپس جـدا شـده انـد و بایـد در یـک پیونـد اتحـاد دوبـاره احیـا شـوند؟ بـه جـای اتـکای صـرف بـر منطـق و از روی قاعـده، میتوانیـد آن را از منظـر اسـتعاری و شـاعرانه بـاور کنیـد تـا بـه حقایـق ژرف تـری برسـید. آیـا می‌خواهیـد معشـوق‌تان را پیـدا کنیـد؟ بدیهـی اسـت کـه ایـن داسـتانی عاشـقانه اسـت، امـا دلایـل عمیقـی بـرای داسـتان‌های عاشـقانه وجـود دارد. شـاید فـردی را بـرای قـرار ملاقـات بـه یـک فیلـم عاشـقانه دعـوت کنیـد. شـما قهرمـان داسـتان را و معشـوقش را می‌بینیـد کـه همدیگـر را پیـدا میکننـد. اگـر خـوش اقبـال باشـید، در حیـن تماشـای فیلـم بـا خودتـان فکـر میکنیـد: «خـب شـاید ایـن فـردی کـه در کنـار مـن نشسـته نیـز نیمـه گمشـده مـن باشـد.» در بهتریـن شـرایط، هـدف از ایـن قـرار ملاقـات نیـز همیـن بـوده اسـت. شـاید چنیـن خواسـته ای بیـش

از انـدازه خوشـبینانه باشـد کـه بخواهیـد بـه آن دل ببندیـد. امـا بخـش رمانتیـک وجودتـان علـی رغـم همـه اینهـا بسـیار آرزومنـد اسـت.

اشـتیاق اجتنـاب ناپذیـری در طبیعـت مـا بـرای تکمیـل وجودمـان توسـط فـردی کـه بتوانـد، وجـود دارد. درونتـان حسـی از گمشـده ای هسـت کـه فقـط یـک پیوند عاشـقانه مناسـب جـای خالـی آن را پر میکنـد. ایـن هـم درسـت اسـت - شـما در واقـع چیـزی را گـم کـرده ایـد. اگـر اینطـور نبـود، جنسـیت هرگـز تکامـل نمـی یافـت. تمـام مسـیر بیولوژیکـی سرنوشـت مـا، از آنجایـی کـه تولیـد مثـل فقـط از طریـق تقسـیم سـلولها پیـش رفتـه اسـت، بـه نظـر از ایـن امـر نشـات گرفتـه کـه موجوداتـی ناهمسـان گـرد یکدیگـر بیاینـد و نسـخه ای نسـبتا جدیـد از خودشـان ایجـاد کننـد، تـا اینکـه صرفـا تجسـم فعلی شـان را شـبیه سـازی کننـد. شـما ویژگی‌هـای خـاص خـود، نقـاط کـور و تعصبـات خودتـان را داریـد. برخـی از ایـن مـوارد ضمنـی انـد. بعضـی شـان اغلـب بـه طـور جدایـی ناپذیـری بـا اسـتعدادهای منحصـر بفردتـان جفـت میشـوند: شـما بـه نـدرت مزیتـی را عـاری از معایبـش کسـب میکنیـد و اینکه شـما فـردی خـاص بـا ویژگی‌هـای خـاص هسـتید. اگـر فقـط بـه خودتـان متکـی باشـید، بـی قرینـه و تـک بعـدی میشـوید کـه اغلـب منجـر بـه اتفـاق خوبـی نمـی شـود.

مـا فایـده نهـاد ازدواج را درک نکـرده و - در نتیجـه ناپختگـی و سـاده لوحـی مـان - دربـاره آن بدبیـن شـده ایـم. ازدواج یـک پیمـان اسـت و دلیلـی بـرای آن وجـود دارد. شـما بـه طور مشـترک و علنـی اعلام میکنیـد: «مـن تـو را در بیمـاری یـا سـلامت، فقـر یـا ثـروت رهـا نخواهـم کـرد - و تـو نیـز مـرا تـرک نخواهـی کـرد.» ایـن در واقـع یـک تهدیـد اسـت: «بـا هیـچ قیمتـی از شـر هـم خـلاص نمـی شـویم.» شـما بـه هـم زنجیـر شـده ایـد و در اصـل راه فـراری وجـود نـدارد. اگـر باهـوش باشـید (علاوه بـر خوش بینـی بـه یـک عشـق تـازه) بـا خودتـان فکـر میکنیـد: «خـدای من، ایـن یـک احتمـال هولناک اسـت.» آن بخشـی از وجودتـان کـه مدعـی آزادی اسـت (امـا در واقـع میخواهـد از هـر مسـئولیت و نتیجـه ترسـناکی فـرار کنـد) بـه دنبـال دریچـه ای میگـردد کـه در شـرایط ضـروری، فـرار را امـکان پذیـر کنـد. بـه نظـر درسـت میرسـد - ازدواج‌هایـی وجـود دارنـد کـه غیـر قابـل تحملنـد - امـا پیامدهـای چنیـن

راهـکاری خطـرات بزرگـی ایجـاد میکنـد. آیـا واقعـا می‌خواهیـد بقیـه عمرتـان را از خـود بپرسـید کـه انتخـاب درسـتی داشـته ایـد؟ (چون همیشـه بـرای خـارج شـدن از پیمـان ازدواج حـق انتخـاب دارید.) بـه احتمـال زیـاد انتخاب‌تـان درسـت نبـوده. هفـت میلیـارد نفـر در دنیـا زندگـی میکننـد. بگذاریـد بگوییـم کـه حداقـل صـد میلیـون نفـر ممکـن اسـت شـرکای زندگـی خوبـی برایتـان باشـند. مطمئنـا وقـت نداشـته ایـد کـه همـه آنهـا را امتحـان کنیـد و احتمـال اینکه از نظـر تئوری، شـخص مـورد نظرتان را پیـدا کنیـد بـه صفـر میـل میکنـد. امـا بیشـتر از اینکـه شـما عشـق را پیـدا کنیـد، آن را میسـازید و اگر ایـن را ندانیـد دچـار مشـکل جـدی ای خواهیـد شـد. بعـلاوه اگـر راه فـراری باشـد، فشـار و حـرارت کافی درون آن محفظـه ای جمـع نمـی شـود کـه شـما بـه طـور مشـترک در آن گرفتـار شـده ایـد تا شـما را به تغییراتـی ضـروری - بلـوغ و رشـد خـرد - در خودتـان و شـریک زندگی‌تـان وادار بـه عجلـه کنـد، چـون بالـغ شـدن و پـرورش خـرد نیـاز بـه مقـداری رنـج دارد و تـا وقتـی راهـی برای فـرار وجود داشـته باشـد، از رنـج کشـیدن میتـوان فـرار کـرد.

قـرار نیسـت بـه آسـانی بـا شـریک زندگی‌تـان کنـار بیاییـد - مگـر اینکـه رضایـت دهیـد کـه سـکوت کنیـد و مـورد ظلـم قـرار بگیریـد (کـه حتـی در آن صـورت هـم بعـدا انتقـام خواهیـد گرفـت) - چـون بـا هـم فـرق میکنیـد. دقیقـا بـه همیـن خاطـر، هیچکـس بـا دیگـری بـه سـادگی کنـار نمـی آیـد. و نه تنهـا بـا شـریک زندگی‌تـان متفاوتیـد بلکـه - مثـل او - پـر از نواقصیـد. ولـی آنقدرهـا هـم بـد نیسـت. ایـن حقیقـت نیـز وجـود دارد کـه حتـی افـراد بـا حسـن نیـت و بـا شـخصیت نیـز وقتـی ازدواج شـان بـا روزمرگـی، کسـالت، تـراژدی و وحشـت روبـرو شـود، بهـم پیونـد خـورده انـد زیـرا زندگـی میتوانـد - و مطمئنـا در مقاطعـی - تـا حـد غیـر قابـل تحملـی دشـوار خواهـد بـود. شـرایط سـخت خواهـد شـد. دوره‌هایـی خواهـد آمـد کـه حتـی اگـر تمـام تلاشـتان را بـرای جمـع و جـور کردنتـان بکنیـد، بـاز هـم بیرحمانـه سـخت اسـت و لزومـا کوتـاه نخواهـد بـود. شـاید اگـر بـا هـم بمانیـد، زندگـی بهتـر شـود - امـا تـا آنجـا کـه مـن میتوانـم بگویـم ایـن یـک امیـد و یـک احتمـال اسـت - امـا دوران‌هـای بیرحمانه همچنـان وجـود خواهنـد داشـت. چـه چیـزی باعـث میشـود کـه شـما داوطلبانـه بـا اختلافات‌تـان کنار

بیاییـد و بـه یـک توافـق و اجمـاع واقعـی برسـید؟ شـما بایـد پیوسـته بـا حسـن نیـت مذاکـره کنید تا بـه یـک سـازگاری آرام و سـازنده برسـید. و اگـر نرسـید چـه؟ آن وقـت بایـد برای شـصت سـال دسـتتان را روی گلـوی یکدیگـر بفشـارید.

در جلسـات بالینـی، مـن خانوادەهایـی را در چنـان وضعیتـی دیـده ام. پنـج نفـر را تصـور کنیـد کـه در دایـره ای مقابـل شـما نشسـته انـد. بیشـتر تصـور کنید که هـر کـدام دسـتش را روی گلوی فـرد مقابلش فشـار میدهـد. هـر کـدام بـا نیـورس فشـار میدهنـد کـه در طـول چنـد دهه فـرد مقابـل را بکشـند. این تصمیمـی اسـت کـه در نتیجه سـالها مسـکوت کـردنِ حرفهـای ناگفتـه و خـودداری از گفتگو گرفته شـده اسـت: «میخواهـم بکشـمت. امـا مرگـت یـک عمـر طـول میکشـد.» بسـیار محتمل اسـت که شـما نیز فـردی را در خانـواده داشـته باشـید کـه بخواهیـد آرام آرام خفـه اش کنیـد، یـا کسـی در خانـواده اسـت کـه بـا شـما چنیـن کاری میکنـد. شـاید هـم اینطـور نباشـد، کـه امیـدوارم نباشـد (چـون شـاید حتی با اینکـه میدانیـد کـه ایـن حـرف واقعیـت دارد، بـه آن اعتـراف نکنیـد) امـا چنیـن موضوعـی رایـج اسـت. اگـر بـا شـریک زندگیتـان دربـاره صلـح گفتگـو نکنیـد، سـه حالـت پیـش میآیـد: اسـتبداد (آنچـه مـن میگویـد انجـام میدهـی)، بـرده داری (مـن هـر چـه تـو بگویـی انجـام میدهـم)، یـا گفتگـو. بدیهـی اسـت کـه اسـتبداد بـرای بـرده چنـدان خـوب نیسـت، امـا بـرای سـتمگر هـم خـوب نیسـت - زیـرا او نیـز بـه یـک مسـتبد تبدیـل میشـود و جـای افتخـاری نـدارد. چیـزی جـز بدبینی، بـی رحمـی و جهنمی از خشـم و رفتارهـای تکانـه ای وجـود نـدارد. بردگـی نیـز، نـه بـرای بـرده و نـه بـرای مسـتبد، خـوب نیسـت. بردەهـا تیـره روز، تاسـف آور، خشـمگین و کینـه توزنـد. آنهـا از هـر فرصتـی کـه بـه دسـت آورند بـرای انتقـام گرفتـن از اربـاب شـان اسـتفاده میکننـد و همینطـور اربابـان نیـز توسـط بـرده هایشـان در معـرض لعنـت و آسـیبند. بـا چمـاق نمـی تـوان باعث شـد که فـردی بهتریـنِ خـودش باشـد، مخصوصا وقتـی کـه بخواهنـد کار خوبـی انجـام بدهنـد (و ایـن تضعیـف روحیـه یکـی از ظالمانه تریـن ترفندهای سـتمگران اسـت). امـا اگـر مسـتبد هسـتید، مطمئـن باشـید کـه بردگانتـان تـا آنجا کـه بتواننـد انتقام خواهنـد گرفـت، حتـی اگـر بـه ایـن معنـا باشـد کـه بایـد بسـیار کمتـر از آنچـه میتوانند باشـند.

همسـرم یکبـار داسـتان وحشـتناکی دربـاره زوجـی برایـم تعریـف کـرد کـه هنـگام داوطلـب شـدن بـه طـور موقـت در بخـش مراقبت‌هـای تسـکینی دیـده بود. شـوهر در حـال مرگ بـود و همسـر ناخنهایش را کوتـاه میکـرد - امـا خیلـی از تـه. بـا هـر صـدا، از ناخن همسـرش خـون بیرون میـزد. اگـر چنین چیزی ببینیـد، خردتـان حقیقـت هولنـاک خـود را بیـان میکنـد: «دقیقـا می‌دانـم بیـن شـان چخبـر اسـت.» ایـن مرحلـه پایانـی یـک رابطـه فریبکارانـه و بـه طـرز بـاور نکردنـی بیرحمانـه اسـت. این مرحلـه ظریف اسـت. خونیـن بـودنِ پایانـش را آشـکارانه فریـاد نمیزنـد. هیچکـس نمیدانـد، مگـر خـود آن زوج (بـا اینکـه شـاید آن دو تمـام تلاششـان را بکننـد تـا نداننـد) و آن مشـاهده کننـده دقیقـی که شـوهر در حال مـرگ و زنـی کـه بهـر دلیـل عزمـش را جـزم کـرده تـا مرگـش را کمـی بدتـر کنـد. ایـن نتیجـه مطلوبـی نیسـت. هیچکـس نمـی خواهـد در چنـان موقعیتـی یـا چیـزی شـبیه آن قـرار بگیـرد. شـما میخواهیـد گفتگـو کنیـد. سـوال فقـط ایـن اسـت کـه: «چـه چیـزی قـرار اسـت شـما را بـه حـد کافـی ناامیـد کنـد کـه بخواهیـد گفتگـو کنیـد؟» و ایـن یکـی از همـان رمـز و رازهایـی اسـت کـه اگـر میخواهیـد عشـق را در رابطه‌تـان زنـده نگـه داریـد بایـد در نظـر بگیریـد.

گفتگو، استبداد یا برده داری

گفتگـو کـردن فـوق العـاده دشـوار اسـت. مـا قبـلا در دربـاره مشـکلاتِ مربـوط بـه تعییـن آن خواسـته و بعـدا جسـارت گفتـنِ دقیـق آن خواسـته بـه کسـی صحبـت کردیـم. و ترفندهایـی نیـز وجـود دارد کـه آدمهـا بـرای فـرار از گفتگـو دسـت بـه دامـن شـان میشـوند. شـاید - در دورانـی سـخت - از شـریک زندگی‌تـان بپرسـید کـه چـه میخواهـد. «نمیدانـم» جـواب رایجـی اسـت (شـما از کـودکان و حتـی بیشـتر در بیـن نوجوانـان نیـز ایـن جـواب را می‌شـنوید). امـا چنیـن جوابـی در گفتگویـی که نمیتـوان از آن بـا حسـن نیـت گریخـت، قابـل قبـول نیسـت. گاهـی اوقـات «نمیدانـم» به همـان معنایی اسـت که واقعـا انتظـار داریـم باشـد - و گوینـده چنیـن حرفـی بـه معنـای واقعـی در حـال از دسـت رفتـن اسـت - امـا اغلـب یعنـی: «نمیخواهـم راجـع بهـش حـرف بزنـم. پـس بـرو و مـرا بـه حـال خـودم بگـذار.» رنجـش و عصبانیـت آنـی بـا ایـن پاسـخ همراه اسـت و بـرای بازداشـتن فرد پرسشـگر کافیسـت. چنین

واکنشی ایـن گفتگـو را متوقـف میکنـد و ممکـن اسـت گفتگویـی را تـا ابـد مسـکوت بگـذارد. شـاید ایـن اتفـاق یکبـار، دو بـار، چندیـن بـار، یـا حتـی اغلـب بـرای شـما نیـز اتفـاق افتـاده باشـد، تـا اینکـه شـما - شـما بـه عنـوان آن پرسشـگر در یـک آن - از خـودداریِ شـریک زندگیتـان بـه تنـگ می‌آییـد یـا تصمیـم گرفتـه ایـد کـه دیگـر قربانیِ بزدلـی و دلسـوزی بیجـای خـود نشـوید و دیگـر قصـد نداریـد کـه «نمیدانـم» را بـه عنـوان یـک جـواب بپذیریـد. در نتیجـه شـما پیگیـرِ هدفتان می‌شـوید. شـما میگوییـد: «خـب، حدسـی بـزن. بـه خاطـر خـدا، چیـزی بگـو. اهمیتـی نـدارد چـه باشـد. حتـی اگر اشـتباه باشـد، حداقـل یـک شـروع اسـت.» «نمیدانـم» فقـط بـه ایـن معنـی اسـت کـه «ولـم کـن و بگـذار بـه حـال خـودم باشـم.» غالبـا بـه ایـن معناسـت کـه «چـرا ول نمیکنی بـه جاش بـری ببینی مشـکل از کجاسـت و بـراش یـک راهـکار پیـدا کنـی - اگـه خیلـی باهوشـی» یـا «خیلـی گسـتاخانه اسـت کـه مـرا بـه حال جهـل عمـدی یـا خطرنـاک خـودم رهـا نمیکنـی بـا توجـه بـه اینکـه بدیهـی اسـت فکـر کـردن دربـاره مشـکلاتم برایـم بسـیار سـخت اسـت.» هـر چنـد کـه بـی ادبـی نیسـت - ولـی حتـی اگـر گسـتاخانه باشـد، شـما بایـد بدانیـد کـه شـریک زندگی‌تـان چـه میخواهـد، همانطـور کـه او بایـد بدانـد و از کجـا می‌خواهیـد - یکـی یـا هـر دویتـان - آن را حـل کنیـد اگـر حتـی نمـی توانیـد گفتگویـی را شـروع کنید؟ بـی ادبانـه نیسـت، بلکـه رفتـار بیرحمانه عشـق اسـت.

پایـداری در چنیـن شـرایطی یـک ضـرورت اسـت؛ ضرورتـی وحشـتناک، شـبیه بـه جراحـی. چنیـن پایـداری دشـوار و دردنـاک اسـت چـون وقتـی بـه بیان‌هـای مختلفـی بارهـا تـا بـه حـال بـه شـما گفتـه شـده «بـرو بـه درک» (یـا بدتـر از آن) پایـداری در ادامـه گفتگـو، شـجاعت و حتـی کمـی حماقت می‌طلبـد. ولـی بـا ایـن حـال بـاز هـم پایـداری کار خوبـی اسـت - یـک عمـل تحسـین برانگیـز اسـت - زیـرا کسـی کـه نمـی خواهـد دربـاره اش صحبـت کنـد، بـه احتمـال زیـاد، درونـا بـا خـودش بـه توافـق نرسـیده اسـت. آن بخشـی کـه نمـی خواهـد دربـاره اش حرفـی بزنـد همان اسـت کـه عصبانی میشـود. امـا بخشـی وجـود دارد کـه میخواهـد صحبـت کنـد و آن مسـئله را حـل کنـد. امـا انجـام چنیـن کاری از لحـاظ شـناختی پرزحمـت، از نظـر اخلاقـی پرچالـش و از لحـاظ احسـاس اسـترس آور

اسـت. بعـلاوه، بیـان چنیـن خواسـته ای نیـاز بـه اعتمـاد دارد و گاهـی مـردم ایـن اعتمـاد را بـا ابـراز عصبانیـت نسـبت بـه موضوعـی کـه حسـاس اسـت می‌سـنجند تـا معلـوم شـود کـه آیـا کسـی کـه تصمیـم گرفتـه بـه ایـن چنیـن موضوعـی نزدیـک شـود جسـارت عبـور از یـک مانـع، دو مانـع، یـا ده مانـع را بـرای رسـیدن بـه آن اعمـاق را دارد یـا خیـر. و اسـتفاده از خشـم تنهـا ترفنـدی نیسـت کـه بـه کمکـش می‌تـوان از گفتگـو طفـره رفـت.

مانـع جـدی بعـدی اشـک اسـت. اشـکها بـه راحتـی بـا انـدوه و پریشـانی اشـتباه گرفتـه میشـوند و بسـیار تاثیـر گذارنـد و می‌توانـد در نتیجـه دلسـوزی نابجـای افـراد دل نـازک باعـث توقـف کامـل گفتگو شـود. (چـرا نابجـا؟ چـون اگـر کسـی را بـه خاطـر اشـکهایی کـه میریـزد بـه حـال خـودش رهـا کنیـد، آنهـا را موقتـا از رنـج بـردن فـارغ می‌کنیـد امـا آنهـا بـا مشـکل حـل نشـده خـود ادامـه میدهنـد تـا زمانـی کـه آن را حـل کننـد. و چنیـن اتفاقـی ممکـن اسـت هیـچ وقـت نیفتـد.) بـا ایـن حـال، گریـه اغلـب بـه انـدازه و یـا بیشـتر از اینکـه غـم باشـد، خشـم اسـت. مثـلا اگـر فـردی پیگیـرش هسـتید، عـلاوه بـر اشـک ریختـن، قرمـز هـم شـده احتمـالا عصبانـی اسـت تـا ناراحـت (لزومـا اینطـور نیسـت ولـی در اغلـب مواقـع نشـانه ای معمـول اسـت). گریـه کـردن یـک مکانیـزم دفاعـی تاثیرگـذار اسـت چـون قلبـی از سـنگ میخواهـد کـه در برابـر آن تـاب بیـاورد امـا خـان هفتـم در طفـره رفتـن اسـت. اگر بتوانیـد از ایـن خـان هـم کـه بگذریـد می‌توانیـد گفتگویـی واقعـی داشـته باشـید. عبـور از ایـن موانـع، عزمـی جـزم می‌طلبـد چـون بایـد از بایـد از توهیـن و رنجشـی کـه بـه خاطـر خشـم ایجـاد میشـود (دفـاع اول) و ترحـم و دلسـوزی ناشـی از اشـکها (دفـاع دوم) عبـور کـرد. چنیـن کاری به کسـی نیـاز دارد کـه سـایه شـخصیتش را (همـان سرسـختی، خشـونت و ظرفیتـش را بـرای رفتارهـای ضـروریِ عـاری از احساسـات و رام نشـدنی) یکپارچـه کـرده باشـد و از آن بـه نفـع بلنـد مـدت اسـتفاده میکنـد. به اشـتباه «دلپذیـر بـودن» را بـا «خـوب بـودن» یکـی در نظـر نگیریـد.

گزینه‌هایـی را کـه قبـلا دربـاره شـان صحبـت کردیـم بـه خاطـر بیاوریـد: گفتگـو، اسـتبداد یـا بردگـی. از بیـن ایـن سـه، گفتگـو کمتـر از بقیـه ترسـناک اسـت، اگرچـه حداقـل در کوتـاه مـدت سـخت ترینشـان

www.KhoreKetab.com

اسـت، اصـلا شـوخی بـردار نیسـت و فقـط خـدا میدانـد چقـدر بایـد عمیـق شـوید و بافت‌های بیمـار را برداریـد تـا بـه آن برسـید. تمـام آنچـه می‌دانیـد ایـن اسـت کـه روح مادربزرگ همسـرتان، توسـط شـوهر معتـاد بـه الکلـش مـورد بدرفتـاری بسـیاری قـرار گرفتـه و بـه خاطـر آن سواسـتفاده‌های حـل نشـده، بی اعتمـادی بیـن جنسـیت‌ها در نسـلهای بعـدی طنیـن انداختـه اسـت. بچه‌هـا تقلیـد کننـدگان شـگفت انگیـزی هسـتند. آنچـه بسـیاری از آنچـه را میداننـد تلویحـی، بسـیار قبل‌تـر از آنکـه بتواننـد حـرف بزنند، آموختـه انـد و آموخته‌هـای بـد را نیـز مثـل آموخته‌هـای خـوب تکـرار میکننـد. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه گفتـه شـده گنـاه پـدران را کـودکان نسـلهای سـوم و چهـارم خواهنـد دیـد (کتـاب اعـداد[۱] ۱۴: ۱۸).

البتـه امیـد می‌توانـد مـا از مراحـل درد گفتگـو عبـور دهـد، امـا امیـد بـه تنهایـی کافـی نیسـت. شـما همینطـور بـه ناامیـدی نیـاز داریـد و ایـن بخشـی از سـودمندی «تـا مـرگ مـا را از هـم جدا کند» اسـت. اگـر در ایـن مـورد جـدی باشـید، یعنـی بهـم گـره خـورده ایـد - و اگـر بـه انـدازه کافـی جـدی نیسـتید، یعنـی هنـوز بچـه ایـد. نکتـه چنیـن عهـدی ایـن اسـت: امـکان رسـتگاری دو طرفـه یـا نزدیـک تریـن تجربـه ای کـه روی همیـن زمیـن از رسـتگاری و نجـات می‌تـوان تصـور کـرد. در یـک ازدواج بالـغ، اگـر سـلامتی‌تان تـاب بیـاورد، بـرای شـصت سـال زندگـی مشـترک در انتظارتـان اسـت و مثـل موسـی که در بیابـان بـه جسـتجوی سـرزمین موعـود بـود، قبـل از آن کـه صلـح برقرار شـود، مشـکلاتی زیادی هسـت کـه بایـد همـه شـان حـل شـوند. بنابرایـن وقتـی ازدواج میکنیـد بـزرگ میشـوید و طـوری بـه دنبـال صلـح و آرامـش میگردیـد کـه انـگار روح‌تـان بـه آن وابسـته اسـت (و شـاید ایـن از وابسـتگی زندگی‌تان بـه صلـح و آرامـش مهمتـر باشـد) و یـا بـه دسـتش می‌آوریـد یـا شـوربختانه از آن رنج میکشـید. شـما بـا وسوسـه اجتنـاب، عصبانیـت، گریسـتن یـا اسـتفاده از راه فـرارِ طـلاق اغـوا میشـوید تا مجبور نباشـید بـا آنچـه بایـد مواجـه شـوید، روبـرو شـوید. امـا زمانـی کـه عصبانی هسـتید، گریـه میکنیـد یـا در فرایند طـلاق افتـاده ایـد، شکسـت‌تان شـما را تسـخیر میکنـد، همانطـور کـه اگـر پایتـان بـه رابطـه دیگـری بـاز شـود، آن شکسـت و تمـام آن مشـکلات دسـت نخـورده و حـل نشـده گریبان‌تـان میگیـرد، چـون

۱ The Book of Numbers

مهارت‌هـای مذاکـره کردن‌تـان پشـیزی بهتـر نشـده.

مـی توانیـد امـکان فـرار را در پـسِ ذهنتـان نگـه داریـد. می‌توانیـد از تعهـد پذیرفتـن خـودداری کنیـد. امـا در ایـن صـورت نمـی توانیـد بـه تحولـی دسـت پیـدا کنیـد، و ایـن ممکـن اسـت هـر آنچـه تـا بـه حـال اندوختـه ایـد را از شـما بگیـرد. بـا ایـن حـال رنجـی کـه یـک گفتگـو به طـور ضمنـی در بـر دارد با خـودش یـک وعـده فـوق العـاده بـه همـراه دارد: همـان ازدواجـی کـه موفـق و بخشـی از یـک زندگـی کامیـاب اسـت. میتوانسـتید هـر آنچـه در تـوان داریـد بـرای موفقیتش انجـام دهیـد. این یک دسـتاورد اسـت: دسـتاوردی ملمـوس، چالـش برانگیـز، اسـتثنایی و بعیـد. تعـدادی دسـتاوردهایی بـه ایـن بزرگـی در زندگـی زیـاد نیسـت: عـدد چهـار تخمیـن معقولـی اسـت. شـاید اگـر بـرای آن بـه سـختی تـلاش کنیـد، ازدواج اسـتواری پایـه گـذاری کنیـد. ایـن دسـتاورد اول اسـت. بـه همیـن دلیـل حـالا خانـه ای مسـتحکم، قابـل اعتمـاد، صادقانـه و سـرزنده داریـد کـه جـرات میکنیـد در آن بچـه ای بـه دنیـا بیاوریـد. و ایـن دسـتاورد دوم اسـت. آن وقـت مسـئولیت‌های بیشـتری بـه عهـده میگیریـد کـه همگـی نیازمنـد بهتریـنِ شـما هسـتند. و بعـد از خـوش شـانس و بادقـت باشـید، روابـط جدیـدی بـا بالاتریـن سـطح کیفیـت خواهیـد داشـت. سـپس نوه‌هایـی دور و برتـان را میگیرنـد کـه وقتـی زندگـی خودتـان را بـه افـول گذاشـت بـا زندگی‌هـای جدیـدی احاطـه شـوید. مـا در فرهنـگ مـان طـوری زندگـی میکنیـم کـه گویـی قـرار اسـت در سـی سـالگی بمیریـم. امـا اینطـور نیسـت. مـا مدت زیـادی زندگـی میکنیـم و همه چیـز در یـک لحظـه بـه پایـان میرسـد. و زندگـی مـان بایـد اینطـور باشـد کـه آنچـه انسـانها در یک عمر بـه دسـت می‌آورنـد از بچه‌هـا و نوه‌هـا بـا تمـام مشـقت و اندوهـی کـه دارد بدسـت آوریـم کـه خطـر از دسـت دادن ایـن فرصـت بـه پـای خودتـان اسـت.

شـما افـراد نـادان و معمـولا جوانـی را دیـده ایـد کـه بـه ناحـق پـر از احسـاس بدبینـی انـد کـه جایگزیـن خـرد جوانـی شـده اسـت و خیلـی صریـح - و حتـی بـا افتخـار - بـه شـما میگویند کـه «بچه نمـی خواهـم.» بسـیاری از نـوزده سـاله‌ها چنیـن حرفـی میزننـد، و بـه نوعـی قابـل قبـول اسـت. آنهـا فرصـت دارنـد و بهرحـال مگـر یـک نـوزده سـاله هنـوز چـه میدانـد؟ برخـی از جوانـان بیسـت و هفـت

سـاله نیـز چنیـن حرفـی را میگوینـد، امـا نـه زیـاد، خصوصـا اگـر زن باشـند و حداقلـی از صداقـت را بـا خودشـان داشـته باشـند. برخـی در چهـل و پنـج سـالگی نیـز همیـن حـرف را، با فعـل ماضـی، میگویند، و برخی شـان شـاید راسـت بگویند؛ اما بیشترشـان کار از کار گذشـتن شـان را جشـن میگیرد. هیچکس در ایـن بـاره حقیقـت را نمیگویـد. مـا بایـد کامـلا بـه ایـن نکتـه توجـه کنیـم کـه خصوصا بـه زنـان جـوان در مـورد آنچـه بیـش از هـر چیـزی در زندگـی میخواهنـد و در فرهنـگ مـان ممنـوع اسـت، بـا اصـرار عجیبـی دروغ میگوییـم کـه رضایـت اولیـه در زندگـی یـک فـرد معمولی در مسـیر شـغلی او یافت میشـود (تحفـه ای کمیـاب؛ چـرا کـه بیشـتر افـراد شـاغلند بـه جـای اینکـه مسـیر شـغلی خاصـی را در پیـش گرفتـه باشـند). امـا طبـق تجربـه بالینـی و حرفـه ای مـن، زنـی غیـر معمـول اسـت کـه بـه رغـم اسـتعداد، تربیـت، انضبـاط، خواسـته والدیـن، فریـب جوانـی یا شسـت و شـوی مغـزیِ فرهنگی، تا سـن سـن بیسـت و نـه یـا سـی و پنـج سـالگی، و یـا بدتـر تا سـن چهـل سـالگی، زیـر بـار فـداکاری لازم برای بـه دنیـا آوردن یـک بچـه نمـی رود.

مسـیری بـه سـوی بدبختـی هسـت کـه اکیـدا توصیـه میکنـم از آن پرهیـز کنیـد و در درجـه اول، مخاطبـان آن زنانـی هسـتند کـه ایـن کتـاب را میخواننـد (کـه البتـه دوسـت پسـران و شـوهران عاقـل نیـز بایـد بـه همـان انـدازه بـه آن توجـه کننـد). ممکـن اسـت در بیسـت و نـه سـالگی یا سـی سـالگی تصمیـم بگیریـد بـاردار شـوید و آن وقـت ببینیـد کـه نمـی توانیـد: مـن اکیدا چنیـن توصیـه ای نمیکنم. از چنیـن دانسـته ای هرگـز بهبـود نمـی یابیـد. مـا شـکنندهتر از آنیـم کـه بتوانیـم بـا چیزهایـی کـه زندگـی مـا داده بـازی کنیـم. همـه وقتـی جـوان و چیـز بیشـتری نمـی داننـد، بـا خـود فکـر میکننـد ک: «بـارداری دیـر و زود دارد امـا سـوخت و سـوز نـدارد.» ایـن حـرف فقـط در صورتـی درسـت اسـت کـه کـه نوجوانـی پانـزده سـال در حـال سـکس در صندلـی عقـب ماشـین هسـتید و کامـلا مطمئنیـد کـه بچـه نمـی خواهیـد و نبایـد هـم بخواهیـد. در غیـر آن صـورت مسـلما بـه دردسـر میافتیـد. امـا یـک بـارداری موفـق بـه هیـچ وجـه نتیجـه ای قطعـی نیسـت. میتوانیـد در سـنین بـالای طیـف بـارداری بـرای آن اقـدام کنیـد - و بسـیاری از مـردم تشـویق میشـوند یـا خـود را تشـویق بـه انجـام چنیـن کاری

میکننـد - امـا تـا ۳۰ درصـد زوج‌هـا بـرای بـاردار شـدن بـه مشـکل بـر میخورنـد.

مشـابها وقتـی بـا افـرادی روبـرو میشـوید کـه زندگـی مشترکشـان بـا رکـود مواجـه شـده، دچـار ایـن توهـم میشـوند - کـه یعنـی بـازی بـا آنچـه زندگـی بـه شـما داده یـا نـداده - کـه یـک رابطـه عاشـقانه میتوانـد نیازهـای بـرآورده نشـده آنهـا را برطـرف کنـد. وقتـی مراجعانی داشـتم کـه چنین هدفی داشـتند - یـا شـاید هـم تـا آن موقـع درگیـر رابطـه ای شـده بودنـد - سـعی میکـردم آنهـا را واقـع بینانـه بـه خودشـان بیـاورم. «بیـا دربـاره اش فکـر کنیـم. نـه فقـط ایـن یـک هفتـه یـا ایـن یـک مـاه، بلکـه کل ایـن مسـیر را در نظـر بگیـر. تـو پنجـاه سـاله ای و آن دختـر بیسـت و چهـار سـاله ای کـه مایـل اسـت زندگـی مشـترک ات را خـراب کنـد. او چـه فکـری کـرده اسـت؟ چطـور آدمـی می‌توانـد باشـد؟ چـه میدانـد؟» «خـب مـن واقعـا شـیفته او شـده ام.» «درسـت اسـت. ولـی او اختـلال شـخصیت دارد. جدی میگویـم، وگرنـه او چـرا بایـد چنیـن کاری را انجـام دهـد و چـرا مایـل ازدواجـت را بهـم بزند؟» «راسـتش او اهمیتـی نمـی دهـد کـه مـن متاهلـم.» «آهـا، مشـخص اسـت کـه او بـه دنبـال رابطـه ای جـدی و بلندمـدت بـا کسـی نیسـت. ایـن بـه نحـوی بـرای تـو هم خـوب اسـت، نیسـت؟ کمـی دربـاره اش فکر کـن. همـه اینهـا بـرای همسـرت کمـی سـخت خواهـد بـود. دروغ‌هـای زیـادی بـا آن همـراه میشـود. تـو فرزندانـی داری - وقتـی همـه چیـز بـر مـلا شـود، چـون مطمئنـا میشـود، آنهـا چـه واکنشـی نشـان میدهنـد؟ و ده سـال کشـمکش در راهروهـای دادگاه را ببیـن کـه از الان بـه تـو چشـمک میزنـد و یـک سـوم میلیـون دلار برایـت آب میخـورد. تـو را در نبـردی طولانـی گرفتـار میکنـد و تمـام وقـت و تمرکـزت را از تـو میگیـرد.»

مـن افـرادی را دیـده‌ام کـه ابتـلا بـه سـرطان را بـه گرفتـاری در ایـن کشـمکش‌های طولانـی ترجیـح می‌دادنـد. گیـر افتـادن در چنـگ تشـکیلات قضایـی شـوخی نیسـت. بیشـتر وقـت خـود را بـه معنـای واقعـی صـرف آرزوی مـرگ کـردن بـرای خودتـان می‌کنیـد. بنابرایـن منظـور شـما از آن «رابطه عاشـقانه» مـورد نظرتـان ایـن اسـت. و حتـی موضوعـی توهـم آمیزتـر از ایـن اسـت، چـون البته کـه وقتی شـما با کسـی ازدواج می‌کنیـد، او را اغلـب در بدتریـن وضعیتـش می‌بینیـد، زیـرا بایـد مشـکلات واقعـی زندگـی

را بـا او در میـان بگذاریـد. شـما قسـمت‌های آسـان را بـرای شـریک نامشـروع‌تان کنـار گذاشـته ایـد: بـدون مسـئولیت، فقـط رسـتوران‌های گـران قیمـت، شـب‌های هیجـان انگیـز قانـون شـکنی، آمادگـی بادقـت بـرای عشـق ورزی، فقـدان حضـور واقعیـت چـون یـک نفـر پذیرفتـه کـه تمـام هزینه مشـکلات واقعـیِ بـودن را بپـردازد در حالـی کـه تمـام عوایـد غیـر واقعـی ناشـی از فقـدان حضـور واقعیـت از آنِ دیگـری اسـت. وقتـی بـا کسـی رابطـه نامشـروع داریـد بـا او زندگـی نمیکنیـد: بلکـه (حداقـل در ابتـدا) بـا مجموعـه ای بـی انتهـا از دسـرهایی روبـرو هسـتید کـه بایـد بـرای خـوردن شـان اول بایـد آن خامـه رویـش را کنـار بگذاریـد و باقـی اش را بخوریـد. همیـن. شـما یکدیگـر را در بهتریـن شـرایط ممکـن می‌بینیـد، در حالـی کـه هیـچ چیـز جـز رابطـه جنسـی در ذهن‌تـان نیسـت و هیـچ چیـز مُخلّ ایـن رابطـه نیسـت. بـه مجـرد اینکـه بـه نوعـی از رابطـه بلنـد مـدت تبدیـل شـود، بخـش اعظـم ایـن رابطه بـه همـان چیـزی تبدیـل میشـود کـه در مـورد ازدواج‌تـان آزارتـان میـداد. رابطـه نامشـروع، رابطـه مفیـدی نیسـت و در نهایـت آسـیب وحشـتناکی بـه مـردم میزنـد. خصوصـا بـه بچه‌هـا - و شـما بـه آنهاسـت کـه یـک پایبنـدی ابتدایـی بدهکاریـد.

مـن بـی جهـت تـلاش نمیکنـم کـه در مـورد ازدواج و خانـواده قاطـع باشـم. شـما نمـی توانیـد انتظـار داشـته باشـید کـه یـک نهـاد اجتماعـی بـرای همـه بـا موفقیـت ادامـه پیـدا کنـد. گاهـی اوقـات ممکن اسـت بـا کسـی ازدواج کـرده باشـید کـه یـک جانـور روان پریـش اسـت؛ یـک دروغگـوی ذاتـی و اصلاح نشـدنی؛ یـک جنایتـکار؛ یـک معتـاد الکلـی؛ یـک دِگـر آزار (یـا کسـی بـا همه ایـن پنـج ویژگـی). در این صـورت بایـد فـرار کنیـد. چـون ایـن یـک فاجعـه اسـت. مثـل این اسـت کـه در مسیر یـک گردبـاد قرار بگیریـد و تنهـا کاری کـه می‌توانیـد بکنیـد ایـن اسـت کـه از مسـیر حرکـت آن خـارج شـوید. ممکـن اسـت وسوسـه شـوید و بـه ایـن نتیجـه برسـید کـه: «خـب، چطـور اسـت کـه بـه جـای ازدواج بـا هـم زندگـی کنیـم؟ و همدیگـر را محـک بزنیـم. عاقلانـه اسـت.» امـا اینکـه از کسـی دعـوت میکنیـد کـه بـا شـما زندگـی کنـد بـه جـای اینکـه خـود را بـه هـم متعهـد کنیـد، چـه معنایـی دارد؟ بگذاریـد بـه جـای وانمـود بـه اینکـه گویـی یـک خـودروی کارکـرده را بـه آزمایـش می‌بریـم در ارزیابـی ناملایـم و واقـع بین

www.KhoreKetab.com

باشیم. معنی چنین حرفی این است: «فعلا همین کار را بکن و من فکر میکنم که تو هم با من هم نظری. وگرنه ازدواج میکردیم. اما به نام آن عقل سلیمی که هیچ کداممان نداریم، فعلا با همیم، ولی این حق را برای خودمان محفوظ نگه میداریم که هر لحظه یکدیگر را با گزینه بهتری جایگزین کنیم.» و اگر فکر نمیکنید که منظور از زندگی مشترک چنین چیزی باشد - به عنوان یک بیانیه اخلاقی کاملا به بیان درآمده - ببینید آیا می‌توانید توضیح قابل قبول تری مطرح کنید.

ممکن است فکر کنید: «ببین دکتر، این حرف خیلی بدبینانه است.» به جای اینکه درباره دیدگاه قابل بحث اما نه چندان قدیمی من، چرا آمارها در نظر نگیریم؟ نرخ جدایی بین افرادی که بدون ازدواج با هم زندگی میکنند - بنابراین در همه چیز با هم مشترکند به جز در معنای رسمی آن - به طور قابل توجهی بین بالاتر از افرادی است که با هم ازدواج کرده اند. و حتی اگر آن زن زندگی را به اصطلاح شناختید و بعد از زندگی با او ازدواج کردید هم به احتمال خیلی خیلی کمتری از او جدا می‌شدید، نسبت به زمانی که هیچ وقت با او زندگی نکرده بودید. بنابراین ایده محک زدن همدیگر؟ جذاب به نظر میرسد اما بی فایده است.

البته این امکان وجود دارد که افرادی که احتمالا اغلب به دلایل مربوط به خلق و خو از هم طلاق میگیرند، همان کسانی هستند که به احتمال بیشتری قبل یا بدون ازدواج با هم زندگی می‌کنند، برخلاف اینکه باهم زندگی کردن ممکن است شکست بخورد. جدا کردن دو عامل علّی ساده نیست. اما در عمل مهم هم نیست. زندگی مشترک بدون تعهد دائمی که از منظر اجتماعی به اعلام عمومی نرسیده، بر پایه یک جشن تشریفاتی بنا نهاده نشده و با جدیت مد نظر قرار نگرفته باشد، نمی تواند ازدواج محکمی ایجاد کند. و هیچ چیز خوبی در مورد آن وجود ندارد - خصوصا برای بچه‌هایی که در خانواده‌های تک سرپرست (که اغلب جای مرد در آنها خالیست) بسیار بدتر عمل میکنند. بنابراین من آن را به عنوان یک جایگزین اجتماعی موجه نمی بینم. و من این را به نقل از کسی میگویم که خودم قبل از آن که با همسرم ازدواج کنم

www.KhoreKetab.com

با او مدتی زندگی کرده ام. من از این منظر بی گناه نیستم. اما به این معنا نیست که حق داشتم. و مطلب دیگری هست که از نکته ای پیش پا افتاده بسیار فاصله دارد. موضوع فقط این است که شما در زندگی‌تان آنقدر فرصت ندارید تا بالاخره یک رابطه صمیمانه موفق پیدا کنید. شاید دو یا سه سال طول بکشد تا با آن فرد مناسب آشنا شوید و دو یا سه سال دیگر زمان می‌برد تا در مورد اینکه آیا به درستی او همان کسی که شما خیال میکردید، اطمینان پیدا کنید. یعنی پنج سال طول میکشد. شما خیلی سریع‌تر از آنچه فکر میکنید پیر میشوید، مهم نیست الان چند سال دارید، و بیشتر کارهایی که با خانواده‌تان می‌توانید انجام دهید - از ازدواج تا بچه آوردن و غیره - چیزی در حدود سنین بیست و چند سالگی تا سی و پنج سال است. بنابراین فکر میکنید چند فرصت پنج ساله پیش رویتان است؟ سه تا؟ اگر خوش اقبال باشید، چهار تا؟

این بدان معناست که گزینه‌هایتان با صبر کردن کم میشود تا زیاد. اگر زن یا مردی بیوه هستید که در سنین چهل یا پنجاه سالگی می‌خواهید به عرصه دوستیابی برگردید، خب این کار را بکنید. فاجعه‌ای برایتان رخ داده و زندگی همین است. اما من دوستانی را که چنین کاری انجام داده‌اند دیده‌ام و چنین چیزی آن سرنوشتی نیست که به دلخواه برای عزیزانم آرزو کنم. بگذارید در این مورد منطقی باشیم: همه نوجوانان ۱۶تا ۱۸ ساله با هم وجود اشتراک زیادی دارند. آنها شکل نگرفته و انعطاف پذیرند. این توهین نیست، فقط یک واقعیت است. مثلا به همین دلیل است که آنها به کالج می‌روند و با فرضا هم اتاقی شان در طول یک ترم، دوستی برای تمام زندگی شان پیدا میکنند. اگر تا به حال زندگی کرده باشید، وقتی به اواسط دهه چهل سالگی میرسید تا حدودی به یک فرد واحد و منحصر بفرد تبدیل شده اید. من افرادی را می‌شناسم که به مدت یک دهه یا بیشتر است که با آنها ملاقات می‌کنم اما هنوز آنها را آشنایان جدید در نظر میگیرم. چنین عملکردی ناشی از پیچیدگیِ افزایش سن است. و تازه این موضوع صرفا درباره دوستی است، نه عشق - و نه زندگی مشترک، یا گرد هم آمدنِ دو خانواده مختلف.

www.KhoreKetab.com

بنابرایـن شـما ازدواج و فرزنـدان خودتـان را داریـد و همـه چیـز بـه خوبـی جلـو مـی‌رود چـون آدم سرسـختی هسـتید و بـه انـدازه کافـی از جهنمـی کـه دورنمـای آن فـردی اسـت که تـن به گفتگـوی برای صلـح نمـی دهـد و فداکاری‌هـای لازم بـرای ایجـاد چنیـن زندگـی نمیکنـد، وحشـت داریـد. بـدون شـک حـالا آمادگـی بیشـتر در شـغلتان داریـد. و ایـن سـومین دسـتاورد از میـان چهـار دسـتاوردی اسـت که اگر خـوش شـانس باشـید و روحیـه ای رام نشـدنی داشـته باشـید، در بـازه کوتـاه مـدتِ بودنتـان بـه دسـت آوریـد. حـالا آموختـه ایـد کـه در محـدوده صمیمـی تریـن و خصوصـی تریـن روابطتـان یـک هماهنگـی مولـد ایجـاد کنیـد و خـرد آن بـه محـل کارتـان نیـز سـرایت میکنـد. حـالا شـما بـرای افـراد جـوان یـک مربـی الهـام بخشـی، بـرای همکاران‌تـان یـک همـکار مفیـد، بـرای مدیرتـان فـردی قابـل اعتمادیـد و به جـای بـر هـم زدن محیطـی در آن سـاکنید، آن را بهبـود می‌بخشـید. و اگـر همـه چنیـن کاری میکردنـد، دنیـا بـه جایـی تبدیـل میشـد کـه کمتـر غـم انگیـز و ناراحـت کننـده اسـت. شـاید حتـی بـه طـور مشـهودی بهتـر میشـد. و شـاید یـاد می‌گرفتیـد کـه چطـور اوقـات فراغت‌تـان را بـه دور از خانـواده و کار، معنادارتـر و موثرتـر بگذرانیـد. و ایـن چهارمیـن و آخریـن دسـتاورد اسـت و مثـل بقیـه میتوانـد بهبود یابـد و رشـد کنـد. شـاید در چنیـن مـواردی آنقـدر بهتـر و بهتـر شـوید که بتوانید مسـائل سـخت تـری را حـل کنیـد و بـه نوعـی خودتـان تبدیـل بـه اعتبـاری بـرای روح بشـر شـوید. و ایـن همـان زندگی اسـت.

برگردیـم بـه موضـوع ازدواج. چطـور بـه طـور جـدی بـرای حفاظـت از عشـق در رابطه‌تـان برنامـه ریزی کنیـد؟ خـب شـما بایـد تصمیـم بگیریـد: «آیـا عشـق را در زندگی‌تـان می‌خواهیـد؟» اگـر واقعـا بـدون کینـه بـه آن فکـر کنیـد - بـدون لـذت از محـروم کـردن شـریک زندگیتـان، کـه اکنـون بـا او بیگانه ایـد، از لذتـی کـه ممکـن اسـت بـا چنیـن تلاشـی همـراه باشـد - عمومـا جـواب ایـن سـوال بلـه اسـت. رابطه جنسـی عاشـقانه همـان ماجراجویـی، لـذت، صمیمیـت و هیجانـی اسـت کـه مـردم وقتی نیـاز به حس کـردن آن تعالـی دارنـد، دربـاره چنین تجربـه ای خیالپـردازی میکننـد. آن را میخواهید. شـادی‌های زندگی، نـادر و گرانبهـا هسـتند و نمیخواهیـد بـدون دلایـل محکـم از آنهـا بگذریـد. چطـور میخواهید ایـن کار را بکنیـد؟ بـا اتـکا بـه شـانس، چنیـن اتفاقـی بیـن شـما و کسـی کـه خوشـتان می‌آیـد رخ میدهـد؛ اما با

کمی شانس بیشتر و تعهد کافی، چنین تجربه ای بین شما و آنکه عاشقش هستید رخ خواهد داد. چندان کار آسانی نیست. برای اینکه بتوانید با کسی خانه ای بسازید، مجبورید گفتگوهای بسیاری کنید تا هم «دوست داشتن» و هم «عشق» در رابطه‌تان زنده بماند.

اقتصاد داخلی خانوار

چند ملاحظه کاربردی در اینجا ارائه شده که ممکن است به نظر ربطی به موضوع عشق ورزی نداشته باشد. با این حال گفتگو کردن امری ضروری است چون ما از نقش‌های مرسوم مان فراتر رفته - و یا آنها را از دست داده ایم - بدون اینکه جایگزینی برایشان داشته باشیم. تا قبل از اینکه - شاید تا قبل از تولید قرص‌های ضدبارداری، که یک انقلاب بیولوژیکی ایجاد کرد - مردان کارهای مردانه میکردند، هر چه که بود، و زنان هم کارهای زنانه میکردند، هر آنچه بود. نقشهای سنتی بسیار مفیدتر از تصوراتی هستند که مردمان مدرن، همان کسانی که آزادی و انتخاب شان را بیش از حد دست بالا میگیرند، در موردشان دارند. در جامعه ای که سرعت تغییر و تحولات در آن پایین‌تر است، هر کس حس شفاف تری از وظایف مربوط به خودش را دارد. چنین چیزی تنش را از بین نمی برد (هیچ چیز تنش را از بین نمی برد) اما حداقل یک الگو وجود دارد. اگر الگویی برای اینها وجود نداشته باشد، وقتی می‌خواهید با کسی یک زندگی مشترک را شروع کنید باید درباره همه شان بحث کنید - البته اگر در چنین کاری مهارت داشته باشید، که احتمالا ندارید. تعداد کمی از مردم چنین مهارتی دارند.

اگر قرار است با فردی که عاشقش هستید یک زندگی مشترک بسازید و علاقه داشته باشید که این عشق بین‌تان ادامه پیدا کند، نیاز دارید در این باره گفتگو کنید که چه کسی قرار است چه کاری را انجام دهد. گفتگو جایگزینی برای نقش هاست. چه کسی قرار است تخت را مرتب کند؟ چه زمانی قرار است مرتب شود؟ چقدر باید مرتب شود تا مورد پذیرش دو طرف باشد؟ اگر این موضوع به درستی مدیریت نشود، مکالمه به شدت غیر سازنده میشود: «تخت

www.KhoreKetab.com

را مرتـب کـردم.» «باشـه ولـی چنـدان خـوب مرتـب نکـردی.» «هیـچ چیـزی هیچوقـت از نظـر تـو بـه انـدازه کافـی خـوب نیسـت. اگـر فکـر میکنـی مـن بـه انـدازه کافـی خـوب انجـام نمـی دهـم، از ایـن به بعـد می‌توانـی خـودت انجامـش بدهـی!» «خـب شـاید تو بایـد اسـتاندارد هایـت را کمـی بالاتـر ببری، و البتـه نـه فقـط در مـورد تخـت!» روزهـا طـول میکشـد تـا چنیـن مشـکلی را - اگـر بتوانیـد - حل کنید و تـازه ایـن فقـط موضوعـی مربـوط بـه تخـت و در مـورد ده دقیقـه اول صبـح بـود. بنابرایـن این تخت شـاید در شـصت سـال آینـده هـم (بـاز هـم همـان بـازه زمانـی) بـه همیـن منـوال نامرتـب و شـلخته باقـی بمانـد و همینطـور موضوعـات داخلـیِ ریـز و درشـت بسـیاری هسـت کـه بایـد دربـاره شـان صحبـت کـرد. امـا اگـر ایـن مشـکل حـل نشـود، هـر روز صبـح در هـر هفتـه، هر مـاه و هـر سـال، تکرار میشـود و هـر زمـان کـه از خـواب بیـدار می‌شـوید یـا بـه محـض اینکـه بـه اتـاق خوابتـان برمیگردید و بهـم ریختگـی ایجـاد میشـود، عصبانـی و کلافـه میشـوید. ایـن تجربـه هیـچ چیـز خوبی نـدارد.

حرفـه کدامتـان قـرار اسـت اولویـت داشـته باشـد؟ چـه زمانـی و چـرا؟ بچـه چطـور قـرار اسـت تربیت شـوند و آمـوزش ببیننـد و توسـط چـه کسـی؟ چـه کسـی میـز غـذا را می‌چنـد؟ چـه کسـی زباله‌هـا را بیـرون می‌بـرد؟ نظافـت خانـه چطـور؟ نحـوه تنظیـم و مدیریـت حسـاب‌های بانکـی چگونه اسـت؟ چه مـواد غذایـی خانـه را خریـداری میکنـد؟ در مـورد لباسـها و مبلمـان خانـه چطـور؟ چـه کسـی بـرای چـه چیزهایـی خـرج میکنـد؟ چـه کسـی مسـئولیت مالیـات را بـر عهـده میگیـرد؟ و غیـره. شـاید دویسـت مـورد را بایـد مـد نظـر قـرار داد تـا خانـه ای بـه طـور مناسـب اداره شـود - درسـت بـه پیچیدگـی اداره یـک کسـب و کار و حتـی سـخت تـر، چـون بایـد وظایـف را بـا اعضـای خانـواده هماهنـگ و روزانـه تکـرار کـرد. بهـر حـال زندگـی شـما متشـکل از مـواردی اسـت کـه به طـور معمـول تکرار میشـوند. شـما یـا در مـورد تمـام ایـن مـوارد گفتگـو میکنیـد یـا بایـد همیشـه در حالـی کـه بـه طـور غیـر کلامـی، بـا سرسـختی، در سـکوت و بـا تلاش‌هـای نیمـه کاره در ایـن وظایـف «مشـارکت» میکنیـد، بـا تمـام شـان در کشـمکش باشـید. چنیـن چیـزی فایـده ای بـرای وضعیـت عشـق در رابطـه شـما نـدارد. در نتیجـه ضـروری اسـت کـه خیالتـان اول از بابـت اقتصـاد داخلـی خانـواده راحـت باشـد.

حـل کـردن ایـن مجموعـه از مشـکلات، کاری فـوق العـاده دشـوار اسـت، چـون بـه ایـن معناسـت کـه بایـد سلسـله مراتبـی از مسـئولیت‌ها را بیـن اعضـای خانـواده تقسـیم کـرد. وقتـی مـن بـه کسـی کمـک میکنـم کـه ازدواجـش را بهبـود بدهـد، در واقـع کارهایـی خیلـی معمولـی و پیـش و پـا افتـاده انجـام میدهیـم. بـه نظـر میرسـد کـه بایـد در مـورد هـر جزئیـات لعنتـی و بـی اهمیتـی گفتگـو کنیـد (امـا توصیـفِ لعنتـی و بـی اهمیـت یـک توهـم اسـت): چـه کسـی غـذا را آمـاده میکنـد؟ چـه زمانـی غـذا آمـاده میشـود؟ ارزش ایـن وظیفـه در در ایـن بده-بسـتان نسـبت بـه سـایر وظایـف چقـدر اسـت؟ چطـور میتـوان از کسـی کـه رفتـار مناسـبی در قبایـل وظایـف آشـپزخانه داشـته تشـکر کـرد؟ چه کسـی ظرفهـا را در ماشـین ظرفشـویی میریـزد؟ چـه کسـی باقـی ظرفهـا را میشـوید؟ میـز غذاخـوری چـه وقت بعـد از غـذا خـوردن بایـد مرتـب شـود؟ از کـدام ظرفهـا بـرای غـذا خوردن اسـتفاده میشـود؟ چـه غذایی قـرار اسـت خـورده شـود؟ بچه‌هـا قـرار اسـت چـه نقشـی بـازی کننـد؟ قـرار اسـت همـه بـا هـم غـذا بخورنـد؟ قـرار اسـت زمان‌هـای منظمـی بـرای صـرف وعده‌هـای غذایـی صـرف شـود؟ ممکـن اسـت هـر یـک از ایـن سـوالات بـه جنگـی تمـام عیـار تبدیـل شـود. یـک نفـر بـه چیـزی فکـر میکنـد و فـرد دیگـری بـه چیـز دیگـری، و چـه کسـی میدانـد حـق بـا کیسـت؟ بنابرایـن بایـد برایـش مبـارزه کنیـد و در موردشـان بـه یـک اجمـاع برسـید. انجـام چنیـن کاری سـخت اسـت. قطعـا بـه معنـی دههـا دعـوا اسـت و شـاید بـه معنـی صدهـا دعـوا باشـد. امـا ایـن دعواهایـی هسـتند کـه هدفـی دارنـد، بنابرایـن آنقـدر تکـرار میشـوند و ادامـه می‌یابنـد تـا برایشـان راهـکاری پیـدا شـود و دیگـر دعـوا کـردن ضرورتـی نداشـته باشـد. ایـن امـر صلـح را بـه یـک هـدف تبدیـل میکنـد کـه هیـچ راهـی بـرای برقـراری اش جـز از طریـق گفتگـو و مذاکـره وجـود نـدارد و نیازمنـد تعهـدی اسـت کـه بتوانـد تمـام کشـمکش‌های عمیـق و جـدی را تحمـل کنـد. کار بعـدی کـه بایـد انجـام دهیـد - مـن ایـن را به خاطـر تجربـه بالینی و ازدواج خـودم (هـر یـک بـه مـدت سـی سـال) میدانـم - هفتـه ای نـود دقیقـه باید بـا شـریک زندگیتان فقـط در مـورد مسـائل کاری و شـخصی صحبـت کنیـد. «از محـل کارت چخبـر؟» «اوضـاع و احـوال بچه‌هـا چطـور اسـت؟» «چـه کارهایـی در خانـه بایـد انجـام شـود؟» «اوضـاع و احـوال خـودت چطـور

www.KhoreKetab.com

اسـت؟ آیـا روبراهـی؟ آیـا موضوعـی آزارت میدهـد؟» «بـرای اینکـه زندگـی مـان بگـذرد چـه داریـم و چه چیزهایـی لازم داریـم؟» فقـط تعامـل محـض و موثـر: تـا حـدی بـه ایـن خاطـر کـه شـما داسـتانی در ذهنتـان داریـد و شـریک زندگیتـان داسـتان دیگـری، و بـه هـر دو بـه یـک داسـتان مشـترک نیازمندیـد. شـما بایـد داسـتان‌تان را تعریـف کنیـد تـا شـریکتان از آن اطـلاع پیدا کنـد، بنابرایـن او باید بشـنود. لازم اسـت کـه چنیـن تعاملـی مـدام اتفـاق بیفتـد. لازم نیسـت کـه یکبـاره نـود دقیقـه باشـد. شـاید روزانـه یـک ربـع کافـی باشـد. امـا شـما ایـن راههـای ارتباطـی عملگرایانـه را بـاز نگـه میداریـد، بنابرایـن بـه خوبـی میدانیـد کـه طـرف مقابـل شـما در کجـای ماجـرا اسـت و متقابـلا او نیـز میدانـد. اگر ایـن گفتگو کمتـر از نـود دقیقـه در هفتـه باشـد، داسـتانها را هـم تلنبار میشـوند و داسـتانی کـه از کل ماجـرا در ذهن شماسـت باطـل میشـود. ایـن داسـتانها تـا جایـی کـه روی هـم انباشـته میشـوند کـه دیگـر شـما نمی دانیـد خودتـان چـه کسـی هسـتید و مسـلما دیگـر نمـی دانیـد شـریک زندگی‌تـان بـه چجـور آدمـی تبدیـل شـده و بنابرایـن بـا هـم بیگانـه میشـوید. در نهایـت رابطه‌تـان انسـجام قبلـی اش را از دسـت میدهـد و ایـن اتفـاق بـدی اسـت.

وقتـی مـن بـه کسـی کمـک میکنم کـه ازدواجـش را بهبـود بدهـد، واقعا کارهـای پیـش و پا افتـاده ای انجـام میدهیـم. مـن بـه تعطیـلات، مناسـبت‌های خـاص و هـر اتفاقـی کـه خـارج از عـرف باشـد علاقه ای نـدارم. چنیـن چیـزی بـه ایـن معنـا نیسـت کـه آنهـا بـی اهمیـت انـد، امـا ضـرورت شـان به انـدازه ضـرورت انجـام کارهـای روتیـن روزمـره حیاتـی نیسـت. ایـن دومیـن مـورد اسـت کـه بایـد بـه درسـتی حـل و فصـل شـود. مـن میخواهـم بدانـم بیشـتر یـک روز معمولـی شـما بـا چـه نـوع روابـط متقابلـی پـر شـده اسـت. شـاید بـا هـم از خـواب بیـدار شـوید و بـا هم غـذا بخوریـد. چنیـن کارهایـی را هـر روز انجـام میدهیـد. شـاید از خـواب بیـدار شـدن، آمـاده شـدن و غـذا خـوردن پنـج سـاعت از روز شـما را در بـر بگیـرد. ایـن مـدت، یـک سـوم از زمـان بیداری‌تـان و بنابرایـن یـک سـوم زندگی‌تـان اسـت. سـی و پنـج سـاعت در هـر هفتـه - معـادل تقریبـا یـک هفتـه کاری اسـت؛ مثل یک شـغل کامـل. آن را درسـت انجـام دهیـد. از خودتـان و از یکدیگـر بپرسـید: می‌خواهیـم ایـن زمـان را چطـور ایـن زمـان را هدفمند و

www.KhoreKetab.com

مرتب کنیم؟ چطور میخواهیم بیدار شدن از خواب صبح مان را دلپذیر کنیم؟ آیا میتوانیم موقع غذا خوردن با هم مودبانه و علاقه مند، شاید بدون حواس پرتی‌های الکترونیکی، رفتار کنیم؟ آیا میتوانیم غذاهایمان را خوشمزه و فضایمان را دلپذیر کنیم؟ فرض کنید عصر است و به خانه برگشته اید. بگذارید بگوییم که ده دقیقه طول میکشد تا کارهای معمول بعد از رسیدن به خانه را انجام دهید. بنابراین همین امر، یک ساعتِ دیگر در هفته به مجموع زمانی که در کنار خانواده هستید اضافه میکند - یعنی پنجاه ساعت در سال؛ معادل یک و نیم هفته کاری. شما یک و نیم هفته کاری را در سال صرف این کار میکنید که با ورود به منزل از شما استقبال شود. زمان قابل توجهی از بودنِ شماست. آیا کسی درب منزل به ملاقاتتان می‌آید و میزان خاصی از خوشحالی به خاطر دیدن‌تان ابراز میکند یا همه با گوشی هایشان مشغولند و با شکایت‌های مختلف روبرو میشوید؟ چطور میخواهید این زمان را سر و سامان بدهید تا دیگر از موقع رسیدن به خانه وحشت نداشته باشید؟ کارهایی که معمولا هر روز با هم انجام میدهید، کارهای پیش و پا افتاده ای هستند. اما آن کارها تمام زندگیتان هستند. آنها را سامان دهید و ببینید که چقدر بیشتر از آنچه تصور می‌کردید خودتان را به طرز موثری جا انداخته اید. اگر بتوانید در جنگی که در اقتصاد داخلی خانوار هماهنگی ایجاد میکند پیروز شوید، هر دویتان از ثمره اش کامیاب میشوید. سپس میتوانید بر تمام کارهایی که میخواهید در یک تعطیلات آخر هفته انجام دهید و اقامت‌تان در یک هتل کوچک، خانه ای در خارج از شهر یا آن قرار ملاقات‌های یک هفته در میانی که گفتیم هر دوی‌تان راغب نیستید انجام دهید تمرکز کنید.

با سر و سامان دادن به این موارد شروع کنید و ببینید چه اتفاقی می‌افتد. آن وقت مثلا اوقات غذا خوردن آرام بخشی خواهید داشت، بدون اینکه از شدت درماندگی و ناکامی، یا فشار خون بالا از بین بروید. باید برای چنین دستاوردی بجنگید. اما آنچه اهمیت دارد این نیست که آیا میجنگید (چون باید بجنگید)، بلکه این است که آیا به دنباله آن صلح به دست می‌آید؟ برقرار کردن صلح به معنی این است که یک راه حل مورد مذاکره قرار گرفته با موفقیت

مدیریت شده است. و شما باید با هم برای هر مسئولیت و فرصت مشترکی که به عنوان یک زوج دارید - و هر مانعی که با آن روبرو میشوید - به چنین راه حلِ مورد مذاکره قرار گرفته‌ی مدیریت شده ای برسید. در این صورت حداقل یک نفر را دارید که وقتی اوضاع زندگی‌تان بهم ریخت - که امری اجتناب ناپذیر است - بتوانید با او صحبت کنید. و از مزیت به کار گرفتنِ دو عقل برخوردار میشوید، حتی اگر آنها کاملا هم موافق نباشند. همه این حرفها به این معنی است که قبل از آنکه بتوانید مشکل حفظ کردن عشق را در رابطه‌تان حل کنید، اول باید بدانید چه میخواهید و بعد در موردشان با شریک زندگیتان گفتگو کنید.

افراد دیگر باعث جلوگیری از نگرانی و بروز بیماری روانی در شما میشوند. به همین دلیل است که ازدواج خوب است. چرا؟ خب شما نیمی عاقلید، به این معنا که نیمی دیوانه اید و همینطور هم همسرتان (البته نه نیمی بلکه بسیاری). با این حال خوشبختانه به طور کلی ضعف آنها در مقابل ضعف همسرشان است. اما گاه و بیگاه زوج‌هایی را می‌بینید که ضعف‌های یکسانی دارند و به همین دلیل شکست‌های یکدیگر را تشدید می‌کنند. مثلا شاید هر دویشان بیش از حد به شراب علاقه داشته باشند، در آن صورت با هم به سمت اعتیاد به الکل پیش می‌روند. آن زوجی که برای جلوگیری از چنین سرنوشتی لازم است شاید زوجی است که یکی از آنها عاشق الکل است، اما نه هر دو نفر. چنین امری باعث ایجاد درگیری‌هایی در کوتاه مدت میشود، زمانی که اعتیاد به الکل ایجاد شده و یا در شُرف وقوع است، اما احتمالا عواقب طولانی مدت آن مفید است (چون باعث میشود هر دوی شما از اعتیاد به الکل محافظت شوید). آن کس که مشروب نمیخورد در مناسبات اجتماعی، یکی دو پیک میخورد برای اینکه خیلی هم انعطاف ناپذیر و ناگوار به نظر نرسد، و آن کس که دوست دارد مشروب بنوشد، در صورت عدم کنترل مناسب، خوشبختانه یک تذکر نتیجه بخش دریافت میکند.

به طور کلی این یک رخداد مبارک است که ویژگی‌های خاص شما، به طور تصادفی بینتان توزیع شده است و اگر با شخص دیگری پیوند بخورید، به احتمال قوی در نقاط ضعفتان

تقویت می‌شوید و برعکس. زمانی که شما دو نفر برای بازآفرینیِ آن هستیِ اصلی با هم یکی میشوید - همان ایده نمادین - در این صورت شانس ایجاد یک موجود معقول و سالم را خواهید داشت. این برای هر دوی شما خوب است، حتی برای فرزندانتان نیز (که حالا در نبرد با فرصت سازگاری با آنچه به طور کلی یک رفتار معقول را تشکیل میدهد، هستند) خوب است. چنین امری برای روابط دوستانی‌تان و برای این جهان پهناور نیز خوب است.

بسیاری از این حرکت در راستای وحدت عملکرد، در نتیجه گفتگو و ارتباط به دست می‌آید. اگر به اندازه کافی سن و سالی داشته باشید، میدانید که مردم به شدت شکسته شده اند. وقتی جوانید و تجربه چندانی ندارید، احتمالا پیشفرضِ احتمالا تلویحی و بی چون و چرا مطرح میکنید که به سادگی فقط درست نیستند. اولی این است که آن بیرون کسی وجود دارد که کامل است. و به احتمال قوی شما با آن فردِ فرضا کامل در خیالتان روبرو میشوید، و از روی ناچاری و ابلهانه عاشقش میشوید (ابلهانه، چون شما عاشقِ فرافکنیِ خودتان از آن کمال شده اید، نه آن فرد - که با در نظر گرفتن میزان علاقه‌تان هدفی بسیار گیج کننده است). فرض دوم این است که شخصی آن بیرون وجود دارد که برای شما بی عیب و نقص است. در این دو مفروض، حداقل سه خطا وجود دارد که دستاورد قابل توجهی است چون کلا فقط دو مفروض بود.

برای شروع، هیچکس آن بیرون وجود ندارد که کامل باشد. آن بیرون فقط پر از افرادی است که آسیب دیده اند - آن هم خیلی شدید، هرچند که نه لزوما جبران ناپذیر، ولی با تنوع زیادی از ویژگی‌های منحصر بفرد. جدا از این، اگر واقعا آن بیرون کسی وجود داشت که کامل باشد، آن وقت با یک نگاه به شما، فریاد زنان فرار میکرد. مگر اینکه او را فریب دهید، وگرنه چرا میخواهید با کسی باشید که از شما بهتر است؟ اگر واقعا به قرار ملاقاتی با چنین فردی دعوت شدید، باید واقعا بترسید. یک فرد عاقل با دیدنِ چنین معشوق جدیدی باید با خودش فکر کند که : «خدای من! او یا نمی بیند، یا درمانده است، یا مثل من آسیب دیده است!» ایده بسیار هولناکی است که خود را متعهد به کسی کنید که حداقل به اندازه شما مشکل

www.KhoreKetab.com

دارد. بـه هیـچ وجـه بـه بـدی ایـن نیسـت کـه بـا خودتـان تنهـا بمانیـد، بلکـه شـبیه ایـن اسـت کـه از چـاه درآییـد و خودتـان را در چالـه بیاندازیـد. بنابرایـن اگـر شـجاعت داریـد ازدواج میکنیـد - اگـر هیـچ دورنمـای بلنـد مدتـی بـرای خودتـان متصوریـد؛ اگـر میتوانیـد عهـد ببندیـد و مسـئولیتش را بـه عهـده بگیریـد؛ و اگـر بالـغ شـده باشـید - و تـلاش میکنیـد کـه دو نفرتـان را بـه یـک فـرد معقول تغییـر دهید. و حتـی ممکـن اسـت بـا مشـارکت در چنیـن فراینـد نامطمئنـی هـر دو شـما بـه یـک فـرد معقـول بدل شـوید کـه امکانـی بـرای رشـد پیـدا میکنـد. بنابرایـن صحبـت کنیـد. در مـورد همـه چیز صحبـت کنید. مهـم نیسـت چقـدر دردنـاک باشـد. و صلـح میکنیـد. و اگـر بتوانیـد چنیـن رفتـاری را مدیریـت کنیـد، سپاسـگزار مشـیت الهـی خواهیـد بـود، چـون فـرض اولیـه بـر کشـمکش و سـتیز اسـت.

سرانجام: عشق

در ایـن فصـل خیلـی بـه موضـوع عشـق بـه طـور مسـتقیم پرداختـه نشـد - حداقـل نـه در مـورد نگه داشـتن آن. عشـق مثـل بـازی کـردن کـردن و آن بـازی قبـل از آن کـه مشـکلات شـروع بـه حـل شـدن نکننـد، اتفـاق نمـی افتـد. بـازی کـردن نیـاز بـه صلـح دارد و صلـح نیازمنـد گفتگـو اسـت. و بعـد حتـی آن موقـع اگـر توانسـتید چنیـن بـازی کنیـد، خـوش شـانس بـوده ایـد.

موضـوع عاشـقانه زناشـویی - همـان صمیمیـت و رابطـه جنسـی - یـک موضـوع پیچیـده اسـت و قبـل از پیـدا کـردن جـواب هـر سـوالی، یـک اژدهـا در کمیـن نشسـته اسـت. بـه عنـوان مثـال: وقتـی ازدواج کردیـد از نظـر جنسـی چقـدر بهـم بدهکاریـد؟ جـواب ایـن سـوال «در هیـچ حـدی» نیسـت. چنیـن جوابـی قابـل قبـول نیسـت چـون بخشـی از تنظیـم چنیـن قـراردادی این اسـت کـه بایـد زندگی عاشـقانه‌تان را بـه نحـوی رضایـت بخـش تنظیـم کنیـد. رابطـه جنسـی یـک پیشـفرض ضمنـی بـرای ثبـات ازدواج اسـت. احتمـالا نـه انـدازه پانـزده بـار در روز، و از آن طـرف هـم نـه بـه انـدازه یـک بـار در سـال، آن هـم بـا بـی میلـی. بلکـه تعـداد دفعـات آن جایـی بیـن ایـن دو کرانـه اسـت و بایـد بـرای فهمیدنـش گفتگـو کنید.

مشـاهده مـن از دیـدن زوج‌هـای جـوان - در شـرایطی کـه شـغل و فرزندانـی دارنـد و تمـام مـوارد مربـوط بـه اقتصـاد داخلـی خانـوار مـورد بحـث قـرار گرفتـه - ایـن بـوده کـه هفتـه ای یـک یـا دو بـار، یـا حتـی ،بـا احتمـال کمتـر) هفتـه ای سـه بـار رابطـه جنسـی، بـه عنـوان تنفس‌هایـی عاشـقانه معقول اسـت. بـه نظـر میرسـد کـه ایـن تعـداد دفعـات، اگـر بـه خوبـی صـورت بگیـرد، بـرای هـر دو طـرف مورد قبـول اسـت. مشـاهده مـن نشـان میدهـد کـه دوبـار از یـک بـار بهتـر اسـت، ولیکن یـک بار بسـیار بهتر از هیـچ اسـت. هیـچ بـد اسـت. اگـر تعـداد دفعـات رابطـه جنسـی‌تان بـه صفـر بـار در هفتـه برسـد بـه ایـن معنـی اسـت کـه یـک نفـر سـتم میکنـد و دیگری سـر فـرود آورده و تسـلیم شـده اسـت. اگـر تعداد دفعـات رابطـه جنسـی‌تان بـه صفـر بـار در هفتـه برسـد بـه ایـن معنـی اسـت کـه یـک نفر از شـما سـر از رابطـه ای نامشـروع - چـه صـورت فیزیکـی، و چـه احساسـی، خیالـی، یـا ترکیبـی از هـر سـه - درمـی آورد. ایـن حـرف را بـا لطافـت و نرمـی نمـی گویـم. اگـر بایـد چیـزی بدهیـد یـا جایـی پاسـخی منفـی وجـود دارد، وقتـی عشـق ناپدیـد میشـود و دفعـات رابطـه جنسـی بـه حداقـل خـود میرسـد، جایـی باید نشـانه ای قـوی از ایـن وجـود داشـته باشـد کـه «اوضـاع بـه انـدازه کافـی خـوب نیسـت». مـن رابطـه نامشـروع را توصیـه نمیکنـم، امـا اگـر رابطـه جنسـی از زندگیتـان حـذف شـود، خودتـان را بـرای همـان آمـاده میکنیـد. شـاید پیگیـر ایـن هسـتید کـه چنین مسـیری را طـی کنیـد و رابطه نامشـروع را تسـهیل کنیـد کـه نقـش بتوانیـد مظلـوم نمایـی کنیـد: «همسـرم مـرا رهـا کـرد و پـی رابطـه نامشـروع خـودش رفـت. مـنِ بیچـاره.» و چـرا همسـرتان چنیـن کاری کـرد؟ «خـب، شـاید زندگـی جنسـی مـا تمـام آن چیـزی نبـود کـه می‌توانسـت باشـد» (و ایـن پاسـخی اسـت کـه ممکـن اسـت نیـاز بـه کمـی بررسـی داشـته باشـد). «منظورتـان دقیقـا از «همـان چیـزی نبـود کـه می‌توانسـت باشـد» چیسـت؟» «خـب ما دو سـال بـود کـه رابطـه جنسـی نداشـتیم و او هـم رفـت پـی رابطـه نامشـروع خـودش.»

چنیـن اتفاقـی تعجـب آور نیسـت. شـما بایـد بـا ایـن فـرض شـروع کنیـد کـه طـرف مقابل‌تـان یـک انسـان نسـبتا معمولـی اسـت، و تـا انـدازه مشـخصی رابطـه جنسـی بـرای رضایتمنـدی معقـول اسـت - بگذاریـد فـرض ایـن مقـدار یعنـی دوبـار رابطـه جنسـی در هفتـه، یـا یـک بـار در شـرایط مشـغولیت

زیاد. در روزهای اول ازدواجتان ابراز تمایل جنسی به شریک زندگیتان شاید دردسری ایجاد نکند، اما موارد زیادی هست که باید برای زندگی انجام داد. قرار ملاقات دردناک است، حتی اگر مجرد باشید. کاملا میدانم که ماجراجویی هم دارد، اما بیشتر این داستان‌ها در فیلم‌ها اتفاق می‌افتند، نه در سایت‌های اینترنتی دوستیابی، روابط مبتنی بر چت، کافی شاپ ها، رستورانها و بارها، که اولین برخوردهای غیر ماهرانه اتفاق می‌افتند. شما باید برای چنین رابطه واقعا تلاش کنید، و اگر مجرد باشید میکنید، چون تنهایید، تشنه توجه و درمانده رابطه صمیمانه فیزیکی هستید. (افراد مجرد نسبت به افراد متاهل، به طور متوسط رابطه جنسی بسیار کمتری دارند. میدانم که عده ای در این میان مثل راهزن‌ها ظاهر میشوند. اما نمی توانم ببینم که حتی کسانی که از این طریق موفق میشوند، چندان لطفی به خودشان کرده باشند).

بنابراین به عنوان یک فرد مجرد، برای دوستیابی تلاش میکنید چون تنها و ناکامید، اما این موضوع ساده ای نیست. باید برایش در زندگی‌تان جایی خالی کنید. باید برنامه ریزی کنید. باید از تخیل‌تان استفاده کنید، پول خرج کنید، یک شریک مناسب برای دوستی پیدا کنید، و همانطور که همه میگویند، باید قورباغه‌های بسیاری را ببوسید تا یک شاهزاده یا شاهدخت پیدا کنید. مردم معمولا وقتی ازدواج میکنند آرامش می‌یابند، چون دیگر لازم نیست آن تلاش‌های بی فایده را انجام دهند. اما چنین نیست که از دردسر رهیده باشید؛ اینطور نیست که با لباس زیر مندرس و جوراب در خانه‌تان راه بروید و فکر کنید تمام لذت‌های فرضیِ هیو هفنر[1] قرار است به طور اتوماتیک در خانه شما اتفاق بیفتد. هنوز باید تلاشهای زیادی کرد، مگر اینکه بخواهید عشق از رابطه‌تان حذف شود. باید در موردش صحبت کنید. شما باید حرفهای سخت و شرم آور بزنید: «عزیزم سه شنبه‌ها و پنجشنبه‌ها خوبه؟ چهارشنبه‌ها و جمعه ها؟ یا شنبه - دوشنبه ها؟» شما با خودتون فکر میکنید: «خدایا! این خیلی مشخص و حل و فصل شده است. خیلی برنامه ریزی شده و روزمره است. خیلی تعیین شده، قابل پیش‌بینی، ضد رمانتیک و ربات گونه

۱ **Hugh Hefner؛ ناشر مجله playboy (یک مجله آمریکایی درباره سبک زندگی و سرگرمی مردان) است - م.**

است. خیلی تحقیر آمیز و خشک است و رابطه جنسی را فقط به یک وظیفه تبدیل میکند. پس تفریحش کجا رفته؟ آن ناگهانی بودن، کوکتلها، آن هیجان، و جذابیتِ آتشینِ آنی کجا رفته؟ آن لباسهای خاص و رسمی مردانه یا آن پیراهن‌های کوتاهِ مشکی کجا رفته اند؟» آیا این همان چیزی است که در تخیلات ابلهانه تان، ولو ناخودآگاه، انتظار دارید؟ آن زمان که با هم قرار میگذاشتید چند وقت یک بار این کار را میکردید؟ همیشه؟ و (یادتان باشد که ما به عنوان بزرگسالانی در اینجا گفتگو میکنیم) که شما خواستار دو شغل (دو کار و دو درآمد) هستید در کنار دو بچه و استاندارد معقولی از سطح زندگی - و آن وقت خودانگیختگیِ بدون برنامه ریزی قبلی؟ و قرار هم نیست که چیزی کمتر از آن «قانع شوید»؟

موفق باشید. چنین اتفاقی بدون تلاشِ زیاد نمی افتد - حداقل نه بر اساس تجربیات بالینی (و شخصی) من. آنچه اتفاق می‌افتد این است که ضروریات مطلق زندگی به طرز غیر قابل انکاری از اولویت‌های مطلوب و ضروری سبقت میگیرند. شاید لیستی از ده مورد از کارهایی که باید هر روز انجام شان دهید تهیه میکنید و می‌بینید که رابطه جنسی مورد یازدهم شد. نه به این دلیل که فکر میکنید رابطه جنسی مهم نیست، چون در عمل هیچ وقت از کار شماره پنجم فراتر نمی روید که حتی به کار شماره دهم برسید، چه برسد به بیشتر از آن. بنابراین باید برایش فضا و زمانی فراهم کنید و تا آنجایی که من میتوانم بگویم، این کار را آگاهانه انجام دهید. شاید فکر کنید: «چطور میشود اگر من مدت زمانی را با این فرد بگذرانم که روزگاری شیفته اش شده بودم؟» شما باید از تمامی جنبه‌ها به این مدت زمانی که در اختیار دارید فکر کنید. شاید زمان آزاد شما فقط به اندازه نیم ساعت تماشای تلویزیون باشد، قبل از آنکه خواب آلود به سمت تخت خواب بروید. شاید یک ساعت یا یک ساعت و نیم قبل از خواب فرصت داشته باشید، چون زندگی بیش از حد پرمشغله است. شاید دوش گرفتن ایده بدی نباشد. کمی رژ لب و عطر خوشبو و لباسهای جذاب و شهوانی هم خوب است. اگر مرد هستید برای همسرتان یک لباس زیر زنانه بخرید و اگر زن هستید و شجاعتش را دارید آن لباس را بپوشید.

www.KhoreKetab.com

شـاید اگـر مـرد هسـتید بتوانیـد در مغازه‌هـای مردانـه فروشـی، لباسـی سکسـی، ولـی نـه بیـش از حـد کـه سـلیقه نامناسـب را جـار بزنـد و خودآگاهـی شـدید و خـلاف انتظـار ایجـاد کنـد، پیـدا کنیـد کـه تـا حـد معقولـی بـرای مـردان شـهوانی تلقـی شـود. و شـاید یکـی دو تعریـف و تمجیـد از بابـت شـجاعتی کـه بـروز یافتـه چنـدان ایـده بـدی نباشـد. شـما در حـال تـلاش بـرای ایجـاد اعتمـاد بـه نفـس ایـد. از نورهـای ملایـم و خوبـی اسـتفاده کنیـد - شـاید چنـد شـمع (و البتـه کسـی کـه بایـد شـمع‌ها را بخرد و بایـد بـه چنیـن کاری تشـویق شـود؛ سـعی کنیـد بدبینـی را بـرای چیـزی کـه هنـوز تـا این حد شـکننده اسـت بـه حداقـل ممکـن برسـانید). در اینجـا قانونـی وجـود دارد: هیـچ وقـت شـریک زندگی‌تـان را بـه خاطـر کاری کـه می‌خواهیـد ادامـه پیـدا کنـد، تنبیـه نکنیـد. خصوصـا اگـر کاری کـه به میزان مشـخصی شـجاعت بـرای انجـام دادنـش نیـاز اسـت - و گاهـی واقعـا فراتـر از وظایـف اسـت.

چطـور اسـت کـه تمـام آن موقعیـت رمانتیکـی را کـه بـرای یـک رابطـه نامشـروع می‌توانسـتید تصـور کنیـد، تهیـه کنیـد، چـون اغلـب اینجـور تـدارکات زمانـی کـه افـراد بـه یـک رابطه نامشـروع فکـر میکنند بـه ذهنشـان خطـور میکنـد (البتـه اگـر تخیـل داشـته باشـید). سـعی کنیـد بـا همسـرتان یـک رابطـه نامشـروع داشـته باشـید. نظرتـان در مـورد کمـی موسـیقی چیسـت؟ چطـور اسـت کـه از تمیـز بـودن اتـاق خـواب - و بـه امیـد خـدا - جذابیـتِ زیبایـی اتـاق خـواب اطمینـان پیـدا کنیـد؟ شـاید ایـن یـک شـروع باشـد. و شـاید بـه ایـن شـیوه هـر دویتـان از پیـر شـدن، چاقـیِ ناسـالم و خودبیمارانگارانـه برای دور انداختـنِ یکدیگـر در اسـرع وقـت مصـون مانديـد - همچنـان کـه بسـیاری از زوج‌هـا چنیـن کاری را میکننـد. و شـاید آن وقـت بتوانیـد هـر دو بـه آنچـه نیـاز داریـد، و فراتـر از آن، آنچـه می‌خواهید برسـید. امـا بایـد بـه خواسـته هایتـان اعتـراف، و بـا شـریک‌تان گفتگـو کنیـد. چـه دوسـت داریـد؟ او چـه چیـزی دوسـت دارد؟ و آیـا بـه همدیگـر اجـازه میدهیـد کـه آن دیگـری هـم بدانـد؟ آیـا می‌خواهیـد بـا ریسـکِ خطـا کـردن در تمریـن عملـی، تجربـه بـدی داشـته باشـید؟ آیا قصـد داریـد ترفندهـای جدیدی بیاموزیـد، حتـی اگـر در تجربـه عملـی آن احسـاس حماقـت پیـدا کنیـد؟

هیـچ یـک از ایـن مـوارد آسـان نیسـتند. مـردم کارهایـی را در کنـار هـم یـا بـرای هـم انجـام میدهنـد

که هیچ وقت در موردشان با هم صحبت نمی کنند و اگر با هم ازدواج کرده باشند، کار مفیدی نخواهد بود. شاید اگر اهل روحیه ای مبتنی بر بده-بستان بودید، می‌توانستید با حسن نیت به چنین موضوعی نزدیک شوید، می‌توانستید تصمیم بگیرید که به چه چیزی نیاز دارید و چه چیزی را می‌خواهید، آن وقت می‌توانستید دقیقا داد و ستدی مناسب را انجام دهید. ممکن است از خودتان بپرسید: «چطور باید چنین کاری را انجام دهم که حداقل تا بیست سال آینده به زن یا شوهرم عاشقانه علاقه داشته باشم، به طوری که مثل بسیاری از مردم سرگردان نشوم و کارها احمقانه انجام ندهم؟ حداق پیش شرط من برای رضایت شهوانی چیست؟» ممکن است خودتان را قانع کنید که لازم نیست چنین کارهایی را انجام دهید و خودتان می‌توانید خودتان را جمع و جور کنید، حتی اگر آنچه در وضعیت فعلی گیرتان می‌آید هیچ است. اما نمی توانید. اگر حرمت نفس یا هوشمندی داشته باشید، نمی توانید. چیزهایی وجود دارند که شما می‌خواهید و نیاز دارید. چنین امکانی هست که اگر علنا در مورد آن با همسرتان صحبت کنید و با آغوش باز آنچه از جانب او می‌شنوید را بپذیرید، هر دویتان می‌توانید نه فقط به آنچه از هم می‌خواهید برسید، بلکه به چیزهایی برسید که حتی فکرش را هم نمی کردید.

چند قرار ملاقات ترتیب دهید و سعی کنید به طور منظم آنها را تکرار کنید تا احساس کنید که در این کار خبره شده اید. گفتگو کنید و آن را تکرار کنید. به خودتان اجازه دهید که از آنچه می‌خواهید و نیاز دارید آگاه شوید، و با نجابت بگذارید که شریک زندگیتان نیز از این راز مطلع شود. بالاخره در نهایت قرار است به چه کسی اینها را بگویید؟ خودتان را وقف آن آرمانِ متعالی کنید که یک رابطه صادقانه و شجاعانه به آن وابسته است و این کار را جدیت انجام دهید تا روج شما را سالم نگه دارد. عهد زناشوییتان را حفظ کنید تا آنقدر درمانده شوید که صادقانه گفتگو کنید. اجازه ندهید که شریک زندگی‌تان شما را با اعتراض به نادانی و روگردانی، رابطه جنسی را کنار بگذارد. ساده لوح نباشید و انتظار نداشته باشید که زیباییِ عشق به خودیِ خود در رابطه‌تان باقی بماند، بدون اینکه نیاز به تلاشتان داشته باشد. پیش نیازها و الزامات خانه‌تان

www.KhoreKetab.com

را به گونه ای تنظیم و بین هم تقسیم کنید که مورد قبول هر دوی‌تان باشد؛ نه در معرض استبداد قرار بگیرید و نه برده باشید. در مورد اینکه به چیزی نیاز دارید تا هم در تخت خوابتان و هم خارج از آن راضی باشید، تصمیم بگیرید. و شاید - فقط شاید - عشق را در زندگی‌تان حفظ کنید و یک دوست و محرم به دست آورید و این صخره سردی که ما در انتهای کیهان در آن زندگی میکنیم، کمی گرمتر و آرامبخش‌تر از آنچه غیر از این خواهد بود، بشود. و شما به چنین چیزی نیاز پیدا خواهید کرد، چون روزهای سخت همیشه در راهند، و بهتر برای مقابله با آنها چیزی داشت باشید وگرنه ناامیدی سر میرسد و هرگز از بین نمی رود.

برنامه ریزی کنید و آگاهانه برای حفاظت از عشق در رابطه‌تان تلاش کنید.

www.KhoreKetab.com

قانون یازدهم

به خودتان اجازه ندهید که متنفر، فریبکار یا خودبزرگ بین شوید

www.KhoreKetab.com

موضوع درباره داستان است

شما برای کینه توزی، فریبکاری و خود بزرگ بینی دلایل خودتان را دارید. شما با نیروهای آشوبناک و وحشتناکی مواجه هستید یا خواهید شد و گاهی برنده میشوید. اضطراب، تردید، شرم، درد و بیماری، عذاب وجدان، قرار گرفتن در دوزخِ خرد کنندەی غم، آرزوهای برباد رفته و ناامیدی، تبعیت از استبدادِ ناشی از هستیِ اجتماعی، و تجربه خفت دوران پیری تا زمان مرگ - با وجود همچین تجربه هایی، در واقع چطور فاسد، خشمگین، گناهکار و بیزار، حتی بیزار از خودِ امید، نشد؟ میخوام بدونید که چطور در مقابل این سقوط به پلیدی و تباهی مقاومت کنید. برای چنین کاری - برای درک شخصیت‌تان و وسوسه هایش وقتی در مقابل تاریکی قرار میگیره - لازمه اول بدانید که در برابر چه چیزی قرار گرفته اید. شما باید انگیزه هایتان برای شرارت را بفهمید - و سه گانه کینه، فریب و خودبزرگ بینی دقیق ترین و واضح ترین ترکیبی است که من می‌توانم برای پلیدی بیان کنم.

آیا میتوان جهان را طوری درک کرد که بتوان پناهی در عبور از پست ترین جاده‌ها ایجاد کرد؟ این یک قاعده کلی از خرد بشر است که میگوید فرمول بندیِ شفاف‌تر و درک عمیق‌تر یک مشکل، نجات بخش است. مام دقیقا همین تلاش را با یک تغییر مفهومی شروع میکنیم - تغییری که خصوصا برای ما ماده گرایان متعهد و مدرن بسیار سخت و پیچیده است. ابتدا یک سوال: جهان از چه ساخته شده؟ برای پاسخ به این سوال لازم است که واقعیت - یا جهان - را همانطور که یک فرد زنده و هوشیار به تمامی تجربه کرده، با تمام غنای ذهنی سالمش - چون رویاها، تجربیات حسی، احساسات، انگیزه‌ها و تخیلات - در نظر بگیریم. این همان دنیایی است که خودش را به آگاهیِ منحصر بفرد شما نشان میدهد - یا بهتر اینست که بگوییم این همان جهانی است که با آن روبرو میشوید.

عملِ بیدار شدن‌تان از خواب صبح را در نظر بگیرید. اگر در آن لحظه از شما بپرسند که چه

www.KhoreKetab.com

چیزی درک میکنید، ممکن است شما از همان اشیایی نام ببرید که اگر هر کس دیگری در کنار شما از خواب بیدار شود درک میکند. ممکن است درباره تمام آن چیزهایی که در اتاق خوابتان، دور و بر خود جمع کرده اید - میز، صندلی، لباسها (که بسته به ترجیحات و طبیعت شما و وضعیت دیشب‌تان نامرتب یا آراسته است) - صحبت کنید. به احتمال زیاد پاسخ شما به این سوال کاملا عینی و بسیار واقع بینانه است. حتی ممکن است بگویید که مبلمانِ هال را هم می‌بینید. اما به رغم اینکه شاید توجه، کمتری از آنچه خودتان فکر میکنید، به اشیا اطرافتان نشان میدهید، حقیقت دیگری نیز وجود دارد. چرا وقت و انرژی‌تان را صرف درک کردن چیزهایی کنید که به راحتی به یادشان می‌آورید؟

بهرحال مبلمان یا باقی محتویات اتاق خواب آن چیزی نیست که موقع بیدار شدن از خواب درک میکنید. شما تا به حال با جایی که در آن میخوابید و محتویات آن آشنایی پیدا کرده اید. هیچ دلیلی برای ادامه تلاش آگاهانه، برای فهمیدن آنچه قبلا درک کرده اید وجود ندارد. بلکه بیشتر تمایل به درک روانیِ محیط اطرافتان دارید. شما شروع به بررسی این موضوع میکنید که چطور میخواهید خودتان را برای پر کردنِ جایگاهی که لاجرم پر خواهید کرد و نتیجه ای که این کار خواهد داشت، هدایت کنید. وقتی بیدار می‌شوید آنچه میبینید مجموعه ای از امکان هاست که بسیاری شان مربوط به همان روز و بعضی شان مربوط به هفته ها، ماه‌ها یا سالهای آینده است. آنچه موقع بیداری دغدغه اش را دارید، جواب به یک سوال است: «از فرصت‌های پیش رویی که مقابلم می‌بینم، با تمام پیچیدگی ها، نگرانی ها، هیجان ها، کسالت باری ها، محدودیت ها، نامحدودیت‌ها و با تمام خوش اقبالی‌ها و فجایع آن، میخواهم چه کنم؟» در این پتانسیل، تمام چیزهایی که می‌توانید داشته باشید وجود دارد. این پتانسیل، قلمرو فرصت‌های محقق نشده است و هیچ کس وسعت کامل آن را نمیداند. در اصل به نظر میرسد هیچ محدودیتی در بهره برداری از آنچه هنوز مشخص نشده، وجود ندارد. هر چیزی که هنوز ممکن است، جایی در این پتانسیل دارد. به درستی میتوان آنچه را باقی مانده به عنوان یک مخزن ابدیِ

www.KhoreKetab.com

گنج - مقدار زیادی از چیزهای خوب - در نظر گرفت (که هر دو در واقع نمودهای این پتانسیل اند.) اما این فقط نیمی از داستان است (و بخش دیگر آن اصطکاک است). اگر پتانسیلی که با آن مواجه میشوید خودش را به طور نامناسبی نمایش دهد (به خاطر اشتباهی از سمت شما؛ به خاطر خودکامگیِ مطلق جهان) آن وقت گرفتار مشکل وحشتناکی میشوید. آن بیرون - همان آینده ای که هر بار بیدار میشوید با آن دست و پنجه نرم میکنید - ناشناخته ای هست که نه فقط در انتظار خیر و نیکی، بلکه در انتظار وحشت، درد، جهنم و مرگ است. اما هر پتانسیلی که باشد، از قواعد ساده منطقِ مادی پیروی نمیکند. اشیایی که از قواعد این بازی پیروی میکنند - که ما (وقتی فرض میکنیم آنچه واقعی است، منطقی نیز هست) آن را واقعی در نظر میگیریم - در آنِ واحد میتوانند فقط یک چیز باشند. این واقعیت مسلما بدان معناست که اشیایی که از قواعد این بازی پیروی می‌کنند، نمی توانند همزمان خودشان و نقیض خودشان باشند. پتانسیل اما اینطور نیست. نمی توان آن را چنین طبقه بندی کرد. پتانسیل همزمان مصیبت، طنز، خیر، شر و هر آنچه در این میان آنهاست، میتواند باشد. حتی به معنای آنچه ملموس می‌انگاریم، مشخص هم نیست. حتی آنطور که ممکن است وجود داشته باشد، وجود هم ندارد. شاید بهتر است پتانسیل را به عنوان ساختار واقعیت در نظر گرفت، قبل از آنکه واقعیت خودش را مشخصا و به طور مشهود و بدیهی در حال حاضر نمایان کند. اما موجوداتی مثل ما با زمان حال دست و پنجه نرم نمی کنند. بنابراین حداقل تا آنجا که آگاهی ما از آن اطلاع دارد، اینطور به نظر میرسد که زمان حال برای ما واقعی ترین چیز نیست. به گفته بزرگان، ما باید بجنگیم تا «در اکنون باشیم». در عوض ما به اختیار خودمان، ذهنمان را معطوف به بررسی آینده میکنیم: چه میتواند پیش بیاید؟ تلاش به پاسخ دادن به این سوال همان زندگی است. این نحوه برخورد صحیح با واقعیت است. اینکه الان «چه هست؟» یک سوال مرده، مربوط به گذشته است که قبلا به نتیجه رسیده. اینکه «چه میتواند باشد؟» ظهور یک هستیِ جدید است که در نتیجه پیوند بین خودآگاهی موجود و گسترده وسیعی از امکانات متناقض ایجاد میشود.

www.KhoreKetab.com

و اگـر امکانـی وجـود داشـته باشـد کـه واقعی‌تـر از فعلیـتِ اکنـون باشـد (همانطـور که واقعیت نشـان میدهـد کـه مـا محکـوم کـه دسـت و پنجـه نـرم کـردن بـا آنیـم) آن وقـت بررسـی ایـن امکان‌هـا از هـر تحقیـق و تفحـص دیگـری مهم‌تـر اسـت. امـا چطـور میتوانیـم چیـزی را بررسـی کـه کنیـم کـه نـه اینجـا، نـه آنجـا و نـه هیـچ کجـای دیگـری وجـود نـدارد؟ چطـور میتوانیـم آنچـه را کـه هنـوز خـودش را نشـان نـداده بررسـی کنیـم؛ و آنچـه را کـه میتوانـد باشـد امـا هنـوز نیسـت، کشـف کنیـم؟ و چطـور میتوانیـم در مـورد ایـن تـلاش، بـه طـوری قابـل فهـم با یکدیگـر ارتبـاط برقـرار کنیـم و اطلاعـات مربوط بـه موثرتریـن مفاهیـم، رویکردهـا و اسـتراتژی‌ها را بیـن هـم رد و بـدل کنیـم؟ پاسـخ بـه ایـن سـوال، تا جایـی کـه مـن میتوانـم بگویـم، تعامـل از طریـق داسـتان دربـاره آنچـه هسـت و به همـان انـدازه آنچه میتوانـد باشـد، اسـت. چنیـن جوابـی حاکـی از آن اسـت کـه اگـر امـکان، عنصـر نهایـیِ واقعیتـی باشـد کـه مـا بـا آن دسـت و پنجـه نـرم میکنیـم، پـس ایـن داسـتان‌ها هسـتند کـه نگهدارنـده آن خـردی اند کـه بیـش از هـر چیـزی لازم اسـت بدانیـم.

مـا بـه طـور طبیعـی، دربـاره زندگـی مـان مثـل یـک داسـتان فکـر میکنیـم و تجربیـات مـان را بـه همیـن شـیوه بیـان میکنیـم. مـا بـه طـور خـودکار بـه دیگـران میگوییـم کـه کجـا هسـتیم (بـرای آماده سـازی صحنـه) و کجـا میخواهیـم برویـم، تـا بتوانیـم اکنـون را از دلِ امکانـی کـه در حرکـت بـه سـوی مقصدمـان پدیـدار میشـود، خلـق کنیـم. هیچکـس چنیـن داسـتانی را غیرعـادی نمـی دانـد. امـا کاری بیـش از نمایـش دادنِ زندگـی خودمـان و دیگـران بـه صـورت مجموعـه ای از اتفاقـات اسـت. بسـیار عمیق‌تـر از آن اسـت. وقتـی اقدامـات یـک فـرد را در جهـان بـه تصویـر میکشـید، نحـوه درک، ارزیابـی، تفکـر و عمـل او را توصیـف میکنیـد - و وقتـی چنیـن کاری انجـام میدهیـد داسـتان شـروع میشـود (و هرچـه در چنیـن توصیفاتـی بهتـر باشـید، روایـت هایتان بیشـتر داسـتانی میشـود). بعـلاوه ما جهـان را پـر از انگاره‌هایـی تجربـه میکنیـم کـه دقیقـا بایـد بـا آن مقابله کنیـم. آن ناشـناخته‌ی غیرمنتظـره و بدیع - دنیایـی از امکان‌هـا - در قالـب نمایشـی دراماتیـک بیـان میشـود، درسـت مثـل جهانـی کـه انتظـار داریـم و میکوشـیم ایجـاد کنیـم؛ و درسـت مثـل خودمـان بـه عنـوان بازیگرانـی که بـا آن ناشـناخته‌ها و

شـناخته‌ها مواجـه میشـویم. مـا بـرای نشـان دادن تمـام ایـن مـوارد از داسـتان اسـتفاده میکنیـم.

آیـا میتـوان گفـت مـا در قالـب داسـتان‌ها تعامـل میکنیـم (و همـه آن را درک میکننـد) چون هـر آنچه همـه در جهـان انجـام میدهنـد اساسـا یـک داسـتان اسـت؟ آیـا میتوانـد به ایـن معنا باشـد کـه دنیای تجربـه از یـک داسـتان غیـر قابـل تمایـز اسـت - و نمیتـوان آن را در قالبی دقیق‌تر از داسـتان نشـان داد؟ در اصـل بـا مـا جهـان - و بـا واقعیت‌هـای آن - سـازگار شـده ایـم. بنابرایـن اگـر مـا جهـان را بـه صـورت یـک داسـتان تعبیـر میکنیـم، آن وقـت شـاید بـه طـور دقیـق تـری، یـا حداقـل در عمـل، واقعیـت جهان یـک داسـتان اسـت (و تشـخیص دقـت از عملـی بـودن چنـدان آسـان نیسـت). در عوض ممکن اسـت شـما اینطـور اسـتدلال کنیـد کـه دیـدگاه علمـی دربـاره جهـان از جهاتـی دقیق‌تـر اسـت و دیـدگاه علمی اساسـا یـک داسـتان نیسـت. امـا تـا آنجـا کـه مـن میتوانـم بگویـم، دیـدگاه علمـی هنـوز در دل یـک داسـتان جـا خـوش کـرده اسـت: داسـتانی کـه اینگونـه اسـت «جسـتجوی دقیـق و بیطرفانـه حقیقـت، جهـان را بـه جـای بهتـری بـرای زیسـتن تبدیـل میکنـد و باعـث کـم شـدن رنـج، افزایـش عمـر و ثروت میشـود.» چـرا بـه طـور دیگـری علـم را بـه کار بگیریـم؟ چـرا کسـی بـدون چنیـن انگیـزه ای بخواهـد سـختی‌ها و دقـت بـی نهایـتِ مـمارسـت‌های علمـی را بـه جـان بخـرد؟ مثـلا اگـر از هـوش و انضبـاط کافـی بـرای تبدیـل شـدن بـه یـک محقـق واقعـی برخـوردار باشـید، راه‌هـای موثـر دیگـری برای کسـب درآمـد هسـت. و از منظـر انگیزه‌هـای درونـی، عشـق ورزی بـه علـم بـا یادگیـری از روی بـی علاقگـی دقیقـا یکـی نیسـت. آزمایشـگران و نویسـندگان علمـی بزرگـی که من شـناخته ام، مشـتاق پیگیری شـان هسـتند. چیـزی احساسـی آنهـا را برانگیختـه. آنهـا امیدوارنـد که نتیجـه یادگیری شـان (هرچند شـاید از روی بـی علاقگـی، چـون فعـلا هدفـی علمـی جـز یادگیـری نـدارد) واقعـا نتیجـه مثبتـی ایجاد کنـد: دنیا را بـه جـای بهتـری تبدیـل کنـد. چنیـن چیـزی بـرای کل ایـن پیگیـری یـک عنصـر روایـی ایجـاد میکند، انگیـزه ای کـه بـا هـر طـرح خـوب و تغییـر شـخصیت همـراه اسـت، و بهتریـن داسـتان‌ها را میسـازد.

مـا آنچـه را کـه بـه عنـوان یـک داسـتان تجربـه میکنیـم، مفهـوم سـازی میکنیـم. این داسـتان بـه طور خلاصـه توصیفـی از جایـی اسـت کـه اکنـون در آنیـم و همینطـور شـامل جایـی اسـت کـه می‌خواهیـم

برویـم، اسـتراتژی‌ها و ماجراجویی‌هایـی کـه در طـول ایـن مسـیر پیـاده سـازی و تجربـه میکنیـم و نیـز شـامل شکسـت‌ها و سـازماندهی‌های مجـدد مـا در طـول ایـن سـفر اسـت. شـما دائمـا درون چنیـن سـاختاری میفهمیـد و عمـل میکنیـد، چـون همیشـه در یـک جایـی هسـتید و میخواهیـد بـه جـای دیگـری برویـد، و همیشـه در حـال ارزیابـی موقعیت‌تـان و هـر چیـزی کـه بـا هدفتـان در ارتبـاط اسـت، هسـتید. بخشـی از تفکـر در قالـب داسـتانی، بـه خاطـر تمایـل مـا بـه دیـدن جهـان در قالـب مجموعـه ای از شـخصیت هاسـت کـه هـر کـدام از شـخصیتها نشـان دهنـده موقعیـت فعلـی و مقصـد، وقایع غیر منتظـره ای کـه ممکـن اسـت بـا آنهـا روبـرو شـویم و خودمـان بـه عنـوان بازیگـران این داسـتان اسـت. مـا در همـه جـا نیت‌هـای جانـدار[1] می‌بینیـم - و مطمئنـا بـه همیـن شـیوه جهـان را بـه فرزندانمـان نشـان میدهیـم. بـه همیـن خاطـر اسـت کـه یـک ماشـین یـا مثـلا خورشـید دارای یـک صـورت همراه بـا لبخنـد اسـت. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه - حتـی در میـان بزرگسـالان - در مـاه چهـره ای دیـده میشـود و خدایـان در میـان سـتارگان انـد. همـه چیـز جـان دارد. همـه بـه ایـن خاطـر کـه مـا تمایـل داریـم بـا چیزهـای دیگـر طـوری رفتـار کنیـم کـه انـگار صـرف نظـر از اینکـه چـه هسـتند، جـان دارنـد یـا بـی جـان انـد، و شـخصیت‌هایی دارای نیـت انـد. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه بـه نظرتـان اشـکالی نـدارد کـه ماشـین‌تان چهـره داشـته باشـد (خصوصـا در جلـوی آن، جایـی کـه چهـره بـه آنجـا متعلـق اسـت). مـا بـه ایـن شـکل عمـل میکنیـم (به ایـن معنـا کـه درک میکنیم، فکـر میکنیـم و واکنش نشـان میدهیـم) چـون هـر عضـو گونـه انسـان در هـر لحظـه، هـر عملـی کـه انجـام میدهـد بـرای خیـر یـا در جهـت شـر نسـبت بـه دیگـران اسـت. و ایـن موضوعـی اسـت کـه همیشـه بـوده و هسـت. تقریبـا هـر آنچـه در مسـیر دور و دراز بیولوژیکـی تـا شـکلی فعلـی مـان بـا آن روبرو شـده ایـم، اجتماعی بوده اسـت. اگـر ایـن مواجهـه دربـاره تعامـل بـا آدمهـای دیگـر نبـود، در مـورد ارتبـاط بـا دیگـر حیوانـات بـود. شـاید آنهـا را شـکار میکردیـم یـا آنهـا را در گله‌هایـی پـرورش میدادیـم، یـا وقتـی اهلـی شـان کردیـم بـا آنهـا بـازی میکردیـم - شـاید هـم آنهـا مـا را شـکار می‌کردنـد و بایـد آنهـا را یـاد میگرفتیـم تـا از چنـگ شـان

۱ Animated Intent

بگریزیم و از خودمان محافظت کنیم. تمام این تعاملات قبیله ای، درون قبیله ای، بین گونه ای[1] مغز ما را شکل داده اند، طبقه بندی‌ها و چارچوب‌های اساسی ما را فرم داده اند، آنها به شکل اجتماعی - نه عینی و بیرونی، مثل موضوعات علمی - پردازش کرده اند. اینطور نیست که ما با غریزه و شمّی درونی نسبت به وجود جدول تناوبی عنصرها متولد شده باشیم. چنین چیزی نیست. فقط چند صد سال است که ما موفق شده ایم این کار مستقیما انجام دهیم و برای فرموله کردن آن، وقت و انرژی خودآگاهانه زیادی صرف کرده ایم. علاوه بر این به رغم اینکه برای تنظیم یک نظام طبقه بندی شیمیایی قابل توجه، نیازمند کار بسیار دشواری بوده، یادگیری آن نیز سخت است. چنین کاری به طور ذاتی (حداقل برای اکثر مردم) چندان جالب نیست، چون هیچ داستانی مربوط به آن وجود ندارد. بدون شک این نمایش دقیق و مفیدی از آن واقعیت عینی است، اما ماهر شدن در درکِ یک موضوع انتزاعی، نیاز به دست و پنجه نرم کردن دارد.

برعکس، اگر کسی برایتان داستانی بگوید بلافاصله توجه‌تان را جلب میکند. این داستان میتواند یک داستان پیچیده باشد - چیزی که نیاز به ساعتها تمرکز دارد. این داستان ممکن است حتی داستان نحوه کشف جدول تناوبی عنصرها و تمام پیروزی‌ها و مشکلات این روند باشد. مهم نیست داستان درباره چه چیزی باشد. اگر به خوبی بیان شود، گیراست و احتمالا به خاطر سپرده میشود. اگر میخواهید به یک کودک چیزی بیاموزید و توجهش را جلب کنید، برایش یک قصه تعریف کنید. آنها دائما از میخواهند این کار را انجام دهید. آن به پیژامه شما نمی جسبند و التماس نمی کنند که: «بابا، تو را خدا یک خط دیگر از جدول تناوبی عنصرها را بگو قبل از خوابیدن!» اما آنها انگیزه زیادی برای شنیدن یک داستان دارند - گاهی حتی بیشتر از یکی در شب. چنین چیزی نشان از عمق و اهمیت داستانها دارد. ممکن است فکر کنید که داستان ساده است، اما فرزند شما با دقت گوش میدهد و سطوح مختلفی را که از معنای نشان داده شده را پردازش میکند - معانی که اگر داستانی که تعریف میکنید سنتی و عمیق باشد، بسیار

۱ Cross-Species

نامحتمـل اسـت کـه شـما از آن آگاه باشـید.

مـا همـه انسـانیم. ایـن بـدان معناسـت کـه چیـزی در تجربـه مـا وجـود دارد کـه به هم شـبیه اسـت. وگرنـه همـه مـا انسـان نمـی شـدیم. حتـی نمـی توانسـتیم ارتباطـی برقـرار کنیـم. بـه طـور متناقضـی، بـرای ارتبـاط برقـرار کـردن بایـد چیزهایـی در مـورد شـما و دیگـران باشـد کـه بـی آنکـه بیـان شـوند، پیـش میرونـد. تصـور کنیـد کـه بـه کسـی میگوییـد: «مـن امـروز صبـح واقعـا عصبانـی شـدم.» اگـر نشـانه ای دال بـر ایـن وجـود داشـته باشـد کـه شـما میخواهیـد ایـن مکالمـه پیـش بـرود و آنهـا هـم موافـق باشـند، ممکـن اسـت دلیلـش را از شـما بپرسـند؛ امـا احتمالا از شـما نمی پرسـند کـه: «منظورت از عصبانـی شـدن چیسـت؟» آنهـا چنیـن سـوالی نمـی پرسـند چـون طبـق تجربـه از پیـش میداننـد که منظـور از عصبانـی شـدن چیسـت. ایـن تجربـه ایسـت کـه بیشـتر می‌تـوان آن را فـرض کـرد تـا بیـان. در واقـع تنهـا دلیلـی کـه می‌توانیـد در مـورد هـر چیـزی صحبـت کنیـد ایـن اسـت کـه مـواردی وجـود دارد کـه هرگـز نیـازی نیسـت در موردشـان حـرف بزنیـد. فقـط میتوانیـد آنهـا را بدیهـی فرض کنیـد. مثلا مـا میدانیـم کـه مجموعـه ای ابتدایـی از عواطـف وجـود دارد کـه میـان مـا انسـانها در سراسـر دنیـا - و حتـی در بیـن بسـیاری از حیوانـات - مشـترک اسـت. وقتـی خـرس مـادر بـا دندان‌هایـی کـه بـرای همه نمایـان شـده در مقابـل تولـه هایـش می‌ایسـتد و می‌غـرد، همـه معنایـش را میفهمنـد. دقیقـا همـان چیزهایـی کـه نیـازی بـه صحبـت در مـورد شـان نیسـت، مـا را انسـان میکنـد و جوهـره انسـانیت را میسـازد اگرچـه ایـن جوهـره وابسـته بـه رفتـار جامعـه و محیـط قابـل تغییـر باقـی میماند.

بنابرایـن برگردیـم بـه موضـوع داسـتان - یـا بـه بیـان بهتـر داسـتانِ داسـتانها. مـا بـا داسـتان شـخصیت‌های آغـاز میکنیـم کـه وجودشـان جهانـی اسـت و سـاختار درک را مـا از پتانسـیل جهـان میسـازند. و، بـه کمـک شـانس، وقتـی بـا آن شـخصیت‌ها روبـرو میشـوید، رابطـه شـان را بـا نفـرت، خـود بـزرگ بینـی و فریـب بـه انـدازه ای کافـی درک میکنیـد کـه آنجـا کـه ایـن درک بـرای شـما ایمنـی فراهـم کنـد.

w w w . K h o r e K e t a b . c o m

شخصیت‌های جاودانه درام بشر

اولی: اژدهای آشوب

وقتـی پسـرم جولیـان حـدودا چهـار سـاله بـود، بـا وسـواس زیـادی فیلـم پینوکیـو را نـگاه میکـرد - بـه ویـژه قسـمتی کـه آن وال، مونسـترو، بـه اژدهایـی بـا دم آتشـین تبدیـل میشـد. بایـد آن سـکانس را پنجـاه بـار دیـده باشـد. و معلـوم نبـود کـه دیدنـش لذت ببـرد. بـه وضـوح از صحنـه اوج آن می‌ترسـید. از چهـره اش می‌فهمیـدم. او بـرای ترسـش دلیـل خوبـی داشـت. شـخصیت‌هایی کـه بـا آنهـا همـذات پنـداری کـرده بـود، در خطـر قـرار گرفتـه بودنـد. درون مایـه اصلیـش ایـن بـود کـه انگیـزه ای قـوی برای خطـر و قربانـی کـردن وجـود دارد. ایـن صحنـه ای بـود کـه از همـه بیشـتر او را بـه خود مجـذوب میکرد.

او بـا تماشـای مکـرر آن فیلـم، واقعـا چـه میکـرد؟ خصوصـا اگـر احساسـی کـه برمـی انگیخـت تـرس بـود؟ چـرا یـک بچـه بایـد داوطلبانـه خـود را در معـرض آن قـرار دهـد؟ جولیـان از همـه توانایی‌هـای ذهـن تـازه شـکل گرفتـه اش، از منطـق مثـل ناخودآگاه، بـرای پـردازش روابط در چنین داسـتانی اسـتفاده میکـرد. پینوکیـو و داسـتان‌هایی مشـابه آن، بـه گونـه ای سـنگین، لایـه لایـه و پیچیـده انـد کـه تخیـل را می‌ربایـد و دیگـر رهـا نمیکنـد. ایـن تصادفـی نیسـت. بچه‌هـا کوچـک و جـوان انـد و از برخـی جنبه‌هـا هیـچ چیـز نمـی داننـد، چـون تجربـه شـخصی بسـیار کمـی دارنـد. امـا آنهـا همچنیـن از جنبه هایـی، موجوداتـی بسـیار باسـتانی انـد و بـه هیـچ وجـه احمـق یـا بـی توجـه نیسـتند. ایـن واقعیـت کـه آنهـا شـیفته افسـانه‌ها و داسـتان‌هایی مثـل پینوکیـو نشـان میدهـد کـه چقـدر بچه‌هـا عمـق ایـن داسـتانها را درک میکننـد، اگرچـه شـما بـه عنـوان یـک مشـاهده کننـده بزرگسـال دیگـر متوجـه چنیـن عمقی نشـوید.

آن نهنـگ، اژدهـای آشـوب اسـت. ایـن نمـادی از بالقـوه، یـا امکانـی اسـت، بـرای بهتـر یـا بدتر شـدن. نمایـش ایـن پیکـره در همـه جـا ظاهـر میشـود و بچه‌هـا آن را می‌بیننـد، حتـی بـا اینکـه نمـی داننـد منظـور از ایـن پیکره‌هـا چیسـت. مثـلا در داسـتان کلاسـیک والـت دیزنـی، زیبـای خفتـه، آن ملکـه

شـیطانی و بدخـواه، شـاهزاده فیلیـپ را بـه دام می‌انـدازد. او شـاهزاده فیلیـپ را در سـیاه چـال قصـرش زندانـی میکنـد و برایـش داسـتانی فریبنـده از همیـن قسـم تعریـف میکنـد. او از توصیـف آن مـرد ویران شـده کهنسـال در شـش یـا هفـت دهـه آینـده، لـذت می‌بـرد و بـه همیـن خاطـر از روی دسـت و دلبـازی بـه شـاهزاده فیلیـپ اجـازه میدهـد کـه از سـلول زندانـش خـارج شـود. او شـاهزاده فیلیـپ را چیـزی بهتـر از مترسـک یـک قهرمـان نشـان نمـی دهـد، و آن وقـت در حالیکـه در سـلولِ زندانـی اش را قفـل میکنـد، بـا خنده‌هایـی شـیطانی، پله‌هـا را بـالا مـی‌رود تـا بـه قصـر خـودش بازگـردد. او نمونـه کلاسـیک یـک مـادر وابسـته بـه احساسـات و علائـق فرزنـدِ معمـولا ذکـور خـود اسـت کـه بـا جلوگیری از خـروج فرزنـدش از خانـه نمـی گـذارد فرزنـد، سرنوشـت خـود را نمایـان کنـد.

آن شـاهزاده بـا کمـک سـه عنصـر مثبـتِ زنانـه از سـیاه چـال فـرار میکند: همـان سـه پـریِ دادرس که بـه وضـوح همتایـان مثبـتِ آن شـرارت انـد. ملکـه پلیـد او را می‌بینـد کـه بـر اسـبش سـوار میشـود و راه خطرنـاک خـود را از میـان ارتـش او، و پلـی کـه بعـد از دربهـای قصـر در حـال لرزیـدن و بسـته شـدن اسـت، بـاز میکنـد و بـه پاییـن آن جـاده ای کـه بـه سـوی تلـه مرگبـار قصـر اوسـت، پیـش میـرود. او بـا وحشـتی بیـش از پیـش از ایـن بـرج بـه آن بـرج میـرود تـا آنجـا کـه خـود را بـه بالاتریـن نقطـه میرسـاند. او عصبانـی آنجـا می‌ایسـتد و شـعله‌های آتـش دوزخ خـود را فـرا میخوانـد و خـودش را بـه اژدهایـی غـول پیکـر بـا دم آتشـین تبدیـل میکنـد. هـر کسـی کـه ایـن فیلـم را تماشـا میکنـد بـه طـور کلـی ایـن واقعیـت را پذیرفتـه: «البتـه کـه یـک ملکـه شـیطانی بـه اژدهـا تبدیـل شـد، امـا اشـکالی نـدارد.» دقیقـا چـرا چنیـن موضوعـی در سراسـر جهـان پذیرفتـه شـده اسـت؟ در ظاهـر کـه چنیـن دگرگونـی اصـلا منطقـی نیسـت. در یـک لحظـه، او یـک ملکـه شـیطانی قابـل درک اسـت کـه اگرچـه بسـیار عصبانـی اسـت امـا در جـای خـودش ایسـتاده. و در لحظـه ای بعـد، چنـد بـار بـه دور خـودش می‌چرخـد - و بـوم! - او بـه یـک خزنـده غـول پیکـر بـا دم آتشـین تبدیـل میشـود. شـاید همـه شـما موقـع خوانـدن ایـن مطلـب بـه چنیـن فکـری افتـاده باشـید که: «چـرا بایـد چنیـن موضوعـی را مطرح کـرد؟ حتـی بچـه چهـار سـاله مـن هـم آن را میفهمـد!» مـن بـا تبدیـل شـدن یـک ملکـه شـیطانی بـه

یک اژدها مشکلی ندارم. آنقدر بدیهی است که حتی میتواند وسط یک فیلم محبوب اتفاق بیفتد و پذیرفته شود - آنقدر بدیهی که جلب کردن توجه مردم به اینکه اتفاق عجیبی افتاده، بسیار سخت است.

بهر حال گویی اگر ملکه الیزابت دوم در میان یکی از جشن‌های بی پایانش به خزنده ای بزرگ و آتشین تبدیل شود، تا حدی حیرت و دلهره به جا و قابل انتظار است. موضوع این است که آدمها - حتی پادشاهان سلسله‌های بزرگ - ناگهان به خزنده تبدیل نشده و به مهمانان شان حمله نمی کنند (خب نه در بیشترِ مهمانی ها). اما اگر چنین اتفاقی در یک داستان رخ دهد، ما آن را می‌پذیریم. به هر روی این نکته، رمز راز از موضوعی برنمیدارد. البته هر تحول باستانی در یک داستان اتفاق نمی افتد. اگر آن ملکه پلید ناگهان لباس صورتی درخشانی به تن میکرد و آن مسیری را که شاهزاده فیلیپ در حال فرار بود گلباران میکرد، اصلا با عقل جور نمی آمد. چنین چیزی نه در نهاد آن پلیدی، و نه در مجموعه انتظاراتی که هر مخاطبی به طور ضمنی از تماشای فیلم‌ها به دست آورده، وجود ندارد (و بعید است بعد از چنین تغییراتی از فیلم تعریف کنید، مگر اینکه این تغییرات با ظرافتی استثنایی و با هدفی بالاتر همراه شود). تبدیل شدن آن ملکه به اژدها اشکالی ندارد. چرا؟ بخشی به این خاطر است که طبیعت پیوسته میتواند و در حال تبدیل کردنِ ماسک خطرناک اما همچنان قابل درک او به یک آشوب کامل است. به عنوان مثال این اتفاق وقتی می‌افتد که تازه آتشی برای پیک نیک افروخته و می‌خواهید کباب‌تان را درست کنید و دور آتش آواز هایتان را بخوانید اما ناگهان هوا چنان گرم و خشک میشود که آن جنگل خنکی که چادرمان را پناه داده بود و آن گرما میسوزد و آن فضا را به دوزخی خشمگین تبدیل میکند. خطراتی که میتوانیم آنها را مدیریت کنیم ناگهان تبدیل به خطراتی میشوند که نمی توانیم کنترل شان کنیم. به همین دلیل است که وقتی ملکه پلید تبدیل به اژدهای آشوب میشود، برای کسی تعجب آور نیست.

لحظه ای تصور کنید که یکی از انسانهای نخستین، مربوط به ماقبل تاریخ هستید. شما برای

www.KhoreKetab.com

یـک شـب جایـی اردو زده ایـد، و آن جـا قلمرویـی مشـخص اسـت - بـه ایـن معنـا کـه بـرای آن زمـان، ایمـن و قابـل پیش‌بینـی اسـت. دوسـتان، اقـوام قبیلـه تـان، نیـز آنجـا هسـتند. شـما نیزه‌هـا و آتـش خودتـان را داریـد. شـرایط ایمـن و بـی خطـر اسـت. امـا اگـر با بـی دقتی فقـط شـصت متـر از اردوگاه‌تان دور شـوید، آن وقـت جانـوری وحشـتناک بـا دنـدان و جثـه ای بزرگتـر شـما را میخـورد. این همـان چیزی اسـت کـه در آن ناشـناخته هولنـاک وجـود دارد. چنیـن ایـده ای عمیقـا درون مـا نهفتـه اسـت. مثـلا مـا میدانیـم کـه انسـانها ذاتـا از خزنـدگان شـکارچی میترسـند - و دلیل خوبـی هم برایـش وجـود دارد. وجود چنیـن ترسـی صرفـا بـه یادگیـری مـا بـرای تـرس از آنهـا مربـوط نیسـت (اگرچه کـه مطمئنا بـرای چنین ترسـی آمـاده میشـویم): چنیـن ترسـی غریـزی اسـت. در مـورد تمـام نیت‌هـا و اهدافمـان، تصویـری درون مـا از آن شـکارچی هولناکـی هسـت کـه شـب هنـگام بـه کمیـن نشسـته. بـه همیـن دلیل اسـت کـه کـودکان، وقتـی آنقـدر بـزرگ میشـوند کـه بتواننـد بـه تنهایـی حرکـت کننـد، از تاریکـی می‌ترسـند. آنهـا شـبها بـه ایـن اصـرار میکننـد کـه «بابـا تـو اون تاریکـی یـک هیـولا هسـت!» و پـدر بـه بچـه اش اطمینـان میـده کـه چیـزی بـه اسـم هیـولا وجـود نـدارد. خـب پـدر اشـتباه میکنـد و دقیقا کودک اسـت کـه درسـت میگویـد. ممکـن اسـت در حـال حاضـر، در آن بخـش بـه خصـوص از تاریکی هیولایـی وجود نداشـته باشـد، بخشـی بـه ایـن خاطـر کـه شـما فـردی بـا حداقـل یـک متـر قـد و تشـنه هسـتید، و بخشـی بـه ایـن خاطـر کـه در آینـده میتوانـد هیولایـی در آنجـا باشـد - یـا خواهد بـود. به همیـن دلیل اسـت کـه ممکـن اسـت مفیدتـر ایـن باشـد کـه بـه فرزندتـان بـه طـور مسـتقیم و بـا رفتارتـان بگوییـد کـه همیشـه در تاریکـی چیـزی شـوم و خطرنـاک وجـود دارد و ایـن وظیفـه فـرد اسـت کـه بـا آمادگی با آن روبـرو شـود و طبـق کهـن الگـو، آن گنجـی را تاریکـی از آن محافظـت میکنـد، بـه چنـگ بیـاورد. ایـن کاری اسـت کـه یـک بزرگسـال و یـک کـودک می‌تواننـد بـا نتایجـی عالـی انجـام دهنـد.

مـن جولیـان را حـدود یـک سـال و نیـم پیـش از دیـدن پینوکیـو بـه مـوزه علـوم بوسـتون[۱] بـردم. در

۱ Boston Science Museum

آنجا یک اسکلت دایناسور[1] نگهداری میشد. تا آنجا که من یادم می‌آید، اسکلت بسیار بزرگی بود و قطعا از زاویه نگاه جولیان بسیار بزرگتر هم می‌نمود. او از پنجاه متر مانده به پیکره استخوانی دایناسور جلوتر نمی آمد. تا فاصله ۷۵ متری در حد کنجکاوی داشت که بخواهد جلوتر برود. اما اندکی جلوتر متوقف میشد. آن تجربه یک پدیده عصبی هم هست. کنجکاوی اش او را به سوی آن هیولا هل میداد تا بتواند مقداری اطلاعات مفید از آن به دست آورد - تا جایی که ترس او را فلج میکرد. من دقیقا میدیدم که آن مرز کجاست. شاید به این معناست که او باید از آن هیولا تا آن اندازه فاصله داشته باشد تا اگر بر فرض آن جانور ناگهان سرش را از میان درختان بیرون آورد تا او جولیان را بگیرد، او همچنان بتواند احساس امنیت کند.

ایده ای در اعماق روان انسان نهفته که میگوید آن پتانسیل میتواند مکانی برای حداکثر وحشت و محل زندگی آن شکارچیِ ابدی - یا انواع بی نهایتی از شکارچیان - باشد. از نظر عملی درست است، چون انسانها از ابتدا تاکنون طعمه بوده اند، اگرچه که ما نیز شکار را برای شکارچیان با مسلح کردن خود و گروهی زندگی کردن مان بسیار سخت کرده ایم. (شخصا از این بابت خوشحالم. من تا به حال در جایی که محل اقامت خرس‌های گریزلی است اردو زده ام. خیلی خوب است که آنها روی کره زمین هستند. همه اینها درست. اما من شخصا ترجیح میدهم گریزلی هایم خجالتی باشند و نه چندان گرسنه. و به اندازه کافی دور باشند که فقط از دور زیبا به نظر برسند.) اما نیروهای روحی و روانی نیز درون‌تان وجود دارند که به همین شیوه غارتگرانه با شما رفتار میکنند - و میتوانند خطرات بزرگتری ایجاد کنند. بدخواهی که در قلب مردم وجود دارد و میتواند آن را مرتکب جرم کند در این دسته بندی قرار میگیرد - به همراه پلیدی که انگیزه ای برای جنگ‌های تمامیت خواهانه برای انتقام، تجاوز، طمع و علاقه خالص به خونریزی و ویرانی. و این بدخواهی در قلب شما نیز وجود دارد؛ اژدهایی که از همه بزرگتر است - و همینطور یادگیری مهارت تسلط بر این بدخواهی از بزرگترین و بعید ترین دستاوردهای فردی است.

۱ Tyrannosaurus rex

www.KhoreKetab.com

شـما از نظـر عصبـی طوری سـاخته شـده ایـد که جهان را به طور چشـمگیری در سـطحی عمیق تفسـیر میکنیـد. بخشـی قدیمـی در مغـز شـما هسـت معـروف بـه هیپوتالامـوس - منطقـه کوچـک کـه بـالای نخاع‌تـان قـرار دارد - و مسـئولیت تنظیـم کـردنِ واکنش‌هـای اصلـی نسـبت بـه آن چیزهایـی را دارد کـه مصداقـی بـرای مفهـوم سـازی از خطـر و پتانسـیل انـد. یکـی از دو مسـئولیت اصلـی هیپوتالاموس، حفاظـت از خـود (در برابـر گرسـنگی، تشـنگی و مهمتـر از آن، تهاجـمِ دفاعـی در صـورت روبـرو شـدن بـا تهدیـد) اسـت و دیگـری تولیـد (مثـل برانگیختگـی جنسـی و رفتارهای جنسـی اولیه). دومی مسـئولیت جسـتجو و کاوش را بـه عهـده دارد. نیمـی از هیپوتالامـوس را تحریـک میکنـد کـه از آنچـه در کاوش‌های گذشـته آموختـه ایـم بـه نفـع آرام کـردن و اغنـای نیازهـای اساسـی زندگـی - از جمله توانایـی محافظت از خـود در صـورت بـروز حملـه - اسـتفاده کنیـم. نیمـه دیگـر همیشـه می‌پرسـد، آن بیـرون چـه خبـر اسـت؟ چـه کاربـردی میتوانـد داشـته باشـد؟ بنابرایـن حـالا داسـتان چیسـت؟ بخورید، بنوشـید و شـاد باشـید تـا وقتـی آذوقـه تمـام شـود - امـا همیشـه بایـد حواسـتان بـه هیولاها باشـد. بعـد پا بـه دنیای ناشـناخته امـا امیـدوار کننـده بگذاریـد و ببینیـد آنجـا چـه خبـر اسـت. چـرا؟ خـب شـما در حـال حاضـر بسـیاری از چیزهایـی را کـه بایـد بدانیـد میدانیـد، اگرچـه تقریبـا میتـوان گفـت که بـه انـدازه کافی نمی دانیـد. شـما چنیـن چیـزی از ایـن را میفهمیـد کـه زندگـی بـه انـدازه ای کـه میتوانسـت خـوب نیسـت و چـون مـرگ وجـود دارد و شـما نیـز خواهیـد مـرد. بدیهـی اسـت کـه در چنیـن شـرایطی بایـد بیشـتر بیاموزیـد. بنابرایـن شـما انگیـزه کافـی بـرای کاوش داریـد. بازنمایـی اولیـه طبیعـت، بـه عنـوان خانـه ای بـرای محافظـت آن گنجینـه ابـدی توسـط یـک شـکارچی ابـدی، در واقـع بازنمایـی کاملـی از شـیوه واکنـش شـما نسـبت بـه جهـان در بنیـادی تریـن اعمـاق وجودتـان.

شخصیت دوم - طبیعت: زایش و نابودی

همـه مـا تصویـری از طبیعـت در ذهنمـان داریـم. ممکـن اسـت تصویـری باشـد کـه از یـک منظـره طبیعـی زیبـا در ذهنمـان نگـه داشـته ایـم - طبیعـت بـه عنـوان عنصـری سـخاوتمند و زاینـده. چنیـن تصویـری اسـت کـه دیدگاهـی احساسـاتی در مـورد محیـط زیسـت ایجـاد میکند. منـی که اهـل آلبرتای

شمالی هستم، دقیقا دیدگاه یکسانی درباره طبیعت ندارم، چون در زادگاه من، در شهر فرویو[1]، طبیعت دائما در شش ماه از سال با سرمای کشنده، علیه جان ساکنان توطئه میکرد و دو ماه دیگر را هم با انواع حشرات آزار می‌داد. بنابراین آنجا قسمتی کمتر دوست داشتنی و بیرحمانه از طبیعت بود. این بخشی از طبیعت است که همراه با آسیب، بیماری، مرگ، جنون و هر آن چیزی است که برای شما به عنوان یک موجود بیولوژیکی در انتهای منفیِ طیف رخ دهد.

پتانسیلی در آینده هست که هنوز به واقعیت تبدیل نشده (و همانطور که دیده ایم به کمک اژدهای آشوب نشان داده شده است). اما بعد طبیعتی وجود دارد که شما در زندگیتان با آن روبرو می‌شوید و نمی توانید آن را کاملا ناشناخته تلقی کنید. طبیعت سخاوتمند است: نشان به آن نشان که شما هنوز اینجا حی و حاضرید - و گاهی خوشحالید؛ نشان به آن نشان که غذاهای خوشمزه ای برای خوردن هست، آدمهای جالبی برای تعامل هستند و کمبودی از نظر دیدن و انجام دادنُ چیزها و کارهای جالب و فریبنده وجود ندارد. چشم اندازهای طبیعی بینظیری وجود دارند. زیبایی، جاودانگی و بیکرانی اقیانوسها هست. عناصرِ فراوان و شگفت انگیز بسیار هست. اما همچنین وحشتی مطلق با آن همراه است: ویرانی، بیماری، رنج و مرگ. هر دو عنصر تجربه، در کنار هم وجود دارند. حتی ممکن است وجود عنصر اول بدون دومی غیرممکن باشد: حتی در بدن تان، هر قدر هم که سالم باشد، تعادلی میان سلول‌هایی وجود دارد که به اندازه فایده شان کار کرده اند و حالا می‌میرند تا با جایگزین شدن شان با سلولهای جدید، هستیِ شما را تداوم ببخشند.

هر دوی این عناصر وجودی، در تخیلات ما به شکلی دارای شخصیت نمایان میشوند. یکی همان ملکه شیطانی است؛ الهه نابودی و مرگ. دیگری همتای مثبت اوست؛ همان پری‌های خیرخواه، شهریاران خیرخواه و مادران جوان و دوست داشتنی که با دقتی بی نهایت مراقب

[1] Fairview

مسئولیت ناگزیـر خـود انـد. بـرای یـک زندگـی مناسـب بایـد بـا هـر دویشـان آشـنا باشـید. اگـر شـما کودکـی هسـتید کـه مـورد سـوء رفتـار مادرتـان قـرار گرفتـه ایـد، فقـط ملکـه پلیـد را میشناسـید و ایـن یعنـی بـه خاطـر فقـدان عشـق و توجـه آسـیب دیـده ایـد و در معـرض تـرس، درد و پرخـاش ایـد. ایـن راه زندگـی نیسـت و بسـیار سـخت اسـت کـه مسـئولیت پذیـر و توانمند بـار بیایید، تهـی از اعتمـاد و پر از نفـرت و انتقـام جویـی هسـتید. شـما بایـد کسـی را پیـدا کنیـد کـه نقش ملکـه خیرخـواه را ایفـا کند: یـک دوسـت، یکـی از اعضـای خانـواده، یـک شـخصیت تخیلـی - یـا بخشـی از روان خودتان کـه میداند ایـن سـوء رفتـار اشـتباه اسـت و قسـم خـورده تـا در هـر موقعیتـی کـه پیـش آمـد از شـرایط سـوء رفتار فـرار کنـد، آن را پشـت سـر بگـذارد و تعـادل مناسـبی در زندگـی ایجـاد کنـد. شـاید اولیـن قـدم در ایـن جهـت ایـن باشـد کـه بـه رغـم آن سـوء رفتارهـا اعتـراف کنیـد کـه سـزاوار مراقبـت هسـتید؛ و گام دوم ایـن اسـت کـه در هـر فرصتـی کـه می‌توانیـد بـه دیگـران ایـن حـس را بدهیـد، اگرچـه خودتـان مقـدار تراژدیـک کمـی حـس خـوب دریافـت می‌کنیـد.

اگـر دوگانگـی طبیعـت، همـان وحشـت و سـخاوتش را، درک کنیـد، دو عنصـر اساسـیِ تجربـه را بـرای همیشـه و بـه طـور غیـر قابـل اجتنابـی خواهیـد شـناخت و میتوانیـد، به عنـوان مثـال، بـه درک عمیقی از مفهـوم قربانـی کـردن برسـید. قربانـی کـردن یـک اسـتعاره مذهبـی اسـت و گفتـه شـده ایـن عملـی اسـت کـه خدایـان را شـاد نگـه میـدارد. اینکـه بتـوان فهمیـد آن خدایـان بـه اصطـلاح ناراضـی چـه کسـانی هسـتند و اینکـه وقتـی ناراضـی انـد تـا چـه انـدازه وحشـتناکند، گامـی واقعـی بـه سـوی خـرد اسـت - گامـی واقعـی و فروتنانـه. انسـانهای مـدرن بـه سـختی میتواننـد بفهمنـد کـه منظـور از قربانـی کـردن چیسـت، چـون مثـلا آنهـا گمـان میکننـد کـه یعنـی در پیشـگاه خـدا یـک قربانـی ذبـح شـده یـا سـوزانده تقدیـم کـرد، کـه ایـده ای منسـوخ اسـت. امـا وقتـی قربانـی کـردن را از منظـر روانـی تصـور میکنیـم، هیـچ مشـکلی نداریـم، چـون همـه میدانیـم کـه بایـد از لـذتِ اکنـون چشـم پوشـی کنیـد تـا بتوانیـد پـول کافـی بـرای جلوگیـری از گرسـنگی در آینـده داشـته باشـید. بنابرایـن شـما بـه الهـه منفـی چیـزی تقدیـم میکنیـد، تـا الهـه مثبـت نمایـان شـود. شـما سـاعات طولانـی و سـختی را بـرای تبدیـل

شدن به یک پرستار، پزشک یا مددکار اجتماعی تعلیم می‌بینید. این نگرش فداکارانه در واقع بزرگترین دستاورد آینده است که با مذاکره و چانه زنی و کنار آمدن با آن آینده - از جمله رها کردن لذت‌های آنی، رها کردن آنچه میخواهید و نیاز دارید، و در نتیجه کسب ارزشی که به دنبالش بودید در بلند مدت (و توقف وحشت) - همراه است. از مهمانی‌ها و ساعات خوش گذرانی صرف نظر میکنید و در عوض خودتان را غرق در سختی‌های زندگی میکنید. شما چنین کاری را انجام میدهید تا مشکلات کمتری از این نوع خودشان را به شما نشان دهند، چون قرار است که از سودمندی کاری که میکنید بهره مند شوید و همینطور به کمک قدرتی که از طریق قربانی‌های مناسب به دست آورده اید از دیگران نیز محافظت کنید. ما همیشه در این مورد چانه میزنیم. ما بر این باور عمل میکنیم که میتوانیم با ساختار واقعیت چانه بزنیم. به طرز عجیبی در اغلب مواقع هم می‌توانیم. اگر عاقل باشید، همیشه در حال چنین کاری هستید. شما خودتان را برای بدترین سناریو آماده میکنید. خودتان را برای ورود آن ملکه شیطانی آماده میکنید. شما با آگاهی از وجود آن ملکه پلید، آنچه را که باید انجام میدهید تا او را - متناسب با میزان خردتان و شانس - دور نگه دارید. و اگر موفق شوید، آن طبیعت سخاوتمند به شما لبخند میزند - تا اینکه دیگر لبخند نزند. اما حداقل تا اندازه میتوانید شرایط را کنترل کنید. شما کودک نیستید، یا پرنده و جانوری که در باغ وحش نگهداری میشود - حداقل نه بیشتر از آنچه باید.

طبیعت نیز آشوبناک است چون همیشه می‌تواند به همراه فرهنگ - مخالفِ وجودی آن، و دومین موضوع بررسی ما - آسیب بزرگی ایجاد کند. بهرحال همانطور که رابرت برنز میگوید: «آنگاه همه رشته‌ها پنبه میشود». و این اغلب طبیعت است که با چهره مثبت یا منفی اش چنان کاری میکند. حفظ تعادل بین شکنندگی زندگی و ضرورت باروری (با تمام بلاتکلیفی در باروری، زایمان و پرورش فرزندان) به همراه تمایل به قطعیت، پیش‌بینی پذیری و ساختارمندی آسان نیست. و تازه هنوز از مرگ چیزی نگفته ایم (و حتی سرطان، که بهرحال شکل دیگری از زندگی است). اما آنچه هرگز نباید گفت این است که یکی از دیگری مهمتر است. بدون غیرقابل

پیش‌بینی بودن، همه چیز عقیم می‌شود. با اینکه گاهی اوقات گمان می‌کنیم پیش‌بینی پذیر بودن بیشتر را نیاز داریم.

نمایش ترکیب طبیعت/آشوب اغلب در فرهنگ عامه پسند دیده میشود. مثلا همانطور که اشاره کردیم در زیبای خفته، کارتون والت دیزنی، یک ملکه پلید وجود دارد، یا در پری دریایی کوچولو (اورسولا)، در زیبای خفته (ملکه گریمهیلد)، صد و یک سگ خالدار (کرولا)، سیندرلا (لیدی ترماین)، گیسوکمند (مادر گوتل)، و آلیس در سرزمین عجایب (ملکه سرخ). آن زن نشان دهنده عنصر خشن دنیای طبیعی است. به خصوص مثال زیبای خفته بسیار مناسب است. به خاطر بیاورید که در آغاز فیلم چه اتفاقی می‌افتد. پادشاه و ملکه مدت زیادی منتظر بچه بوده و حالا ناامید شده اند. تا اینکه آن برکت از راه می‌رسد و آرورا - به معنای سپیده دم - متولد میشود. همه آنها کل پادشاهی شان هیجان زده اند - و درست است چون زندگی تازه ای شروع شده است. آنها برای یک جشن بزرگ برای غسل تعمید آماده میشوند. ایده خوبی به نظر میرسد اما آنها فراموش کردند که ملکه پلید و بدخواه را به جشن شان دعوت کنند. و این جهل نیست که مانع آنها برای دعوت شده. آنها از وجودش آگاهند و به خوبی با قدرتش آشنایی دارند. این کار به معنای کوری عمدی و حرکتی نادرست است. آنها به جای اینکه به او قدرت و خرد لازم برای غلبه بر المان‌های منفی جهان و به رغم وجود آن عنصر منفی در واقعیت، میخواهند دختر نوزاد و گرانبهایشان را حفاظت کنند. تمام اینها کارهایی هستند که آرورا را ساده لوح و آسیب پذیر نگه میدارد. بدخواهی در هر حال نمایان شد و پیامی با خود دارد: ملکه پلیدی را به زندگی فرزندتان دعوت کنید. اگر این کار را نکنید، فارغ از اینکه چه کارهایی کرده باشید که جلوی پلیدی را بگیرید، فرزندتان ضعیف و نیازمند مراقبت بار می‌آید. بنابراین ملکه پلید در مراسم غسل تعمید ظاهر میشود و بدون دعوت اما با رفتار خوبی هدیه اش را (به صورت نفرین) تقدیم میکند: مرگ آرورا در شانزده سالگی در حین کار کردن با سوزن چرخ خیاطی. و همه اینها به خاطر این است که به مراسم دعوت نشده است. فقط به همین دلیل است که یکی از

www.KhoreKetab.com

مهمان‌های دلسوز و قدرتمند - یکی از آن سه پری، نماینده عنصر مثبت زنانگی - آن نفرین را از مرگ به ناهوشیاری عمیق تبدیل میکند، وضعیتی که به وضوح کمتر از مرگ، کشنده است.

این اتفاقی است که برای آن به اصطلاح زیبارویان خفته می‌افتد. آنها وقتی به سن شانزده سالگی میرسند هنوز بسیار ناهوشیارند: نمی خواهند هوشیار باشند، چون هنوز شجاعت و توانایی مقابله با عناصر منفی جهان طبیعی را در خودشان ایجاد نکرده اند. آنها به جای اینکه به چنین کاری تشویق شوند، پناه داده شده اند. و اگر جوانان را پناه دهید، آنها را نابود میکنید. شما ملکه پلید را حتی برای ملاقات‌هایی کوتاه هم دعوت نکرده اید. اگر او با تمام قدرتش ظاهر شد و فرزندان‌تان کاملا خام بودند، چه؟ آنها دیگر نمی خواهند زندگی کنند. آرزوی بی خبری و ناهوشیاری میکنند. و ماجرا بدتر هم میشود. اگر بیش از اندازه از فرزندتان مراقبت کنید، به همانی تبدیل میشوید که بیش از هر چیز سعی میکنید فرزندتان را از او مواظبت کنید. شما با محروم کردن شان از پیگیری ماجراجویی زندگی شان، شخصیت شان را تضعیف میکنید. و حالا خودتان به یک عامل ویرانگر تبدیل شده اید - همان ساحره ای که آگاهیِ مختار آنها را می‌بلعد.

من سالها پیش مراجعی داشتم که زندگی اش نسخه ای واقعی از داستان زیبای خفته بود. او قد بلند، با موهای بلوند، کمر باریک (به قول معروف) و عمیقا غمگین بود. او در یک کالج کوچک محلی ثبت نام کرد و سعی تحصیلاتش را تا حدی ارتقا دهد که بتواند وارد دانشگاه شود. او آماده بود مرا ببیند چون دیگر نمی خواست زندگی کند. اما واقعا هم نمی خواست بمیرد - حداقل نه به طور خودخواسته. در عوض او سعی میکرد با قرص‌های والیوم و انواع دیگر قرص‌های خواب آور، خود را ناهوشیار نگه دارد. او این کار را به کمک تجویز قرص خواب آور به مقدار کافی از طریق چندین پزشک انجام میداد تا هیچ یک متوجه نشوند که او دقیقا دارد چه کاری انجام میدهد. او موفق شد خودش را پانزده تا شانزده ساعت در روز در حالت خواب نگه دارد. او باهوش و باسواد بود و مقاله ای فلسفی را نشانم داد که میگفت چقدر زندگی اش و در کل خودِ زندگی بیهوده است. از ظواهر ماجرا پیدا بود که او قادر به تحمل مسئولیت

نیسـت و همینطـور نمـی توانسـت بـا ظلـم و سـتمی کـه همـه جـا در اطرافـش وجـود داشـت، مقابله کنـد. مثـلا گیاهخـوار بـود و رژیـم اش در ارتبـاط مسـتقیم بـا وحشـت حـاد او از زندگـی بـود. او حتـی نمـی توانسـت در میـان راهروهـای گوشـت یـک سـوپر مارکـت حرکـت کنـد. همانجـا کـه دیگـر تکـه گوشـت‌هایی بـرای غـذا درسـت کـردن می‌دیدنـد، او اجـزای بـدن مـردگان را میدیـد. صرفـا همیـن دیـدگاه بـه تاییـد ایـن بـاور او منجـر میشـد کـه زندگـی اساسـا غیـر قابـل تحمـل اسـت.

مـادر بیولوژیکـی او هنـگام زایمـان فـوت کـرده بـود و او بـا پـدر و نامـادری اش بـزرگ شـد. نامـادری اش یـک وحشـت تمـام عیـار بـود. مـن فقـط یکبـار او را در یـک جلسـه معمولـی بالینـی بـا مراجعـم دیـدم. او یـک سـاعت تمـام بـا عصبانیـت بـا مـن حـرف میـزد: اول در مـورد عـدم صلاحیـت مـن بـه عنـوان یـک درمانگـر، و دوم «بدیهـی بـودن» مشـکلات مراجعـم در مـورد نامـادریِ او بـه خاطـر داشـتن پزشـکی چـون مـن. فکـر میکنـم مـن فرصتـی بـرای حـرف زدن نداشـتم. بـاور دارم کـه وقتـی بـه اصـرار بـه او گفتـم کـه بایـد تعـداد آن دو یـا سـه بـار تمـاس تلفنـی بـه مراجعـم را، وقتـی بچـه دیگـر مدرسـه اسـت، بـه یـک دهـم کاهـش دهـد، واکنشـی دیدنـی از خـود نشـان داد. منظـورم ایـن نبـود و نیسـت کـه تمـام آن مسـائل تقصیـر نامـادری اوسـت. مطمئنـم کـه او دلایـل خـودش را بـرای ناامیـدی داشـت. دختـر ناتنـی اش بـه هیـچ شـکلی دل بـه زندگـی نمیـداد، و یـک برنامـه آموزشـی دو سـاله و پرهزینـه را چهـار سـال بـه درازا کشـانده بـود. امـا مشـخص بـود کـه آن سـه تمـاس تلفنـی در روز کـه پـر از خشـم و توهیـن بـود تمایلـی بـرای ادامـه زندگـی بـه مراجـع مـن نمیـداد. مـن پیشـنهاد کـردم کـه تماسـهای تلفنـی هفتگـی بایـد بـه یـک قاعـده تبدیـل شـود و او را تشـویق کـردم کـه اگـر مکالمـه بـه طـرز بـدی پیـش رفـت، تلفـن را قطـع کنـد. او شـروع کـرد بـه عملـی کـردن ایـن پیشـنهاد و تصـور میکـردم کـه تقاضـای نامـادری بـرای ملاقـات بـا مـن بـه همیـن دلیـل بـود.

آن زیبـای خفتـه داسـتان دلپذیـری از کودکـی اش برایـم تعریـف کـرد. او تعریـف کـرد کـه زندگـی مثـل یـک شـاهزاده افسـانه ای تجربـه کـرده اسـت: تنهـا فرزنـد دلبنـد والدینـش. امـا وقتـی بـه نوجوانـی رسـید همـه چیـز عـوض شـد. نگـرش نامـادری اش از اعتمـاد بـه بـی اعتمـادی عمیق تغییـر کـرد و آنها

www.KhoreKetab.com

دعواهایـی را شـروع کردنـد کـه از آن بـه بعـد پیوسـته مشـخصه رابطـه شـان شـد (نامـادری مراجعم در اوایـل دهـه سـی سـالگی بـود). مشـکل رابطـه جنسـی، آن روی دیگـرش را بـالا آورده بـود. او بـا دختـر ناتنـی اش طـوری رفتـار میکـرد کـه گویـی فـرد دغـل بـاز جایگزینـش شـده؛ و دختـر (کـه حـالا آن بـی گناهـی شـاهزاده وار را از دسـت داده) بـا مجموعـه ای از قـرار ملاقـات بـا افـرادی کـه سرشـان به تنشـان نمـی ارزیـد و احتمـالا فکـر میکـرد کـه لیاقتـش را دارنـد بـه نامـادری واکنش نشـان میـداد که تـا اندازه ای بـه عنـوان یـک مجـازات تمـام عیـار بـرای نامـادری محسـوب میشـد.

مـا بـا هـم یـک برنامـه آموزشـی تنظیـم کردیـم تـا بـه او کمـک کنیـم بـر تـرس خـود از زندگـی غلبـه کنـد. مـا اول قـرار گذاشـتیم کـه بـا هـم از یـک قصابـی محلـی دیـدن کنیـم. صاحـب آن قصابـی و مـن طـی ایـن سـالها بـا هـم آشـنایی دوسـتانه ای داشـتیم. بعـد از آن کـه وضعیـت مراجعـم را برایـش توضیـح دادم (بـا اجـازه از مراجعـم)، پرسـیدم کـه آیـا می‌توانـم او را بـه مغـازه اش ببـرم، پیشـخوان و ردیف‌هـای گوشـت را نشـانش بدهـم و بعـد - وقتـی مراجعـم آمادگـی اش را داشـت - او را پشـت پیشـخوان ببـرم تـا تیـم قصابـی را ببینـد کـه چطـور لاشـه‌هایی را کـه تحویـل میگیرنـد، بـرش می‌زنند. صاحـب قصابـی سـریع قبـول کـرد. هـدف اولیـه مـا صرفـا رسـیدن بـه قصابـی بـود. مـن بـه مراجعـم اطمینـان داده بـودم کـه هـر زمـان بخواهـد متوقـف میشـویم و اینکـه مـن تحـت هیـچ شـرایطی بـه دنبـال فریـب دادن او، بـه دام انداختـن یـا تمسـخر او بیـش از آنچـه تحملـش را دارد، نیسـتم. در اولیـن جلسـه او موفـق شـد کـه وارد مغـازه شـود و حتـی بـه ویتریـن دسـت بزنـد (بـا اینکـه کنتـرل چنیـن کاری در مـلا عـام آسـان نیسـت) امـا او ایـن کار را کـرد. در چهارمیـن جلسـه، میتوانسـت قصاب‌هـا را در حیـن بریـدن قسـمت‌های مختلـف لاشـه‌هایی کـه هنـوز تـا حـدی در هییـت حیـوان بودنـد، و بـه چاقوهـا و اره هایشـان نـگاه کنـد. شـکی نبـود کـه ایـن کار بـرای او خـوب اسـت. مثـلا او دیگـر تمایـل کمتـری بـه ناهوشـیار نگـه داشـتن خـودش داشـت و بیشـتر در کلاسـها حاضـر میشـد. او سـختگیرتر، سـخت‌تر و خشـن‌تر شـد - صفاتـی کـه همیشـه بـه معنـای تمجیـد و تعریـف نیسـتند امـا گاهـی

دقیقا پادزهر گرایش به احساسات[1] است که از ویژگی‌های خطرناک رفتارهای کودکانه محسوب میشود. همچنین ترتیبی دادیم که او تعطیلات آخر هفته ای را در یک مزرعه محلی بگذراند که تعدادی حیوان معمولی (مثل خوک، اسب، مرغ و بز) نیز آنجا نگهداری میشد. من از آن کشاورز که روزی مراجعم بود، در خواست کردم که اجازه دهم آن دختر او را در زمان‌هایی که به احشام رسیدگی میکرد، همراهی کند. مراجع من کلا یک دختر شهری بود، هیچ چیز در مورد حیوانات نمی دانست و در نتیجه تمایل داشت که آنها را دقیقا به شیوه داستانها و افسانه‌های دوران کودکی اش عاشقانه دوست داشته باشد. اقامت دو روزه او در این مزرعه باعث شد تا حد زیادی تصورات خیالی بسیار کمتری نسبت به طبیعت واقعیِ حیواناتی که ما پرورش میدهیم و از آنها تغذیه میکنیم داشته باشد. آن حیوانات تا حدی دارای احساسات اند و ما وظیفه داریم رنجی بیش از حد لازم به آنها وارد نکنیم، اما آنها انسان و مسلما بچه نیستند. احساساتی بودن بیش از حد، یک بیماری است؛ نشان دهنده شکست در فرایند رشد است؛ و نفرینی است برای کودکان و کسانی که ما باید مراقبشان باشیم (اما نه بیش از حد).

زیبای خفته یک خیالباف قابل توجه بود. من تا به حال مراجعانی داشته‌ام که دو یا سه خواب را از شب گذشته به یاد می‌آورند، اما نه با جزئیات زیاد. اما او نه تنها خواب‌های زیادی را به خاطر داشت، بلکه کامل جزئیات شان را میدانست؛ و اغلب نیز خواب‌های شفاف[2] میدید - یعنی در خواب، از خواب دیدن آگاه میشد. او تنها کسی بود که تا به حال دیده‌ام که از شخصیت‌های خوابهایش، منظورشان را - از لحاظ نمادین - یا پیامی که برای او داشتند میپرسید، و آنها نیز بطور واضح جوابش را میدادند. یک روز او با یکی از رویاهای فراوانش نزد من آمد: او در دل جنگلی حرکت کرد تا در اعماق آن به کوتوله ای رسید. کوتوله به او گفت که اگر مراجع من سوالی دارد، میتواند به یک سوال پاسخ دهد. مراجع من از آن شخص عجیب و غریب

۱ Sentimentality
۲ Lucid dreaming

پرسید که برای تمام کردن مدرک کالج باید چه کار کند، مدرکی که تا آن زمان چهار سال به طول انجامیده بود و پیش نیازی برای ورود به دانشگاه و ادامه تحصیلش حساب میشد. جوابی که دریافت کرد چه بود؟ «تو باید کار در کشتارگاه را بیاموزی.»

تا آنجایی که من میدانم، رویاها اظهاراتی از جانب طبیعت اند. اینطور نیست که ما آنها را خلق کنیم. آنها خودشان را به ما نشان میدهند. من هرگز رویایی ندیده‌ام که چیزی را که من فکر میکنم نادرست است نشان دهد. همینطور - برخلاف فروید - باور ندارم که رویاها سعی میکنند منظورشان را پنهان کنند. در عوض آنها بخش اولیه ای از فرایند ایجاد افکار کاملا توسعه یافته اند، چون چنین افکاری به صورت جادویی از هیچ ظاهر نمیشوند. ما باید با ناشناخته ای روبرو شویم - آن اژدهای بزرگ آشوب یا آن ملکه پلید - و نمیدانیم که در ابتدا چطور باید این کار را انجام دهیم. رویا - در پی واکنشهای عاطفی، انگیزشی و جسمانی مثل ترس - در نقش اولین گام در مرحله شناخت است و آن ناشناخته را به دانشی کاربردی و قابل بیان در می‌آورد. رویا زادگاه اندیشه است؛ و غالبا آن اندیشه ای که به راحتی به ذهن خودآگاه خطور نمیکند. رویا چیزی را پنهان نمی کند، بلکه فقط چندان روشن و واضح نیست (اگرچه اصلا به این معنا نیست که نمی تواند عمیق باشد).

در هر صورت، تعبیر خواب مراجعم چندان سخت نبود؛ خصوصا وقتی آن شخصیت - همان کوتوله - به وضوح حرفش را گفته بود. بنابراین من با دقت به داستان مراجعم گوش کردم (و به یاد دارم که این ماجرا مربوط به بعد از تجربه قصابی و مزرعه بود) و از او پرسیدم که در این مورد چه کاری میتوانیم بکنیم. من نمیدانستم که چطور میتوانم از یک کشتارگاه واقعی بازدید کنم. حتی نمی دانستم که آیا در شهری که ما زندگی میکنیم کشتارگاهی وجود دارد یا نه، و اگر بود، هیچ تصوری از این موضوع نداشتم که آیا از تماشاگری با هر انگیزه ای که داشتند، استقبال میکنند یا خیر. بهرحال او قانع شده بود که حقیقت به او گفته شده و باید کاری از این قسم انجام داد. ما در مورد عواقب قوی شدن او و این واقعیت که موضوع نامادری

www.KhoreKetab.com

فـوق بحرانـی اش اولویـت کمتـری پیـدا کـرده صحبـت کردیـم و باقـی جلسـه را بـه رغـم وظیفـه ای که بـرای او (و بـرای مـن) تعییـن شـده بـود، بـه صحبـت دربـاره جایگزیـن کـردن گزینـه مناسـب دیگـری بـا کشـتارگاه حـرف زدیـم.

یـک هفتـه بعـد او بـرای جلسـه تنظیـم شـده بعـدی آمـد. یکـی از آخریـن جملاتـی کـه از او بـه یـاد مـی‌آوردم ایـن اسـت کـه بـه مـن گفـت: «فکـر میکنم کـه بایـد یـک مراسـم مومیایـی کـردن را ببینم.» مـن نمـی دانسـتم چـه بگویـم. مـن شـخصا بـه هیـچ وجـه نمـی خواسـتم مومیایـی کـردن را ببینـم. مـن بخش‌هایـی از بـدن را در موزه‌هـای علـم دیـده بـودم امـا چیـزی در موردشـان وجـود داشـت کـه خاطـره مـرا رهـا نمیکـرد. حتـی حـدود یـک دهـه پیـش از آن بـه دیـدن یکـی از اجسـاد محبـوب مومیایـی شـده رفتـه بـودم و از دیدنـش وحشـت کـردم. مـن بـه دلایلـی روانشـناس شـدم، نـه یـک جـراح یـا یـک پزشـک قانونـی. بـا ایـن حـال، موضـوع مـن نبـودم، بلکـه موضـوع مراجـع مـن، زیبـای خفتـه، بـود کـه میخواسـت بیـدار شـود. بـه هیـچ وجـه نمـی توانسـتم اجـازه دهـم کـه خواسـته‌ها یـا کمبودهـای مـن بـا هـر حکمتـی کـه آن کوتولـه در اعمـاق جنگل‌هـای ذهـن ناخـودآگاه مراجعـم بیـان کـرده بـود، تداخـل داشـته باشـد. بـه او گفتـم کـه بگـذارد تـا ببینـم چـه کار میتوانـم بکنـم. بـه نظـر می‌رسـید کـه همـه چیـز خیلـی سـاده‌تر از آن چیـزی اسـت کـه انتظـار داشـتم. مـن تلفـن را برداشـتم و بـه یـک مرکـز پزشـکی قانونـی زنـگ زدم. در کمـال تعجـب، متصـدی آن بـی درنـگ پذیرفـت. تصـور میکنـم کـه آن فـرد بـه حـدی کافـی افـرادی را کـه اذیـت شـده و وحشـت میکنند دیـده و عادت داشـت کـه بـا آنهـا آرام و معقـول برخـورد کنـد. بنابرایـن ایـن کل ماجـرا بـود. مـن مسـئولیت تنظیـم یـک قـرار ملاقـات را بـه عهـده گرفتـم و مراجعـم آن کار را بـه رغـم سـختی هایـش انجـام داد.

دو هفتـه بعـد بـه یـک تشـییع جنـازه رفتیـم. مراجعم از من پرسـید کـه آیا میتوانـد یکی از دوسـتانش بـه آنهـا ملحـق شـود، و مـن پذیرفتـم. متصـدی آنجـا هـر سـه نفـر را اول بـه بازدیـد از مرکـز دعـوت کـرد. او یـک کلیسـای کوچـک و بعـد اتاقـی را کـه تابوت‌هـا را آنجـا نگـه میداشـتند، نشـانمان داد. از او پرسـیدیم کـه بـا توجـه بـه تمرکـز بـی نهایـت شـغلش بـر مـرگ، رنـج و انـدوه، چطـور میتواند ایـن کار

را مدیریت دهد. او جواب داد که این مسئولیت قلبی اوست که تا حد ممکن از دردناک بودن وحشت تجربه مراجعانش در این دوران بکاهد و از این کار روحیه میگیرد. این حرف برای هر دویمان با عقل جور درمی آمد و به ما کمک کرد تا بفهمیم که او چطور با شغل هر روزه اش کنار می‌آید. بعد از یک ساعت گشت و گذار، به اتاق مومیایی کردن رفتیم. فضای کوچکی بود شاید به اندازه ۳۰ متر مربع. بدن برهنه مردی مسن، با موهای خاکستری و پر از لکه بر روی یک میز فولادی ضدزنگ قرار داشت. از آنجایی که فضای کافی برای ما وجود نداشت که بتوانیم با کمی فاصله در آن اتاق بایستیم، بلافاصله خودمان را به طور پیش پا افتاده ای از عملیات مومیایی سازی دور کردیم، در راهرو ایستادیم و از دم در اتفاقات را بی مانع دیدیم. او خون و مایعات دیگر را از جسد خارج کرد. مایعات به طور غیر معمولی از بدنش خارج می‌شوند و فکر میکنم بیشتر به خاطر کسل کننده بودن خروج مایعات بود که آنقدر وحشتناک می‌نمود. به نظر میرسید که چیزی با آن ارزش و حیات، سزاوار بهتر از این بود. او تغییرات لازم برای جراحی اش را انجام داد، سپس پلکها را به هم دوخت و مایع مومیایی را تزریق کرد. من تماشا کردم. همینطور مراجعم را تماشا میکردم. در ابتدا او پیوسته به انتهای راهرو نگاه میکرد و از صحنه ای که پیش رویش اتفاق می‌افتاد اجتناب میکرد. اما همانطور که دقیقه‌ها میگذشت، شروع کرد که تماشای فرایند، و بعد از یک ربع ساعت، بیشتر فرایند مومیایی را تماشا میکرد تا راهرو. با این حال می‌توانستم ببینم که او دست دوستش را محکم گرفته است.

او به طور مستقیم میدید که آنچه روزگاری باور داشت او را به وحشت می‌اندازد (و منطقی هم بود) در واقعیت آنقدر وحشتناک نیست. او می‌توانست از پس این تجربه برآید. حمله وحشت به او دست نداد، بیمار نشد، فرار و حتی گریه نیز نکرد. او از فرد متصدی پرسید که آیا اجازه دارد به جسد دست بزند. متصدی مومیایی نیز به اون دستکشی لاستیکی داد. بنابراین مراجع من دستکش‌ها را پوشید و مستقیما وارد اتاق عمل شد و با حالتی آرام دستکش اش را روی دنده‌های جسد گذاشت، طوری که گویی این کار هم او را و هم آن بدن متروک را آرام

www.KhoreKetab.com

می‌بخشید. ایـن برنامـه خیلـی زود بعـد از ایـن کار تمـام شـد و مـا بعـد از تشـکر صمیمانـه از آن فـرد، بـی سـر و صـدا آنجـا را تـرک کردیـم.

هـر سـه نفرمـان حیـرت خـود را از تنظیـم کـردن چنیـن قـراری ابـراز کردیـم. مراجـع مـن دربـاره تحملـش در برابـر وحشـت‌های زندگـی درس مهمـی آموختـه بـود. بـه همـان انـدازه مهـم اینکـه او متوجـه حـدود تعییـن کننـده ای شـده بـود: از آن حـد بـه بعـد (و مـن بـه هیـچ وجـه ادعایـی در مـورد درمـان کامـل او نـدارم) حـالا دیگـر چیـزی بـود کـه بسـیار وحشـتناک تـر، جـدی تـر، واضح‌تـر و واقعی‌تـر از دیگـر وحشـت‌های کوچکتـر زندگـی داشـت. آیـا دیـدن بدبختی‌هـای کسـالت بـارِ هسـتی کـه بـه زحمـت خـودش را بـرای تجربـه شـان آمـاده کـرد، داوطلبانـه بـود؟ آیـا مغـازه قصابـی از دیـدن مـرگ واقعـی انسـان از آن فاصلـه نزدیـک، ترسـناک‌تر اسـت؟ آیـا تـا بـه حـال بدتریـن چیـزی را کـه آن طبیعـت وحشـتناک می‌توانـد پیـش رویـش قـرار دهـد، ندیـده و بـا شـجاعت بـا آن روبـرو نشـده بود؟ بـه طـور متناقضـی، چنیـن تجربـه ای علنـا بـرای او منبـع آرامـش بـود.

درسـت مثـل داسـتان زیبـای خفتـه، خانـواده مراجـع مـن نیـز ملکه پلیـد، جنبه‌هـای خوفنـاک طبیعت را بـه زندگـی فرزندشـان دعـوت نکـرده بودنـد. ایـن کار او را بـرای روبـرو شـدن بـا سـختی‌های اساسـی زندگـی کامـلا بـدون آمادگـی بـار آورده بـود. پیچیدگی‌هـا جنسـی و نیـاز بـه وجـود موجوداتـی کـه زندگـی موجـودات دیگـر را می‌بلعـد (و در نهایـت خـودش هـم محکـوم بـه همـان سرنوشـت اسـت). ملکـه پلیـد بـر او در سـن بلـوغ ظاهـر شـد: در شـمایل نامـادری مراجعـم کـه ظاهـرا شـخصیتش ۱۸۰ درجـه فـرق کـرده بـود؛ در کنـار ناتوانـی شـخصی خـودش در پذیـرش مسـئولیت‌های سـن بلـوغ و الزامـات خشـنِ بقـا. و درسـت مثـل زیبـای خفتـه - همانطـور کـه داسـتانی چند لایـه ای و عمیق اسـت و در زمـره افسـانه‌هایی اسـت کـه ممکـن اسـت چنـد هـزار سـال قدمـت داشـته باشـد - او نیـز بایـد بـه کمـک نیروهـای کاوش، شـجاعت و شـکیبایی (کـه در آزادی شـاهزاده نمایـش یافـت، امـا او درون خـودش آن را پیـدا کـرد) بیـدار میشـد.

فرهنگ: امنیت و استبداد

اگـر اژدهـای آشـوب و همتـای بدخواهـش، ملکـه شـیطانی، نمـاد پتانسـیل و آن ناشـناخته بودنـد، پادشـاه خردمنـد و اقتدارگـرای مسـتبد نیـز نمـاد سـاختارهایی، اجتماعـی یـا روانـی، هسـتند کـه مـا را قـادر میسـازد بـر آن پتانسـیل، سـاختاری بنـا کنیـم. مـا اکنـون را از لنز فرهنگ تفسـیر میکنیـم. ما تلاش میکنیـم آنچـه را بـدان فکـر کـرده ایـم و آنچـه شـخصا ارزش میدانیـم محقـق کنیـم و از ایـن طریـق بـرای آینـده برنامـه ریـزی کنیـم. اینهـا همـه بـه نظـر خـوب میرسـند، امـا اتخـاذ یـک رویکـرد بیـش از حـد سـختگیرانه بـرای درک آنچـه فعـلا پیـش روی ماسـت و بایـد دنبـال کنیـم، میتوانـد ما را نسـبت به ارزش تجربیـات نـو، خلاقیـت و تغییـر کـور کنـد. وقتـی سـاختارهایی کـه مـا را هدایـت میکننـد، ایمـن باشـند و نـه انعطـاف ناپذیـر، بـه تدریـج تمایـل پیـدا می‌کنیـم تـا روتیـن و پیش‌بینـی پذیـر بـودن را بـا کنجـکاوی جایگزیـن کنیـم، کنجـکاوی ای کـه مـا را بـه مفاهیـم خـارج از چارچـوب جـذب می‌کنـد. وقتـی همـان سـاختارها ایسـتا میشـوند، از آنهـا فـرار میکنیـم و وجـود آنچـه را کـه هنـوز نمیدانیـم و با آن مواجـه نشـده ایـم انـکار میکنیـم، و ایـن یعنـی وقتی ضـروری اسـت، خودمـان را از تغییر عاجـز کرده ایـم. درک اینکـه هـر دو امـکان وجـود دارد، بـرای برقـراری تعـادل در زندگـی مـان اهمیـت اساسـی دارد.

بـرای نشـان دادن عناصـر تجربـه ای کـه گفتیـم، میتوانیـم از یـک اسـتعاره شـاعرانه اسـتفاده کنیـم (در واقـع دنیایـی کـه توصیـف میکنـم همینطـور در نظـر گرفتـه میشـود). قلمـرو اژدهـای آشـوب را تصـور کنیـد کـه بـا فـرا رسـیدن شـب و نمایـش آن بـی نهایتی کـه در یک آسـمان صـاف شـبانه بالای سـرتان پدیـدار میشـود، آنچـه را کـه تـا ابـد خـارج از گسـتره درک شماسـت، بـه شـما نشـان میدهـد. شـاید در سـاحلی ایسـتاده باشـید، بـه بـالا نـگاه کنید و غـرق در تفکـر و تخیل شـوید. سـپس توجهتان را بـه دریا معطـوف میکنیـد - کـه در نـوع خـود بـه بزرگـی کیهـان پرسـتاره، امـا بـه نسـبت ملمـوس تـر، آشـکارتر و قابـل فهمتـر اسـت. ایـن همـان طبیعـت اسـت. پتانسـیل محـض نیسـت. بـا تمـام ناشـناختگی اش آنجاسـت، نـه اینکـه کامـلا فراتـر از درک باشـد. امـا هنـوز رام نشـده و بـه قلمـرو نظـم در نیامـده اسـت.

طبیعـت بـا تمـام راز و رمـزش زیباسـت. مـاه نـور را از سـطح خـود بـاز می‌تابانـد؛ موجهـا همیشـه در هـم میشـکنند؛ صـدای دریـا شـما را بـه خـواب می‌بـرد؛ و می‌توانیـد در آب پذیـرای آن شـنا کنیـد. امـا آن زیبایـی هزینـه ای دارد. بهتـر اسـت مراقـب کوسـه هـا، عروسـهای دریایـی سـمی؛ جریانهـای آبـی کـه شـما و فرزندانتـان را بـه زیـر آب می‌کشـند؛ و طوفان‌هایـی کـه خانـه سـاحلی‌تان را بهـم میریـزد باشـید.

بیشـتر تصـور کنیـد کـه آن سـاحلی کـه رویـش ایسـتاده ایـد، سـاحل یـک جزیـره اسـت. آن جزیـره، فرهنـگ اسـت. آنجـا مردمانـی زندگـی میکننـد - شـاید در هماهنگـی و صلـح، تحـت فرمـان یـک فرمانـروای خیرخـواه؛ یـا شـاید در جهنم جنگ و سـتیز، گرسـنگی و محرومیـت. فرهنگ، همـان فرمانروای خردمنـد یـا آن اقتدارگـرای مسـتبد اسـت. درسـت مثـل ملکـه شـیطانی و الهـه خیرخـواه، آشـنایی بـا ایـن دو شـخصیت هـم یـک ضـرورت حیاتـی اسـت، تـا بتـوان تعـادل را در نگـرش لازم بـرای سـازگاری بـا نوسـانات زندگـی حفـظ کـرد. تاکیـد بیـش از انـدازه بـر پادشـاه دانـا، کسـانی را کـه چنیـن نگرشـی نسـبت بـه بـی عدالتـی و رنـج غیـر ضـروری دارنـد - کـه نتیجـه نقص‌هـای اجتنـاب ناپذیـر مـا در سـاختارهای اجتماعـی اسـت - کـور میکنـد. اصـرار بیـش از حـد بـر اقتدارگرایـی سـتمگرانه هـم بـه این معنـای ناسپاسـی نسـبت بـه همـان سـاختارهای شـکننده ایسـت کـه مـا را بهـم پیونـد میدهـد و از هـرج و مرجـی کـه در غیـر اینصـورت پدیـدار میشـود، حفاظـت میکنـد. نظام‌هـای ایدئولوژیکـی را کـه مسـتعد پذیـرش شـان هسـتیم - همـان نظام‌هایـی کـه مـا را از نظـر سیاسـی و شـخصی دوقطبـی میکننـد - بـا توجـه بـه مفهـوم سـازی کنونـی میتـوان بـه طـور مفیـدی درک کـرد. آنهـا روایت‌هایـی فرهنگـی انـد کـه بـر روی زیرسـاخت‌های مذهبـی، اسـاطیری و نمایشـی بنـا میشـوند و دارای ماهیتـی باسـتانی، تکامـل یافتـه و عمیقـا بیولوژیکـی انـد. ایدئولوژی‌هـا سـاختار داسـتانی را میگیرنـد که اساسـا مذهبـی اسـت، امـا ایـن کار را ناقـص انجـام میدهنـد، از جملـه اینکه تعـدادی از عناصـر تجربـه را در نظر میگیرنـد در حالیکـه باقـی را نادیـده گرفتـه انـد. بـا ایـن وجـود قـدرت در تجسـم ایده اسـت چـون آنچه باقـی مانـده بـه صـورت بنیادیـن همچنـان قسـمتی از ماهیـت اسـاطیری/بیولوژیکی یـا غریـزی خـود را دارد، امـا عناصـر از دسـت رفتـه نشـان می‌دهنـد کـه آنچـه باقـی مانـده اسـت، هـر چقـدر هـم کـه در

تجسـم سـازی قدرتمنـد باشـند، بـه نحـوی کاربـرد خـود را متعصبانـه محـدود کـرده انـد. ایـن تعصـب از منظـر ذهنـی مطلـوب اسـت، چـون درک آنچـه در غیـر اینصـورت بیـش از حـد پیچیـده اسـت، سـاده میکنـد، امـا بـه خاطـر یـک جانبـه نگـری اش خطرنـاک اسـت. اگـر نقشـه ای کـه از آن اسـتفاده میکنید، بخش‌هایـی از جهـان را از نداشـته باشـد، وقتـی بـا المان‌هـا جغرافیایـی از قلـم افتـاده روبـرو میشـوید، برایـش آمادگـی نخواهیـد داشـت. چطـور ممکـن اسـت کـه از مزیـت سـاده سـازی بهـره منـد شـویم، بـدون اینکـه قربانـیِ کـوریِ همـراه آن شـویم؟ در اصـل جـواب ایـن سـوال را بایـد در گفتگـوی مـداوم بیـن انـواع مختلـف افـراد یافـت.

بسـیاری از آنچـه مـردم از نظـر سیاسـی - یـا بگذاریـد بگوییـم از نظـر ایدئولوژیکـی - بـاور دارنـد، بـر اسـاس خلـق و خـوی ذاتـی شـان اسـت. اگـر احساسـات و انگیزه‌هـای آن بـه یـک سـمت مایـل شـود (و بیشـتر آن بـه خاطـر بیولـوژی اسـت) بـه یکـی از گرایش‌هـای محافظـه کار یـا لیبـرال متمایـل میشـوند. ایـن مسـئله بـه نظرشـان ربطـی نـدارد. بـه جـای آن تصـور کنیـد کـه حیوانـات جاویـژه ای دارنـد کـه برایشـان مناسـب اسـت. بیولـوژی آنهـا بـا آن مـکان مطابقـت دارد. شـیرها در اقیانوسـها آزاد یافـت نمـی شـوند، همانطـور کـه نهنگ‌هـای قاتـل در علفزارهـای آفریقـا پرسـه نمـی زننـد. جانـور و محیـط زیسـتش بـا هـم سـازگارند.

انسـانها هـم حداقـل در قلمـرو مفاهیـم انتزاعـی بـه آنهـا شـبیه انـد. بـا ایـن وجـود مـا می‌توانیـم تقریبـا در همـه جـا، از منظـر جغرافیایـی، زندگـی کنیـم، چـون مـا جغرافیـا را در صـورت لـزوم تغییـر میدهیـم، در کنـار اینکـه رفتـار خودمـان را اصـلاح میکنیـم. امـا مـا شـکاف‌های ادراکـی یـا شـناختی داریـم. مثـلا لیبرال‌هـا شـیفته ایده‌هـای جدیدنـد. مزیـت جـذب شـدن بـه ایده‌هـای جدیـد واضـح اسـت. گاهـی مشـکلات نیـاز بـه راه حلهـای جدیـد دارنـد و افـرادی کـه از ایده‌هـای نـو لـذت می‌برنـد آنهـا را می‌یابنـد. همینطـور چنیـن افـرادی تمایلـی ندارنـد نظـم و ترتیـب خاصـی داشـته باشـند. شـاید بـه ایـن دلیـل اسـت کـه اگـر تحـت تاثیـر ایده‌هـای جدیـدی قـرار گرفتـه ایـد و همینطـور مایلیـد کـه آن را آزمایـش و اجـرا کنیـد، کمـی زمـان می‌بـرد تـا بـر آشـوب ناشـی از بهـم ریختـن نظـم قدیمـی و

اجرای نظم جدید غلبه کنید. اگر محافظه کار باشید، مزیت‌ها و مشکلات متضادی دارید. شما نسبت به ایده‌های جدید احتیاط میکنید و علاقه خاصی به آنها ندارید، تا حدی به این خاطر که نسبت به امکان تحقق شان کمتر مشتاقید و دغدغه‌تان بیشتر درباره پیامدهای ناخواسته شان است. صرف اینکه یک ایده جدید، مشکلی را حل میکند به این معنا نیست که مشکل یا مشکلات دیگری ایجاد نمی کند. اگر محافظه کار باشید، دوست دارید همه چیز در همان جایی که باید قرار بگیرد. شما می‌خواهید همان جایی باشید که افراد وقتی به طور متعارف، مسئولانه و قابل پیش‌بینی رفتار میکنند، قرار میگیرند.

وقتی همه چیز به طور کارآمدی پیش میرود و تغییر ممکن است خطرناک باشد، محافظه کاران برای حفاظت از تداوم این کارکرد مناسب اند. برعکس، لیبرال‌ها برای تغییر روندهای ناکارآمد مناسب اند. با این حال تعیین اینکه چه وقت روندها باید حفظ شوند یا تغییر کنند کار آسانی نیست. به همین دلیل است که اگر خوش اقبال باشیم، به جای جنگ، استبداد یا اطاعت، سیاست داریم و گفتگو میکنیم. برای ما ضروری است که در مورد ارزش نسبی ثبات در مقابل تغییر، با صدای بلند و با شور و حرارت بحث کنیم تا مشخص شود که کدام یک مناسب‌تر است و تا چه اندازه ای مطلوب است.

بسیار مهم است که عنوان کنیم تفاوت بنیادینِ در این دو باور سیاسی، تعیین کننده واقعیت اساسی و انتخاب بین این دو باور است. لیبرال‌ها به شدت تمایل دارند جهان را به صورت ستمگر اقتدارگرایی که الهه خیرخواه را سرکوب میکند، ببینند - مثل وقتی که مواضع خودسرانه و خصمانه، شهروند و خارجی را مثل هم سرکوب میکند؛ یا وقتی ساختارهای نظامی-صنعتی، گایا[1] - کره زمین - را با آلودگی، انقراض دسته جمعی یا تغییرات اقلیمی تهدید میکند. چنین دیدگاهی وقتی فرهنگ واقعا مستبد شده باشد، مفید است - و به هیچ وجه غیرمعمول

۱ Gaia

www.KhoreKetab.com

نیسـت. برعکـس، محافظـه کاران تمایـل دارنـد کـه جهـان را از منظـر پادشـاه خردمنـد - نشـانه امنیت، نظـم و قابلیـت پیش‌بینـی - ببیننـد کـه ملکـه پلیـدی را - نشـانه طبیعـت بـه عنـوان بـی نظمـی و هـرج و مـرج - مهـار کـرده و بـه انضبـاط میکشـد. بدیهـی اسـت کـه ایـن هـم ضـروری باشـد. مهـم نیسـت کـه جهـان طبیعـی چقـدر زیبـا باشـد، بایـد بـه خاطـر داشـته باشـیم کـه طبیعـت همـواره در حـال توطئـه بـرای ایجـاد گرسـنگی، بیمـاری و آمـاده نابـودی ماسـت و اگـر سـپر فرهنگ، مثـل امنیت، از مـا محافظـت نکنـد، توسـط حیوانـات خـورده میشـدیم؛ توسـط کولاک‌هـا سـرما یـخ میزدیـم؛ یـا از گرمـای شـدید هـلاک میشـدیم؛ یـا بـه خاطـر ایـن واقعیـت کـه غـذا فراهـم نبـود از گرسـنگی می‌مردیـم. بنابرایـن دو ایدئولـوژی مختلـف وجـود دارد - کـه هـر دو «درسـت انـد» و هـر یـک بـه تنهایـی، نیمـی از داسـتان را میگویـد.

بـرای ایجـاد یـک دیـدگاه متعـادل دربـاره تجربـه جهـان، بایـد واقعیـت هـر دو عنصـر فرهنـگ را پذیرفـت. کسـانی کـه تمایـلات محافظـه کارانـه دارنـد و از منظـر خلـق و خـو بـه دنبـال حفـظ وضـع موجودنـد، بایـد بفهمنـد کـه نظـم صـرف کافـی نیسـت. چـون آینـده و حـال بـا گذشـته متفـاوت انـد و آنچـه قبـلا کارآمـد بـوده لزومـا اکنـون جـواب نمیدهـد، و همچنیـن لازم اسـت مـرز بیـن ثباتـی را کـه اجدادمـان برایمـان بـه ارث گذاشـته انـد و اسـتبداد را درک کننـد. بـه همـان انـدازه، افـراد لیبرال‌تـر کـه مایلنـد مسـتبدان اقتدارگـرا را در همـه جا ببینند، بایـد در جهت قدردانی از سـاختارهای اجتماعـی و روانی تفسـیرها تـلاش کننـد کـه پیوسـته مـا را از وحشـت‌های طبیعـت و ناشـناخته‌های مطلـق در امـان میدارنـد. بـا توجـه بـه ماهیـت شـخصیت هایمـان، بـرای هـر یـک از ما بسـیار سـخت اسـت کـه آنچه را نسـبت بـه آن کـور مانـده ایـم، ببینیـم. بـه همیـن دلیـل اسـت کـه مـا بایـد دائمـا بـه دیدگاه‌هـای متفـاوت دیگـران گـوش دهیـم کـه بـه خاطـر تفـاوت شـان توانایـی دیـدن و واکنـش مناسـب نسـبت بـه آنچـه را کـه مـا نمـی توانیـم ببینیـم، دارنـد.

فرد: قهرمان و دشمن

اگـر آسـمان شـب، آشـوب باشـد؛ اقیانـوس، طبیعـت؛ و آن جزیـره، فرهنـگ، آن وقـت فـرد - قهرمـان و دشـمن - کسـی اسـت کـه بـا بـرادر دوقلـوی خـود در ایـن جزیـره در حـال جنـگ اسـت. آشـوب عناصـر مثبـت و منفـی خـودش را دارد - گنـج و اژدهـا - مثـل طبیعـت - ملکـه شـیطانی و مـادر خیرخـواه - و فرهنـگ - اقتدارگـرای مسـتبد و پادشـاه خردمنـد. عنصـر مثبـت فرد همـان جنبـه قهرمانانه اسـت: فردی کـه میتوانـد بـه درسـتی بـرای طبیعـت فـداکاری کنـد و بـا سرنوشـت چانـه بزنـد تـا خیرخواهـی حاکم شـود؛ همـان فـردی کـه بیـدار، هوشـیار، مراقـب، اهـل تعامـل و مسـئولیت پذیـر اسـت تـا اسـتبداد و آن فـردی کـه بـا آگاهـی از خطاهایـش بـه بدخواهـی و فریبـکاری گرایـش دارد، منـزوی شـود و بنابرایـن جهـت گیـری مناسـب حفـظ شـود. عنصـر منفـی، همـه آن چیزهایـی اسـت کـه پسـت و حقیرنـد - از جملـه درون خودتـان، اگـر آن را درک کنیـد، در دیگـران و بـه وضـوح بیشـتر در داسـتانها. اینهـا بـرادران متخاصـم انـد، ایـده ای اسـاطیری و بسـیار قدیمـی: قهرمـان و دشـمن. بازنمایـیِ کهـن الگـوی ایـن دو نیـرو - آن دو شـخصیت مجسـم - همـان هابیـل و قابیـل انـد. ایـن یـک سـطح از نمایـش چنیـن ایده ایسـت. مسـیح و شـیطان نیـز جفـت دیگری هسـتند کـه در سـطحی بنیادی‌تر ایـن دوگانگـی را نمایش میدهنـد. بهرحـال هابیـل و قابیـل بشـرند (اولیـن انسـانهایی کـه بـه شـیوه ای انسـانی متولـد شـدند؛ چـون آدم و حـوا مسـتقیما توسـط خـدا خلـق شـدند). امـا مسـیح و شـیطان، تجسـمی ابدی‌انـد.

بنابرایـن یـک قهرمـان و یـک دشـمن وجـود دارد؛ بـه همـراه پادشـاهی خردمنـد و یک سـتمگر؛ مادری پلیـد و خیرخـواه؛ و خـودِ آشـوب. ایـن سـاختار جهـان در قالـب شـش شـخصیت اسـت (و هفتمـی آشـوب اسـت کـه از برخـی جهـات، زادگاه همـه المان‌هـای دیگـر اسـت). لازم اسـت کـه هـر هفـت وجـود و اینکـه هـر کدامشـان وجـودی جاودانـه انـد درک شـوند - عناصـر تجربـه کـه هـر روح، غنـی یـا فقیـر، خوشـبخت یـا نفریـن شـده، مسـتعد یـا کنـد ذهن، مـرد یـا زن، اجتنـاب ناپذیـر باید با آن دسـت و پنجـه نـرم کننـد. ایـن زندگـی اسـت و تمـام آنهـا عناصـر تجربـه زندگـی انـد. دانـش ناقـص از هر یک

از ایـن بازیگـران، آگاهانـه یـا ناآگاهانـه، شـما را بـی دفـاع، خـام، سـاده لـوح و مسـتعد فریـب، کینـه و خودبـزرگ بینـی میکنـد. اگـر ندانیـد کـه گنـج توسـط اژدهـا محافظت میشـود، یـا طبیعـت، آن طبیعت زیبـا، در یـک آن میتوانـد پنجـه هایـش را بـه سـمت شـما نشـانه بگیـرد، و آن جامعـه مسـالمت آمیزی کـه مسـلم میدانیـد پیوسـته در تهدیـد اسـتبداد اسـت یـا اینکـه درون خودتـان دشـمنی هسـت کـه ممکـن اسـت آرزوی رخ دادن تمـام آن عناصـر منفی را داشـته باشـد، در آن صورت، اولا، شـما همدسـت با آن ایدئولـوژی هسـتید کـه اطلاعـات ناقصـی از واقعیـت را بـه شـما نشـان میدهـد؛ و ثانیا، چنین کسـی کـه نسـبت بـه واقعیـت کـور مانـده بـرای خـودش و دیگـران بـه یـک میـزان خطرناک اسـت. اگـر عاقل باشـید، فلسـفه سیاسـیتان در برگیرنـده هـر هفـت عنصـر اسـت، حتـی اگـر آن را بـا چنـان عباراتـی بـه وضـوح بیـان نکـرده باشـید. مـا همیشـه بایـد از عقلانیـت کافـی برخـوردار باشـیم تـا بـه خاطر داشـته باشـیم کـه مثـلا یـک شـکارچی بـزرگ در زیـر پوسـته نازکـی کـه از واقعیـت سـاخته ایـم کمیـن کـرده اسـت. مـن خوابـی بـه یـاد مـیآوردم کـه دربـاره دختـر کوچکـم، در آن دوران، بـود و دقیقـا واقعیـت را بـه تصویـر میکشـید. در زمسـتان، در آلبرتـای شـمالی - همانجـا کـه مـن بـزرگ شـدم - سـالها بـرف نمـی باریـد و دریاچههـا یـخ زده، بـا سـطحی صیقلـی، شـفاف و عیـن سـنگ مسـتحکم و بایـر بـود. البتـه ایـن منظـره خالـی از زیبایـی و رمـز و راز نبـود (اگـر سـنگی را روی سـطح صـاف و صیقلـی شـان میانداختـی، پـژواک موزونـی ایجـاد میکـرد). در آن رویـا مـن دختـر کوچکـم مایـکلا را دیـدم - نوپایـی کـه فقـط پوشـک بـه پـا داشـت - و بـا فاصلـه از مـن، مسـتقیما روی سـطح یخـی نشسـته بـود. زیـر سـطح یـخ، درسـت آنجـا کـه مایـکلا نشسـته بـود، یـک ماهـی غـول پیکـرِ گوشـتخوار، شـبیه کوسـه ای بـا ابعـاد وال، بـی حرکـت بـا دهانـی بـاز منتظـر بـود. آن وال همـان زندگـی، مـرگ و آشـوب مطلقـی اسـت کـه یقیـن مـا را از بیـن میبـرد؛ و هـم آن والـی کـه پیامبـر را بلعیـد، امـا نکشـت، و برایـش خـرد و تولـدی دوبـاره بـه ارمغـان آورد.

بگذاریـد ببینیـم نگـرش مناسـب قهرمـان در رابطـه بـا آن آن شـش شـخصیت باقـی مانـده چیسـت (بـا فـرض اینکـه طبـق آخریـن حکایـت، بـه انـدازه کافـی بـا آشـوب برخـورد کـرده ایـم)؟ بدیهـی کـه

مـا بایـد بـرای حفاظـت از طبیعـت تـلاش کنیـم، چـون بـه سـخاوت آن در زندگـی هایمـان نیـاز داریـم. امـا ایـن نکتـه نیـز بـرای مـا بسـیار ارزشـمند اسـت کـه توجـه داشـته باشـیم و ایـن واقعیـت را جـدی بگیریـم کـه طبیعـت تمـام تلاشـش را میکنـد کـه مـا را بکشـد، و مـا بـه رغـم تمـام هزینه‌های زیسـت محیطـی اغلـب ناخوشـایندش، تمـام دلایـل را بـرای بنـا کردن سـاختارها و سـازه هایمـان داریـم. چیزی مشـابه همیـن مـورد دربـاره فرهنـگ نیـز صـادق اسـت. همـه مـا دلایلـی داریـم کـه عمدتـا از بابـت خـرد و سـاختارهایی کـه نیـاکان مـان بـا تمـام هزینـه هایـش برایمـان بـه ارث گذاشـته اند، سپاسـگزار باشـیم. نـه بـه ایـن معنـا کـه چنیـن مزایایـی به طور مسـاوی تقسـیم میشـوند، چـون اینطور نیسـت و نخواهـد بـود، همانطـور کـه مزایـای طبیعـت نیـز به طـور یکسـان توزیع نشـده انـد. چنین سپاسـگزاری هیـچ خوشـبینی عمـدی و کورکورانـه دربـاره ماهیـت جامعـه را توجیـه نمـی کنـد. مـا بـه عنـوان افـراد بایـد نسـبت بـه ایـن موضـوع بیـدار و هوشـیار باشـیم کـه سـاختارهای سلسـله مراتبـیِ کاربـردی مـان می‌توانـد در یـک چشـم بهـم زدن ناکارآمـد و مسـتبد شـوند. مـا وظیفـه داریـم که سـاختار هایمـان را از بـی انصافـی بنیادیـن و فسـاد حفاظـت کنیـم و از توزیـع مزایـای آن بـر اسـاس رقابـت - و نه بر اسـاس قـدرت و برتری‌هـای ناشایسـته - اطمینـان حاصـل کنیـم. مـا پیوسـته بایـد بـه آنهـا توجـه کنیـم و آنهـا را بـا دقـت بـه گونـه ای تنظیـم کنیـم کـه بـه انـدازه کافـی هـم پایـدار و هـم پویـا باشـند. این بخشـی اساسـی از مسـئولیت‌ها و وظایـف مـا بـه عنـوان افـرادی اسـت کـه شـجاعانه در راسـتای خیـر عمـل میکننـد. مـا در سیسـتم‌های دموکراتیـک ایـن کار بـا جایگزیـن کـردن مرتـب افـراد صاحـب مسـئولیت بـا ایدئولوگ‌هـای مخالـف شـان مدیریـت میکنیـم. ایـن قابلیـت و ایـن فرصـت یکـی از دسـتاوردهای اساسـی جامعـه دموکراتیـک اسـت. در نبـودِ توانایـی بـرای انتخـاب افـراد دانـا و شایسـته، آن هـم بـه صـورت مسـتمر، مفیـد اسـت کـه از افـراد کور نسـبت بـه نیمـی از واقعیـت، و در دوره بعـد از افـرادی کور نسـبت بـه نیـم دیگـری از واقعیـت اسـتفاده کـرد. در ایـن صـورت، حداقـل بیشـترِ خواسـته‌های جامعه در حـدود یـک دهـه بـه میـزان معقولـی مـورد توجـه قـرار خواهـد گرفـت.

مـن فکـر میکنـم اسـتراتژی تاحـدودی بدبینانـه، امـا در حقیقـت واقـع بینانـه، مطابـق بـا ایـده افـرادی

اسـت کـه نظـام آمریکایـی را بنیـان نهادنـد (و اقدامـات و نگرش‌هـای انگلیسـی‌ها و دیگـر دموکرات‌هـا و نماینـدگان پارلمانـی اولیـه ای کـه سیسـتم‌های بـه تدریـج در حـال تکامل شـان زمینـه ای مناسـب برای طـرح صریـح ادعاهایـی ایجـاد کـرد کـه بنیانگـذاران اولیـه شـان بـه دنبالـش بودنـد). ایـده اولیـه آنهـا ایجـاد یـک آرمانشـهر نبـود. آنهـا بـر ایـن بـاور بودنـد کـه فرزنـدان شـان، مثل خـود و پدرانشـان عـاری از اشـتباه نخواهنـد بـود. وقتـی ایدئولـوژی شـما را کـور نکـرده باشـد و بتوانیـد جهـان را با تمام شـخصیت هایـش ببینیـد، چـه میکنیـد؟ خـب، بـه کمـال بـی نهایـتِ بشـریت امیـد نمـی بندیـد و هدفتـان را در راسـتای رسـیدن بـه آن آرمانشـهر دسـت نیافتنـی قـرار نمـی دهیـد. بلکه سـعی میکنیـد نظامـی طراحی کنیـد کـه گناهکارانـی مثـل خودتـان، حتـی بـا اینکه نسـبت به نیمـی از واقعیـت کـوره مانده انـد و کینه توزنـد، نتواننـد بیـش از انـدازه - و بـرای همیشـه - آسـیب برسـانند. تـا آنجا کـه من گرایـش محافظه کار دارم، بـه واقعیـت آن رویـا بـاور دارم. مـن بـاور دارم کـه چنیـن شـیوه ای، نگـرش مناسـب تری به مسـائل اسـت. بیاییـد بیـش از حـد خـود بـزرگ بیـن نباشـیم. مـا می‌توانیـم نظام‌هایـی طراحـی کنیـم کـه تـا حـدی صلـح، امنیـت، آزادی و شـاید امـکان پیشـرفت‌های کوچکـی برایمـان فراهـم کنـد. ایـن خـود یک معجـزه اسـت. مـا بایـد بـه چنیـن خـردی برسـیم کـه در مـورد پیشـرفت‌های همزمـان فـردی، اجتماعی و زیسـت محیطـی، خصوصـا اگـر وابسـته بـه نیـات خیرخواهانـه افـراد باشـد، تردیـد کنیم، چـون چنین احتمالاتـی، علـی رغـم اعتراضـات و مخالفـت هایمـان بسـیار اندک اسـت.

کینه توزی

چـرا شـما و دیگـران طعمـه کینـه ای میشـوید کـه آمیختـه ای از عواطف وحشـتناکی چـون عصبانیت، ترحـم بـه خـود، تـا حـدی غـم، خودشـیفتگی و میـل بـه انتقـام جویـی اسـت؟ وقتی بـه دنیا به چشـم یـک تـالار نمایـش نـگاه کردیـد و بازیگـران اصلـی را شـناختید، دلایلش روشـن میشـود. شـما بـه خاطر وجـود آن ناشـناخته مطلـق و وحشـت هایـش، بـه خاطـر طبیعتـی کـه علیه‌تـان توطئـه میکنـد، بـه خاطـر اینکـه طعمـه عنصـر اسـتبداد فرهنـگ ایـد، و بـه خاطـر پلیـدی درون خودتـان و دیگـران، پـر از کینـه میشـوید. همیـن دلیـل کافیسـت. چنیـن دلیلـی کینـه شـما را پسـندیده نمـی کنـد امـا مطمئنـا

www.KhoreKetab.com

احسـاس‌تان را قابـل درک میکنـد. هیـچ یـک از ایـن مشـکلات وجـودی، پیـش وپـا افتـاده نیسـتند. در واقـع ایـن مشـکلات بـه حـدی جـدی انـد کـه سـوال واقعـی «چـرا کینـه داری؟» را بایـد بـه «چـرا همه در تمـام اوقـات کینـه ندارنـد؟» تغییـر داد. مـا کانـون نیروهـای فـرا فـردی هسـتیم کـه بـه انـدازه غیـر قابـل بـاوری قدرتمنـد و اغلـب بدخـواه انـد. از جنبـه اسـتعاری، یـک شـکارچی خزنـده خوفنـاک وجـود دارد کـه همـواره شـما را تعقیـب میکنـد، درسـت مثـل آن تمسـاحی کـه سـاعتی روی شـکم داشـت و با تیـک تـاک هـر ثانیـه، منتظـر بـود تـا طعمـه سـتمگر و بزدلـش، کاپیتـان هـوک، را ببلعـد. و بعـد خـود طبیعـت وجـود دارد، همـان کـه بـه میلیون‌هـا روشِ هولنـاک کمـر همـت را بسـته تـا بـر شـما پیـروز شـود. بعـد عنصـر اسـتبدادیِ سـاختار اجتماعـی هسـت کـه شـما را شـکل میدهـد - بـه اصطـلاح بـه شـما یـاد داده - و شـما را بـه موجـودی شـبه متمـدن و نیمـه مفیـد تبدیـل کـرده، امـا همزمان شـما را بـا وارد کـردن فشـارهای عظیـم خـرد کـرده تـا بـه قـول ضـرب المثلـی چـون میـخ بـر سـوراخی بکوبد. می‌توانسـتید خیلـی کارهـا بکنیـد کـه شـاید بعـض شـان از آنکـه اکنـون هسـتید، بهتـر بودنـد، امـا در پاسـخ بـه یـک تقاضـا بـرای تبدیـل شـدن بـه یـک موجـود اجتماعـی از آنکـه می‌توانسـتید باشـید کمتـر شـدید و تقلیـل یافتید.

بعـلاوه شـما گرفتـار خودتـان نیـز هسـتید، و میدانیـد کار آسـانی نیسـت. کارهـا را عقـب می‌اندازیـد، تنبـل ایـد، دروغ میگوییـد و کارهـای بدخواهانـه ای بـا خودتـان و دیگـران میکنیـد. بـا توجـه بـه آنچـه بـر شـما میگـذرد - از آشـوب، از نیروهـای بـی رحـم طبیعـت، از سـتم فرهنـگ و بدخواهـی سرشـت خودتـان - جـای تعجبـی نیسـت کـه احسـاس قربانـی بـودن داشـته باشـید. جـای تعجبـی نیسـت که ممکـن اسـت احسـاس کینـه داشـته باشـید. و مطمئنـا اینطـور اسـت کـه ایـن نیروهـا علیـه بعضـی از شـما بـه گونـه ای صـف آراسـته انـد کـه بسـیار جـدی تـر، ناعادلانـه تـر، مسـتبدانه، مانـدگار و غیـر قابل پیش‌بینی‌تـر اسـت از آنچـه بـر دیگـران میگـذرد. چطـور میتوانیـد در چنـان شـرایطی احسـاس قربانـی بـودن و کینـه نداشـته باشـید؟ زندگـی در بیرحمی‌هـای بنیادیـن هیـچ کـم نـدارد.

در ایـن منطـق مشـکلی وجـود دارد، هرچنـد کـه تغییـر کردنـی بـه نظـر نرسـد. اولین مـورد این اسـت

که در واقعیت همه خود را قربانی نمی دانند و در نتیجه به دام کینه سقوط نمی کنند - و این تعداد شامل بخش بزرگی از انسانهایی است که دوره‌های بسیار سختی را در طول زندگی هایشان گذرانده اند. در واقع من فکر میکنم که چنین فرضی منطقی است که آنهایی که نقش قربانی و ژست کینه توزی میگیرند، اغلب آنهایی هستند که اوقات بسیار آسانی را گذرانده اند - همان نازپرورده‌هایی که به اشتباه عزت نفس شان بالا رفته است. برعکس، می‌توانید افرادی را ببینید که عملا به سختی و به طور جبران ناپذیری آسیب دیده اند اما کینه ای ندارند و هرگز به پذیرش قربانی بودن شان تمکین نمی کنند. آنها نه چندان زیادند و نه چندان نادر. بنابراین به نظر نمی رسد که کینه، پیامد ناگزیر رنج باشد. عوامل دیگری، علاوه بر تراژدی غیر قابل انکار زندگی، نقش دارند.

شاید به طرز غم انگیزی شما - یا یکی از نزدیکان‌تان - به یک بیماری جدی مبتلا شوید. معمولا در چنین شرایطی چنین سوال را می‌پرسیم (از چه کسی؟ خدا؟) «چرا این اتفاق برای من افتاده؟» خب منظورتان چیست؟ آیا آرزو داشتید به جایش برای دوستی، همسایه ای یا یک غریبه تصادفی رخ میداد؟ ممکن است وسوسه شوید بدبختی هایتان را بیشتر کنید، اما چنین واکنشی نه منطقی به نظر میرسد و نه انتخاب خوبی است که فردی با طرز فکری شفاف بخواهد هرگز انتخابش کند و مطمئنا انتخابی نیز نیست که شرایط را عادلانه‌تر کند. منصفانه بگوییم، سوال «چرا من؟» بخشی از یک جواب روانی مناسب را میسازد. اغلب اینطور است که اگر اتفاق بدی برایتان بیفتد باید با خودتان فکر کنید که آیا در گذشته کاری انجام داده اید که احتمال آن رخداد ناگوار را بیشتر کرده باشد، چون این امکان وجود دارد که لازم باشد نکته ای را یاد بگیرید تا بتوانید احتمال وقوع مجدد آن را کم کنید. اما اغلب این کاری نیست که ما میکنیم. سوال «چرا این اتفاق برای من افتاد؟» به نوعی دارای یک المان طعنه آمیز بر اساس احساس بی عدالتی است: «این همه آدم بد در دنیاست، و به نظر میرسد هر یک از این رفتار نادرست قِصِر در رفته اند.» یا «این هم آدم در دنیاست که سلامتی خوبی دارند، و به

نظر میرسد همه خوشبخت اند به جز من.» این بدان معناست که سوال «چرا من؟» به طور کلی به نوعی از حس قربانی بودن آلوده است که حاکی از بی عدالتی است. این سوءتفاهم که چنین تجربه وحشتناکی بخشی از آن چیزی است که مواجهه با تراژدی را به همان کینه ای که در موردش حرف میزنیم، تبدیل میکند.

این واقعیت که اتفاقات ناگوار برایتان می‌افتد و خواهد افتاد در ساختار خودِ واقعیت تعبیه شده است. شکی نیست که اتفاقات هولناکی رخ میدهد، اما یک عنصری حقیقتا تصادفی در آن وجود دارد. ممکن است فکر کنید که «این یک تاوان ناچیز است و کمک زیادی نمی کند.» اما قدردانی به خاطر تصادفی بودن این المان، به کمک شخصی نکردن آن، میتواند مفید باشد و به شما کمک کند تا برای توسعه چنان کینه خودخواهانه ای، موانعی ایجاد کنید. بعلاوه، درک این نکته که هر یک از ویژگی‌های منفی انسان در اصل، با همتای مثبت اش در تعادل است، میتواند مفید واقع شود.

در اینجا نکته ای را میگویم که در طول سالها تجربه روانشناسی بالینی یاد گرفته ام. من دائما کسانی را دیده‌ام که از زندگی آسیب دیده اند. آنها برای کینه توزی دلایل خودشان را داشتند، و این دلایل پیش و پا افتاده نبودند. پیشنهاد من این است: «بیایید مشکلات را از هم تفکیک کنیم، اگرچه بسیاری شان واقعی اند. تلاش ما این است که بفهمیم کدام هایشان به خاطر خطای شماست، چون علت بعضی شان همین است. اما بعضی شان فقط فاجعه‌های زندگی اند. ما این موارد را با دقت مشخص میکنیم. بعد شروع به تمرین میکنیم تا آنهایی را که صرفا به خاطر خطاهای شما رخ داده اند و شرایط را بدتر کرده اند، غلبه کنیم. ما با هم شروع به برنامه ریزی استراتژیک در مورد بخش‌هایی از زندگی‌تان میکنیم که واقعا غم انگیزند. و شما را وادار میکنیم که به شیوه ای صادقانه، صریح و شجاعانه این کار را انجام دهید. بعد تماشا میکنیم که چه اتفاقی می‌افتد.»

آدمها بهتر میشوند. البته نه همیشه. حتی برخی از مراجعان من فوت کردند. آنها در نیمه راه، که بخشی از مسائل بالینی شان را پشت سر گذاشته ایم، به طور ناگهانی در اثر سرطان یا تصادف از بین رفتند. حتی با شرافتمندانه ترین رفتارها نیز هیچ مسیر قطعی وجود ندارد. خودکامگی جهان همیشه وجود دارد و آماده است تا خود را نشان دهد. هیچ دلیل و بهانه ای برای ساده لوحی یا خوش بینی وجود ندارد. اما به طور قطع آدمها اکثرا بهتر شدند. شجاعت آنها را آماده رویارویی مستقیم با مشکلات کرده و این مواجهه مستقیم تا حدی ترس شان را برطرف کرده است. چنین دستاوردی به این خاطر نبود که مشکلات کمتر خطرناک شده اند، بلکه به این علت بود که آنها شجاع‌تر شده بودند. باورنکردنی است که افراد تا چه حد میتوانند قوی و شجاع شوند. میزان باری که افراد میتوانند تحمل کنند، اگر داوطلبانه آن را بردارند، معجزه آساست. میدانم که ما نمی توانیم ظرفیت نامحدودی در چنین کاری داشته باشیم، اما از جهاتی نیز معتقدم ظرفیت مان نامحدود است. من فکر میکنم هرچه رویارویی داوطلبانه بیشتر انجام شود، میزان تحمل بیشتر میشود. و نمیدانم حد بالای این تحمل کجاست.

کسانی که دلگرم شده اند، نه تنها از منظر روانشناختی میتوانند از وحشت و کینه جلوگیری کنند، بلکه توانایی شان بیشتر میشود. اینطور بگوییم، آنها نه فقط با پذیرفتن مسئولیت وجود زندگی به طور موثرتری دست و پنجه نرم میکنند، بلکه به مردمان بهتری در جهان تبدیل میشوند. آنها شروع به محدود کردن بدخواهی و کینه در قلبشان میکنند؛ همان که وحشت‌های جهان را بیش از آنچه باید، غم انگیز میکند. آنها صادق‌تر میشوند. دوستان بهتری پیدا میکنند. مسیرهای شغلی سازنده‌تر و معنادار تری انتخاب میکنند. حالا رسیدن به اهداف بالاتری را شروع میکنند. بنابراین از منظر روانی، بیشتر از پس مسائل برمی آیند، همینطور هم از حجم آنچه خود و اطرافیان شان باید آنها کنار بیایند، می‌کاهند. بنابراین آنها و خانواده هایشان کمتر به طور غیر ضروری رنج میکشند. بعدا شاید همین اتفاق نیز در اجتماعات شان رخ دهد. و اما نیمه دیگر داستان: همان گنجی که اژدها از آن نگهداری میکند؛ همان عنصر خیرخواهانه

www.KhoreKetab.com

طبیعت؛ همان امنیت و سرپناهی که توسط جامعه و فرهنگ مهیا شده؛ و همان قدرت فردی. اینها سلاح‌های شما در زمان حل مشکلات اند. و این سلاح‌های به همان اندازه ای واقعی اند و شاید از قدرت کافی برخوردار باشند که استفاده کامل از آنها برایتان به مثابه ابزار مورد نیاز برای مقابله با زندگی باشد، آن هم وقتی تار و پود زندگی‌تان از هم گسیخته شده. مسئله اینست: آیا میتوانید ساختار واقعیت را طوری سازندهی کنید که آن گنج را بیابید، عنصر مثبت طبیعت به شما لبخند بزند، تحت سلطه پادشاه خردمند قرار بگیرید، و نقش آن قهرمان را ایفا کنید؟ جای امیدواری است که شما میتوانید رفتار خود را به گونه ای هدایت کنید که همه چیز را در جهت چنان هدفی سوق دهد. این تنها چیزی است که داریم - و بسیار بهتر از هیچ است. اگر با رنج و بدخواهی مقابله کنید، و اگر این کار را صادقانه و شجاعانه انجام دهید، هم شما فرد قوی‌تر هستید، هم خانواده تان، و هم دنیا جای بهتری است. انتخاب جایگزین، کینه است و همه چیز را قطعا بدتر میکند.

فریبکاری و خودبزرگ بینی

به نظر میرسد فریبکاری، دو شکل عمده دارد: گناهان ناشی از ارتکاب به خطا: کارهایی که انجام میدهید به خوبی میدانید که اشتباهند؛ و گناهان ناشی از غفلت: لغزش‌هایی که میگذارید صورت بگیرند - کارهایی که میدانید باید به آنها توجه کنید، انجامشان دهید، یا حرفی که باید بگویید، اما خودداری میکنید. اگر همکارتان رفتار صادقانه ای درباره موضوعی ندارد، و شما نیز تصمیم ندارید که حساب این کج روی را دقیقا بررسی کنید؛ در آن صورت عمدا چشمتان را به روی سوءرفتار خودتان، بچه، نوجوان یا شریک زندگی‌تان بسته اید و در بررسی آنچه واقعا اتفاق افتاده شکست میخورید. در عوض واکنش شما فقط اینست که آن را رها کنید.

انگیزه چنین فریبکاری‌هایی چیست؟ ما به صراحت دروغ میگوییم - گناه ناشی از ارتکاب به خطا - در حالیکه به خوبی میدانیم دروغ میگوییم تا فارغ از تاثیری که بر دیگران میگذارد،

فرضـا، همـه چیـز را بـرای خودمـان راحت‌تـر کنیـم. مـا تـلاش میکنیـم دنیـا را در جهـت طبـع و سـلیقه شـخصی مـان هـل دهیـم. سـعی میکنیـم برتـری کسـب کنیـم. بـا تقـلای زیـادی سـعی میکنیـم از مجـازات عادلانـه ای در پیـش اسـت، اجتنـاب کنیـم - و اغلـب ایـن کار را بـا پـاس دادن بـه بقیـه انجـام میدهیـم. مـا بـه کـرّات (و شـاید ظریفتـر) مرتکـب گناهـان ناشـی از غفلـت میشـویم بـه ایـن امیـد که آنچـه نادیـده میگیریـم، خـودش از بیـن خواهـد رفـت، امـا بـه نـدرت اینگونـه از بیـن خواهـد رفـت. مـا آینـده را فـدای اکنـون میکنیـم و بـا اینکـه دائمـا از گزندهـای تهاجـم وجـدان خشـمگین مـان رنـج میکشـیم، سرسـختانه و متعصبانـه بـه همیـن ترتیـب ادامـه میدهیم.

بنابرایـن مـردم از چـه چیـزی بـرای توجیـه کـردن انحـراف و پیچانـدن سـاختار واقعیـت، بـه قیمـت ضـرر رسـاندن بـه دیگـران یـا حتـی بـه خـود آینـده شـان، و صرفـا به نفـع خـودِ اکنون شـان اسـتفاده می‌کننـد؟ ایـن انگیـزه ایسـت کـه بـه وضـوح در کینـه نهفتـه اسـت. دروغهـا بـا بـاوری توجیـه میشـوند کـه در اعمـاق روحـی کینـه تـوز ریشـه دارنـد. رعـب و وحشـت‌های زندگـی در ایـن جهـان، بـه طـور خـاص متوجـه فـردی اسـت کـه سـعی میکنـد دروغ خـود را توجیـه کنـد. امـا لازم اسـت از نقـش خودبـزرگ بینـی سـخن بگوییـم تـا واقعـا بفهمیـم چـرا فریبـکاری مـان را تکـرار میکنیـم. ایـن بدیهـی نیسـت کـه چنیـن حـالات ذهنـی در غیـاب یکدیگـر بـه هـر حـال وجـود داشـته باشـد. ایـن دو بـه اصطـلاح همدسـت انـد.

ارتکاب به گناه

اولیـن تبانـی بیـن فریبـکاری و خودبـزرگ بینـی را میتـوان در انکار یـا رد وجـود رابطه ای میـان الوهیت، حقیقـت و خیـر دانسـت. در فصلهـای آغازیـن کتـاب پیدایـش، خـدا بـه واسـه سـخن، و صفاتـی چـون شـجاعت، عشـق و حقیقـت، از آشـوب، نظمـی زیسـت پذیـر ایجـاد میکند. شـاید بتوان گفت شـجاعت، همـان تمایـل خداونـد بـه رویارویـی بـا نیسـتی پیـش از هسـتی اسـت که شـاید مثـل آن باشـد که ما از عهـده فقـر برآمـده، از هیـچ، رشـد میکنیـم و کامیاب میشـویم یا زندگـی هایمـان را از نو بسـازیم؛ آنهم

وقتی زندگی هایمان به خاطر آشوب، به بدبختی و فاجعه تقلیل یافته است. عشق - تمایل به آفرینش بهترین چیزی که میتوان خلق کرد - هدف نهایی است. عشق، از همان جنس روبنای هستی را میسازد که شاید به داشتنِ خانه ای پر از صلح و سازگاری می‌آفریند؛ آنهم وقتی چنین با تمایلاتی همراه میشود که به حقیقت اجازه صحبت دهد. سخنی که خدا برای مقابله با هیچ به کار برد، همان حقیقت است، و حقیقت می‌آفریند. اما فقط آفریننده نیست: به نظر میرسد که حقیقت، خیر می‌آفریند، بهترین چیزی که عشق میتواند طلب میکند. بیهوده نیست که خدا انقدر اصرار دارد که آنچه خلق شده خیر است. خودبزرگ بینی و فریبکاری در جهت مخالف این ایده با هم یکی میشوند که صداقت شجاعانه با هدف عشق، خیر می‌آفریند؛ و آن را با ایده جایگزین میکند که هر خیال و هوسی، بزرگ یا کوچک، با هر هدف تنگ نظرانه یا خودخواهانه ای، حق و فرصتی برای بروز دارد.

دومین شکل خود بزرگ بینی که منجر به فریبکاری میشود، مربوط به پیش فرضی درباره قدرت خود الوهیت است. کسی از طریق عمل یا انفعال، سخن یا سکوت، دروغ میگوید انتخاب کرده که کدام عنصر تغییر (کدام عنصر آن آشوب شکل نیافته اما بالقوه) آشکار شود (یا نشود). این بدان معناست که فرد فریبکار، مسئولیت تغییر ساختار واقعیت را به عهده گرفته. چرا؟ چون چنین کاری مبتنی بر آرزویی است که هرگونه دروغ خودخواهانه ای که منجر به فریبکاری میشود، بهتر از فاش شدن واقعیت است. دروغگو بر این باور عمل میکند که دنیای کاذبی که به وجود آورده هر چند موقت، منافعش را بهتر از جایگزین آن تامین میکند. این خودبزرگ بینی کسی است که باور دارد میتواند ساختار واقعیت را از طریق تظاهر تغییر دهد و میتواند از آن قِصِر در برود. مشخص نیست که هر یک از این ایده ها، اگر به دقت مورد بررسی قرار بگیرند، تا چقدر میتوانند پایدار بمانند (البته تلویحا یعنی به طور کلی اینطور نیست). اولا خطاکار، خودش خواهد دانست که در گفتار و عمل قابل اعتماد نیست، و بعد تا آنجا که حرمت نفس واقعی که بر چنین حقیقتی مبتنی است، به خاطر گفتار و رفتار صادقانه،

ناگزیـر شـخصیت دروغگـو را تضعیـف میکنـد. حداقـل او در دنیـای واقعـی، یـا جهانـی که دیگر انسـانها در آن زندگـی میکننـد، زندگـی نمـی کنـد و بنابرایـن ضعیف‌تـر از آن کسـی کـه اگـر واقعیـت را بـه جـای دروغـی کـه جایگزینـش کـرده یـاد میگرفـت، میتوانسـت باشـد. ثانیـا صـرف ایـن بـاور بـرای دروغگـو کـه میتوانـد واقعـا «از شـرش خـلاص شـود»، بـه نوعـی حـاوی بـاوری اسـت کـه او از بقیـه باهوش‌تـر اسـت - و منظـور از بقیـه، کسـانی انـد کـه هنـوز متوجـه آن دروغ نشـده انـد. شـاید او بـا، دو یـا ده دروغ دیگـر، بـا شـدت‌های مختلـف، کنـار بیایـد چـون بـه خاطـر موفقیتـی کـه بـه دسـت آورده جسـور شـده اسـت. هـر بـار کـه موفـق میشـود، خودبـزرگ بینـی اش افـزون میشـود، چـون موفقیـت در نقش پاداشـی اسـت کـه او را حتـی بـه بیشـتر کـردن ایـن قبیـل تلاشـها بـرای بیشـتر شـدن پاداش تشـویق میکنـد. چنیـن رونـدی انگیـزه ای بـرای دروغ‌هـای بزرگتـر و خطرناکتـر اسـت، کـه هـر کـدام بـا ریسـک پـرت شـدن از ارتفاعـات بلندتـری از غـرور را بـه همـراه دارد. ایـن اسـتراتژی بـه نظـر غیـر قابل اجراسـت - یـک حلقـه بازخـور مثبـت اسـت کـه طراحـی شـده تـا کسـانی کـه خـود را بـه دام آن انداختـه انـد، سـری و سـریعتر، پاییـن و پایین‌تـر بکشـد.

سـومین شـکل خودبـزرگ بینـی کـه زیربنـای فریبـکاری را میسـازد، بـه ایـن باور مربـوط میشـود که عمل فریبکارانـه (همانطـور کـه گفتیـم، سـاختار واقعیـت را بهـم میریـزد) بـه خـودی خـود بـدون آنکـه فـاش شـود یـا از بیـن بـرود و ناگزیـر مثـل واقعیـت، تقویـت شـده و اصـلاح میگـردد. همیـن خودبـزرگ بینـی در پـسِ بـاور دروغگوسـت کـه بـه نوعـی جهـان را بـرای همیشـه تغییـر داده، و حـالا میتـوان زندگـی را بـه گونـه‌ای هدایـت کـرد کـه گویـی آن دروغ یـک واقعیـت بـوده. امـا واقعیـت بسـیار پیچیـده اسـت به طـوری کـه هـر چیـزی بـر چیـز دیگـر تاثیـر میگـذارد. مثـلا بسـیار سـخت اسـت کـه عواقـب یـک رابطه نامشـروع را مسـکوت نگـه داشـت. مـردم دیـده میشـوند. زبان‌هـای پچ پـچ میکننـد. باید برای محاسـبه زمـان صـرف شـده در آن رابطـه، دروغ‌هـای بیشـتر و موثـق تـری گفـت. عطرهـا ماندگارند. نفـرت و تحقیر جایگزیـن محبـت در رابطـه میشـود (بـه ویـژه اگـر فـردی کـه بـه او خیانـت شـده واقعاً شـخص خوبـی باشـد کـه هیـچ بهانـه ای بـرای انجـام چنیـن اقدامـات گناهکارانـه‌ای علیه او بـه فرد مقابـل نداده باشـد).

w w w . K h o r e K e t a b . c o m

چهارمیـن شـکل خودبـزرگ بینـی کـه فریـب را توجیـه میکنـد بـه نوعـی بـا حسـی از عدالـت در هـم تنیـده شـده کـه اغلـب کینـه ایجاد میکنـد. مـردم در ایـن چهارمین مجموعـه شـرایط، از فریب اسـتفاده میکننـد، زیـرا بـه خاطـر موقعیـت قربانـیِ خـود در ایـن جهنـم و فجایـع جهـان، پـر از کینـه و خشـم انـد. ایـن پاسـخ کامـلا قابـل درک اسـت، اگرچـه بـه همیـن خاطـر چنـدان کـم خطـر نیسـت. منطـق چنیـن کاری، سـاده و حتـی قانـع کننـده اسـت، بـه خصـوص بـرای افـرادی کـه حقیقتـا آسـیب دیـده انـد: «مـن میتونـم هـر کاری بخـوام بکنـم، چـون باهـام ناعادلانـه رفتار شـده.» ایـن اسـتدلال را میتوان بـه مثابـه عدالتـی سـاده در نظـر گرفـت، اگرچـه بـه نـدرت میشـود کـه کسـانی کـه بـه آنهـا دروغ گفتـه شـده یـا فریـب داده شـده انـد، دقیقـا همان‌هایـی باشـند کـه از رفتـار ناعادلانـه بـرای توجیـه آن دروغ اسـتفاده کردنـد. خودبـزرگ بینـی در چنیـن بـاوری اسـت کـه آن رفتـار ناعادلانـه، موضوعـی شـخصی اسـت، تـا اینکـه آن رفتـار ناعادلانـه، خـودش بخشـی قبـل انتظـاری از بـودن باشـد - بـه خاطـر تمـام خطـرات ناشـناخته طبیعـی، اجتماعـی و فـردی اش. اگـر قربانـی یـک شـوخی بدخواهانـه فراگیر شـوید، چـرا نبایـد هـر آنچـه در توان‌تـان اسـت انجـام دهیـد تـا کمـی اوضـاع را بـرای خودتـان بهتـر کنیـد؟ بـا ایـن وجـود تمـام آن اسـتدلالها در ایـن راسـتا اسـت کـه زندگیتـان را بدتـر کنـد. اگـر توجیه‌تـان بـرای چنیـن بدرفتـاری ایـن باشـد کـه زندگـی بـد اسـت، آن وقـت دلیـل منطقی‌تـان بـرای ادامـه آن بدرفتـاری نمـی توانـد ایـن باشـد کـه بایـد همـان الگویـی را در پیـش بگیریـد کـه کاری نمیکنـد جـز اینکـه همـان را انجـام می‌دهـد.

غفلت‌ها

دلایـل مختلفـی هسـت کـه چـرا وقتـی می‌بینیـد کـه کار اشـتباه و وحشـتناکی در قابـل وقـوع اسـت، بـی تفـاوت می‌مانیـد (مثـل آنچـه میدانسـتید بایـد انجـام میدادیـد امـا ندادیـد). اولیـن دلیـل پـوچ گرایـی اسـت. ممکـن اسـت فـورا بـه نظـر نرسـد کـه پـوچ گرایـی و خودبـزرگ بینـی چـه ارتباطـی بـا هـم دارنـد (و بسـیار نامشـخص‌تر اینکـه بـا گناهـان ناشـی از غفلـت چـه ارتباطـی دارنـد). امـا نگـرش پـوچ گرایانـه قطعیـت دارد: همـه چیـز بـی معناسـت، یـا حتـی منفی اسـت. ایـن حـرف یـک قضاوت

است - یک نتیجه است و به نظر گناهی ناشی از خودبزرگ بینی و تکبر است. من فکر میکنم ما به خاطر داشتن نوعی از خردی هوشمندانه در مورد جهل مان، ریسک خطرناک نابود کردن ساختار هستی را به جان نمیخریم و بنابراین به درستی مقید به حسی از فروتنی هستیم.

انگیزه دیگر برای گناهان ناشی از غفلت؟ این ادعاست که پیمودن راه آسان توجیه پذیر است. این یعنی طوری زندگی کنید که مسئولیت هیچ چیز واقعی هیچ وقت بر دوشتان نباشد. و ممکن است شما نیز فکر کنید چنین چیزی کاملا قابل قبول است: «چرا من خودم را به زحمت بیاندازم و ریسک کنم وقتی دیگری برای انجام دادنش فعالانه تلاش میکند؛ یا آنقدری پیچیده نیست که دیگران نتوانند انجام دهند و بنابراین بتوان از انجام دادنش طفره رفت.» اما هر کس باید نوبتی داشته باشد - هم آن کس که گیرنده مزایای تعاملات اجتماعی است و هم آن کس که بار این مسئولیت را بر عهده گرفته که تضمین کند چنین تعاملاتی امکان پذیر باقی بماند. کودکانی که تا سه سالگی این نکته را نیاموخته باشند، دوستی پیدا نمی کنند و دلایلی درستی هم برایش وجود دارد. آنها نمیدانند چطور یک بازی را که در طول زمان خودش را حفظ کند - که دقیقا همان است که به آن دوستی میگوییم (و همینطور به ساختن رابطه ای پایدار بین مافوقان، همکاران و زیردستان در یک سازمان تجاری نیز مربوط است).

همینطور این فرض را در نظر بگیرید که تا حدی قابل قبول و حتی عاقلانه است که از کنار پرداخت کامل قبض هایتان سُر بخورید. این یکی دیگر از انواع داوری‌ها درباره بودن است. «چه فرقی میکند اگر من راه آسان را انتخاب کنم» و تمام عباراتی که با «چه فرقی میکند» شروع میشوند. و این بودن است که به خاطر چنین قضاوتها و داوری هایی، منحوس به حال خود رها میشود. باقی جمله یعنی «اگر من راه آسان را انتخاب کنم» یک بلای خودخواسته است. اگر در انجام کارهای سخت، برای خودتان نوبتی در نظر بگیرید، دیگران یاد میگیرند که به شما اعتماد کنند، خودتان یاد میگیرید که به خودتان اعتماد کنید، و شما با هم از پس انجام دادن کارهای سخت بر خواهید آمد. تمام این نتایج خوب اند. اگر تمام آن کارها را انجام

نشده رها کنید، خودتان را در موقعیت کودکی خواهید یافت که پدر و مادرش اصرار دارند که همه کارها را برایش انجام دهند: ناتوان از کامیابی در مقابل سختی و دشواریها. «مهم نیست که من راه آسان را طی کنم» فقط در صورتی درست است که هیچ عنصر شخصی از گوینده در یک ماجراجویی فراخوانده نشود. و کسانی که با پس کشیدن از انجام کاری از تحقق سرنوشت شان خودداری میکنند، همه کسانی را که ممکن بود از مزایای پتانسیل کامل آن افراد بهره مند شوند، محروم میکنند.

آخرین شکل گناهان ناشی از غفلت مربوط به باور نداشتن به خود - و شاید به بشر در حالت کلی - است، چون ماهیت اساسی بشر، آسیب پذیری است. صحنه ای در کتاب پیدایش به تصویر کشیده شده که میگوید وقتی وسعت دید آدم و حوا تغییر کرد، متوجه شدند که آسیب پذیر و برهنه اند - ویژگی‌هایی که هر دو بخش‌هایی از خودآگاهی اند. و در همان زمان از خوبی و پلیدی شناخت بیشتری پیدا میکنند. این دو پیشرفت، همزمان اند، چون امکان ندارد قبل از آنکه بدانید خودتان چطور آسیب می‌بینید بتوانید به کسی واقعا آسیب برسانید. و تا وقتی کاملا خودآگاه نباشید؛ ندانید که ممکن است از رنج طاقت فرسایی درد بکشید؛ ندانید که ممکن است کشته شوید؛ و ندانید که هستی شما محدودیت‌هایی دارد؛ نمیدانید چطور ممکن است که آسیب ببینید. و به محض اینکه تمام آنها را دانستید، از عریان بودن‌تان آگاه میشوید و اینکه میتوانید از دانش آسیب پذیری‌تان استفاده کنید تا با نیت‌های بدخواهانه آن را بر دیگران اعمال کنید. و آن وقت است خوبی و پلیدی را درک میکنید و متوجه میشوید که توانایی انجام شان را دارید.

وقتی بعدا آدم را فراخواندند تا درباره رفتارش - خوردن میوه ممنوعه - توضیح دهد، او حوا را مسئول بیشتر شدن خودشناسی دردناک اش معرفی میکند، و خدا را مقصر میداند که او را آفریده، و بنابراین میگوید: «زنی که او را اینجا کنار من قرار داده ای - او بود که میوه آن درخت را به من داد و من آن را خوردم» (پیدایش ۳: ۱۲). خودداری آن مرد از پذیرفتن مسئولیت اعمالش مربوط

بـه کینـه تـوزی (بـه خاطـر کسـب خودآگاهـی دردناکـش)، فریبـکاری (همانطـور کـه میدانـد فـارغ از رفتـار همسـرش، انتخابـی آزاد داشـته) و خودبـزرگ بینـی اسـت (چـون جـرات کـرد کـه خـدا و مخلـوق مقدسـش، آن زن، را سـرزنش کنـد). آدم راه آسـان را در پیـش گرفـت - درسـت مثـل شـما، وقتـی بـه خودتـان میگوییـد: «لازم نیسـت در ایـن مـورد بـا همسـرم دعـوا کنـم. مجبـور نیسـتم در مقابـل رئیس ظالمـم بایسـتم. لازم نیسـت کـه طبـق آنچـه فکـر میکنم درسـت اسـت، زندگی کنـم. میتونم مسـئولیت هامـو بپیچونـم.» بعضـی از دلایلـش بـه خاطـر تنبلـی و بزدلـی اسـت امـا بعضـی از دلایلـش نیز ریشـه در حـس عمیقـی از نابـاوری بـه توانایـی شـخصی شماسـت. درسـت مثـل آدم، شـما نیـز میدانیـد کـه عریـان ایـد. شـما درونـا از معایـب و آسـیب پذیـری هایتـان آگاهیـد و ایمان‌تـان بـه خودتـان از بیـن میـرود. ایـن موضـوع قابـل درک اسـت، امـا نـه مفیـد اسـت و در آخریـن تحلیـل، قابـل توجیـه اسـت.

خطر اگزیستانسیال خودبزرگ بینی و فریبکاری

همانطـور کـه در آیه‌هـای ۹:۱۰ آمـده: «تـرس خداونـد، سـرآغاز حکمـت اسـت.» ارتبـاط بیـن فریبـکاری و دیگـر غرایـز جهـت دهنـده بـه آن را میتـوان در بـا توجـه کـردن بـه آن درک کـرد. اگـر ایـن موضـوع را درک کنیـد کـه فریبـکاری، بنیـادی تریـن غریـزه هدایـت کننـده شـما را وقتـی بـا سـختی‌های زندگـی روبـرو میشـوید فاسـد و منحـرف میکنـد، قاعدتـا چنـان چشـم انـدازی بایـد آن قـدر شـما را بترسـاند که بخواهیـد مراقـب آنچـه میگوییـد یـا انجـام میدهیـد باشـید. یـک فـرد راسـتگو می‌توانـد بـه شـهود و غریـزه اش بـه عنـوان راهنمایـی قابـل اعتمـاد بـرای انتخاب‌هایـی کـه بایـد در طـول یـک روز، هفتـه، مـاه یـا سـال کنـد، در راسـتای معنـا و حقیقـت، تکیـه کنـد. امـا قانونـی هسـت کـه بـه بیان‌هـای مختلفـی گفتـه شـده: «از کـوزه همـان تـراود کـه در اوسـت[1]». اگر شـما (به خصـوص خودتـان را) فریب دهیـد، اگـر دروغ بگوییـد، مکانیزم‌هایـی را کـه غریزه‌تـان را هدایـت میکننـد، دفرمـه میکنیـد. غریـزه یـک راهنمـای ناخـودآگاه اسـت، و بنابرایـن زیربنـای ابزارهـای شـناختی شماسـت. اگـر مکانیزم‌هـای

۱ Garbage in, garbage out

ناخودآگاه‌تـان را بـا مفروضاتـی تثبیـت کنیـد کـه میدانیـد واقعـی نیسـتند، آن وقـت غریـزه معنـای تان، متناسـب بـا میزانـی کـه فاسـد شـده، شـما را بـه مسـیرهایی رهنمـون میکنـد کـه نبایـد بروید. کمـی ترسـناک‌تر اینسـت کـه ایـن امـکان را در نظـر بگیریـد کـه ممکـن اسـت در زندگی‌تـان بـه مقطعـی برسـید کـه واقعـا نیـاز داریـد تمـام قوایـی کـه در آن لحظـه در اختیارتان اسـت بـه کار بگیرید تـا بتوانید درسـت تصمیـم گیـری کنیـد، امـا خودتـان را در موقعیتـی می‌یابیـد کـه فهمیـده ایـد خودتـان را بـا فریـب بیمـار کـرده ایـد و دیگـر نمـی توانیـد به قضـاوت خودتـان اعتمـاد کنیـد. برایتـان آرزوی موفقیت دارم، چـون در چنیـن حالتـی هیـچ چیـزی جـز شـانس نگهدارتـان نمـی توانـد باشـد.

گناهـی وجـود دارد کـه مسـیح آن را بـه طـرز اسـرارآمیزی غیرقابـل بخشـش تعریـف می‌کنـد: «هر کس سـخنی علیـه پسـر انسـان بگویـد بخشـید میشـود، امـا کسـی کـه علیـه روح القـدس سـخن میگویـد بخشـید نمـی شـود، نـه در زمـان حـال و نـه در آینـده» (متـی، ۱۲: ۳۲). سـنت پاول، یکـی از پایه گـذاران مسـیحیت، ایـن گـزاره را توضیـح میدهـد و وجـود شـخص سـوم در بـاور بـه تثلیـث را به وجـود وجدان مربـوط میدانـد: «قسـم بـه مسـیح کـه حقیقـت را میگویـم. دروغ نمـی گویـم و وجدانـم صداقتـم را از طریـق روح القـدس تاییـد میکنـد» (رومیـان، ۱: ۹). وجـدان چیـزی کمتـر از بـه اشـتراک گذاشـتن دانش اخـلاق بـا خـود نیسـت. لازمـه فریبـکاری، خـودداری از پیـروی از دسـتورات وجـدان اسـت و خطـر بیمـار شـدن آن عملکـرد بسـیار حیاتـی را بـه همـراه دارد. هیـچ راه بـدون آسـیبی بـرای در امان مانـدن از چنان فسـادی وجـود نـدارد. چنیـن ادعایـی حتـی از نظـر عصـب شناسـی نیـز درسـت اسـت. داروهـای اعتیاد آور از روی تاثیـر شـان بـر پیـام رسـان عصبـی دوپامیـن مشـخص میشـوند و بـه نوعـی تاثیـر دوپامیـن را بیشـتر میکننـد. دوپامیـن مـاده ایسـت کـه اساسـا بـه لذتـی مربـوط اسـت کـه احسـاس امیـد و فرصـت ایجـاد میکنـد. بعـلاوه، مغـز شـما طـوری سـیم کشـی شـده کـه اگـر کاری انجـام دهیـد کـه احسـاس خوبـی ایجـاد کنـد (و در نتیجـه باعـث ایجـاد اثـر دوپامیـن شـود)، قسـمت‌هایی از وجودتـان کـه در انجـام عمـل مـورد نظـر نقـش داشـته انـد، قوی‌تـر و مسـلطتر میشـود و میتواننـد عملکـرد سـایر بخش‌هـای وجودتـان را مهـار کننـد. بنابرایـن اسـتفاده مـداوم از یـک داروی اعتیـاد آور، آنچـه را

که به طور دقیق به صورت هیولایی زنده در روان مفهوم سازی شده، تغذیه میکند - که توجه و مقصودش فقط مربوط به اثر داروست. آن هیولا فقط یک چیز را میخواهد و تمام فلسفه اش اینطور چیده شده که چرا آن دارو در درجه اول اهمیت است.

تصور کنید که چه شکننده در حال بهبودی از یک اعتیادید. در زندگیتان مشکلی پیش می‌آید و کینه پدیدار میشود. با خودتان فکر میکنید «اه به درک!» و این اتفاق باعث استفاده مجدد از دارو و تجربه دوباره اثر دوپامین میشود. در نتیجه مدارهای کوچکی که چنین تفکری را منجر میشود، قوی‌تر از بخش‌هایی از روان فرد معتاد میشود که میخواهد از مصرف دارو خودداری کند. «به درک» یک فلسفه چند وجهی است. به این معناست که «ارزش دارد که هر چیزی را برایش فدا کنید». یعنی «چه کسی به زندگی من اهمیت میدهد، چون بهرحال ارزشی ندارد.» به این معناست که «مهم نیست که مجبورم به عزیزان - همسر و بچه‌هایم - درباره‌اش دروغ بگویم، چون به هر حال چه فرقی میکند؟ آنچه من میخواهم مواد است.» و بازگشت آسانی از این راه وجود ندارد.

وقتی از روی عادت دست به دامن فریب میشوید، ساختاری میسازید که اعتیاد را تداوم ببخشد؛ خصوصا وقتی که قصر در می‌روید، هر چند کوتاه. موفقیت یک دروغ با پاداش همراه است - خصوصا اگر چنان دروغی خطر زیادی داشته باشد که از آن قِصِر در رفته باشید، چنین پاداشی میتواند بسیار بزرگ باشد. این امر موجب تقویت آن مکانیزم دفاعی در مغز میشود که کل ساختار فریبکاری را در بر میگیرد. با موفقیت مداوم، حداقل در کوتاه مدت، این مکانیزم به صورت خودکار شروع به کار میکند و با شیوه متکبرانه اش میداند که چطور میتواند از شر آن خلاص شود. این مورد درباره گناهان ناشی از ارتکاب واضح‌تر است؛ اما به همان اندازه و در ظرافت کامل در مورد آنچه میتوانید بدانید اما از دانستن اش امتناع میکنید درباره گناهان ناشی از غفلت صدق میکند. این خودبزرگ بینی است که گمان کنید آنچه میدانید کافی است (صرف نظر از تمام شواهدی که مثل رنج دور و برتان را پر میکند و شما به راحتی طبق آن کهن الگو، ساختار واقعیت و بی کفایتی خدا را سرزنش میکنید).

جایی که باید باشید

روبـروی شـدن بـا پتانسـیل‌های آینـده و تبدیـل آن بـه فعلیـت اکنـون، در ظرفیـت فـردی مـا نهادینـه شـده اسـت. روشـی کـه مـا تعییـن میکنیـم جهـان بـه چـه چیـزی تبدیـل شـود، نتیجـه انتخاب‌هـای آگاهانـه و اخلاقـی ماسـت. مـا صبـح از خـواب بیـدار میشـویم و بـا یـک روز، بـا تمـام فرصت‌هـا و وحشـت هایـش، روبـرو میشـویم. مـا مسـیری ترسـیم میکنیـم و در آن جهـت، تصمیمـات خـوب یـا بـدی میگیریـم. مـا بـه خوبـی میدانیـم کـه می‌توانیـم کارهـای پلیـدی انجـام دهیـم و چیزهـای هولناکـی بـه وجـود بیاوریـم. و همینطـور هـم بـه خوبـی میدانیـم کـه میتوانیـم کارهایی خـوب - گرچه نـه عالـی - انجـام دهیـم. اگـر بـه درسـتی عمـل کنیـم، در نتیجـه صداقـت، مسـئولیت پذیـری، قدردانی و فروتنـی مـان، خـوب عمـل کـرده ایـم.

نگـرش درسـت نسـبت بـه وحشـت اگزیستانسـیال (وحشـت وجـود داشـتن مـان) - همـان جایگزین بـرای کینـه، فریـب و خودبـزرگ بینـی - ایـن اسـت کـه بـه میـزان کافـی از شـما، جامعـه و جهـان وجـود دارد تـا بـودن را تصدیـق کنـد. شـاید بتوانیـد بـه گونـه ای زندگـی کنیـد کـه آن اصالـت، بزرگـی و معنـای درونـی از اهمیـت کافـی برایتـان برخـوردار باشـد کـه بتوانیـد عناصر منفـی وجود داشـتن را تحمـل کنید، بـدون آنکـه آنقـدر تلـخ شـوید کـه همـه چیـز را در اطـراف خـود بـه چیـزی شـبیه جهنـم تبدیـل کنید.

البتـه کـه مـا بـه خاطـر عـدم قطعیـت بنیادینـی کـه در هسـتی هسـت، تحـت فشـار قـرار میگیریـم. البتـه کـه طبیعـت مـا را بـه شـیوه‌هایی دردنـاک و ناعادلانـه مـی‌آزارد. البتـه کـه جوامـع مان به اسـتبداد و سرشـت مـا بـه پلیـدی متمایـل اسـت. امـا ایـن بـدان معنـی نیسـت کـه مـا نمـی توانیـم خـوب باشـیم، یـا جوامـع مـان نمـی توانـد منصـف باشـد، یـا جهـان طبیعـی نمـی توانـد خـودش را مطابـق منفعـت مـا تنظیـم کنـد. اگـر بتوانیـم کمـی بیشـتر بدخواهـی مـان را محـدود کنیـم چـه؟ اگـر بتوانیم کمـی نهادهایمـان را مسـئولیت پذیرتـر کنیـم یـا کمـی کمتـر کینـه تـوز باشـیم چـه؟ فقـط خـدا میداند کـه نهایـت آن چـه میتوانـد باشـد. اگـر همـه مـا از وسوسـه فعالانـه یـا منفعلانه تغییـر سـاختار واقعیت

خـودداری کنیـم؛ اگـر خشـم را بـا فـراز و نشـیب بـودن توام بـا سپاسـگزاری و حقیقـت، جایگزیـن کنیم، اوضـاع چقـدر میتوانـد بهتـر شـود؟ و اگـر همـه مـا ایـن کار را بـا پشـتکار پیوسـته انجـام دادیـم، آیـا ایـن بهتریـن شـانس مـان بـرای دور نگهداشـتن عناصـر ویرانگـر و سـتمگر خـود، جامعـه و طبیعـت و خیـز برداشـتن علیـه آن نیسـت؟

به خودتان اجازه ندهید که کینه توز، فریبکار یا خودبزرگ بین شوید.

www.KhoreKetab.com

قانون دوازدهم

شکرگزار باشید، به رغم رنجی که میکشید

www.KhoreKetab.com

پایین میتواند بالا را تعریف کند

من دهه‌ها به دنبال قطعیت بوده ام. نه به صورت تفکر خلاقانه صرف، بلکه اول در قالب فکر کردن و بعد در قالب تضعیف و نابود کردن آن فکر تلاش کرده‌ام و به دنبال توجه و حفاظت از آن افکاری بوده‌ام که جان سالم به در می‌برند. مثل شناساییِ یک گذرگاه میان باتلاق می‌ماند که به دنبال سنگ‌هایی هستید که با خیال راحت بتوانید روی آن قدم بگذارید. اگرچه من رنج را اجتناب ناپذیر و بزرگنمایی آن توسط پلیدی را از حقایق تزلزل ناپذیر بودن میدانم، باور عمیق تری نسبت به این موضوع دارم که مردم از منظر روانی و عملی، توانایی عبور از رنج شان و محدود کردنِ بدخواهی شان و همینطور محدود کردن آن پلیدی که از ویژگی‌های جهان اجتماعی و طبیعی است، دارند.

بشر توانایی مقابله با رنج خود را دارد تا بتواند از جنبه روانی از آن عبور کند و از جنبه عملی شرایط را بهبود ببخشد. این دو اصلِ دوقلو، صرف نظر از مکتب فکری، از اساسی ترین اصول روان درمانی و همینطور کلیدی مرموز پیشرفت و موفقیت بشر در طول تاریخ است. اگر با محدودیت‌های زندگی شجاعانه روبرو شوید، یک هدف روانیِ مشخص برایتان تعریف میشود که در نقش پادزهر آن رنج عمل میکند. توجه داوطلبانه شما به آن پرتگاه، در عمیق ترین سطوح به شما نشان میدهد که شما قادرید که بدون اجتناب از مشکلات موجود، مسئولیت آن را به عهده بگیرید. این حرکت شجاعانه خالص است که در بنیادی ترین سطوح وجود روانشناختی شما عمیقا مایه دلگرمی است. این نشان دهنده توانایی شایستگی شما در برابر آن نظام‌های اخطار روانشناختی و بیولوژیکیِ عمیق، باستانی و تا حدی مستقل است که وجود خطر در جهان را در خود ثبت میکند.

اما منفعت چنین مواجهه ای به هیچ وجه صرفا روانشناختی نیست، بلکه رویکرد عملیِ مناسبی هم هست: اگر در مواجهه با رنج، شرافتمندانه رفتار کنید - واژه ای که اکنون متاسفانه بسیار به

www.KhoreKetab.com

نـدرت بـه کار میـرود - میتوانیـد بـه طـور عملـی و موثـری تیـره روزی خودتـان و دیگران را تسـکین دهید و برطـرف کنیـد. شـما میتوانیـد دنیـای مـادی - همیـن دنیـای واقعـی را - بهتـر کنیـد (یا حداقـل جلوی بدتـر شـدنش را بگیریـد). در مـورد بدخواهـی نیـز ایـن مـورد صـدق میکنـد: شـما میتوانیـد بدخواهـی درونتـان را محـدود کنیـد. وقتـی میخواهیـد حرفـی بزنیـد، وجدان‌تـان ممکـن اسـت (و اغلـب اینـکار میکنـد کـه) بـه شـما اطـلاع دهـد «ایـن حـرف واقعـی نیسـت.» ابـراز چنیـن هشـداری ممکـن اسـت در قالـب یـک صـدای مشـخص (البتـه درونتـان) یـا احسـاس شـرم، گناه، ضعـف یـا هرگونـه ناهمگونیِ درونـی نشـان دهـد - کـه پیامـد فیزیولوژیکـی روان شماسـت کـه خـودش را نشـان میدهـد. بعـد ایـن فرصـت را خواهیـد داشـت کـه بیـان آن حرف‌هـا دسـت برداریـد. اگـر نمـی توانیـد حقیقـت را بگوییـد، حداقـل میتوانیـد آگاهانـه دروغ نگوییـد. ایـن بخشـی از محـدود کـردن بدخواهـی اسـت. ایـن چیـزی اسـت کـه در کنتـرل ماسـت. شـروع بـه تـرک دروغِ آگاهانـه، یـک گام مهـم در جهـت درسـت اسـت.

مـا میتوانیـم رنـج خـود را محـدود کنیـم و میتوانیـم از نظـر روانـی بـا آن روبـرو شـویم. چنیـن کاری بـه مـا شـجاعت میدهـد. بعـد میتوانیـم آن را از نظـر عملـی التیـام بدهیـم، چـون ایـن کاری اسـت کـه وقتـی میخواهیـم از خودمـان و دیگـران مراقبـت کنیـم انجـام میدهیـم. بـه نظـر میرسـد کـه منفعـت چنیـن کاری هیـچ محدودیتـی نـدارد. شـما واقعـا بـه شایسـتگی میتوانیـد از خـود و خانوادتـان مراقبت کنیـد. بعـد میتوانیـد آن را بـه جامعـه بزرگتـری گسـترش دهیـد. بعضـی آدمهـا در ایـن زمینـه بـه طـرز بـاور نکردنـی توانمنـد میشـوند. مثـلا کسـانی کـه در زمینـه مراقبت‌هـای تسـکینی[1] کار میکننـد، نمونـه بـارزی هسـتند. آن مـدام کار میکننـد و از افـرادی کـه رنـج میکشـند و در حـال مـرگ هسـتند، و هـر روز تعـدادی از آنهـا را از دسـت میدهنـد، مراقبـت میکننـد. امـا میتواننـد هـر روز صبـح از خواب بیدار شـوند، سـر کارشـان برونـد و بـا تمـام آن درد، مصیبـت و مـرگ روبـرو شـوند. آنهـا در شـرایط تقریبا غیـر ممکن، تمایـز ایجـاد میکننـد. بـه همیـن دلایـل و مثـال هاسـت - مثـل مشـاهده مردمی کـه به طور مسـتقیم

۱ مراقبت‌هـای تسـکینی (palliative cares) بنـا بـه تعریـف سـازمان بهداشـت جهانـی، دربرگیرنـده همـه اقدامـات فعـال و کامـل بـرای کاسـتن از رنـج و درد و بهبـود کیفیـت زندگـی در بیمـار اسـت - م.

www.KhoreKetab.com

و موثـری بـا فجایـع اگزیستانسـیال زندگـی روبـرو میشـوند - کـه مـن بیشـتر از آنکـه بدبیـن باشـم، خـوش بینـم و معتقـدم کـه خوشـبین بـودن اساسـا قابـل اعتمادتـر از بدبینی اسـت. رسـیدن بـه چنین نتیجـه ای و اثبـات تزلـزل ناپذیـری آن مثـال خوبـی اسـت از ایـن واقعیـت اسـت کـه قبـل از دیـدنِ نور، چـرا و چطـور لازم اسـت کـه بـا تاریکـی روبـرو شـوید. خوشـبینی و سـاده لوحـی آسـان اسـت. اگـر ایـن خـوش بینـی سـاده لوحانـه باشـد، تضعیـف و تخریـب آن سـاده اسـت و منجـر بـه جایگزیـن شـدنش بـا بدبینـی میشـود. امـا عمـل نـگاه کـردن عمیـق تـا حـد ممکـن بـه تاریکـی، نـوری آشـکار میکنـد کـه ظاهـرا خامـوش نشـدنی اسـت. و یـک شـگفتی عمیـق و یـک تسـکین بـزرگ اسـت.

دربـاره سپاسـگزاری نیـز همیـن امـر صـادق اسـت. بـاور نـدارم کـه بتـوان بـدون درکـی عمیـق و حتـی مخـوف از وزن بـودن، بـه طـور واقعـی سپاسـگزار و قـدردان خوبی‌هایـی باشـید کـه برایتـان محقـق شـده و پلیدی‌هـای اتفـاق نیفتـاده انـد. شـما نمـی توانیـد بـه درسـتی قـدردان داشـته هایتـان باشـید مگـر آنکـه از درک درسـتی از ایـن واقعیـت بـه دسـت آورده باشـید کـه چطـور برخـی چیزهـا میتواننـد بـه طـرز هولناکـی جلـو بروند، و اینکـه بـا توجـه بـه سـهولت آن، چقـدر چنیـن اتفاقـی محتمـل اسـت. ایـن دانشـی اسـت کـه ارزش بسـیاری دارد. در غیـر اینصـورت ممکـن اسـت چنیـن وسوسـه شـوید کـه «چـرا بایـد بخواهـم کـه نگاهـی بـه آن تاریکـی بیانـدازم؟» بـه نظـر میرسـد کـه مـا از جنبـه مثبتـی بـه دنبـال نـگاه کـردن ایـم. مـا شـیفته شـیطان هسـتیم. مـا نمایش‌هـای دراماتیکـی را از قاتـلان زنجیـره ای، بیمـاران روانـی، رئیـس مافیـای جنایت‌هـای سـازمان یافتـه، اعضـای باندهـای مخـوف، متجـاوزان، قاتـلان قـراردادی و جاسوسـان تماشـا میکنیـم. مـا بـا تماشـای فیلم‌هـای جنایـی و ترسـناک، داوطلبانـه خودمـان را در معـرض تـرس و نفـرت قـرار میدهیـم - و ایـن کاری بیـش از گرایـش بـه یـک کنجـکاویِ شـهوانی اسـت. ایـن کار پیشـرفت نوعـی از سـاختاری اساسـا اخلاقـیِ بـودن انسـان و معلـق بـودن مان بیـن قطب‌هـای خیـر و شـر اسـت. توسـعه چنیـن درکـی ضـروری اسـت؛ چنیـن درکـی حـدودی از پاییـن و بـالا را برایمـان تعییـن میکنـد و ادراک، انگیـزه و عمـل مـان را جهـت میدهـد. توسـعه چنیـن ادراکـی همینطـور از مـا محافظـت میکنـد. اگـر نتوانیـد شـر را درک کنیـد، خودتـان را در مقابلـش عریان

کـرده ایـد؛ و در مقابـل اثـرات و یـا حتـی اراده آن آسـیب پذیـر شـده ایـد. اگـر تـا بـه حـال بـا فـردی بدخـواه برخـورد کـرده باشـید میدانیـد کـه آنهـا درسـت بـه انـدازه ای که شـما نخواهید یـا قادر بـه درک شـان نباشـید، کنترل‌تـان میکننـد. بنابرایـن شـما بـه درون تاریکـی نـگاه میکنیـد تـا در صورت ظهـور آن تاریکـی از خودتـان محافظـت کنیـد، و همچنیـن نـور را بیابیـد. چنیـن کاری منفعتـی واقعـی دارد.

روح مفیستوفلس

گوتـه، نویسـنده بـزرگ آلمانـی، کـه تاثیـر آن بـر فرهنـگ آلمانـی بـه مثابـه تاثیـر شکسـپیر بـر فرهنـگ انگلیسـی اسـت، نمایشـنامه معروفـی بـه نـام فاوسـت[1] دارد؛ داسـتان مـردی کـه در ازای دانـش، روحش را بـه شـیطان میفروشـد. مفیسـتوفلس[2]، شـیطان داسـتان گوتـه اسـت - همـان دشـمن. دشـمن یـک شـخصیت افسـانه ایسـت؛ همـان روح جاودانـه ایسـت کـه علیـه نیت‌هـای خـوب شـما (یـا بـه طـور کلـی علیـه نیت‌هـای خـوب) فعالیـت میکنـد. شـما چنیـن چیـزی را از جنبه‌هـای روانـی، متافیزیکـی و مذهبـی درک میکنیـد. همـه درون مـان ظهـور نیت‌هـای خـوب و عمـل بـر اسـاس آن را می‌بینیـم، بـا ایـن حـال اغلـب بـه طـور ناراحـت کننـده ای متوجـه ایـن موضـوع میشـویم کـه آنچـه نبایـد انجـام میـداده ایـم، انجـام داده ایـم یـا برعکـس. چیـزی درون مـا هسـت کـه بـر خـلاف خواسـته‌هایی اسـت کـه داوطلبانـه ابـراز میکنیـم. در واقـع بسـیاری از ایـن قبیـل چیزهـا - یا به اصطـلاح گروهی از شـیاطین - هسـتند کـه حتـی بـا یکدیگـر نیـز در تعـارض انـد؛ بسـیاری از نظام‌هـای اعتقـادی و انگیزه‌هـای بیـان نشـده و تاریکـی کـه خودشـان را بـه عنـوان پـاره ای از شـخصیت‌ها (بـا تمـام ویژگی‌هـای اصلـی یـک شـخصیت امـا بـا ماهیتـی ناقـص) بـه شـما نشـان میدهند.

درک ایـن موضـوع جـدی اسـت. ایـن درک ناشـی از مشـارکت بـزرگ روان درمانگـران اسـت، کسـانی که شـاید بیـش از همـه بـر ایـن ایـده پافشـاری میکنند کـه درون مـا ارواحی سـاکن اند کـه خـارج از کنترل

۱ Faust

۲ Mephistopheles

www.KhoreKetab.com

مـا و گاهـی خـارج از محـدود دانـش خـودآگاه مـان انـد. چنیـن درکـی سـوالات بـزرگ و فلـج کننـده ای مطـرح میکنـد کـه: اگـر شـما در کنتـرل خودتـان نیسـتید، آن وقـت در کنتـرل چـه کسـی یـا چـه چیزی هسـتید؟ اگـر در کنتـرل خودتـان نیسـتید، آن وقـت بـر سـر ایـده مرکزیـت، یکپارچگـی و حتـی واقعیت «خـود» شـما، کـه وجـودش فـورا قطعـی بـه نظـر میرسـد، بـه چالـش کشـیده میشـود. آن وقـت آن چیـز یـا آن کسـی کـه شـما نیسـتید، بـه دنبـال چیسـت؟ و بـه دنبـال چـه هدفـی عمـل میکنـد؟ همه مـا موجوداتـی هسـتیم کـه امیدواریـم بتوانیـم بـه خودمـان بگوییم کـه چـه کاری بایـد انجـام دهیم، و دقیقـا چـه کسـی قـرار اسـت آن را مطابـق اراده مـان انجـام دهـد. بهرحـال شـما، شـمایید و - کمابیـش طبـق تعریـف - بایـد در کنتـرل خودتـان باشـید. امـا اغلـب همـه چیـز اینطـور پیـش نمـی رود، و دلیـل یـا دلایلـی کـه چـرا اینگونـه نیسـت، عمیقـا مبهم اسـت.

البتـه گاهـی بسـیار آسـانتر ایـن اسـت کـه کارهایـی را کـه بایـد انجـام دهیـم، انجـام ندهیـم. انجـام دادن کارهـای خـوب میتوانـد سـخت باشـد؛ چنـان کـه در اغلـب اوقـات دشـوار اسـت و در سـختی‌ها - حداقـل در فرسـودگی ناشـی از آن - چنیـن خطـری وجـود دارد. تمایـل بـه سـکون یـک دلیـل قـوی برای ایسـتایی اسـت و میتوانـد ایمنـی فـوری و قطعـی ایجـاد کنـد. امـا مشـکل، بزرگتر از این اسـت. مشـکل فقـط بـه خاطـر تنبلـی شـما نیسـت: بلکـه بـه ایـن دلیـل اسـت کـه شـما بـد هـم هسـتید - و ایـن را از قـول قضـاوت خودتـان ابـراز کـرده ایـد. چنیـن ادراکـی بسـیار ناخوشـایند اسـت، امـا بـدون آن هیـچ امیـدی بـه بهبـود وجـود نـدارد. شـما (یـا وجـدان تـان) خودتـان را بـه خاطـر کاسـتی هایتان سـرزنش میکنیـد. شـما بـا خودتـان طـوری رفتـار میکنیـد کـه گویـی بخشـی از یـک نهـاد غیراخلاقـی هسـتید. ایـن هـم عمیقـا بسـیار ناخوشـایند اسـت و بایـد بـه گونـه ای انگیـزه پیدا کنیـد کـه از قضـاوت خودتان دوری کنیـد. امـا هیـچ دلیـل منطقـی بـه سـادگی بـه شـما اجـازه فـرار نمـی دهـد.

اگـر مایـل باشـید، می‌بینیـد کـه درون‌تـان نیـروی خصمانه ای هسـت کـه در راسـتای تضعیـف بهترین نیت‌هـای شـما تـلاش میکنـد. ماهیـت آن نیـرو، از نظـر فلسـفی، ادبـی، روانشـناختی، و بالاتـر از همـه، از نظـر دینـی و مذهبـی، موضـوع حـدس و گمان‌هـای بـی انتهایـی اسـت. مثـلا تصـور مسـیحیان از

شخصیت بزرگ شر - مفیستوفلس، شیطان، ابلیس و دیو - تجسم خیالی عمیقی از وجود چنین روحی است. اما دشمن، شخصیتی نیست که فقط در تخیل مان وجود داشته باشد، بلکه همینطور چیزی است که به اختصار از آن به «تسخیر شدگی» در انگیزه برای رفتارهای بدخواهانه و همینطور در خودِ اعمال تعریف میشود. کسی که تا به حال بعد از یک عمل به شیوه ای غیرمعمول، مشابه چنین فکری را کرده یا چنین حرفی زد باشد که «نمیدانم چه بر سرم آمد» وجود چنین تسخیر شدگی‌هایی را یادآوری میکند، حتی اگر نتوانند آن را به بیان درآورند. در نتیجه ممکن است با وحشت از خودمان بپرسیم «چرا چنین روحی وجود دارد؟ و چرا باید بخشی از هر یک از ما باشد؟»

بنظر میرسد که جواب تا حدی با شعور قدرتمندی همراه است که ما از محدودیت‌های فناپذیر درونی مان با هم شریک میشویم، و در برابر رنجی که از جانب خود هایمان، جامعه و طبیعت به ما تحمیل میشود، تسلیم میشویم. این امر باعث تلخی مان و ایجاد حسی از حقارت نسبت به خود و نفرتی میشود که از ضعف‌ها و نارسایی هایمان و همینطور شکست‌های ظاهرا ناعادلانه، غیر قابل پیش‌بینی و گهگاه مان نشات میگیرد (و تازه هنوز هیچ اشاره ای به فناپذیری مان با توجه به شکنندگی شدید درونی مان نکردیم). با توجه به تمام این ادراکات ناامید کننده، هیچ دلیلی وجود ندارد که فرض کنید قرار است با خودتان، یا از بودن، خوشحال و راضی باشید. چنین نارضایتی - یا ناراحتی - به راحتی میتواند خودش را در یک دور باطل، بزرگ و تقویت کند. با هر قدمی که از سر ناراحتی و نفرت، علیه خودتان یا دیگران برمیدارید، دلایل بیشتری برای شرمندگی و دشمنی با خودتان می‌یابید. بیهوده نیست که از هر پنج نفر، یک نفر در طول زندگی اش علیه خود دست به آسیب زننده جدی میزند. و تازه این آمار شامل جدی ترین عمل - یعنی اقدام به خودکشی (یا تمایلات بسیار رایج‌تر درباره فکر خودکشی) - نمیشود. وقتی از خودتان ناراحتید، چرا به نفع خودتان کاری انجام دهید؟ شاید در عوض کاری انتقام جویانه از شما سر بزند؛ کاری که شاید خودش را توجیه کند و تاوانی فرضی برای آن درد و

رنج است، اما برای تداخل در حرکت را به جلوی شما برنامه ریزی شده است. از نظر مفهومی اگر هر آنچه درونتان با شما، با دوستی هایتان، با زن یا شوهرتان مخالف است، تجمیع شده و به یک شخصیت واحد تبدیل شود، دشمن ظاهر میشود. این دقیقا همان مفیستوفلس در نمایشنامه گوته است - خود شیطان. این همان روحی که در خلاف جهت عمل میکند - و این دقیقا توصیفی است که از خود ارائه میدهد: «من روحی هستم که انکار میکند.» چرا؟ چون همه چیز در جهان به حدی محدود و ناقص است - و درست به همین به حدی برای خودش دردسر و وحشت می‌آفریند - که نابودی اش نه تنها توجیه پذیر، بلکه از نظر اخلاقی الزام آور است. و چنین منطقی سازی کمابیش اینگونه جلو میرود.

این صرفا برداشتی تو خالی نیست. مردم به سختی با چنین ایده‌هایی دست و پنجه نرم میکنند. زنان وقتی به فکر بچه دار شدن می‌افتند، با چنین ایده‌هایی کلنجار میروند: «آیا واقعا باید بچه ای را چنین جهانی بیاورم؟ آیا اخلاقا این کار دست است؟» پیروان مکتب فلسفی تولدستیزی[1]، که فیلسوف اهل آفریقای جنوبی، دیوید بناتار، شاید مدافع برجسته آن باشد، جواب شان به هر دو این سوالات منفی باشد. من چند سال قبل با او درباره نظراتش بحث کردم. اینطور نبود که من موقعیتش را درک نکنم. شکی نیست که جهان غرق در رنج است. چند سال بعد، با فیلسوف دیگری به نام اسلاوی ژیژک[2] بحث کردم - که بیشتر به خاطر گرایشات مارکسیستی اش مشهور بود تا اعتقادات مذهبی اش. او در طول آن بحث موضوعی را عنوان کرد که شاید از نظر دینی قابل بحث باشد، اما من بسیار به آن علاقه مندم. در سنت مسیحی، حتی خود خدا در قالب مسیح، از معنای زندگی و خوب بودن پدرش به خاطر رنج مصلوب شدنش ناامید میشود. او قبل از مرگ، در اوج رنجش، این کلمات را میگوید: «خدایا، خدای من، چرا مرا فراموش کرده ای؟» (متی ۲۷: ۴۹). به نظر میرسد که این امر به شیوه داستانی اش

۱ Antinatalism

۲ Slavoj Žižek

www.KhoreKetab.com

قویـا نشـان میدهـد کـه بـار زندگـی آنقـدر میتوانـد سـنگین باشـد کـه حتـی خـود خـدا نیـز در مواجهه بـا واقعیـت غیـر قابـل تحمـل بـی عدالتـی، خیانـت، رنـج و مـرگ میتوانـد ایمانـش را از دسـت بدهـد.

بـه سـختی میتـوان داسـتانی سرشـارتر از همـدردی مثـل ایـن مـورد، بـرای موجـودات فانی تصـور کرد. اگـر خـود خـدا در بحبوحـه عـذاب خودخواسـته اش دچـار تردیـد میشـود، چطـور مـا انسـانهای سـاده دچـار همـان شکسـت نشـویم؟ امـکان دارد کـه دلسـوزی، محـرک موقعیـتِ ضدزایـشِ دیوید بناتـار بـود. مـن هیـچ مدرکـی مبنـی بـر بدخواهـی بناتـار بـه طـور آشـکار ندیـدم. بـه نظـر میرسـید، او واقعـا معتقـد اسـت - بـه شـیوه ای کـه بـرای مـن یـادآور مفیسـتوفلس گوتـه بـود - کـه ترکیـب خودآگاهـی، آسـیب پذیـری و فناپذیـری آنقـدر وحشـتناک اسـت کـه بـه سـادگی هیـچ بهانـه اخلاقـی بـرای ادامـه آن وجـود نـدارد. اکنـون ایـن امـکان وجـود دارد کـه بـاور مفیسـتوفلس قابـل اعتمـاد باشـد. از آنجایـی کـه او خـود شـیطان اسـت، هیـچ دلیلـی نـدارد کـه فـرض کنیـم اسـتدلالی کـه او بـرای توجیـه موضـع خصمانـه اش دربـاره هسـتی ارائـه میکنـد معتبـر اسـت، یـا اینکـه حتی خـودش بـه آن واقعـا بـاور دارد. و شـاید همیـن امـر دربـاره بناتـار هـم صـادق بـود، کسـی کـه بـدون شـک طعمـه ضعف‌هایـی بـوده و هسـت کـه مشـخصه هـر یـک از ماسـت (و ایـن قطعـا شـامل مـن نیـز میشـود، علیرغـم موضـع مخالـف مـن بـا او). امـا مـن در آن زمـان و معتقـد بـودم و هنـوز هـم معتقـدم کـه عواقـب موقعیـت نفـی کننـده نفـس او، بـه سـادگی بیـش از حـد هولنـاک اسـت. ایـن امـر مسـتقیماً منجـر بـه نگرشـی ضـد زندگـی یـا پـوچ گرایـی عمیقـی می‌شـود کـه تجلـی آن کمکـی نمیکنـد جـز اینکـه عواقـب ویرانگر بـودن را بزرگنمایـی و تقویـت کنـد.

فرضیـه بناتـار ایـن بـود کـه زندگـی آنقـدر مملـو از رنـج اسـت کـه بـه وجـود آوردن یـک موجـود خـودآگاه - بـا هـر هـدف و نیتـی - یـک گنـاه اسـت و مناسـب تریـن رفتـاری کـه انسـان اخلاقـا بایـد انجـام دهنـد ایـن اسـت کـه از چنیـن کاری دسـت بردارنـد: اینکـه خـود را بـه طـور داوطلبانـه منقـرض کننـد. بـه نظـر مـن چنیـن دیدگاهـی از آنچـه شـما تصـور می‌کنیـد بسـیار رایج‌تـر اسـت، اگرچـه شـاید بـه نـدرت بـه مـدت طولانـی حفـظ شـود. هـرگاه یکـی از فجایـع زندگـی شـما را بـه زانـو درآورد، هـرگاه

رویایـی میمیـرد، یـا یکـی از نزدیکان‌تـان - خصوصـا فرزندتـان یـا کسـی کـه دوسـتش داریـد - بـه طـرز مهلکـی آسـیب ببینـد، بـه سـادگی بـه ایـن فکـر می‌افتیـد کـه: «شـاید بهتـر بـود تمـام این آشـفتگی‌ها فقط تمـام میشـد.»

ایـن مطمئنـا همـان فکـری اسـت کـه افـراد در حیـن خودکشـی بـه آن فکـر میکننـد. در شـدیدترین حالـت، ایـن همـان افـکاری اسـت کـه قاتـلان زنجیـره ای دارند، یـا کسـانی کـه در دبیرسـتانها تیراندازی میکننـد و بـه طـور کلـی فکـری اسـت کـه آدمکشـان و نسـل کشـان دارنـد. آنهـا نگـرش خصمانه شـان را تـا آنجـا کـه ممکـن اسـت عملـی میکننـد. آنهـا بـه طـور واقعـی تسـخیر شـده انـد، بـه طـوری کـه از یـک اسـتعاره صـرف فراتـر میـرود. آنهـا تصمیـم گرفتـه انـد کـه زندگـی نـه تنهـا غیـر قابـل تحمـل و شـرارتِ بـودن غیـر قابـل توجیـه اسـت، کـه هـر چیـزی صرفـا بـه گنـاه بودنش بایـد مجـازات شـود. اگر میخواهیـم امیـدی بـه مقابلـه بـا وجود شـر داشـته باشـیم، و در راسـتای به حداقـل رسـاندن اش تلاش کنیـم، بایـد ایـن نـوع انگیزه‌هـا را درک کنیـم. تـا حـد زیـادی، آگاهـی از رنـج و بدخواهـی اسـت کـه مـردم را پـر از تلخـی میکنـد. و مـن معتقـدم همیـن موضـع تلـخ تولـد سـتیزی اسـت کـه اگـر بـه طور گسـترده ای اتخـاذ شـود لاجـرم بـه آن سـو سـوق می‌یابـد. در نـگاه اول ممکـن اسـت صرفا خـودداری از زایـش باشـد. امـا مـن بـاور دارم کـه زیـاد طولـی نمیکشـد تـا آن انگیـزه بـرای توقـف زندگـی بـه انگیزه مشـابهی تبدیـل شـود کـه بخواهـد همیـن زندگی فعلـی را نابود کند کـه در نتیجـه قضاوتی «دلسـوزانه» اسـت کـه میگویـد بعضـی از زندگی‌هـا آنقـدر وحشـتناک انـد کـه پایـان دادن بـه آنهـا نوعـی مهربانـی اسـت. مثـلا ایـن فلسـفه بـه طـور نسـبی در اوایـل عصـر نازی‌هـا ظهـور کـرد، وقتـی افـرادی که توسـط زندگـی بـه سـختی آسـیب دیـده بودنـد، بـا اهدافـی «اخلاقـا دلسـوزانه» نابـود میشـدند. سـوالی کـه چنیـن خـط فکـری بـه آن منجـر میشـود اینسـت کـه ایـن «دلسـوزی» کجـا متوقـف میشـود؟ تـا چـه حـد بایـد بیمـار، پیـر، کـم بهـره از هوش، فلـج، ناراحـت، غیرمولـد، یا از لحاظ سیاسـی نامناسـب باشـید کـه اخلاقـا لازم باشـد از دسـتتان خـلاص شـد؟ و چـرا بـاور میکنیـد کـه وقتـی نابـود کـردن یـا صرفـا محدودیت‌هـای زندگـی سـتاره راهنمایتـان شـد، ایـن مسـیر را پایـان جهنمـی اش ادامـه نمـی دهیـد؟

به نظرم نوشته‌های قاتلان دبیرستان کالمبین[1] در این زمینه بسیار آموزنده است. نوشته هایشان کثیف، ناخوانا، بی دقت و نامنسجم و از روی خودشیفتگی است، اما قطعا فلسفه ای پشت آن است: اینکه هر چیزی به خاطر گناه بودنش، مستحق رنج است. پیامد چنین باوری، گسترش خلاقانه آن رنج است. یکی از آن قاتلان نوشته که خود را قاضی همه موجودات میداند - قاضی ای که از نظرش، بودن در شکل انسانی آن از روی حماقت است - و بهتر اینست که تمام نسل بشر از بین برود. این گفته، دامنه دیدگاه مخوف او را مشخص میکند. او و شریکش به همکلاسی هایشان در یک دبیرستان محلی تیراندازی کردند، اما آن تیراندازی بخش کوچکی از برنامه‌شان بود. آنها مواد آتش‌زا در مکانهای عمومی جاسازی کرده بودند و درباره نابود کردن کل شهر خیالپردازی میکردند. چنین برنامه‌هایی تنها یک گام در راه رسیدن به دورنمای نسل‌کشی نهایی است.

شما چنین دیدگاه‌هایی ندارید مگر اینکه عمیقا در تسخیر چیزی باشید که بسیار شبیه به روح دشمن است. این روح، همان مفیستوفلس است که میتوان دیدگاه اصلی اش را به این نحو بیان کرد: «زندگی به خاطر محدودیت‌ها و بدخواهی هایش آنقدر وحشتناک است که بهتر بود اصلا وجود نداشت.» این باور اصلی چنین روحی است که برخلاف چنین اهدافی کار میکند. این یک موضوع قابل بحث است و جای تعجبی ندارد که باید سربرآورد، و در بحبوحه یک بحران وحشتناک قانع کننده به نظر میرسد، اگرچه من باور دارم که عمیقا اشتباه است. فکر میکنم دلیل اشتباه بودنش تا حدی به این خاطر است که وقتی آن را درکی میکنید می‌بینید که تنها کاری که کرده این است که شرایط بدِ قبلی را تشدید کرده است. اگر تصمیم بگیرید که چیزی را بدتر کنید، احتمالا میتوانید. اگر انگیزه اولیه تان، اعتراض به وحشتِ بنیادینِ هستی است، من نمی توانم ببینم که چطور چنین واکنشی بهبود ایجاد میکند. به نظر نمی رسد که این راهی باشد که موجودی آگاه با کمی احساس قدردانی در آن گام بردارد. در این استدلال یک ناهماهنگی وجود دارد که غیر قابل دفاع است و همین است که اساسا این بحث

۱ Columbine

را بـا تردیـد مواجـه میکنـد، چـرا کـه شـنونده نمـی توانـد چنیـن فکـر نکند کـه: «با وجـود ظاهـر منطق ظاهـری اش، پشـت صحنـه چیزهایـی در جریـان اسـت کـه هـم ناگفتـه و هـم غیـر قابل گفتن اسـت.»

شکسـت منطـقِ دشـمن بـه ایـن معنـا نیسـت کـه سـاختن دیدگاهـی تزلـزل ناپذیـر بـرای مقابلـه بـا آن امـری سـاده اسـت. در صریـح تریـن حالـت ممکـن، چنیـن میتـوان گفـت که تشـخیص یـک دیدگاه معتـرض و انتقـام جویانـه کاری مفیـد اسـت، درسـت مثـل فضـای منفـی در یـک نقاشـی، چـون فضای مثبـت را تعریـف میکنـد. خیـر را میتـوان در مقابـل هرآنچـه پلیـدی را میسـازد مفهـوم سـازی کـرد - هرچنـد کـه در فرمـول بنـدی اولیـه آن بسـیار مبهـم باشـد - چـون معمـولا پلیـدی در جهـان بـه آسـانی از خیـر قابـل تشـخیص اسـت. مـن سـعی کـرده‌ام در مسـیر تقابـل بـا شـر، سـنگ محک‌هایـی پیـدا کنـم تـا شـاید مـردم بتواننـد بـه کمـک شـان خیـر را تعریـف کننـد. بعضـی شـان اگرچه سـخت انـد، اما بسـیار کاربـردی انـد. بـه عنـوان مثـال مـن بـه مخاطبانـم - خصوصـا کسـانی کـه بـه خاطر یـک بیماری مهلـک یکـی از والدیـن شـان را از دسـت داده انـد - پیشـنهاد میکنـم مفیـد اسـت کـه در دوران سـوگ بعـد از مـرگ، ایـن وظیفـه را بـه عهـده بگیرنـد کـه قابـل اعتمـاد تریـن فـرد در زمـان آمـاده سـازی، حین و بعـد از مراسـم خاکسـپاری باشـند و از اعضـای خانـواده شـان در طـول و بعـد از رخـداد فاجعـه مراقبـت کننـد. از سـمت پتانسـیل شـما، دعوتـی بـه ایـن امـر وجـود دارد. ندایـی بـه قـدرت خـودِ هسـتی وجـود دارد - همـان موجـودی کـه میتوانـد در شـما تجلـی پیـدا کنـد. نسـل بشـر همـواره بـا از دسـت دادن و مـرگ روبـرو بـوده اسـت. مـا بازمانـدگان کسـانی هسـتیم کـه توانسـتند ایـن موضـوع را مدیریـت کنند. ایـن توانایـی درونمـان هسـت، هـر چنـد کار سـختی بـه نظـر میرسـد. اگر واقعا کسـی را دوسـت داشـته ایـد، ممکـن اسـت در اصـل، شـکل عمیقـی از خیانـت بـه نظـر برسـد کـه در غیـاب شـان و وقتـی حضور فعلـی شـان شـروع بـه کمرنـگ شـدن میکنـد، یکپارچگـی و انسـجام‌تان را حفظ کنیـد. بالاخـره آیا چنین توانایـی نشـان دهنـده عمـق واقعـیِ عشـق شـما نسـیت؟ اگـر میتوانید شـاهد مرگشـان باشـید و از غم رفتـن شـان جـان سـالم بـه بـه در ببریـد، آیـا بـه ایـن معنـی نیسـت کـه ایـن پیونـد سـطحی بـوده و موقتـی و حتـی قابـل جایگزیـن شـدن اسـت؟ اگـر واقعـا به هـم پیونـد خـورده بودیـد، آیا (مثـل بعضی

w w w . K h o r e K e t a b . c o m

وقتها) شما را نابود نمیکند؟ اما نمی توان آرزویی بهتر از این کرد که هر فقدان اجتناب ناپذیری منجر به نابودی همه آسیب دیدگان نمیشود، چون در این صورت همه ما، خیلی سریعتر از آنکه تاکنون زنده بمانیم، محکوم به فنا بودیم. و مطمئنا اینطور نیست که آخرین آرزوی آن فرد در حال مرگ، آرزوی رنج بی پایان برای کسانی باشد که دوستشان دارد. در عوض تصور من اینست که آدمها در بستر مرگ بیشتر احساس گناه میکنند (به خاطر احساس بی فایدگی طبیعی که بهشان دست میدهد، اما بیشتر خاطر نگرانی از اندوه و مشکلاتی که برای بازماندگان ایجاد خواهند کرد). بنابراین من معتقدم که بیشترین آرزوی آنها این است که کسانی که دوستشان دارند، بتوانند پیش بروند و بعد از مدت مناسبی سوگواری، با خوشحالی زندگی کنند.

بنابراین به طور دقیق تر، فروپاشی به دنبال یک فقدان غم انگیز، به جای ادای احترام، در واقع خیانتی است که به شخص درگذشته روا شده، چون تاثیر آن فاجعه مرگبار را چندین برابر میکند. یک فرد در حال مرگ باید خودشیفته باشد تا برای کسانی که دوستشان دارد، آرزوی رنجی بی پایان کند. قدرت رویارویی با مرگ، هم برای کسی که آن را تجربه و میکند و هم برای آنان که به زندگیشان ادامه میدهند یکسان است. بعضی از اعضای خانواده‌ها هستند که به دلیل غم فقدان شان رنج می‌برند، کسانی که نیاز به مراقبت دارند، کسانی که پیر و ناتوان اند یا به شیوه دیگری در کنار آمدن با شرایط شان دچار مشکل اند. بنابراین باید فردی قوی وارد عمل شود و آن اقتدار وحشتناکی را به عمل بگیرد که بتواند با چیزی مثل مواجه شده و بر آن غلبه کند. درکِ روشن اینکه در چنین شرایطی از نظر اخلاقی موظفید در برابر سختی‌ها از خودتان قدرت نشان دهید، یعنی به خودتان - و شاید به دیگران - نشان دهید که چیزی بزرگ و قدرتمند درونتان هست که به طور مستقیم با بدترین‌ها روبرو میشود، ولی باز هم بر آن چیره میشود. مسلما این همان چیزی که مردم نیاز دارند در یک مراسم خاکسپاری با آن روبرو شوند. در مواجهه با مرگ به صراحت نمی توان چیزی گفت. همه در مواجهه با گستره بی نهایتی از آن خلا ای که هستیِ بیش از حد زودگذر مان را احاطه کرده، زبان شان قاصر است.

امـا راسـتگویی و شـجاعت در چنیـن شـرایطی، حقیقتـا دلگـرم کننـده و ماندنـی اسـت.

مـن در یـک سـخنرانی (کـه آدمهـا ممکـن اسـت آن را بـه صـورت زنـده، یـا از طریـق یوتیـوب و پادکسـت دیـده و شـنیده باشـند) بیـش از یکبـار پیشـنهاد کـرده‌ام کـه در خاکسـپاری کـه یـک عزیـز یا فـردی از نزدیـکان، چنیـن قدرتـی یـک هـدف ارزشـمند اسـت. بنابرایـن تعـداد نـه چنـدان کمـی از مردم بـه مـن نشـان داده انـد کـه در مواقـع ناامیـدی در نتیجـه آن قـوت قلـب گرفتند. آنهـا در بحـران، قابلیت اعتمـاد و قـدرت را بـه عنـوان هدفـی خـودآگاه انتخـاب کردنـد و توانسـتند آن را طـوری بـه درسـتی مدیریـت کننـد کـه آدم‌هـای اطرافشـان کـه از لحـاظ روحـی بهـم ریختـه بودنـد توانسـتند بـه آنهـا تکیه کننـد. حداقـل نتیجـه اش ایـن اسـت کـه شـرایط را بسـیار کمتـر از آنچـه می‌توانسـت وحشـتناک باشـد، تغییـر میدهـد. و ایـن یـک واقعیـت خـوب اسـت. اگـر فـردی را ببینیـد کـه از فاجعـه، از دسـت دادن، تلخـی و ناامیـدی آسـیب نمـی بینـد، آن وقـت شـاهدی را دیـده ایـد کـه نشـان میدهـد چنیـن واکنشـی ممکـن اسـت. در نتیجـه شـما نیـز ممکـن اسـت حتـی در وخیـم تریـن شـرایط از او تقلیـد کنیـد. شـجاعت و نجابـت در مواجهـه بـا تـراژدی، بـر عکـسِ آن بدبینـیِ یرانگـر و پـوچ گرایانه کـه ظاهرا در چنیـن شـرایطی قابـل توجیـه اسـت.

بـاز هـم لازم میدانـم بگویـم کـه نگـرش بدبینانـه را درک میکنـم. مـن هـزاران سـاعت تجربـه بالینـی داشـته‌ام. مـن همـراه بـا کسـانی کـه بهشـان گـوش میکـردم و بـا هـم برنامـه ریـزی میکردیـم، و همینطـور در محـدوده زندگـی شـخصی‌ام عمیقـا در موقعیت‌هـای دشـواری قـرار گرفتـه ام. مـردم زندگی‌هـای کمرشـکنی دارنـد. شـما فکـر میکنیـد زندگـی خودتـان سـخت اسـت (و حداقـل در بعضـی مـوارد درسـت فکـر میکنیـد) بعـد بـا کسـی ملاقـات میکنیـد و می‌بینیـد زندگـی شـما خیلـی بهتـر از زندگـی آنهاسـت، بـه طـوری کـه حتـی نمـی توانیـد درک کنیـد کـه آنهـا چطـور بـا وجـود بیچارگـی کنونـی شـان بـه زندگـی ادامـه میدهنـد. و نـه چنـدان بـه نـدرت، در می‌یابیـد کـه آنهـا نیـز کسـانی را می‌شناسـند کـه زندگـی هایشـان بسـیار سـخت‌تر اسـت و آنهـا هـم احسـاس شـما را پیـدا میکننـد. و آنهـا نیـز گاهـی احسـاس گنـاه از ایـن پیـدا میکننـد کـه آنچـه دارنـد بسـیار بد اسـت، چـون میدانند

www.KhoreKetab.com

چقـدر میتوانـد بدتـر باشـد.

اینطـور نیسـت کـه رنـج و خیانـت، و فجایـع زندگـی آن انـدازه ای نیسـت کـه تلخـی را بـه یـک گزینـه واقعـی تبدیـل نکنـد. موضـوع اینسـت کـه در چنیـن چیـزی هیـچ خیـری وجـود نـدارد و میتوانـد آسـیب‌های آشـکار زیـادی وارد کنـد. بنابرایـن چـه جایگزینـی هسـت؟ مـن درسـت قبـل از روز شـکرگزاری[1] سـال ۲۰۱۸، وقتـی در حـال سـفر بـه آمریـکا بـودم بـه طـور جـدی در مـورد موضـوع ایـن قانـون فکـر کـردم. بـدون شـک ایـن تعطیـلات بـه بزرگتریـن جشـن مشـترک در آمریـکا تبدیـل شـده (و تقریبـاً بـه فاصلـه یـک مـاه در کانـادا اسـت). و تنهـا رقیبـش، از آنجـا کـه عیـد پـاک تقریبـا از بیـن رفتـه، کریسـمس اسـت کـه بـه نوعـی روزی مقـدس بـرای شـکرگزاری بـه خاطـر ظهـور آن نجـات دهنـده غایـی در دل تاریکـی و سـرمای زمسـتان اسـت کـه بازتابـی از زایـش مجـدد و مـداوم امیـد اسـت. سپاسـگزاری یکـی از جایگزین‌هـای تلخـی اسـت - شـاید تنهـا جایگزیـن آن. مشـاهده مـن از تعطیـلات آمریکایـی - نظـر بـه اینکـه هفـت سـال در آمریـکا زندگـی کـرده‌ام و هنـوز هـم موقعیت‌های بیشـمار زیـادی بـه آنجـا سـفر میکنـم - ایـن بـوده کـه جشـن شـکرگزاری بـه لحـاظ عملـی و نمادیـن، نمونـه ای مشـهور اسـت. وجـود حقیقـت جشـنی بـا عنـوان صریـح «سپاسـگزاری» در اصـل، تفسـیر مثبتـی از اخـلاق بنیادیـن دولـت را نشـان میدهـد. ایـن بـدان معناسـت کـه اگـر فـردی تمام تلاشـش را بـرای خـوب بـودن انجـام دهـد، گروهـی مایـه دلگرمـی وجـود دارد کـه از تـلاش هایـش حمایـت میکنـد. چـرا بـا توجـه بـه مشـکلاتی کـه زندگـی را میسـازد، اینگونـه اسـت؟ بـه ایـن دلیـل اسـت کـه شـما میتوانیـد شـجاع باشـید. شـما میتوانیـد هوشـیار، بیـدار و مراقـب باشـید. شـما میتوانیـد بـه وضـوح ببینیـد کـه زندگـی تـا حـد مشـکل آفریـن اسـت و ممکـن اسـت باشـد. امـا بـه رغـم تمـام اینهـا شـما میتوانیـد قـدردان باشـید، چـون قدردانـی نگـرش شـجاعانه ای بـه زندگـی و سـختی‌های آن اسـت. شـما از روی سـاده لوحـی سپاسـگزار نیسـتید، بلکـه تصمیمـی شـجاعانه اسـت تـا بهترین‌ها در خودتـان، کشـورتان و در جهـان فـرا بخوانیـد. بـه همیـن ترتیـب شـما نیـز سپاسـگزارید، نـه بـه

۱ Thanksgiving

www.KhoreKetab.com

ایـن خاطـر کـه رنجـی وجـود نـدارد، بلکـه بـه ایـن خاطـر کـه بـه یـاد آوردن آنچـه داریـد و شـاید بـه شـما عطـا شـود، کاری شـجاعانه اسـت- و بـه ایـن خاطـر کـه نگـرش مناسـب از روی سپاسـگزاری، شـما را نسـبت بـه آن وجـود و امـکان در موقعیـت بهتـری از هـر نگـرش دیگـری نسـبت بـه فـراز و نشـیب‌های بـودن قـرار میدهـد.

قدردانـی از خانـواده خـود بـه ایـن معناسـت کـه بـه یـاد داشـته باشـید کـه بـا آنها بهتـر برخـورد کنید. هـر لحظـه ممکـن اسـت دیگـر وجـود نداشـته باشـند. قـدردان بـودن از دوسـتان، بـا توجـه بـه بعیـد بـودن نسـبیِ خـودِ دوسـتی، بـه ایـن معناسـت کـه خودتـان را از ضـرورت رفتـار مناسـب بـا آنهـا آگاه کنیـد. سپاسـگزار بـودن از جامعـه بـه ایـن معناسـت کـه شـما از تلاشـهای فـوق العـاده کسـانی بهـره منديـد کـه اگـر نبـود تاکنـون از بیـن رفتـه بودیـد و همینطـور بـه معنـای یـادآوری چنیـن سـاختارهای شـگفت انگیـز اجتماعـی، مذهبـی، فرهنگـی، هنـری، فنـاوری، بـرق، آب و بهداشـت اسـت کـه زندگـی هایمـان را از آنچـه میتوانسـت باشـد، بسـیار بهتـر کـرده اسـت.

وسوسـه تلـخ شـدن، بسـیار بـزرگ و واقعـی اسـت. بـه تلاشـهای اخلاقـیِ واقعـی نیـاز اسـت تـا بـه آن مسـیر نیفتـاد، تـازه بـا فـرض اینکـه شـما فـرد خـام و سـاده لوحـی نیسـتید. قدردانـی از روی خامـی و سـاده لوحـی، خبـر از جهـل و بـی تجربگـی میدهـد. ایـن فضیلـت نیسـت. بنابرایـن اگـر مراقـب و هوشـیار باشـید و سـاختارهای جهـان را دیـده باشـید، تلخـی و کینه پاسـخی دم دسـتی به نظر میرسـد. آن وقـت ممکـن اسـت از خودتـان بپرسـید: «چـرا آن مسـیر تاریـک را نـروی؟» بـه نظـرم میرسـد کـه جـواب بـه همچیـن سـوالی، و بیـان مجـدد آن، همـان شـجاعت اسـت: شـجاعت بـه چنیـن تصمیمی: «نـه، بـا وجـود تمـام دلایلـی کـه ظاهـرا رفتـن بـه آن مسـیر را وسوسـه انگیـز میکنـد، آن مسـیرِ مـن نیسـت.» و در عـوض تصمیـم بـه ایـن کـه: «بـا وجـود سـنگینیِ بـار میراییِ هوشـیارم، میخواهـم در جهـت خیـر جهـان کار کنـم.»

شجاعت - اما والاتر از آن، عشق

به نظرم میرسد که چنین تصمیمی، همان شجاعتی است که دربرگیرنده عشق است. اگر این کینه و تلخی و نفرت ناشی از آن است که ما را عذاب میدهد و به سمت نابودیِ هر چیزی که زنده است و رنج میکشد، سوق میدهد، شاید این عشقِ فعالانه باشد که به دنبال بهتر شدن شرایط است. و اراده داوطلبانه برای چنین عملی است که یک تصمیم اساسی در زندگی است. دلایل مختلف و زیادی برای رنجش، عصبانیت، کینه و بدخواهی وجود دارد. بنابراین، نوعی از ایمان است که هستی باید توسط اهداف و اعمال شما تقویت و پشتیبانی شود - تصمیم در مورد شیوه ای از زندگی، که به روشنی، خصوصا در روزهای سخت، قابل توجیه نیست. منظور کاری است که به رغم احساس عمیق «خدای من، خدای من، چرا مرا فراموش کرده ای» - همان که میگوید «علی رغم همه بالا و پایین ها، با وجود همه چیز» - انجام داده اید، و منظور دقیقا همان تعهد اخلاقی ناممکنی است که از هر کدام از ما برای عملکرد صحیح جهان (یا حتی جلوگیری از سقوط آن به جهنم) انتظار میرود.

در چارچوب تعهد به چنین غیرممکنی - تصمیم به عشق ورزیدن - است که شجاعت خودش را نشان میدهد و در پرتو چنین شجاعتی است که کسانی که چنین مسیری را انتخاب کرده اند میتوانند حتی در بدترین شرایط، کارهایی سخت اما ضروری انجام دهند. اگر تصمیم بگیرید که -همزمان و آگاهانه- هر دو فضیلت عشق و شجاعت را نشان دهید، به این معناست که تصمیم گرفته اید همه چیز را برای خودتان بهتر کنید، نه بدتر، حتی با اینکه میدانید که بخشی از این شرایط به خاطر خطاها و غفلت‌های خودتان است. قرار است طوری کار کنید تا شرایط را برای خودتان بهتر کنید، که انگار شما فردی هستید که مسئولیت کمک به او را به عهده دارید. بعد قرار است همین کار را برای خانواده و جامعه بزرگتر انجام بدهید. به رغم تمام مشکلات و نواقصی که در زیرساخت‌ها می‌بینید و در نتیجه به رویایتان آسیب رسانده، باید برای

آن هماهنگـی کـه میتوانـد خـودش را در سـطوح مختلـف نشـان دهـد، تـلاش کنیـد. ایـن یـک مسـیر مناسـب و شـجاعانه اسـت. شـاید ایـن همـان تعریـف قدردانـی و سپاسـگزاری باشـد و مـن نمـی توانم آن را از شـجاعت و عشـق تفکیـک کنـم.

ممکـن اسـت بـه درسـتی بپرسـید کـه: «آیـا مـردم واقعـا اینگونـه درک و رفتـار میکننـد؟» یـا حتـی «میتواننـد چنیـن رفتـار کننـد؟» یکـی از قانـع کننـده تریـن شـواهدی کـه مـن بـه آن برخـورده ام، غـم از دسـت دادن عزیـزان اسـت. حتـی اگـر دربـاره خـود زندگـی نیـز مـردد باشـید - و حتـی اگـر نسـبت بـه خـود آن شـخصی کـه از دسـت داده ایـد نیـز تـا حـدی مـردد باشـید، کـه در اکثـر اوقات همینطور اسـت - پاسـخ شـما بـه مـرگ، انـدوه اسـت. ایـن پاسـخ دقیقـا آگاهانـه نیسـت. انـدوه، تجربه عجیبی اسـت. شـما را بـه طـور غیـر منتظـره ای درگیر میکند. احسـاس شـوک و سـردرگمی پیـدا میکنیـد. کاملا مطمئن نیسـتید کـه بایـد بـه آن چطـور پاسخ بدهیـد. ایـن چـه کاری اسـت کـه باید انجـام دهیـد؟ اگـر اندوه و سـوگواری، آگاهانـه باشـد - عمـل داوطلبانـه، بـر اسـاس یـک پاسخ ظاهـرا مناسـب - دیگـر واقعـی نیسـت؛ حداقـل نـه بـه آن شـکلی کـه یـک انـدوه واقعـی شـما را درگیـر خـود میکنـد. و اگـر خودتـان را غـرق در احسـاس غـم و انـدوه نیابیـد، شـاید بـا خودتـان فکـر کنیـد «مـن آنطـور کـه بایـد احسـاس نمیکنـم. گریـه نمـی کنـم. غـرق در غـم و انـدوه نیسـتم. و در مـورد کارهـای روزمـره‌ام خیلـی عـادی کار میکنـم.» (اتفاقـی کـه احتمـالا اگـر خبـر مرگـی از دوردسـت بـه گوشـتان برسـد، برایتـان می‌افتـد.) امـا بعـد، از آنجـا کـه گرفتـار چیـز پیـش و پـا افتـاده ای هسـتید، انـدوه مثـل موجی سـرکش به شـما ضربه میزنـد. خـدا میدانـد تـا چـه مدتـی ایـن اتفـاق پیوسـته تکـرار میشـود. ایـن چیـزی اسـت کـه از اعماق سرچشـمه میگیـرد و شـما را در خـود فـرو میبـرد.

انـدوه بایـد یـک بازتـاب از عشـق باشـد. شـاید آخریـن گـواه عشـق باشـد. انـدوه، تجلـی غیـر قابـل کنتـرل ایـن بـاور شماسـت کـه زندگـی از دسـت رفتـه آن فـرد، بـا تمـام معایـب و محدودیت‌هایـی کـه داشـت، و وجـود معایـب و محدودیت‌هـای خـودِ زندگـی دارد، ارزشـمند بـود. در غیـر ایـن صـورت چـرا احسـاس میکنیـد چیـزی را از دسـت داده ایـد؟ در غیـر ایـن صـورت چـرا ناخواسـته احسـاس غم و

محرومیـت پیـدا میکنیـد؟ شـما احسـاس سـوگواری داریـد، چون چیـزی کـه برایـش ارزش قائـل بودید، دیگـر وجـود نـدارد. بنابرایـن در اعمـاق وجودتـان، تصمیـم گرفتـه ایـد کـه زندگـی آن فـرد، به رغـم تمام دردسـرهایی کـه بـرای شـما و خـودش ایجـاد کـرده، ارزشـمند بـود. بـر اسـاس تجربـه مـن، ایـن اتفـاق حتـی زمانـی کـه آن افـراد هیـولا صفـت بـوده باشـند نیـز رخ میدهـد. بسـیار نـادر اسـت کـه بـر بـاد رفتـن زندگـی یـک فـرد، هیـچ اندوهـی بـه بـار نیـاورد.

وقتـی مـا بـرای کسـی کـه از دسـت داده ایـم ناراحتیـم، بخشـی عمیـق از وجودمـان تصمیـم گرفتـه کـه زندگـی او، علیرغـم همـه چیـز، ارزشـمند اسـت. شـاید ایـن هـم بازتابـی از یـک تصمیـم بنیادی‌تـر باشـد: زندگـی، علیرغـم همـه چیـز، ارزشـش را دارد. بنابرایـن قدردانـی، همان تـلاش آگاهانه و شـجاعانه بـرای سپاسـگزاری در مواجهـه بـا آن فاجعـه در زندگـی اسـت. شـاید ایـن همـان چیزی اسـت که سـعی میکنیـم در هنـگام دیـدار بـا خانـواده، در تعطیـلات، عروسـی و خاکسـپاری انجـام دهیـم. اینهـا اغلـب امـور بحـث برانگیـز و دشـواری هسـتند. مـا بایـد تنشـی مشـکل آفریـن و متناقـض روبـرو میشـویم. مـا نزدیکانـی را می‌شناسـیم و دوستشـان داریـم؛ مـا از بـودن و نزدیکـی شـان لـذت می‌بریـم؛ و آرزوی میکنیـم کاش بیـش از اینهـا بودنـد. مـا ناگزیـر از دیگـران و از خودمـان ناامیـد میشـویم.

در هـر دورهمـی خانوادگـی، تنشـی میـان آن تجربـه مشـترک و خاطراتـش بـا غمـی احسـاس میکنید کـه بـه طـور اجتنـاب ناپذیـر همـراه بـا آن احسـاس گرمـی و پیونـد وجـود دارد. بعضـی از اقـوام را می‌بینیـد کـه در وضعیتـی غیـر مولـد در معـرض لغزیـدن بـه آن مسـیری هسـتند کـه چنـدان برایشـان مناسـب نیسـت. می‌بینیـد کـه دیگـران در حـال پیـر شـدن انـد و نشـاط و سـلامتی شـان را از دسـت میدهنـد (و آنچـه می‌بینیـد حتـی بـا خاطـرات شـما از نسـخه جوانتـر و قـوی تـرِ آنهـا یکسـان نیسـت: فقدانـی مضاعـف از اکنـون و گذشـته). درک همـه اینهـا وحشـتناک اسـت. امـا بـه رغـم تمـام اینهـا، نتیجـه گیـری اساسـی ایـن اسـت «ایـن خـوب اسـت کـه مـا همـه بـا همیـم. و میتوانیـم یکدیگـر در یـک وعـده غذایـی مشـترک، ببینیـم و بـا هـم صحبـت کنیـم. و یادمـان هسـت کـه در جشـن‌ها و عـزاداری هایمـان باهمیـم.» و همـه امیدوارنـد کـه «اگـر باهـم بمانیـم، میتوانیـم از پـس آن برآییـم.» و

وقتـی مـردم بـه طـور مشـترک بـا آشـنایان شـان پیونـد میخورنـد، همـان تصمیـم اساسـی را میگیرنـد کـه هنـگام ناراحتـی میگیرنـد: «بـه رغـم همـه چیـز، ایـن خـوب اسـت کـه مـا باهمیـم و یکدیگـر را داریـم.» ایـن واقعـا اتفـاق مثبتـی اسـت.

همیـن مـورد دربـاره رابطـه شـما بـا بچه‌هـا نیـز صـادق اسـت. غـم و انـدوه مـن در دهه‌هـای اخیـر دربـاره دختـرم بسـیار بـزرگ بـوده اسـت، چـون او در دوران کودکـی، نوجوانـی و جوانی بسـیار بیمـار بود. یـک بچـه، موجـودی اسـت با پتانسـیلی فـوق العـاده، که میتوانـد اسـتقلال و توانایـی تحسـین برانگیز، سـازنده و روزافزونـش را توسـعه دهـد. امـا یـک نگرانـی واقعـی دربـاره شـکنندگی آنهـا در سـه، چهـار یـا پنـج سـالگی (یـا حتـی در پانـزده یا بیسـت پنـج سـالگی شـان) وجـود دارد (زیـرا این شـکنندگی، وقتی عمیقـا در دوران بسـیار جوانـیِ کـودک، تجربـه شـد، هرگـز از تصـور پـدر و مـادر حـذف نمی شـود). اینها همـه بخشـی از لـذت داشـتنِ آنهـا و بخشـی از درد آن اسـت. درد، بـه خاطـر ایـن قطعیـت اسـت که آن شـکنندگی مـورد سوءاسـتفاده قـرار میگیـرد. و بـا ایـن حـال مـن فکـر میکـردم کـه هـر اقدامی کـه برای از بیـن بـردن ایـن شـکنندگی در فرزندانـم میتوانـم انجـام دهـم، آن چیـزی را نیـز کـه بایـد از بابتـش سپاسـگزار باشـم از بیـن خواهـد بـرد. یـادم می‌آیـد کـه در ایـن مـورد، موقعـی کـه پسـرم سـه سـاله بـود، کامـلا متفـاوت فکـر میکـردم، زیـرا او فـوق العـاده زیبـا و سـرگرم کننـده بـود. اما او فقط سـه سـاله و بنابرایـن کوچـک بـود. می‌افتـاد، سـرش بـه میزهـا میخـورد، از پله‌هـا سُـر میخـورد یـا بـا بچه‌هـای دیگـر دعـوا میکـرد. شـاید در پارکینـگ یـک سـوپر مارکـت بـازی میکـرد، و بـا حـواس پرتـی کمـی آن طرفتـر میدویـد. ایـن کار در جایـی کـه پـر از ماشـین اسـت، حرکـت عاقلانـه ای نیسـت. آسـیب پذیریِ غیـر قابـل انـکاری کـودکان را احاطـه کـرده که شـما را مجـاب میکند هوشـیار و بیـدار باشـید و بخواهید کـه مراقبشـان باشـید، در کنـار اینکـه تمایـل داریـد آنهـا را بـه سـمت بیـرون هـل دهیـد تـا اسـتقلال شـان پـرورش بیابـد، چـون اینگونـه آنهـا را تقویـت میکنیـد. همینطـور، ایـن آسـیب پذیـری اسـت کـه می‌توانـد بـه خاطـر شـکنندگی اش، شـما را از زندگـی عصبانـی کنـد و بـه سـوی نفریـن آن سرنوشـتی سـوق دهـد کـه ایـن دو را بـه هـم پیونـد داده.

www.KhoreKetab.com

وقتی به پدر و مادرم فکر میکنم، موضوع مشابهی به ذهنم میرسد. آنها در حال پیر شدن اند. پدر و مادر من هر دارای شخصیتی با اراده اند. آنها محدودیت‌ها و مزیت‌های خودشان را دارند (و اغلب اینگونه است که آن مزیت‌ها در مواجهه با محدودیت‌ها ضروری اند). آنها در حال حاضر در دهه هشتاد زندگی شان هستند و ویژگی‌های منحصر بفردی پیدا کرده اند. گاهی برخورد با ویژگی‌های خاص شان طاقت فرساست. با خودتان فکر میکنید «بهتر نبود که آنها طور دیگری بودند؟» نمی خواهم بگویم که من بیشتر از آنچه که هر کسی در مورد دیگری ممکن است به این موضوع بیندیشد، به آن فکر میکنم. این فکر به هیچ وجه انتقاد آمیز نیست. بعلاوه، شکی نیست که آنها هم درباره من (و درباره خیلی‌های دیگر) احساس مشابهی دارند. اما لازم است بدانید که درست همان ویژگی ها، شکنندگی‌ها و محدودیت‌ها هستند که جزئی از همانی را میسازند که به آن عشق می‌ورزید.

بنابراین ممکن است شما مردم را هم به رغم محدودیت هایشان دوست داشته باشید، هم به خاطر محدودیت هایشان. درک چنین موضوعی، ارزش بسیار زیادی دارد. چنین درکی ممکن است به شما کمک کند تا ببینید که چه فرصت‌هایی برای قدردانی وجود دارد. فارغ از اینکه جهان جای بسیار تاریکی است، و هر یک از ما عناصر سیاهی در روح مان داریم، در یکدیگر ترکیب منحصر بفردی از واقعیت و فرصت را میبینیم که به نوعی معجزه میماند: معجزه ای که به طور واقعی میتواند در جهان، و در روابطی که بر پایه عشق و اعتماد میسازیم، نمایان شود. این چیزی است که میتوانید شجاعانه به خاطرش سپاسگزار باشید. این همان چیزی است که در آن میتوانید پادزهری برای آن جهنم و تاریکی اش پیدا کنید.

سپاسگزار باشید، به رغم رنجی میکشید.

ترجمه و انتشار با ❤️ توسط تیم خوره‌کتاب

در دو نسخه ایبوک و کتاب صوتی

مترجم و راوی: شیما مسائلی

صفحه آرا و تدوینگر: هاتف کوزه‌چی

تاریخ انتشار: مهر ۱۴۰۰

دانلود رایگان هر دو نسخه کتاب فراتر از نظم نوشته جردن پیترسون:

Khoreketab.com/bo

به وبسایت خوره کتاب سر بزنید:

khoreketab.com

و حتما ما رو دنبال کنید:

@khoreketab_com

در اینستاگرام، تلگرام، آپارات و یوتیوب