

هربار که معنی زندگی را فهمیدم، عوضش کردند

زیست با استفاده از
خرد فلاسفه‌ی بزرگ

دانیل مارتین کلاین

ترجمه‌ی حسین یعقوبی



هر بار که معنی
زندگی را فهمیدم،
عوضش کردند
زیست با استفاده از خرد
فلاسفه‌ی بزرگ

دانیل مارتین کلاین

ترجمه‌ی حسین یعقوبی

هر بار که معنی زندگی را فهمیدم، عوضش کردند.
راینولد نیبور، فیلسوف امریکایی

Telegram @eat_book

درباره‌ی نویسنده

دانیل کلاین، متولد ۱۹۳۹، فارغ‌التحصیل از رشته‌ی فلسفه‌ی دانشگاه هاروارد. نویسنده‌ی کتاب‌های داستانی و غیرداستانی اغلب با چاشنی طنز و مؤلف کتاب‌های پرفروشی چون سفر با اپیکور و افلاتون و پلاتی پوس به یک بار می‌روند است.

این کتاب ترجمه‌ای است از کتاب Every time I find the meaning of life, they change it پنگوئن آن را در ۲۰۱۵ منتشر کرده است.

مقدمه

مدتها پیش — نه خیلی وقت پیش — در حال بسته‌بندی یک سری از کتاب‌هایم بودم که چشمم افتاد به دفترچه‌ای که رویش نوشته بودم:

«مختصر و مفید». داخل دفترچه در هر صفحه جمله‌ی قصاری از یکی از فلاسفه‌ی بزرگ یادداشت کرده بودم. پایین هر کدام‌شان هم یک تفسیر چندخطی نوشته بودم.

تقریباً این دفترچه را فراموش کرده بودم. قدمت برخی نوشته‌های دفترچه برمی‌گشت به پنجاه سال پیش. اولین جملات دفترچه با قلمی نوشته شده بود که والدینم به عنوان جایزه‌ی فارغ‌التحصیلی‌ام از دبیرستان برایم گرفته بودند.

آن موقع نوزده یا بیست سال داشتم و تصمیم گرفته بودم تحصیلاتم را در رشته‌ی فلسفه در

دانشگاه دنبال کنم. دلیل این تصمیم و همچنین نگارش در این دفترچه این بود که امیدوار بودم که بتوانم برای بهینه زیستن و زندگی به بهترین شکل ممکن از راهنمایی‌های فلاسفه‌ی بزرگ بهره بگیرم. در آن زمان اصلاً نمی‌دانستم که می‌خواهم بعد از فارغ‌التحصیلی چه کنم و چه کاره شوم. البته می‌دانستم که نمی‌خواهم پزشک، وکیل یا تاجر شوم، درست برخلاف اکثر همسن‌وسال‌هایم. هدفم از تحصیل در رشته‌ی فلسفه چه بود؟ این که مطالعات فلسفی‌ام بلیتی باشد برای تعیین مسیر و مقصدم در زندگی. در میانه‌ی مطالعه‌ی دفترچه متوجه شدم که تفسیرها و اظهار نظرهای من در مورد جملات قصار فلاسفه به تدریج تحلیل رفت و تقلیل یافت به جملات کوتاهی مثل «باید یک شیوه‌ی بهتری باشه» یا «کمک!». آخرین جمله‌ی این دفترچه نقل‌قولی بود از راینولد نیبور به این مضمون:

هر بار که معنی زندگی را فهمیدم، عوضش کردند.
زیرش هم نوشته بودم:

«حالا شما به من بگین.»

احتمالاً در میانه‌های دهه‌ی سوم عمرم دفترچه را
بسته و کناری گذاشته بودم.

اولین واکنش من در بازخوانی مطالب این دفترچه
در این سن و سال — هفتاد و پنج سالگی — این بود
که آن موقع چه قدر ساده لوح و خام بودم. واقعاً
فکر می‌کردم که می‌توانم با بهره‌گیری از تعالیم
فلاسفه‌ای که صدها سال پیش زندگی می‌کردند
بهینه زیستن در دوران معاصر را یاد بگیرم؟ واقعاً
پیش خودم چه فکری کرده بودم؟

بعد از گذشت چند ترم و گذراندن چهل پنجاه
واحد رشته‌ی فلسفه، متوجه حقیقت ناخوشایندی
شدم: در میان متون فلسفی که به عنوان یک
دانشجو مطالعه می‌کردم پیشنهادات مرتبط با
چگونه زیستن اندک بود. اکثر پرسش‌هایی که در

این متون به آن‌ها توجه می‌شد مواردی بودند
مثل: چه‌طور می‌توانم بدانم چه‌چیزی حقیقت
دارد؟ آیا اساس عقلانی و منطقی برای اصول
اخلاقی وجود دارد؟ و معنی «معنی» چیست؟ (این
آخری سؤال کاملاً منطقی و اساسی بود. چون
اگر نمی‌دانستیم که معنای خود معنی چیست
معنی نداشت که درباره‌ی معنی زندگی خودمان و
دیگران سرگشته و پریشان شویم.)
خاطرم هست که با نزدیک شدن زمان
فارغ‌التحصیلی‌ام دلشوره‌های من بیشتر و بیشتر
می‌شد. زندگی من به عنوان یک فرد بزرگ‌سال
داشت آغاز می‌شد و من سرگشته و مستأصل در
متون و کتاب‌های معتبر فلسفی دنبال اشاره‌ای
بودم برای این‌که بعدش قرار است چه کنم. در
سال‌های بعد از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه، از
طریق طرح سؤال و شوخی‌نویسی برای مسابقات
و برنامه‌های تلویزیونی و نگارش رمان‌های

رمزآلود امرار معاش می کردم. همچنین زیاد سفر

می رفتم. هر جا هم می رفتم، یک سری کتاب

فلسفی با خود می بردم. همچنان سرسخت و

خستگی ناپذیر در جست و جوی ایده هایی بودم در

باب زیستن به بهترین شیوه. احتمالاً در همان

زمان ها بود که شنیدم جان لنون فقید در

مصاحبه ای اشاره کرده به این نکته ی ظریف که

«زندگی چیزی است که در مورد شما اتفاق

می افتد درست در همان زمان که درگیر نقشه های

دیگری هستید.»

شک ندارم پرسش «چگونه بهترین زندگی ممکن

را بکنید؟» مسئله ای بوده که ذهن فلاسفه ی

بزرگی مثل آریستئیپوس، اپیکور، سقراط، افلاتون

و ارسطو را به خود مشغول کرده بود و متعاقب آن

دغدغه ی ذهنی طیف وسیعی از فلاسفه — از

انسان گرایان گرفته تا خداپرستان و

اگزیستانسیالیست ها — شده است. اما در فلسفه ی

نوینِ غربِ پرسش چگونه زیستن تبدیل به
پرسش ثانویه شده و بحث و محاکات در باب
پرسش‌های معناشناسی (از کجا می‌دانیم که
چه چیزی حقیقت دارد و واقعی است؟) و منطق
(اصول ضروری منطق و گفتمان عقلانی چه
هستند؟) در اولویت قرار گرفتند. از چند مورد
استثنا که بگذریم فلاسفه‌ی آکادمیک معاصر، کلاً
بحث چگونه زیستن را به تاک‌شوهای روتین و
فله‌ای کانال‌های تلویزیونی و خوش‌پوشان
خوش‌گفتار مباحث انگیزشی سپرده‌اند. به زعم
آکادمیک‌های امروزی جست‌وجوی پاسخ برای
پرسش چگونه زیستن کسرشان یک فیلسوف
دگراندیش و معتبر امروزی است. البته شخصاً این
رویکرد را تأیید نمی‌کنم.

یک‌بار دیگر دفترچه‌ام را مطالعه کردم. این‌بار
بدون تمسخر و تحقیر دوران خامی و جوانی‌ام.
متوجه شدم پرسش چگونه زیستن هنوز هم

دغدغهی ذهنی من است. زمان زیادی از آن
دوران گذشته و زندگی من بالاوپایینهای فراوانی
داشته اما آتش اشتیاق من برای دانستن و
کنجکاوی دربارهی ایدههای فلسفی مربوط به
زندگی و بهینه زیستن فروکش نکرده. در حقیقت
وقتی به عنوان یک پیرمرد هفتاد و پنجساله به
مسئلهی چگونه زیستن از دیدگاه فلسفه فکر
میکنم متوجه می شوم که اشتباهی من برای
کنکاش دربارهی چنین ایدههایی افزایش هم
یافته است. درست است که سالهای زیادی از
عمرم باقی نمانده اما می خواهم همین سالهای
اندک را نیز به بهترین شیوه سپری کنم و از
سوی دیگر کنجکاوم که نگاهی به گذشته داشته
باشم و ببینم با معیارهای فلاسفه ای که
تحسینشان می کردم چه قدر توانسته ام خوب
زندگی کنم.

بنابراین چهل سال پس از آخرین نوشته‌ام در
دفترچه‌ی «مختصر و مفید» شروع کردم به نگارش
برداشت جدیدی از حکمت اندیشمندانی که
جملات قصارشان را در آن دفترچه می‌نوشتیم.
برخی از این جملات یک موضع‌گیری کلی
فلسفی در باب چگونه زیستن است و برخی
اشاراتی انگیزشی در این باب هستند. اما خواندن
تک‌تک آن‌ها، حالا که در آستانه‌ی پایان عمر و
روزگارم هستم مرا به هیجان می‌آورد. این که
می‌بینم فلاسفه‌ی بزرگ چگونه تنها با چند کلمه
ذهن را درگیر بزرگ‌ترین چالش‌های فکری
می‌کردند برایم تحسین‌برانگیز است. همچنین
متوجه می‌شوم که در سن و سال من، یکی از
مزایای جملات قصار فلسفی این است که
در حالی که مشغول پایانش هستم، هنوز می‌توانم
شروعش را به یاد بیاورم.

کتابی که مطالعه می‌کنید منتخبی است از

جملات قصار گروهی از بزرگ‌ترین و

تأثیرگذارترین فلاسفه و متفکران تاریخ همراه با

توضیحات و تحلیل‌های شخصی من درباره‌ی هر

یک از آن‌ها. هنگام نگارش این کتاب دسته‌بندی

و ترتیب فصول مربوط به این جملات یکی از

دغدغه‌های من شد. آیا آن‌ها را به ترتیب زمانی

پشت‌سرهم می‌آوردم؟ آیا باید براساس مضمون و

جهت‌گیری و نوع بینش فیلسوف دسته‌بندی‌شان

می‌کردم؟ فصولی با عناوینی چون زندگی شاد و

لذت‌بخش، زندگی معنادار یا بی‌معنا، زندگی

معنوی و زندگی مادی، زندگی روزمره و زندگی

پرخطر و قس علی‌هذا. خوب مشکل این‌جور

تقسیم‌بندی این بود که نظرات برخی فلاسفه

صرفاً در ذیل یکی از عناوین و در یک فصل

نمی‌گنجید و دایره‌ی شمول فراتری داشت. این

بود که در نهایت تصمیم گرفتم که ترتیب عناوین

براساس تأثیر آن‌ها بر من در سیر زندگی‌ام باشد
این که چه‌طور یک مکتب فلسفی مرا به مکتب
فلسفی دیگر جذب کرد و این که چه‌طور یک
تئوری یا گزاره‌ی ساختارشکن ساختار فکری و
باورهای فلسفی پیشین مرا دچار تغییر و تحول
کرد.

این شما و این جملات قصار فلاسفه به همراه
تأملات، تحلیل‌ها و خاطرات شخصی مرتبط من.
پیشاپیش به شما اطلاع می‌دهم که مطالعه‌ی این
کتاب بیشتر از این که به پرسش‌های شما درباره‌ی
زندگی پاسخ دهد، ذهن شما را درگیر پرسش‌های
بیشتری می‌کند اما به شما این وعده را می‌دهم
که این پرسش‌ها بسیار جالب توجه خواهند بود.

لذت چیزی را که در اختیار داری، با آرزو و میل
چیزی که نداری ضایع نکن. به خاطر داشته باش
چیزی که اکنون داری، چیزی بوده که زمانی
آرزوی داشتنت را داشتی.

اپیکور، فیلسوف یونانی لذت‌گرا (۲۷۰ - ۳۴۱ پیش
از میلاد)

دفترچه‌ی «مختصر و مفید» من با این نقل قول
اپیکور شروع می‌شد.

لذت‌گرایی، از همان زمان که دریافتم نه یک
خیال‌بافی و رؤیای خیس نوجوانانه، که یک

مکتب فلسفی معتبر است مورد توجه من قرار

گرفت. البته از همان دوران نوجوانی در این زمینه

محتاط بودم، می‌خواستم تا جایی که می‌توانم از

زندگی لذت ببرم اما در عین حال از حد و حدود

مشخصی گذر نکنم. به همین دلیل این جمله‌ی
اپیکور را پسندیدم. او یک لذت‌گرای محتاط بود.

به تازگی اپیکور مریدان جدیدی پیدا کرده و

مجموعه‌ی جملات قصار او که اخیراً در

کتابخانه‌ی واتیکان کشف شده، در گروه‌های

گوناگون فضای مجازی نقل می‌شود. او استاد

جملات قصار کوتاه و مؤثر است.

در نقل قول فوق، اپیکور به دو نکته‌ی مهم و

مرتبط اشاره می‌کند: اول این که اشتیاق برای

تصاحب چیزی که در حال حاضر آن را در اختیار

نداریم لذت بردن از چیزی را که داریم کمرنگ و

رقیق می‌کند یا اساساً از بین می‌برد و دوم این که

پس از این که با گذاشتن کلی وقت و انرژی موفق

به تصاحب چیزی شدیم که آرزویش را داریم،

متوجه می‌شویم که باز به خانه‌ی اول بازگشتیم.

اشتیاق تصاحب یا تملک چیزی دیگر.

نتیجه‌ی اخلاقی: از حال لذت ببر چون بهترین
شکل ممکن است.

در نظر گرفتن عواقب و پیامدها، یک بخش اصلی
و بنیادی مکتب لذت‌گرایی اپیکور در امکان
تجربه‌ی یک زندگی شاد است. ما نه تنها باید به
پیامدهای اشتیاق و میل‌مان به بیشتر داشتن از
چیزی که الان داریم، توجه کنیم بلکه باید
نتیجه‌ی نهایی کلیه‌ی امیال‌مان را نیز در نظر
بگیریم. مثلاً اگر قصد دارید به وسوسه‌ی خیانت
به همسرتان جامه‌ی عمل بپوشانید پیچیدگی‌های
برنامه‌ریزی، اضطراب عمل و احساس گناه پس از
عمل را در نظر بگیرید و فکر کنید آیا در مقابل
لذتی که از آن برده‌اید ارزشش را دارد؟ اپیکور به
آن مثل قدیمی اشاره می‌کند که «مراقب باش که
آرزوی چه را داری چون ممکن است آرزوی تو
محقق شود.»

این نصیحت فیلسوف یونانی برای سرکوب میل و اشتیاق مان برای لذت بردن از زندگی شاد در تضاد با طرز فکر بسیاری از افراد دوروبر ماست. کسانی که همه چیز همیشه برای شان کم است. اشتیاق برای بیشتر و بیشتر دارند، دستاوردهای عالی تر و بلندپروازی های جاه طلبانه تر.

«مازاراتی جدید من ماشین تمیز و شیکی است ولی چیزی که من الان احتیاج دارم یک ماشین آلفا رومئو با یک جگر بلوند قدبلند در صندلی کنار راننده است.»

ایراد عمده ی زندگی بلندپروازانه و جاه طلبانه از دید اپیکور این است: بعد از این که فرد آن چه را که خواسته با سختی به دست می آورد به دنبال به دست آوردن چیزی می رود که سخت تر و خطرناک تر است. با پیشرفت در این مسیر خواسته های فرد بیشتر و دشوارتر و خطرناک تر می شود و آسایشش کمتر. و در نهایت برای هر

بلندپرواز جاه‌طلبی لحظه‌ی پایان فرا می‌رسد،
لحظه‌ای که در رسیدن به آخرین هدف و
خواسته‌ی زندگی‌اش — که بزرگ‌ترین و
مهم‌ترین هدف زندگی‌اش محسوب می‌شود —
ناکام مانده و مثل یک بازنده باید از این زندگی و
این دنیا خداحافظی کند.

میل فریبنده و وسوسه‌کننده‌ای که سبب به تله
افتادن ما در دام بلندپروازی می‌شود، میل ما به
کمال‌گرایی است. ما متقاعد شده‌ایم، جامعه ما را
متقاعد کرده که خصوصیت کمال‌گرا بودن یکی
از خصوصیات بارز اشخاص محترم و معتبر جامعه
است. ما فرزندان مان را وادار می‌کنیم که کمال‌گرا
باشند. اما نتیجه‌ی کمال‌گرایی این است که ما
مدام در تلاش برای این هستیم که حاصل
کارمان بتواند بهتر باشد. یکی از دوستان نقاشم
یک‌بار به من گفت که هنگام برگزاری نمایشگاه
نقاشی‌هایش، وقتی به تک‌تک آثارش نگاه

می‌کند همیشه روی چیزهایی تمرکز می‌کند که
آثارش کم دارد، نقصی که اگر نبود آن اثر را
تبدیل به کار بهتری می‌کرد.

حق با اپیکور است: این شیوه‌ی زندگی کردن یک
روش مطمئن برای عدم‌رضایت همیشگی از
زندگی است.

آیا اپیکور پیشنهاد می‌کند که در شکل ایدئال و
مطلوب حیات یا همان زندگی شاد ما نباید
هیچ‌گونه میل و خواسته‌ای داشته باشیم؟ صرفاً با
چیزی که داریم و کاری که می‌کنیم شاد باشیم؟
منتظر خواندن جواب خیر هستید؟ غافل‌گیرتان
می‌کنیم، بله. این دقیقاً چیزی بود که مد نظر
اپیکور بود. برخلاف خیلی از فلاسفه‌ی دیگر
اپیکور تنها حرف نمی‌زد، به حرفی که می‌زد عمل
می‌کرد. او تجرد را انتخاب کرد چون معتقد بود
که وابستگی به مسائل جنسی و سکس، ناگزیر
فرد را به احساسات ناشادی چون حسادت، کسالت

و حسرت هدایت می‌کند. رژیم غذایی او از بودا
مفصل‌تر، متنوع‌تر و رنگین‌تر بود — رژیم غذایی
بودا صرف یک دانه برنج در هر روز بود — چه قدر
رنگین‌تر؟ نان و آبی بود که نهایت تجملش اضافه
شدن مقداری عدس بود.

سگ من که اسنوکر نام دارد یک لذت‌گرای
طبیعی است و یک دلیلش این است که دید
بلندمدتی در زندگی‌اش ندارد. از خوردن
مانده غذایی که در توده‌ای زباله پیدا کرده نه
واهمه‌ای دارد و نه ابایی و برایش مهم نیست که
بعد از خوردنش ممکن است دچار دل‌درد بدی
شود. اصلاً «بعداً» چه معنایی برای اسنوکر دارد؟
او صرفاً از لحظه‌لحظه‌ی زندگی‌اش لذت می‌برد
بدون این که به نتایج و عواقب آینده‌ی آن کاری
داشته باشد. شاید یک علتش این است که
برخلاف ما انسان‌ها قدرت انتخابی ندارد.
ما انسان‌ها... آیا واقعاً قدرت انتخابی داریم؟

روان کاویِ مدرن پرسش‌هایی اساسی درباره‌ی
توانایی ما در پیش‌بینی پیامدها و نتایج اموری که
انجام‌شان در نظرمان لذت‌بخش جلوه می‌کند،
مطرح می‌کند. دانیل گیلبرت، روان‌کاو مشهور
معاصر در کتاب خود به نام سکندری روی
خوشبختی اشاره می‌کند که ما انسان‌ها پیشینه‌ی
نه‌چندان درخشانی در پیش‌بینی چیزهایی داریم
که داشتن‌شان ما را شاد می‌کند. از آن نیمه‌های
گم‌شده‌ای که در یک نگاه پیدای‌شان می‌کنیم —
یا کشف‌شان می‌کنیم — گرفته تا جایی که
زندگی می‌کنیم. به اعتقاد گیلبرت در بیشتر موارد
ما با این سبک و سیاق^۱ همان قدر بخت داریم که
خوشبختی را پیدا کنیم که موقع شیر یا خط، برای
شیر یا خط نشستن سکه شانس داریم.
حقیقتش را بخواهید الان خیلی بیشتر از شصت
سال پیش^۲ زمانی که نخستین بار توصیه‌ی ذن
مانند اپیکور را خواندم و نوشتم، به صحت و

درستی آن ایمان دارم. هر چند من هیچ‌گاه میل
شدیدی به بهتر و بیشتر داشتن، نداشتم اما این
اعترافم به این معنا نیست که همیشه در زمان
حال زندگی کردم. خیال‌بافی‌های من بیشتر در
مورد آینده بوده اما نه در مورد چیزهای بهتر و
بیشتری که قصد دارم در آینده به چنگ‌شان
بیاورم بلکه کارهایی که قرار است بعداً انجامش
دهم یا اتفاقاتی که قرار است در آینده برایم رخ
دهد. خوب که فکرش را می‌کنم می‌بینم قسمت
اعظم عمرم را در این باره فکر کردم که «خب
بعدش چی می‌شه؟» وقتی شام می‌خوردم فکر
می‌کردم که قرار است بعد از شام چه کتابی را
بخوانم یا چه فیلمی را ببینم و همین باعث می‌شد
که در آن لحظه مثلاً نتوانم از سیب‌زمینی تنوری
که زیر دندانم بود لذت کامل و وافر را ببرم. در
حقیقت سؤال تکرارشونده‌ی «بعدش چی؟»

تبدیل به یکی از موضوعات اصلی تکراری زندگی
من شد.

بچه که بودم مرتب فکر می کردم وقتی بزرگ
شوم زندگی ام چه طور خواهد بود. بعدتر در سنین
نوجوانی به این فکر می کردم که بعد از
فارغ التحصیلی زندگی ام چه شکلی خواهد شد و
همین طور زندگی گذشت و ادامه پیدا کرد.
زندگی ام را یک جورهایی آب بستم بهش. رالف
والدو امرسن اشاره ی خوبی دارد که در مورد
زندگی من یکی خوب مصداق دارد؛ «ما همیشه
در حال آماده کردن خودمان برای زندگی کردن
هستیم اما هیچ وقت زندگی نمی کنیم.»

یک مورد مشترک مذاهب جهان این است که
زندگی روی زمین را یک مرحله ی کم ارزش در
مسیر زندگی راستین یا زندگی پس از مرگ یا
حیات ابدی می دانند. مأموریت ما روی زمین تنها
این است که نشان دهیم لیاقت حیات بهشتی را

داریم. به جز آن، زندگی روزمره و مسائل مادی و غیرمادی و جنسی و غیرجنسی آن اهمیت چندانی ندارد. پس آن چه که ما این جا داریم یک زندگی «بعدش چی؟» همیشگی است. هر لحظه از زندگی خاکی و زمینی ما بر زندگی آینده مان متمرکز است. مبلغان مسیحی مدام در موعظه های خود این موضوع را تکرار می کنند درست مثل ریک وارن در خطابه ی مشهورش: زندگی روی زمین در حقیقت تمرینی است برای نمایش اصلی که همانا در ملکوت اعلی به روی صحنه می رود. شما زمان بیشتری، بسیار بیشتری، را در سوی دیگر مرگ — ابدیت — سپری می کنید. زندگی زمینی فقط و فقط تمرینی برای زندگی بعدی است.

خب درسی که من در این جا گرفتم از این قرار بود: این که تمام وقتم را صرف حسرت خوردن هر چیز مهم یا پیش پا افتاده ای در زندگی ام بکنم که

به آنها نرسیده‌ام راه مطمئنی برای از دست دادن
هر چیزی است که در حال حاضر پیش روی من و
در اختیار من است. با توجه به این که در این
سن و سال و با دیدگاه خاصی که دارم حالا دقیقاً
می‌دانم که «بعدش چی می‌شه.»

Telegram @eat_book

هنر زندگی کامجویی در هر لحظه و هر مکان
است و لذیذترین و ماندگارترین لذت‌ها نه ذهنی
هستند و نه همیشه اخلاقی.

آریستیپوس، فیلسوف یونانی لذت‌گرا (۳۵۶ - ۴۳۵
پیش از میلاد)

خوب خاطرم هست که وقتی این جمله را نوشتم
چه حس و حالی داشتم. سال‌های پرتب‌وتاب
دهه‌ی شصت بود که هر چه به پایانش نزدیک‌تر
می‌شدیم، داغ‌تر و مهیج‌تر می‌شد. در آن دوره‌ی
زمانی خاص، لذت‌گرایی محافظه‌کارانه‌ی اپیکور
برایم حکم نصیحت‌های کسل‌کننده و بزدلانه‌ی
افراد سال‌خورده و میان‌سال را داشت. از نظر

اپیکور لذت منفی یعنی فقدان درد، غایت زندگی
است اما از نظر آریستیپوس لذت مثبت و حاضر،
هدف و معنای اصلی زندگی است. اپیکور معتقد

است که انسان هر چه بیشتر از اجتماع دوری کند
سعادت‌مندتر و راضی‌تر است اما آریستیپوس معتقد
است که اگر انجام فعالیت اجتماعی و سیاسی
لذت به همراه دارد، باید آن‌ها را انجام داد
(به‌خصوص برخی فعالیت‌های اجتماعی که همراه
با ارضای کامل است). به زعم آریستیپوس انسان
معمار کاخ لذت خویش است.

آریستیپوس لذت را غایت خیر می‌دانست و بر آن
بود که هر چه می‌کنیم به امید لذت یا ترس از
رنج است. باید توجه داشت اغلب لذت مد نظر او
لذت‌های حسی بودند؛ او می‌گفت: عاقلانه نیست
لذت حی‌وحاضر را به امید لذت نامعلومی که
ممکن است در آینده به دست آوریم، فرو بگذاریم.
آریستیپوس یک لذت‌جوی عنان‌گسیخته بود. از
عواقب احتمالی و خوفناک لذت‌جویی بی‌حدومرز
هراسی نداشت. برایش اهمیت نداشت که
کام‌جویی یکی ممکن است مسبب رنج و آزار

دیگری شود و اصولاً به مسئله‌ای به نام
«پرهیزگاری» اعتقادی نداشت. معتقد بود که
هدف تمام اعمال ما لذت است پس برای کسب
لذت نیازی هم به رعایت کردن عرف‌های اجتماع
نیست. آریستیپوس تنها یک قید را برای لذت
بردن لازم می‌دانست و آن این که ما صاحب و
کنترل‌کننده‌ی لذت باشیم نه لذت‌کنترل‌کننده و
ارباب ما. چون در غیر این صورت لذت تبدیل به
کاری از روی بی‌میلی می‌شود که حتماً ممکن است
منجر به از دست رفتن کنترل شخص بر خودش
شود. این فیلسوف یونانی مخاطبانش را تشویق
می‌کرد به چیزی تبدیل شوند که امروزه از آن به
عنوان لذت‌جوی صرف، پیرو هوای نفس و حیوان
کامل یاد می‌کنند.

از دید آریستیپوس حتماً اعمال مازوخیستی هم
می‌تواند نشان از هنر زندگی یک فرد باشد، اگر

آن فرد مانند مارکی دوساد معتقد باشد که «درد،
دریچه‌ای برای ورود به لذت ناب است.»

نگاهی داشته باشیم به زندگی شخصی

آریستیپوس. آریستیپوس بسیار اهل سفر بود. او از

سیرن (در لیبی باستان) به آتن و رودس رفت و

سپس مجدداً به سیرن بازگشت. در عصر او این

رفت و برگشت چیزی معادل سفر دور دنیا بود.

شیوه‌ی دیگر آریستیپوس برای لذت بردن از

زندگی خرید بود. او شیفته و ستایشگر زندگی

لوکس و مرفه بود. یک شیوه‌ی او برای کسب

ثروت و درآمد، دریافت شهریه‌های گزاف از

شاگردان کلاس‌هایش بود، درست برخلاف

سقراط و افلاتون که به دسترسی آزاد و رایگان به

اطلاعات برای همه اعتقاد داشتند و از دریافت

شهریه بیزار بودند. آموزه‌های آریستیپوس با تعالیم

اپیکور در تضاد بود که معتقد بود تلاش برای به

دست آوردن چیزی حتماً اگر مایه‌ی سرگرمی و

لذت باشد فرد را به سمت زندگی پُراضطراب
رهنمون می‌کند و با اصل لذت در تضاد است. در
نظر آریستیپوس لذت مترادف آسایش بود و به
اعتقاد اپیکور مترادف آرامش.

گروهی از متفکران معتقدند که شیوهی لذت‌گرایی
آریستیپوس در نهایت انسان را به سمت بی‌قراری
و سرخوردگی سوق می‌دهد. در این رابطه بد
نیست خاطره‌ای را برای‌تان تعریف کنم: در بیست
و هفت هشت‌سالگی برای مدتی در جزیره‌ی
یونانی هیدرا زندگی می‌کردم. در آن زمان با یک
جوان ثروتمند ایرانی به نام حبیب دوست شدم که
در پاریس بزرگ شده بود. حبیب پسر

عزیزدردانه‌ی پدرش و بسیار خوش‌گذران بود. از
آن جوان‌های عشرت‌طلبی که خوب پول خرج
کردن را خوب بلد بود و پدرش پس از این که
متوجه شده بود قادر به کنترل او نیست مقدار

هنگفتی پول به او داده بود تا هر جا که خواست
برود و هر طور که دلش خواست خرج کند.
حبیب پول زیاد و وقت فراوان داشت. ضمن
این که خوش تیپ و جذاب هم بود و همین‌ها
باعث می‌شد که هر کاری می‌خواست، در هر
جایی که دوست داشت انجام دهد. به علاوه با
اصول اخلاقی و عرف جامعه نیز هیچ کاری
نداشت. به هیچ اصل اخلاقی‌ای پای‌بند نبود، به
هیچ کس و هیچ چیز متعهد نبود و هیچ چیزی مانع
خوش‌گذرانی‌اش نمی‌شد. خلاصه بگویم او
قابلیتش را داشت تا از زندگی کاملاً موردتأیید و
سفارش آریستیپوس لذت ببرد. اما حبیب به خاطر
قدرت انتخابش دچار کلافگی شده بود. مثلاً چرا
باید شب را با سوفیا می‌گذراند وقتی شب‌نشینی با
کاترینا می‌توانست لذت‌بخش‌تر باشد؟ چرا باید
تریاک مصرف می‌کرد درحالی که باده‌گساری
می‌توانست حال خوش‌تری به او بدهد؟ اکثراً

اوقات او را بی‌قرار و دودل می‌دیدم. به نوعی
انتخاب از بین شیوه‌های متفاوت و متنوع
لذت‌جویی او را دلوایس و کلافه کرده بود.
با این‌همه من در مورد تعریف شخصی و خاص
آریستیپوس از لذت‌گرایی نکته‌ای را کشف کردم.
آریستیپوس مطمئن بود که لذات ذهنی
قابل‌مقایسه با لذات حسی نیستند و در مرتبه‌ای
مادون از خوشی‌های جسم قرار دارند.
سگ من اسنوکر احتمالاً با آریستیپوس موافق
است و همین دلیل خوبی برای رد ایدئال بودن
این شیوه‌ی زندگی از سوی من است. حاضر
نیستم انسانی باشم صرفاً با اشتها و ذائقه‌ی
حیوانی. دچار سوءتفاهم نشوید. من حیوانات را
دوست دارم به‌خصوص اسنوکر را. اما معتقدم
هوشیاری و فهم انسانی ارزشمندتر و مهم‌تر از
این است که فدای لذات حیوانی شود.

فکر کنم کمکی که مطالعه‌ی آرا و عقاید
آریستیپوس به من کرد این بود که فهمیدم چه قدر
به ارزش‌های انسانی بها می‌دهم. آیا درک اهمیت
جنبه‌های ذهنی و فراجسمی انسانی باعث شد
خودم را غرق عیاشی نکنم؟ یک کمد پُر از
البسه‌ی شیک و درجه‌یک مارک آرمانی نداشته
باشم؟

باید اعتراف کنم که من دلشوره‌هایی متفاوت از
نگرانی‌ها و تردیدهای حبیب داشتم. از یک طرف
نمی‌توانستم در یک مجلسِ عیاشی و در میان
اندام‌های برهنه حس خوبی داشته باشم و از آن
لذت ببرم و از طرف دیگر در مسائل اقتصادی
تنبل و بی‌انگیزه بودم. واقعاً نمی‌توانستم صبح
کله‌ی سحر از خواب بیدار شوم تا در بازار بورس
توکیو یک خرید درجه‌یک داشته باشم. مطمئناً
این مسائل نقشی اساسی در پرهیز من از انتخاب
این شیوه‌ی زندگی داشت.

مهندسی ژنتیک و نانوتکنولوژی تمام رنج‌های
زندگی احساسی را منسوخ خواهد کرد. این پروژه،
بلندپروازانه اما از لحاظ تکنیکی عملی است.
همچنین از لحاظ ابزاری منطقی و از لحاظ
اخلاقی اجباری است.

دیوید پیرس، فیلسوف بریتانیایی لذت‌گرا (-
۱۹۶۰)

از طریق یک دانشجوی نخبه‌ی فلسفه با آرا و
عقاید دیوید پیرس آشنا شدم، نویسنده‌ی کتاب
محبوب و پُرطرف‌داری به نام الزام لذت‌جویی.
پیرس از آن دسته متفکرانی است که نوشته‌های
مخ‌پچی دارد یعنی ذهن را سخت درگیر خودش
می‌کند. خواندن نوشته‌هایش مرا وادار کرد از
خودم بپرسم که آیا در زندگی چیزی ارزشمندتر از
این وجود دارد که پیوسته حال خوبی داشته باشم؟

او فرضیه‌هایش را بر پایه‌ی تفکرات دو فیلسوف
نامی اپیکور و جرمی بنتهام بنا می‌نهد. از اپیکور
این ایده را می‌گیرد که شادترین شیوه‌ی زندگی،
زندگی عاری از ترس و رنج یا به عبارتی زیستن
در غیاب رنج است. و از بنتهام اصل اخلاقی
سودمندگرایی که بر طبق آن تمام اعمال بایستی
براساس اصل ایجاد مقدار زیادی رضایت برای
تعداد زیادی انسان انجام شود. پیرس معتقد است
عمل به این دو ایده‌ی مفید و بدیهی ما را قادر
می‌کند تا شادی را تبدیل به امری جهانی کنیم و
برای رسیدن به این هدف برنامه ارایه می‌دهد،
برنامه‌ای برای این که چگونه دنیای قشنگ نویی
خلق کنیم که در آن انسان‌ها از استرس و
افسردگی رها باشند. پیرس معتقد است که حذف
رنج در زندگی احساسی از لحاظ اخلاقی عمل
واجبی است و با پیشرفت‌های تکنولوژی
قابل دسترسی است. او یک الگوی جدید و

پیشرفته برای انجام این عمل ارایه

می‌کند. لذت‌گرایی با تکنولوژی روز، مهندسی

ژنتیک افراد برای حال خوب داشتن و حال خوب
دادن به دیگران.

آیا ایده‌ی پیرس بیشتر شبیه داستان‌های علمی -

تخیلی است؟ دانش امروز پاسخ می‌دهد «خیر».

تحقیقات نشان می‌دهد امروزه داروهایی با قابلیت

دست‌کاری مغز، ابزارهایی مناسب برای تغییر

حالات روانی و خودانگاری است. مثلاً

مسدودکننده‌های بتا و پاکسیل به افرادی که از

اضطراب و خجالت فلج‌کننده رنج می‌برند، کمک

فراوانی می‌کند. داروهایی مانند پروپرانولول به

بیمار کمک می‌کنند که از گسترش ناراحتی‌های

اضطراب و فشارهای روانی با کُند شدن سرعت

مسیر یادآوری خاطرات بد گذشته در امان بماند.

کاشت ریزتراشه‌های رایانه‌ای و مغزهای مصنوعی

در درمان بیماری‌های روانی نیز کاربرد دارند.

نمونه‌ای اولیه از این پیشرفت در دنیای معاصر ما
که درمان‌های نانو - عصبی آینده را برای
بیماری‌های روانی به ارمغان خواهد آورد، نوعی
کاشت است که پالس‌های الکتریکی را به عصبی
در گردن ارسال می‌کند و با استفاده از یک ژنراتور
بسیار کوچک که در میان یکی از استخوان‌های
گردن تعبیه می‌شود، برق خود را تأمین می‌کند.
این پالس‌ها نشانه‌های افسردگی را، درست مانند
درمان با تکانه‌های الکتریکی کاهش می‌دهند.
فناوری‌های جدید فراتر از نیازهایی همچون
بازگرداندن مغزهای مبتلا به سطح عادی و سالم
زندگی، نوید ایجاد سطوح بالاتری از شادمانی را
برای همه‌ی ما به ارمغان آورده‌اند. به ارث بردن
شادمانی و وجود جهش نادر ژنتیکی که به
حمل‌کننده‌های عصبی چابکی چشم‌گیری می‌دهد
و نیز داشتن نگرش مثبت، همگی می‌توانند به
مفهوم آن باشند که در آینده دارودرمانی‌ها و

ژن درمانی‌هایی پا به عرصه‌ی ظهور خواهند گذاشت که شادمانی را در ما به منتها درجه‌ی ممکن خواهند رساند، بدون آن که عوارض ناخوشایندی داشته باشند. دیوید پیرس معتقد است این به طور مشخص همان اقدامی است که باید انجام دهیم. او می‌گوید هدف آشکار سیاست عمومی، باید گسترش و دسترس‌پذیر ساختن درمان‌ها به منظور افزایش شادمانی و به حالت بیشینه رساندن آن باشد. او داروهایی برای آینده پیشنهاد می‌کند که سامانه‌ی دوپامین‌مدار بدن را تحریک می‌کند تا پیوسته حالت بیشینه‌ی شادی را در فرد ایجاد کند.

ایده‌ی انقلابی پیرس با انتقادهای متعددی از سوی متفکران و صاحب‌نظران مواجه شد. از جمله فرانسیس فوکویاما در مقاله‌ای با عنوان «فرانسان آینده» به شدت با ایده‌ی پیرس مخالفت کرد و ایجاد جهانی تازه و سرشار از عشق و محبت را به

کمک مواد و وسایل روان گردان بی ارزش قلمداد کرد. به اعتقاد فوکویاما خط روشنی میان کاربرد دارو برای درمان افسردگی و استفاده از آن برای تقویت شادمانی در یک فرد عادی وجود دارد. او این پرسش را مطرح می کند «اگر انسان ها سرتونین بیشتری در مغز خود داشتند، آیا این امکان وجود داشت که از بروز این همه نزاع و درگیری جلوگیری شود؟» اگر داروهای نشاط آور بتواند انسان ها را کودن کند، در آن صورت شادترین انسان ها کودن ترین آن ها خواهند بود و برای این که هیچ گاه نزاعی پدید نیاید، باید انسان ها را معتاد به شادمانی کرد. پیرس در پاسخ اشاره کرد دارویی که افراد را شادمان تر و خوش بین تر کند، به احتمال فراوان می تواند امید و انرژی لازم برای بهبود زندگی را نیز به آن ها ببخشد تا بتوانند روی زمینه های کاری بکر فعالیت کنند و جهان خود را تغییر دهند.

خوب لابد می‌پرسید نظر شخصی من در این
رابطه چیست؟

من درباره‌ی نانو تکنولوژی اطلاعاتی مختصر و
کلی دارم، اما درباره‌ی پیشینه‌ی فرهنگی تغییر
سلايق فکری و رویکردهای عمومی جوامع
بشری مطالعات زیادی داشته‌ام.

زمانی که چای هند و سیلان در اواسط قرن
هفدهم وارد بازار انگلستان شد، شیفتگان
قلم به دست آن، مقالات اغراق آمیزی در مورد
شادی و نشاطی که پس از صرف این نوشیدنی
مسحورکننده عارض شان شده نگاشتند. برخی
نوشتند که تا چند روز بعد از صرف چای هم
نتوانسته‌اند بخوابند. یکی از مفسران

قرن هجدهمی پیش‌بینی کرده بود که مصرف
چای چنان گسترده و همه‌گیر شده که به‌زودی در
سرتاسر بریتانیای کبیر اعتیاد به چای ایجاد خواهد
شد.

پس با این حساب چرا یک زن خانه‌دار معمولی در
لندن قرن بیست و یکم که روزی پنج فنجان
چای مصرف می‌کند، این قدر آرام و عاری از
شور و هیجان به نظر می‌رسد؟ به خاطر این که
چای‌ها در گذشته تأثیرات قوی‌تر و قدرتمندتری
داشتند؟ بعید به نظر می‌رسد. احتمالاً به خاطر این
است که نشئه شدن یا مستی در هر دوره‌ای
همیشه مربوط به تعریف «حال نرمال و معمول»
در آن زمان است، معمول هم برای افراد و هم
برای فرهنگی که فرد در آن زندگی می‌کند. این
مسئله را بایستی در نظر داشت که در پی گذشت
قرن‌ها به تدریج همه در انگلستان^۱ حال پس از
صرف چای را تجربه کرده‌اند. این به این معنا
نیست که همه در آن‌جا نوشیدن چای را تجربه
کرده‌اند بلکه به این معناست که چای توسط تعداد
کثیری از افراد جامعه نوشیده شده و حال و هوای
آن‌ها پس از نوشیدن چای به عنوان یک رفتار

نُرم اجتماعی پذیرفته شده. به همین روال اگر
تعداد کثیری از افراد جامعه به طور معمول و
روزانه قارچ جادویی — یک نوع ماده‌ی مخدر —
مصرف می‌کردند مصرف قارچ جادویی تبدیل به
یک نُرم اجتماعی می‌شد. اگر شما وارد جامعه‌ای
شوید که گروهی از افراد آن قارچ جادویی مصرف
می‌کنند در ابتدا این گونه احساس می‌کنید که
زبان و رفتار و ارجاعات معمول گروه مصرف‌کننده
به طور آشکار و واضح متفاوت از افرادی است که
قارچ جادویی مصرف نمی‌کنند، اما با گذشت
زمان، طولانی شدن اقامت شما در آن جامعه و
افزایش مصرف‌کنندگان، شما دیگر متوجه آن
تفاوت رفتاری و گفتاری نمی‌شوید به نوعی
حساسیت خود را از دست می‌دهید و رفتار این
گروه به نظرتان معمولی و عادی می‌رسد، حالا
می‌خواهید مصرف‌کننده‌ی قارچ جادویی باشید یا
نباشید. این دقیقاً مشابه تأثیری است که رایانه‌ها

و وسایل ارتباط اجتماعی به مرور زمان روی رفتار
و گفتار و آگاهی و درک فرهنگی ما گذاشته‌اند
بدون این که خود متوجه باشیم.

از بحث اصلی دور نشویم، نتیجه‌ای که می‌خواهم
از مثالی که زدم بگیرم این است که تأثیراتی که
در ابتدا چای، قارچ جادویی یا داروهای انگیزشی
موردنظر پیرس می‌تواند به انسان ببخشد ممکن
است حال خوب و درک عالی باشد اما با گذشت
زمان این حال خوب و درک عالی تبدیل به حال
عادی و معمول جامعه می‌شود. [Telegram @DeatBook](https://t.me/DeatBook)
احساس عالی داشتن در تضاد با حال عادی و
درک روزمره است تنها شیوه‌ای که می‌توانیم
احساس عالی داشته باشیم این است که از حس
معمولی و عادی مان فراتر برویم. فراتر رفتن از
این احساس و حال و هوا هم تنها برای یک مقطع
زمانی کوتاه امکان‌پذیر است چون پس از مدتی
آن حس عالی تبدیل به حس معمولی و روزمره

می‌شود. برای این که آن زن خانه‌دار انگلیسی
احساس شور و سرزندگی کند باید چیز دیگری را
به جای آن پنج فنجان امتحان کند یکی دو لیوان
اسکاچ جایگزین بدی نیست. که البته آن هم
برای مدت زمان محدودی جواب می‌دهد چون
پس از گذشت مدتی، حسی که از مصرف
نوشیدنی جایگزین عارضش می‌شود تبدیل به
یک حس عادی و نرم می‌شود. بیهوده نیست که
افراد دایم‌الخمر و معتاد افراد شادی به‌نظر
نمی‌رسند.

در دهه‌ی شصت یک‌بار وقتی من و دوست
صمیمی‌ام، تامس کچارت، ال‌اس‌دی را تجربه
می‌کردیم تام ناگهان برگشت و به من گفت
«رفیق الان حال مون عالیه. فکر می‌کنی می‌تونیم
حال بهتری هم داشته باشیم؟»

پاسخ متأسفانه مثبت است ما همیشه می‌توانیم
حس بهتری از عالی داشته باشیم. دلیل این که

می‌توانیم همیشه حال بهتری از عالی داشته باشیم هم این است که در هر زمانی ما تنها می‌توانیم یک درک و حس داشته باشیم. جایی درون خودمان این را خوب می‌دانیم اما کسانی که مواد روان‌گردان مصرف می‌کرده‌اند از آن کاملاً آگاه هستند. آن‌ها در این سفر ذهنی خودشان را دیده‌اند که از یک سطح درک به سطح دیگری پریده‌اند. آن‌ها خودشان را در حالتی مشاهده کرده‌اند که در حال مشاهده‌ی خودشان هستند که از یک سطح درک به سطح دیگری می‌جهند. وقتی این اتفاق رخ می‌دهد ظرفیت محدود مغز ما سعی می‌کند از حرکت پیش‌تر ما بیش از این که کاملاً در این تالار آینه‌ها فرو رویم جلوگیری کند. اطلاع از این که ما همیشه می‌توانیم بهتر از عالی بشویم می‌تواند یک مسئله‌ی ناامیدکننده باشد. این نکته به ما یادآوری می‌کند که ما هرگز به نقطه‌ی نهایی و قله‌ی شادی و احساس

خوشبختی نمی‌رسیم چون شادی و خوشبختی
اصولاً قله‌ای ندارد. همیشه یک کوه بلندتر هست.
کوهی که در حال حاضر در قله‌اش نشسته‌ایم و
حس خوبی داریم، به‌زودی تبدیل به سطح
هوشیاری و درک معمول می‌شود. روان‌کاوان
تجربی از این موضوع با اصطلاح نقطه‌ی تنظیم
شادی یاد می‌کنند. مطالعات و تحقیقات آن‌ها
نشان می‌دهد که تحریک احساسات شادی‌بخش،
تأثیرات دایم و پایدار بر حس خوب بودن و حال
خوب داشتن ما ندارد. فرضیه‌ی «تردمیل
لذت‌گرایی» آن‌ها به این نکته اشاره می‌کند که ما
پیوسته خودمان را عادت می‌دهیم به سطوح
آشنای خرسندی و رضایت و بنابراین مدام به
نقطه‌ی شروع برمی‌گردیم، با همان احساسات
عادی روزمره‌ی متمایل به افسردگی و استرس.
این‌جاست که تئوری نقطه‌ی تنظیم شادی برای
من پرسش‌برانگیز می‌شود. اگر هر کسی به‌تدریج

به همان احساسات پایه بازمی‌گردد چرا حس
پایه‌ی برخی افراد عالی‌تر از سایرین است و چرا
حس پایه‌ی برخی فرهنگ‌ها عالی‌تر از
فرهنگ‌های دیگر است؟

جوامع متفاوت آشکارا سطوح عمومی متفاوتی از
حال خوب داشتن دارند. مثلاً مردم جنوب اروپا
شادتر از مردم شمال اروپا هستند. ایتالیایی‌ها و
یونانی‌ها بیشتر از آلمانی‌ها و هلندی‌ها می‌خندند و
لبخند می‌زنند. آن‌ها همچنین از خوشی‌های
روزمره و ساده‌ی زندگی مواردی مانند صرف
ناهارهای طولانی و دور هم نشستن و گپ زدن
لذت بیشتری می‌برند. ریشه‌ی تنش‌های اقتصادی
جنوب و شمال اروپا بر سر مسائل اقتصادی به
همین مسئله برمی‌گردد. مردم اروپای شمالی
معتقدند که جنوبی‌ها تنبل هستند درحالی‌که مردم
اروپای جنوبی معتقدند که شمالی‌ها بلد نیستند
چه‌طور از زندگی لذت ببرند.

(چند سال پیش که برای تدریس دوره‌ای فلسفی به رم رفته بودم مقاله‌ای در یکی از روزنامه‌های آن‌جا خواندم با موضوع تحقیق در مورد تفاوت صرف اوقات فراغت یک شهروند رمی با یک شهروند برلینی. این که اولی چه‌طور اوقات بیشتری را صرف خوردن و خوابیدن و تفریح می‌کند و مثلاً به طور متوسط روزی یک ساعت و نیم موسیقی گوش می‌کند.)

البته پیرس اعتقادی به تئوری تنظیم شادی ندارد. او اشاره می‌کند که مردم افسرده که پروزاک مصرف می‌کنند حال بهتری بعد از مصرف این مواد دارند و این حالی است که باید تداوم داشته باشد. این افراد کاملاً از این موضوع آگاه‌اند که نسبت به زمانی که افسرده هستند حس بهتری دارند و بابت این موضوع می‌توانند بهتر زندگی کنند و در تعامل با سایرین باشند. پیرس این‌گونه نتیجه‌گیری می‌کند که بر این اساس چرا نباید

همه‌ی ما قرص مصرف کنیم یا از کاشت
محرک‌های عصبی در مغزمان استقبال نکنیم
وقتی که می‌توانند به ما کمک کنند به صورت
مداوم حس خوبی داشته باشیم و حس بهتری از
صرفاً خوب بودن داشته باشیم؟

اما پیرس جنبه‌ی دیگر موضوع را در نظر
نمی‌گیرد. تعداد کثیری از کسانی که پروزاک
مصرف می‌کنند نیاز دارند به صورت مداوم دوز
مصرفی‌شان را بالا ببرند تا دچار افسردگی نشوند.
این به خاطر این است که پس از مدتی میزان
شادی‌ای که با مصرف اولیه به دست آورده‌اند
خسته‌کننده و کسالت‌آور و حتا افسرده‌کننده
می‌شود.

آیا این معضل در مورد کاشت محرک‌های عصبی
رخ نمی‌دهد؟ پیرس به نسبت مشکل خوب بودن
پاسخ صریحی نمی‌دهد.

و یک پرسش دیگر! احتمال تحقق احساس خوب داشتن در همه حال و برای همیشه چه قدر است؟ لحظات شورانگیز و لذت بخش زندگی را در نظر بگیرید شخصاً تجربیات جنسی را در بالای فهرستم قرار می‌دهم. حالا آیا می‌خواهم تمام عمرم در حال تجربه‌ی یک ارگاسم طولانی و تمام نشدنی باشم؟ گمان نمی‌کنم. این ارگاسم مادام‌العمر احتمالاً بعد از حداکثر یکی دو ماه تمام شور و حرارتش را از دست می‌دهد و تبدیل به مسئله‌ای یکنواخت و بی‌مزه می‌شود و از سوی دیگر دلتنگ دیگر احساساتی می‌شوم که شاید به اندازه‌ی مسائل جنسی شورانگیز نباشد اما غیبت‌شان به مدت طولانی مغموم می‌کند. البته پیرس ادعا می‌کند که پروژه‌اش به گونه‌ای برنامه‌ریزی شده که ما قادر به تنظیم احساسات خود دقیقاً به شیوه‌ای که در هر لحظه می‌خواهیم، باشیم. مثلاً پس از تجربه‌ی ارگاسم، تجربه‌ی

عشق افلاتونی یا یک تجربه‌ی عمیق معنوی را داشته باشیم.

حتا اگر اتویپای «حال خوب» پیرس در آینده‌ای نه‌چندان دور عملی شود باز این سؤال مطرح می‌شود که آیا این اصولاً ایده‌ی خوبی است؟ اکثر مردم چنین فکر نمی‌کنند. یک علت

اصلی‌اش بیزاری مردم از چیزهای مصنوعی است. به اعتقاد خیلی از آدم‌ها اگر صرفاً به خاطر تأثیر محرک‌های مغناطیسی احساس شادی کنید این شادی واقعی نیست.

در دهه‌ی ۱۹۵۰ دانشمندان به مطالعه‌ی تأثیرات عبور دادن جریان الکتریسیته به مدت یک دقیقه از بخش‌های خاصی از مغز حیوانات پرداختند. در ۱۹۵۴ کشف شد که تحریک مستقیم ناحیه‌های

خاصی از مغز می‌تواند برای یک حیوان بسیار ارضاکننده و خوشایند باشد. الکترودهایی در مغز یک خرگوش کار گذاشته و به اهرمی اتصال داده

شد. این اهرم درون قفس حیوان قرار داشت و او می‌توانست با فشار دادن آن، یک جریان خفیف الکتریکی به مغزش ارسال کند. دانشمندان با کمال تعجب مشاهده کردند که حیوان برای رساندن خود به اهرم و فشار دادن آن، حاضر به انجام هر کاری است.

در ۱۹۶۵ یک ناحیه‌ی خاص از مغز کشف شد. تحریک این ناحیه به قدری ارضاکننده بود که خرگوش‌های گرسنه، بین غذا خوردن و فشار دادن اهرم، دومی را انتخاب می‌کردند تا وقتی که از گرسنگی به حال مرگ می‌افتادند. در اواخر دهه‌ی ۱۹۶۰، مشاهدات کامل‌تر و مشخص شد که ناحیه‌هایی در مغز حیوان وجود دارد که در اثر تحریک، حس ارضاکنندگی فوق‌العاده‌ای به وجود می‌آورند. به مجموعه‌ی این ناحیه‌ها مرکز خوشی گفته می‌شود.

جرج ساندروز در داستان فرار از مغز عنکبوتی به
نقد این موضوع می‌پردازد در این داستان
فوتوریستی، شخصیت اصلی سوژه‌ی آزمایش‌هایی
است که در آن دانشمندان تأثیر داروهای را که
باعث تغییر ذهن و احساسات می‌شوند روی
انسان‌ها می‌سبند. این داروها از طریق یک
موبی‌پک که در پشت جرج تعبیه شده به داخل
بدنش پمپاژ می‌شود.
او در اولین آزمایش در اتاقی با زنی به اسم هیتز
که به‌نظرش به هیچ عنوان جذاب نیست قرار داده
می‌شود، اما به‌محض این که داروی ویژه‌ی تقویت
عشق و احساسات جنسی به بدنش وارد می‌شود
هیتز در نظرش تبدیل به جذاب‌ترین زن دنیا
می‌شود. هیتز هم همین حس را در مورد او دارد.
پس از عشق‌ورزی، مرد متقاعد می‌شود که
رویاهايش به حقیقت پیوسته و نیمه‌ی گم‌شده‌اش
را پیدا کرده. با کم شدن تأثیر دارو کم‌کم دچار

بی تفاوتی می شود و با زن جدیدی مواجه می شود،
زنی به اسم ریچل و دوباره همان ماجرا تکرار
می شود. جُرج دوباره به این باور می رسد که این
زن عشق واقعی اوست. به عبارت دیگر، عشق
عالی و متعالی و لذت بی نظیر کشف نیمه‌ی
گم شده، در این داستان به تأثیرات قطرات یک
دارو تقلیل داده می شود. سوژه‌ی آزمایش هنگامی
که متوجه حقیقت ماجرا می شود به این باور
می رسد که در نهایت عشق مسئله‌ای پوچ و
بی معناست.

اکثر ما در اعماق وجودمان، واقعیت روزمره را به
حقیقت مهندسی شده ترجیح می دهیم. رابرت
نوزیک، استاد فلسفه‌ی فقید دانشگاه هاروارد،
پیشنهاد یک آزمایش ذهنی ساده را داد که آن را
ماشین تجربه برای ترجیح روزمرگی به واقعیت
مجازی نامید: فرض کنید ماشین تجربه‌ای اختراع
شده باشد که می تواند هر تجربه‌ای را که شما

آرزویش را دارید برآورده و همه‌ی امیال شما را
ارضا کند. با تزریق دارو و تحریک اعصاب کاری
کند که شما حس کنید و فکر کنید در حال
نوشتن یک رمان شاهکار هستید، با یک دختر زیبا
دوست شده‌اید یا در حال مطالعه‌ی یک کتاب
بسیار جالب هستید. در تمام مدت شما در یک
مخزن شناورید و الکترودهایی که به مغز شما
متصل هستند تمام این تصاویر و احساسات را به
ذهن شما القا می‌کنند شما تصور می‌کنید که واقعاً
درگیر این تجربیات هستید چیزهایی که می‌بینید،
می‌شنوید و حس می‌کنید رخ می‌دهند و اصلاً و
ابداً فکرش را هم نمی‌کنید که داخل یک مخزن
هستید. با این حساب، آیا حاضر هستید باقی
عمرتان را در این مخزن و در حال تجربیات
لذت‌بخش در جهانی مجازی سپری کنید؟ پاسخ
اکثر افراد نه بود. آن‌ها می‌خواستند انجام کارهایی

را تجربه کنند نه این که صرفاً احساس انجام دادن شان را داشته باشند.

پیرس در پاسخ به منتقدین لذت مجازی مثالی از قرن نوزدهم زد. زمانی که تازه استفاده از گاز بی‌هوشی برای جراحی بیماران باب شده بود. یک پزشک متخصص زنان و زایمان که از استفاده از گاز بی‌هوشی برای پروسه‌ی دردناک زایمان سر باز می‌زد در توجیه کارش چنین نوشت: «درد زایمان یک درد مقدس و متعالی در ستایش نیروی حیات است. از آن جا که گاز بی‌هوشی به علت ساختگی بودن خود به این درد طبیعی خدشه وارد می‌کند استفاده از آن جایز نیست.»

اشاره‌ی تاریخی پیرس مثال خوبی برای مقاومت و معاندت نوع بشر با شیوه‌های جدید است اما تصور نمی‌کنم که مثال خوبی در محکوم کردن ترجیح ما در انتخاب واقعیت روزمره به واقعیت مجاز باشد.

گروهی دیگر نیز با الهام از کتاب دنیای قشنگ نو
آلدوس هاکسلی، دنیای قشنگ نو پیرس را زیر
سؤال برده‌اند. در جامعه‌ی فوتوریستی شاهکار
هاکسلی، به شهروندان دارویی به نام سوما داده
می‌شود که به قول مؤلف تمام مزایا و مواهب
مسیحیت و الکل را یک‌جا در خود دارد، بدون
این که اثرات زیان‌بار هیچ‌یک را داشته باشد. اما
در مرحله‌ی عمل این دارو یک نقص بزرگ و
پیامدی ناخوشایند دارد: مردمانی که سوما مصرف
می‌کنند تبدیل به افرادی تنبل، کسل‌کننده و فاقد
قدرت تخیل می‌شوند. منتقدان پیرس معتقدند که
لذت‌گرایی جهانی او چنین افرادی را تولید
می‌کند.

آن‌ها با استناد به ضرب‌المثل جهانی و
پذیرفته‌شده‌ی نابرده رنج گنج میسر نمی‌شود،
معتقدند احساسات منفی چون سرخوردگی، رقابت،
دلهره، بی‌قراری و شکست در نهایت پیامدهای

مثبتی برای انسان دارند. چنین احساساتی مادر
اختراع و پیشرفت و دغدغه برای آینده‌ی جهان و
طبیعت هستند. در نبود چنین احساساتی ما از
این که یک جا بنشینیم و کاری نکنیم شادمان‌ایم
در حالی که سیاره‌مان به سوی نابودی و فروپاشی
می‌رود.

البته قضیه پیچیده‌تر از این حرف‌هاست. به اعتقاد
بسیاری از روان‌کاوان هر چه قدر انسان‌ها شادتر
باشند، دوستی، زندگی زناشویی، زندگی حرفه‌ای،
سلامت و درآمدشان وضعیت بهتری پیدا می‌کند.
به عبارتی ممکن است در خیلی از موارد نابرده
رنج گنج بیشتر میسر شود.

نقطه‌نظر دیگر مرتبط با مشکل نابرده رنج، مربوط
به آرتور شوپنهاور، فیلسوف بدبین آلمانی است که
معتقد است نابرده رنج، رنج بیشتر عایدش
می‌شود. از نقطه‌نظر او جهانی که درد و رنجی در
آن نباشد تبدیل به جهان انسان‌های افسرده

می‌شود. در کتاب ملاحظات در باب بدبینی او
چنین می‌نویسد:

اگر جهان بهشت رفاه و راحتی بود. اگر سرزمینی
بود که در رودهایش شیر و عسل جریان داشت.
اگر هر مردی می‌توانست به راحتی و بدون هیچ
رنج و مشقتی محبوبش را به دست آورد، انسان‌ها
یا از شدت ملالت و یکنواختی می‌مردند یا
خودشان را به دار می‌آویختند.

شاید واقعاً چیزی عمیقاً اگرستانسیالیستی و
هستی‌محورانه در اتوپیای حس خوب داشتن
پیرس وجود دارد. شاید همه‌ی ما باید کمابیش
رنج و سختی بکشیم تا به انسان‌هایی کامل بدل
شویم. مانند رنج و هراسی که از مرگ آگاهی
عارض‌مان می‌شود یا آگاهی از محدودیت‌ها، از
نقایص شخصیتی و نتوانستن‌های مان. بدون این
آگاهی شاید چیزی بیشتر از حیواناتی سرخوش و
بی‌قیدوبند نباشیم و زندگی‌های مان از دیدگاه

هستی‌شناسانه سطحی ارزیابی خواهد شد ولی اگر
بتوانیم تمام مدت از زندگی رضایت کامل داشته
باشیم اگر تمام مدت سرخوش و از غم رها باشیم
اگزستانسیالیسم و تمام این چرنديات

هستی‌شناسانه چه اهمیت و ارزشی خواهد داشت؟
گاهی اوقات گزاره‌ی پیرس برای انسان کاملاً
شاد در نظرم رویکرد جنون‌آمیزی به لذت‌گرایی
می‌آید. شبیه تصویر و تصویری از لالاند — جایی
که ما دیگر انسان نیستیم و فارغ از هرگونه
دغدغه‌ی بشری حیوان‌گونه کیف می‌کنیم — ولی
گاهی اوقات نیز این سؤال بنیادی ذهنم را سخت
مشغول خود می‌کند:

آیا لذت و خوشی تمام چیزی نیست که از این
زندگی و این جهان می‌خواهیم؟

زندگی مانند پاندولی است که مدام بین رنج و
ملال در نوسان است.

آرتور شوپنهاور، فیلسوف آلمانی (۱۷۸۸ - ۱۸۶۰)
بله، قبول می‌کنم که خیلی وقت‌ها من هم مثل
خیلی‌های دیگر محتاج دریافت یک دوز بدبینی
هستم. به‌خصوص در یک دوران سخت وقتی
درگیر یک مشکل لاینحل مخپیچ هستم. به قول
روان‌کاوان، این که فکر کنی وقتی زندگی برای
من گند و گه است، برای عالم‌و آدم گند و گه
است، یک جور سم شیرین ذهنی است. در چنین
حالتی چه کسی بهتر از استاد و خدای مالیخولیا
— آرتور شوپنهاور — را می‌توانید پیدا کنید؟
درست خاطرم نیست که چه موقع این را در
دفترچه‌ی یادداشتم نوشتم اما مطمئناً در یکی از
آن دوره‌هایی بود که احساس می‌کردم زمین و

زمان دست به دست هم داده‌اند تا مرا به زمین
بزنند.

باورش سخت است ولی یک جورهایی شوپنهاور
یک لذت‌گرا محسوب می‌شود چون شادی و
خرسندی را هدف اصلی زندگی می‌دانست. خوب
البته از طرف دیگر معتقد بود دستیابی به این
هدف عملاً ناممکن است. درست مثل اپیکور،
آرتی هم شادی و لذت را در غیبت رنج و ترس
می‌دید. و باز هم مثل اپیکور، او معتقد بود که
کاستن آرزوها و انتظارات مان شیوه‌ی قطعی
شکست و تضعیف غم‌ها و حرمان‌های مان است و
می‌گفت «ایمن‌ترین شیوه برای خیلی بدبخت
نبودن این است که انتظار نداشته باشیم خیلی
خوشبخت شویم.» (دقت کنید! شوپنهاور از
کلمه‌ی بدبخت و بیچاره استفاده می‌کند نه مثلاً
ناشاد و غمگین.)

او در کتاب معروفش جهان و اراده می‌نویسد:
«کوتاهی عمر که اغلب مایه‌ی تأسف است شاید
بهترین نکته‌ی آن باشد.»

و در کتاب بیهودگی وجود اشاره می‌کند:
زندگی بشر نوعی اشتباه است. حقیقت این ادعا
آشکار و بدیهی است، اگر تنها توجه کنید که
انسان ترکیبی از نیازها و ضرورت‌هایی است که
به سختی ارضا می‌شوند و هنگامی که ارضا
می‌شوند تبدیل به مسائلی ملال‌آور و خسته‌کننده
می‌شوند. دلیل واضح بر این که وجود و هستی
هیچ ارزش واقعی و حقیقی‌ای در خود ندارد.
شوپنهاور در دوران جوانی فردی منزوی و تنها
بود که زندگی‌اش سرشار از ناکامی و سرخوردگی
بود. کسی کتاب‌هایش را نمی‌خرید، هیچ
دانشگاهی او را به عنوان استاد استخدام نمی‌کرد.
ترجمه‌ی کتاب اوپانیشادها — متن هندی
الهام‌گرفته از تعالیم بودا — تأثیر شگرفی بر او

داشت. او در این مکتوبات ماورایی رمزآمیز،
شباهت‌های عمیقی با فلسفه‌ی خود را کشف کرد.
هر چند که فلسفه و عرفان شرقی چشم‌انداز
روشن‌تر و امیدوارکننده‌ای به زندگی داشت.
براساس تعالیم و آموزه‌های اوپانیشادها، فرد از
طریق انزوا و گوشه‌گیری می‌تواند یک زندگی
آرام و صلح‌آمیز را تجربه و کشف کند. شوپنهاور
در مورد این کتاب نوشت: «اثری است که مایه‌ی
تسلای من در زندگی بوده و در مرگ نیز خواهد
بود.»

مطالعه‌ی اوپانیشادها، زندگی شوپنهاور را تغییر
داد، به شکلی وارونه، به شکلی دنیوی. شوپنهاور
در ششمین دهه‌ی عمرش کتابی نوشت با نام
ضمایم و زواید. بخش عمده‌ی کتاب تکرار
مکررات فلسفه‌ی بدبینانه‌اش بود، اما بخش‌هایی
نیز داشت که نشان از تغییر نگرشش در دوران
سال‌خوردگی بود جملاتی چون:

«فقدان و از دست دادن، ارزش چیزها را برای ما
آشکار می‌کند.»

«هر روز یک زندگی جدید است.»

«هر برخاستن و بیدار شدنی یک تولد نوین است.

هر صبح زیبایی یک جوانی کوچک است. هر

استراحت و آرمیدنی یک مرگ کوچک است.»

قسمت اعظم این بخش‌های جدید مسائلی بدیهی

و پیش‌پاافتاده بودند اما شمار زیادی از اهل کتاب

و مطالعه، آن را به اندازه‌ی جملات قصار اپیکور

جذاب و خواندنی دریافتند. این گونه ضمایم و

زواید تبدیل به کتاب پُرطرف‌دار و پُر فروشی شد.

آقای مالیخولیا ناگهان تبدیل به نویسنده‌ی

محبوب مردم شد. شمع محافل و پارتی‌های

آن‌چنانی با دلبرکان و معشوق‌های فراوان.

فلسفه‌ی لذت‌گرایی بدبینانه‌ی او محبوب و

عامه‌پسند شد و به علت حال‌وهوای رمانتیک

پنهانی که در آن موج می‌زد طرف‌داران دواآتشی
فراوانی داشت.

برتراند راسل، فیلسوف قرن بیستمی، معتقد بود
که شوپنهاور یک ریاکار تمام‌وکمال است. راسل
درباره‌اش چنین نوشت:

او معمولاً شامش را در یک رستوران خوب صرف
می‌کند. چندین و چند معشوقه دارد. فوق‌العاده
پرخاشجو و به شکل غریبی حریص است. با این
اوصاف باورش سخت است که او را آدمی بدانیم
که از صمیم قلب به فضیلت ریاضت و
گوشه‌گیری معتقد باشد.

راسل را می‌توان متهم به اد‌های نم ۱ کرد اما
نباید این نکته را از نظر دور داشت که فلسفه‌ی
شوپنهاور در حقیقت دیدگاه او به زندگی است. از
نقطه‌نظر روان‌کاوی، بدبینی حسی است که
برخی، بعضی اوقات و برخی، اکثر اوقات دارند و
در سایه‌ی آن جهان را رنگ‌آمیزی و توصیف

می‌کنند. این احساس می‌تواند سبب خلق فلسفه شود اما در نهایت نه درستی احساس قابل اثبات است و نه صحت فلسفه.

گذشته از افشاگری راسل درباره‌ی زندگی شخصی شوپنهاور، در این سن و سال دیگر اعتقاد به دیدگاه بدبینانه‌ی مطلق شوپنهاور به جهان و هستی ندارم. حتا در این سن و سال پیری هم چیزهایی هست که امید مرا برای زندگی کماکان زنده نگه می‌دارد.

در اواخر فیلم هانا و خواهرانش، شخصیت میکی (با بازی وودی آلن) مونولوگی طولانی ادا می‌کند در مورد زمانی از زندگی‌اش که بدبینی

شوپنهاوری چنان بر او غلبه کرده بود که تصمیم جدی برای خودکشی گرفته بود. تلاشش در این راه ناموفق بود و او در حال پرسه زدن در

خیابان‌های نیویورک متوجه سینمایی می‌شود که

فیلم سوپ اردک برادران مارکس را نشان
می‌دهد. او چنین می‌گوید:

من تنها به یک لحظه احتیاج داشتم تا افکارم رو

جمع‌وجور کنم، منطقی باشم و دنیا رو منطقی

کنم. از پله‌های سالن بالا رفتم و توی بالکن

نشستم و فیلم رو دیدم. از وقتی بچه بودم

تابه حال چندین بار این فیلم رو دیدم. همیشه هم

دوستش داشتم. محو آدم‌های روی پرده شدم و به

خودم گفتم «چه‌ته پسر؟ اگر تو فقط یه بار شانس

زندگی کردن داشته باشی، نمی‌خوای یه سری

چیزها رو تجربه کنی؟ چه مرگته؟» با خودم فکر

کردم اگه تو بدترین حالت ممکن خدایی در کار

نباشه و همه‌ی ما با مرگ‌مون تموم تموم بشیم

چرا این قدر بی‌خودی خودم رو اذیت کنم. باید

بی‌خیال جواب‌هایی بشم که به‌شون نمی‌رسم و

فقط تا آخرین لحظه از عمرم لذت ببرم.

خطابه‌ی میکی مرا یاد آن جمله‌ی قصار اسکار
وایلد می‌اندازد که «همه‌ی ما در ته چاه
فاضلاب‌ایم اما شماری از ما به ستارگان خیره
شده‌ایم.»

Telegram @eat_book

تنها یک مسئله‌ی فلسفی واقعاً جدی وجود دارد و آن هم خودکشی است. قضاوت درباره‌ی این که آیا زندگی به زیستن می‌ارزد یا نه، در واقع پاسخی است برای این مسئله‌ی فلسفی اساسی. تمام مسائل بعدی؛ این که جهان سه بُعد دارد و این که ذهن نه یا دوازده طبقه دارد در درجه‌ی اهمیت بعدی قرار دارند.

آلبر کامو؛ فیلسوف فرانسوی، اگزیستانسیالیست
(۱۹۶۰ - ۱۹۱۳)

قدرت این جمله‌ی کامو با این حقیقت شروع می‌شود که در جهان مخلوقات زنده، تنها انسان‌ها می‌توانند براساس یک تصمیم هوشیارانه خودکشی کنند. انسان تنها گونه‌ی جانوری است که می‌تواند با قصد و دانش قبلی دست به نابودی خود بزند. البته نمونه‌هایی از جانوران وجود دارند

که برای حفاظت از خانواده یا کندوی خود اقدام
به نابودی خویش می کنند. اما این اقدام هیچ گاه با
قصد یا دانش قبلی نسبت به مرگ صورت
نمی گیرد و مطمئناً انگیزه‌ی اصلی آن تفکرات
فلسفی عمیق و پیچیده درباره‌ی پوچی حیات
نیست.

اکثر ما به لحاظ عقلانی می دانیم خودکشی یک
انتخاب است. اما واقعاً درباره‌ی آن فکر نکرده ایم.
یعنی مثلاً وقتی که در اتاقی کم نور نشسته ایم با
مغز و قلبمان درباره‌ی آن نیندیشیده ایم. پیش از
ادامه‌ی بحث، ذکر این نکته مهم است که کامو
جنبه‌ی روان کاوانه‌ی پرسش خودکشی را حذف
می کند. به عبارت دیگر شخصی که از لحاظ
روحي و روانی بیمار است می تواند گرفتار چنان
درد و رنج روانی باشد که خودکشی دیگر صرفاً
یک انتخاب نباشد و تنها راه حل ممکن باشد. اکثر
روان پزشکان البته معتقدند که چنین افرادی

انتخاب‌های دیگری مثل مصرف دارو یا بستری
شدن در آسایشگاه روانی را دارند. ضمناً معتقدند
که افرادی با اندیشه‌های انتحاری قوی، عاقل
نیستند. کسی که خودکشی می‌کند براساس عقل
و منطق عمل نمی‌کند و واکنش او صرفاً احساسی
است. نظر آنها درست برخلاف دیدگاه کاموست
که معتقد است اندیشیدن عمیق و واقعی درباره‌ی
خودکشی فوق‌العاده عقلانی است.

یکی از دوستان من مردی بود که دخترش در
حدود سی‌سالگی خودش را کشته بود. این دختر
جوان در اواخر عمرش اکثر اوقاتش را دور از
جامعه و در جنگل سپری می‌کرد. خانواده و
دوستانش نگرانش بودند و از او می‌خواستند به
روان‌پزشک و مشاور مراجعه کند. دختر دوست
من، نه به حرف خانواده‌اش گوش کرد و نه به
توصیه‌ی دوستانش، و حتا هنگام خودکشی
یادداشتی ننوشت تا بگوید دلیل خودکشی‌اش چه

بوده. آدم‌های زیادی در مراسم تشییع جنازه‌اش شرکت و سوگواری کردند. پدرش اما تسلانپذیر بود و برای چند سال شهر و خانه‌اش را ترک کرد. وقتی بازگشت آرامش بیشتری داشت. شنیدم که در بازگشت به دوستی گفته بود «من آرزو نمی‌کنم که کاش دخترم هنوز زنده بود، آرزو می‌کنم کاش دلیلی برای زندگی پیدا می‌کرد.» دوست من آگاهانه و عاقلانه منبع تراژدی را کشف کرده بود.

از نظر من کامل‌ترین و هراس‌آورترین شیوه‌ی اندیشیدن درباره‌ی خودکشی مربوط به گراهام گرین است. او در مقاله‌ی «رولوری در گوشه‌ی کابینت» شرح می‌دهد که در دوران نوجوانی، از افسردگی و حس ملال سختی رنج می‌برد که او را چندبار تا آستانه‌ی خودکشی کشاند و حتا مدتی به بازی رولت روسی پرداخت. به مدت شش ماه هر ماه یک‌بار به جنگلی دورافتاده می‌رفت و یک

گلوله در خشاب چرخنده‌ی یک رولور شش‌تیر
قرار می‌داد، خشاب را می‌چرخاند و لوله‌ی تپانچه
را بر شقیقه‌اش می‌گذاشت و ماشه را می‌چکاند.
در هر شش‌بار گلوله‌ای شلیک نشد و به گفته‌ی
خودش هجوم آدرنالین در شرایط ترس و هیجان
بسیار، شیمی خون و روحیه‌اش را تغییر می‌داد و
افسردگی‌اش را موقتاً درمان می‌کرد.

«مثل روشن شدن یک چراغ در تاریکی بود. در
آن لحظه حس می‌کردم که زندگی شامل تعداد
نامحدودی احتمالات است.»

کامو قطعاً در آموزه‌هایش، رولت روسی را توصیه
نمی‌کرد. دلیل اصلی‌اش هم این بود که با این
توصیه، مهم‌ترین تصمیم‌اگزستانسیالیستی و
هستی‌محور یک انسان را در پنجه‌ی شانس و
تصادف قرار می‌داد. اما اقدام گرین به شکل
دراماتیکی نشان می‌دهد که چگونه مواجهه با
خودکشی می‌تواند یک فرد را قادر کند تا

صاحب اختیار زیستن یا مرگش باشد. این که فرد
به نقطه‌ای از استقلال رأی و شناخت هویت
فردی برسد که درباره‌ی وجود یا عدم وجودش در
این جهان تصمیم بگیرد.

گذر از این ابهام انتخاب زیستن — انتخاب
ادامه‌ی زندگی — پیش‌درآمدی است به خلق
تعریف شخصی فرد از معنای زندگی. در بوته‌ی
آزمون خودکشی، ما به یک دلیلی تصمیم
می‌گیریم که زنده بمانیم هر دلیلی، حتا اگر این
دلیل صرفاً این باشد که نمی‌خواهیم بمیریم.
وقتی کامو در رمان بیگانه نوشت: «اگر در
جست‌وجوی معنای زندگی باشید هرگز زندگی
نخواهید کرد.» همین موضوع را از زاویه‌ی دید
متفاوتی بیان می‌کرد. معنی زندگی، چیزی نیست
که بتوانیم جست‌وجو و کشفش کنیم چیزی است
که شخصاً بایستی خلقش کنیم.

۱. ad hominem؛ حمله به شخصیت

شخصیت و انگیزه‌ی او، به جای حمله به
معتقداتش.

Telegram @eat_book