

اثر جدید نویسنده کتاب جاده شخصیت

کوه دوم

در جست و جوی یک زندگی اخلاقی

دیوید بروکس | امید کریم پور

#1 The
new york
Times
Best Seller

کتاب پرفروش سال
نیویورک تایمز

مهترگان خرد

کوه دوم

در جست و جوی یک زندگی اخلاقی

نویسنده: دیوید بروکس

ترجمه ی امید کریم پور



پیش‌گفتار

هر از گاهی، افرادی را می‌بینیم که سرشار از خوشی هستند. این‌ها افرادی هستند که به نظر می‌رسد با نوری که از درونشان می‌درخشد بر دیگران می‌تابند. آن‌ها مهربان، آرام، از لذت‌های کوچک سرمست و از خوشی‌های بزرگ زندگی سپاس‌گزار هستند. این افراد کامل نیستند، گاهی خسته و درمانده و گاهی در قضاوت دچار خطا می‌شوند؛ اما آن‌ها برای دیگران زندگی می‌کنند و نه برای خودشان. آن‌ها تعهدات تزلزل‌ناپذیری در قبال خانواده، یک هدف والا، جامعه و یا ایمان خود داشته‌اند. می‌دانند چرا در این زمین قرار گرفته‌اند و رضایت عمیقی از انجام آن‌چه برای انجامش فراخوانده شده‌اند، در آن‌ها وجود دارد. زندگی برای این افراد آسان نیست. فشار دیگران بر دوششان سنگینی می‌کند؛ اما در عمق وجودشان آرامش دارند و به شکلی از قرار یافتگی رسیده‌اند. آن‌ها به شما علاقه‌مند هستند، موجب می‌شوند احساس کنید گرمی و شناخته‌شده هستید و از خوبی‌های شما لذت می‌برند.

وقتی با این افراد ملاقات می‌کنید، خیلی زود متوجه خواهید شد که شادی فقط یک احساس نیست، بلکه می‌تواند یک چشم‌انداز باشد. همیشه در زندگی فرازهایی وجود دارد که همه ما پس از پیروزی‌های بزرگی که به دست می‌آوریم تجربه‌شان می‌کنیم، اما نوع دیگری از شادی دائمی هم وجود دارد که باعث می‌شود افرادی که ذهنشان مدام مشغول به خودشان نبوده و عوض خود را رها ساخته‌اند، به نوعی از شغف برسند.

من اغلب به این نکته توجه می‌کنم که زندگی آن‌ها چیزی است که من آن را در قالب طرحی از دو کوه در نظر می‌گیرم. آن‌ها از مدرسه بیرون آمدند، کارشان را شروع کردند، تشکیل خانواده داده‌اند و کوهی را در برابر خویش تصور کردند که قصد داشتند آن را صعود کنند: من می‌خواهم یک پلیس، یک پزشک، یک کارآفرین یا چیزی مثل این‌ها باشم. در نخستین کوه همه ما باید وظایف خاصی را انجام دهیم: هویتی را برای خود ایجاد کنیم، از والدینمان جدا شویم، استعدادهایمان را پرورش دهیم، ایده‌ای را بسازیم و سعی کنیم نشانی از خود در جهان بر جای بگذاریم. افرادی که از اولین کوه صعود می‌کنند، زمان زیادی را صرف فکر کردن درباره مدیریت کردن شهرت خود می‌کنند. آن‌ها همیشه به خودشان امتیاز می‌دهند. چطور می‌توانم خودم را بسنجم؟ در کدام رتبه قرار می‌گیرم؟ همان‌طور که روان‌شناس جیمز هولیس آن را مطرح می‌کند، در آن مرحله ما تمایل داریم این‌طور فکر کنیم که من همان چیزی هستم که دنیا به من می‌گوید.

اهداف در آن کوه اول اهدافی عادی است که فرهنگ ما تأییدشان می‌کند؛ رسیدن به موفقیت، برخورداری از شهرت مناسب، دعوت شدن به حلقه‌های اجتماعی مناسب و تجربه کامیابی شخصی. تماماً چیزهای معمولی؛ خانه خوب، خانواده خوب، تعطیلات خوب، غذای خوب، دوستان خوب و غیره.

اما بعد اتفاقی می‌افتد.

بعضی از مردم به قله این کوه اول می‌رسند، طعم موفقیت را می‌چشند ولی آن را راضی‌کننده نمی‌یابند. «همه‌اش همین بود؟» آن‌ها تعجب می‌کنند. احساس می‌کنند باید چیزی به مانند سفری عمیق‌تر وجود داشته باشد که بتوانند در راه آن گام بردارند.

بعضی از افراد دیگر با یک شکست از بالای آن قله به پایین می‌افتند. اتفاقی برای حرفه، خانواده و یا شهرتشان می‌افتد. ناگهان زندگی دیگر به یک صعود به قله کوه موفقیت نمی‌ماند بلکه شکلی متفاوت و ناامیدکننده دارد.

برای عده‌ای هم اتفاق غیرمنتظره‌ای می‌افتد که آن‌ها را از مسیرشان منحرف می‌سازد؛ مرگ یک فرزند، ابتلا به سرطان، مبارزه با اعتیاد، یک‌جور تراژدی که زندگی‌شان را زیرورو می‌کند که هیچ کدام جزء برنامه‌های پیش‌بینی شده زندگی نیستند. به هر علت این افراد دیگر بر فراز یک کوه نیستند، آن‌ها در قعر دره سرگردانی یا رنج هستند؛ و از قضا چنین چیزی می‌تواند در هر سنی، از هشت تا ۸۵ سال و فراتر از آن اتفاق بیفتد. هیچ وقت برای از دست دادن جایگاهی که به فراز نخستین قله به دست آمده، خیلی زود یا خیلی دیر نیست.

این فصل‌های رنج راهی برای افشای عمیق‌ترین بخش‌های خودمان هستند و به ما یادآوری می‌کنند که ما آن آدم‌هایی که فکر می‌کردیم نیستیم. آدم‌هایی که به دره سقوط کرده‌اند در هم می‌شکنند و درونشان هویدا می‌گردد و این موضوع به آن‌ها گوشزد می‌شود که آن‌ها فقط آن بخش‌هایی از خود که نمایش داده می‌شوند نیستند. لایه دیگری در درونشان وجود دارد که آن‌ها آن را نادیده‌اش گرفته‌اند، یک بستر زیرین که در آن تاریک‌ترین زخم‌ها و سوزان‌ترین اشتیاق‌ها در جریان‌اند.

برخی از مردم در برابر این رنج‌ها از هم فرومی‌پاشند. به نظر می‌رسد آن‌ها بیشتر از قبل می‌ترسند و مضطرب‌تر می‌شوند. آن‌ها در مواجهه با ترس‌هایی که از اعماق وجودشان بیرون می‌آید، کوچک‌تر

و حقیرتر می‌شوند. زندگی آن‌ها کوچک‌تر و تنهاتر می‌شود. همه ما آدم‌های سالخورده‌ای را می‌شناسیم که گویی در درون خود از شکایت‌ها و رنجش‌هایی ابدی پرستاری و مراقبت می‌کنند. آن‌ها احترامی که سزاوارش هستند را نمی‌بینند؛ و زندگی خود را همچون یک سرخوردگی بی‌پایان می‌بینند که از خطایی که مدت‌ها قبل بر آن‌ها رفته است زخم‌خورده و آسیب دیده است.

اما برای گروهی، این دره جایی برای ساخته‌شدنشان است. این فصل سرشار از رنج، در حکم وقفه‌ای در جریان سطحی زندگی روزمره است. آن‌ها قادر می‌شوند جنبه‌های عمیق‌تر درون خود را ببینند و متوجه می‌شوند که در آن بستر زیرین، از همه سو جریانی سرشار از یک قابلیت اساسی و یک تمایل به فراتر رفتن از خود و مراقبت از دیگران وجود دارد؛ و هنگامی که با این اشتیاق مواجه می‌شوند، آماده هستند تا به یک فرد کامل تبدیل شوند. آن‌ها چیزهای آشنا را این بار با نگاهی جدید می‌بینند. آن‌ها در نهایت این توانایی را می‌یابند که همسایه‌های خود به‌عنوان خودشان دوست بدارند و نه به‌عنوان شعار، بلکه به‌عنوان یک واقعیت عملی. زندگی‌شان از طریق چگونگی واکنش به لحظه‌ای که بزرگ‌ترین جفا را به آنان روا داشته، تعریف می‌شود.

افرادی که در رویارویی با رنج‌ها رشد می‌یابند، با حسی شبیه به طغیان و شورش‌گری پای به مرحله دوم می‌گذارند.

نخست، آن‌ها بر ضد خود ایده‌آل‌شان طغیان می‌کنند. وقتی که آن‌ها بر نخستین کوه خود قرار داشتند، من وجودشان تصویری از اهمیت، لذت و موفقیت و برنامه‌ای برای رسیدن به این‌ها داشت. در پایین دره آن‌ها علاقه خود را به ایده‌آل‌های خودشان از دست می‌دهند. البته مطمئناً پس از آن هم آن‌ها هنوز گاهی امیال خودخواهانه‌ای را در درونشان احساس می‌کنند و گاهی اوقات تسلیمشان می‌شوند؛ اما به‌طور کلی، آن‌ها این را درک می‌کنند که هرگز قادر به ارضای تمام و کمال خواسته‌های من درونشان نیستند و امکان برآورده کردن نیازهای بخش‌های عمیقی که در خودشان کشف کرده‌اند را ندارند. آن‌ها همان‌طور که هنری نوون آن را بیان می‌کند، متوجه می‌شوند که بسیار بهتر از ایده‌آل خودشان هستند.

دوم، آن‌ها علیه فرهنگ جریان اصلی طغیان می‌کنند. در تمام طول زندگی مشغول گذراندن کلاس‌های اقتصاد و یا زندگی کردن در فرهنگی بوده‌اند که این امر را به آن‌ها می‌آموزد که انسان‌ها صرفاً به دنبال منفعت شخصی خود، به دنبال پول، قدرت و شهرت هستند؛ اما ناگهان خود را در شرایطی می‌یابند که دیگر علاقه‌مند به چیزی نیستند که دیگران به آن‌ها القا می‌کنند. آن‌ها

می‌خواهند به چیزهایی که واقعاً با ارزش برسند.

آن‌ها خواسته‌های خود را به سطحی دیگر ارتقا می‌دهند، دنیا به آن‌ها می‌گوید که یک مصرف‌کننده خوب باشند، اما آن‌ها می‌خواهند خود چیزی باشند که یک هدف و آرمان اخلاقی مصرفش می‌کند و از آن بهره می‌برد. جهان به آن‌ها می‌گوید که خواهان استقلال باشند اما آن‌ها وابستگی متقابل را می‌خواهند، قرار گرفتن در یک شبکه از روابط گرم و حظ بردن از آن. دنیا به آن‌ها می‌گوید که به دنبال آزادی فردی باشند اما آن‌ها به دنبال صمیمیت، مسئولیت و تعهد هستند. دنیا از آن‌ها می‌خواهد از صخره‌ها صعود کنند و موفقیت‌ها را دنبال کنند اما آن‌ها می‌خواهند شخصی مفید برای دیگران باشند. مجلات قرار گرفته روی دکه‌ها از آن‌ها می‌خواهند که از خود بپرسند: «چه کاری می‌توانم انجام دهم تا خودم را خوشحال کنم؟» اما آن‌ها به چیزی بزرگ‌تر از کامیابی شخصی چشم دوخته‌اند.

افرادی که از طریق رنج بیش‌تر ساخته و پرداخته شده‌اند، به اندازه کافی شجاع هستند تا بخش‌هایی از شخصیت قدیمی خود را از بین ببرند. قرار گرفتن در ته دره، انگیزه‌هایشان را تغییر می‌دهد. آن‌ها از یک فرد خودخواه به فردی دیگرخواه تبدیل شده‌اند.

در این نقطه آدم‌ها متوجه می‌شوند که بله پس از همه این‌ها، اولین کوه، کوه من نبوده است. یک کوه بزرگ‌تر هم وجود دارد که در حقیقت همان کوهی است که باید تا قله‌اش آن را بیمایم. کوه دوم در تضاد با کوه اول نیست. صعود به این کوه به معنای دست رد زدن به سینه اولین کوه نیست. این سفری پس از آن سفر نخست است و یک دوره سخاوتمندانه و رضایت‌بخش از زندگی است.

وقتی این اتفاق می‌افتد بعضی از مردم به‌طور اساسی زندگی خود را تغییر می‌دهند. مثلاً تحصیل یا کار در زمینه حقوق را رها می‌کنند و به تبت می‌روند، شغل خود به‌عنوان مشاور یک سازمان را ترک کرده و در مدارس محروم مرکز شهرها معلم می‌شوند. برخی دیگر در فعالیت‌های اصلی خود باقی می‌مانند اما وقت خود را صرفاً به شکلی متفاوت می‌گذرانند. من دوستی دارم که یک کسب‌وکار موفق در دره مرکزی کالیفرنیا پایه‌گذاری کرده است. او هنوز هم کسب‌وکار خود را دارد، اما بیش‌تر وقت خود را در حال ساخت مراکز پیش‌دبستانی و مراکز بهداشتی برای افرادی است که در شرکتش کار می‌کنند. او حالا در راه صعود از کوه دوم خود است.

با این حال دیگرانی هم هستند که در شغل‌های مشابه و زندگی‌های مشابه خود باقی می‌مانند، اما به‌طور کلی تغییر می‌کنند. دیگر موضوع خودشان مطرح نیست. این یک نوع احضار یا فراخوانده شدن است. اگر آن‌ها مدیر مدرسه باشند، لذتشان این است که معلمان خود را در حال درخشیدن ببینند. اگر در یک شرکت کار می‌کنند، دیگر خود را نه به‌عنوان مدیر بلکه به‌عنوان مربی و آموزگاری برای دیگران می‌بینند؛ انرژی آن‌ها وقف کمک به دیگران برای بهتر شدن می‌شود. آن‌ها می‌خواهند سازمان‌هایشان جایی باشد که دیگران بدان تکیه کنند، جایی که مردم هدف خود را پیدا کنند و نه مکان‌هایی فاقد عمق و پیچیدگی که مردم فقط در آنجا کار می‌کنند و پول می‌گیرند.

در کتاب حکمت عملی بری شوارتز، روان‌شناس و کنت شارپ، دانشمند سیاسی، داستانی را نقل می‌کنند از یک سرایدار بیمارستان به نام لوک. در بیمارستانی که لوک در آن مشغول به کار بود، مرد جوانی بود که در یک زدوخورد شرکت کرده و در حال حاضر در کما بود و از این وضعیت بیرون نمی‌آمد. پدرش به مدت شش ماه هر روز ساکت و آرام در کنارش می‌نشست. یک روز لوک برای

انجام نظافت وارد اتاق مرد جوان شد. پدرش آنجا نبود و بیرون رفته بود تا سیگار بکشد. کمی دیرتر در همان روز لوک در راهرو به پدر مرد جوان برخورد کرد. پدر به لوک توهین و او را متهم کرد که اتاق پسرش را تمیز نمی‌کند.

پاسخ کوه اول به این وضعیت این است که کار خود را به‌عنوان کسی که صرفاً اتاق‌ها را تمیز می‌کند ببینید. در این حالت شما واکنشی تند نشان خواهید داد و خواهید گفت: «من اتاق پسران را تمیز کردم، مسئله این است که شما رفته بودید سیگار بکشید.» پاسخ کوه دوم اما دیدن کارتان به‌عنوان خدمتی به بیماران و خانواده‌هایشان است. شما باید در زمانی که دیگران دچار بحران هستند نیازهای آن‌ها را برآورده سازید. چنین پاسخی می‌گوید که این مرد نیاز به آرامش دارد. پس اتاق را دوباره تمیز کنید؛ و این کاری است که لوک انجام داد. همان‌طور که او بعدها به مصاحبه‌کننده گفت: «من آن اتاق را تمیز کردم تا او بتواند این را ببیند که من آن اتاق را تمیز می‌کنم... من می‌توانم درک کنم که این وضعیت چطور می‌تواند باشد. شش ماه بود که پسرش آنجا بود. او کمی ناامید شده بود، پس من اتاق را دوباره نظافت کردم؛ اما من از دست او عصبانی نبودم. فکر می‌کنم می‌توانستم شرایطش درک کنم.»

مثلاً آبراهام لینکلن را در نظر بگیرید. لینکلن به‌عنوان یک مرد جوان، عطشی سیری‌ناپذیر برای رسیدن به شهرت و قدرت داشت تا جایی که خودش از این عطش بی‌پایان در هراس بود؛ اما پاسداری از اتحادیه و کشور ایالات‌متحده آمریکا در آن زمان تکلیفی بسیار بزرگ بود که در نظر گرفتن خود در برابر آن چندان اهمیت نداشت. او شهرت شخصی خود را پشت سر گذاشت و در مسیر صعود از کوه دوم خود قرار گرفت.

یک روز در نوامبر ۱۸۶۱ او تصمیم گرفت به خانه ژنرال جورج مک کلان برود، به این منظور که او را شخصاً تحت فشار قرار دهد تا مبارزه با کنفدراسیون را تشدید کند. وقتی لینکلن وارد شد، مک کلان در خانه نبود، بنابراین لینکلن به پیش خدمت خانه گفت که او، وزیر امور خارجه ویلیام سوارد و یکی از دستیارانش، جان هی، در اتاق پذیرایی صبر می‌کنند. یک ساعت بعد مک کلان به خانه آمد و از جلوی اتاق پذیرایی که رئیس‌جمهور در آنجا منتظرش بود رد شد. لینکلن سی دقیقه دیگر منتظر ماند تا این که پیش خدمت برگشت تا به او بگوید که مک کلان تصمیم دارد آن شب را به استراحت بگذراند و لینکلن را در زمانی دیگر ملاقات کند. مک کلان سعی می‌کرد یک نوع بازی قدرت را در برابر لینکلن به نمایش بگذارد.

هی عصبانی شد. کیست که با چنین بی‌احترامی نسبت به رئیس‌جمهور ایالات متحده برخورد کند؟
باین حال لینکلن آرام بود. او به سوار و هی گفت: «بهتر است حالا به گوشزد کردن نکات اخلاقی و نقد رفتار اشخاص نپردازیم.» موضوع به خود او مربوط نمی‌شد. غرور او در خطر نبود. او می‌توانست برای همیشه صبر کند تا بتواند ژنرالی را پیدا کند که راضی شود برای اتحادیه مبارزه کند. در اینجا لینکلن خود را کاملاً فراموش کرده بود. این هدف نقطه تمرکز زندگی او بود. غایت مقصود او چیزی خارج از خودش بود، نه در درونش.

این روشی بسیار اساسی است که با اتکا به آن می‌توانید بگویید که در کوه اول یا کوه دوم هستید. غایت مقصود شما کجاست؟ در درونتان و یا چیزی خارج از خودتان؟

اگر اولین کوه در مورد ساختن و تعریف کردن خود باشد، کوه دوم درباره دور انداختن و یا از دست دادن نفس خود است. اگر اولین کوه در مورد کسب کردن و تملک باشد، کوه دوم در مورد یاری‌رساندن و مشارکت است. اگر کوه اول نخبه‌گرایانه و به معنی بالا کشیدن خود باشد، کوه دوم مساوات‌طلب است و شما را در میان کسانی قرار می‌دهد که نیاز دارند و شما را وامی‌دارد که دست در دست آنان گام بردارید.

شما آن‌طوری که از کوه اول صعود می‌کنید از کوه دوم بالا نمی‌روید. شما اولین کوه خود را فتح می‌کنید. قله را شناسایی می‌کنید و با رنج و مرارت راه خود را به سوی آن طی می‌کنید. این خودتان هستید که توسط کوه دوم خود فتح می‌شود. در برابر برخی از ندهایی که شما را فرامی‌خواند خود را تسلیم می‌کنید و هر کاری را که لازم باشد برای پاسخ دادن به این ندا انجام دهید و به مشکل یا بی‌عدالتی‌ای که در برابرتان است، واکنش نشان می‌دهید. در اولین کوه شما تمایل دارید بلندپروازانه، استراتژیک و مستقل باشید. در کوه دوم شما تمایل دارید با دیگران رابطه داشته باشید و صمیمی و خستگی‌ناپذیر رفتار کنید.

این به این معناست که من می‌توانم آدم‌های کوه اول و آدم‌های کوه دوم را از یکدیگر تشخیص دهم. بودن در کنار آدم‌های کوه اول اغلب شاد، جالب و سرگرم‌کننده است. آن‌ها اغلب شغل‌های قابل توجهی دارند و می‌توانند شما را به رستوران‌های شگفت‌انگیز و عالی دعوت کنند. آدم‌های کوه دوم با لذت‌های مادی و زمینی مخالف نیستند. آن‌ها هم از یک نوشیدنی خوب یا یک ساحل زیبا لذت می‌برند. (هیچ چیز بدتر از افرادی نیست که طوری روحانی هستند که دنیا را دوست ندارند.) اما آن‌ها در جستجوی یک لذت اخلاقی از این لذت‌ها گذر کرده‌اند و این احساس را دارند که

زندگی خود را در هماهنگی با یک نیکویی غایی هماهنگ ساخته‌اند. اگر قرار به انتخاب باشد، آن‌ها شادی را انتخاب می‌کنند.

روزهایشان اغلب خسته‌کننده است، زیرا خود را وقف دیگر آدم‌ها کرده‌اند و این آدم‌ها روزهای آن‌ها را با درخواست‌ها و تقاضاها پر می‌کنند؛ اما آن‌ها با قدرت و عمق بیش‌تری زندگی می‌کنند، بخش‌های عمیق‌تر خود را فعال می‌کنند و مسئولیت‌هایی گسترده‌تر را بر عهده می‌گیرند. تصمیم گرفته‌اند همان‌طور که سی. اس. لوئیس بیان می‌کند: «بار یا زحمت به عزت رسیدن همسایه خود را روزانه بر گرده خویش ببینند، بار چنان سنگین است که تنها فروتنی می‌تواند آن را حمل کند و گرده غرور زیر آن خرد خواهد شد.»

من توانسته‌ام سازمان‌هایی را که از نوع کوه اول و کوه دوم هستند را نیز شناسایی کنم. گاهی اوقات شما در یک شرکت کار می‌کنید یا به یک کالج می‌روید که حقیقتاً تأثیری بر شما نمی‌گذارد. چیزی که برایش بدان‌جا آمده‌اید را می‌گیرید و آنجا را ترک می‌کنید. سازمان‌های کوه دوم عمق وجود آدم‌ها را لمس می‌کنند و تأثیری دائمی بر آن‌ها باقی می‌گذارند. همیشه وقتی یک تفنگدار دریایی ارتش، یک فارغ‌التحصیل کالج مورهاوس، یک پیانیست از مدرسه جولیارد، یا یک دانشمند ناسا را می‌بینید این موضوع را به‌طور کامل لمس می‌کنید. این نهادها یک هدف مشترک دارند، یک مجموعه مشترک از آیین‌ها و یک داستان مشترک درباره پیشینه‌شان. آن‌ها روابط مستحکمی را پرورش می‌دهند و تعهد کامل اعضایشان را طلب می‌کنند. آن‌ها صرفاً به افراد آموزش نمی‌دهند بلکه دگرگونشان می‌کنند.

طرح

هدف اول این کتاب این است که نشان دهد چگونه افراد از اولین کوه به کوه دوم نقل مکان می کنند و بگویند که یک زندگی عمیق تر و شادتر چه شکلی است، گام به گام و به طور دقیق. همه می گویند شما باید هدفی بزرگ تر از خودتان داشته باشید اما هیچ کس به شما نمی گوید که چگونه چنین چیزی ممکن می شود.

دومین هدف کتاب نشان دادن این است که جوامع چگونه می توانند از کوه اول به سوی کوه دوم حرکت کنند. در نهایت این کتاب در مورد یک تجدیدنظر و ایجاد یک پیوستگی و همبستگی دوباره در چیزهایی است که دچار شکاف و بیگانگی از یکدیگر شده اند. جامعه ما از بحران ارتباط، بحران جداافتادگی رنج می برد. ما در یک فرهنگ فوق العاده فردگرا زندگی می کنیم. همیشه تنش بین خود و جامعه، بین فرد و گروه وجود دارد. در طول شصت سال گذشته ما بیش از حد به سمت خودمان چرخیده ایم. تنها راه خروج از این وضعیت این است که تعادلی دوباره برقرار کنیم تا فرهنگی ایجاد شود که مردم را نسبت به روابط، جامعه و تعهد هدایت کند - چیزهایی که ما عمیقاً مشتاق رسیدن به آنها هستیم، اما با شیوه زندگی انسانی فوق فردگرایانه ما، امکان دستیابی به آنها تضعیف می شود.

در بخش اول کتاب من قصد دارم به طور کامل شرح دهم که چگونه زندگی در قالب این دو کوه نمود می یابد. من خواننده را از شیب کوه اول به بالا می کشم، سپس از دیگر سو او را رو به پایین و به ته دره ای که پس از کوه اول وجود دارد راهنمایی می کنم و سپس به سوی قله کوه دوم هدایت می کنم. لطفاً این استعاره را به معنای واقعی کلمه در نظر نگیرید. البته که هیچ فرمولی وجود ندارد که با آن بتوانیم بفهمیم چگونه این اتفاق می افتد. (به عنوان مثال، به نظر می رسد که همسر من کوه دوم خود را پیش از کوه اول صعود کرده است. برخلاف اکثر ما، او در محیطی قرار داشت که بر تعهد اخلاقی تأکید داشت، نه موفقیت فردی.) من از این استعاره دوتایی استفاده می کنم که بگویم در شکل روایت دو زندگی اخلاقی متفاوت وجود دارد که مردم می توانند در پیش بگیرند - زندگی برای خود و زندگی در قالب یک هدیه برای دیگران. من می خواهم نشان دهم که چگونه این حالت اول که در فرهنگ ما رایج است، ما را راضی نمی سازد. من برخی از تجربیات مردم را در راهی که برای یک زندگی پررنگ تر طی کرده اند توضیح می دهم و حقایق مهمی را که کشف کرده اند به اشتراک می گذارم. اکثر ما با گذر زمان در زندگی بهتر، عمیق تر و عاقلانه تر به نظر می رسیم و این

کتاب به دنبال دریافت این است که چطور این اتفاق می افتد.

در نیمه دوم کتاب، توضیح خواهم داد که چگونه برخی از آدم‌ها با ذهنیت کوه دوم زندگی می کنند. افرادی که در کوه اول زندگی می کنند، زندگی هایی پر جنب و جوش تر دارند و به ندرت به چیزی وابسته می شوند. مردم کوه دوم عمیقاً ریشه می دوانند و متعهد می مانند. زندگی کوه دوم، زندگی ای از سر تعهد است. وقتی که زندگی آدم های کوه دوم را توضیح می دهم، آن چه واقعاً توصیف می کنم این است که چگونه این افراد تعهدات حداکثری را نسبت به دیگران از خود نشان می دهند و چگونه این تعهدات را در مسیری سرشار از شور و وقف همه جانبه خویش به جان می خرند. این افراد گزینه های متعددی را برای خود را باز نگاه نمی دارند. آن ها همانند یک گیاه یا یک درخت در یک محل کاشته می شوند و ریشه می دوانند. آدم های کوه دوم تعهدی قوی به یک یا همه موارد از این چهار چیز نشان می دهند:

یک حرفه/ یک همسر و خانواده/ یک فلسفه یا ایمان/ یک جامعه

یک تعهد در حکم دادن وعده برای چیزی بدون انتظار پاداش است. یک تعهد به معنی عاشق چیزی شدن و سپس ساختن بنایی از رفتاری درخور پیرامون آن است که از آن عشق در مواقعی که مشکلی مجال بروز می یابد حفاظت نماید. در بخش دوم این کتاب سعی خواهم کرد تا تعهد را توضیح دهم؛ چگونه یک رسالت خاص آدم ها را فرامی خواند و سپس آن ها آن رسالت را زندگی می کنند؛ چگونه تصمیم می گیرند که ازدواج کنند و در ازدواج رشد کنند؟ چگونه آن ها فلسفه زندگی خود را ارائه می دهند و چگونه ایمان را تجربه می کنند. چگونه شوق به خدمت به جامعه آن ها را فرامی گیرد؛ و چگونه با دیگران کار می کنند تا اجتماع پیرامون خود را به موفقیت برسانند. معنا یافتن زندگی ما بستگی به این دارد که چگونه ما از بین تعهدات گوناگون دست به انتخاب می زنیم و زندگی خود را با این تعهداتی که گاهی با یکدیگر در تناقض اند می گذرانیم.

برخی از افرادی که من در این صفحات معرفی خواهم کرد زندگی خود را در سطحی بسیار بالا تجربه کرده اند. با یک نگاه واقع بینانه، شما و من هرگز نمی توانیم زندگی فداکارانه ای که آن ها داشته اند را تجربه کنیم. در بسیاری از مواقع ما کم می آوریم زیرا ما انسان های عادی هستیم و هنوز بیش تر از آن چه می خواهیم خود محوریم؛ اما باز هم مهم است که یک استاندارد بالا را برای زندگی خود تنظیم کنیم. هنوز هم مهم است که از نمونه های دیگر الهام بگیریم و به خاطر داشته باشیم که یک زندگی با تعهدات عمیق، ممکن است. وقتی که کم می آوریم، به دلیل محدودیت های خود

ماست، نه به این دلیل که آرمان‌های ناپسند و ناقصی داشته‌ایم.

شهر کتاب (nbookcity.com)

آن چه من آموخته‌ام

تمایز میان کوه اول و کوه دوم ممکن است کمی به تفاوت میان فضیلت‌های رزومه‌ای و فضیلت‌های ستایش‌نامه‌ای شبیه باشد که من در آخرین کتابم، **جاده شخصیت** بدان پرداخته‌ام؛ و اکنون باید اعتراف کنم که من این کتاب را تا حدی به این دلیل نوشتم که محدودیت‌های آن کتاب را جبران کنم. زندگی افرادی که من در **جاده شخصیت** توضیح دادم، برای ما بسیار آموزنده‌اند؛ اما هر کتابی در یک زمان خاص و در نقطه خاصی از یک سفر نوشته می‌شود. در پنج سالی که از اتمام آن کتاب می‌گذرد، من متلاطم‌ترین دوران زندگی خود را از سر گذرانده‌ام. این سال‌ها -گاهی دردناک و گاهی اوقات شاداب- در حکم یک دوره آموزشی پیشرفته در هنرها و مشکلات چگونه زیستن بوده است. آن‌ها مرا بسیار بیشتر به سمت درک و فهمی عمیق‌تر سوق دادند.

وقتی **جاده شخصیت** را نوشتم، هنوز در زندان فردگرایی قرار داشتم. اعتقاد داشتم که زندگی ما زمانی بهترین حالت خویش را خواهد داشت که قراری فردی بیابیم، زمانی که سکان را به دست بگیریم و کشتی خودمان را هدایت کنیم. من هنوز معتقد بودم که شخصیت چیزی است که بیش‌تر خودتان آن را می‌سازید، ضعف اصلی را شناسایی می‌کنید و پس از آن تمام اراده خود را جمع می‌کنید و در ضعیف‌ترین بخش وجودتان خود را قوی می‌سازید.

من دیگر بر این باور نیستم که شکل‌گیری شخصیت عمدتاً یک کار فردی است و یا فقط بر اساس تلاش یک شخص به دست می‌آید. من دیگر اعتقاد ندارم که پروراندن شخصیت مانند رفتن به باشگاه ورزشی است؛ تمرینات خود را انجام می‌دهید و صداقت، شجاعت و جرئت را در خودتان ایجاد می‌کنید. حالا فکر می‌کنم شخصیت خوب یک محصول جانبی است که به واسطه دست کشیدن از خودتان ایجاد می‌گردد. شما عاشق چیزهایی هستید که ارزش عشق دارند. خود را وقف یک اجتماع یا یک هدف می‌کنید، به دیگران تعهد می‌دهید، یک جنگل انبوه از دل‌بستگی‌های دوست‌داشتنی ایجاد می‌کنید، خود را در خدمت روزانه به دیگران غرق می‌سازید، هم‌چنان که آن‌ها خود را در خدمت‌رسانی روزانه به شما غرق می‌کنند. داشتن شخصیت قوی چیز خوبی است و در **جاده شخصیت** آموختنی‌های بسیاری وجود دارد اما چیز بهتری هم می‌توان داشت و آن لذت اخلاقی است؛ و این آرامش زمانی اتفاق می‌افتد که به تجسم یک عشق کامل نزدیک شوید.

علاوه بر این‌ها، من دیگر اعتقاد ندارم که ساختارهای فرهنگی و اخلاقی جامعه ما همگی خوب‌اند و همه کاری که ما باید انجام دهیم، این است که خودمان را به‌طور فردی اصلاح کنیم. در طی چند

سال گذشته به دلیل وقایع شخصی و رخدادهایی که در سطح کشور و جهان به وقوع پیوسته، من کمی رادیکال تر شده‌ام.

در حال حاضر هم چنان فکر می‌کنم فردگرایی بی‌حد و حصر فرهنگ فعلی ما یک فاجعه است. تأکید بر موفقیت فردی فرد، ارضای خویشتن، آزادی فردی و خودکفایی یک فاجعه است. حالا فکر می‌کنم یک زندگی خوب نیاز به تحولی بسیار گسترده‌تر دارد. این کافی نیست که به نقاط ضعف خود بپردازید. کل نگرش فرهنگی باید از طرز تفکر فوق فردگرایانه رایج به ذهنیت پیوندگرایانه کوه دوم تغییر یابد.

مکتب کتاب (inbookcity.com)

چرا اینجا هستیم

من این کتاب را تا حدی برای این نوشته‌ام تا به خودم نوعی از زندگی را یادآوری کنم که می‌خواهم داشته باشم. همه ما نویسنده‌ها، کم‌وبیش حتی وقتی در منظر عموم به نوشتن درباره شخص دیگری تظاهر می‌کنیم، درواقع داریم درباره خودمان می‌نویسیم؛ به عبارت دیگر ما سعی می‌کنیم آن‌چه واقعاً خودمان نیاز به یادگیری داریم را تدریس کنیم. رسیدن من به قله اولین کوه، به طرز احمقانه‌ای ناشی از خوش‌شانسی بود.

من بسیار بیشتر از انتظار خودم به موفقیت‌های حرفه‌ای دست یافتم؛ اما این صعود، من را به یک فرد خاص تبدیل کرد؛ کناره‌گیر، نفوذناپذیر و بی‌علاقه به ارتباط با دیگران، حداقل زمانی که پای این مسئله به زندگی خصوصی من رسید. من از قبول مسئولیت در رابطه‌ام با همسر سابقم طفره می‌رفتم. من و همسر سابقم بر سر این موضوع توافق کرده‌ایم که درباره ازدواج و طلاقمان در رسانه‌های عمومی حرفی نزنیم؛ اما وقتی به‌طورکلی به اشتباهات، گمراهی‌ها و گناهان زندگی‌ام نگاه می‌کنم، می‌بینم که آن‌ها بیشتر ناشی از نادیده گرفتن دیگران و شکست‌هایی به واسطه کوتاهی من در برقراری ارتباط با کسانی بوده‌اند که باید به آن‌ها نزدیک‌تر می‌شدم. آن‌ها بیش‌تر جلوه‌هایی از گناه کناره‌گیری و عافیت‌گزینی هستند؛ بی‌مسئولیتی، اعتیاد به کار، اجتناب از تعارض، عدم هم‌دردی و عدم توانایی بیان به‌صورت آشکار.

برای مثال من دو دوست قدیمی و عزیز دارم که در فاصله ۲۵۰ مایلی از من زندگی می‌کنند و نقش آن‌ها در این رابطه دوستی، تحمل و بخشش بسیار زیاد بوده است، مخصوصاً زمان‌هایی که بیش‌ازحد مشغول، بیش‌ازحد ناسازگار و خیلی دور بوده‌ام. من به این دوستان عزیزم با قدردانی و شرمساری نگاه می‌کنم و این الگو - یعنی عدم حضور در کنار آنانی که دوست دارند و باید دوستشان داشته باشی، تنها به دلیل اولویت دادن به زمان در برابر دیگر آدم‌ها و اولویت دادن به بهره‌وری به جای رابطه با دیگران - یکی از مایه‌های تکراری در زندگی من بوده است.

پاداش گناه، گناه است. نقص‌های من به تدریج در من انباشته شد و سپس در سال ۲۰۱۳ بر سرم آوار شد. در آن سال، زندگی، من را به قعر دره‌ها فرستاد. واقعیت‌هایی که برای تعریف زندگی‌ام از آن‌ها بهره می‌بردم از بین رفتند. ازدواج ما پس از ۲۷ سال به پایان رسید و در پی آن تعهد شکست‌خورده، به یک آپارتمان نقل‌مکان کردم. فرزندانم در آستانه بزرگسالی بودند و برای تحصیل در کالج بودند یا برای آن آماده می‌شدند. همین حالا هم هر وقت برای شام بیرون

می‌رویم، آن‌ها را می‌بینم اما دلم برای آن برخوردهای کوتاه پانزده‌ثانیه‌ای در راهرو یا آشپزخانه خانه‌مان تنگ می‌شود.

من تقریباً تمام زندگی دوران بزرگسالی‌ام را در جنبش محافظه‌کاری سپری کرده بودم اما محافظه‌کاری‌ای که من بدان اعتقاد داشتم دیگر محافظه‌کاری مرسوم نبود، بنابراین من خود را ضمناً در شرایطی می‌دیدم که پیوندهای فکری و سیاسی‌ام را با دیگران از دست رفته می‌دیدم. بخش بزرگی از زندگی اجتماعی من در حلقه‌های فکری محافظه‌کار سپری شده بود و حالا این ارتباطات و پیوندها از بین رفته بودند. متوجه شدم دوستی‌های زیادی داشتم که عمیق نبودند. تعداد کمی از افراد به من اعتماد می‌کردند، زیرا من هرگز جلوه‌ای از خود نشان نمی‌دادم که بازتاب‌دهنده نقطه‌ضعفی در من باشد. من بیش‌ازحد مشغول و در حال حرکت بودم.

من جدا افتاده، تنها، تحقیرشده و دچار فروپاشی شده بودم. یادم می‌آید که گذر کردن از آن دوران شبیه به بودن در یک حالت مستی دائمی بود. احساساتم همگی سطحی بودند، فهرست آهنگ‌هایی که در آن دوران گوش می‌کردم شامل آهنگ‌های عشاق دل‌شکسته ایرلندی از سیناد اوکانر و یا اسنو پاترول بودند. طوری از برخی از دوستانم گدایی محبت می‌کردم که امروز آن قدر برایم خجالت‌آور است که ترجیح می‌دهم آن برخوردها را به خاطر نیاورم. من احساس ازخودبیگانگی می‌کردم و در عجب بودم که بقیه عرم چگونه باید سپری شود و داشتم تلاش می‌کردم با ذهن یک آدم ۵۲ ساله اما با مشکلات یک جوان ۲۲ ساله مواجه شوم.

پس از ناکامی در تأهل، در پنج سال پس از آن، وقتم را به تفکر و خواندن درباره این گذارندم که به ثمر رساندن یک تعهد به شکل شایسته چگونه امکان‌پذیر می‌شود و چگونه می‌توانم پس از آن که موفقیت‌های دنیوی در معنا بخشیدن به زندگی‌ام ناتوان می‌مانند، بتوانم بدان معنایی ببخشم. این کتاب حاصل این جست‌وجو و کنکاش است. نوشتن این کتاب در حکم تلاش من برای این بود که خودم را از خود عقب بکشم، بخشی از تلاش مداوم برای ترسیم راهی به سوی یک زندگی بهتر. کافکا نوشته است: «کتاب باید تبری باشد برای دریای یخ‌زده درونمان. باید ما را بیدار کند و چون پتکی بر سرمان فرو بیاید.» نوشتن این کتاب من را در رساندن به این هدف یاری کرده است.

من هم چنین امیدوارم این کتاب به کار شما نیز بیاید. وقتی از آن‌چه ما نویسندگان در پی آن هستیم سخن به میان می‌آید، می‌توانم این سخن از دی. تی. نیلز را به عنوان گواه بیاورم که «ما همچون گدایانی هستیم که سعی می‌کنیم به گدایان دیگر نشان بدهیم که از کجا پاره نانی یافته‌ایم.» کافی

است فقط چند صفحه از این کتاب را بخوانید تا متوجه شوید که من از بسیاری از افراد خردمندتر از خودم نقل قول می‌کنم. منظورم تعداد بسیار زیادی از افراد دیگر است. این را هرگز کتمان نمی‌کنم. در طول نوشتن این کتاب چند بار به ذهنم خطور کرد که شاید من واقعاً یک نویسنده نیستم. من یک معلم یا واسطه هستم که دانش دیگران را همچون یک سرفصل درسی می‌گیرم و آن را به دیگران انتقال می‌دهم.

در نهایت، من این کتاب را به‌عنوان پاسخی به دوره تاریخی‌ای که هم‌اینک از سر می‌گذرانیم، نوشته‌ام. برای شش دهه پرستش و ستایش خود که دغدغه اصلی فرهنگ ما بوده است - در آوردن خود به شکل قالب‌های از پیش تعیین شده، سرمایه‌گذاری روی خود و بیان خود. سرمایه‌داری، شایستگی و علوم اجتماعی مدرن، خودخواهی را به امری عادی و طبیعی تبدیل کرده است. به نظر می‌رسد که تنها انگیزه انسانی حقیقی، علاقه‌مندی افراد به خود است - میل به پول، جایگاه و قدرت. این امور در سکوت این پیام را مخابره می‌کنند که مراقبت، عشق و بخشندگی شبیه به چیزی مانند خامه روی کیک جامعه است.

وقتی کل یک جامعه بر اساس مشغولیت به خود بنا نهاده می‌شود، اعضای آن از یکدیگر جدا و نسبت به هم منزوی و بیگانه می‌شوند؛ و این چیزی است که برای ما اتفاق افتاده است. ما در پایین دره هستیم. زوالی که در سیاست ما دیده می‌شود، ناشی از یک پوسیدگی در پایه‌های اخلاقی و فرهنگی ماست - شکلی که ما با یکدیگر پیوند می‌یابیم، در نحوه‌ای از زندگی که در آن خودمان را از یکدیگر جدا می‌کنیم، در ارزش‌های فردی که گویی به آبی تبدیل شده‌اند که در آن شنا می‌کنیم. حالا دیگر ثابت شده که فرهنگ کوه اول هرگز برای ما کافی و اقناع‌کننده نبوده است.

جامعه ما به توطئه‌ای بر ضد خوشی تبدیل شده است. جامعه اکنون تأکید بیش‌ازحدی بر بخش فردگرایانه ضمیر ما نشان می‌دهد - قدرت استدلال فردگرایانه - و تأکیدی بسیار اندک بر بخش‌های پیوندخواهانه وجودمان، یعنی قلب و روح از خود به نمایش می‌گذارد. ما شاهد یک افزایش تکان‌دهنده در بیماری‌های روانی، خودکشی و بی‌اعتمادی بوده‌ایم. ما بیش‌ازحد به شناخت بر پایه عقلانیت وابسته شده‌ایم درحالی‌که باید بیشتر از این عاطفی باشیم. بسیار عمل‌گرا و محاسبه‌گر شده‌ایم، در شرایطی که باید از یک لنز اخلاقی بهره ببریم. بیش‌ازحد فردگرا شده‌ایم، درحالی‌که باید اجتماعی‌تر باشیم.

بنابراین چه در قالب فرد و چه به‌عنوان یک جامعه، باید کوه دوم خود را پیدا کنیم. این به معنای رد

کردن چیزهایی که در اولین کوه به دست آورده‌ایم نیست-چیزهایی مثل شغل خوب، خانه خوب و برخورداری از لذت یک زندگی راحت- همه ما به زندگی روزمره خود نیاز داریم؛ اما یک نیاز به تغییر در فرهنگ، تغییر در ارزش‌ها و فلسفه، بازنگری در مورد ساختار قدرت در جامعه حس می‌شود. موضوع، تغییر یک طرز تفکر به طرز تفکری دیگر است. مسئله، یافتن اخلاقیاتی است که تعهد را کانون و محور تمام امور دیگر بداند.

خبر خوب این است که اگر یک قدم برای جامعه‌مان برداریم، جامعه صد قدم برای ما برمی‌دارد. اگر تنها یک چیز در پنج سال گذشته آموخته باشم، این است که جهان مسحورکننده‌تر، غریب‌تر، اسرارآمیزتر و پیوندیافته‌تر از چیزی است که زمانی که در اولین کوه قرار داریم فکرش را می‌کنیم.

بیش‌تر اوقات خود را دست‌کم می‌گیریم و اهداف کوچکی را برمی‌گزینیم. در کفش‌هایی که برای پایمان کوچک هستند راه می‌رویم. روزهای خود را صرفاً در تلاش برای جلب موافقت عده‌ای انگشت‌شمار و یا کسب پیروزی‌های ناچیز در عالم حرفه‌ای صرف می‌کنیم؛ اما یک روش سرشار از خوشی وجود دارد که صرفاً اندکی بهتر از شیوه زندگی ما نیست، بلکه به طرزی اساسی بهتر است، با یک دنیا فاصله. زندگی بسیاری از ما به گونه‌ای است که انگار که همه در حال رقابت هستیم تا به یک لامپ خورشیدی نزدیک شویم. درحالی که اگر برخیزیم و به شیوه‌ای متفاوت زندگی کنیم، می‌توانیم در نور آفتابی حقیقی غرق شویم.

هنگامی که با مردمی روبه‌رو می‌شوم که زندگی‌هایی سرشار از تعهدی عمیق دارند، این حقیقت نظرم را جلب می‌کند؛ شادی، واقعی است.

خوشی

قبل از آن که توصیف سفر بین این دو کوه را آغاز کنم، می‌خواهم کمی بر آخرین نکته‌ای که گفتم درنگ کنم- این که احساس خوشی، واقعی است- در گفتمان عمومی ما درباره تعریف یک زندگی خوب اتفاق نظر وجود ندارد. اغلب می‌گوئیم یک زندگی خوب یک زندگی سرشار از کامیابی است. همان‌طور که در اعلامیه استقلال آمریکا هم آمده، همه ما در جست‌وجوی کامیابی زندگی می‌کنیم. در تمام انواع کامیابی ما احساس خوبی داریم، خوشحالیم و دچار هیجان می‌شویم؛ اما کلمه «کامیابی» می‌تواند معانی بسیار گوناگونی داشته باشد؛ بنابراین مهم است که بین کامیابی و خوشی تفاوت ایجاد شود.

تفاوت در چیست؟ کامیابی یک پیروزی برای خود یا گسترش خود است. کامیابی زمانی اتفاق می‌افتد که ما به سوی اهدافمان حرکت کنیم، زمانی که همه چیز بر وفق مرادمان است. وقتی که یک ترفیع اساسی در کارتان دریافت می‌کنید، از دانشگاه فارغ‌التحصیل می‌شوید، تیم محبوبتان در حساس‌ترین مسابقه سال برنده می‌شود یا یک وعده غذای خوشمزه می‌خورید. احساس کامیابی اغلب با برخی از موفقیت‌ها، با کسب برخی از توانایی‌های تازه و یا برخی از لذت‌های هیجان‌آور افزایش می‌یابد.

خوشی اما بیشتر نوعی از تعالی خود را شامل می‌شود. زمانی که سدی از جنس پوست و گوشت که بین شما و شخص یا نهادهای دیگر وجود دارد از بین می‌رود و شما احساس می‌کنید با هم آمیخته شده‌اید. خوشی زمانی حی و حاضر است که مادر و فرزند کوچکش با نگاهی سرشار از عشق و ستایش در چشم‌های هم زل می‌زنند، زمانی که یک کوهنورد در برابر زیبایی یک جنگل احساس کوچکی می‌کند و حس می‌کند با طبیعت یکی شده است، هنگامی که گروهی از دوستان در یک رقص دسته‌جمعی از خودبی‌خود می‌شوند. خوشی اغلب با فراموش کردن خود همراه است. کامیابی چیزی است که ما برای کوه اول قصدش را می‌کنیم. خوشی اما یک نتیجه فرعی از زیستن در کوه دوم است.

ما می‌توانیم به ایجاد حس کامیابی کمک کنیم، اما خوشی ما را فرامی‌گیرد. کامیابی حسی از رضایت‌مندی در ما ایجاد می‌کند، اما خوشی ما را به چیزی دیگر تبدیل می‌کند. هنگامی که خوشی را تجربه می‌کنیم، اغلب احساس می‌کنیم به یک لایه عمیق‌تر و حقیقی‌تر از واقعیت دست یافته‌ایم. یک آدم خودشیفته می‌تواند خوشحال باشد و احساس کامیابی کند، اما نمی‌تواند خوشی را تجربه

کند زیرا تسلیم خود دقیقاً همان چیزی است که فرد خودشیفته قادر به انجامش نیست. او حتی نمی‌تواند خوشی را درک کند. این یکی از مشکلاتی است که گیر افتادن در اولین کوه با خود دارد؛ شما حتی نمی‌توانید ببینید کوه دوم چه چیزی را برایتان به ارمغان می‌آورد.

نکته اساسی که می‌خواهم بگویم این است که کامیابی خوب است اما خوشی بهتر است. درست همان‌طور که کوه دوم مرحله‌ای کامل‌تر و غنی‌تر از زندگی در کوه اول است، خوشی یک وضعیت کامل و غنی است که فراتر از کامیابی است. علاوه‌براین درحالی که کامیابی یکنواخت و زودگذر به نظر می‌رسد، خوشی می‌تواند اساسی و پایدار باشد. هرچقدر شما زندگی متعهدانه‌تری در پیش بگیرید، لذت بیشتری خواهید برد و شادتر خواهید بود که این حالت پایدار شما و چارچوب ذهنی‌ای است که شما با دیگران در میان می‌گذارید و بر دیگران می‌تابانید. شما به فردی شاد یا خوشحال بدل می‌شوید؛ بنابراین در سراسر این کتاب همچون خود زندگی، خوشی ستاره قطبی و چراغ هدایت ماست. اگر به سوی خوشی حرکت کنیم، می‌توانیم بگوییم که در مسیری درست به پیش می‌رویم.

مرتب‌های خوشی

چند سال پیش مثل یک کلکسیونر شروع به جمع کردن شادی کردم. یا دقیق‌تر، شروع کردم به جمع‌آوری تفسیرهایی از خوشی. من توصیفات مردم را از آن زمانی که احساس می‌کردند اوج خوشحالی در زندگی‌شان بوده و در آن لحظات احساسشان نسبت به زندگی در کامل‌ترین، معنی‌دارترین و عالی‌ترین شکل خود بود، گردآوری کردم.

وقتی که اکنون به این مجموعه نگاه می‌کنم متوجه می‌شوم که لایه‌های مختلفی از خوشی وجود دارد. اولین لایه، خوشی و لذت جسمانی است. لحظاتی که شما در حال انجام فعالیت بدنی هستید، به‌خصوص در هماهنگی با دیگر افراد، هنگامی که شما جریان را در بدن‌تان احساس می‌کنید. در آنا کارنینا، لوین با مردانی که در مزرعه کار می‌کنند به کوتاه کردن چمن‌ها مشغول می‌شود. در ابتدا لوین با داسی که در دست دارد، حالت دست‌وپا چلفتی‌ها را دارد اما بعد حرکت صحیح را یاد می‌گیرد و ردیف‌هایی تمیز و مستقیم را برمی‌دارد. «هر چقدر لوین بیشتر به هرس چمن‌ها می‌پرداخت، بیشتر احساس می‌کرد که دیگر این دست‌های او نیستند که داس را به حرکت درمی‌آورند، بلکه این خود داس است که دارد تمام بدن او را به جنبش وامی‌دارد و تو گویی داس خود سرشار از زندگی و خودآگاهی بود، انگار که به واسطه جادویی روح در آن دمیده شده باشد، بدون این که خود بداند، کار به درستی و نظم انجام می‌شد. این‌ها فرح‌بخش‌ترین لحظات بودند.»

این جریان به‌ویژه زمانی شگفت‌انگیز است که یک جریان جمعی است، چیزی که شما با تیم یا واحد نظامی متبوع خود تجربه می‌کنید. این را ویلیام مک‌نیل، استاد تاریخ سابق من زمانی که در سال ۱۹۴۱ به ارتش اعزام شد، تجربه کرده بود. در اردوگاه آموزشی او رژه رفتن با دیگر نفرات واحد خود را آموخت و احساساتی عجیب و غریب در هنگام رژه رفتن تجربه کرد: «کلمات برای توصیف احساسات ناشی از جنب‌وجوش طولانی‌مدت در هماهنگی با دیگران برای تمرین انجام درست آن، ناکافی هستند. یک نوع احساس فراگیرنده از دقت و سلامت، این چیزی است که من به یاد می‌آورم؛ به‌طور خاص، احساسی غریب از رشد شخصی؛ به لطف مشارکت در مراسم جمعی، احساس می‌کردم از زندگی بزرگ‌تر شده‌ام.»

لایه بعدی خوشی، شرکت در یک شور مشترک یا رقص دسته‌جمعی شادکامانه است. تقریباً در هر فرهنگی از روزگاران پیشین، لحظات و مناسبت‌های شاد با رقص‌های هماهنگ جشن گرفته و

تقدیس می‌شوند. این را دارم صبح بعد از حضور در عروسی یکی از دوستانم که یک یهودی ارتدکس است، می‌نویسم. پس از مراسم، ما مردان شروع به رقصیدن دور داماد کردیم. ما پیرامون او، به هم فشرده شده بودیم و او در مرکز حلقه‌ای که ما تشکیل داده بودیم، با حالتی رها و خلسه‌وار بالا و پایین می‌پرید. هر چند دقیقه چند نفر از افراد مختلف - پدر بزرگش، یک دوست و یا حتی خود من، به مرکز دایره می‌آمدند تا با شادی با او بالا و پایین ببرند و دستان خود را در هوا بچرخانند و از ته دل با او بخندند.

زادی اسمیت نویسنده یک‌بار در سال ۱۹۹۹ بودن در یک باشگاه شبانه در لندن را توصیف کرد. او تعریف می‌کند که به دنبال دوستانش بود و هم‌زمان سعی می‌کرد کیف‌دستی خودش را پیدا کند که ناگهان یک آهنگ از گروه A Tribe Called Quest شروع شد. او می‌نویسد که در آن لحظه:

یک مرد لاغر با چشم‌هایی درشت دستش را از بین انبوه جمعیت به سوی دست من دراز کرد. او مدام یک سؤال تکراری را از من می‌پرسید: «حسش می‌کنی؟» بله حسش می‌کردم. پاشنه‌های افتتاح کفش‌هایم عذاب می‌دادند. می‌ترسیدم جانم را از دست بدهم، اما هم‌زمان احساس می‌کردم که نهایت لذت را می‌برم و می‌پرسیدم: «می‌تونم پاهام رو بکوبم؟» که این لحظه را باید در تاریخ جهان ثبت کرد، به‌خصوص زمانی که آهنگ "بوی روح نوجوان" از نیروانا شروع شد. دست مرد را گرفتم. احساس می‌کردم سرم دارد دور تنهام پرواز می‌کند. ما رقصیدیم و رقصیدیم و شادی را به خود هدیه می‌دادیم.

در این شکل از خوشی، مانند همه انواع خوشی، قفسی از خودآگاهی که ما را احاطه کرده فرومی‌ریزد و آدم‌ها با افراد پیرامون خود به‌طور کامل درهم‌آمیخته می‌شوند. این نوع شادی تماماً در زمان حال می‌گذرد: آدم‌ها حال را به‌طور کامل درک می‌کنند و عمیقاً در لحظه زنده هستند.

لایه سوم خوشی چیزی است که می‌توان آن را خوشی عاطفی خواند. یک جوشش ناگهانی از عشق که شما آن را برای مثال در نخستین مواجهه مادر و فرزند و نخستین نگاه او به چشم‌های نوزادش می‌بینید. دوروتی دی این لحظه را به زیبایی هرچه‌تمام‌تر ثبت کرده است: «اگر من بهترین کتاب دنیا را نوشته بودم، بزرگ‌ترین سمفونی را نوشته بودم، زیباترین نقاشی یا نقاشی زیباترین انسان دنیا را کشیده بودم، نمی‌توانستم حسی فراتر از آن چیزی داشته باشم که بابت به دنیا آوردن آنچه اکنون در آغوشم بود احساس می‌کردم... هیچ مخلوقی نمی‌توانست احساسی را که من پس از تولد فرزندم داشتم، یعنی آن احساس مالا مال شدن از عشق و شادی را داشته باشد. با داشتن این

حس، در خود این نیاز را می‌دیدید که چیزی را بپرستید و به آن عشق بورزید.»

این نوع خوشی، صمیمی و قدرت‌مند است. اغلب زمانی حدود بیش از یک دهه قبل را به یاد می‌آورم که یک شب تابستانی به خانه برگشتم و در حال پارک کردن ماشینم در حیاط جلویی خانه سه کودکم را دیدم که آن زمان دوازده، نه و چهار ساله بودند و داشتند با یک توپ پلاستیکی در حیاط پشتی خانه بازی می‌کردند و دنبال آن می‌دویدند. آن‌ها یکدیگر را می‌کشیدند و روی سر هم می‌پریدند و معلوم بود که کاملاً به آن‌ها خوش می‌گذرد. من در ماشین نشسته بودم و به این تابلوی ترسیم شده از شادی خانواده‌ام که جلوی چشمم نقش بسته بود نگاه می‌کردم. آفتاب تابستان از میان درختان می‌درخشید و چمن حیاط خانه‌ام به هر دلیلی به نظر بی‌نقص و کامل رسید. جریانی از شادی و رضایت بی‌حد و حصر را تجربه می‌کردم که به نظر می‌رسید زمان را متوقف و قلبم را تحریک می‌کرد. مطمئنم که همه پدر و مادرها چیزی شبیه این را تجربه کرده‌اند.

خوشی عاطفی اغلب در اوایل یک رابطه عاشقانه اتفاق می‌افتد. عشاق تازه روی یک زیرانداز می‌نشینند و نورشان را بر دیگری می‌تابانند. شاید هم چنین چیزی بعدتر اتفاق بیفتد. زوج‌های قدیمی هم می‌توانند احساس کنند که طرف مقابلشان را عمیق‌تر از خودشان می‌شناسند. شما این را از کسانی که زندگی شاد و موفقی دارند بسیار می‌شنوید: «وقتی عاشق او هستم، انگار ناپدید می‌شوم.»

دیوید وایت یک نکته اساسی را در این باره بیان می‌کند. او می‌نویسد «خوشی»:

جایی است که یک میل خودخواسته عمیق، یک کیمیاگری ذهنی که خود را به فراموشی می‌سپارد و در درون ما قرار دارد را با چیزی که در بیرون از ما دیده می‌شود پیوند می‌دهد اما در حال حاضر هیچ‌یک از این دو نیست بلکه جبهه‌ای از زندگی است، صدایی که بین ما و جهان صحبت می‌کند؛ رقص، خنده لطافت، لمس کردن پوست، آواز خواندن در ماشین، موسیقی در آشپزخانه، حضور بی‌نظیر و غیرقابل تعویض و همراه با یک دختر کوچولو، زیبایی سوزاننده جهان، به عنوان یک مرز بین آن چه ما قبلاً فکر می‌کردیم هستیم و هر آن چه فکر می‌کردیم غیر از ما هست.

لایه چهارم خوشی، خوشی معنوی است. گاهی اوقات خوشی نه از طریق حرکت و نه از طریق عشق بلکه از یک تماس غیرمنتظره با چیزی که به نظر می‌رسد یک روح بدون محدودیت و خالص است به دست می‌آید. این خوشی همراه با این احساس می‌آید که جری روت با اشاره به سی. اس. لوئیس این گونه می‌نویسد، تمام واقعیت‌ها ویران‌گر هستند، چراکه جهان از یک نیروی اسرارآمیز

لبریز شده است.

یک روز کریستین وایمن شاعر، زمانی که در پراگ زندگی می‌کرد در آشپزخانه خانهاش به کاری مشغول بود که یک شاهین بر لبه پنجره و در فاصله حدود یک متری از او فرود آمد. پرنده نگاهی به درختان و ساختمان‌های سراسر خیابان انداخت اما به وایمن نگاه نکرد. وایمن در جای خود میخکوب شد. همسرش را که در حمام بود صدا کرد تا این صحنه را ببیند. او درحالی که قطرات آب از بدنش می‌چکید، بیرون آمد و کنار وایمن ایستاد، به شاهین خیره شد و زمزمه کرد: «چیزی را آرزو کن.» سپس شاهین سرش را چرخاند و نگاهش را به چشمان وایمن دوخت. وایمن احساس کرد چیزی در درونش فروریخت. او بعداً در مورد آن واقعه شعری نوشت که شامل این قطعه است:

برای لحظه‌ای طولانی که هنوز در آنم

آرزو کردم، آرزو کردم و آرزو کردم

که آن لحظه هرگز پایان نیابد

و چنین بود که آن لحظه برای همیشه ناپدید شد

این نوع لذت معنوی اغلب شامل یک نیروی اسرارآمیز عرفانی است. مادر تولستوی هنگامی که او یک پسر جوان بود، فوت کرد و قبل از مراسم خاک‌سپاری تولستوی در اتاقی با تابوت باز مادرش تنها ماند. او از روی صندلی بلند شد تا به مادرش نگاه کند و آرامشی عجیب و غریب را تجربه کرد. بعدها نوشت: «همان‌طور که نگاه می‌کردم، به نظر می‌رسید که یک نیروی سرکوب‌نشدنی و غیرقابل درک در من رخنه می‌کرد. برای لحظه‌ای به‌طور کامل احساس می‌کردم وجود ندارم و نوعی سعادت مبهم را تجربه می‌کردم که هرچند بزرگ و شیرین اما درعین حال غمگین بود.» سپس یک مرد وارد اتاق شد و تولستوی متوجه شد که اگر مرد او را با این چهره ناراحت ببیند ممکن است فکر کند که او از مرگ مادرش احساس ناراحتی نمی‌کند، پس برای رعایت قراردادهای اجتماعی، وانمود کرد که گریه می‌کند. «این خودآگاهی خودخواهانه، آن وجه صمیمیتی را که در وداع من با مادرم وجود داشت به‌طور کامل از بین برد.»

ما اکنون در حال صعود به تجربه‌های بالاتر و بالاتری از شادی هستیم. لایه پنجم خوشی، لذت متعالی است، احساس یکی شدن با طبیعت، جهان یا خدا. بلدن لین در کتاب کوله‌گردی با قدیسان تجربه پیاده‌روی را این‌گونه توصیف می‌کند:

هر زمان که خود را در اعماق طبیعت رها می‌کنم، بدنم و محیط پیرامون من در قالب یک الگوی

مبادله صمیمانه مدام با یکدیگر اختلاط می‌یابند. خود را به آب می‌اندازم و نفسم را از هوایی پر می‌کنم که از عطر و طعم گیاهان گوناگون پر شده است. تارهای عنکبوت من را فرامی‌گیرند و بدنم با خار گل‌ها سوراخ می‌شود پشه‌ریزه‌ها را ناخواسته می‌بلعم و سنگ‌ریزه‌ها را زیر چکمه‌هایم حس می‌کنم. این که دقیقاً کجا من "پایان می‌یابد" و هر چیز دیگری "شروع می‌شود" همیشه روشن نیست. آن چیزی که "من" به نظر می‌رسد، در مرز ثابت پوست من متوقف نمی‌شود.

چنین لحظات فوق‌العاده‌ای ممکن است تنها چند دقیقه طول بکشند، اما می‌توانند یک زندگی را تغییر دهند. گاهی آدم‌ها احساس می‌کنند که قادرند واقعیت پنهان چیزها را از ورای ظاهرشان ببینند و پس از آن دیگر هرگز نمی‌توانند به عقب برگردند و از تماشای سایه‌های کم‌رنگ بر روی دیوار غار راضی و خشنود باشند. رالف والدو امرسون فلسفه خود را بر پایه چنین لحظاتی از تعالی بنا نهاد.

«ایستاده روی زمین برهنه و بکر- سرم در هوای خنک و غوطه‌ور می‌شود و به فضای بی‌نهایت کشیده می‌شود- تماماً خود را فراموش می‌کنم. من تبدیل به چشمی شفاف می‌شوم؛ من هیچی نیستم؛ من همه را می‌بینم؛ جریان تمام موجودات کائنات را که از درون من جاری می‌شوند.»

چشیدن طعم این شکل از خوشی فوق‌العاده است، اگرچه ممکن است دردناک هم باشد. با طعم و مزه یک ماهیت ازلی شروع می‌شود و سپس آن احساس خوشی، مدام دوباره تمایل دارد که آن طعم را تجربه کند. خوشی، همان‌طور که سی. اس. لوئیس آن را بیان می‌کند، نه رضایت از اشتیاق، بلکه خود اشتیاق است. سنت آگوستین احساس عشق خود به خداوند را به مانند یک نوع احساس گرسنگی و عطش شدید می‌دید: «من را صدا کردی، فریاد زدی و سد ناشنوایی مرا در هم شکستی؛ جرقه زدی، شعله‌ای روشن کردی و کوری من را چاره ساختی؛ رایحه عطر خود را به مشام رساندی و حالا من در عطش تو می‌سوزم؛ من تو را چشیده‌ام و حالا گرسنه و تشنه توام؛ من را لمس کردی و من در عطش رسیدن به آرامش تو می‌سوزم.»

دیگران هم هرچند بسیاری‌شان به روشنی مذهبی نیستند، چنین لحظاتی را تجربه می‌کنند که به نظر می‌رسد در آن، عشق به آن‌ها برسد. جولز ایوانز در ۲۴ سالگی در حال اسکی از یک صخره سقوط کرد و پا و کمرش شکست. «در آن دوران که توی تختم افتاده بودم، احساس می‌کردم که در عشق و نور غرق شده‌ام. به مدت شش سال از مشکلات عاطفی رنج می‌بردم و از این که به‌طور دائمی روح و روان خودم را دچار آسیب کرده بودم می‌ترسیدم. در آن لحظه، ناگهان این را دانستم

که حال خوب است و دوست داشته می‌شوم، دانستم که چیزی در من وجود دارد که نمی‌تواند آسیب دیده باشد، چیزی که آن را "روح" یا "خود"، یا "آگاهی خالص" می‌نامند.»

در سال ۲۰۱۶، موسسه گالوپ از آمریکایی‌ها خواسته بود که بگویند که آیا تجربه‌ای روحانی داشته‌اند؟ مثلاً اینکه لحظه‌ای شبیه به این که فراتر از خود عادی‌شان قرار گرفته باشند و یا احساس کرده باشند که به یک بی‌نهایت متصل شده‌اند. ۸۴ درصد از پاسخ‌دهندگان گفتند که حداقل یک‌بار چنین تجربه‌ای داشته‌اند و حتی ۷۵ درصد نیز گفته‌اند که یک نوع تابوی اجتماعی در برابر صحبت کردن در مورد چنین تجاربی در جامعه وجود دارد.

خوشی اخلاقی

اکنون در اینجا می‌خواهم از بالاترین سطح خوشی بگویم، چیزی که آن را خوشی اخلاقی می‌نامم. من بر این باورم که این بالاترین شکل از خوشحالی است چرا که این همان چیزی است که حتی افراد بدبین و شکاک هم قادر نیستند با استدلال‌های خود آن را نفی کنند. چنین افرادی می‌توانند بگویند که تمام تجاری که ما به عنوان خوشی از سر می‌گذرانیم، تنها تعدادی واکنش شیمیایی در مغز ما هستند که به شکل‌های عجیب و غریبی رخ می‌دهند و احساسات منحصر به فردی را در ما به وجود می‌آورند؛ اما خوشی اخلاقی یک ویژگی افزون بر این‌ها دارد. این شکل از خوشی می‌تواند دائمی شود. بعضی از مردم روز به روز با شادمانی زندگی می‌کنند. اقدامات روزانه آن‌ها با تعهدات غایی‌شان سازگاری یافته است. آن‌ها از خودشان دست کشیده‌اند و در کنار یکدیگر قلبشان را برای رسیدن به آن هدف و تعهد وقف کرده‌اند. بسیار خشنود هستند که جای خود را یافته‌اند و موضع خود را مشخص کرده‌اند. آن‌ها نوری درونی با خود دارند.

به نظر می‌رسد پاپ فرانسیس این شرایط را داشته باشد و به همین ترتیب، آن‌طور که گفته شده، اسقف توتو و پل فارمر هم همین‌طورند. همچنین جفری کانادا که موسسه کودکان هارلم را تأسیس کرد و یو یو ماو نوازنده چیره‌دست ویولن سل. یک‌بار در واشنگتن ملاقاتی با دالایی لاما داشتم. او در طول ناهار چیز که به‌طور به‌خصوص روشن‌گرانه یا عمیق باشد بر زبان نیاورد، اما هرازچندگاه یک‌بار بدون هیچ دلیل خاصی شروع به خندیدن می‌کرد. او می‌خندید و من می‌خواستم مؤدب باشم، بنابراین من هم می‌خندیدم. او می‌خندید. من خندیدم. او فقط یک انسان شاد است. نشاط حالت طبیعی اوست.

این نوع از خوشی اخلاقی می‌تواند در قالب افزایش یافتن آن‌چه روان‌شناسان اجتماعی به عنوان "تعالی اخلاقی" نامیده‌اند آغاز شود. به عنوان مثال، یک پژوهش‌گر که برای روان‌شناس اجتماعی جان‌اتان هایت کار می‌کند، با زنی مصاحبه کرده بود که به عنوان داوطلب در صبح‌های زمستان، با چند نفر دیگر از کلیسای خودش به مردم کمک می‌کردند. یک داوطلب دیگر مردم را سوار می‌کرد و به خانه‌هایشان می‌رساند. یک روز صبح که برف سنگینی در حال باریدن بود، همان‌طور که در حال عبور از یک محله مسکونی بودند، یک خانم مسن را دیدند که در کنار خانه‌اش با یک پاروی برف‌روبی ایستاده بود. در تقاطع بعدی یکی از افرادی که در عقب ماشین نشسته بود گفت که می‌خواهد پیاده شود. آن‌ها او را پیاده کردند با این گمان که آنجا احتمالاً نزدیک خانه‌اش است.

آن مرد اما به جای این که وارد یکی از خانه‌های آن اطراف شود، به سمت آن پیرزن رفت، پارویش را گرفت و شروع کرد به پارو کردن برف‌هایی که حیاط جلویی خانه او را پوشانده بودند. یکی از زنان در ماشین نشسته و شاهد این صحنه بود به یاد می‌آورد: «احساس می‌کردم که باید از ماشین خارج شوم و این مرد را بغل کنم. احساس کردم باید آواز بخوانم و شروع کنم به دویدن در خیابان و خندیدن به بالا و پایین پریدن و صرفاً فعال باشم و در مورد مردم حرف‌های خوبی بر زبان بیاورم. احساس می‌کردم که باید یک شعر زیبا و یا یک آهنگ عاشقانه بنویسم یا اینکه مثل یک کودک در برف‌ها به بازی و جست‌وخیز مشغول شوم. به همه در مورد کار آن مرد می‌گفتم و روحم به سطحی حتی بالاتر از آن چه قبلاً بود، پرواز می‌کرد. خوشحال بودم، لبخند می‌زدم، انرژی گرفته بودم. به خانه برگشتم و ماجرا را به هم‌خانه‌هایم گفتم و دیدم که اشک در چشمانشان حلقه زد.» آن گونه که هیت می‌گوید، چنین لحظات قدرتمندی از عروج اخلاقی به نظر می‌رسد مانند یک دکمه شروع دوباره برای روح و روان هستند و احساس بدبینی را از بین می‌برند و امید، عشق و الهام اخلاقی را جایگزین آن‌ها می‌کنند. این لحظات انرژی بالایی دارند. افراد به شدت انگیزه می‌گیرند تا خودشان کارهای خوب بکنند، آستین‌ها را بالا بزنند، ایثار کنند و به دیگران یاری برسانند.

وقتی آدم‌ها سخاوتمندی در قبال دیگران را به عنوان بخش بزرگی در زندگی روزانه خود می‌گنجانند، تعریفی تازه از این که چه کسانی هستند ارائه می‌دهند. نکته جالب در مورد شخصیت و ذات شما، این است که این یکی جزء ثابت و تغییرناپذیری از وجود شما، مانند استخوان پایتان، نیست. ذات و درون شما تغییر می‌کند، مثل ذهنتان. هر کاری که انجام می‌دهید، هر تصمیمی که می‌گیرید، شما را تغییر می‌دهد، حتی به میزانی اندک و باعث می‌شود که کمی بالاتر یا پایین‌تر بروید. اگر مجموعه‌ای از اعمال خوب انجام دهید، عادت محوریت بخشیدن به دیگران به تدریج به جزیی اساسی از زندگی‌تان تبدیل می‌شود. از این پس انجام کارهای خوب برایتان آسان‌تر می‌شود. اگر نسبت به کسی بی‌رحمانه و ظالمانه رفتار کنید و دروغ‌گویی پیشه کنید، شخصیتتان تضعیف می‌شود و انجام چنین اعمال ناپسندی در آینده برایتان آسان‌تر هم می‌شود. همان‌طور که جرم‌شناسان می‌گویند، افرادی که مرتکب قتل می‌شوند، از آن‌جا شروع نکرده‌اند. آن‌ها می‌بایست قبل از رسیدن به نقطه‌ای که در آن می‌توانند جان انسانی دیگر را بگیرند، از مراحل متعددی از اعمال شرورانه گذشته باشند.

افرادی که یک خوشی همیشگی از خود ساطع می‌کنند، خود را تسلیم یک زندگی سرشار از تعهدی

عمیق و عاشقانه می‌کنند. بخشیدن به طبیعت آن‌ها تبدیل شده است و رفته رفته روح خود را نورانی می‌سازند. همیشه چیزی از درون روح ما به بیرون جریان دارد. برای برخی از مردم بیشتر ترس یا ناامنی است. برای افرادی که ما با آن‌ها شاد می‌شویم، بیشتر خوشی، لذت و مهربانی است.

چگونه شخصیت خود را به گونه‌ای می‌سازید که این‌گونه بدرخشید؟ ممکن است تصور کنید که یک شخصیت درخشان از یک زندگی عاری از بار مسئولیت و زحمت حاصل می‌گردد - زندگی‌ای که سرشار از لذت‌ها و خوشی‌های همیشگی است؛ اما اگر با دقت به افراد عمیقاً شاد بنگرید، متوجه می‌شوید که آن‌ها اغلب افرادی هستند که بیش از هر کس دیگری در معرض سنگین‌ترین اعمال و مسئولیت‌ها هستند.

بنجامین هاردی نویسنده‌ای است که در مجله Inc. از تصمیم خود برای قبول سرپرستی سه کودک نوشته است: «تا پیش از قبول این مسئولیت شخصی من تا حدودی از خود راضی بودم. هرگز احساسی حاکی از نوعی اضطراب و ضرورت نداشتم» او می‌نویسد: «هیچ چیزی من را برای حرکت به سوی پیش رو به دنبال خود نمی‌کشید. یک زندگی آسان مسیری به سوی رشد و شادی نیست. برعکس، یک زندگی سرشار از سهولت و راحتی بیشتر نمایش این است که چگونه در آن گیر کرده و گیج می‌شوید.» برای او قبول سرپرستی آن بچه‌ها، به معنی یافتن آگاهی بیشتر نسبت به معنای حقیقی ناامیدی، اضطراب و خستگی و درعین حال تعالی، شیرینی و مخصوصاً عشق ورزیدن است. طعم شادی را می‌توان به تنهایی هم چشید؛ اما شادی دائمی و ماندگار از یک زندگی به خصوص و سرشار از تلاش حاصل می‌آید. شادی زمانی رخ می‌دهد که یک میل شخصی برآورده شود. به نظر می‌رسد که شادی اخلاقی ماندگار زمانی مجال بروز می‌یابد که به شکلی گرایش به دیگرانی بیرون از فرد داشته باشد.

گرگوری بویل روحانی‌ای است که به اعضای باندهای تبهکاران در لس‌آنجلس خدمات مذهبی ارائه می‌دهد و ماهیت متفاوت بین زندگی برای خود و زندگی برای دیگری را درک کرده است: «محبت و دلسوزی، در صادقانه‌ترین شکل خود، همیشه حاکی از یک تغییر و دگرگونی از یک جهان تنگ سرشار از خودخواهی و مشغولیت به خود به یک دنیای وسیع از رفاقت و همکاری است.»

این یکی از اصول غیرقابل‌انکار زندگی است؛ باید خودتان را گم کنید تا بتوانید خودتان را پیدا کنید، باید خودتان را رها کنید تا بتوانید همه چیز را به دست آورید.

ممکن است تصور کنید چنین زندگی شادمانه‌ای که سرشار از خدمت و یاری به دیگران باشد به ندرت وجود دارد؛ اما در بهار سال ۲۰۱۸، من پروژه‌ای را با عنوان بافت: پروژه تاروپود اجتماعی را در موسسه آسپن آغاز کردم. ایده اصلی این پروژه نشان دادن توجه بیشتر به افرادی است که کارهای عمومی را در زمینه ساخت‌وساز اجتماع خود و اصلاح و ترمیم روابط انجام می‌دهند. در طول این فعالیت من خودم را تقریباً هر روز در اطراف آدم‌هایی قرار دادم که نوری از وجودشان به اطراف می‌تابد و دیگران را گرم می‌کند.

یکی از این افراد استفانی هروتزک ساکن هوستون است. او را می‌بینم که کنار بچه‌ها چهارزانو روی زمین نشسته، در جایی به نام محفل خانواده که برنامه‌ای است که پس از ساعات مدرسه برگزار می‌شود و او متولی‌اش است. او با علاقه و پشتکار فراوان واژه‌های دشوار را با آن‌ها تکرار می‌کند: «سریع ده بار پشت سر هم بگویید نیویورک بی‌همتا!» دیگری کیت گروین در کلرادو است که هنگامی که یک پناهجوی اهل سومالی روبرو می‌شود، به طرز محسوسی چهره‌اش سرشار از شادی می‌شود. او به پناهجویان کمک می‌کند در سیستم محلی مدرسه جا بیفتند. یکی دیگر از آن‌ها دان فلو است که مالک تعدادی فروشگاه اتومبیل در کارولینای شمالی است و احساسی از یک رضایت آرام را از خود نشان می‌دهد وقتی که مرکز اجتماعی را که در وینستون-سیلم ساخته به من نشان می‌دهد. هارلن کرویک سازنده املاک است که به نظر می‌رسد، همواره خود را برای کمک به مردم اطرافش و راحتی هر چه بیش‌تر آن‌ها وقف کرده است.

یکی دیگر، مک مک‌کارت، بنیان‌گذار سازمانی به نام نوسازی اجتماعی بین‌المللی در شورتوپورت، لوئیزیانا است. مک هفتاد و چندساله است. او از آن دست افرادی است که وقتی پایش را برای اولین بار به یک قهوه‌خانه می‌گذارد اسم کوچک هرکسی را یاد می‌گیرد و برای همه‌شان یک شوخی یا داستان در آستین دارد. در دیدار سومش از آن محل، او دیگر دوست قدیمی و صمیمی همه است. در دیدار پنجم آن‌ها از او می‌خواهند که عهده‌دار مراسم عروسی‌شان باشد. مردم فقط می‌خواهند در اطراف این مرد باشند؛ زیرا او با خود شادی را به همراه دارد.

از این مردم می‌پرسم معنی شادی برای زندگی روزمره آن‌ها چیست؟ پاسخ همیشه یک بیان متفاوت از یک زمینه مشابه است - لحظه‌ای که آن‌ها لذت را برای دیگری به ارمغان می‌آورند. هلن کلر بر این باور بود: «در فراموشی خویشتن، شادی وجود دارد؛ بنابراین من سعی می‌کنم نوری که در چشم دیگران هست را خورشید خود بپندارم، موسیقی‌ای که در گوش دیگران هست را

سمفونی خویش و لبخندی که بر لب دیگران نقش می‌بندد را شادی خویش ببینم.»

میروسلاو ولف یک پروفسور از دانشگاه ییل است که مطالعه بر روی خوشی انسان‌ها را تخصص خودش کرده است. او نتیجه می‌گیرد که خوشی احساسی نیست که مستقل از بقیه احساسات وجود داشته باشد، بلکه تاجی است که به‌عنوان پاداش یک زندگی خوب و سالم بر سرتان گذارده می‌شود. او می‌گوید: «خوشی پدیده‌ای صرفاً بیرون از یک زندگی خوب نیست که مانند یک برگ نعنا بر روی خامه کیک قرار گرفته باشد. در عوض، یک زندگی خوب خود را در قامت خوشی نشان می‌دهد و بیان می‌کند. خوشی، بُعد احساسی یک زندگی خوب است که به خوبی پیش می‌رود و به خوبی مدیریت می‌شود و در واقع یک پاسخ مثبت عاطفی به آن است.»

خوشبختی هدفی مناسب برای مردم در اولین کوهشان است؛ و رسیدن به آن حقیقتاً عالی است، اما در این صورت هم ما تنها یک زندگی را به دست می‌آوریم، بنابراین ما می‌توانیم از آن در بازی بزرگ بعدی مان استفاده کنیم؛ لذت بردن از خوشبختی و درعین حال فراتر رفتن از آن و تعالی به سوی خوشی.

خوشبختی معمولاً فردی است؛ آن را با این پرسش می‌سنجند که «آیا شما خوشبخت هستید؟» خوشی اما معمولاً از طریق فراتر رفتن از خویش امکان بروز می‌یابد. خوشبختی چیزی است که شما آن را دنبال می‌کنید؛ خوشی چیزی است که به‌طور غیرمنتظره به وجود می‌آید و وجودتان را احاطه می‌کند. خوشبختی حاصل از دستاوردهای ماست؛ لذت اما از ارائه موهبت‌هایی که در اختیارمان است حاصل می‌شود. خوشبختی محو می‌شود؛ ما به چیزهایی که در ما احساس خوشبختی و خشنودی ایجاد می‌کردند عادت می‌کنیم؛ اما خوشی محو نمی‌شود. زندگی با خوشی یک زندگی سرشار از شگفتی، قدردانی و امید است. افرادی که در کوه دوم قرار دارند تغییر کرده‌اند. آن‌ها عمیقاً متعهد هستند. جوشش عشق در آن‌ها به یک نیروی پایدار در زندگی‌شان تبدیل شده است.

بخش اول: دو کوه

شماره کتاب (nbookcity.com)

۱: زیست اخلاقی

زمانی که یک کارشناس تلویزیونی جوان بودم، با جیم لِر کار می‌کردم، کسی که برنامه‌ای را بنیان نهاد که امروزه ساعت خبر PBS نامیده می‌شود. وقتی جیم روی آنتن بود و اخبار را ارائه می‌کرد، چهره‌اش نشانی از گرم بودن داشت، اما هم‌زمان خویشتن‌دار بود، چرا که او بر این باور بود که خودش نباید در کانون توجه باشد بلکه این خبرها هستند که باید مورد توجه بیننده قرار بگیرند؛ اما زمانی که دوربین روی او نبود، چهره‌اش به طرز فوق‌العاده‌ای گویا بود. وقتی که من در بخش مربوط به خودمان صحبت می‌کردم و چیزی مبتذل یا احمقانه به زبان می‌آوردم، او را می‌دیدم که لب‌هایش را با حالتی ناخوشایند به گوشه‌ای جمع می‌کند؛ اما وقتی چیزی می‌گفتم که سودمند، متمدنانه و یا جالب بود، چشم‌هایش را سرشار از لذت و شغف می‌دیدم. طی ده سال کار کردن با مردی که عمیقاً تحسینش کردم، سعی کردم به شیوه‌ای رفتار کنم که همان شغف را در چشمانش ببینم و نه جمع شدن لب‌هایش به یک گوشه را.

لِر هرگز رسماً به من نگفت که چگونه رفتار کنم، اما در قالب این روش ظریف و بدون به زبان آوردن هرگونه کلامی، به من آموزش داد تا استانداردهای برنامه ساعت خبر را به‌طور مناسبی رعایت کنم؛ و او این واکنش‌ها را فقط به من نشان نمی‌داد؛ همه عوامل برنامه با آن‌ها روبرو می‌شدند، در تمام برنامه‌ها و در طول سال‌ها. به این ترتیب وی شخصیتی ویژه را برای برنامه ساعت خبر ایجاد کرد، یک زیستگاه اخلاقی که در آن ارزش‌های مشخصی همواره در اولویت قرار داشتند و خود برنامه شیوه مشخصی از بودن را برای خود تعریف کرده بود. چند سالی از بازنشستگی لِر می‌گذرد، اما فرهنگی که او به برنامه تزریق کرد هنوز هم معرف ساعت خبر است.

همه ما در این یا آن زیستگاه اخلاقی رشد کرده‌ایم. همه ما با اتکا به شیوه زندگی‌مان خرده‌فرهنگ‌هایی را در اطراف خودمان ایجاد می‌کنیم. شاید بزرگ‌ترین میراثی که یک فرد می‌تواند از خود به جای بگذارد یک نوع زیست اخلاقی است؛ مجموعه‌ای از باورها و رفتارها که پس از مرگ او هم زنده می‌مانند.

برخی از انواع زیست اخلاقی، محلی‌اند، یعنی در خانه یا دفتر کار ما مقرر شده‌اند، اما برخی دیگر از آن‌ها گسترده‌ترند و حتی معرف دوره‌های تاریخی و تمدن‌های خاصی هستند. یونانیان دوران کلاسیک و رومیان مرام‌نامه خود را برای افتخار و احترام به دیگران داشتند که از دید آن‌ها نسبت به شهرت و خوش‌نامی جاودانه نشئت می‌گرفت. در اواخر قرن نوزدهم، هنرمندان پاریس، یک مرام

بوهمیایی را بنیان نهادند که آزادی فردی و خلاقیت لجام گسیخته را تقدیس می کرد، درحالی که در آن سوی کانال مانش در بریتانیا، اخلاق ویکتوریایی شکل گرفت، با قوانین سخت گیرانه ای در خصوص احترام و اعمال نیکو. زیست گاه های اخلاقی به شکل مؤثری به شما می گویند که چطور لباس بپوشید، با دیگران حرف بزنید، چه چیزی را تحسین یا تقبیح کنید و چطور هدف نهایی خود را تعریف کنید.

زیست اخلاقی پاسخی جمعی به مشکلات بزرگ یک لحظه خاص تاریخی است. به عنوان مثال، در یک سوم میانی قرن بیستم، مردم ساکن نیم کره شمالی با یک رکود اقتصادی بزرگ و سپس یک جنگ جهانی فاجعه بار مواجه شدند. مشکلات بزرگ نیازمند پاسخ های بنیادین بزرگ است. مردم به ارتش پیوستند، اتحادیه ها را شکل دادند، در شرکت های بزرگ شروع به کار کردند و به عنوان کشورهای درگیر جنگ در کنار هم قرار گرفتند و با هم متحد شدند؛ بنابراین فرهنگی پدید آمد که بر انجام وظیفه، سازگاری با نهادها، هماهنگی با گروه، تسلیم در برابر منابع قدرت و نیز عدم تلاش برای لقمه گنده تر از دهان برداشتن تأکید می ورزید. این زیست اخلاقی جمعی را می توان در عبارت «ما همه در این با هم شریک هستیم» خلاصه کرد.

روح این فرهنگ به خوبی در کتابی از آلن ارنالت با عنوان «شهر گمشده» مورد کنکاش قرار گرفته است، کتابی که به تعدادی از جوامع واقع در شیکاگو یا اطراف آن در دهه ۱۹۵۰ می پرداخت. در آن زمان و شرایط تأکید زیادی روی انتخاب فردی وجود نداشت. اگر شما یک ستاره بیس بال مانند ارنی بنکس بودید، گزینه ای برای تبدیل شدن به یک بازیکن آزاد نداشتید و باید کل دوران زندگی حرفه ای خود را در وابستگی به باشگاه و تحت عنوان چیزی که به آن توله شیکاگو می گفتند سپری می کردید. اگر لهجه تان یا رنگ پوستتان و یا جنسیتتان "اشتباهی" بود، احتمالاً نمی توانستید در یکی از ساختمان های اداری باکلاس واقع در مرکز شهر کار کنید؛ اما مردم در آن دوران به طور کلی تمایل داشتند که عضوی از یک گروه باشند و پیوندی پایدار با محل زندگی خود داشته باشند. آن ها وظیفه شان را در قبال نهادهای متبوع خود انجام می دادند.

اگر شما فردی بودید که در جنوب شیکاگو زندگی می کردید، به احتمال زیاد راه پدر و پدر بزرگتان را دنبال می کردید و در نیسکی که در آن زمان بزرگ ترین نانوائی جهان بود، مشغول به کار می شدید و همچنین به «اتحادیه بین المللی کارگران نانوائی و شیرینی سازی» می پیوستید.

خانه ها کوچک بودند، تهویه وجود نداشت و تلویزیون هم هنوز جا نیفتاده بود، پس وقتی هوا گرم

می‌شد، زندگی اجتماعی مردم روی سکوه‌های جلوی خانه‌ها و یا در کوچه‌ها رخ می‌داد، با بچه‌هایی که در تمام طول روز از خانه‌ای به خانه دیگر می‌دویدند. یک صاحب‌خانه جوان در مجموعه‌ای از فعالیت‌های جمعی شرکت می‌جست که همان‌طور که ارنالت می‌گوید، «تنها یک فرد به شدت منزوی و مردم‌گریز می‌توانست از قرار گرفتن در چنین موقعیتی فرار کند؛ کباب درست کردن، قهوه خوردن گروهی، بازی والیبال، همکاری در نگهداری بچه‌ها و تبادل مداوم کالاها و مایحتاج خانگی.»

اگر قرار بود به بانک بروید، به بانک محله خودتان مثل بانک تالمن می‌رفتید. اگر قرار بود گوشت بخرید از قصاب محله خود یعنی برتوچی خرید می‌کردید. ۶۲ درصد از آمریکایی‌ها در آن زمان می‌گفتند که اعضای فعال کلیسا هستند و اگر شما در آن محله در شیکاگو زندگی می‌کردید، به مراسم سنت نیک می‌رفتید، جایی که به سخنرانی طولانی پدر فانسی به زبان لاتین گوش می‌دادید. احتمالاً بچه خود را به مدرسه ناحیه‌ای که در همان منطقه بود می‌فرستادید، جایی که آن‌ها منظم و مرتب به ردیف می‌نشستند و تحت تسلط نظم آهنین پدر لینچ قرار می‌گرفتند.

اگر وارد سیاست می‌شدید، احتمالاً به تنهایی قادر به موفقیت نبودید، می‌توانستید به دم و دستگاه سیاسی رئیس دالی، شهردار منطقه بپیوندید و رشد کنید، با این شرط که کارهایی را می‌کردید که مقامات و صاحبان نفوذ شما را به انجام آن‌ها وادار می‌کردند. به‌عنوان مثال، جان فاری در مجلس قانون‌گذاری ایالت ایلینوی به این گروه سیاسی کمک می‌کرد و وقتی که ۶۴ ساله شده بود، مزد این یاری‌رسانی را با کسب یک کرسی در کنگره ایالات متحده گرفت. قبل از نقل مکان به کنگره، او به مطبوعات گفت: «من به واشنگتن می‌روم تا نماینده شهردار دالی باشم. برای ۲۱ سال، من نماینده شهردار در مجلس قانون‌گذاری ایالتی بودم و همیشه حق با او بود.» او وظیفه خود را انجام می‌داد.

چنین رفتاری نوعی از زندگی غنی و اجتماعی را تغذیه می‌کرد که بسیاری از مردم امروز نسبت به در پیش گرفتن آن تردید دارند. اگر کسی از شما می‌پرسید اهل کجا هستید، فقط نمی‌گفتید "شیکاگو"، بلکه به محل دقیقی اشاره می‌کردید که تمام اجزای زندگی‌تان پیرامون آن شکل گرفته بودند: «تقاطع پنجاه و نهم و پولاسکی» هر شهر مجموعه‌ای از دهکده‌های کوچک‌تر بود.

این زیست اخلاقی فضایل زیادی داشت. بر فروتنی، بردباری و نادیده گرفتن خود تأکید می‌ورزید. پیام اصلی این بود که شما بهتر از دیگری نیستید، اما هیچ‌کس هم بهتر از شما نیست. این دیدگاه را

ترویج می‌کرد که خودخواهی - خودستایی و خودشیفتگی - ریشه بسیاری از بدی‌هاست. اگر بیش از اندازه در مورد خودتان صحبت می‌کردید، مردم شما را متکبر می‌خواندند و از شما رویگردان می‌شدند.

این فرهنگ البته کمبودهایی هم داشت که در نهایت آن را غیرقابل تحمل می‌ساخت. این زیست اخلاقی بسیاری از جلوه‌های نژادپرستی و یهودی‌ستیزی رایج در جامعه را تحمل می‌کرد. خانم‌های خانه‌دار احساس می‌کردند در زندانی افتاده‌اند که راه فراری از آن نیست و خجالت‌زده بودند و از آن‌سو زنان شاغل با موانع ترسناک مواجه بودند. در سال ۱۹۶۳، بتی فریدان مشکلی را توصیف می‌کرد که هیچ نامی نداشت و آن حس کسالت زجرآور و خردکننده‌ای بود که در زندگی بسیاری از زنان آن دوران رواج داشت. فرهنگ آن زمان تعریف عاطفی بسیار سردی از مردانگی داشت؛ مردان در ابراز عشق به همسران و فرزندانشان مشکل داشتند. غذاها واقعاً خسته‌کننده بودند. آدم‌ها خود را برای انطباق با ارزش‌های گروهی تحت فشار می‌یافتند و به واسطه استبداد گریزناپذیر از نظرات و عقاید همسایگان خویش شکنجه می‌شدند. بسیاری از مردم نقش‌های اجتماعی را که به عهده‌شان بود ایفا می‌کردند اما از درون مرده بودند.

صحنه‌ای در کتاب سال ۱۹۶۲ جان اشتاین بک به نام سفر با چارلی هست که نشان می‌دهد که چگونه این مرام جمعی بسیاری از مردم را در یک زندگی بی‌حس و حال و عاری از لذت به دام انداخته بود. روایت اشتاین بک از سفر او همراه با سگش از سویی به سوی دیگر کشور او را به شیکاگو می‌رساند و جایی که او فوراً به اتاقی در یک هتل نیاز دارد تا بتواند در آن دوش بگیرد و استراحت کند. تنها اتاقی که مدیر هتل می‌تواند آن را اجاره دهد هنوز تمیز نشده است اما اشتاین بک می‌گوید که او با همین شرایط هم اتاق را می‌خواهد.

وقتی او در اتاق را باز می‌کند، با آثار به‌جای‌مانده از مهمان قبلی اتاق مواجه می‌شود. اشتاین بک از یک رسید خشک‌شویی پی می‌برد که مهمان قبلی اتاق که او نامش را هری تنها می‌گذارد، در وست‌پورت، کنتیکت زندگی می‌کند. روی میز نامه‌ای بود که او در زمان اقامتش در هتل شروع به نوشتن آن برای همسرش کرده بود. «ای کاش اینجا با من بودی. در این شهر واقعاً احساس تنهایی می‌کنم. راستی، یادت رفته دکمه سردست‌هایم را در چمدانم بگذاری.»

البته هری شانس آورده بود که همسرش سرزده به ملاقات او نیامد. هم روی لیوان و هم روی ته سیگارهای توی زیرسیگاری، آثار رژ لب زنانه دیده می‌شد. گیره مویی که کنار تخت بود نشان

می‌داد زنی که در اتاق بوده، موهایی تیره داشته است؛ اشتاین‌بک نام آن زن را لو سیل می‌گذارد. آن‌ها دو نفری یک بطری کامل جک دانیل را با هم نوشیده بودند. بالش دوم روی تخت استفاده شده بود، اما کسی روی آن نخواستیده بود چون هیچ اثری از رژ لب روی آن نبود. زن اجازه داده بود هری مست شود اما خودش مخفیانه ویسکی‌ها را در گلدان گل سرخی که روی میز قرار داشت ریخته بود.

اشتاین‌بک می‌نویسد: «به این فکر می‌کنم که هری و لو سیل در چه موردی با هم صحبت می‌کردند. آیا لو سیل از احساس تنهایی او کاسته است؟ شک دارم این‌طور باشد. فکر می‌کنم هر دو آن‌ها کاری را که از آن‌ها انتظار می‌رفته انجام داده‌اند. گرچه که هری نباید آن‌قدر مشروب می‌خورد.» اشتاین‌بک در سطل زباله پوست یک مدل آب‌نبات و دو ظرف خالی از قرص‌های Bromo-Seltzer را پیدا می‌کند. او می‌نویسد که هیچ نشانه‌ای از هیچ چیز غیرمنتظره وجود ندارد، نشانه‌ای از لذتی واقعی یا از یک شادی خودانگیخته دیده نمی‌شد، فقط تنهایی بود. او این چنین نتیجه می‌گیرد «من برای هری غصه خوردم. این چیزی است که رخ می‌دهد وقتی که زندگی‌تان به یک سازمان بی‌روح فروخته می‌شود. نه تنها ناکام می‌مانید بلکه ظرفیت خود را برای حتی احساس کردن هر چیزی از دست می‌دهید.»

در آن دوران، نظرات و تفاسیر متعددی در مورد خطرات منطبق ساختن خود با هنجارهای رایج و زیستن در قالب آن چه صرفاً یک فرد سازمانی بود، یک مرد با یک کت و شلوار خاکستری که عاری از هرگونه احساس به دنبال یافتن جایگاهی بهتر بود. مطرح می‌شد. این احساس وجود داشت که گروه، شخصیت فردی را خرد کرده بود و مردم تنها به یک شماره فرو کاسته شده بودند و هیچ حسی نسبت به خود حقیقی‌شان نداشتند.

آزادم که خودم باشم

اشتاین بک سفر با چارلی را تقریباً زمانی منتشر کرد که مردم شورش خود را بر ضد زیست اخلاقی‌ای را آغاز کرده بودند که «ما همه در این با هم شریک هستیم» را ترویج می‌کرد و مختص دوران پس از جنگ بود و تلاش داشتند یک چیز تازه را به جای آن بنشانند. رژه زیست‌های اخلاقی در طول تاریخ معمولاً روایت‌گر پیشرفت است، واکنشی منطقی هستند به منسوخ شدن آن چه پیش از این رخ داده بود. با این وجود، مسیر این پیشرفت مملو از مانع و دست‌انداز است.

این پدیده غالب تحت الگویی رخ می‌دهد که جغرافی‌دان روت دفریس آن را «قلب بنداز، تیشه بزن، بیچ؛ قلب بنداز» می‌نامد. مردم معمولاً یک زیست اخلاقی ایجاد می‌کنند که به آن‌ها کمک می‌کند تا مشکلات آن لحظه‌شان را حل کنند. این زیست کار می‌کند و جامعه قلبش را می‌اندازد و به سمت بالا حرکت می‌کند؛ اما با گذشت زمان، توان پاسخ‌گویی آن زیست به مشکلات جدیدی که به وجود می‌آیند کاهش می‌یابد. فرهنگ قدیمی سفت و سخت و مقاوم می‌شود و اعضای یک ضد فرهنگ تازه شروع می‌کنند به تیشه به ریشه آن زدن. دوره‌ای از آشفتگی و رقابت آغاز می‌شود و قهرمانان این مرام‌های اخلاقی متضاد با یکدیگر می‌جنگند تا ببینند کدام یک از فرهنگ‌های جدید پیروز خواهد شد در این لحظات -هم‌چون سال‌های ۱۸۴۸، ۱۹۱۷، ۱۹۶۸ و امروز- به راحتی این امکان وجود دارد که افسرده شوید و احساس کنید که بنیان‌های جامعه در حال فروپاشی است. نبردهایی عظیم و بعضاً خشونت‌بار بر سر این درمی‌گیرد که چه چیزی باید تقدیس شود و این که کدام شیوه زندگی بیشتر مورد تحسین است. سرانجام، جامعه مسیرش را عوض می‌کند و به سوی یک زیست اخلاقی جدید می‌پیچد، مجموعه‌ای تازه از معیارهای درست و نادرست. پس از استقرار این زیست تازه، جامعه دوباره یک قلب می‌اندازد و به یک پیشرفت جدید دست می‌یابد و از مانع دیگری که بر سر پیشرفت وجود داشته، عبور می‌کند.

وقتی یک فرهنگ تغییر می‌کند، بدیهی است که همه به یک‌باره تغییر نمی‌کنند. این یک جامعه بزرگ و متنوع است؛ اما میانگین رفتار مردم تغییر می‌کند. برخی از خواسته‌ها و ارزش‌ها در اولویت قرار می‌گیرند و برخی دیگر نه. برخی از امور که پیش از این تحسین می‌شدند اکنون تحقیر شده و چیزهایی که قبلاً حاشیه‌ای به شمار می‌رفتند اکنون تحسین می‌شوند.

می‌خواهم بر این موضوع تأکید کنم که چه کسانی در این لحظه‌ها تغییر را ایجاد می‌کنند، زیرا این موضوع کاملاً به دورانی که امروز در آن زندگی می‌کنیم ارتباط دارد. این سیاست‌مداران نیستند که

منجر به این نوع تغییر شوند. در عوض فعالان حوزه اخلاق و پیش گامان فرهنگی هستند که در این زمینه پیشرو هستند. کسانی که رفتار و آداب ما را شکل می دهند قانون گذاران واقعی بشر هستند - آن ها بیشترین قدرت و تأثیر را دارند. این موضوع معمولاً با یک خرده فرهنگ شروع می شود. گروه کوچکی از افراد خلاق، زیست اخلاقی فعلی را سرکوب گر و عامل از خود بیگانگی می دانند. در نتیجه به تاریخ بازمی گردند و یک زیست اخلاقی کهن را به روز می کنند که به نظر می رسد راه بهتری برای زندگی فراهم می کند. آن ها شیوه تازه ای از زندگی را ایجاد می کنند که برای دیگران جذاب به نظر می رسد. اگر بتوانید جنبشی اجتماعی ایجاد کنید که مردم بخواهند به آن پیوندند، آن ها انرژی و ایده های خود را به سمت شما گسیل می دارند.

آن گونه که جوزف کمپبل در مصاحبه ای با بیل مایرز بیان کرد، دو نوع کردار وجود دارد. کردار جسمانی؛ مانند قهرمانی که در جنگ عملی شجاعانه انجام می دهد و یک دهکده را نجات می دهد؛ اما قهرمانان روحانی نیز وجود دارند، کسانی که شیوه جدید و بهتری برای تجربه یک زندگی معنوی را یافته اند و سپس برمی گردند و آن را نزد دیگران بازگو و آن را ترویج می کنند. یا به قول آیریس مرداک: «انسان موجودی است که از خودش عکس می گیرد و سپس به تصویر شبیه می شود.»

در دهه ۱۹۶۰، گروه های کوچکی از جوانان در کمون ها و جوامع هیپی بودند که برگشتند و از فرهنگ بوهمی سالیان قبل جلوه های مختلفی را وام گرفتند - ترجیح آن برای موهای بلند، شور جوانی، شورش، انقلاب و رفع محدودیت های اعمال شده بر مسائل جنسی و نیز رد کردن هر چیز بورژوازی. آن ها با گذشت زمان، به خل و چل های ووداستاکی، شورشی، کاشفان عصر جدید و در نهایت بوهمیایی های بورژوا تبدیل شدند. آن ها نسبت به مردم دهه ۱۹۵۰ متفاوت لباس می پوشیدند و متفاوت صحبت می کردند. روابط خود را به گونه ای متفاوت به پیش می بردند و اولویت های زندگی خود را به گونه ای دیگر سامان می دادند.

آن چه قبلاً احترام به اقتدار بوده، به انکار اقتدار تبدیل شد. روزگاری متانت و کم گویی تحسین می شد اما اکنون رسا بودن و بیان کردن درونیات خود تحسین می شد. روزگاری تجربه تکریم می شد، اما اکنون جوانان تجلیل می شدند. زمانی زندگی به عنوان چرخه ای از نسل هایی دیده می شد که در یک مکان مشخص ریشه دوانده بودند؛ اما اکنون زندگی به عنوان سفری در جاده ای آزاد و بی پایان دیده می شد. زمانی اخلاقیات غالب از انجام وظیفه حکایت می کرد اما حالا معنی

زندگی این شده بود که به خودتان برسید. روزگاری گروه در اولویت قرار داشت اما حالا فرد اول از همه بود. زمانی وظیفه بیشتر تحسین می‌شد اما اکنون این آزادی شخصی بود که ستایش می‌شد.

در همان سالی که سفر با چارلی منتشر شد، یعنی ۱۹۶۲، گروهی از دانشجویهای تندرو در بندر هورون میشیگان با یکدیگر ملاقات کردند. هدف فوری آن‌ها مبارزه با نژادپرستی در شمال بود، اما در نهایت تأثیر بسیار گسترده‌تری از خود به جای گذاشتند. آن‌ها اخیراً سازمانی را با عنوان دانشجویان برای یک جامعه دموکراتیک تشکیل داده بودند و بیانیه پورت هورون را نوشتند که معلوم شد که یکی از نشانه‌های دقیق از یک زیست اخلاقی است.

آن‌ها نوشتند:

«هدف انسان و جامعه باید استقلال بشر باشد، اینکه انسان نه نگران میزان محبوبیت و تصویری که نزد عموم دارد بلکه نگران یافتن معنایی برای زندگی باشد که اصالتاً دارای اعتبار باشد ... این نوع استقلال به معنای فردگرایی خودپرستانه نیست؛ و به این معنی نیست که راه رو روش یک شخص چنان اهمیتی پیدا کند که گویی آن شخص مالک آن بوده است.»

اساساً ضد فرهنگ دهه ۱۹۶۰ فردگرایی بیانگر و برون‌گرا را که قرن‌ها فقط در محدوده ضد فرهنگ‌های رمانتیک یافت می‌شد گرفت و آن را به اصلی‌ترین جریان زندگی مدرن تبدیل کرد.

اگر تفکر «همه ما در این با هم شریک هستیم» به گروه می‌پرداخت، در این زیست جدید اخلاقی همه چیز به آزادی، استقلال و اصالت مربوط می‌شد. ممکن است آن را در جمله «من آزادم که خودم باشم» خلاصه کنید. این اخلاق فردگرایانه که بعضاً «خودگرایی» نیز خوانده می‌شود، انگار که با شیر مادر به کودکان نسل انفجار جمعیت تزریق شد و طوری با وجودشان عجین شد که احتمالاً تنها در مراسم کفن و دفنشان از حفره‌های بدنشان بیرون خواهد آمد. این روایتی از یک رهایی است. ایده محوری این جریان رهایی از جزم، سرکوب سیاسی، تعصبات اجتماعی و انطباق گروهی بود. این جنبش یک جناح راست داشت (فرد باید از دخالت اقتصادی نهادهای قدرت در امان باشد) و یک جناح چپ نیز داشت (سبک زندگی انتخاب شده توسط هر فرد نباید از نظر اجتماعی تنظیم شده و متأثر از دخالت نهادهای قدرت باشد). اما در نهایت همه چیز از رهایی فردی حاکی بود.

نمی‌خواهم وقت زیادی را برای توصیف این فرهنگ فردگرایی، اصالت، استقلال و انزوا صرف کنم،

زیرا این کار را دیگران به طور استادانه‌ای توصیف کرده‌اند؛ فیلیپ ریف در پیروزی درمان، کریستوفر لاش در فرهنگ خودشیفتگی، گیل شیپی در نوشته‌ها، الاسدیر مک‌اینتری در پس از ایمان، تام وولف در دهه‌ی من، اریکا جونگ در ترس از پرواز، چارلز تیلور در اخلاق اصالت، رابرت بلا در عادت‌های قلب و رابرت پوتنم در بولینگ در تنهایی.

فقط می‌خواهم تأکید کنم که حرکت به سمت آزادی نتایج بسیار خوبی را به همراه داشته است. فرهنگ فردگرایی که در دهه‌ی شصت ظهور کرد، بسیاری از زنجیرهایی را که زنان و اقلیت‌های ستم‌دیده را سرکوب می‌کردند، از دست و پای آنان گشود. این امر پیوندهای نژادپرستی، نابرابری جنسیتی، یهودستیزی و هم‌جنس‌گراهراسی را از بین برد. ما قادر نبودیم سیلیکون ولی یا کل اقتصاد عصر اطلاعات را بدون فردگرایی شورشی و انفجار خلاقیت که توسط این فرهنگ آزاد شده بود، داشته باشیم. این یک انقلاب فرهنگی کاملاً ضروری بود.

اما بسیاری از ایده‌ها وقتی به افراط روی می‌آورند، نادرست می‌شوند. آمریکا همیشه نسبت به سایر مناطق دنیا فرهنگ فردگرایانه‌تری داشته است که توکویل در دهه ۱۸۳۰ به آن توجه کرده است؛ اما وقتی فردگرایی به اخلاق کاملاً غالب یک تمدن تبدیل شود -وقتی که با هیچ یک از جنبه‌های اخلاقی رقیب، تعادلی برقرار نشده باشد- ممکن است افراد درون آن فرهنگ آزادی حداکثری داشته باشند، اما پیوندها بین افراد به آرامی شروع به تحلیل رفتن کنند. کلان روایت «من آزادم که خودم باشم» حدود پنجاه سال است که مخابره می‌شود و حالا به یک فرهنگ بیش‌فردگرایانه^۱ تکامل یافته است. این زیست‌اخلاقی بر اساس یک سری ایده‌ها یا فرضیات بنا نهاده شده است. من فقط چند مورد را ذکر می‌کنم:

خود می‌اندار. فرد خودمختار و مستقل، واحد اساسی جامعه است. جامعه مجموعه‌ای از افرادی است که در مورد نحوه‌ی زندگی، تصمیم‌های خود را می‌گیرند. بهترین آرایش اجتماعی وسیع‌ترین آزادی ممکن برای انتخاب فردی را تضمین می‌کند. اصل اجتماعی بنیادین در این تفکر «ضرری نیست، پس خطا نیست» است. هر فرد حق دارد به هر شکلی که بخواهد زندگی کند مادامی که آن‌ها در حق دیگران در این خصوص که چطور زندگی کنند، دخالت نکنند. جامعه ایده آل جامعه‌ای است که در آن افراد بدون محدودیت زندگی می‌کنند اما در کنار هم، هرکدام کار خود را انجام می‌دهند.

خدای درون. هدف زندگی صعود از سلسله مراتب نیازهای مازلو و دستیابی به تحقق خویش و

رضایت از خود است. همان‌طور که سفر شخصی خود را پی می‌گیرید، یاد می‌گیرید که خود بی‌همتایتان را بهتر بیان کنید. شما یاد می‌گیرید با خود ارتباط برقرار کنید، خود را بیابید و به شکلی زندگی کنید که در برابر کسی که واقعاً هستید معتبر و دارای اصالت باشد. منبع اصلی اقتدار در درون ما یافت می‌شود، در گوش دادن به صدای پیش‌گوی پنهان^۲، در صادق ماندن در برابر احساساتتان و عدم مطابقت با معیارهای جامعه فاسد بیرون.

شخصی‌سازی معنا. این اشتباه است به سادگی ایده‌های دریافت شده از جهان پیرامون خود را بپذیرید. شما باید به ارزش‌ها و جهان‌بینی خود برسید. همان‌طور که قاضی دیوان عالی آمریکا، آنتونی کندی آن را در یکی از احکام مشهور صادر شده توسط دیوان عالی بیان کرده است: «در قلب آزادی حق تعریف مفهوم شخصی از وجود، معنی، جهان و رمز و راز زندگی انسان نهادینه شده است.»

این وظیفه مدارس و محلات و حتی والدین نیست که یک نظم اخلاقی مشترک ایجاد کنند. این کاری است که شما خودتان به تنهایی انجام می‌دهید و شما چه حقی دارید که در این مورد قضاوت کنید که مرام اخلاقی یک شخص بهتر یا بدتر از دیگران است؟

روای آزادی کامل. در فرهنگ‌های دیگر، آدم‌ها در نهادهایی شکل می‌گیرند که مقدم بر انتخاب فردی بوده‌اند- خانواده، میراث قومی، ایمان، ملت؛ اما این‌ها دقیقاً همان نهادهایی هستند که فرهنگ فردگرایی به تدریج آن‌ها را از بین می‌برد، زیرا آن‌ها انتخاب ما نیستند و به همین دلیل کاملاً مشروع تلقی نمی‌شوند. در یک فرهنگ فردی، بهترین زندگی آزادترین زندگی است. تکامل روحانی در آزادی اتفاق می‌افتد، نه در تعهدات.

محوریت دستیابی به موفقیت. در یک جامعه بیش‌فردگرایانه، مردم بر اساس میزان مطابقتشان با یک قانون اخلاقی مشترک سنجیده نمی‌شوند. آن‌ها با توجه به میزان درگیرشدنشان با روابط مستحکم ارزش‌گذاری نمی‌شوند بلکه بر اساس آن‌چه به صورت فردی به دست آورده‌اند، سنجیده می‌شوند. جایگاه، تحسین دیگران و دوست‌داشتنی بودن، همگی موفقیت‌های شخصی را دنبال می‌کنند. خودخواهی پذیرفته شده است زیرا مراقبت از نفس و ارتقاء آن، مأموریت اصلی است. خودمحوری خوب است زیرا در یک جامعه که به درستی سازمان یافته است، می‌توان از خودخواهی شخصی برای تولید کالاهای عمومی مانند رشد اقتصادی استفاده کرد. محققان دانشکده عالی آموزش دانشگاه هاروارد اخیراً از ده هزار دانش‌آموز دبیرستانی و متوسطه سؤال

کرده‌اند که آیا والدین آن‌ها بیشتر به دستاوردهای شخصی اهمیت می‌دهند و این که آیا مهربان هستند یا خیر. هشتاد درصد گفتند والدینشان بیشتر به دستاوردها اهمیت می‌دهند؛ یعنی موفقیت فردی برایشان مهم‌تر از پیوندهای خانوادگی‌شان است.

می‌توانید ایده‌های دیگری را به لیست من اضافه کنید که مشخصه فرهنگ یک جامعه بیش‌فردگرایانه است؛ مصرف‌گرایی، یک طرز فکر درمانی، ترجیح فناوری بر صمیمیت. واقعیت بزرگ این است که این ایده‌ها که به مدت نیم‌قرن گسترش یافته‌اند، امکان یک زندگی برخوردار از پیوندها و روابط اجتماعی را سخت‌تر کرده‌اند.

بیش‌فردگرایی یا فردگرایی افراطی مسئله جدیدی نیست، می‌آید و می‌رود. چند سال پیش، من کتاب قبیله از سباستین یونگر را می‌خواندم. در آن کتاب با پدیده‌ای روبه‌رو شدم که از آن زمان تاکنون ذهنم را به خود مشغول داشته است. در قرن هجدهم در آمریکا، جامعه استعماری و جامعه بومی آمریکا، ناخوشایند، کنار هم زندگی می‌کردند. با گذشت زمان، مهاجرانی که از اروپا آمده بودند شروع کردند به ترک کردن محل و سبک زندگی خویش و زندگی با بومیان؛ اما هیچ بومی‌ای از زندگی خود دست نکشید تا با استعمارگران زندگی کند. این اروپایی‌ها را آزار می‌داد. آن‌ها گمان می‌کردند تمدن برتر هستند اما این مردم بودند که با پاهای خود رأی می‌دادند و می‌خواستند به روشی دیگر زندگی کنند. استعمار گاه و بی‌گاه بومیان را ترغیب می‌کرد که با آن‌ها بیایند و به آن‌ها انگلیسی می‌آموخت، اما خیلی سریع، بومیان به خانه بازمی‌گشتند. در طول جنگ با سرخپوستان، بسیاری از مستعمره‌نشینان اروپایی اسیر شدند و در داخل قبایل سرخپوستی نگهداری می‌شدند. آن‌ها شانس‌های زیادی برای فرار و بازگشت داشتند، اما چنین نمی‌کردند. هنگامی که اروپایی‌ها برای «نجات» آن‌ها آمدند، آن‌ها برای مخفی شدن از «نجات‌دهندگان» خود به جنگل گریختند.

تفاوت در این بود که مردم روستاهای سرخپوست‌نشین فرهنگی مشترک و دل‌بستگی‌های نزدیک داشتند. آن‌ها در یک فرهنگ معنوی زندگی می‌کردند که همه خلقت را یک کل واحد می‌دیدند. اروپایی‌ها فرهنگ فردی داشتند و از هم جدا بودند. وقتی واقعاً امکان انتخاب داشتند، بسیاری از افراد جامعه را نسبت به خود ترجیح می‌دادند. این داستان باعث شد که به این فکر کنم که این امکان وجود دارد که یک جامعه در کلیت خویش بتواند خودش را به جایی برساند که به‌طور اساسی فاقد نظم درست باشد.

همیشه تنشی بین خود و جامعه وجود دارد. اگر اوضاع مستقر خیلی مستحکم باشد، نیاز به نوعی شورش به شدت احساس خواهد شد؛ اما مشکلی برعکس این هم وجود دارد. در فرهنگ «آزادم که خودم باشم» افراد تنها هستند و پیوند ضعیفی میانشان وجود دارد. جامعه ضعیف می‌شود، روابط تحلیل می‌روند و تنهایی گسترش می‌یابد. این وضعیت خوب بودن - تحقق خواسته‌های عمیق انسانی برای عشق و ارتباط- را دشوار می‌کند. این برای افراد مختلف از هر سنی دشوار است، اما به‌ویژه برای بزرگسالان سخت است. آن‌ها به دنیایی بی‌ساختار و نامشخص پرتاب می‌شوند که تنها چند منبع قدرت یا تعدادی خط راهنما در آن وجود دارد و به‌جز این‌ها خود افراد هستند که باید چنین منابع و خطوطی را برای خود بسازند. در کنار تمام مشکلات دیگر، امروزه بسیار دشوار است که بتوانید ابتکار عمل زندگی خود را در دست بگیرید.

۲: زندگی اینستاگرامی

هر جامعه راهی برای انتقال ارزش‌های خود به جوانان دارد. برخی جوامع این کار را از طریق جشنواره‌های مذهبی یا رژه‌های نظامی انجام می‌دهند. یکی از راه‌هایی که ما این کار را انجام می‌دهیم به واسطه یک خطابه سکولار با عنوان سخنرانی در جمع دانش‌آموختگان^۱ است.

دانشکده‌ها معمولاً از شخصی که از یک موفقیت شغلی شگفت‌انگیز برخوردار است می‌خواهند که برایشان سخنرانی کند، سخنرانی‌ای که در آن معمولاً فرد موردنظر ادعا می‌کند موفقیت شغلی اهمیت چندانی ندارد. سپس این افراد ظاهراً به موفقیت رسیده‌اند، اغلب به مخاطبان خود می‌گویند که نباید از شکست ترسید. از این سخنان جوانان می‌آموزند که شکست خوردن می‌تواند فوق‌العاده باشد، اگر دست بر قضا شما جی کی رولینگ، استیو جابز و یا دنزل واشنگتن باشید.

اما این درس تنها یک توصیه نیست که ما از دل دنیای میان‌سالانه خود و در قالب سخنرانی در جمع دانش‌آموختگان به جوان‌ها ارائه می‌دهیم. ما از این گفتارها برای گذر کردن از ارزش‌های غالب عصر خود استفاده می‌کنیم. ما آن‌ها را مانند یک جور هدیه عالی و شگفت‌انگیز به دیگران می‌دهیم؛ و به نظر می‌رسد این هدایا جعبه‌های عالی و بزرگی از هیچ هستند.

بسیاری از جوانان تازه دانش‌آموخته شده در حال ورود به یک برزخ هستند؛ سرگردان و گرفتار عدم اطمینان نسبت به آینده. آن‌ها می‌خواهند بدانند که دقیقاً باید با زندگی خود چه کنند؛ بنابراین ما جعبه بزرگ خالی آزادی را به آن‌ها می‌دهیم! هدف از زندگی آزاد بودن است. آزادی منجر به شادی می‌شود! ما نمی‌خواهیم چیزی را به شما تحمیل کنیم یا به شما بگوییم چه کار کنید. ما به شما خود آزادشده‌تان را می‌دهیم تا آن را کاوش کنید. از آزادی خود لذت ببرید!

دانشجویان حاضر در آن جمع آن جعبه خالی را به زمین می‌گذارند زیرا که خود غرق در آزادی هستند. آنچه آن‌ها به دنبال یافتن آن هستند یک جهت است. آزادی برای چیست؟ چگونه بدانم که مسیر من کدام است؟

در نتیجه ما جعبه بزرگ دیگری باز هم پر از هیچ را به آن‌ها می‌دهیم؛ جعبه بزرگ احتمالات گوناگون! آینده شما بی‌حدومرز است! شما می‌توانید هر کاری را که فکر خود را وقفش می‌کنید انجام دهید! سفر مقصد است! ریسک کن! جسور باش! رؤیای بزرگ در سر داشته باش!

اما این ذکرهای مقدس کمکی به آن‌ها نمی‌کند. اگر نمی‌دانید هدف از زندگی‌تان چیست، چگونه

می‌توانید بگویید که آینده‌تان بی‌حدومرز است؟ این فقط فشار را افزایش می‌دهد. پس آن‌ها آن جعبه خالی دوم را هم پایین می‌گذارند. آن‌ها به دنبال منبع خرد هستند. از کجا می‌توانم پاسخ سوالات بزرگ خود را پیدا کنم؟

در نتیجه ما جعبه خالی اصالت را به آن‌ها می‌دهیم: به درون خود نگاه کنید! اشتیاق درونی واقعی خود را پیدا کنید. شما شگفت‌انگیز هستید! غول درون را بیدار کنید! مطابق روش واقعی خودتان زندگی کنید! راه خود را بروید!

این هم بی‌فایده است. این «شمایی» که ما از آن‌ها می‌خواهیم برای یافتن پاسخ پرسش‌های مهم زندگی با آن مشاوره کنند، همان چیزی است که هنوز شکل نگرفته است. پس آن‌ها این صندوق خالی را هم کنار می‌گذارند و می‌پرسند، باید خودم را وقف چه چیزی کنم؟ چه هدفی الهام‌بخش من خواهد شد و به زندگی من معنا و جهت می‌دهد؟

در اینجا ما خالی‌ترین و پوچ‌ترین جعبه را به آن‌ها می‌دهیم؛ جعبه استقلال. به آن‌ها می‌گوییم ارزش‌های خود را تعیین کنید. هیچ‌کس دیگری نمی‌تواند به شما بگوید چه چیزی برای شما مناسب و یا نادرست است. حقیقت شما تنها به روش خاص خودتان و به واسطه داستانی که خودتان برای خودتان تعریف می‌کنید قابل یافتن است. آن‌چه را دوست دارید انجام دهید!

متوجه می‌شوید که پاسخ‌هایی که ما به جوانان می‌دهیم همه مشکلات زندگی آن‌ها در بیست و چند سالگی‌شان را می‌گیرد و بدترشان می‌کند. دانش‌آموختگان در برزخ هستند و آن‌چه ما به آن‌ها می‌دهیم عدم اطمینان است. آن‌ها می‌خواهند بدانند که چرا باید به جای این کار آن یکی کار را انجام دهند؛ و ما چیزی جز گفتن این نداریم که جوابش را باید خودتان بدون توسل به معیارهایی بیرون از خودتان پیدا کنید. آن‌ها در بیابانی بی‌انتهای دست‌وپا می‌زنند. نه تنها قطب‌نما را به آن‌ها نمی‌دهیم بلکه یک سطل پر از شن را هم روی سرشان می‌اندازیم!

کی‌پرکگارد یک‌بار سؤالی را که در حقیقت این دانش‌آموختگان می‌پرسند، بدین صورت خلاصه کرد: «آن‌چه واقعاً باید درباره آن با خود شفاف باشم، کاری است که من باید انجام دهم، نه این که چه چیزی را باید بدانم... این پرسشی در مورد یافتن حقیقتی است که برای من حقیقت باشد. درباره یافتن ایده‌ای که انگیزه این را داشته باشم که برایش زندگی کنم و برایش بمیرم ... برای رسیدن به چنین حقیقتی است که روح من در عطش می‌سوزد، همچنان که بیابان‌های آفریقا در

عطش آب می‌سوزند.»

چگونه است که در مورد این بزرگ‌ترین سؤال تمام دوران، حرفی برای گفتن نداریم؟

شهر کتاب (nbookcity.com)

شنا کردن به سوی ناکجاآباد

وقتی دانشجو هستید، زندگی مانند حرکت از یک ایستگاه به ایستگاهی دیگر است. همیشه یک تکلیف بعدی، یک آزمون بعدی، یک برنامه پذیرش بعدی وجود دارد که برنامه زندگی و انرژی یک دانشجو یا دانش آموز را سروشکل می دهد. زندگی اجتماعی در این دوران هم داستان های خود را دارد، اما هرچه هست حداقل درست همان جا در برابر شما در سالن غذاخوری و خوابگاه قرار دارد.

سپس از ساختارمندترین و نظارت شده ترین دوران کودکی در تاریخ بشر، بعد از دانش آموختگی به فضایی از ابتدای بزرگ سالی پرتاب می شوید که دارای کم ترین سازمان و ساختار در تاریخ بشر بوده است. دیروز والدین، معلمان، مربیان و مشاوران همه پیشرفت های شما را نشان می دادند و خود گران بهای شما را تشویق و تهییج می کردند. امروز اما سیل تأییدها متوقف می شود. دنیا نام شما را نمی داند و کسی مراقب شما نیست. فردی که در هر مصاحبه شغلی در آن طرف میز نشسته است این دیدگاه هولناک را دارد که شبیه به نگرش کانیه وست^۱ است؛ «یک میلیون نفر مانند تو وجود دارد؛ اما مثل من، فقط یک نفر هست.»

در قرن های گذشته، افرادی که پا به دوران بزرگ سالی می گذاشتند شغل، مذهب، شهر و هویت والدین خود را به ارث می بردند؛ اما در عصر «آزادم که خودم باشم»، از شما انتظار می رود مسیر شغلی خود، قبیله اجتماعی خود، اعتقادات خود، ارزش ها، شرکای زندگی، هویت جنسیتی، دیدگاه های سیاسی و هویت اجتماعی خودتان را پیدا کنید. به عنوان یک دانشجو، تمرکز شما در درجه اول بر کوتاه مدت بود، اما اکنون شما نیاز به مجموعه متفاوتی از مهارت های جهتیابی دارید تا اهداف دور از ذهن شما، زندگی تان را به سمت خود جهت دهی کنند.

یک فرد آمریکایی در طول دهه سوم زندگی خود به طور متوسط دارای هفت شغل است. یک سوم از دانش آموختگان اخیر کالج یا بیکارند یا در مشاغلی کمتر از حد تخصصشان کار می کنند و یا کمتر از ۳۰،۰۰۰ دلار در سال درآمد دارند. نیمی از آنها احساس می کنند که هیچ برنامه ای برای زندگی خود ندارند و تقریباً نیمی از افراد بیست و چندساله در یک سال گذشته هیچ شریک جنسی ای نداشته اند. این سنین، سال های اوج گرایش به اعتیاد به الکل و مواد مخدر است. افراد در این مرحله از زندگی هر سه سال یک بار محل زندگی خود را تغییر می دهند. چهل درصد حداقل یک بار به خانه والدین خود بازگشته اند و برای آنها احتمال حضور در مراسم مذهبی یا عضویت در یک حزب سیاسی بسیار کم تر است.

آدم‌ها در این سال‌های زندگی‌شان که به سفری پرماجرا می‌ماند، تمایل دارند نسبت به آینده بلندمدت خود کاملاً خوش‌بین باشند. ۹۶ درصد از افراد هجده تا ۲۴ سال با این جمله موافق هستند: «من مطمئن هستم که در زندگی‌ام روزی به جایگاهی که خودم می‌خواهم، می‌رسم.» اما وضعیت فعلی آن‌ها با سرگردانی، تنهایی، جدافتادگی، تردید، مشاغل کم‌ارزش، دل‌شکستگی و کارفرمایان بد، گروه خورده است و هم‌زمان، والدین آن‌ها از دیدن این شرایط به آرامی به جنون کشیده می‌شوند.

شهر کتاب (inbookcity.com)

زندگی زیباشناسانه

برخی افراد با طرز فکر ماجراجویانی جسور از دانشگاه دانش آموخته می‌شوند. این دوران مختص خوش گذرانی‌هایی مقطعی قبل از آغاز زندگی واقعی است. ازدواج و یک کار واقعی یک روز در ۳۵ سالگی برایشان اتفاق می‌افتد؛ اما فعلاً می‌خواهند بسیاری از چیزها را تجربه کنند.

این‌ها افرادی هستند که در ۲۳ سالگی در مغولستان به تدریس انگلیسی می‌پردازند یا تورهایی را به سفرهای قایقرانی در آب‌های خروشان کلرادو می‌برند. این دوره جسورانه مزایایی حقیقی دارد. اولین شغل شما در خارج از دانشگاه یا کالج احتمالاً مزخرف خواهد بود، همان‌طور که سرمایه‌گذار معروف بلر میلر توصیه می‌کند که شما می‌توانید از این دوره برای وسعت بخشیدن به افق خطرپذیری خود نیز استفاده کنید. اگر کاری کاملاً دیوانه‌وار انجام دهید، پس از آن خواهید دانست که می‌توانید مقادیری مشخص از دیوانگی را در هر کاری تحمل کنید و از این‌رو رویکرد شما به زندگی برای دهه‌های پس از این شجاعانه‌تر خواهد بود. علاوه بر این، شما آن چیزی را می‌سازید که روان‌شناس بالینی مگ جی آن را «سرمایه هویتی» می‌نامد. در هر مصاحبه شغلی و یا قرار شام در سه دهه آینده، شخصی می‌خواهد از شما بپرسد که تدریس انگلیسی در مغولستان چگونه تجربه‌ای بوده است و این شما را از هر کس دیگری متمایز می‌کند.

این یک شروع عالی برای بیست‌سالگی شما است. مشکل این نوع زندگی تنها چند سال بعدتر و جایی جلوتر در این جاده آشکار می‌شود و این در صورتی است که در یک مورد یا حوزه خاص استقرار نیافته باشید. اگر سال به سال به همه چیز بله بگویید، نهایتاً به در پیش گرفتن آن چه کی‌پرکگارد از آن به عنوان یک سبک زیبایی‌شناسانه از زندگی یاد می‌کند مشغول خواهید شد. کسی که زندگی زیبایی‌شناسانه را پشت سر می‌گذارد، زندگی خود را همچون یک اثر هنری می‌بیند و آن را با معیارهای زیبایی‌شناسانه قضاوت می‌کند؛ زندگی من جالب است یا کسل‌کننده، زیبا یا زشت، لذت‌بخش یا دردناک؟

چنین شخصی مدام در حال برنامه‌ریزی برای یک دوره مدیتیشن در اینجا، یک بورس تحصیلی در یک سال و یکی در یک سال دیگر است. یک روز رقص سویینگ، دوچرخه‌سواری به سبک SoulCycle دو بار در هفته، دفاع شخصی به سبک Maga Krav برای چند ماه و یوگا به سبک بیکرام برای چند ماه بیشتر و گاهی اوقات یک گالری هنری جالب بعدازظهر یک‌شنبه. صفحه اینستاگرام شما شگفت‌انگیز خواهد بود و همه فکر می‌کنند شما جالب‌ترین آدم در تمام تاریخ

هستید. به خود می‌گویید که روابط عاطفی برایتان واقعاً مهم است و مدام در حال برنامه‌ریزی برای نوشیدن یا ناهار هستید؛ اما بعد از گذشت یک هفته و بیست برخورد اجتماعی در طول آن یک هفته، فراموش می‌کنید که تمام این برخوردها قرار است چه چیزی را ایجاد کند. شما هزاران مکالمه داشته‌اید و هیچ کدام را به یاد نمی‌آورید.

مسئله این است که فرد در مرحله زیبایی‌شناسی، زندگی را امکانی برای تجربه کردن می‌داند و نه پروژه‌هایی که باید تحقق یابند و یا ایده‌آل‌هایی که بتوان برای آن‌ها زندگی کرد. او بالاتر از همه چیز پرواز خواهد کرد اما پایش هرگز به زمین نخواهد رسید. در شیوه زیبایی‌شناسانه زندگی، هر روز به‌طور مجزا سرگرم‌کننده است، اما به نظر نمی‌رسد که نهایتاً منجر به چیزی مشخص شود.

فرضیه پشت این زندگی این است که شما باید تجربیات گوناگون را پشت سر بگذارید؛ اما اگر زندگی را به‌عنوان یک سری از ماجراهای یک سریال تلویزیونی می‌بینید، در عدم قطعیت احساسات گذرای خود و قلبی که هر لحظه در حال تغییر است سرگردان خواهید شد. زندگی یک سری لحظه‌های موقت خواهد بود، نه یک جریان جمع‌شونده از دستاوردها. شما توانایی‌های خود را هدر می‌دهید و آن‌ها را در همه جهات پراکنده می‌کنید. وحشت از دست دادن موقعیت‌ها و ماجراهای گوناگون شما را گرفتار خود می‌کند. امکانات پیش روی شما بی‌پایان است، اما چشم‌انداز تصمیم‌گیری‌هایتان به طرز ناامیدکننده‌ای تخت و بدون فراز و فرود است.

همان‌طور که آنی دیلارد بیان کرد، این که چگونه روزهای خود را می‌گذرانید بیان‌گر این است که چگونه زندگی خود را می‌گذرانید. اگر روزهای خود را تنها صرف تجربیات تصادفی کنید، احساس می‌کنید که یک مصرف‌کننده هستید. اگر می‌خواهید از هر راهرو در فروشگاه‌های مواد غذایی زندگی چیزی را برای نمونه بردارید، خود را به یک انتخاب‌گر تبدیل می‌کنید. نوعی فرد وسواسی که همیشه به فکر خود و انتخاب‌های خود است و سرانجام توسط خودآگاهی فلج می‌شود.

شوری که به‌طور طبیعی در ما هست به ما یاد می‌دهد که به دنبال راضی کردن دیگران باشیم، به دیگران بگوییم بله؛ اما اگر به‌هیچ‌وجه به هیچ چیزی نه نگویید و از هیچ چیزی چشم‌پوشی نکنید، احتمالاً هرگز نمی‌توانید خود را در یک چیز مشخص غرق کنید. زندگی متعهدانه به معنای هزاران بار نه گفتن تنها به خاطر چند بله ارزشمند است.

وقتی تعدادی کافی از افراد به‌طور هم‌زمان این مرحله را پشت سر می‌گذارند، شما به جامعه‌ای

می‌رسید که همه چیز در آن جریان دارد. شما به آن چه فیلسوف لهستانی زیگمونت باومن آن را «مدرنیته مایع» می‌نامد، می‌رسید. در عصر تلفن هوشمند، هزینه‌های فرسایشی ناشی از برقراری یا از بین بردن هرگونه معامله یا رابطه به صفر میل می‌کند. اینترنت به شما دستور می‌دهد کلیک کنید و نمونه‌ای از چیزهای دیگر را ببینید. زندگی آنلاین اغلب به معنای زندگی در حالت انحراف است. وقتی در حال زندگی در انحراف هستید، واقعاً و عمیقاً به چیزی علاقه ندارید. فقط با سرعتی بیشتر از حد معمول حوصله‌تان سر می‌رود. زندگی آنلاین پر از ابزارهایی برای زدودن تعهد است. اگر نمی‌توانید به مدت سی ثانیه تمرکز خود را متوجه یک چیز یا موضوع خاص کنید، واقعاً چگونه می‌خواهید به اندازه یک عمر زندگی متعهد شوید؟

چنین سبکی از زندگی، به معنی زیستن در سرگیجه ناشی از آزادی است. هیچ کس کاملاً نمی‌داند که چه موضعی نسبت به دیگری دارد. همه کاملاً مطمئن هستند که افرادی دیگر زندگی بهتری دارند. مقایسه، دزد خوشی است.

پس از چندین سال دنبال کردن گزینه‌های متعدد پیش رو، آن قدر دور نیست که معنای زندگی خود را گم می‌کنید؛ شما حتی در تمرکز یافتن بر روی این سؤال هم دچار مشکل می‌شوید. رمان حماسی دیوید فاستر والاس، شوخی بی‌پایان، توصیفی از چنین ذهن پریشانی است. کتاب به یک فیلم می‌پردازد که به شکل «مرگباری سرگرم‌کننده» است که همه در سرخوشی ناشی از تماشای آن تبدیل به زامبی‌هایی سرگردان می‌شوند. سؤالات بزرگ زندگی با سرگرمی جایگزین شده‌اند. خود این رمان نمایش‌گر یک ذهن پریشان است، با جملاتی که در امتداد یکدیگر قرار گرفته و دوباره به یکدیگر بازمی‌گردند، افکار تازه‌ای در این جا و آن جا ظاهر می‌شوند. در چنین دنیایی، همه سرگرم‌کننده هستند اما لزوماً پیشرفت نمی‌کنند.

والاس فکر می‌کرد که راه مقابله با همه این‌ها متمرکز ساختن توجه فردی خودتان به واسطه نوعی اراده آهنین است. والاس در سخنرانی معروف خود خطاب به دانش‌آموختگان کالج کنیون به دانشجویان گفت: «یادگیری چگونه فکر کردن حقیقتاً به معنای یادگیری چگونگی اعمال نوعی از کنترل بر این است که چطور و در مورد چه چیزی فکر کنیم. این بدان معنی است که باید آگاه و به اندازه کافی هوشیار باشیم تا بتوانیم آن چه را که به آن توجه می‌کنیم و نحوه ساخت معنی از تجربه را انتخاب کنیم؛ زیرا اگر در زندگی بزرگ‌سالی خود نتوانید این نوع انتخاب را انجام دهید، کاملاً دلگیر خواهید شد.»

اما درمان والاس غیرواقع‌گرایانه است. وقتی حواستان را پرت کرده‌اید و به تعهدات واقعی بی‌توجه هستید، بدین معنی است که تمرکز و توجه کردن دقیقاً همان کاری است که نمی‌توانید انجام دهید. ذهن شما سرگردان و بازیچه فوریت‌های گوناگون است. خود را با این فکر گول‌زنید که به اندازه کافی شجاع هستید یا توانایی کافی را دارید که عمیق‌ترین و مهم‌ترین قسمت‌های وجود خود را ببینید. یکی از دلایلی که مدام در حال عجله برای عبور از این چیز به چیزی دیگر هستید این است که از خود فرار می‌کنید.

می‌دانید که بالاخره در جایی باید بنشینید و جهت کلی زندگی خود را پیدا کنید؛ اما ذهن می‌خواهد از سؤالات بزرگ و اساسی که کاملاً هولناک و غیرقابل پاسخ هستند، دوری کند و در عوض به بازی‌های کندی‌کراش روی گوشی موبایلتان مشغول شود- همان سرخوشی مقطعی و ناچیز ناشی از دوپامین.

همه این موارد رو به یک جهت است؛ به یک خندق. کسی که از مدرسه دانش‌آموختگان می‌شود و الگوی زیبایی‌شناسانه زندگی را دنبال می‌کند، غالباً دست آخر در یک خندق گیر می‌افتد. فقط آن موقع است که آن‌ها حقیقتی را می‌فهمند که کسی آن را به آن‌ها گوشزد نکرده بود؛ آزادی مزخرف است!

آزادی سیاسی عالی است؛ اما آزادی شخصی، اجتماعی و عاطفی - هنگامی که به یک هدف نهایی تبدیل شود- کاملاً بیهوده است. این امر به یک زندگی تصادفی و شلوغ و بدون جهتی قابل تشخیص، بدون پایه‌ای محکم منجر می‌شود و به قول مارکس، در این صورت هر چیز محکم و سختی هم بخار می‌شود و به هوا می‌رود. به نظر می‌رسد که آزادی اقیانوسی نیست که بخواهید زندگی خود را در آن سپری کنید. آزادی رودخانه‌ای است که می‌خواهید از آن عبور کنید و خود را در آن طرف بکارید - و کاملاً به چیزی متعهد باشید.

۳: فراموفق نامطمئن

اگر یک گروه از جوانان با ورود به بزرگسالی به عنوان یک تجربه زیبایی شناسانه مواجه شوند، گروه دیگر سعی می کنند تا حد امکان تلاش می کنند بزرگسالی را مانند ادامه ای بر دوران تحصیل و مدرسه ببینند. این دانشجویان معمولاً به دانشکده هایی که به شدت بر سر آن ها رقابت در جریان است رفته اند و معمولاً از طبقات بالای جامعه می آیند. آن ها در دستیابی به جایگاهی ممتاز توانمند بوده اند، بنابراین متقاضی ورود به شرکت هایی می شوند که مراحل استخدام به شدت رقابتی دارند. به عنوان دانش آموز یا دانشجو، آن ها از اعتباری که به واسطه تحصیل در کالج های سطح بالا وام گرفته اند بهره برده اند، بنابراین به عنوان بزرگسال، از اعتباری که به واسطه شاغل بودن در سازمان های خدماتی و شرکت های دارای جایگاه کسب می کنند، برخوردارند. به عنوان دانشجو، آن ها در کسب ستاره های طلایی توانمند بودند و به همین دلیل هنگام ورود به بازار کار، روش زندگی برندگان ستاره های طلایی را در پیش می گیرند و والدین آن ها هم بابت این موضوع فخر می فروشند که فرزندشان در گوگل یا ویلیامز و کانلی کار می کند، یا این که در دانشکده بیزینس هاروارد درس خوانده اند.

این گروه در هنگام ورود به بزرگسالی عمل گرا و مصلحت اندیش هستند. آن ها در حل مشکلات توانا هستند. مشکلی که در برابر دانشجویان تازه وارد و یا سال آخری قرار دارد ابهامی است که انتظار آن ها را می کشد. فارغ التحصیلی نزدیک شده است و شما نمی دانید که چه اتفاقی قرار است پس از آن بیفتد. مصلحت اندیش ها این مشکل را با مراجعه به شرکت ها و مواردی از این دست حل می کنند که می توانند به آن ها بگویند که دست کم برای چند سال آینده چه کاری را قرار است انجام دهند. عدم قطعیت برای آن ها با این روش تمام می شود. به علاوه، اکنون وقتی حالا اگر فرد بزرگسالی از آن ها در مورد زندگی شان سؤال کند، پاسخی خوب خواهند داشت و می توانند بگویند پس از فارغ التحصیلی می خواهند چه کاری را انجام دهند. به منظور سرکوب اضطراب اگزستانسیالیستی ای که ناشی از ندانستن جواب این سؤال است که واقعاً آن ها می خواهند با زندگی شان چه کنند، اولین شغلی را که به سمتشان می آید را می قاپند.

متأسفانه این مسیر مصلحت جوینه نیز شما را از آن خندق کنار جاده دور نمی کند. هرگز قدرت محیطی که در آن کار می کنید را در تبدیل تدریجی شخصیتتان به چیزی دیگر، دست کم نگیرید. وقتی تصمیم می گیرید در یک شرکت خاص کار کنید، خود را به نوعی به شخصی که در آن شرکت

کار می‌کند تبدیل می‌کنید. بسیار عالی است اگر فرهنگ مک کینزی یا جنرال میلز روح شما را راضی کند؛ اما اگر این‌طور نشود، بخشی کوچک در خودتان وجود خواهد داشت که تغذیه نشده و گرسنه و گرسنه‌تر می‌شود.

علاوه بر این، در پیش گرفتن یک زندگی عمل‌گرایانه و مصلحت‌اندیشانه، شما را به یک عمل‌گرای فایده‌نگر تبدیل می‌کند. سوا لاتی هم‌چون «چگونه می‌توانم موفق شوم؟» به سرعت بر سؤالاتی مانند «چرا من این کار را می‌کنم؟» سایه می‌افکند.

ناگهان خود را در وضعیتی می‌بینید که مکالماتان بیشتر شامل توصیفاتی از این وضعیت است که چقدر سرتان شلوغ است. ناگهان می‌بینید که فردی عبوس و خشک هستید که ضمناً هر وقت که دوروبر رئیس خود هستید به شکل اغراق‌آمیزی سعی در جلب رضایت او دارید. شما بیشتر وقت خود را صرف پیدا کردن مری می‌کنید، در تلاش برای یافتن یک فرد مسن موفق هستید که به تمام سؤالات شما پاسخ دهد و تمام مشکلات شما را برطرف کند. معلوم می‌شود که افراد در محل کار شما نمی‌خواهند شما زندگی عمیق و رضایت‌بخشی داشته باشید. آن‌ها هر بار که خود را به جانورهای موزی‌ای تبدیل کنید که مطلوب محیط کارتان است، به شما ستاره‌های طلایی تأیید می‌دهند. شما حتماً تحلیل‌های مارکسیستی درباره کارفرمایانی که از کارگران سوءاستفاده می‌کنند را خوانده‌اید. ناگهان به ذهنتان خطور می‌کند که شما رئیس خود شده‌اید و دارید خودتان را استثمار می‌کنید. حالا خودتان را یک روح که باید تعالی یابد، نمی‌بینید بلکه خود را مجموعه‌ای از مهارت‌ها می‌بینید که باید بیشتر و بیشتر شوند.

بسیار جالب است که به چه سهولتی سؤالات معنوی‌ای که پیش از این ذهن شما را درگیر خود کرده بودند کنار می‌گذارید، از آن دسته از کتاب‌های عمیق که قبلاً هویت شما را تعریف می‌کردند، دست می‌کشید و خود را به یک فرد حرفه‌ای تبدیل می‌کنید.

علاوه بر این کارگرایی^۵ عاملی است که به طرز شگفت‌آوری بر منحرف ساختن ذهنتان از مشکلات عاطفی و معنوی تأثیر دارد. بسیار آسان است که از نظر عاطفی دوری گزینید و از نظر اخلاقی منزوی شوید، کم‌تر به اطرافیان خود نزدیک شوید و در برابرشان آسیب‌پذیر باشید، به دور جنگل تاریک نهفته در اعماق خود دیواری بکشید، به تدریج اوج و فراز و نشیب‌های خود را کم کنید و به سادگی در حالتی خنثی زندگی کنید. آیا متوجه شده‌اید که تعداد افرادی که خسته‌کننده‌تر و دل‌مرده‌تر هستند در سن ۳۵ سالگی نسبت به بیست سالگی بیش‌تر است؟

شایسته‌سالاری، نظامی اخلاقی است که دارای بیش‌ترین حد از اعتماد به نفس در جهان امروز است. این نظام اخلاقی آن‌قدر جذاب و به غایت طبیعی به نظر می‌رسد که حتی نمی‌دانیم چگونه واژگان اقتصادی خاص را در مورد چیزهایی غیراقتصادی ترویج می‌کند و به کار می‌برد. کلمات معنی آن‌ها را تغییر می‌دهند. "شخصیت" دیگر یک کیفیت اخلاقی شکل گرفته پیرامون عشق، خدمت‌رسانی و مراقبت نیست بلکه مجموعه‌ای از صفات محیط کار است که پیرامون جنم، بهره‌وری و انضباط فردی سامان می‌یابد. شایسته‌سالاری، "اجتماع" را به‌عنوان جمعی از افراد با استعداد که در حال رقابت با یکدیگرند تعریف می‌کند و جامعه را به مجموعه‌ای بی‌پایان از حلقه‌های بیرونی و درونی تبدیل می‌کند، افراد بسیار موفق در مرکز داووس و بقیه افراد در حلقه‌های وسیع‌تر بیرونی. درحالی‌که وانمود می‌کند این‌طور نیست اما زیرکانه این پیغام را می‌فرستد که آن‌هایی که باهوش‌تر و موفق‌تر هستند در واقع بیش‌تر از کسانی که این‌طور نیستند ارزش دارند.

از اثر شایسته‌سالاری بر شخصیت و خنثی کردن روح‌تان می‌توانید جان به در ببرند، به شرطی که یک نظام اخلاقی رقیب مخصوص به خود را در کنار آن داشته باشید، اما اگر فاقد یک نظام ارزشی در رقابت با آن باشید، شایسته‌سالاری کاملاً شما را می‌بلعد. شما احساس قرار و آرامش خود را از دست می‌دهید، زیرا پله‌های نردبان موفقیت چیزهایی هستند که برنامه و اساساً مسیر زندگی شما را تعیین می‌کنند. شایستگی‌سالاری برندهایی به شما می‌دهد تا به آن‌ها وابسته شوید- مدرسه معتبر و یک عنوان شغلی خوب - که به خوبی به‌عنوان نشان‌گری برای جایگاهتان عمل می‌کنند و به نظر می‌رسد جایگزینی مناسب برای نیاز مبرم به دانستن این باشد که کی هستید باشد. دیوید وایت شاعر می‌نویسد: «کار، جایی است که در آن گم کردن خودتان از پیدا کردن خودتان می‌تواند راحت‌تر باشد.»

روزنامه‌نگار لیزا میلر پدیده‌ای با عنوان "تصادم جاه‌طلبی" را توصیف می‌کند که در همسالان خود دیده بود، عمدتاً زنان جوان شاغل در یک مجموعه حرفه‌ای. او می‌نویسد که این افراد به دنبال چنگ زدن به فرصت‌ها هستند و پیشوایشان شریل سندبرگ است و ازدواج و آوردن فرزند را به تأخیر می‌اندازند زیرا توجهشان معطوف به انجام کارهای بزرگ است.

میلر می‌نویسد: «در سن خاصی آن‌ها مانند کودکی که یک بادکنک پر از هلیوم را از دست می‌دهد، این را از دست می‌دهند؛ و آورده از هجوم غم و اندوه دچار سرگستگی و گیجی می‌شوند.» یکی به

میلر می‌گوید: «هیچ تصویری نسبت به آینده ندارم» و زنی دیگر می‌گوید: «هیچ چیز باثباتی در زندگی‌ام نیست. بسیاری از آن‌ها رؤیای این را در سر دارند که کارشان را ترک کنند و به خانه‌شان در میشیگان برگردند یا این که فرزندی داشته باشند تا به بهانه آن از این رقابت احمقانه خارج شوند. میلر می‌گوید: «بسیاری از آن‌ها در مورد اهدافشان درگوشی با یکدیگر سخن می‌گویند، در یک احساس رضایت اساسی ناشی از پختن یک قرص نان یا تماشای باغچه‌ای که گیاهانش در حال رشدند. آن‌ها هم‌چنان خود را با نهایت سخت‌کوشی در معرض کار قرار می‌دهند و در انتظار چیزی هستند - هر چیزی- که بخواهند دوباره انگیزه‌ای به آن‌ها ببخشند و آن‌ها را متقاعد کند که خواسته‌هایشان را برای همیشه رها نکرده‌اند.»

میلر این مسئله را به‌عنوان یک مسئله زنانه به تصویر می‌کشد که ناشی از نگرش‌های پیچیده جامعه در مورد زنان و کار است؛ اما من متوجه شدم که بسیاری از مردان نیز این احساس را دارند که زندگی‌شان حقیقتاً زندگی نیست. قرن‌ها پیش کلمه مشترکی برای آن‌چه این افراد در حال تجربه آن هستند وجود داشت: آکدیا.^۶

این کلمه امروزه بسیار کمتر مورد استفاده قرار می‌گیرد که این بسیار عجیب است زیرا حالتی که به وسیله آن توصیف می‌شود اکنون بسیار رایج‌تر از گذشته است. آکدیا به معنی آرام کردن شور و شوق و به معنی عدم مراقبت است. نوعی از زندگی است که احساسات قوی شما را تحریک نمی‌کند و به همین دلیل باعث کندی و لختی روح می‌شود، مانند یک اجاق گاز نیمه‌گرم. ممکن است فردی که در حالت آکدیا زندگی می‌کند شغل و خانواده داشته باشد اما او به‌طور کامل تحت تأثیر زندگی خودش قرار نمی‌گیرد. قلبش اینجاست، اما زندگی‌اش جای دیگری است.

میل و اشتیاق شما باعث می‌شود به چیزهای مختلفی بچسبید. میل شما را به نزدیک شدن به فرد، شغل یا شهر مورد علاقه‌تان سوق می‌دهد؛ اما عدم تمایل باعث جدا افتادن شما می‌شود و با گذشت زمان یک نگرش حاکی از انزوای عاطفی و یک عدم تعادل کاذب در شما القا می‌کند. به‌طور خلاصه، شایسته‌سالاری شما را تشویق می‌کند تا طوری زندگی کنید که جامعه دوست دارد، اما خودتان دوستش ندارید. با این وضعیت داشتن یک احساس از صمیم قلب غیرممکن می‌شود.

شخصی که سعی می‌کند با زندگی به گونه‌ای رفتار کند که گویا ادامه مدرسه و دانشگاه است، اغلب به چیزی تبدیل می‌شود که رمان‌نویس دانمارکی ماتیاس دالسگارد آن را "یک فراموفق نامطمئن" می‌نامد: «چنین شخصی نباید بنیانی پایدار یا محکم برای ساختن داشته باشد، اما با این

وجود سعی می‌کند راهی برای خروج از این مشکل بیابد. این یک وضعیت غیرممکن است. شما نمی‌توانید با اضافه کردن طبقاتی جدید در قسمت بالای ساختمان، پایه و اساسی ساخته شده از شن و ماسه را جبران کنید؛ اما چنین شخصی توجهی به این موضوع نمی‌کند و امیدوار است که مشکلی که در این فونداسیون وجود دارد هرگز کشف نشود.»

همان‌طور که می‌گویند مشکل عمل‌گرایی این است که به درستی کار نمی‌کند. فراموش نکنم هرگز به‌طور کامل اراده‌اش را معطوف به چیزی نمی‌کند و بنابراین هرگز کاملاً راضی نمی‌شود. مغز او در حال حرکت است و جایگاهش در حال صعود است، اما قلب و روح او هرگز به‌طور کامل درگیر نمی‌شوند.

وقتی هیچ چیز دیگری به جز هویت و عنوان شغلی خود ندارید که به آن تکیه کنید، پس خود را در وضعیتی می‌یابید که در آن دائماً خود را با دیگران مقایسه می‌کنید. شما از تصور خود درباره خودتان تعجب می‌کنید. افرادی که به این روش زندگی می‌کنند تصور می‌کنند افراد دیگری نیز هستند که از شکوه شغلی و شادی‌های خصوصی لذت می‌برند. آن دانشجوی بی‌عرضه‌ای که در کالج هیچ کاری جز تماشای تلویزیون نداشته اکنون یک تهیه‌کننده بزرگ فیلم است. آن مرد ساکت در برنامه تمرینی، اکنون مدیر میلیاردر یک صندوق سرمایه‌گذاری است. واقعاً چه منفعتی در این هست که انسان روح خود را بفروشد وقتی که آدم‌های پرشمار دیگری هم هستند که روح خودشان را به قیمتی بیش‌تر می‌فروشند؟

لئو تولستوی یکی از موفق‌ترین کوه‌های اول را در تاریخ بشر داشت. در جوانی به ارتش پیوست و شجاعت و دلوری خود را نشان داد. او دارای ماجراهای پرشمار و روابط عاشقانه پرسوزوگدازی بود. پس از همه این‌ها سعی کرد به‌عنوان یک روشن‌فکر بزرگ نامی از خود بر جا بگذارد. گروهی از دوستانش را دور هم جمع کرد و با هم مجله‌های رادیکال راه‌اندازی کردند، مقاله نوشتند و تلاش کردند روشن‌گری را گسترش دهند. سپس او رمان‌نویس شد و به موفقیتی فراتر از دورترین تصورات دست یافت. آثار او به‌عنوان یک نویسنده شاهکارهایی هم‌چون جنگ و صلح و آنا کارنینا و چندین اثر دیگر هستند.

از نظر اخلاقی هم او فردی بازنده نبود. تولستوی برای این‌که خود را به فردی بهتر تبدیل کند همیشه از بسیاری از کارها دست می‌کشید؛ چیزهایی مثل دخانیات، شکار، الکل و گوشت. او قوانینی را برای خودش نوشت تا بتواند بیشتر دیگران را دوست داشته باشد و با همه افراد به‌طور یکسان رفتار کند و مسائلی از این قبیل.

او بعداً به یاد می‌آورد که تمام فکر و ذکرش در آن سال‌ها این بود که خود را به کمال برساند: من تلاش می‌کردم به کمال فکری برسم؛ هر آن‌چه را که در توان داشتم مطالعه کردم، هر اندازه که زندگی به من فرصتی برای مطالعه می‌داد. من سعی کردم اراده خود را به کمال برسانم و قوانینی برای خودم تنظیم کنم و سعی در رعایت کردن آن‌ها داشتم. با انجام تمام تمریناتی که باعث ایجاد قدرت و چابکی می‌شود به دنبال رسیدن به کمال جسمانی بودم و تمام سختی‌ها و جلوه‌های انضباط نفس را برای بالا بردن میزان تحمل و خویشتن‌داری‌ام در پیش گرفتم. همه این‌ها را برای رسیدن به کمال انجام دادم. نقطه شروع همه این‌ها البته کمال اخلاقی بود، اما این خیلی زود با باور به نوعی از کمال کلی جایگزین شد، یعنی یک آرزو برای بهتر بودن نه فقط از نظر خودم یا از نظر خدا، بلکه آرزویی شد برای بهتر بودن از نظر افراد دیگر.

سپس زندگی ضربات سختی به او وارد آورد. برادرش نیکلاس در ۳۷ سالگی درگذشت. او مردی خوب و جدی بود که هرگز نفهمید چرا زندگی کرده و چرا مرده است. تولستوی هرگز نمی‌توانست دلیلی را بیابد که بتواند مرگ برادرش را توضیح دهد.

سپس تولستوی تجربه‌ای داشت که باعث شد به این فکر کند که چیزی بسیار عالی‌تر از اعتبار و کمال هم وجود دارد. این حقیقت مطلق بود، چیزی که با استدلال انسان ساخته نمی‌شود بلکه

خیلی ساده، وجود دارد. تولستوی در پاریس شاهد یک مراسم اعدام بود:

وقتی دیدم که چگونه سر اعدامی از بدن جدا شده و صدای جداشدنش را با تمام جزییاتش شنیدم و سر قطع شده را دیدم که درون جعبه‌ای افتاد، نه با عقل خودم بلکه با تمام وجودم فهمیدم که هیچ نظریه‌ای که منبعث از عقلانیت وجود یا پیشرفت باشد نمی‌تواند چنین عملی را توجیه کند؛ فهمیدم که حتی اگر اصلاً مردم دنیا از نخستین روز خلقت چنین کاری را براساس هر نظریه‌ای ضروری دانسته باشند، من اما می‌دانستم که ضروری نیست و مطلقاً اشتباه است؛ بنابراین دریافتم که قضاوت‌هایم باید براساس آن چه درست و ضروری است، باشد و نه براساس آن چه مردم می‌گویند و انجام می‌دهند.

تا آن زمان تولستوی زندگی خود را وقف پروژه روشن‌گری، عقل، پیشرفت، آرای روشن‌فکران، تأیید عمومی و باز هم پیشرفت کرده بود؛ و حالا او ایمان خود را به آن پروژه از دست داده بود. هدف زندگی واقعاً چه بود؟

زندگی من متوقف شده بود. می‌توانستم نفس بکشم، غذا بخورم، بنوشم و بخوابم. در واقع چاره‌ای جز این نداشتم که نفس بکشم، بخورم، بنوشم و بخوابم؛ اما هیچ احساسی از زندگی دیگر در من نبود زیرا من عاری از هر اشتیاقی بودم که ارضای آن برایم منطقی بنماید. اگر هم چیزی می‌خواستم، از قبل می‌دانستم که فرقی نمی‌کند که به آن خواسته‌ام می‌رسم یا نه.

زندگی در او احساس پوچی و بی‌فایده‌گی را زنده می‌کرد. او هر چیزی شبیه ریسمان یا طناب داشت از اتاقش خارج کرد تا مبادا یک وقت خودش را حلق‌آویز کند. تفنگ‌های شکاری را از خود دور نگه می‌داشت تا مبادا به خودش شلیک کند. در این دوره او زندگی سابق خود به‌عنوان یک نویسنده روشن‌فکر را به مثابه نوعی جنون می‌دید. چه کسی واقعاً اهمیت می‌داد که یک نقد خوب در این یا آن مجله روی نوشته‌های او وجود داشته باشد؟ اکنون به نظر می‌رسید که او و رفقاییش دنیا را بهبود نمی‌بخشند بلکه فقط می‌نوشتند که ثروت‌مند و مشهور شوند. تولستوی از زندگی منزجر شده بود و هیچ نکته امیدبخشی در آن نمی‌دید. اکنون او در قعر دره بود.

اگر چنین احساسی از پریشانی و بیهودگی در تولستوی به وجود بیاید، پس ممکن است برای هر کسی اتفاق بیفتد. به هر حال هر یک از ما ممکن است این اندیشه که به اندازه کافی نتوانسته‌ایم بخش‌های گوناگون وجودمان را تحقق ببخشیم، ممکن است سراغ هر یک از ما بیاید؛ اما تولستوی

یکی از بزرگ‌ترین نویسندگانی بود که تا به حال زندگی کرده بود. ثروت و شهرت و موفقیت نمی‌تواند هیچ‌کس را از قرار گرفتن در دره دور کند.

بقیه ما

افرادی هستند که زندگی‌شان را می‌گذرانند بدون این که در هیچ مرحله‌ای لغزشی به قعر این دره داشت باشند. خوش به حال این گروه! اما بیش‌تر ما مجبور شده‌ایم دوره‌ای از رنج را تحمل کنیم، دوره‌ای که مجبور شدیم در آن سؤالاتی اساسی را از خودمان بپرسیم.

رنج به اشکال مختلفی به سراغمان می‌آید. برخی مشغول کار هستند اما همواره می‌دانند که مسیر زندگی خود را گم کرده‌اند. برخی دل‌شکسته می‌شوند. بعضی یکی از عزیزان خود را از دست می‌دهند و این باعث می‌شود احساس کنند که آینده روشن خود را برای همیشه از دست داده‌اند. برخی دیگر در اثر حمله قلبی، سرطان یا سکته مغزی سقوط می‌کنند. دیگران شکست یا رسوایی را تجربه می‌کنند. آن‌ها هویت خود را بر اساس عملکردی بیرونی بنا کرده‌اند و اکنون آن را از دست داده‌اند.

برای برخی افراد این قرار گرفتن در دره یک بحران حاد و چشم‌گیر نیست بلکه همچون یک بیماری خزانده است و آن‌ها به تدریج شور و شوق خود را در کارهایی که انجام می‌دهند از دست رفته می‌بینند. جیمز هالیس، روان‌کاو یونگی، بیماری داشت که این احساس را این‌گونه توضیح می‌داد: «همیشه به دنبال پیروزی در تمام بازی‌ها بودم و فقط الان می‌فهمم این بازی بوده که تمام این مدت من را بازی داده است.» ممکن است فردی برای پیروزی و رسیدن به موفقیت یا بهتر از دیگران بودن سرسختانه مبارزه کند و بعد یک روز دریابد که همه این‌ها پوچ و بی‌معنی به نظر می‌رسند. یک شخصیت در یکی از داستان‌های تولستوی می‌گوید که «قادر به ارزش‌گذاری آن چه دارم نیستم و قادر به لذت بردن هم نیستم.»

در مقاله‌ای برای Oprah.com نویسنده آدا کالهن این را توصیف می‌کند که چگونه بسیاری از زنان حتی در دهه‌های سی و چهل زندگی‌شان، احساس می‌کنند در مسیر نادرستی حرکت می‌کنند و باعث انحراف زندگی‌شان شده‌اند. یکی از دوستانش که ۴۱ ساله بود به او گفت: «گاهی اوقات لحظاتی بی‌پرده با خود مواجه می‌شوم - معمولاً هم در میانه کنفرانس‌های طولانی این اتفاق می‌افتد - که صدایی ناگهان در ذهنم شروع به فریاد زدن می‌کند: چه می‌کنی؟ این کار بیهوده و کسل‌کننده است! چرا جایی نیستی که کاری را که دوست داری بکنی؟»

ویلیام درسیویچ در کتاب گوسفند عالی، توصیفی از سقوط خویش به ورطه ناامیدی و حرمان در سال‌های جوانی ارائه می‌دهد. وی در خانواده‌ای متشکل از مهندسين و دانش‌مندان بزرگ شد و گمان می‌کرد که فعالیت‌های علمی و پژوهشی همان کاری است که او قرار بود با زندگی خود انجام دهد. حتی قبل از این که پایش را در یک کلاس کالج بگذارد، پیش از این که به خود اجازه دهد حتی یک لحظه از عدم قطعیت را در زندگی خود تجربه کند، تصمیم گرفت تا هم‌زمان در دو رشته زیست‌شناسی و روان‌شناسی تحصیل کند. قبل از اینکه پایش به دانشگاه بگذارد، سه چهارم درس‌هایی را که قرار بود در آنجا بگذراند، از بر کرده بود. زمانی که فهمید که می‌بایست رشته زبان انگلیسی را انتخاب می‌کرد، دیگر برای تغییر رشته دیر شده بود، بنابراین با دو مدرک در دو رشته دانش‌آموخته شد بدون آن که هیچ تمایلی به دنبال کردن حرفه‌ای در هیچ یک از این دو زمینه داشته باشد.

به دلیل فقدان یک هدف مشخص در زندگی، خود را در موقعیتی قرار داد که به او امکان می‌داد تا چندین گزینه ممکن برایش وجود داشته باشد. او در دانشکده حقوق ثبت‌نام کرد و سپس وقتی مشخص شد که هیچ علاقه‌ای به حقوق ندارد، در دانشکده روزنامه‌نگاری ثبت‌نام کرد که هیچ علاقه‌ای به آن هم نداشت و سپس در یک سازمان غیرانتفاعی شغلی پیدا کرد. «خب این وضعیت من بود، چند سال بعد از کالج، از این که فرصت تحصیل مناسب را از دست داده بودم به شدت ناراحت بودم و مشغول به کاری بودم که هیچ معنایی برایم نداشت. آینده شغلی‌ام تیره و تار و اعتقاد به خودم و توانایی‌هایم ویران شده بود، بدون این که تصور کنم چه کاری می‌خواهم انجام دهم یا کجا باید به آنجا بروم.»

آدم‌ها معمولاً قبل از این که بفهمند مشکلشان چقدر بزرگ است، فرایندی آشنا را طی می‌کنند. اول، انکارش می‌کنند که مشکلی در زندگی آن‌ها وجود دارد. سپس به تلاش‌های خود برای پیروی از یک برنامه قدیمی شکست خورده، شدت می‌بخشند. پس از آن سعی می‌کنند خود را با کمی هیجان تازه مداوا کنند؛ وارد رابطه با دیگری می‌شوند، بیشتر می‌نوشند، یا شروع به مصرف مواد مخدر می‌کنند. فقط هنگامی همه این‌ها به شکست بیانجامد، اعتراف می‌کنند که باید نحوه تفکرشان را در مورد زندگی تغییر دهند.

بحران تلوس^۷

این یک بحران تلوس است. بحران تلوس با این واقعیت تعریف می‌شود که افرادی که اسیر آن هستند نمی‌دانند هدفشان چیست. وقتی این اتفاق می‌افتد، آن‌ها شکننده می‌شوند. نیچه می‌گوید: کسی که "چرا"یی برای زندگی کردن دارد می‌تواند هر "چگونه"ای را تحمل کند. اگر می‌دانید هدفتان چیست، می‌توانید با مشکلات روبرو شوید؛ اما وقتی نمی‌دانید هدفتان چیست، هر مشکل یا شکست کوچکی می‌تواند به سقوط کامل منجر شود. آن‌گونه که سیموس هینی بیان می‌کند: «شما نه این‌جا هستید و نه آن‌جا / عجله‌ای هستید که میان چیزهای آشنا و در جریان است.»

به تجربه من، یک بحران تلوس در دو شکل، رونده و خوابیده نمایان‌گر می‌شود. در حالت رونده، فرد مبتلا به بحران در عین خستگی و از نفس افتادگی به راهش ادامه می‌دهد. او با ضرباتی روبه‌رو شده است، یا از ملالی عمیق رنج می‌برد، اما نمی‌داند چه می‌خواهد یا چگونه باید زندگی خود را تغییر دهد، بنابراین فقط به کارهایی که انجام می‌داده، ادامه می‌دهد؛ همان کار، همان مکان و همان زندگی. او با یک آگاهی روان‌شناختی نسبت به این موضوع زندگی می‌کند که مشکلاتش در حال حل شدن است و به خودش به زودی آرام و قرار می‌یابد. دوستی داشتم به نام کیسی جرالد که برای کاری در حال انجام مصاحبه بود. در پایان مصاحبه او در مقام سوال‌کننده ظاهر شد و از مصاحبه‌کننده پرسید: «اگر نمی‌ترسیدید چه می‌کردید؟» مصاحبه‌کننده گریه کرد. اگر نمی‌ترسید، نمی‌خواست کارمند منابع انسانی آن شرکت بشود. این یک بحران به پیش‌رونده است.

نوع دوم بحران تلوس نوع خوابیده است. در این نسخه، فرد مبتلا فقط گوشه‌ای افتاده، در حال خزیدن به رخت‌خواب است و یا تلویزیون تماشا می‌کند. اعتماد به نفس او ضربه خورده است. تمرکز او به خود، ذهنش را فلج کرده است. او این اعتقاد عجیب و غریب را دارد که برایش دیگر خیلی دیر شده است. زندگی او را جا گذاشته است. دستاوردهای دیگران حقیقتاً برای او حالتی دردناک پیدا می‌کند، چراکه فاصله صعود سریع (ظاهری) آن‌ها و حالت ایستایی و سکون وی ناامیدکننده و غیرقابل جبران به نظر می‌رسد.

دیوید فاستر والاس این مورد را در بسیاری از دوستانش متوجه شده است: «چنین چیزی چندان ارتباطی با شرایط جسمی، اقتصاد و یا هر چیز دیگری که در اخبار مورد بحث قرار می‌گیرد ندارد. بیش‌تر شبیه غم و اندوه خفیف است. من آن را در خودم و دوستانم به شکل‌های مختلف می‌بینم.

خود را به عنوان نوعی از گمشدگی نشان می دهد.» والاس متوجه شد که در زیر این لایه های ظاهری روان شناختی، علت اساسی این عارضه، فقدان جهت گیری اخلاقی است. «این نسلی است که تقریباً هیچ مرده ریگی از ارزش های معنوی معنادار بدان نرسیده است.»

و دانستن این که چه تعداد از مردم از این نوع بحران رنج می برند بسیار دشوار است، زیرا مردم در پنهان ساختن آن مهارت بسیاری یافته اند. همان طور که نویسنده جوان ورونیکا ری سارون عنوان کرده است؛ «با هر مکالمه پس از مکالمه دیگر، این نکته بیش تر و بیش تر واضح می شود؛ آن هایی که در میان ما صاحب صفحه های پرزرق و برق اینستاگرام یا پروفایل های به شدت کار شده لینکدین هستند و جلوه ای سرشار از اعتماد به نفس دارند (مثل بنده حقیر!) احتمالاً همان کسانی هستند که وقتی پای آینده به میان می آید بیش از بقیه احساس گنجی و اضطراب دارند و فکر می کنند گیر افتاده اند. احساس گیر افتادگی یک جوان بیست و چند ساله از نسل هزاره اکنون در همه جا دیده می شود و ارتباط مستقیمی وجود دارد بین کسانی که واقعاً چنین احساسی دارند و کسانی که اتفاقاً تصویر افرادی کاملاً مطمئن نسبت به آینده را از خود به نمایش می گذرانند.» البته امکان فرار از مواجه شدن با واقعیت برای مدتی طولانی وجود ندارد و بالاخره نوبت روبه رو شدن با سوالات اساسی می رسد؛ بهترین زندگی برای من چیست؟ من به چه چیزی اعتقاد دارم؟ من به کجا تعلق دارم؟

دره اجتماعی

ممکن است افراد به دره‌ها سقوط کنند، اما این اتفاق می‌تواند برای یک جامعه نیز رخ بدهد. در اوایل دهه ۱۹۶۰ فرهنگ ما شروع به پذیرش یک روش زندگی فرافردگرایانه کرد تا به کمک آن بتواند مشکلات آن لحظه از تاریخ را رفع کند؛ اما بعد از گذشت چند دهه آن فرهنگ به افراط و تفریط رسیده و بحران خاص خود را ایجاد کرده است.

کلان روایت رهایی فردی ما را با آنچه بعضی‌ها آن را "جداافتادگی بزرگ" خوانده‌اند، رها کرده است. درحالی‌که پیش‌ازاین آدم‌ها تمایل داشتند در جوامعی دارای پیوندهای محکم و با هنجارهای مقرر اجتماعی که گاه گنگ و بی‌دلیل به نظر می‌رسید، گنجانیده شوند، اکنون پیوند بین آن‌ها سست شده است. در شرایطی که زمانی آن‌ها در نهادهای سازمان‌یافته با سلسله مراتب خدمت می‌کردند، اکنون اساساً با فکر کردن در قالب یک نهاد مشکل دارند - چطور می‌توانند در دل یک مؤسسه یا نهاد زندگی کنند، یک نهاد را اداره و یا اصلاح کنند - بنابراین کیفیت سازمان‌های اجتماعی ما که زندگی مشترک ما را تشکیل می‌دهند، دچار زوال شده است.

مهم‌تر از همه، فرافردگرایی به جامعه‌ای منجر شده است که آدم‌ها در آن روز به روز بیش از گذشته از نظر اجتماعی، عاطفی و حتی جسمی جدا از یکدیگر زندگی می‌کنند. سیمون می، فیلسوف انگلیسی گفته است: «عشق یک ریشه‌دواندن هستی‌شناختی» است. عشق به شما این احساس را می‌دهد که در جایی دارای ریشه و بنیان هستید.» بسیاری از افراد حتی در درون خانواده‌ها چنین چیزی را ندارند. بسیاری از افراد در روابط عاشقانه چنین احساسی ندارند. قبلاً این طور بود که مردم شکایت می‌کردند که بزرگ‌سالان تازه بالغ بدون عشق به برقراری رابطه جنسی می‌پردازند. اکنون به‌طور فزاینده‌ای آن‌ها حتی رابطه جنسی هم ندارند. نیم‌قرن رهایی باعث شده فردگرایی که بهشتی برای مادر بزرگ و مادر بزرگ‌های ما بود، به جهنمی برای ما تبدیل شود. این موضوع چهار بحران اجتماعی ایجاد کرده که در هم تنیده شده‌اند:

۱. بحران تنهایی

۳۵ درصد از آمریکایی‌های بیش از ۴۵ سال تقریباً در تمام اوقات تنها هستند. تنها هشت درصد آمریکایی‌ها گفته‌اند که در طول یک سال با همسایگان خود مکالمه‌ای اساسی داشته‌اند. در سال ۱۹۵۰، کمتر از ۱۰ درصد خانوارها خانوارهای تک نفره بودند. اکنون این میزان نزدیک به ۳۰ درصد است. اکثر کودکانی که از زنان زیر سی سال به دنیا می‌آیند، در خانواده‌های تک والد متولد

می‌شوند. این‌ها علائمی از یک جداافتادگی عمومی است. سریع‌ترین گروه سیاسی در حال رشد گروه متشکل از افراد فاقد جهت‌گیری سیاسی است. سریع‌ترین گروه در حال رشد مذهبی گروه افراد غیرمذهبی است. محققان در بریتانیا از موعظه‌گران مذهبی خواستند که متداول‌ترین مسئله‌ای را که مجبورند با افراد حاضر در مراسم تحت نظرشان در میان بگذرانند توصیف کنند. ۷۶ درصد گفتند: «تنهایی و سلامت روان». وزیر سابق بهداشت ایالات متحده، ویوک مورتی در نشریه هاروارد بیزینس ریویو نوشت: «در طول سال‌های مراقبت از بیماران، شایع‌ترین عارضه‌ای که دیدم بیماری قلبی یا دیابت نبود، تنهایی بود.»

تلفات روانی، اجتماعی و اخلاقی ناشی از این جداافتادگی وحشتناک است.

از سال ۱۹۹۹، میزان خودکشی در ایالات متحده ۳۰ درصد افزایش یافته است. این بلایی است که به سختی دامن‌گیر نسل جوان شده است. بین سال‌های ۲۰۰۶ تا ۲۰۱۶، میزان خودکشی افراد بین ۱۰ تا ۱۷ سال ۷۰ درصد افزایش یافته است. تقریباً ۴۵ هزار آمریکایی هر ساله جان خود را می‌گیرند و خودکشی معمولاً نمودی بیرونی از مسئله تنهایی است. مواد مخدر سالانه ۷۲ هزار آمریکایی دیگر را می‌کشد و خود اعتیاد به مواد افیونی هم صرفاً نوعی خودکشی تدریجی است. در سال ۲۰۱۸، مراکز کنترل و پیش‌گیری از بیماری‌ها اعلام کردند که طول عمر متوسط یک آمریکایی برای سومین سال متوالی کاهش یافته است. این روندی کاملاً خیره‌کننده است. در جوامع ثروتمند و منسجم، طول عمر به تدریج طولانی‌تر می‌شود. آخرین باری که طول عمر آمریکا برای این مدت طولانی روندی کاهشی داشت، سال‌های ۱۹۱۵ تا ۱۹۱۸ بود، زمانی که کشور در حال تحمل یک جنگ جهانی و یک بیماری همه‌گیر آنفولانزا بود که منجر به کشته شدن ۶۷۵،۰۰۰ آمریکایی شد. دلیل این که زندگی آمریکایی‌ها امروز کوتاه‌تر شده است افزایش رخ داده در به اصطلاح مرگ ناامیدانه است - خودکشی، مصرف بیش‌ازحد مواد مخدر، مشکلات کبدی و غیره. - و این به نوبه خود ناشی از انزوای اجتماعی است که در اطراف ما به چشم می‌خورد.

۲. بی‌اعتمادی

بحران دوم نوعی از بیگانگی است. رابرت نیسپت، جامعه‌شناس بزرگ، بیگانگی را این‌گونه تعریف می‌کند: «وضعیتی ذهنی که می‌تواند یک نظم اجتماعی را بعید، غیرقابل درک و یا فریبکارانه بیابد.» این تقریباً وضعیت عادی امروز در آمریکا است. مردم در نسل قبلی به‌طور کلی تصور می‌کردند که از خودگذشتگی دارای معنا است، زیرا اگر به نهاد متبوع خود خدمت می‌کنید، آن هم

به شما خدمت می‌کند؛ اما همان‌طور که دانیل یانکلوویچ در یک نظرسنجی ده‌ها سال پیش خاطرنشان کرد، اعتقاد مردم به این بده‌بستان از بین رفته است. اکنون فرض بر این است که اگر بدهید، می‌گیرند. اگر فداکاری کنید، دیگران از این مزیت استفاده می‌کنند. رابطه رفت و برگشتی متقابل از بین رفته است و مردم احساس می‌کنند از همسایگان خود جدا افتاده‌اند و در انزجار از نهادهای عمومی زندگی می‌کنند.

در دهه ۱۹۴۰ و ۵۰، هنگامی که اخلاق عمومی بیش‌تر بر شعار "همه در این با هم شریک هستیم" تأکید داشت، تقریباً ۷۵ درصد از آمریکایی‌ها می‌گفتند که در اکثر اوقات به دولت در انجام کار درست اعتماد دارند. اکنون کم‌تر از ۲۵ درصد چنین احساسی دارند. در آن دوران، مطابق نظرسنجی عمومی اجتماعی، تقریباً ۶۰ درصد از آمریکایی‌ها می‌گفتند که همسایگان‌شان قابل اعتماد هستند. اکنون فقط ۳۲ درصد از کل مردم و فقط ۱۸ درصد از نسل هزاره چنین نظری دارند. هر گروه سنی در آمریکا نسبت به گروه قبلی اعتماد کم‌تری به اطرافیان و جامعه دارد و همان‌طور که رابرت پوتنم از هاروارد خاطرنشان می‌کند، یک دلیل بسیار خوب پشت این بی‌اعتمادی هست: مردم کم‌تر از قبل قابل اعتمادند. این به این دلیل نیست که درک ما از یکدیگر در حال آسیب دیدن است. این یک رفتار واقعی است. کیفیت روابط ما بدتر شده است. بی‌اعتمادی باعث ایجاد بی‌اعتمادی متقابل می‌شود. وقتی افراد احساس بی‌اعتمادی می‌کنند نتیجه می‌گیرند که تنها کسی که می‌توان به آن اعتماد کرد، خودشان هستند. جورج الیوت در میدل‌مارچ نوشته بود: «چه تنهایی‌ای تنها‌تر از بی‌اعتمادی است؟»

۳. بحران معنا

بحران سوم بحران معناست. این حقیقتی خیره‌کننده در عصر ماست که علی‌رغم همه چیزهایی که درباره مغز آموخته‌ایم، مشکلات سلامت روان از جمله افسردگی رو به افزایش است، نه کاهش؛ و به نظر می‌رسد که اوضاع به سرعت رو به زوال است. در سال ۲۰۱۲، ۵.۹ درصد از جوانان دچار افسردگی شدید بودند. تا سال ۲۰۱۵ این میزان ۸.۲ درصد بود.

این دلیل تا حدودی به دلیل ظهور و فراگیر شدن تلفن‌های هوشمند است و ضمناً به این دلیل است که بسیاری از افراد احساس دارای هدف بودن را در زندگی خود از دست داده‌اند. هنگامی که شما یک نظم اخلاقی مشترک را از بین می‌برید و به همه می‌گویید خودشان تعریف خود را از رمز و راز زندگی پیدا کنند، بیشتر افراد دست خالی برمی‌گردند. آن‌ها داستانی قانع‌کننده نخواهند داشت

که معنای زندگی آن‌ها را در آن لحظه‌هایی که زندگی سخت می‌شود برایشان توضیح دهد. ویلیام دیمون در یک مطالعه برای کتابش راهی به سوی هدف دریافت که تنها ۲۰ درصد از افراد جوان دارای یک هدف کاملاً درک شده هستند.

بسیاری از مردم ایمان خود را به آرمان‌های اجتماعی و نهادهای بزرگی که نسل‌های اولیه برای بخشیدن معنا و هدفی به زندگی بر آن‌ها تکیه کرده بودند از دست داده‌اند. آن‌ها ایمانشان به ایمان را از دست داده‌اند. حضور مردم در کلیساها از اوایل دهه ۱۹۶۰ تقریباً به کم‌تر از نصف کاهش یافته است. آن‌ها ایمانشان به کشورشان را هم از دست داده‌اند. در سال ۲۰۰۳، طبق اعلام سازمان گالوپ ۷۰ درصد آمریکایی‌ها اظهار داشتند که به آمریکایی بودن خود "بسیار مفتخر" هستند. تا سال ۲۰۱۶ فقط ۵۲ درصد از آمریکایی‌ها و تنها ۳۴ درصد از نسل هزاره با این نظر موافق هستند و تازه این قبل از انتخاب دونالد ترامپ بود. همه این اعداد نشان می‌دهد که مردم احساس نمی‌کنند بخشی از داستانی بزرگ‌تر هستند که می‌توانند به آن ایمان داشته باشند و زندگی خود را وقف آن کنند.

بالزاک می‌نویسد: «انسان از تنهایی وحشت دارد و از انواع تنهایی، تنهایی اخلاقی و حشتناک‌ترین است.»

۴. قبیله‌گرایی

سه بحران پیشین، بحران چهارمی را به وجود آورده‌اند که به خودی خود جلوه‌ای از فردگرایی افراطی نیست بلکه واکنش ما به آن است. روان‌شناسان می‌گویند که سخت‌ترین درمان، درمان تلاش بیمار برای خوددرمانی است. افرادی که بر اثر یک فردگرایی افراطی عریان و تنها مانده‌اند، آن‌چه را که زن‌ها و تاریخ باستانی گونه‌شان به آن‌ها می‌گوید انجام می‌دهند؛ آن‌ها به قبیله باز می‌گردند. فردگرایی در افراطی‌ترین شکل آن، منجر به قبیله‌گرایی می‌شود.

هانا آرنت ده‌ها سال قبل متوجه این پدیده شد. هنگامی که به زندگی افرادی که به متعصبان سیاسی تبدیل شده بودند نگاه کرد، دو چیز را در آن یافت: تنهایی و پوچی معنوی. او در کتاب ریشه‌های توتالیتاریسم نوشت: «تنهایی زمینه مشترک تروریسم است.»

نبیله جعفر می‌نویسد، تنهایی حقیقی صرفاً یکه و تنها بودن فرد نیست؛ یک نوع خلأ معنوی است، از بین رفتن ایمان شخص به خود برای یافتن پاسخ سوالاتش، "از دست دادن خود". احساسی

شبیه به "ریشه کن شدن و زیادی بودن" است. جعفر عنوان می کند که بسیاری از پیکارجویانی که به گروه دولت اسلامی یا همان داعش پیوسته اند بیش تر به دنبال جایی یا چیزی بوده اند که بتوانند در آن حس تعلق را تجربه کنند و داعش چنین چیزی را به آن ها می دهد و مسیری را برایشان فراهم می کند که بتوانند یک شهید یا یک قهرمان باشند.

افرادی که وحشتی وجودی را تجربه می کنند به حالتی بحرانی فرو می روند: «من در معرض خطر هستم! من مورد تهدید قرار گرفته ام؛ من باید به عقب برگردم!» پاسخ تکاملی آن ها محافظت از خود است، بنابراین برای پاسخ به یک تهدید به غرایز کهن خویش برمی گردند؛ ما در برابر آن ها. قبیله گرایان به دنبال دسته های سهل و آسان می روند که در آن برخی از افراد خوب و برخی دیگر بد هستند. آن ها به دنبال نوعی از یقین هستند تا به واسطه آن بتوانند تردیدهای بی پایان خود را شکست دهند. آن ها به جنگ متوسل می شوند، جنگ سیاسی یا جنگ واقعی. آن ها به قبیله باز می گردند.

به نظر می رسد قبیله گرایی راهی برای ترمیم پیوندهای جامعه است. این پدیده مطمئناً مردم را به هم پیوند می دهد؛ اما در حقیقت همتایی تاریک برای اجتماع است. اجتماع براساس محبت متقابل شکل می گیرد. قبیله گرایی، به معنایی که من از آن استفاده می کنم، پیوندی مبتنی بر نفرت متقابل است. اجتماع مبتنی بر انسانیتی مشترک است؛ قبیله گرایی اما با تمرکز بر دشمن مشترک شکل می گیرد. قبیله گرایی همیشه در حال ایجاد مرزها و ایجاد تمایز میان دوست و دشمن است. ذهنیت یک قبیله گرا ذهنیت یک جنگ جو و مبتنی بر کمبود است؛ زندگی نبردی بر سر منابع محدود است و همیشه ما در مقابل آن ها هستیم، با جمع صفر. هدف وسیله را توجیه می کند. سیاست، جنگ است. ایده ها سربازان دشمن هستند. می کشی یا کشته می شوی. عدم اعتماد، اساس جهان بینی قبیله گرایانه است. قبیله جامعه ای برای خودشیفتگان تنهاست.

این روزها حزب گرایی برای بسیاری از افراد به این معنا نیست که کدام حزب سیاسی سیاست های بهتری دارد، بلکه نبردی میان گروهی به رستگاری رسیده و گروهی لعنت شده است. مردم اغلب از هویت حزبی برای پر کردن خلأی استفاده می کنند که با جدا افتادنشان از تعلقات دیگرشان به وجود آمده -تعلقات نژادی، محلی، مذهبی، اجتماعی و خانوادگی-

قبلیه گرایی چیزی را از سیاست می خواهد که سیاست قادر به برآورده کردن آن نیست. به محض آن که سیاست به هویت قومی یا اخلاقی شما تبدیل شود، سازش غیرممکن می شود، زیرا سازش مایه

آبروریزی خواهد بود. هنگامی که سیاست به هویت شما تبدیل شود، پس هر رقابت انتخاباتی، مبارزه‌ای برای بقای وجودی است و هر چیزی در آن مجاز است. تهدید قبیله‌گرایی این است که فرد جدا افتاده را تحویل گرفته و او را به یک هیولا تبدیل می‌کند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

رنج

دره‌ای که از آن سخن می‌گوییم چه شخصی باشد و چه یک جامعه در آن گیر افتاده باشد و چه هر دو، رنج‌های فراوانی را به همراه دارد. وقتی در قعر دره هستید در حال تحمل فصلی از درد یا فصلی از احساس گم شدن هستید. این می‌تواند دوره‌ای پر از درد و رنج برای روح باشد، اما در عین حال می‌تواند یکی از باارزش‌ترین فصل‌های زندگی شما نیز باشد.

جان کیتس گفت که ما در عمارتی متشکل از تعداد زیادی آپارتمان زندگی می‌کنیم. هنگامی که در اولین کوه هستیم، در جایی زندگی می‌کنیم که کیتس آن را "اتاق بی‌فکر" نامید. این اتاق مانند یک پیش‌فرض است. ما بدون آن که فکر کنیم ارزش‌ها و روش‌های زندگی‌ای را که بر حسب تصادف در اطراف ما قرار دارند، جذب می‌کنیم.

ما دلمان می‌خواهد که در این اتاق بمانیم. راحت است و همه سری به نشانه تأیید برایمان تکان می‌دهند. دلیو. اچ. آدن در عصر اضطراب نوشت:

«ترجیح می‌دهیم ویران شویم تا تغییر کنیم / ترجیح می‌دهیم در ترس خود بمیریم

تا این که از گذر زمان صعود کنیم / و بگذاریم توهماتمان بمیرند»

دوره‌های پررنج زندگی دمار از روزگارمان درمی‌آورند. آن‌ها مانند آژیر خطرهایی هستند که ما را از رخوت آسوده خودمان بیرون می‌آورند و به ما هشدار می‌دهند که در مسیری اشتباه از زندگی به پیش می‌رویم.

هیچ چیز ذاتاً ارزش‌مندی در رنج کشیدن وجود ندارد. گاهی اوقات اندوه فقط اندوه است و باید از آن عبور کرد. اتفاقات بد پرشماری در زندگی می‌افتد و این اشتباه است که این لحظات را با نگاهی احساسی و گفتن این که این اتفاقات احتمالاً برای خدمت به منافع‌های عالی‌تر رخ داده‌اند، ببینیم؛ اما گاهی اوقات، هنگامی که رنج می‌تواند به روایتی کلان‌تر از تغییر و رستگاری پیوند یابد، می‌توانیم از راه رنج به فرزاندگی برسیم. این نوعی از فرزاندگی است که نمی‌توانید آن را از کتاب‌ها بیاموزید. باید خودتان آن را تجربه کنید. بعضی اوقات نخستین تجربه شما از رسیدن به اصالت اخلاقی در قالب واکنشی که در برابر رنج خود نشان می‌دهید، اتفاق می‌افتد.

دانشمند الهیات، پل تیلیچ نوشت: «رنج کشیدن الگوهای عادی زندگی را دگرگون می‌کند و به شما یادآوری می‌کند که شما آن کسی نیستید که فکر می‌کردید بوده‌اید. رنج آن‌چه را که فکر

می‌کنید کف زیرزمین روح شما بوده را می‌شکافد و حفره‌ زیر آن را آشکار و سپس به آن طبقه‌ زیرین فرو می‌افتد و حفره‌ای هم در زیر آن آشکار می‌کند.

رنج به ما حس قدردانی و سپاس‌گزاری را می‌آموزد. به‌طور معمول ما قدر عشق و دوستی را نمی‌دانیم اما در فصول درد و رنج، خود را به آغوش دیگران می‌سپاریم و از موهبت‌هایی که عزیزانمان به ما ارائه می‌کنند قدردانی می‌کنیم. رنج شما را به هم‌بستگی با دیگران وادار می‌کند و باعث می‌شود که با کسانی که رنجی مشابه یا متفاوت با شما دارند، دلسوزانه‌تر مواجه شوید و از این طریق دل انسان را نرم می‌کند.

رنج خواستار یک پاسخ و واکنش است. هیچ‌یک از ما نمی‌توانیم از درد و رنج جلوگیری کنیم، اما همه‌ ما می‌توانیم نحوه‌ واکنش به آن را انتخاب کنیم؛ و جالب این‌که، کم‌تر کسی با جست‌وجوی لذت به رنج واکنش نشان می‌دهد. هیچ‌کس نمی‌گوید من فرزندم را از دست داده‌ام بنابراین باید بروم بیرون و میهمانی برپا کنم. آن‌ها می‌گویند من فرزندم را از دست داده‌ام و به همین دلیل آماده‌ کمک به دیگرانی هستم که فرزند خود را از دست داده‌اند. مردم می‌فهمند که یک غذای ناچیز نمی‌تواند یک گرسنگی عمیق را برآورده کند و خلاء عمیقی را که رنج آن را آشکار کرده پر کند. فقط یک خوراک معنوی می‌تواند چنین کاری را انجام دهد. بسیاری از افراد با تمرین سخاوت و بخشندگی به رنج خود پاسخ می‌دهند.

در نهایت رنج توهّم خودبستگی را متلاشی می‌کند و این توهّمی است که در هر زمانی که یک زندگی تعریف شده بر مبنای روابط متقابل آغاز می‌شود باید از میان برداشته شود. یک دوره‌ سرشار از درد و رنج، نادرستی و غرور نهفته در اکثر جاه‌طلبی‌های ما را افشا می‌کند و واقعیت راستین زندگی و مرگ و نحوه‌ مراقبت و محافظت از خود در برابر آن‌ها را روشن می‌کند. درد به ما کمک می‌کند تا اندازه‌ واقعی خواسته‌های خودخواهانه‌ خود را ببینیم، پیش از این‌که غول پیکر به نظر برسند و بر کل صحنه‌ زندگی ما مسلط شوند. بعد از دوران رنج، می‌بینیم که آرزوهای نفس‌ما تمایلاتی بسیار ناچیزند و مطمئناً آن‌هایی نبوده‌اند که ما باید به دنبال رسیدن به آن‌ها باشیم و زندگی خود را پیرامون آن‌ها بنا کنیم. صعود از دره مانند بهبودی از بیماری نیست. بسیاری از مردم بهبود نیافته‌اند بلکه به شکلی متفاوت از گذشته از دره بیرون می‌آیند. تد هیوز شاعر می‌گوید: «بدترین چیزهایی که می‌توان آن‌ها را از سر گذراند، اغلب بهترین چیزها برای به خاطر سپردن هستند، زیرا در آن لحظات ناامیدکننده، لایه‌های محافظ به کناری می‌روند، فروتنی به دست

می‌آید، مشکل به وضوح خودش را نشان می‌دهد و ندایی که ما را به نوعی از خدمت فرا می‌خواند
به طرزی شفاف شنیده می‌شود.»

شهر کتاب (nbookcity.com)

۵: برهوت

واکنش عادی به یک دوران پر از رنج این است که سعی کنید از آن خارج شوید. در صدد رفع عوارض آن بر بیایید، کمی بنوشید، چند آهنگ غمگین گوش کنید و به طور کلی، فراموش کنید.

کار درستی که در دوران رنج باید انجام دهید این است که محکم و افرشته، در دل آن بایستید. صبر کنید ببینید چه چیزی برای آموختن به شما در خود دارد. درک کنید که رنج شما در حکم وظیفه‌ای است که بر دوستان نهاده شده و اگر به درستی انجام شود، با کمک دیگران منجر به بزرگ‌تر و بالغ‌تر شدنتان خواهد شد، نه کوچک‌تر شدنتان.

دره همان جایی است که ما خود قدیمی‌مان را به آن افکنده‌ایم تا خود جدیدمان از دل آن ظهور کند. میان‌بری وجود ندارد. دقیقاً همان فرآیند ابدی سه مرحله‌ای وجود دارد که شاعران از زمان‌های کهن توصیف کرده‌اند؛ از رنج تا خرد تا خدمت. مرگ خود قدیمی‌مان، پاک‌سازی در خلاء و رستاخیز به سوی یک خود جدید. از عذاب قعر دره تا پاک‌سازی در برهوت تا بینشی تازه بر بلندای کوهستان.

پس این سفر سه بخشی را چگونه شروع می‌کنید؟ خوشبختانه، آدم‌ها هزاران سال است که به این موضوع فکر می‌کنند و الگویی در مورد چگونگی انجام این کار در اختیار ما گذاشته‌اند.

به عنوان مثال، موسی پیامبر تصوّرانی ناکامل درباره زندگی داشت. او در کاخ فرعون بزرگ شده بود (بسیار خوب!) اما وجدان اخلاقی خود را هم داشت. او از ظلم و ستمی که بر یهودیان می‌رفت متنفر بود و یک نگهبان مصری را که با برده‌اش بدرفتاری می‌کرد، کشت؛ اما این شورش کوچک او به سرعت عقب نشست زیرا اتفاقی و از سر افراط بود. او مجبور شد از مصر فرار کند که این شکستی برای او بود، حتی در نظر یاران یهودی‌اش. موسی رفت که تنها شود. او گله گوسفندان خود را "به دور از خانه، در دل صحرا" برد.

زمانی که وی آن جا بود، بنا برآن چه در تاریخ یهودیان نقل شده، یک بره کوچک از گله‌اش فرار کرد و موسی آن را تعقیب کرد. معمولاً گرفتن یک گوسفند جدا شده از گله آسان است. آن‌ها سریع‌ترین موجودات روی زمین نیستند و عموماً چندان دور نمی‌شوند؛ اما این بار اتفاق عجیبی رخ داد. بره همچون یک غزال تیزپا فرار کرد. موسی از گله دور شد و به دل بیابان رفت اما نتوانست به او برسد و بره مدام از او دورتر می‌شد. سرانجام بره در یک چشمه برای نوشیدن آب متوقف شد و موسی او را

گرفت.

بره البته خود موسی بود. او حتی برای خودش پنهان مانده و ناشناخته بود. همان طور که نقلی از صوفیه می گوید؛ «من یک گنج پنهان بودم.» او مجبور شد به قلب بیابان سفر کند و به دنبال یک بره فراری حتی از آن چه در ابتدا آمده بود هم دورتر برود تا آن برهوت خالی از سکنه تا سرانجام به خود بیاید.

زمانی که بیش تر از همیشه در مورد آن چه باید با زندگی خود انجام دهید سردرگم هستید، هوش مندانه ترین قدمتان این است که می توانید کاری بکنید که میلیون ها زن و مرد در طول تاریخ انجام داده اند. از جا بلند شوید و به تنهایی پا در برهوت بگذارید.

با رفتن به یک مکان فیزیکی متفاوت چیزهای زیادی به دست می آورید. شما باید شکل جدید بودن را بچشید و لمس کنید و احساس کنید؛ و خروج از مرکز امور و رفتن به حاشیه ها، فواید زیادی دارد. هنری نوون می نویسد: «شما در یک زمان غیرمعمول زندگی می کنید.» و ادامه می دهد:

می بینید که فراخوانده شده اید که به سوی تنهایی، دعا، پنهان شدن از نظرها و یک سادگی متعالی پیش بروید. می بینید که اکنون، باید در حرکات خود محدود باشید، از تماس تلفنی دوری کنید و در نامه نگاری احتیاط کنید... فکر این که شاید مجبور شوید به دور از دوستان، برنامه شلوغ کاری، روزنامه ها و کتاب های هیجان انگیز زندگی کنید، دیگر شما را نمی ترساند... واضح است که چیزی در شما می میرد و چیزی متولد می شود. باید هوشیار باشید، آرام بمانید و بهترین الهاماتی که به سراغتان می آید را بپذیرید.

در برهوت، زندگی از اموری که حواس شما را به سمت خود پرت می کنند تهی می شود. آنجا ساکت است. ویژگی جغرافیایی آن مکان نظم، سادگی و توجه شدیدی را طلب می کند. تنهایی در برهوت باعث می شود همه عاداتی که صرفاً برای راضی کردن دیگران به شخصیت شما تنیده شده، پرت و نامربوط به نظر برسند. بلدن لین در کوله گردی با قدیس ها می گوید: «چه اتفاقی می افتد وقتی که یک کودک با استعداد خود را در برهوت بیابد، جایی که او از هر راهی برای اثبات ارزش و توانایی خود محروم است؟ وقتی نتواند هیچ کاری انجام دهد، وقتی مخاطبی وجود ندارد که عملکرد او را تحسین کند، وقتی با یک بی تفاوتی سرد و بی صدا و حتی با خشونت روبرو می شود؟ جهان او از هم

فرو می‌باشد. روحی که تشنهٔ جلب موافقت و تأیید دیگران است در بیابانی مانند این از تشنگی می‌میرد. این شرایط یک فرد با موفقیت بی‌حد و مرز را به چیزی کوچک و کاملاً عادی فرو می‌کاهد. فقط در این صورت است که او قادر به دوست‌داشته‌شدن می‌شود.»

تنهایی در برهوت تجربهٔ شما را نسبت به زمان تغییر می‌دهد. زندگی عادی در زمان عادی اتفاق می‌افتد؛ مانند حسی که نسبت به زمان رفت و آمد به محل کار یا شستن ظرف‌ها داریم؛ اما برهوت، زمان را به ابردوران تبدیل می‌کند. هیچ‌چیز به سرعت تغییر نمی‌کند. زندگی در برهوت با سرعت همان چیزی به پیش می‌رود که یونانیان آن را زمان کایروس می‌نامیدند که ممکن است کندتر باشد اما همیشه غنی‌تر است. زمان معمول، لحظه به لحظه است اما زمان کایروس یک زمان کیفی است، در یک لحظه کال یا رسیده، غنی یا قابل صرف‌نظر، الهام‌بخش یا تخت و بیهوده و شلوغ یا خالی است. هنگامی که هفته‌ها در برهوت هستید، شروع به حرکت مطابق زمان کایروس می‌کنید. در زمان کایروس برهوت، روح نیز با خودش شروع به معاشرت می‌کند، بسیار کند و آرام اما ستر و قوی مانند رشد چوب سرخ درختان غول‌پیکر.

خالص بودن زندگی در برهوت شما را برای صمیمیت یافتن با خود آماده می‌کند. گاهی اوقات این موضوع درد و رنج‌تان را به خاطراتان می‌آورد. خاطرات سوزانی از ناکامی‌ها و اندوه‌های گذشته وجود دارد. همهٔ زخم‌هایی که از سوی والدین و مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها به آدم‌ها وارد شده به سراغشان می‌آیند. اعمال بد گذشته خود شما هم هستند که مانند خون از این زخم‌ها جاری می‌شوند، مثلاً تمایل شما به ولخرجی، یا ترس غیرعادی‌تان از تنها ماندن و یا تمایلتان به عدم برقراری ارتباط با دیگران و یا کنار گرفتن از دیگران در زمان بروز اولین نشانهٔ استرس.

نوون ادامه می‌دهد: «درد شما عمیق است و به آسانی از بین نمی‌رود.» و می‌گوید: «و نیز منحصرأ متعلق به شماست، زیرا به برخی از نخستین تجربه‌های زندگی شما مربوط می‌شود. وظیفهٔ شما این است که آن درد را به درستی رفع و رجوع کنید. تا زمانی که بخش زخمی وجودتان برای خود بزرگ‌سال‌تان بیگانه باشد، درد شما هم به خودتان و هم به دیگران آسیب خواهد زد.» همان‌طور که گفته‌های نوون نشان می‌دهد رنج‌هایی که دگرگون نمی‌شوند، انتقال می‌یابند.

گوش دادن به زندگی تان

وقتی آدم‌ها آنجا در برهوت هستند، یاد می‌گیرند زندگی خود را دریافت کرده و بررسی کنند. فردریک بوچنر نوشت: «اگر از من خواسته می‌شد با چند کلمه جوهره هر آن‌چه را که سعی کرده‌ام به‌عنوان یک نویسنده و نیز یک واعظ بگویم بیان کنم، چیزی شبیه به این می‌شد؛ به زندگی خود گوش دهید. آن را درست مانند رمز و راز بی‌پایانی که حقیقتاً هست ببینید. چه در زمان بی‌حوصلگی و درد آن و چه در زمان هیجان و لذت؛ مسیر خود را به سوی قلب مقدس و پنهان آن لمس کنید، بجشید و بو کنید، زیرا در آخرین نگاهتان به زندگی، همه لحظه‌ها لحظه‌های کلیدی هستند و زندگی خود جلوه‌ای از رحمت است.»

پارکر پالمر معلم، این مضمون را این‌گونه بازگو می‌کند: «از وقتی که تاریکی در اوایل بیست‌وچندسالگی‌ام من را فرا گرفت، به این فکر می‌کردم که یک مورد منحصر به فرد و غایی از شکست در من پدیدار شده است؛ اما این را نفهمیده بودم که صرفاً سفری را برای پیوستن به باقی افراد نسل بشر آغاز کرده‌ام.»

هسته اصلی آن برای پالمر، گوش فرا دادن بود؛ «تلاش برای زندگی فرد دیگری را زندگی کردن، یا زندگی بر اساس یک هنجار مبهم، به‌طور حتم شکست خواهد خورد و حتی موجب صدمات بزرگی هم می‌شود. شما رسالت خود را از طریق برعهده گرفتن یک مسئولیت پیدا نمی‌کنید. رسالت از اراده ناشی نمی‌شود بلکه از گوش فرادادن حاصل می‌شود. من باید به زندگی خود گوش دهم و سعی کنم بفهمم موضوع زندگی من چیست و این کاملاً جدا از آن چیزی است که دوست دارم باشد.»

من دوستی به نام پیت ونر دارم که شنونده فوق‌العاده‌ای است. من مشکلی را برای او بازگو می‌کنم و او سؤالاتی از من می‌پرسد. بعد از این که چهار یا پنج سؤال پرسید، لحظه‌ای در گفتگوی دو نفره ما فرا می‌رسد، درست وقتی که انتظار دارم او نظرات و پیشنهادات خود را در مورد مشکل من بیان کند؛ و در این لحظه او مرا با پرسیدن شش یا هشت سوال دیگر شگفت زده می‌کند، قبل از این که مشاوره یا توصیه‌ای ارائه دهد. گوش دادن واقعی، چه به دیگران و چه به خودتان، همیشه به همان گروه از سوالات غیرمنتظره مربوط می‌شود و فرایند پرسیدن سوالات را همواره به چیزی بیش‌تر از آن‌چه طبیعی می‌نماید گسترش می‌دهد.

گوش دادن به زندگی‌تان به معنای پیشه کردن صبر است. بسیاری از ما بیشتر با یک نگرش حاکی

از ارزیابی زودرس با زندگی مواجه می‌شویم. ما تمایلی طبیعی نسبت به این داریم که در لحظه روبرو شدن با چیزی، فوراً نظردان را در مورد آن مشخص کنیم و تصمیممان را بگیریم. مشکل اینجاست که هنگامی چیزی را -حتی خودمان را- قضاوت کرده و کنار می‌گذاریم، دیگر از دیدن آن به همراه تمام پیچیدگی‌هایش دست می‌کشیم. برهوت، نوعی از قابلیت منفی را به ما می‌آموزد، توانایی ماندن در عدم اطمینان و عدم رسیدن به نتایج زودرس.

گوش دادن به زندگی یعنی پرسیدن من چه کاری را خوب انجام داده‌ام؟ چه کاری را ضعیف انجام داده‌ام؟ وقتی به من مزدی تعلق نمی‌گیرد یا پاداشی نمی‌گیرم چه کار می‌کنم؟ آیا مواقعی بوده که نقابی به چهره‌ام زده باشم که دیگران از من خواسته‌اند آن را بپوشم یا اینکه خودم فکر می‌کردم دیگران می‌خواهند که آن را به صورتم بزنم؟

وقتی در برهوت هستید، نسخه بهتری از شما تمایل به ظهور دارد. بلدن لین می‌نویسد: «وقتی به خلوت صحرا و دشت می‌روم، متعجب می‌شوم که چقدر از همراهی با خودم لذت می‌برم. شخصی که با او سفر می‌کنم نگران عملکرد و جلوه بیرونی خودش نیست. او شخصیت پرداخته شده‌ای را که سعی می‌کند به دیگران ارائه دهد، دور می‌اندازد. وقتی زیر سایه یک درخت بلوط در بالای کوه در دفتر خاطرات روزانه‌ام چیزی می‌نویسم، مثل یک چکاوک آوازخوان خوشحالم. می‌خواهم همیشه همان فردی باشم که زمان تنهایی در برهوت هستم.» این آغاز یک مکاشفه مهم است.

آنی دیلارد در آموزش حرف زدن به یک سنگ می‌نویسد: «در اعماق ما خشونت و وحشتی است که روان‌شناسی در مورد آن به ما هشدار داده است؛ اما اگر بر این هیولاهای سوار شده و به سوی جاهایی عمیق‌تر پیشروی کنید، اگر تا دورتر از لبه دنیا بروید، چیزی را می‌بینید که دانش ما نمی‌تواند آن را بیابد یا نامی برایش پیدا کند، بستر، اقیانوس یا زمینه‌ای که باقی چیزها بر روی آن شناور است، چیزی که به خوبی قدرت خوب بودن را می‌بخشد و به شر قدرتش برای شرارت را، یک میدان به هم پیوسته؛ این چیزی نیست جز توجه و مراقبت پیچیده و غیرقابل توضیح ما نسبت به یکدیگر.»

این شاید نکته اساسی کل این کتاب باشد. اکثر ما در سطح زندگی‌مان یک پوسته سخت می‌سازیم و این کار را برای پوشاندن ترس و عدم اطمینان و جلب تأیید دیگران و رسیدن به موفقیت انجام می‌دهیم؛ اما وقتی پایین می‌رویم و به هسته اصلی خود می‌رسیم، یک سرزمین متفاوت و کهن را پیدا می‌کنیم و در آن تمنای عمیق برای توجه و ارتباط می‌یابیم. می‌توانید این کانون عمیق خود را پلروما^۸ یا بستر بنامیم. اینجا جایی است که قلب و روح شما سکونت دارند.

یکی از دوستانم کاترین بیلی کاکس بعد از به دنیا آمدن اولین دخترش، به من گفت: «من فهمیدم که او را بیش از آن چیزی که تکامل من را ملزم داشته دوست دارم.» همیشه چنین نوع نگاهی را دوست داشته‌ام چرا که ما را متوجه لایه‌هایی عمیق‌تر می‌کند. مواردی وجود دارد که ما را به سمت لذت مادی سوق می‌دهد و نیروهای تکاملی نیز وجود دارند که ما را به سمت تولید مثل و انتقال ژن‌هایمان سوق می‌دهند. این‌ها لایه‌هایی از زندگی است که موضوع بحث اقتصاد و علوم سیاسی و روان‌شناسی تکاملی هستند؛ اما این لایه‌ها کلیسای جامع شارتریا "سرود شادی" بتهوون را توضیح نمی‌دهند. آن‌ها نلسون ماندلا را در زندان، آبراهام لینکلن را در اتاق جنگ و یا مادری که از کودک خود مراقبت می‌کند را توضیح نمی‌دهند. آن‌ها شور بی‌پایان و کمال عشق را آن‌گونه که همه ما آن را تجربه کرده‌ایم، توضیح نمی‌دهند.

آن لایه‌های عمیق‌تر همان چیزی است که وقتی در برهوت هستیم می‌خواهیم به آن برسیم. آن‌ها به مثابه فرهنگی هستند که ما را در مسیرمان به سمت کوه دومان به جلو می‌رانند.

وقتی آن سرچشمه‌های عمیق‌تر را لمس کردید، روندی را شروع کرده‌اید که در آن نفستان بنده شما خواهد بود نه اربابان. با گذشت سال‌ها، نفس شما روشی خاص پیدا کرده که به کمک آن می‌خواهد شما را به سوی به دست آوردن بیش‌ترین تأیید؛ آن‌چه هنری نوون "نفس ایده‌آل" می‌نامد، رهنمون سازد. نفس از شما می‌خواهد که زندگی خود را وقف نقشی کنید که باعث می‌شود باهوش، خوش‌چهره و تحسین‌برانگیز جلوه کنید. این احتمال وجود دارد که شما تاکنون زمان زیادی را برای انطباق یافتن با ایده‌آل نفستان صرف کرده باشید.

همان‌طور که روان‌شناس جیمز هالیس اظهار داشته «نفس شما یقین را به عدم اطمینان، قابل پیش‌بینی بودن را به غافل‌گیری و شفافیت را به ابهام ترجیح می‌دهد. نفس شما همواره می‌خواهد صدایش را به اندازه‌ای بالا ببرد که نجوای قلبتان که به سختی شنیده می‌شوند، به گوش نرسند.» لی هاردی می‌گوید نفس می‌خواهد شما شغل و زندگی‌ای را انتخاب کنید که بتوانید از آن به عنوان یک نیروی جادویی برای تحت تأثیر قرار دادن دیگران استفاده کنید.

در این سطح عمیق است که زندگی متفاوتی را حس می‌کنید، چیزی که نفستان حتی نمی‌تواند خوابش را ببیند. همان‌طور که سی. اس. لوئیس نوشت: «چیزی در شما وجود دارد که عطر و بوی یک گلی که هرگز آن را ندیده‌ایم حس می‌کند، پژواک صدایی را که نشنیده‌ایم می‌شنود و چیزهایی را از کشوری که تاکنون ندیده‌ایم می‌داند.»

اکنون ما در مرحلهٔ اول ترک علاقه هستیم؛ خود کهنه‌مان را به دور می‌اندازیم تا خود جدیدمان ظهور کند. در این مرحله است که می‌فهمید شما فردی بسیار بهتر از ایده‌آل خود هستید. در این مرحله است که واقعاً قلب و روح خود را کشف می‌کنید.

شهر کتاب (nbookcity.com)

۶: قلب و روح

چندی پیش، در یک کتاب روایتی دربارهٔ پسری می‌خواندم که به تازگی خانه‌ای خریده بود که در حیاط جلویی‌اش ساقه‌های بامبو داشت. او تصمیم گرفت که از شر آن ساقه‌ها خلاص شود، بنابراین آن‌ها را قطع کرد، سپس با تبر به جان ریشه‌ها افتاد و آن‌ها را به قطعات کوچک خرد کرد و تا جایی که در توانش بود زمین را کند تا هر آن‌چه را از ریشه‌های گیاه که دستش بدان‌ها می‌رسید از بین ببرد و سپس یک نوع سمی برای جلوگیری از رویش دوباره گیاه روی آن‌چه باقی مانده بود ریخت. او بخش حفر شده را با چند متر سنگریزه پر کرد و پس از آن برای از بین بردن هرگونه احتمالی برای رویش مجدد بامبوها، روی آن را با سیمان پوشاند. دو سال بعد، او متوجه چیزی شد؛ یک شاخه بامبوی سبز کوچک از وسط سطح سیمانی حیاط بالا آمده بود. سد کردن راه آن بامبو غیرممکن بود، انگار نتوانسته بود جلوی فشار رشد خود و حرکت به سمت بالا را بگیرد.

ما در درون خودمان چیزی شبیه به آن بامبو داریم. این میل ماست. ما غالباً از فرهنگمان می‌آموزیم که در درجهٔ اول موجودی متفکر هستیم؛ انسان هوش‌مند. گاهی اوقات موسسات و شرکت‌هایی که در آن کار می‌کنیم با ما به‌عنوان چیزی جز مغزهایی تحلیل‌گر رفتار نمی‌کنند؛ اما هنگامی که در دره هستیم، به یک دیدگاه حقیقی‌تر و عمیق‌تر در این باره می‌رسیم که واقعاً چه کسی هستیم و حقیقتاً به چه چیزهایی احتیاج داریم. وقتی در دره هستیم، دیدگاه ما دربارهٔ آن‌چه در زندگی مهم است تغییر می‌کند. متوجه می‌شویم که مغز استدلال‌گر ما در حقیقت سومین بخش مهم آگاهی‌مان است. اولین و مهم‌ترین قسمت قلب خواننده است.

همان‌طور که جیمز کی. اسمیت، محقق آگوستینی می‌نویسد: «انسان بودن به معنی در حرکت بودن و دنبال چیزی بودن است. ما مانند کوسه‌هایی هستیم که وجودمان به شنا کردنمان بستگی دارد. اگر حرکت نکنیم می‌میریم.» بخشی در عمق وجودمان هست که آرزوها از آن‌جا جاری می‌شود. ما بر اساس آن‌چه اشتیاقش را داریم تعریف می‌کنیم، نه آن‌چه می‌دانیم.

به بچه‌هایی که در یک نمایش در مدرسه بازی می‌کنند نگاه کنید؛ با تمام وجودشان آواز می‌خوانند، به بهترین شکل ممکن می‌رقصند و به شدت تمرکز می‌کنند تا نقششان را درست ایفا کنند. چیزی در آن‌ها وجود دارد که آن‌ها را به تحرک وادار می‌دارد، رؤیای ستاره بودن، انگیزهٔ خشنود کردن معلم یا ایجاد تغییر در جهان یا خیلی ساده، عالی بودن. ممکن است دنیا هر کاری از دستش برمی‌آید انجام دهد تا روی آرزوهای شما را با سیمان بپوشاند اما شاخه‌های بامبو سرسختانه راه

خود را به سمت بالا باز می‌کنند و لایهٔ سیمانی را می‌شکافند. بزرگ‌ترهای بی‌رحم و روابط درهم‌شکسته تمام تلاش خود را برای شکستن شاخه‌های سبز انجام می‌دهند، مدارس کسل‌کننده سعی در از بین بردن علاقه و اشتیاق آن‌ها دارند، فقر تلاش می‌کند آن‌ها را گرسنه نگه دارد، اما اگر به بچه‌ها حتی در سخت‌ترین شرایط نگاه کنید، نه بار از ده بار، شاخهٔ سبز باز هم راهش را پیدا می‌کند و بیرون می‌آید، رویا می‌بیند، آرزو می‌کند و به سمت بالا رشد می‌کند.

احساسات ما را راهنمایی می‌کنند. احساسات ما برای چیزهای گوناگون ارزش قائل هستند و به ما می‌گویند چه چیزی ارزش خواستن را دارد. احساسات در جایگاه متضاد عقل و منطق نیستند؛ آن‌ها پایه و اساس عقل هستند و غالباً نوعی از خرد در خود دارند که مغز تحلیلی نمی‌تواند به آن دست یابد. آرزوی غایی قلب -عشقی که در پس همهٔ عشق‌های دیگر پنهان است- میل به گم کردن خویش در چیزی یا شخصی است. فکرش را بکنید؛ تقریباً هر فیلمی که تاکنون دیده‌اید دربارهٔ کسی است که این احساس شدید ادغام شدن با چیزی را تجربه می‌کند و خود را به چیزی واگذار می‌کند؛ یک مأموریت، یک هدف، یک خانواده، یک ملت یا یک محبوب. برای مثال در فیلم کازابلانکا، قهرمان داستان ریک، دور قلبش را با حصاری پوشانده است؛ اما عشق آن را دوباره زنده می‌کند. در پایان او دوباره یک فرد کامل، متعهد و سرشار از حس و وظیفه و آرزو است.

میل غایی ما تمایل به آمیخته شدن با یک دیگری محبوب است، برای برقراری پیوند من با تو، تسلیم کامل تمام وجودمان، اتحاد ناب و صمیمیتی در فراسوی ترس. لوئیس دبرنیه در رمان خود ماندولین کاپیتان کورلی، این آخرین و بهترین ایستگاه در سفر قلب را توصیف می‌کند. یک پیرمرد دربارهٔ عشق خود به همسر درگذشته‌اش با دخترش صحبت می‌کند. او به دختر می‌گوید، «عشق خود همان چیزی است که وقتی حس عاشق بودن از ما رخت برمی‌بندد بر جای می‌ماند و این هم‌زمان یک هنر و یک تصادف ناشی از خوش شانسی است. من و مادرت آن را داشتیم، ریشه‌هایی داشتیم که زیر زمین به سمت یکدیگر رشد می‌کردند و وقتی همهٔ شکوفه‌های زیبا از شاخه‌های ما افتاد، فهمیدیم که ما یک درخت هستیم و نه دو تا.»

این قلبی است که کامیاب شده است.

روح

بخش مهم دیگر خودآگاهی، روح است. نمی‌خواهم اینجا بگویم که به خدا ایمان داشته باشید یا به خدا ایمان نداشته باشید. من یک نویسنده هستم، نه مبلغ. این کار من نیست اما از شما می‌خواهم که باور کنید که روح دارید. بخشی از خودآگاه شما وجود دارد که هیچ شکل، اندازه، وزن و رنگی ندارد. این تکه‌ای از وجود شما است که از ارزش و کرامت نامتناهی برخوردار است. کرامت این بخش با بالا رفتن سن افزایش یا کاهش نمی‌یابد. بسته به جنه و قدرت شما بزرگ‌تر یا کوچک‌تر نمی‌شود. افراد ثروتمند و موفق لزوماً کم‌تر و یا بیش‌تر از افراد فقیر یا کم‌تر موفق، از آن برخوردار نیستند.

روح بخشی از آگاهی شما است که از ارزش اخلاقی برخوردار است و مسئولیتی اخلاقی را نیز با خود به همراه دارد. یک رودخانه از نظر اخلاقی مسئولیت نحوه جریان خود را ندارد و یک ببر از نظر اخلاقی مسئول آن‌چه می‌خورد نیست؛ اما از آن‌جا که شما روح دارید، از نظر اخلاقی مسئولیت آن‌چه انجام می‌دهید یا انجام نمی‌دهید، با شماست. از آن‌جا که شما چنین روحی را در درون خود دارید، همان‌طور که جرالده کی‌هریسون فیلسوف بیان کرده است اعمال شما یا قابل ستایش است یا قابل سرزنش. از آن‌جا که این بخش اخلاقی را در خود دارید، به خاطر افکاری که در سر دارید و کارهایی که انجام می‌دهید، مورد قضاوت قرار می‌گیرید.

با توجه به این که هر شخص یک روح دارد، هر فردی خواهان احترام و حسن نیت دیگران است. از آن‌جا که هر شخص یک روح دارد، وقتی به آن منبع کرامت اهانت می‌شود، نادیده گرفته می‌شود یا فراموش می‌شود، به درستی از جا در می‌رود. برده‌داری اشتباه است زیرا به کرامت اساسی روح یک انسان توهین می‌کند. تجاوز فقط حمله به مجموعه‌ای از مولکول‌های جسمی نیست. توهینی به روح انسان است، مانند دشنام است. فیلسوف راجر اسکروتون می‌گوید: «دشنام، هر چیزی است که روح شخص دیگری را می‌پوشاند.»

روح بستر آگاهی اخلاقی و احساس اخلاقی شماست. همان‌طور که سی‌اس لوئیس عنوان می‌کند، کشوری در دنیا وجود ندارد که در آن آدم‌ها به‌خاطر فرار از میدان نبرد، یا برای نارو زدن به افرادی که در حق آن‌ها محبت کرده بودند، تحسین شوند. به نظر می‌رسد که این احساسات اخلاقی موجب نوعی جهت‌گیری در ما و هدایت ما می‌شوند همان‌طور که سایر حیوانات به وسیله میدان مغناطیسی هدایت می‌شوند. آن‌ها در طبیعت ما تعییبه شده‌اند. امانوئل کانت نوشت: «دو چیز

است هرچه بیشتر و به طور مداوم‌تر به آن‌ها می‌اندیشیم ذهن ما را با تحسین و هیجان تازه و فزاینده پر می‌کند؛ آسمان‌های پرستاره در بالای سرمان و قوانین اخلاقی در درونمان.»

بیش‌تر اوقات، آن‌چه روح انجام می‌دهد، بر مبنای شوق و تمنای ماست. اگر قلب عجین شدن با فردی دیگر یا تحقق یک آرمان را آرزو کند، روح درست‌کاری را تمنا می‌کند تا با خوبی‌ها عجین شود. سقراط گفت: «هدف زندگی کمال روح ماست؛ تحقق آن خوبی‌ای که روح آرزوی آن را دارد.» هرکسی که تاکنون ملاقات کرده‌ام می‌خواهد زندگی خوب و معناداری را طی کند. مردم وقتی هدف و معنایی را در زندگی خود تجربه نمی‌کنند احساس کمبود می‌کنند. حتی مجرمان و جامعه‌ستیزها به توجیهاتی توسل می‌جویند تا توضیح دهند که چرا کارهای بدی که انجام داده‌اند در واقع خوب یا حداقل از سر ناچاری بوده‌اند زیرا هیچ‌کس نمی‌تواند با این عقیده زندگی کند که کاملاً بد است.

از آن‌جا که همه ما روح داریم، همه ما درگیر یک درام اخلاقی هستیم که ممکن است در هر لحظه خاص نسبت به آن آگاهی کم‌تر یا بیش‌تری داشته باشیم. وقتی کار خوبی انجام می‌دهیم، احساس تعالی می‌کنیم و وقتی کار بدی انجام می‌دهیم، شروع به توجیهات اخلاقی می‌کنیم. جان اشتاین‌بک آن را به زیبایی در کتابش شرق بهشت آورده است:

انسان‌ها در زندگی، در افکار خود، در تمناها و جاه‌طلبی‌هایشان، در خصومت و ظلم خود و در محبت و سخاوت خود نیز گرفتار آمده‌اند. در شبکه‌ای از خیر و شر. من فکر می‌کنم این تنها داستانی است که ما با آن مواجهیم و این در تمام سطوح احساس و شعور برای انسان‌ها رخ می‌دهد. فضیلت و رذیلت، اولین تار و پود آگاهی ما بوده‌اند و آن‌ها پارچه آخرین بارقه از خودآگاهی ما نیز خواهند بود... انسان پس از این که گرد و غبار و تراشه‌های زندگی خود را از تنش زدود، فقط تنها سؤالاتی سخت و شفاف از خود به جا می‌گذارد؛ آیا خوب بود یا شر؟ آیا من نیکی کردم یا شرارت به خرج دادم؟

اگر به تاریخ جهان یا وقایع جاری نگاه کنید، می‌بینید که چطور وقایع گوناگون با چه فراوانی‌ای بر مبنای احساس نیاز ما به توجیه اخلاقی، نیاز ما به احساس عدالت و ارائه مراقبت و متأسفانه نیاز ما برای تعیین گناه و احساس اخلاقی برتر اتفاق افتاده‌اند. انگیزه‌های اخلاقی برای ما به روشنی چیزهایی را توضیح می‌دهند که جز خوبی نیستند اما هنگامی که با تمایل به احساس برتر بودن وارونه می‌شوند، جز شر به بار نمی‌آورند.

نکته عجیب در روح این است که اگرچه قدرت مند و مقاوم است اما عزلت گزین و گوشه نشین هم هست. می‌توانید سال‌ها به مسیرتان ادامه بدهید بدون این‌که واقعاً نیروی تمنای آن را احساس کنید. از لذت‌های زندگی لذت می‌برید و حرفه خود را می‌سازید. شگفت‌انگیز است که هر سال ممکن است چندین بار ناراحت شوید، درحالی‌که روح شما جایی در دوردست است.

اما سرانجام شما را شکار می‌کند. به این ترتیب روح مانند یک پلنگ انزواطلب است که در جایی از کوهستان پوشیده از جنگل زندگی می‌کند. ممکن است او را برای مدتی طولانی فراموش کنید. مشغول فعالیت‌های عادی و روزمره زندگی هستید و پلنگ در کوه‌ها بالا و پایین می‌رود؛ اما هرازچندگاه از گوشه چشم خود، پلنگ را در دوردست می‌بینید که شما را از لابلای تنه‌های درختان دنبال می‌کند.

لحظاتی گذرا وجود دارند که شما به طرزی مبهم یا حتی گریزناپذیر حضور او را احساس می‌کنید. چنین چیزی می‌تواند به طرز آزاردهنده‌ای اتفاق بیفتد، درست وسط یکی از آن شب‌هایی که بی‌خوابی به سراغتان می‌آید، وقتی افکارتان ذهنتان را مشغول می‌کنند، آن‌گونه که یک شاعر می‌گوید، مانند کشویی پر از چاقو. در روح شما مشکلی هست که شما را بیدار نگه می‌دارد.

این پلنگ می‌تواند در یکی از آن لحظات خارق‌العاده‌ای که مشغول دیدار دوستان یا خانواده هستید به سراغتان بیاید؛ مثلاً وقتی در یک روز عالی تابستانی سر یک میز پیک نیک به چهره خندان فرزندان خود نگاه می‌کنید و وجودتان لبریز از حس رضایت است. در آن لحظه‌ها، احساس می‌کنید که بخت یارتان بوده که چنین خوشبختی فراتر از لیاقتان نصیبتان شده و روحتان انگار از شادی لبریز شده است.

و سپس لحظاتی وجود دارد، شاید بیشتر در دوران میان‌سالی یا پیری که پلنگ از تپه‌ها پایین می‌آید و به سادگی در وسط چهارچوب درِ اتاقتان می‌نشیند. او به شکلی گریزناپذیر به شما خیره می‌شود و توجیه شما را طلب می‌کند. چه عمل نیکی انجام داده‌اید؟ برای چه آمده‌اید؟ چه نوع آدمی شده‌اید؟ در آن لحظه هیچ بهانه‌ای وجود ندارد. همه باید نقاب از چهره‌شان بردارند.

سقوط خجسته

در دره اگر خوش شانس باشید، یاد می‌گیرید که تمامیت خود به‌عنوان یک فرد را ببینید. می‌آموزید که شما فقط یک مغز و مجموعه‌ای از مهارت‌ها و استعدادها برای تحت‌تأثیر قرار دادن جهان نیستید، بلکه یک قلب و روح هستید. اساساً در درجه‌اول قلب و روح هستید. اکنون همه کارهایی که برای باقی عمر خود انجام می‌دهید گواهی بر این واقعیت است.

وقتی از آدم‌ها می‌پرسید چه تجربه‌ای باعث شده است که آن‌ها شخصی که حالا هستند باشند، هرگز نمی‌گویند؛ «حقیقتاً من یک احمق سطحی و خودخواه بودم تا این‌که به آن تعطیلات شگفت‌انگیز در هاوایی رفتم.» نه آدم‌ها معمولاً در پاسخ به چنین پرسشی از لحظات دشواری و مبارزه‌شان سخن می‌گویند. روزنامه‌نگار بریتانیایی، مالکوم ماگریچ، این را بی‌پرده، شاید کمی بیش‌ازحد بی‌پرده بیان کرد: «می‌توانم با صداقت کامل بگویم که هر آن‌چه در این ۷۵ سال در این دنیا آموختم، هر آن‌چه واقعاً وجود من را ارتقا داده و روشن کرده است، از طریق رنج و مصیبت بوده است، نه از طریق شادی. چه رنج و مصیبت‌هایی که خود به دنبال آن‌ها رفتم چه آن‌هایی که به سرم آمده است.»

دلیل این که تغییر و تحول در آدم‌ها در دره رخ می‌دهد این است که چیزی که تا به حال سودمند و دلپذیر بوده است باید بمیرد. این چیز خود نفس است، شیوه چشم‌گیر و عقلانی‌ای که ما در کوه اول برای چگونه زیستنمان ساخته‌ایم. آدم‌ها این نفس را پرورش می‌دهند تا بتوانند کارهایی را که در کوه اول با آن مواجه‌اند انجام دهند؛ سرسختانه راه خود را در جهان باز کنند، شغلی به‌دست بیاورند، نشانی از خود بر جای بگذارند و هویتی برای خود بسازند؛ اما یک خود عمیق‌تر جایی در آن زیر وجود دارد که دیده نمی‌شود مگر این‌که آن نفس اولیه از بین برود.

برای ناتانائیل هائورن یک بیماری جدی و رودررو شدن با مرگ بود که او را از نفس ایده‌آلش بیرون آورد. وی نوشته است: «بیماری من هم‌چون خیابانی میان دو شکل از وجود بوده است. دالانی کوتاه و تنگ و تاریک که از طریق آن من از زندگی متعارف قدیمی خود، چهار دست و پا خزیدم و به جایی آزادتر که در فراسوی آن دالان بود رسیدم. از این نظر این چیزی شبیه به مرگ بود و مانند مرگ، خوب بود که آن را پشت سر گذاشتم. در غیر این‌صورت نمی‌توانستم خودم را از هزاران نابخردی، خرده‌ریزهای بی‌ارزش، تعصبات، عادت‌ها و دیگر گرد و غبارهای دنیوی خلاص کنم.»

پس از کنار گذاشتن نفس قدیمی، قلب و روح فضای لازم را برای در اختیار گرفتن زمام امور دارند.

خواسته‌های قدیمی به دور ریخته می‌شود و خواسته‌های بزرگ‌تر شکل می‌گیرد. روان‌شناس بالینی، دافنه دو مارنوف، می‌گوید: «این جنبش به شکلی درونی عمیق می‌شود و به سمت بیرون گسترش می‌یابد.» و سپس طبق گفته ریلکه شاعر؛ «این آگاهی در من ایجاد می‌شود که من در درونم فضایی برای یک زندگی دوم دارم، یک زندگی فناپذیر و بزرگ‌تر.»

وقتی این کنار گذاردن خود نفسانی و ظهور قلب و روح اتفاق افتاد، آدم‌ها آماده شروع صعود به کوه دوم هستند. فقط این که آن‌ها آن را صعودی دیگر توصیف نمی‌کنند بلکه اغلب آن را یک سقوط می‌دانند. آن‌ها چیزی را رها کرده‌اند و در حال سقوط از درون خودشان هستند. بیش‌تر ما به یک زمین‌لرزه احتیاج داریم تا ما را به آن سقوط خجسته و دلپذیر سوق دهد. اکنون وظیفه ما این است که در برابر چیزهایی حتی بزرگ‌تر از این شکست بخوریم، این است که به زندگی اعتماد کنیم و تسلیم ندهایی شویم که ما را به خود می‌خوانند و راه را به ما نشان می‌دهند.

لازم نیست همه چیز تحت کنترلتان باشد. لازم نیست جهان را تحت تأثیر قرار دهید. شما مهارت خود را در کوه اول و خردی که در دره کسب کرده‌اید به دست آورده‌اید و اکنون زمان ریسک بزرگ است. کارل بارت، دانشمند الهیات می‌نویسد: «پیش‌تر کاشت انجام پذیرفته و اکنون زمان درو کردن است. فرار صورت گرفته، اکنون زمان جهش است. آماده‌سازی‌ها انجام شده و اکنون زمان بالازدن آستین برای انجام خود کار است.»

در سال ۱۸۴۹ فتودور داستایوفسکی جوان سقوط به دره و شروع بهبود از آن وضعیت را در یک لحظه واحد تجربه کرد. وی با گروهی دیگر از انقلابیون در سن پترزبورگ زندانی و به مجازات مرگ محکوم شده بود. مردان در کفن‌های خود به میدان اعدام پا گذاشتند. جوخه آتش جمع شد و طبل‌ها نواختند. تنها چند ثانیه با مرگ فاصله بود. سپس در آن لحظه، با نقشه‌ای از پیش تنظیم شده، یک پیام‌رسان سوار بر اسب وارد شد. مقرر شده بود که اعدامی‌ها با نمایشی از رحم و مروت تزار نجات یابند؛ اما احکام دیگر هم چون اعمال شاقه بر جای ماند.

یکی از مردان زیر گریه زد و فریاد سر داد: «زنده باد تزار!» دیگری دیوانه شد. داستایوفسکی به سلول خود بازگردانده شد و ناگهان شادی تمام وجودش را فرا گرفت. وی بعداً نوشت: «هرگز نمی‌توانم روزی را به یاد بیاورم که به اندازه آن روز خوشحال شده باشم. مدام در سلول خودم به این طرف و آن طرف می‌رفتم... و تمام وقت آواز می‌خواندم، با تمام توانم آواز سر داده بودم و بسیار خوشحال بودم که به زندگی من بازگردانده شد!»

او بلافاصله نامه‌ای به برادرش نوشت: «و فقط در آن زمان فهمیدم که چقدر تو را دوست دارم برادر عزیزم!» تمام سؤالات کوچکی که برای او ایجاد نگرانی می‌کرد، از بین رفت. «وقتی به گذشته خود نگاه می‌کنم و فکر می‌کنم چقدر از وقتم را سر هیچ و پوچ تلف کردم، چه زمان‌های طولانی‌ای را در بیهودگی‌ها، خطاها، تنبلی‌ها و ناتوانی در زندگی‌ام از دست داده‌ام. این که چقدر اندک قدردان بوده‌ام، چند بار در پیش‌گاه قلب و روح مرتکب گناه شدم، دلم پراز خون می‌شود.»

او احساس می‌کرد که زندگی‌اش دوباره آغاز می‌شود: «هرگز مانند حالا چنین احساسی از چنین زندگی معنوی سالم و سرشاری در من وجود نداشته است... اکنون زندگی من دگرگون خواهد شد. من دوباره به شکلی جدید متولد می‌شوم... زندگی یک هدیه است. زندگی شادی است، هر دقیقه می‌تواند سعادت ابدی باشد. زندگی در همه‌جا هست، زندگی در درون ماست نه در بیرون از ما.»

برای بیش‌تر ما این‌طور نیست که در برابر یک جوخه آتش قرار بگیریم و بعد عفو شویم. بیش‌تر ما درسی را که داستایوفسکی ناگهان دریافته به تدریج و طی دورانی طولانی از رنج و درد و اغلب در برهوت آموخته‌ایم. درس این است که چیزهایی که فکر می‌کردیم از همه مهم‌تر است - موفقیت، تأیید دیگران، هوش - در واقع از اهمیتی کم‌تر برخوردار هستند و چیزهایی که ما آن‌ها را کم‌ارزش دانسته‌ایم - مانند قلب و روح - در واقع مهم‌ترین هستند.

شاید بعضی از ما این درس‌ها را در حالی فرا گیریم که موفقیتی را پس از موفقیت دیگر تجربه می‌کنیم یا اینکه همواره از عشق و علاقه دیگران بهره‌مندیم؛ اما برای اکثر ما این روند متفاوت است؛ ما فصلی در زندگی داریم که در آن چیزهای سطحی زندگی را تعقیب می‌کنیم، ناکام می‌شویم. سپس سختی‌ها فرا می‌رسد و قلب و روح را آشکار و عیان در معرض دیدمان قرار می‌دهد. قلب و روح به ما یاد می‌دهند که نمی‌توانیم آن‌چه را که بیش‌تر می‌خواهیم به خودمان بدهیم. احساس رضایت و شادی در سمت بعیدی از خدمت قرار گرفته‌اند. فقط در این صورت واقعاً قادر به عشق ورزیدن هستیم. و فقط در این صورت می‌توانیم سفر دوم را شروع کنیم.

۷: زندگی متعهدانه

فردی که صعودش را به دومین کوه آغاز می‌کند، در حقیقت در سکوت بر علیه فرهنگ "آزاد هستم که خودم باشم" شورش می‌کند، فرهنگی که هنوز مشخصه غالب عصر ماست. حتماً به یاد دارید که این فرهنگ فردگرایی، خود شورشی علیه انطباق سخت‌گیرانه دهه ۵۰ بود. اخلاقیات کوه دوم در حکم شورشی علیه آن شورش است.

فردگرایی می‌گوید: خوشبختی شخصی را هدف بگیرید اما آدم کوه دوم می‌گوید نه من معنا و مفهوم شادی اخلاقی را به عنوان هدف قرار می‌دهم.

فردگرایی می‌گوید: استقلال را ارج بنهید، اما قهرمان کوه دوم می‌گوید من وابستگی متقابل را ارج می‌نهم. من این شانس را می‌یابم که به کسانی که به آن‌ها اهمیت می‌دهم و به من وابسته می‌شوند، وابسته شوم.

فردگرایی استقلال را ارزشمند می‌شمارد، کوه دوم رابطه را تقدیس می‌کند. فردگرایی با طنین صدایی فعالانه سخن می‌گوید- سخنرانی، قبول مسئولیت- و نه با آوایی منفعلانه؛ اما شورش‌گر کوه دوم به دنبال گوش دادن و پاسخ است و با با نوایی صمیمانه یک ارتباط متقابل برقرار می‌کند.

فردگرایی در دنیای کسل‌کننده امروز، دنیای انتخاب‌های شغلی و موفقیت‌های دنیوی دست بالا را دارد. اخلاق کوه دوم می‌گوید: نه این یک دنیای پر از افسون است، یک درام اخلاقی و عاطفی.

فردگرایی منافع شخصی را می‌پذیرد. اخلاق کوه دوم می‌گوید: جهان‌بینی‌ای که تنها بر نفع شخصی متمرکز است، توان و ظرفیت کامل انسان را آزاد نمی‌سازد. ما قادر به انجام اعمال بزرگی هستیم که از عشق نشئت می‌گیرند و امیال شخصی حتی توان درک آن‌ها را هم ندارند و نیز می‌توانیم اعمال جنایتکارانه و ظالمانه‌ای را انجام دهیم که منافع شخصی نمی‌تواند آن‌ها را توضیح دهد. فردگرایی می‌گوید: عمده‌ترین فعالیت‌های زندگی انواعی از خرید و فروش است؛ اما شما می‌گویید: نه فعالیت اصلی زندگی، بخشیدن است. انسان در متعالی‌ترین حالت خویش، هدیه‌دهنده موهبت‌های گوناگون به دیگران است.

فردگرایی می‌گوید: قبل از این که دیگران را دوست داشته باشید باید خود را دوست داشته باشید؛ اما اخلاقیات کوه دوم می‌گوید، شما باید اول عاشق شوید تا بتوانید عشق را درک کنید و باید جداً

خودتان را دوست داشته باشید تا دیگران را دوست داشته باشید و بدانید که شایسته عشق هستید. در کوه اول، فرد دست به انتخاب‌های فردی می‌زند و گزینه‌های متعدد را برای خود محفوظ نگه می‌دارد. کوه دوم، وادی قول دادن است. این جا جایی است که در آن متعهد می‌شویم، خود را به چیزی گره می‌زنیم و خود را رها می‌سازیم. این جا موضوع تسلیم خود و ایجاد نوعی از تعهد است.

همان‌طور که در مقدمه اشاره کردم، اکثر ما در طول زندگی زیر بار چهار تعهد بزرگ می‌رویم: تعهد به یک حرفه یا رسالت، تعهد به همسر و خانواده، تعهد به یک فلسفه یا دین و تعهد به یک جامعه. ما به این تعهدات به‌عنوان چیزهایی متفاوت از یکدیگر فکر می‌کنیم. انتخاب ازدواج با انتخاب یک فلسفه یا یک اجتماع متفاوت به نظر می‌رسد. فقط یکی از این انواع تعهد، یعنی ازدواج واقعاً شامل یک مراسم رسمی است که در آن طرفین صریحاً تعهد خویش را نسبت به این امر می‌پذیرند و بر زبان می‌آورند؛ اما روند قبول تعهد در هر چهار قلمرو مشابه است. در همه آن‌ها نیاز به سوگندی برای وقف کردن خویش، صرف وقت و تلاش، تمایل به حذف گزینه‌های دیگر و جرئت یک پرش بلند به مسیری تازه با شیبی ظاهراً تندتر و راهی پردست‌اندازتر نیاز است.

متعهد شدن چگونه اتفاق می‌افتد؟ این پدیده با اندکی حرکت در قلب و روح آغاز می‌شود. شما عاشق چیزی می‌شوید - یک شخص یا یک آرمان یا یک اندیشه - و اگر آن عشق به اندازه کافی عمیق باشد، تصمیم می‌گیرید بخش قابل توجهی از زندگی خود را به آن اختصاص دهید.

در مورد اکثر ما این عشق آرام آرام در وجودمان رخنه می‌کند. فهمیدن این که آیا آن شخص یا آرمان ارزش آن همه وفاداری، توجه و شوری را که تعهد با خود می‌آورد دارد یا خیر، زمان می‌برد. ما دروازه‌هایی را در اطراف قلب خود بنا می‌کنیم و در هر زمان اجازه ورود افراد یا آرمان‌هایی خاص را به این سوی دروازه می‌دهیم. اگر عشقی طولانی‌مدت را به دانشگاه، اردوگاه دوران خدمت نظامی‌تان و یا زادگاه خود در خودتان حفظ کرده‌اید، احتمالاً مجبور شده‌اید برای مدتی در آن شرایط زندگی کنید که در طی آن این فضاها در وجودتان ریشه دوانده‌اند و عشقی عمیق و دائمی در شما نسبت به آن‌ها به وجود آمده باشد.

در چند باری که من عاشق فردی دیگر شدم، هر بار این اتفاق پس از یک دوره طولانی رابطه دوستی غیررمانتیک اتفاق افتاده است. شاید به همین دلیل، من شیفته مواردی هستم که یک نفر در یک لحظه کوتاه در دام عشق می‌افتد. در سال ۱۲۷۴ در فلورانس، دانه جوان دختر جوانی به

نام بناتریس را دید و در یک چشم به هم زدن شیفته او شد. او توصیفی جالب و تقریباً آناتومیکی از شخصی که تسلیم عشق می شود، ارائه می دهد:

آن روحی که در مخفی ترین نهان خانه های قلب می زیسته شروع به لرزشی شدید کرد به طوری که عذاب ناشی از آن را در خفیف ترین تپش هایم حس می کردم و بعد با همان لرزش به من گفت: «زنهار که خدایی قدرت مندتر از من هست که می آید و بر من حاکم خواهد شد.» در آن لحظه، روح ذاتی من، آن چیزی که در عالی ترین جایگاه وجودم زندگی می کند و تمامی حواسم قوه درک خود را از او می گیرند، به تعجبی عمیق فرو رفت و به ویژه این کلام را خطاب به روح بینایی گفت: «آنک برکت و خجستگی ات بر تو پدیدار می شود.» در آن لحظه روح ذاتی ام که در جایگاهی سکنی دارد که تمام وجودم از آن تغذیه می گردد، شروع به گریستن کرد و گریه کنان این سخنان را گفت: «آه از بخت آشفته من، از این پس چه بسیار خواهد بود اندوه من.»

دانته عشق را دید و فوراً تسخیر شد و بی درنگ دانست که این شور تازه حاکم بر وجودش چه مشکلی برایش ایجاد می کند؛ اما با این وجود عشق او ادامه یافت؛ و این می تواند در عشق به یک شخص بلکه با عشق به یک هدف و آرمان سیاسی یا یک ایده یا یک خدا اتفاق بیفتد. عشق همه چیز را به شکلی غیرمنتظره و ناخوشایند تغییر می دهد.

وقتی که قلب انسان عاشق شد و آن عشق را تصدیق کرد، آن گاه روح فشاری عظیم را برای ایجاد یک تعهد احساس می کند. به محض هجوم عشق، حسی از اضطراب در ما به وجود می آید که ما را وادار می کند بگوییم: «من همیشه تو را دوست خواهم داشت.» این به این دلیل است که ذات عشق فداکاری و وقف کردن خویشتن است. همان طور که دبتریش و آلیس فون هیلدبراند یک بار نوشتند: «مردی که می گوید: «من حالا تو را دوست دارم، اما نمی توانم بگویم که این احساس چقدر دوام خواهد داشت.» واقعاً عاشق نیست. او حتی ماهیت عشق را درک نمی کند.

وفاداری آن قدر به طور اساسی با عشق یکی است که هر کس، حداقل تا زمانی که کسی را دوست دارد، باید حس سرسپردگی و تعلق خود را به مثابه یک حس نامیرا و همیشگی فرض کند. چنین طرز تلقی ای برای هر گونه ای از عشق خوب است، برای عشق والدین به فرزندان و عشق بین اعضا خانواده، برای دوستی ها و برای عشق به همسر. هر چه یک عشق عمیق تر باشد، بیش تر تحت تأثیر وفاداری قرار می گیرد.»

تعهد قولی است که از سر عشق داده می‌شود. تعهد در حکم قول دادن به چیزی از روی محبت محض است بدون آن که انتظاری برای بازگرداندن آن محبت وجود داشته باشد. ممکن است در یک ازدواج خوب یا در وفاداری از یک هدف سیاسی یا در ساختن یک قطعه موسیقی نوعی پاسخ عاطفی و احساسی مناسب از این تعهد دریافت شود اما این که کسی این کارها را انجام می‌دهد یا چنین تعهدی به آن‌ها دارد ناشی از دریافت چنین پاسخی نیست. اگر یک زن و شوهر واقعاً عاشق یکدیگر هستند و آن‌ها را به کناری می‌کشید و به آن‌ها می‌گویید که این عشق شاید معنایی نداشته باشد و باید آن را رها کنند، مطمئناً موفق نخواهید شد آن‌ها را به چنین چیزی ترغیب کنید. آن‌ها حتی ممکن است ترجیح دهند در کنار هم مدام در حال جنگ و دعوا با یکدیگر باشند تا این که در تنهایی در آرامش باشند.

در یک تعهد عمیق چیزی وجود دارد که تقریباً احساسی غیرارادی با خود دارد. این زمانی اتفاق می‌افتد که یک فرد یا آرمان یا یک حوزه پژوهشی به بخشی از هویت شما تبدیل شود. این جا شما به وضعیت منفی در منفی می‌رسید. «من نمی‌توانم این کار را انجام ندهم.» این درست همان جایی است که ناگهان به خود می‌آیید و می‌گویید من یک نوازنده هستم، من یهودی هستم، من یک دانش‌مند هستم، من یک تکاور دریایی هستم، من یک آمریکایی هستم، من او را دوست دارم، من محبوب او هستم.»

از این نظر، تعهد با یک قرارداد تفاوت دارد. فردی که در حال عقد یک قرارداد است، جوانب مثبت و منفی را در نظر می‌گیرد و محاسبه می‌کند. شخصی که وارد یک قرارداد می‌شود حقیقتاً دچار تغییر نمی‌شود. او فقط به شکلی جدید خود را بازآرایی می‌کند که متناسب با علایق فعلی او باشد. از طرف دیگر تعهد شما را تغییر می‌دهد یا به عبارت بهتر مشخص می‌کند که در یک رابطه جدید چگونه فردی باشید. شما صرفاً یک مرد یا زن نیستید، شما زن و شوهر هستید. شما فقط یک بزرگ‌سال نیستید؛ شما معلم یا پرستار هستید. خاخام جاناتان ساکس این تفاوت را این چنین روشن می‌کند: «قرارداد یک تراکنش است. عهد و میثاق اما یک رابطه است. یا به عبارت دیگر قرارداد به منافع مربوط می‌شود. میثاق به هویت مربوط می‌شود. این در مورد شما و من است که برای تشکیل یک "ما" جمع می‌شویم. به همین دلیل قراردادهای سود می‌برند، اما میثاق‌ها دگرگون می‌کنند.»

فرد متعهد حرف خود را و پاره‌ای از خودش را در اختیار شخص دیگری قرار می‌دهد. کلمه

commitment به معنی "تعهد" از واژه لاتین mittere گرفته شده است که به معنای "فرستادن" است. او خودش را به بیرون می‌فرستد و به شخصی دیگر چیزی می‌دهد که می‌تواند ادعای آن را داشته باشد. او در حال خلق موجودی عالی‌تر است. وقتی به یک زندگی مشترک وارد می‌شوید، هنوز دارایی شما متعلق به شماست اما دیگر فقط مال شما نیست. متعلق به همسر شما هم هست یا به عبارت صحیح‌تر متعلق به پیوندی است که شما هر دو ایجاد کرده‌اید؛ یک چیز جدید در سطحی بالاتر.

این تعریف پرشور، سرشار از عشق و تغییردهنده هویت از یک تعهد، درست است اما تمام حقیقت نیست. یک تعهد فقط عشق و یک قول نیست. این عشق و وعده‌ای است که در چارچوب قانون قرار می‌گیرد. در تحقق یک تعهد، هر یک از طرفین بی‌ثباتی احساسات را درک می‌کنند، بنابراین خود آینده‌شان را به وظایفی خاص پیوند می‌زنند. همسرها یکدیگر را دوست دارند اما خود را با تعهدی قانونی، عمومی و غالباً مذهبی پیوند می‌دهند تا انتخاب‌های آینده خود را برای مواقعی که روی اعصاب یکدیگر می‌روند محدود کنند. افراد کنجکاو و علاقه‌مند به یادگیری می‌توانند صرفاً کتاب بخوانند اما بسیاری از آن‌ها در دانشگاه‌ها هم ثبت نام می‌کنند تا مطمئن شوند که حداقل برای چند سال در آینده تحت نظارت یک دوره تحصیلی قرار می‌گیرند. افراد معنویت‌گرا می‌توانند به شکلی تعالی را تجربه کنند اما این را می‌دانند که برای بیش‌تر مردم معنویت فقط در صورتی دوام و تعمیق می‌یابد که در قالب جامعه‌ای دیوانه‌وار بنام دین نهادینه شده تجربه شود. ادیان عشق به خداوند را در قالب تعطیلات مذهبی، داستان‌ها، آداب و رسوم و آیین‌ها جای می‌دهند و آن‌ها را به چیزی استوار و ماندگار تبدیل می‌کنند. همان‌طور که یک بار خاخام دیوید وولپ نوشت: «معنویت یک امر احساسی است. دین یک وظیفه است. معنویت تسکین می‌دهد. دین بسیج می‌کند. معنویت از خودش راضی است. دین از دنیا ناراضی است.»

بنابراین، کامل‌ترین تعریف از یک تعهد این است: عاشق چیزی شدن و سپس ایجاد یک ساختار رفتاری در اطراف آن برای آن لحظه‌هایی که عشق در دست‌انداز می‌افتد. یهودیان ارتدکس خدای خود را دوست دارند اما محض احتیاط در مورد مصرف غذای کوشر رعایت می‌کنند؛ اما بیا بید در مورد این خیلی سختگیر نباشیم. آن قید و بندی که افراد متعهد بر خود قرار داده‌اند، هم چون یک یوغ دردناک اسارت نیست. بیشتر اوقات یک یوغ خوشایند است. وقتی فرزند اولم به دنیا آمد، دوستی به من ایمیل فرستاد: «به دنیای واقعیت غیرقابل اجتناب خوش آمدی.» شما می‌توانید

کاری را که تحویل آن دیر شده و یا یک قرار جمعی را به تعویق بیندازید اما اگر فرزندان نیاز به تغذیه داشته باشد یا قرار باشد او را در ایستگاه اتوبوس ملاقات کنید، شما در یک واقعیت غیرقابل اجتناب قرار گرفته‌اید. والدین زیر بار مسئولیت پدر و مادر بودن ناله و شکایت می‌کنند اما چند بار با والدینی روبه‌رو شده‌اید که آرزو می‌کردند که در این موقعیت نبودند؟ یک زندگی سست و غنی با تعهدات و وظایف تعریف می‌شود. یک زندگی خوب سفری از گزینه‌های متعدد به یک اجبار شیرین است.

شهر کتاب (inbookcity.com)

آنچه تعهد به ما می‌دهد

اگرچه تعهدات با روحیه دادن و بخشش برقرار می‌شوند اما فواید زیادی هم به بار می‌آورد. بگذارید چند مورد را بیان کنم:

تعهدات به ما هویت می‌بخشند. تعهدات ما چیزی هستند که خودمان را به واسطه آن‌ها به غریبه‌ها معرفی می‌کنیم. موضوعاتی هستند که باعث می‌شوند وقتی از آن‌ها یاد می‌کنیم چشم‌هایمان در یک مکالمه برق بزنند. چیزهایی هستند که به زندگی ما ثبات و انسجام می‌بخشد. همان‌طور که هانا آرنه گفته «اگر به تحقق قول‌ها و وعده‌هایمان مقید نباشیم، هرگز نمی‌توانیم به هویت و تداومی دست یابیم که در کنار هم یک "فرد" را به وجود می‌آورند که می‌توان داستانی را درباره آن تعریف کرد. در این صورت هر یک از ما محکوم به این هستیم که در مانده و ناامید در تاریکی قلب تنهای خود سرگردان شویم و در حالات گذرا، تضادها و تعارضات روزافزون خود گرفتار خواهیم بود.» هویت به تنهایی شکل نمی‌گیرد. هویت همیشه با پیوستن به یک جفت یا با چیزی دیگر شکل می‌گیرد.

تعهدات به ما حسی از هدف‌دار بودن می‌دهد. در سال ۲۰۰۷، سازمان گالوپ از مردم در سراسر جهان سؤال کرد که آیا احساس می‌کنند زندگی معنا داری دارند. معلوم شد لیبریا کشوری است که بیش‌تر مردم آن احساس برخورداری از معنا و هدف می‌کردند، درحالی‌که هلند جایی بود که کم‌ترین درصد مردم چنین حسی داشتند. این امر به این دلیل نبود که زندگی در لیبریا لزوماً شیرین‌تر است، برعکس؛ اما لیبرایی‌ها از چیزی برخوردار بودند که پل فروز آن را "فوریت‌های وجودی" می‌نامد. در آشفته‌گی زندگی، آن‌ها مجبور بودند که صرفاً برای زنده ماندن، تعهداتی محکم به یکدیگر داشته باشند. آن‌ها حاضر بودند زندگی خود را برای یکدیگر به خطر بیندازند و این تعهدات شدید به زندگی‌هایشان حسی از معنا می‌بخشید. این پارادوکس بهره‌مندی است. وقتی که در وضعیتی خوب هستیم، لذت‌هایی زودگذر را تعقیب می‌کنیم که در واقع ما را از هم جدا می‌کنند. از ثروتمان برای خرید خانه‌های بزرگ با حیاط‌هایی پهناور استفاده می‌کنیم که ما را از هم جدا کرده و تنها می‌کنند؛ اما در شرایط بحرانی، مجبور هستیم به روش‌هایی که در واقع عمیق‌ترین نیازهای ما را برآورده می‌کنند، خود را به یکدیگر نزدیک کنیم.

تعهدات ما به ما امکان می‌دهد به سطحی بالاتر از آزادی برسیم. ما در فرهنگمان آزادی را مساوی با عدم محدودیت می‌دانیم. این به معنی آزادی از چیزی است؛ اما نوع دیگر و بالاتری از آزادی نیز

وجود دارد. این شکل از آزادی به معنای آزادی برای است. این آزادی به مثابه پر بودن ظرفیت است و اغلب با محدودیت و خودداری همراه است. اگر می‌خواهید آزادی واقعی برای نواختن پیانو داشته باشید، باید خود را به پیانویتان زنجیر کنید و سالیان متمادی تمرین کنید. شما باید خود را به مجموعه‌ای خاص از عادت‌های ارزشمند زنجیر کنید تا برده‌امیال مخرب خود هم‌چون میل به الکلی، میل به تأیید دیگران، میل به خوابیدن در رخت‌خوابتان در طول روزها نشوید.

همان‌طور که متخصص الیهات تیم کلر بیان می‌کند، «آزادی واقعی کم‌تر به معنای عدم وجود محدودیت‌ها و بیش‌تر به معنی یافتن محدودیت‌های مناسب است.» بنابراین بخش بزرگی از زندگی ما با چنین تعریفی از آزادی که به‌طور ناخودآگاه در ذهن خود داریم تعیین می‌شود. در کوه دوم، این زنجیرهای شما هستند که آزادتان می‌کنند.

تعهدات ما شخصیت اخلاقی ما را می‌سازند. وقتی فرزند بزرگ‌ترم به دنیا آمد، فرایند زایمان دشوار بود و او کبود و آبی بیرون آمد. او را به سرعت به بخش مراقبت‌های ویژه بردند. اوضاع دلهره‌آوری بود. به یاد می‌آورم در میانه آن شب اول به این فکر می‌کردم، اگر قرار باشد او فقط سی دقیقه زندگی کند، آیا ارزشش را داشته که یک عمر غم و اندوه با من و مادرش باقی بماند؟ قبل از بچه‌دار شدن شاید فکر می‌کردم البته که این‌طور نیست. چطور ممکن است سی دقیقه زندگی برای موجودی که حتی از وجود خود آگاه نیست، ارزش این همه اندوه برای یک بزرگسال داشته باشد؟ هزینه-فایده آن در کجاست؟ اما همه والدین می‌دانند که این امری کاملاً معنادار است. پس از تولد کودک، منطقی متفاوت وجود خواهد داشت. فوراً مشخص شد که زندگی کودک دارای ارزش و کرامتی نامتناهی است و البته ارزش غم و اندوه را دارد، حتی اگر مانند یک شمع فقط برای مدتی چنین کوتاه روشن بماند. وقتی بچه‌ای به دنیا می‌آید، یک تعهد شما را در بر می‌گیرد، با قدرتی که حتی نمی‌توانسته‌اید از قبل تصورش را بکنید. این شما را به آستانه خدمت منضبطانه می‌رساند.

وقتی پدر و مادر عاشق یک کودک می‌شوند، عشق سطحی شگفت‌انگیز از انرژی آن‌ها را تحریک می‌کند. ما ساعت‌های طولانی از زمان خوابمان را برای مراقبت از کودک از دست می‌دهیم. عشق ما را وادار می‌کند برای چیزی که دوست داریم متعهد شویم. والدین عهد می‌کنند که همیشه در کنار فرزندشان باشند. تحقق این عهدها، مستلزم انجام اقدامات خاص فداکارانه‌ای از سوی ماست. هنگامی که شاید ترجیح می‌دهیم به تنهایی برای دوییدن بیرون برویم، به جایش کودک را در کالسکه‌اش بیرون می‌بریم. با گذشت زمان این شیوه‌ها به عادت تبدیل می‌شوند و این عادت‌ها

حالت خاصی را در زندگی ما حک می‌کنند. تا زمانی که کودک سه ساله است، عادت اولویت دادن به نیازهای کودک برای بیش‌تر والدین به ذات ثانویه آن‌ها تبدیل شده است.

به آرامی، به آهستگی و با فداکاری مداوم، شما هسته مرکزی وجود خود را به چیزی کمی بیش‌تر از آن‌چه بوده تبدیل کرده‌اید، به چیزی که هماهنگی بیش‌تری با دیگران و هماهنگی با آن‌چه بهتر از گذشته است، دارد. به تدریج عشق‌های بزرگ، علائق کوچک را تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهند؛ چرا وقتی می‌توانم آخر هفته‌های خود را صرف بازی با فرزندانم کنم، به بازی گلف سپری کنم؟ به تجربه من، آدم‌ها تنها وقتی که می‌توانند توجه خود را به سمت یک خواسته بهتر سوق دهند، تمایلات بد و بی‌فایده خود را سرکوب می‌کنند. وقتی در یک تعهد عمیق هستید، تمایز بین نوع‌دوستی و خودخواهی به تدریج محو می‌شود. هنگامی که به فرزند خود خدمت می‌کنید، احساس می‌کنید در حال خدمت به پاره‌ای از وجود خود هستید. این تمایل به انجام کار خوب تمام آن چیزی است که داشتن یک شخصیت خوب آن را طلب می‌کند.

به این ترتیب، شکل‌گیری اخلاقی یک امر فردی نیست بلکه یک امر مبتنی بر رابطه است. شخصیت چیزی نیست که در شرایطی پرورانده شود که شما صرفاً در اتاقی نشسته باشید و در مورد تفاوت بین درست و نادرست و در مورد قدرت اراده خود فکر کنید. شخصیت ما از دل تعهداتمان بیرون می‌آید. اگر می‌خواهید شخصیت را به افراد دیگری تلقین کنید، به آن‌ها پیام‌ورزید که چگونه متعهد شوند؛ تعهداتی موقت در کودکی و جوانی و تعهداتی دائمی در بزرگسالی. تعهدات ما در حکم مدرسه‌ای برای شکل‌گیری اخلاقی هستند.

وقتی زندگی‌تان با تعهداتی سرسختانه تعریف می‌شود، شما در کوه دوم قرار دارید.

۸: کوه دوم

کتی فلچر و دیوید سیمپسون فرزندی به نام سانتی دارند که به مدرسه دولتی در واشنگتن دی. سی. می‌رفت. سانتی دوستی به نام جیمز داشت که گاهی اوقات گرسنه به رخت‌خواب می‌رفت، بنابراین سانتی از او دعوت کرد تا گه‌گاهی در خانه آن‌ها بخواهد. جیمز هم دوستی داشت و آن دوست هم دوستی دیگر و الی آخر. اگر پنج‌شنبه شب به خانه کتی و دیوید بروید، حدود ۲۶ کودک در اطراف میز شام نشسته‌اند. به‌طور کلی خانواده کتی و دیوید یا خانواده‌هایی که در اطراف آن‌ها زندگی می‌کنند خود چهار یا پنج نفره‌اند. هر تابستان کتی و دیوید ماشین کاروانی را مهیا می‌کنند و حدود ۴۰ کودک را برای تعطیلات در کیپ کاد به خارج از شهر می‌برند. به سادگی و تنها با پاسخ‌گویی به نیازهای اطرافیان‌شان، کتی و دیوید اکنون در مرکز یک خانواده وسیع و گسترده قرار گرفته‌اند.

اوایل سال ۲۰۱۴ برای یک مهمانی شام و با دعوت یک دوست مشترک به خانه کتی و دیوید رفتم. از در که وارد شدم مردی بلند قد و کاریزماتیک به نام اد از من استقبال کرد که موهایش روی چشم‌های پر از شور و اشتیاقش را پوشانده بود. دستم را جلو بردم تا با او دست بدهم که اد گفت: «ما دست نمی‌دهیم. اینجا همدیگر را در آغوش می‌گیریم.» من طبیعتاً چندان اهل بغل کردن دیگران نیستم اما از همان لحظه این ماجرا آغاز شد و در پنج سال گذشته مدام دیگران را بغل کرده‌ام.

ما در ظاهر هر پنج‌شنبه برای غذا خوردن دور یک میز جمع می‌شویم، اما در واقعیت جمع می‌شویم تا گرسنگی عمیق‌تری را فرو بنشانیم. وعده غذایی همیشه یکسان است، مرغ تند و برنج سیاه. کتی می‌گوید: «موبایل ممنوع است.» (می‌گوید در لحظه اکنون حضور داشته باشید) در حدود یک سوم از زمان صرف غذا، ما دور میز می‌رویم و هر نفر از چیزی می‌گوید که بابت آن سپاس‌گزار است، چیزی که هیچ‌کس چیزی از آن‌ها نمی‌داند یا اطلاعات دیگری درباره زندگی خود در آن لحظه. همیشه چیزهایی هم برای جشن گرفتن وجود دارد، کسی امتحان GED را گذرانده، یکی شغلی پیدا کرده یا از مدرسه آرایش‌گری دانش‌آموخته شده است. آن‌ها بعضی اوقات مسائل پیچیده‌تری را هم روی میز می‌گذارند. یک دختر هفده ساله از باردار شدنش می‌گوید، یک زن جوان دیگر مشکل کلیه دارد و سیستم درمانی Medicaid از پرداخت هزینه یک بیمار جدید امتناع می‌ورزد. یک مرد جوان اعلام می‌کند که دوجنس‌گرا است و دیگری اعتراف می‌کند که افسرده است. یک

روز یک ورودی جدید سر میز نشست و به ما گفت که گرچه اکنون ۲۱ سال دارد، اما از یازده سالگی هرگز سر میز شام ننشسته است.

بیشتر گفت‌وگوهای ما تأیید محض یکدیگر است. مردم در زندگی خود به اندازه کافی تلخی داشته‌اند و حالا باید این را بشنوند که چقدر ارزش دارند، چقدر مورد علاقه و نیاز دیگران هستند. اغلب ما فقط شوخی می‌کنیم و می‌خندیم. بچه‌ها در صندلی‌های خود آواز می‌خوانند. من یک روز دخترم را با خود آوردم و وقتی بیرون آمدیم به من گفت: «این گرم‌ترین و صمیمی‌ترین جایی است که در زندگی‌ام دیده‌ام.»

بعد از غذا سر پیانو می‌رویم و یک نفر آهنگی از آدل را می‌نوازد و بقیه آواز می‌خوانند؛ اما میز شام در اینجا در حکم کلیدی برای ایجاد صمیمیت اجتماعی است. این ابزاری است که ما برای پیوند، اتصال و تعهد به یکدیگر از آن استفاده می‌کنیم. یاد گرفته‌ام که هرگز قدرت یک میز شام را دست کم نگیرم. این مانند صحنه‌ای است که در آن ما برای یافتن عشق یکدیگر مانند گل‌هایی که به دنبال خورشید هستند به سمت یکدیگر می‌چرخیم. یک زن جوان یک شب به کتی گفت: «ممنونم که نور را در من دیدی.» بزرگ‌سالانی که از دنیایی از لحاظ عاطفی گریزان و اشنگتن دی. سی. می‌آیند، زره نامرئی خود را از تن در می‌آورند. بچه‌ها از خیابان‌ها می‌آیند و کتی و دیوید را "مادر" و "پدر" می‌نامند، در واقع آن‌ها را به عنوان والدین منتخب خود برگزیده‌اند.

بچه‌های دور این میز در جلوه‌ای معمولی از بحران فقر در آمریکا زندگی کرده‌اند. برخی از آن‌ها بی‌خانمان بودند، برخی دوره‌ای را در سیستم قبول کفالت گذرانده‌اند. مضمون ظلم مردانه در داستان‌های آن‌ها جریان دارد - برخی از پدران یا مردان دیگری در خانواده‌شان از آن‌ها سوءاستفاده کرده‌اند، آن‌ها را رها یا گمراه کرده‌اند - اما اکنون آن‌ها جذب این شبکه انسانی شده‌اند. بیل میلکان که سازمان اجتماعات در مدارس را تأسیس کرد، یک شب سر میز شام ما آمد. او اکنون در هشتمین دهه زندگی‌اش است. می‌گوید: «من پنجاه سال است که در این زمینه کار می‌کنم. فقط روابط می‌توانند زندگی‌ها را دگرگون کنند.»

این چیزی است که سر این میز اتفاق می‌افتد. اگر سفیدپوست و بالای ۳۵ سال داشتید، این را درک نمی‌کردید اما اگر یک هنرمند یا سیاه‌پوست و یا زیر ۲۵ سال باشید، واشنگتن دی. سی. را یک مکان خارق‌العاده می‌یافتید. بچه‌هایی که برای شام به این خانه می‌آیند، به این صحنه هنری زیرزمینی متصل هستند - به عنوان شاعر، نقاش، دی جی، خواننده یا چیزی دیگر - ما بزرگ‌سالان

گروه، مخاطبی در اختیار آن‌ها قرار می‌دهیم که بتوانند در برابر آن‌ها استعداد‌های خود را تحقق بخشند. هدیه آن‌ها به ما یک تحمل‌ناپذیری محض در برابر فاصله اجتماعی است.

اشتعال عاطفی به اسرارآمیزترین حالت در ما اتفاق می‌افتد. هیچ‌کس نمی‌تواند واقعاً فرآیندهایی شیمیایی را ردیابی کند که به واسطه آن‌ها عشق در یک اجتماع شعله‌ور می‌گردد و در اجتماع دیگر خیر؛ اما چنین فرآیندهایی اینجا در این جامعه وجود دارند و همه ما را به طرز غافل‌گیرانه‌ای تغییر داده‌اند. دیوید کار خود را رها کرد و اکنون تمام وقت با بچه‌ها کار می‌کند. کتی برنامه‌های هنری را در سراسر آمریکا برگزار می‌کند اما وقتی به خانه می‌آید یک شغل کاملاً متفاوت انتظارش را می‌کشد.

سال‌ها بود که بزرگ‌ترهای جمع به بچه‌ها می‌گفتند که می‌توانند به دانشگاه بروند، بنابراین وقتی آن‌ها به سن دانشگاه و کالج رفتن رسیدند به حرف کتی و دیوید گوش دادند و حالا همه ما باید راهی برای پرداخت هزینه آن بیابیم. کتی و دیوید یک موسسه غیرانتفاعی به نام AOK راه‌اندازی کردند که مخفف Kids Our All به معنی همه بچه‌های ما است. ما اکنون همگی کاملاً با این موسسه عجین شده‌ایم و به یکدیگر کمک می‌کنیم. دلیلش این است که کتی و دیوید به سادگی به نیاز دیگران پاسخ می‌دهند. کتی در یک خانواده پرجمعیت کاتولیک بزرگ شد، بنابراین او عادت داشت که جمعیتی بزرگ از آدم‌های دوست‌دار یکدیگر را در اطراف خود داشته باشد. وقتی از او سؤال شد که چطور می‌تواند این تعداد از جوان‌ها را میزبانی کند، به حالتی که انگار منظور سوال‌کننده را نفهمیده باشد پرسید: «چطور شما نمی‌توانید؟»

همان‌طور که می‌توانید تصور کنید، کتی و دیوید خیلی وقت‌ها خسته می‌شوند. شاید شما پدر و مادری باشید که سعی می‌کنید از دو یا سه فرزند خود مراقبت کنید. حالا تصور کنید اگر روزی قرار باشد از چهل کودک مراقبت کنید چطور همه چیز در هم می‌پیچد. مثلاً یکی از بچه‌ها موبایلش را گم کرده یا دوچرخه‌اش خراب شده است. بعضی اوقات بحران‌های واقعی هم از راه می‌رسند. در سال ۲۰۱۸ پس از اینکه بیمه همگانی از پرداخت هزینه پیوند کلیه برای یکی از زنان جوان خودداری کرد، کتی و دیوید مجبور شدند به سرعت برای حل این موضوع دست به کار شوند. همه بسیج شدند تا شرکت بیمه‌کننده را مجبور کنند تا تصمیم خود را عوض کند. خوشبختانه یک اهداکننده هم در بینشان بود. دیوید یکی از کلیه‌های خود را به مادلین داد.

خستگی اما با خود پاداش نیز به همراه دارد. کتی و دیوید اکنون در کانون ده‌ها رابطه عمیق قلبی

قرار گرفته‌اند. گاهی از خود می‌پرسند آیا روش بهتری برای انجام کارهایی که انجام می‌دهند وجود دارد یا نه؟ اما هرگز لازم نیست از خود بپرسند آیا با زندگی خود کاری ارزشمند انجام می‌دهند یا خیر. آن‌ها این را می‌دانند. بعد از این که عاشق کساری یا جیمز یا کلوکو، تاروق و تالیا شدید، دیگر حتی سؤالی هم در این مورد مطرح نیست. این‌ها جوانانی هستند دارای عشق و امیدی نامحدود. شانس حضور در کنار آن‌ها فقط کاری است که شما انجام می‌دهید.

از نظر من AOK زندگی در کوه دوم است. این زندگی‌ای ساخته شده از عشق، توجه و تعهد است. این دقیقاً پادزهر همان چیزهایی است که به اشتباه در فرهنگ ما رخنه کرده‌اند.

سفر کتاب (inbookcity.com)

بافندگان

اکنون من به لطف برنامه‌ام در موسسه آسپن^۱ به نام بافت: پروژه تار و پود اجتماعی^۲، وقت زیادی را در اطراف آدم‌هایی مانند کتی و دیوید می‌گذرانم. اولین ایده نهفته در این تلاش این بود که انزوای اجتماعی یک مشکل اساسی است که بسیاری از مشکلات اجتماعی دیگر را موجب می‌شود. ایده دوم این بود که در سرتاسر کشور، افرادی هستند که در حال ساختن اجتماعاتی سالم هستند. چیزهای فراوانی وجود دارد که ما می‌توانیم از چنین افرادی بیاموزیم.

ما به همه‌جای کشور سفر می‌کنیم و افرادی را ملاقات می‌کنیم که در حال ترمیم سرمایه‌های اجتماعی و بهبود زندگی دیگران هستند. چنین افرادی همه‌جا هستند. ما ملتی متشکل از افرادی هستیم که زخم‌های دیگران را التیام می‌بخشند. ما در پروژه بافت به یک شهر کوچک می‌رویم و پیدا کردن ۳۵ نفر که کاملاً متناسب با قالب برنامه ما هستند اصلاً مشکل نیست.

جید باک که در آلبوکرکی زندگی می‌کند، پدرش را در زمان جوانی از دست داد و اکنون به کودکان کمک می‌کند تا بر اندوه خود غلبه کنند. استفانی هوروزک که در هیوستون زندگی می‌کند برنامه‌های پس از مدرسه را برای بچه‌ها اجرا می‌کند و ساعت‌ها با آن‌ها بازی می‌کند. او به این موضوع ایمان دارد که یک ساعت بازی با یک کودک مهم‌ترین و هدف‌دارترین ساعتی است که شما از سر می‌گذرانید- استفانی می‌گوید: «من در هم شکسته‌ام. من به آدم‌های دیگر نیاز دارم تا بتوانم زنده بمانم.» نمونه دیگر سام جونز است که یک رینگ بوکس آماتوری را در جنوب شرقی اوهایو می‌گرداند، جایی که بدون هیچ هزینه‌ای ظاهراً در بوکس اما در عمل در تمام شئون زندگی به مربی‌گری جوانان می‌پردازد.

در طول سال ۲۰۱۸ من احتمالاً بین پانصد تا هزار نفر از این افراد را ملاقات کردم. تقریباً بدون استثنا آن‌ها همان چیزی را داشتند که کتی و دیوید را دارند؛ احساس یقین نسبت به رسالتشان. آن‌ها اکثراً درآمد کمی دارند و اغلب نادیده گرفته می‌شوند. اقدامات کوچک آن‌ها در توجه به دیگران غالباً از سوی سیستم‌های بزرگ‌تر و صاحب جایگاه در جامعه ما قدر نادیده باقی می‌مانند؛ اما آن‌ها شادی را در پرتو نور دیگران می‌یابند و می‌دانند که چرا بر روی این زمین قرار گرفته‌اند. شارون مورفی که مری هاوس، یک سازمان اسکان پناهندگان در واشنگتن را اداره می‌کند، می‌گوید: «این شغلی نیست که من از آن بازنشسته شوم. کاری را که انجام می‌دهم دوست دارم. این نوع کاریک روش زندگی است.»

این افراد می‌توانند بسیار نوع‌دوست به نظر برسند؛ اما لازم است به یاد بیاوریم همان‌طور که آلاسدر مک اینتایر اظهار داشت، مفهوم نوع‌دوستی در قرن هجدهم ابداع شد و تنها سی صد سال قدمت دارد. به محض آن‌که مردم به این نتیجه رسیدند که انسان ذاتاً و اساساً خودخواه و خودپرست است، بنابراین لازم دیدند که کلمه‌ای را ابداع کنند که توصیف‌کننده موقعیت‌هایی بود که در آن انسان‌ها انگیزه‌هایی به جز خواسته‌های خودخواهانه خود داشتند؛ اما قبل از آن چه ما نوع‌دوستانه می‌نامیم-زندگی برای روابط- فقط نحوه زندگی مردم بود و هرگز قهرمانانه یا ویژه محسوب نمی‌شد.

انواع مختلفی از آدم‌های کوه دوم وجود دارد -مردان و زنانی که زندگی آن‌ها با تعهداتی عمیق تعریف می‌شود- چنین افرادی در تجارت، در آموزش به دیگران، در هنر و در ارتش وجود دارند؛ اما من به دلیل کارم با پروژه بافت آدم‌های بسیار بیش‌تری را در دنیای سازمان‌های غیرانتفاعی به خوبی شناختم. آن‌ها در برابر فرهنگ فردگرایی و انزوا ایستاده‌اند و فعالیت‌های روزانه‌شان در ارتباط با اهداف نهایی‌شان است.

گذران زمان برای چنین افرادی در حکم یک آموزش است. من می‌خواهم آن‌ها را کمی توصیف کنم تا مفهوم این‌که زندگی در کوه دوم چگونه به نظر می‌رسد و آدم‌های صعودکرده به بالای آن کوه چه ارزش‌هایی را به اشتراک می‌گذارند، روشن شود. من در ادامه این بخش اشتراکات اساسی را در متن مشخص خواهم کرد.

دره‌آنها

بیش‌تر افرادی که من به واسطهٔ پروژهٔ بافت با آنها ملاقات کرده‌ام، نوعی دره در زندگی خود داشته‌اند که گاهی اوقات به شکل یک کودک دشوار بوده است. یا گاهی دره آنها شکل یک تجربهٔ خروج را به خود گرفته بوده است... آنها در یک محل کار عادی کار می‌کردند، اما این کار فقط طبیعت اخلاقی‌شان را فرسوده می‌کرد بنابراین تصمیم به خروج گرفتند. مردی بود که در کارولینای شمالی در شرکت IBM شغل خوبی داشت اما احساس کرد که برای زنده نگه داشتن فرهنگ شهر کوچک خود آپالاچین^{۱۱} فراخوانده شده است بنابراین یک کارگاه تولید نوشیدنی سنتی در آنجا باز کرد که مردم می‌توانستند در آن جمع شوند. کارمند یک اداره دولتی در کارولینای جنوبی گفت: «من در اداره‌ای کار می‌کردم که به‌طور واضح یک سازمان نژادپرستانه بود؛ اما من به آنها بابت شیوه کارشان اعتراض کردم» بنابراین او تصمیم به خروج از زندگی سابق خود گرفت و به سوی زندگی جدیدی رفت که در آن احساس خوبی داشت.

برخی از دره‌هایی که این افراد از آن عبور کرده‌اند حقیقتاً تکان‌دهنده هستند. کارا بروک از اوهایو کالج را در سه سال به پایان رساند و بلافاصله به یک نوع نادر از سرطان مبتلا شد که کمتر از ده نفر در سال در ایالات متحده به آن دچار می‌شوند. او یک سال را تحت شیمی‌درمانی بود و وقتی بهبود پیدا کرد بنا به گفتهٔ خودش مثل این بود که مانند گلوله‌ای از لولهٔ یک توپ بیرون جهیده باشد. مصمم بود هر قدر از عمرش را که باقی مانده صرف ایجاد تغییری بزرگ کند. او اکنون برای احیای یک موسسهٔ خیریه کمک مالی جمع می‌کند. هنگامی که داریوس باکستر از واشنگتن نه ساله بود، پدرش با یک رقاصه رابطه داشت و در نهایت با دسیسه‌چینی او پدر داریوس به قتل رسید. اکنون داریوس پس از پایان بازی فوتبالش در جرج تاون، مدارس فوتبال را برای پسران در محله خود اداره می‌کند که در آن آنها می‌توانند به معنی واقعی کلمه در زندگی خود به مردانی بالغ تبدیل شوند.

سارا ادکینز یک داروساز در اوهایو است. او دو پسر کوچک به نام‌های سامسون و سولومون را همراه با همسرش تروی بزرگ کرد؛ اما با گذشت سال‌ها، تروی دچار افسردگی و اضطراب شدید شد. او دست از کار کشید و عصبانی و وسواسی شد. سارا و تروی برای مقابله با بیماری تروی به تلاش برای درمان او پرداختند. برای مدتی به نظر می‌رسید که این کارها موفقیت‌آمیز است.

سپس یک آخر هفته در پاییز سال ۲۰۱۰ هنگامی که پسرهای آنها هشت و شش ساله بودند، سارا به همراه مادر و خواهرش به سفری که از مدت‌ها قبل آن را برنامه‌ریزی کرده بود رفت. تروی گفت

پسرها را به خانه یک دوست در نزدیکی دریاچه می برد. روز شنبه سارا چند بار با او تماس گرفت اما تروی هیچ جوابی نداد، بنابراین فهمید که آن‌ها به قایقرانی یا چیزی شبیه به این رفته‌اند. روز یک‌شنبه در حدود ساعت پنج به خانه بازگشت و از این تعجب کرد که بسته‌هایی که سفارشش را داده بود، از جمله تعدادی اسباب‌بازی برای بچه‌هایش هنوز جلوی در خانه بود. وارد شد و فریاد زد: «مامان اومده خونه!» اما هیچ جوابی نیامد. سپس متوجه شد یک تشک روی دری که به زیرزمین باز می‌شد را پوشانده است. حدس زد که شاید پسرها دارند با او قایم‌موشک بازی می‌کنند. پس با لبخند به طبقه پایین رفت. در پایین پله‌ها، تروی را دید که روی کابینت افتاده است؛ و بعد یکی از پسرها، سامسون را روی کاناپه دید در شرایطی که به نظر می‌رسید بدنش در شکلات پوشیده شده است. نمی‌توانست آن‌چه را که می‌دید پردازش کند. پیشانی سامسون را لمس کرد و دید که سرد است. نوری طلایی رنگ مانند اشعه‌ای از آفتاب از مغزش عبور کرد و در یک لحظه سامسون را آن بالا در کنار خدا دید. این تصویر تنها ثانیه‌ای به طول انجامید. برای یافتن پسر دیگرش سولومون به طبقه بالا دوید. سولومون در رخت‌خوابش بود. ملحفه‌ای را که رویش بود کنار زد و تا به امروز نمی‌تواند آن‌چه را که می‌دید توصیف کند. او هم تیر خورده بود و سرد بود.

سارا به پلیس زنگ زد. گریه‌کنان در تلفن می‌گفت: «بچه‌ها رو کشت! بچه‌های قشنگ من... اونا مردند!» اپراتور از او خواست که CPR را انجام دهد اما سارا توضیح داد که بدن آن‌ها سرد شده است. تروی در یادداشت خود اعلام کرده بود: «من S&S (حرف اول اسم پسرها) را از یک زندگی پر از سردرگمی، دوستی‌های زیر سوال رفته، گناه، ناامیدی و عدم امنیت نجات دادم. این چرخه بدبختی با مرگ من تمام می‌شود.»

هزاران نفر در اطراف سارا تجمع کردند. او سه ماه بعدی را در کنار پدر و مادرش ماند و در رخت‌خواب آن‌ها خوابید. وعده‌های غذایی روزانه را به مدت شش ماه برای او می‌آوردند. سال‌ها طول کشید تا بهبود پیدا کند. اکنون گاهی اوقات به شوخی می‌گوید که هنوز در لبه پرتگاه زندگی می‌کند. ذهن او سرگردان است. وقتی با او وقت می‌گذرانید متوجه می‌شوید که حالات متفاوتی از چهره او عبور می‌کنند. کیفیت رفتار و وجانش کمی جنون‌آمیز است، انگار که هر چیزی که در اطرافش می‌گذرد برایش شدید و کمی خارج از کنترل است.

خانه وی به عنوان منطقه دارای خطر زیستی اعلام شد و رفع آن حدود ۳۵۰۰۰ دلار هزینه داشت. سارا فهمید که زنان فقیر نمی‌توانند پس از آن‌که پسرانشان را در یک تیراندازی از دست داده بودند

یا بر اثر خشونت در خانه‌هایشان از دنیا رفته بودند، مراسم تدفین و هزینه‌های دیگر را پردازند. آن‌ها می‌بایست با دست‌های خود خون را از روی فرش‌هایشان پاک می‌کردند. او بنیادی را برای کمک به پرداخت هزینه‌های خاک‌سپاری و پاک‌سازی تأسیس کرد. او در دانشگاه ایالتی اوهایو تدریس می‌کند، در یک کلینیک مراقبت‌های بهداشتی رایگان کار می‌کند و در تلاش است تا یک مرکز جدید افتتاح کند. او نمونه‌ای از کسانی است که بدترین اتفاقی که در زندگی ممکن است را از سر گذرانده‌اند و برای همیشه تحت تأثیر آن قرار گرفته‌اند؛ اما او با یک میل سیری‌ناپذیر برای خدمت به دیگران از آن بیرون آمده است.

او می‌گوید: «من این تجربه را پشت سر گذاشته و از آن عبور کرد، زیرا عصبانی بودم. قصد داشتم با ایجاد تغییر در جهان با آن چه او سعی کرد با من بکند مقابله کنم. ببینید، او من را نکشت. پاسخ من به او این است که هر کاری که می‌خواستی با من بکنی، گور پدرت! نمی‌توانی موفق شوی.» انگیزه او تا حدی مقابله با همسرش است و تا حدی ناشی از عشق او به مردمی که در برابرش بودند.

انگیزه اخلاقی

این چیزی است که شما در مورد آدم‌های مستقر در کوه دوم متوجه می‌شوید. یک تغییر انگیزشی در آن‌ها رخ داده است. خواسته‌هایشان دگرگون شده است. اگر بخواهیم کمی به موضوع عمومیت ببخشیم، می‌توانیم بگوییم شش لایه از تمایلات در ما وجود دارد؛

- لذت مادی؛ داشتن غذای خوب، ماشین خوب، خانه‌ای زیبا.

- لذت نفس؛ شناخته شدن یا ثروتمند و موفق شدن. کسب پیروزی و شهرت.

- لذت فکری؛ یادگرفتن چیزها. درک دنیای اطرافمان.

- زاینده‌گی؛ لذتی که از پس بخشش به دیگران و خدمت به جوامع خود داریم.

- عشق فرجام‌یافته؛ دریافت عشق و ابراز آن به دیگری. پیوند مستحکم میان دو روح.

- تعالی؛ احساسی که هنگام زندگی مطابق برخی از ایده‌آل‌ها به دست می‌آوریم.

علوم اجتماعی و بیشتر تفکرات مدرن ما تمایل دارند تا بر دو خواسته اول تأکید شود. غالباً فرض می‌کنیم که منافع شخصی - که معمولاً به عنوان عواید مادی و برخورداری از جایگاه تعریف می‌شوند - خواسته‌های اصلی زندگی هستند و این خدمت به دیگران، خامه روی کیک است. و این به این دلیل است که برای قرن‌ها بیشتر تفکرات اجتماعی ما توسط مردانی شکل گرفته است که از خانه بیرون رفتند و دست به رقابت با باقی دنیا زدند درحالی که زنان عمدتاً در خانه می‌ماندند و وقتشان صرف مراقبت و نگهداری از خانه یا فرزندان می‌شد.

این مردان حتی قادر به دیدن فعالیت‌هایی که بنیان‌های نظام سیاسی و اقتصادی‌ای را تشکیل می‌دادند و زندگی خود را صرف مطالعه بر روی آنها می‌کردند، نبودند؛ اما وقتی واقعاً به گوشه و کنار دنیا می‌نگرید - والدینی که از فرزندان خود مراقبت می‌کنند، همسایگانی که تشکیل یک انجمن می‌دهند، همکارانی که به یکدیگر کمک می‌کنند، افرادی که در کافی‌شاپ‌ها ملاقات می‌کنند و یا با یکدیگر روبرو می‌شوند - می‌بینید که مراقبت کردن عاشقانه از دیگران مسئله‌ای در حاشیه جامعه نیست بلکه پایه و اساس جامعه است.

این عوامل سازنده جامعه در درجه اول از سوی خواسته‌های چهار تا شش هدایت می‌شوند یعنی انگیزه‌های عاطفی، معنوی و اخلاقی، تمایل به زندگی در رابطه صمیمی با دیگران، ایجاد تفاوت در جهان و احساس حقانیت در درون خود. آن‌ها با نوعی از تمایل به تعلق و سخاوت‌مندی به پیش می‌روند.

آن‌ها چیزی را به نمایش می‌گذارند که می‌توان آن را **اندوه روشن** نام نهاد. این عبارت را از ریچارد روهر الهی‌دان فرانسیسکویی اهل فرانسه و کتاب عالی او سقوط به بالا وام گرفته‌ام که موضوع آن یافتن معنایی در زندگی در میان‌سالی و پس از آن است. وقتی در حال خدمت به افراد نیازمند هستید، رنج و بی‌عدالتی به شما نزدیک است. هرچه به خرد و فرزانگی نزدیک‌تر شوید، بیش‌تر سایه خود را و سایه افراد دیگر را می‌بینید و بیش‌تر متوجه می‌شوید که چقدر به یکدیگر احتیاج داریم. امید با نوعی از آگاهی واقع‌گرایانه ممزوج می‌شود. روهر می‌نویسد: «در نیمه دوم زندگی جاذبه‌هایی وجود دارد، اما اکنون با یک نوع احساس عمیق سبکی و "کنار آمدن" است. سال‌های پس از بلوغ برای ما با یک اندوه روشن و یک شادی هوشیارانه همراه است، اگر بتوانید معنایش را درک کنید.»

یک بار از خوانندگان نیویورک تایمز پرسیدم که آیا هدف خود را در زندگی پیدا کرده‌اند یا خیر. هزاران نفر از آن‌ها برای توصیف تجربیات خود جواب‌هایشان را برایم نوشتند. یکی از آن‌ها به‌طور خاص مفهوم اندوه روشن و کنار آمدن که توسط روهر بیان شده بود را بازگو کرد. گرگ ساتنر از بریزبن استرالیا، نوشت:

چهار سال پیش، همسرم پس از ۲۱ سال زندگی مشترک با من، بر اثر تومور مغزی درگذشت. از تشخیص بیماری تا مرگش کم‌تر از ۶ ماه به طول انجامید. به همان اندازه که آن تجربه در آن زمان تکان‌دهنده بود، احساس رشد شخصی و شکلی از بیدار شدن هم برایم شوکه‌کننده بود که از طریق تجربه برای من از طریق تأمل و کار درونی حاصل شده بود - تا جایی که تقریباً از این که چقدر رشد شخصی خودم در نتیجه مرگ همسرم قابل توجه بوده احساس گناه می‌کنم.

پارکر پالمر در کتاب خود "تمامیت پنهان" از دو شکلی که قلب‌های ما می‌شکنند می‌نویسد: اولین تصویر قلبی است که به صورت خرد و پراکنده درآمده. دومین تصویر قلبی که به یک ظرفیت جدید شکسته و گشوده می‌شود و بدین واسطه می‌تواند رنج و شادی و امید و ناامیدی بیش‌تری را از خودمان و از جهان در خود نگاه دارد. تصویر قلب شکسته و گشوده شده در سال‌های پس از مرگ همسرم به نیروی محرک من در زندگی تبدیل شده است و به صورت هدف زندگی من درآمده است.

دوست من کندی اودده در کنیا بزرگ شد. وقتی سه ساله بود، مادر بزرگ دوست‌داشتنی‌اش پس از گاز گرفته شدن توسط یک سگ هار درگذشت. یک ناپذیری همیشه مست او را کتک زد. بهترین

دوست وی در هشت سالگی از بیماری مالاریا درگذشت. او به یک گروه خلافکار خیابانی پیوست و مواد مخدر مصرف می‌کرد، مرتکب جنایاتی شد و چندین بار نزدیک بود کشته شود. در نهایت توسط یک کشیش کاتولیک نجات یافت اما همان کشیش او را مورد سوءاستفاده جنسی قرار داد. با همه این‌ها او اکنون یکی از خوشحال‌ترین افرادی است که می‌شناسم.

یک بار از او پرسیدم که چگونه توانسته در میان این همه رنج و کشمکش تا این حد خوشحال و سرخوش باشد. پاسخ داد: «خب، وقتی مادرم با همه زجری که در زندگی می‌کشید توانسته بود من را از عشق بی‌قید و شرط خود لبریز کند، من هم می‌توانم راضی و خشنود باشم.» کندی هم عشق بی‌قید و شرط خود را به سوی دیگران سرازیر کرده است. او در محله زآغه‌نشین کیبرا در نایروبی کنیا سازمانی با نام نور امید جامعه تأسیس کرده است.

سازمانی که با فقر در شهرها مبارزه می‌کند و برای دختران امکان رفتن به مدرسه فراهم می‌کند. او به من گفت: «این سازمان زندگی من را نجات داد و به من کمک کرد که حتی در بدترین وضعیت هم مثبت‌اندیشی باقی بمانم. باعث می‌شد که احساس نکنم یک قربانی منفعل هستم، بلکه احساس کنم این آرامش و قدرت را دارم که بتوانم جامعه‌ام را تغییر دهم. فکر می‌کنم شروع این سازمان به من حس قدرت اوبونتو^{۱۲} را داد که در واقع فلسفه‌ای است که بیان‌گر احساس ارتباط با تمام انسان‌های عالم است.» در اوج مشقتی که زندگی در زآغه‌ها به انسان روا می‌دارد، هنوز هم می‌توان نوری را دید که در برابرمان می‌درخشد.

چنین افرادی یک‌جایی هستند، نه هرجایی. محلی هستند و جهان‌وطنی نیستند. آن‌ها به یک مکان خاص، به یک نقطه خاص از زمین متصل شده‌اند. سارا همین‌گر یک برنامه‌نظارت در بالتیمور تأسیس کرد. او همیشه گردن‌بندی روی گردنش دارد که نقشه شهر بالتیمور روی آن حک شده و هر روز که می‌خواهد کارش را شروع کند آن را به گردنش می‌اندازد، زیرا این همان جایی است که او خود را وقف آن کرده است. فیل گود از یانگرتاون، اوهایو، کار خود را با ایستادن در میدان شهر و نگه داشتن پلاکاردی که رویش نوشته بود از یانگرتاون دفاع کنید، آغاز کرد و زندگی خود را به کمک کردن به آن شهر برای بهبودی و احیای آن در برابر فرآیند صنعت‌زدایی اختصاص داده است. یک مربی در هیوستون به ما گفت: «وقتی به هیوستون بازگشتم، به این مکان متعهد شدم چرا که در آن بزرگ شده بودم و آن را می‌شناختم اما به دلیل جهانی شدن از آن جدا افتاده بودم.»

چنین افرادی تمایل دارند جوجه تیغی باشند نه روباه. در این قیاس معروف، روباه چیزهای زیادی

می‌داند و می‌تواند جهان را از چندین نقطه‌نظر مخالف ببیند؛ اما جوجه تیغی تنها یک چیز را می‌داند و یک ایده بزرگ دارد که زندگی‌اش حول آن می‌چرخد. این همان ذهنیتی است که بافندگان متعهد جامعه تمایل به داشتن آن دارند.

آن‌ها مسئولیت می‌پذیرند. کسی که در پس زمینه ذهن آن‌ها یک نگاه ایده‌آل نسبت به یک زندگی مسئولانه و آن‌چه قرار است انجام دهند کاشته است. برخی از آدم‌ها در خیابان راه می‌روند و اجسامی را در حال عبور از کنارشان می‌بینند؛ اما این سازندگان جامعه افراد را و نیازهایشان را می‌بینند. واکنش نشان دادن به‌طور طبیعی در آن‌ها رخ می‌دهد. چنین افرادی اگر این‌گونه رفتار نکنند، انگار خودشان را نمی‌شناسند. یک زن که در واشنگتن دی‌سی با زنان مورد ضرب و شتم قرار گرفته کار می‌کند، به ما گفت: «من این کار را می‌کنم چون به آن مثل یک شغل نگاه نمی‌کنم. این کار را انجام می‌دهم چون مادر و مادر بزرگم به من آموخته‌اند که مسئولیت ما پاسخ دادن است.» آن‌ها کار خود را به صورت واقعی انجام می‌دهند شبیه به وقتی که افراد دیگر ظرف‌ها را می‌شویند. ظرف‌ها داخل سینک آشپزخانه هستند و البته باید شسته شوند. مادر ترزا یک بار گفت: «آن‌چه من انجام می‌دهم به اندازه خنده یک کودک ساده و معمولی است.»

آن‌ها غالباً از عبارت «خوش‌رویی افراطی» برای توصیف فلسفه زندگی خود استفاده می‌کنند، زیرا هدفشان این است که هیچ‌کس نباید از خوش‌رویی و پذیرا بودن آن‌ها محروم بماند. یک جوان که در یک مرکز جوانان در واشنگتن کار می‌کند، به ما گفت: «به محض آن‌که فهمیدید که این‌ها زندگی افراد هستند، درمی‌یابید که باید جسم و جان خود را برای زندگی‌های دیگر صرف کنید. دیگر نمی‌توانید از یک زندگی دیگر رویگردان شوید.»

و این‌گونه است که آن‌ها گرفتار این تعهد می‌شوند. هم‌چون کتی و دیوید، چنین افرادی به ندرت به دنبال افرادی می‌روند که به آن‌ها خدمت می‌کنند و یا مشکلی را برای آن‌ها حل می‌کنند. این افراد هستند که در مسیرشان قرار می‌گیرند. فرانکلین پراستا که در مرکز جوانان آمریکای لاتین کار می‌کند می‌گوید: «من این کار را انتخاب نکردم. این کار من را انتخاب کرد» و در این حرف او پژواک سخنی را می‌شنویم که از بسیاری افراد دیگر نیز مانند آن را شنیده‌ایم.

این تناقضی است که افرادی که در حال یافتن خود هستند اغلب احساس می‌کنند که دارند خود را رها می‌کنند و تسلیم می‌شوند. شما با یک فرد نیازمند ملاقات می‌کنید. در ابتدا فقط متعهد می‌شوید که کمی به آن‌ها کمک کنید. یک ساعت در هفته. کار بزرگی نیست اما بعد با فرد آشنا

می‌شوید و به آن اهمیت می‌دهید و قلاب‌های تعهد تنظیم می‌شود. اکنون آن‌چه را که باید انجام شود انجام خواهید داد.

سوزان گرگ، فیلسوف، می‌نویسد: «زندگی یک شخص تنها زمانی می‌تواند معنی‌دار باشد که حقیقتاً به بعضی چیزها دقت کند، تنها زمانی که درگیر، هیجان‌زده، علاقه‌مند و متعهد شود.» به افعالی که گرگ از آن استفاده می‌کند توجه کنید: "درگیر شدن"، "هیجان‌زده شدن" و "متعهد شدن". این واژه‌ها پاسخ را در سطحی عمیق تشریح می‌کنند، نه در حد یک انتخاب آگاهانه از سوی خود. این‌ها افعالی هستند که سازندگان جامعه از آن‌ها استفاده می‌کنند.

آن‌گلی و ویلیام دیمون از استنفورد برای کتاب خود، بعضی‌ها واقعاً توجه می‌کنند این گروه از بافنده‌های تار و پود جامعه را مورد مطالعه قرار دادند. آن‌ها دریافتند که موضوع انتخاب فرد برای کنار گذاشتن و فراموش کردن خودش، بازتاب اخلاقی چندانی به همراه ندارد. نبرد درونی چندانی در این افراد وجود ندارد و آن‌ها هزینه و فایده را در نظر نمی‌گیرند. در عوض آن‌چه شاهدش هستیم اراده و صفت‌ناپذیری برای عمل، رفع ترس و تردید و سادگی نهفته در یک واکنش اخلاقی است. خطرات نادیده گرفته شدند و عواقب آن نیز هرگز در نظر گرفته نشدند.

چند سال پیش، باربارا گودسون از هوستون شروع به کوتاه کردن رایگان موهای افراد بی‌خانمان کرد. در ابتدا فقط چند اصلاح در ماه انجام می‌داد؛ اما پس از آن او شروع کرد به کوتاه کردن موهای افرادی که تازه از زندان بیرون آمده بودند و هم‌چنین زنانی که مورد ضرب و شتم قرار گرفته بودند. آن‌چه تنها با چند اصلاح سر در ماه شروع شده بود به کوتاه کردن موی صدها نفر تبدیل شد. او می‌گوید: «چه چیزی به من انگیزه داده است؟ بخشیدن عزت نفس به هر مشتری.»

اخيراً یکی از دوستانم داستان برخوردش با یک مامور مستقر در چهارراه که در فلوریدا ملاقاتش کرده بود را برایم تعریف کرد. خانم مامور بر سر تقاطعی ایستاده بود، دوستم از او پرسید که آیا تابه‌حال کار داوطلبانه‌ای در جامعه انجام داده است یا خیر؛ و او در پاسخ گفت نه چون وقتش را نداشته است؛ اما دوستم بعد از مدتی فهمید که آن خانم در واقع در همان لحظه در حال کار داوطلبانه به عنوان یک مامور کنترل عبور و مرور جلوی از یک مدرسه ابتدایی بود تا کودکان به هنگام رد شدن از خیابان در امان باشند. چند دقیقه بعد دوستم دریافت که خانم مامور قصد دارد در ساعات بعدی روز چند وعده غذایی را برای همسایگان بیمارش ببرد. هر چه او بیش‌تر صحبت می‌کرد، دوستم در مورد کمک‌هایی که او به دیگران می‌کرد اطلاعات بیش‌تری کسب می‌کرد؛ اما

او هیچ یک از این کارها را به عنوان خدمات داوطلبانه در نظر نمی گرفت. این فقط کاری است که شما انجام می دهید.

ما یاری رساندن به دیگران را به عنوان کاری می بینیم که در مناسبت های نادر انجام می دهیم، در کریسمس و تولدها؛ اما متکلم آلمانی دیتریش بونوفر اظهار داشت که «بخشیدن رابطه ای اصلی بین یک شخص و شخص دیگر است و نه ثانویه.» چیزی است بین یک عضو خانواده و عضو دیگر خانواده. بین دوست و دوست، بین همکار و همکار و بین مردم و جامعه. این تمایلی ریشه ای برای تبدیل انزوا و خودمحوری به هم بستگی و مراقبت است. شخصیت با بخشیدن و دادن خود را بیدار می کند.

وقتی با این سازندگان اجتماع صحبت می کنم واژه "پابندی" را از آن ها بسیار می شنوم. آن ها از این واژه برای اشاره به نوعی از بخشیدن استفاده می کنند که قهرمانانه یا سینمایی نیست بلکه فقط به معنی حضور داشتن و سال به سال در کنار دیگران بودن و یاری رساندن به آن ها هم در قالب روش های معمول و هم در قالب کارهای بزرگ است. این نوع از بخشیدن باعث ثبات در زندگی می شود و موجب می شود نفس شما در برابر شرایط متغیر و خروشان زندگی پیرامونتان، تداوم و پیوستگی خود را در طول زمان حفظ کند. در بعضی ها واقعاً توجه می کنند، آن کلبی و ویلیام دیمون از یک فعال ضد فقر مثالی می آورند که این موضوع را به طور شفاف ابراز می کند: «می دانم که بخشی از یک مبارزه هستم. من تمام مبارزه نیستم. مبارزه را رهبری نمی کنم. فقط مدت ها است که آن جا در کانون مبارزه هستم و می خواهم تا آخر عمر هم آن جا باشم و هیچ انتظار غیرواقعی ای ندارم؛ بنابراین من نمی توانم خسته شوم.»

رابطه محوری عمیق

بافندگانی که من با آن‌ها ملاقات کردم رویکرد و نگاهی به شدت **رابطه محور** دارند. آن‌ها به دنبال ایجاد روابط عمیق با دیگران هستند، هم برای فرونشاندن عطششان برای برقراری ارتباط با دیگران و هم به این دلیل که معتقدند تغییرات بزرگ به واسطهٔ تعمیق روابط اتفاق می‌افتد.

آن‌ها وقتی با بی‌خانمان‌ها یا فقرا یا آسیب‌دیدگان کار می‌کنند، در حقیقت دارند به موازات برنامه‌ها و سیستم‌های رفاهی بزرگی فعالیت می‌کنند که خدمات ارائه می‌دهند اما توجه چندانی نمی‌کنند. این سیستم‌ها با مردم به عنوان "موارد" یا "مشتری" رفتار می‌کنند. وجود چنین برنامه‌هایی لازم است تا به مردم ثبات و پشتیبانی مالی ارزانی کند، اما هرگز نمی‌توانند منشأ تحولی دگرگون‌کننده باشند. همان‌طور که پیتر بلوک، یکی از کارشناسان برجستهٔ جامعه، عنوان می‌کند: «با هر فرد فقیر یا آسیب‌پذیری که صحبت کنید می‌تواند فهرستی طولانی از خدماتی که دریافت کرده به شما ارائه دهد. آن‌ها از خدمات خوبی برخوردار هستند، اما اغلب باید این را بپرسید که در زندگی‌شان چه چیزی به‌طور اساسی تغییر کرده است.»

رابطه محرک تغییر است. فکر کنید که چه کسی شما را به آن چه هستید تبدیل کرده است. احتمالاً والدین، معلم یا مربی‌تان، نه سازمانی که به دنبال یک نتیجهٔ خاص و قابل اندازه‌گیری بوده. کسی که شما را به چیزی که هستید تبدیل کرده، شخصی نبوده که به دنبال ایجاد یک سیستم برای تغییر و دگرگونی باشد تا بتواند مقیاسی داشته باشد. بلکه صرفاً شخصی بوده که کاری ذاتاً خوب را انجام داده و باعث شده شما از حس شناخته‌شدن، مورد توجه دیگران بودن، مورد اعتماد بودن و قرار گرفتن در سایهٔ یک عشق بدون قید و شرط- بهره‌مند شوید، بدون این که تصویری داشته باشید و بدانید که چگونه این رابطه مسیر زندگی شما را تغییر می‌دهد.

همسر، آن اسنایدر در کتاب خود با عنوان تار و پود شخصیت در مورد نهادی با عنوان آکادمی دیگر سو در سالت لیک سیتی می‌نویسد. تمرکز این سازمان بر مجرمان بدسابقه و اصلاح‌ناپذیر معطوف گردیده است و این سازمان به آن‌ها فرصتی می‌دهد تا برای زندگی در یک خانهٔ گروهی و کار برای یک شرکت سیار، از زندان خارج شوند و زندگی خود را تغییر دهند. کل گروه در جلساتی موسوم به "بازی" دور هم جمع شده و دیدار می‌کنند. و آن‌جا که زنان و مردان حتی کوچک‌ترین تخلف‌ها و اشتباهات اخلاقی یکدیگر را گوشزد می‌کنند و دربارهٔ آن به بحث می‌نشینند. بنیان‌گذاران این سازمان می‌گویند پیوند آدم‌ها در پرتوی حقیقت و عشق اتفاق می‌افتد. حقیقت

بدون عشق زمخت است. عشق بدون حقیقت احساساتی است؛ اما اگر در خصوص پشتیبانی عاشقانه با کسی کاملاً صادق باشید، در این صورت یک رابطه قابل اعتماد خواهید داشت. هنجارها به این خاطر جاری می‌شوند که مردم یکدیگر را مسئول می‌دانند و باید در صورت نقض آن‌ها پاسخ‌گو باشند. تار و پود یک جامعه از طریق **مسئولیت‌پذیری آغشته به عشق** بافته می‌شود.

بافندگان جامعه بسیار در مورد اهمیت عمل کردن و اکتفا نکردن به حرف زدن صرف در خصوص چیزها سخن می‌گویند. آن‌ها غالباً این نگرش خود را با عنوان ¹⁷GSD توصیف می‌کنند، به معنی لعنتی رو انجامش بده! آن‌ها کتاب‌های زندگی خود را به پشتوانه اقداماتشان می‌نویسند؛ اما تأکید فراوانی هم بر گوش دادن و مکالمه با دیگران دارند. بسیاری از کارهایی که انجام می‌دهند در حکم ایجاد فضاهایی است که مکالماتی عمیق می‌تواند در آن‌ها رخ دهد. یک روز در برنامه آموزش‌های بعد از مدرسه استفانی هوروزک در هیوستون با عنوان FamilyPoint، یک پسر بچه ۱۰ ساله یادداشتی به او داد که ادعا می‌کرد روی زمین در مدرسه پیدایش کرده است. یادداشت یک‌جور سخنرانی سرشار از فحش و کلمات رکیکی بود که از صفحه کاغذ به بیرون تراوش می‌کرد. استفانی از پسرک پرسید که چه کسی چنین یادداشت خشمگینانه‌ای را نوشته و پسرک پاسخ داد که نمی‌داند.

همان شب کارکنان مدرسه تصاویر دوربین‌های امنیتی را تماشا کردند و دریافتند که پسرکی که یادداشت را آورده همان کسی است که واقعاً آن را نوشته بوده است. روز بعد آن‌ها او را با شواهد و مدارک روبرو کردند. او ابتدا آن را انکار کرد و واکنش طبیعی مسئولان هم می‌توانست مجازات کردن او به خاطر آن نوشته پراز نفرت باشد؛ اما به جای این‌که سریع عمل کنند، مدتی با او نشستند و صحبت کردند. سرانجام او شروع به گریه کرد و گفت: «من آن یادداشت را برای مردی نوشتم که به من آسیب رساند.»

معلوم شد که دو مرد با اسلحه به تازگی وارد خانه او شده و تهدید کرده بودند که او را خواهند کشت. همسایگان وی به تماس‌های مکرر مادرش توجه کردند و عملیات متجاوزان را با کوبیدن مداوم بر در خانه نیمه‌کاره گذاشتند تا وقتی که پلیس به آن‌جا رسید و به‌طور کامل آن را متوقف کرد؛ اما پسر و مادرش هر دو آسیب‌دیده بودند. آن یادداشت صرفاً تلاشی بی‌نتیجه برای مقابله و فرونشاندن آن‌چه احساس می‌کرد بود. استفانی به این فکر می‌کند که واقعاً چه اتفاقی می‌افتاد اگر آن‌ها فقط با همان اطلاعات ابتدایی‌شان پیش رفته بودند و او را مجازات می‌کردند، در شرایطی که

او کودکی بود که فقط کمک می‌خواست و این را در قالب آن یادداشت بروز داده بود. در آن صورت چه درسی را از این واقعه می‌شد به او آموخت و چه مسیری را می‌شد پیش پای او نهاد؟ درس این است که شما باید به اندازه کافی طولانی در یک گفت‌وگوی دو طرفه باقی بمانید و باید به اندازه کافی صبورانه گوش کنید.

سازندگان جامعه به یک **دوسره بودن بنیادین** باور دارند. آن‌ها کاملاً این تصور را رد می‌کنند که برخی از مردم همه‌چیز را در زندگی‌شان در نظم و ترتیبی خاص حفظ می‌کنند و برخی دیگر زندگی‌شان را از اشتباهات و نابسامانی‌ها پر می‌کنند. از نظر آن‌ها، ما همه در مظان لغزش هستیم. همان‌طور که دبلیو. اچ. آدن بیان می‌کند وظیفه ما در زندگی این است که «همسایه نابه‌کار خود را با تمام قلب نابه‌کار خود دوست داشته باشیم.»

در این میان "خیریه" واژه‌ای به غایت پلید است. همه برابر هستیم و همه به یکدیگر احتیاج داریم. سارا همینگر حتی به کار بردن کلمه "مربی" را از سازمان خود منع کرد زیرا این بدان معناست که افراد بالغ در جایگاهی بالاتر هستند و به جوانان خدمت می‌کنند. همه‌چیز به کرامت شخص مقابل شما برمی‌گردد.

عبارتی که اغلب از زبان آن‌ها می‌شنیدم "تمامیت فرد" بود. طی چند دهه گذشته، نهادهای ما تمایل به تقسیم کردن انسان‌ها به گروه‌های مختلف داشته‌اند. مدارس با کودکان به عنوان تعدادی مغز رفتار می‌کنند و که باید اطلاعات به آن‌ها پمپاژ شود. بیمارستان‌ها بیماران را به عنوان مجموعه‌ای از اعضای بدن که باید ترمیم شوند درمان می‌کنند. پزشکان افرادی را که عمل یا درمان می‌کنند واقعاً نمی‌شناسند؛ اما سازندگان جامعه در مورد لزوم اتخاذ یک رویکرد براساس تمامیت فرد صحبت می‌کنند. وقتی کودک وارد مدرسه می‌شود، مسائل بهداشتی، مسائل ایمنی، آسیب‌های عاطفی، نیازهای تغذیه‌ای، نیاز به هدف و معنا را پشت سرش جا نمی‌گذارد. هر جایی که در آن مشغول به کار هستید، باید نسبت به تمامیت فردی که با آن روبه‌رو هستید آگاه باشید و با همه پیوند ایجاد کنید.

و فراتر از همه این‌ها، روح مهربانی است. در صحبت با بافندگان، من غالباً یاد نقل قولی می‌افتم که شخصی از کتاب التیام هدف از جان ای. بیرزدورف^{۱۴} برایم نقل کرده بود:

شفقت با لطافت بیان می‌شود. وقتی به اشخاصی فکر می‌کنم که برای من تجسمی از عمق زندگی

معنوی هستند از لطافت آنها تحت تاثیر قرار می گیرم. در چشمانشان می توان بقایایی از نبردهای تن به تن با فرشتگان، هزینه های مراقبت از دیگران، کشتن جاه طلبی و نفس و آرامشی را دید که از این حقیقت ناشی می شود که آنها دیگر اندک چیزی در زندگی برای از دست دادن دارند. آنها لطیف و مهربان هستند زیرا صادقانه با نبردهایی که در برابرشان نهاده شده روبرو شده اند و به شکل سختی این را آموخته اند که هدف از زندگی بقای شخصی نیست. مراقبت و توجه آنها بسیار مهربانانه و لطیف است زیرا خودبزرگ بینی و ارائه خویشتن دیگر برایشان در معرض خطر نیست چرا که توجهی به آن نمی کنند. در اینها هیچ چیز برای چنین افرادی وجود ندارد. آسیب پذیریشان تنها در قالب حساسیت فوق العاده شان نسبت به دیگران و عشقی که فارغ از خود نثار دیگران می کنند خلاصه شده است.

اتی هیلسوم

می‌خواهم این نگاه گذرا به افراد کوهستان دوم را با توصیفی کوتاه از یک شخصیت دیگر به پایان برسانم. یک زن که به دلیل شرایط عجیب و غریب زندگی خود، با سرعتی چشم‌گیر از کوه اول به کوه دوم خود نقل مکان کرد؛ و از آن‌جا که او یک دفترچه خاطرات داشت می‌توانیم با نگاهی اجمالی ببینیم که دگرگونی از یک نابالغی خودمحو‌رانه به یک بلوغ فارغ از خود چگونه اتفاق می‌افتد.

نام او اتی هیلسوم^{۱۵} بود. وی در ۱۵ ژانویه ۱۹۱۴ به دنیا آمد و دوران نوجوانی خود را در دوتنر، یک شهر متوسط در شرق هلند گذراند. پدر او مرد خجالتی و دائماً مشغول مطالعه بود که به‌عنوان مدیر یک مدرسه محلی کار می‌کرد اما عموماً خود را از جهان دور می‌کرد و ذهنش همیشه در قلمروی ایده‌های بلند اما مبهم پرسه می‌زد. مادرش، براساس آن‌چه پاتریک وودهاوس نویسنده زندگی‌نامه هیلسوم می‌نویسد، زنی نیازمند توجه بود: «اهل هرج و مرج، برون‌گرا و پرسروصدا که به طغیان‌های عاطفی ناگهانی شناخته می‌شد.»

اتی و دو برادر با استعداد اما ناپایدارش در خانه‌ای رشد یافتند که سرشار از ملودرام، به‌هم‌ریختگی و احساسات فرسوده‌کننده بود. وی در خاطراتش، تربیت خود را به‌عنوان ترکیبی از فرهنگ طبقات بالا و بربریت عاطفی توصیف می‌کند:

فکر می‌کنم والدینم همیشه عمیقاً احساس بی‌قراری و عدم آرامش می‌کردند و هرچه زندگی سخت‌تر می‌شد، به تدریج آن‌قدر غرق می‌شدند که کاملاً در معطوف کردن ذهن خود به هر چیزی ناتوان می‌ماندند. آن‌ها به ما آزادی عملی بیش‌ازحد دادند و هیچ چیزی را به ما ارائه ندادند که بتوانیم به آن تکیه کنیم. دلیلش این بود که آن‌ها هیچ‌وقت جای خود را پیدا نکردند؛ و دلیل این‌که تقریباً هیچ کاری برای مراقبت از قدم‌هایی که ما بر می‌داشتیم نکردند این بود که خودشان راه را گم کرده بودند.

هیلسوم به یک زن جوان متزلزل و بی‌هدف تبدیل شد. در اواخر دهه سوم زندگی‌اش، او خود را در خاطراتش به عنوان «یک بی‌هویت ضعیف که بازیچه امواج است» توصیف می‌کرد. او احساس می‌کرد «پریشان... افسرده... سرشار از عدم قطعیت‌ها... عدم اعتماد به نفس. گریز از واقعیت و وحشت» است.

او هیچ ساختاری برای تثبیت زندگی خود نداشت. در ظاهر یهودی بود اما به هیچ وجه فردی مومن به شریعت یهود نبود. او هم چنین هیچ گونه احساس فکری نسبت به حقیقتی ثابت یا اعتقاداتی محکم نداشت. «مغز توانای من به من می گوید که هیچ چیز مطلقاً وجود ندارد، همه چیز نسبی، عمیقاً تغییرپذیر و در حرکتی جاودانه است.» او این رویا را در سر می پروارند مردی در زندگی اش پیدا خواهد شد که با او همراه می شد و به زندگی او جهت می دهد. همان طور که او آن را در دفتر خاطرات خود گفته؛ «آن چه واقعاً می خواهم مردی است برای زندگی و برای ساختن چیزی مشترک. تمام روابط عاشقانه زودگذر من باعث شده است که کاملاً احساس بدبختی داشته باشم و مرا از هم پاشیده است.»

وقتی هیلسوم ۲۶ ساله شد، نازی ها به هلند حمله کردند. در نخستین نوشته های دفتر خاطراتش از این ایام، شغلش به عنوان یک پس زمینه در زندگی اش به نظر می رسید، چیزی که هرگز در دیوار خودشیفتگی وی حفره ای ایجاد نکرد. او تقریباً منحصرأ درباره داستان های شخصی خودش می نوشت. در همین زمان، هیلسوم شروع به دیدن یک روان کاو به نام جولیوس اسپیر کرد که ترکیبی از خردمندی و چندش آوری بود. او زیر نظر کارل یونگ آموزش دیده بود؛ اما وی در کف بینی هم تخصص داشت و معتقد بود که صحبت کردن با یک پزشک به تنهایی کافی نیست چرا که ذهن و بدن یکی هستن. وی هم چنین اصرار داشت که به معنی فیزیکی کلمه با بیماران خود کشتی بگیرد و دست و پنجه نرم کند. بیش تر آن ها زنان جوان بودند.

اولین باری که آن ها کشتی گرفتند، هیلسوم اسپیر را به پشت انداخت. او نوشت: «تمام تنش های درونی من و نیروهای که در آن ذخیره شده بودند، آزاد شدند و او در آن جا دراز کشیده بود و همان طور که بعداً به من گفت از نظر جسمی و هم چنین روحی از جا در رفته بود. قبلاً هیچ کس نتوانسته بود با او چنین کند.»

هیلسوم عاشق او شد و رابطه عجیبی میان آن دو شکل گرفت، رابطه ای فکری، جسمی و درمانی. هیلسوم برای او نوشت: «تو عزیزم ... یک دانشگاه روانشناسی بی نظیر و خصوصی هستی. چیزهای زیادی هست که باید با تو در میان بگذارم و چیزهای زیادی هست که می توانم از تو یاد بگیرم.»

اسپیر با همه نقایص و انحرافاتش، دست کم توانست یک جهان بینی منسجم و یک آشنایی اولیه با روان شناسی معاصر به هیلسوم عرضه کند. ممکن بود او نظریات اسپیر را بپذیرد یا رد کند اما حداقل دستگیره ای وجود داشت که می توانست که به آن چنگ بیندازد یا خود را از آن دور کند.

اسپیر از او خواست که خاطرات خود را بنویسد و سویه معنوی خود را پرورش دهد. هنگامی که اسپیر در پاییز سال ۱۹۴۲ بر اثر سرطان درگذشت، هیلسوم او را به عنوان مردی «که به هنگام تولد روح من آنجا حضور داشت» به یاد آورد.

در حدود زمان درگذشت اسپیر، لحن هیلسوم در دفتر خاطرات تغییر می‌کند. تحلیل‌های وسواسی کم‌تری وجود دارد و بیشتر تمایل دارد که به بیرون نگاه کند و دنیا را به روشی مستقیم و بی‌واسطه تجربه کند. او در دفتر خاطرات خود نوشت: «تفکر شما را به جایی نمی‌رسد. تفکر ممکن است در مطالعات دانشگاهی کمک خوبی باشد، اما شما نمی‌توانید با فکر کردن به راه‌حلی برای خروج از مشکلات عاطفی برسید. این مسئله‌ای کاملاً متفاوت است. باید خود را منفعل کنید و فقط گوش کنید و با تکه‌ای از ابدیت تماسی دوباره برقرار کنید.»

یک روز او در آفتاب روی تراس سنگی خانه‌شان نشسته بود و درحالی‌که به پرندگان گوش می‌داد به درخت بلوطی زل زده بود. اولین غریزه او این بود که صحنه را با کلمات ضبط کند تا احساس لذتی را که تجربه کرده بود، توصیف کند.

به عبارت دیگر می‌خواستم طبیعت، همه‌چیز را به خودم بسپارم. احساس کردم که باید آن را تفسیر کنم؛ و واقعیت کاملاً ساده این است که چطور اجازه دادم این اتفاق برای من بیفتد... همان‌طوری که آن‌جا در آفتاب نشسته بودم، ناخودآگاه سر خود را پایین انداختم، گویی که احساس تازه‌ای را نسبت به زندگی به دست آورده‌ام. ناگهان در عمق وجودم دریافتم که چگونه کسی می‌تواند بی‌تحرك در زانوهای خودش فرو برود و آرامش را در آنجا پیدا کند، درحالی‌که صورتش را دستان خم شده‌اش پنهان کرده است.

او نوشت بیشتر زمان زندگی را در انتظار سپری کرده بود، گویا زندگی واقعی خود را زندگی نمی‌کرد و فقط تا حدی برای آن آماده است؛ اما چیزی در درونش تغییر کرد. او اکنون حسی از اضطراب داشت که به‌واسطه آن می‌توانست از جانب ایده‌آل بزرگی که می‌توانست خود را وقف آن بکند، تسخیر شود. او دعا کرد: «خدایا، مرا در دستان باشکوه خود نگاه دار و مرا به ابزاری برای خود تبدیل کن.»

او به هیچ‌وجه به‌طور رسمی فردی مذهبی نبود، اما شروع به دعا خواندن کرد. در ابتدا خود را یک فرد "زانوزده در حال تمرین" می‌خواند، زیرا عمل دعا برای او بسیار آسیب‌زا و ناراحت‌کننده به نظر

می‌رسید؛ اما بعد از مدتی به نظر می‌رسید که بدن او برای دعا ساخته شده است. «گاهی اوقات، در لحظه‌های قدردانی عمیق، زانو زدن به یک اضطرار گریزناپذیر تبدیل می‌شود... وقتی این چیزها را می‌نویسم، کمی احساس شرم می‌کنم، انگار که در مورد خصوصی‌ترین امور زندگی‌ام می‌نویسم.»

او نوشت:

در دعا دیگر موضوع این نیست من این یا آن را می‌خواهم بلکه این است که زندگی عالی و خوب و جذاب و جاودانه است و اگر چنان بر خود تمرکز داشته باشید و مدام به خود بپردازید این جریان قدرت‌مند ابدی را که خود زندگی است از دست می‌دهید. در این لحظات است - و من از آن‌ها بسیار سپاس‌گزارم - که همه‌ی جاه‌طلبی‌های شخصی از من دور می‌شوند و این که عطش دانش و درک من تسکین می‌یابد و یک قطعه‌ی کوچک از ابدیت با بال‌هایی گشوده شده بر من فرود می‌آید.

در آوریل سال ۱۹۴۲ نازی‌ها اولین مرحله‌ی احضار یهودیان را آغاز کردند و آن‌ها را مجبور به پوشیدن ستاره زرد داود کردند. هر روز صبح خبرهای بیشتر از دستگیری‌ها، خانواده‌های یهودی در حال نقل مکان، مردان اخراج شده از مشاغل و نابود شدن زندگی‌ها، و شایعاتی مربوط به اردوگاه‌های کار اجباری و اتاق‌های گاز منتشر می‌شد. برای مدتی هیلسموم تنها در جست‌وجوی سرپناهی در برابر این طوفان پناه بود.

او در اطراف محله خود قدم می‌زد و تلفات را می‌شمرد. از این خانه، یک پدر را گرفته بودند و از دیگری دو پسر را. مردم را به سمت شرق منتقل می‌کردند اما هیچ کدامشان بر نمی‌گشتند. هیلسوم نوشت: «تهدید روز به روز بزرگ‌تر می‌شود و وحشت روز به روز افزایش می‌یابد. من دعا را مثل یک دیوار محافظ دور خود می‌کشم و خود را داخل آن می‌گذارم آن‌چنان که یک نفر خود را در اتاقی در یک صومعه حبس می‌کند.»

اما به تدریج او احساس می‌کرد این رسالت بر دوشش نهاده شده که نقش موثری در نجات مردم خود داشته باشد. وی در تاریخ ۳ ژوئیه ۱۹۴۲ اذعان کرد: «آن‌چه در معرض خطر است، نابودی و از بین رفتن قریب‌الوقوع ما است. دیگر نمی‌توانیم نسبت به این موضوع توهم داشته باشیم. آن‌ها می‌خواهند ما را به‌طور کامل از بین ببرند، ما باید این حقیقت را بپذیریم و در مورد نحوه مقابله با آن تصمیم بگیریم.»

به نظر می‌رسد وحشی‌گری نازیسم پاسخی بی‌رحمانه می‌طلبد و بسیاری از ما وقتی به عقب نگاه می‌کنیم آرزو می‌کنیم که کاش مقاومت بیشتری از سوی یهودیان وجود می‌داشت و این که اگر قرار بود کسی از پا در بیاید در مبارزه از پا در بیاید؛ اما درست در حین گسترش آن نسل‌کشی، هیلسوم چنین واکنشی نداشت. «من دیگر اعتقاد ندارم که می‌توانیم در جهان چیزی را تغییر دهیم مگر آن‌که اول خودمان را تغییر دهیم؛ و این به نظر من تنها درسی است که می‌توان از این جنگ آموخت.»

اگر نازی‌ها سعی داشتند عشق را از جهان حذف کنند، او می‌خواست در قامت نیرویی در برابر آن بایستد. با بی‌رحم شدن جهان و تهی شدن قلب آن، هیلسوم احساس کرد که باید قلب خود را بزرگ کند.

این به آن معنا بود که او می‌توانست برای مراقبت از مردم خود و دختران نوجوانی که اکنون توسط نازی‌ها جمع شده بودند، آن‌چه را که در توانش بود انجام دهد. تصمیم گرفته بود که از کسانی که بر او ستم روا می‌داشتند متنفر نباشد و ترس خود را به واسطه نفرت تسکین ندهد. او خودش را اندرز می‌داد که هرگز پیش از آن‌که از شرارت دیگران متنفر باشد، از شرارت درون خود متنفر باشد.

برای افرادی که در خطر مرگ هستند، هیچ لذت کوچکی وجود ندارد. هرچه نازی‌ها فشارشان را بر محل زندگی او بیشتر می‌کردند، هیلسوم بیش‌تر از قبل بابت هر پیراهن زیبا و هر نوار معطر صابون

سپاس‌گزار بود. او مستقیماً با مرگ روبه‌رو شد. می‌پنداشت که نابودی‌اش قریب‌الوقوع است و فهمید که با کنار گذاشتن نگرش گریزان خود نسبت به مرگ و با پذیرش آن در زندگی، می‌تواند زندگی خود را بزرگ‌تر و غنی‌تر کند.

هیلسوم می‌توانست خانواده خود را به پنهان شدن ترغیب کند. از ۲۵ هزار یهودی هلندی که این کار را کردند، تقریباً هجده هزار نفر از جنگ جان سالم به در بردند؛ اما او در برابر میل به انجام این کار مقاومت کرد. زندگی‌نامه‌نویس او پاتریک وودهاوس استدلال می‌کند که سه دلیل برای این کار هیلسوم وجود داشته است. اول حس همبستگی او بود. او به همه یهودیان تعلق داشت و احساس کرد که باید زندگی خود را در ارتباط با مردمش بگذراند. اگر قرار بود دیگران به اردوگاه‌ها بروند، او علاقه‌ای به نجات خود نداشت. دوم، او پنهان کردن را با ترسیدن یکی می‌دانست و نمی‌خواست زندگی در ترس را تجربه کند. سوم، یک احساس تعهد و رسالت در او شروع به پدید آمدن کرد. او آمده بود که استعدادهای خود را درک کند و احساس کند که این استعدادها را می‌تواند در جهت یاری به یهودیان کشورش که در انتظار تبعید بودند به کار ببندد.

او برای کار به شورای یهود رفت. این سازمانی بود که تحت نظر نازی‌ها برای مراقبت از جمعیت یهودیان تأسیس شده بود. نازی‌ها دستورات لازم را می‌دادند و شورا که توسط یهودیان تشکیل شده بود، تصمیم می‌گرفت که چگونه آن‌ها را عملی کند. یهودیانی که این سازمان را تأسیس کردند این‌طور می‌اندیشیدند که می‌توانند این بدترین نسل‌کشی قریب‌الوقوع را کاهش دهند.

در ژوئن سال ۱۹۴۳ اتی داوطلب شد تا در وستربورک، اردوگاه موقتی که صد هزار یهودی هلندی در آن زندانی بودند تا سپس به شرق و به آشویتس و سایر مراکز کشتار اعزام شوند، کار کند. نوشته‌هایی که ما در این مرحله از او داریم در قالب نامه‌هایی به خانه است و نه خاطرات روزانه، بنابراین لحن آن‌ها کم‌تر از گذشته شخصی است؛ اما این موضوع ضمناً به این دلیل بود که او شروع به فراتر رفتن از خودش کرده بود. وی نوشت: «دقیقاً مثل این است که هر آن‌چه این‌جا اتفاق افتاده و هنوز هم اتفاق می‌افتد به نوعی در درون من تخفیف می‌یابد. گویی من قبلاً همه این‌ها را تجربه کرده بودم و اکنون به ساختن یک جامعه جدید و متفاوت کمک می‌کردم.»

بخش اعظم نامه‌های وی شامل توصیف افرادی است که او در اردوگاه از آن‌ها مراقبت می‌کرد، سالخوردگانی که گیج و گم می‌شدند و کودکانی که نمی‌فهمیدند پیرامونشان چه می‌گذرد. او به ویژه برای کسانی که در گذشته ثروتمند و مشهور بودند، احساس غم و اندوه کرد: «زره موقعیت،

عزت و ثروت آن‌ها فرو ریخته است و اکنون آن‌ها در پست‌ترین جایگاه بشری خود ایستاده‌اند.»

بعضی اوقات در بازداشتگاه‌های مجازات به عنوان پیام‌رسان بین کسانی که در اردوگاه به اعمال شاقه محکوم شده بودند و اعضای خانواده‌شان به کار مشغول می‌شد. به جز این، کارش این بود که در سراسر اردوگاه قدم بزند و هر کاری را که لازم بود انجام دهد؛ مثل مراقبت از بیماران و کمک به زندانی‌ها برای ارسال تلگرام به خانه. به او برای حضور در چهار بیمارستان نظامی اجازه دسترسی آزادانه داده شد و هر روز خود را بین تخت‌های بیماران می‌گذراند. زندانیان دیگر آن اردوگاه، او را در نامه‌های خود به خانه‌هایشان، تابناک و پر از گرما توصیف کرده‌اند. در این مرحله آرامش و استحکامی در نوشته‌های او وجود دارد که قبل از این که وظیفه بزرگ اخلاقی خود را بر عهده بگیرد، کاملاً غایب بود. برخی به واسطه مصیبت، پریشان و یا ناامید می‌شوند اما هیلسوم بالغ‌تر و عمیق‌تر شد. او به یکی از دوستان خود نوشت: «معجزه‌های بسیاری در زندگی بشر وجود دارد. معجزه خود من سلسله‌ای طولانی از معجزات درونی است.»

ریتم زندگی در اردوگاه با برنامه حرکت قطار هماهنگ بود. هر هفته قطاری می‌آمد تا تعداد معینی زندانی را به کام مرگ بفرستد و درست قبل از رسیدن آن لیستی از کسانی که محکوم به رفتن بودند منتشر می‌شد. نامه‌های هیلسوم پر است از توصیف محکومین هنگام سوار شدن به قطار. او از "صورت کبود یک همکار" می‌نویسد: «او کنار تخت خواب زنی در حال مرگ زانو زده است که مقداری سم بلعیده است و از قضا مادرش است.»

نامه‌های او در این مرحله از زندگی غالباً بارقه‌هایی از امیدواری درونی است.

بیچارگی آدم‌ها در این جا بسیار وحشتناک است. باین حال در اواخر شب وقتی که روز به اعماق پشت سرم عقب‌نشینی کرده است، اغلب گویی که فتری در پاهایم کار گذاشته باشند در امتداد سیم خاردار قدم می‌زنم... نمی‌توانم یک جا بنشینم، انگار که یک نیروی بنیادین و گریزناپذیر در من است. احساس این که زندگی باشکوه و شگفت‌انگیز است و روزی می‌آید که ما در حال ساختن جهانی کاملاً جدید خواهیم بود.

در ۶ سپتامبر سال ۱۹۴۳ هیلسوم از دیدن نام خودش به همراه والدین و برادرش میشا در لیست کسانی که باید با قطار فرستاده می‌شدند شوکه شد. مادرش خطاب به رئیس اس اس آلمان نوشته بود که از پسرش صرف‌نظر کند. به نظر می‌رسد که این نامه تأثیر معکوس داشت و همه آن‌ها به مرگ محکوم شدند.

یکی از دوستان هیلسوم، جوپی ولش هوور بعداً نقل کرد که در ابتدا هیلسوم از شنیدن این خبر ویران شده بود؛ اما پس از یک ساعت روحیه خود را باز یافت. او شروع به تحقیق کرد که چه آمادگی‌هایی برای این سفر می‌تواند پیدا کند. ولش هوور سپس عزیمت او را این‌گونه توصیف می‌کند: «صحبت سرخوشانه با دیگران، لبخند زدن، سخنی مهربانانه برای هر کسی که سر راهش می‌دید، پر از شوخ طبعی با شاید فقط نشانی از غم و اندوه، اما تماماً همان اتی که همه‌مان می‌شناختیم.»

هنگامی که در قطار بود کارت پستالی برای دوستی نوشت و از طریق شکافی بین در واگن‌ها به بیرون انداخت. کارت پستال به دست کشاورزان آن اطراف افتاد و به آمستردام ارسال شد. روی آن این‌طور نوشته شده بود: «کریستین، کتاب مقدس را باز می‌کنم و به طور تصادفی، این جمله می‌آید: «خداوند برج بلند من است.» من اکنون در وسط یک واگن باری پر از جمعیت روی کیسه وسایلم نشسته‌ام. پدر، مادر و میشا چند واگن آن طرف‌تر هستند. ما اردوگاه را در حال آواز خواندن ترک کردیم و پدر و مادر هم محکم و آرام بودند، میشا هم.»

هیلسوم در ۳۰ نوامبر ۱۹۴۳ در آشویتس درگذشت.

یکپارچگی

تعداد معدودی از ما ممکن است تحولی شخصی را به شکلی کامل آن‌طور که هیلسوم تجربه کرده، تجربه کنیم. تعداد معدودی از ما ممکن است به مانند بافندگان جامعه زندگی کنیم؛ اما زندگی آن‌ها یک الگو است. آن‌ها به دلایل زیادی الگو هستند اما تا حدودی به این دلیل که یک نکته اصلی را بازتاب می‌دهند؛ یکی از مأموریت‌های ما در زندگی تلفیق و اختلاط است. وظیفه ما این است که تمام قطعات پراکنده شده از خود را جمع‌آوری کرده و آن‌ها را به حالتی یگانه برسانیم، به گونه‌ای که بتوانیم به شکلی منسجم به سمت یک چشم‌انداز معین حرکت کنیم.

بعضی از افراد هرگز خود را جمع‌وجور نمی‌کنند. آن‌ها زندگی پراکنده‌ای دارند. برخی خود را جمع می‌کنند اما در سطحی پایین. زندگی آن‌ها بر خواسته‌های کوچک‌تری متمرکز می‌شود. هیلسوم خودش را در سطح بسیار بالایی جمع‌وجور کرد. هرچه شرایط بیرونی زندگی او تیره و تارتر می‌شد، او وضعیت درونی آرام‌تری می‌یافت.

و راهی که او از آن به این یگانگی دست یافت، از طریق یک فرایند درونی بی‌پایان کنکاش در خویشتن نبود. بلکه در طی فرایند بیرونی فراموش کردن تمام نفس خود اتفاق افتاد. دکتر ویلیام اچ. شلدون نوشت: «خوشبختی، حالت رفتن به جایی است که از صمیم قلب، یک طرفه، بدون احتیاط یا پشیمانی صورت می‌پذیرد.»

روش عملی که ما با اتکا به آن این کار را انجام می‌دهیم از طریق تعهدات است. با حداکثر تعهد به مواردی که واقعاً به آن‌ها اهمیت می‌دهیم و سپس خدمت به آن‌ها به شکلی صمیمانه. چالش‌های اصلی زندگی کوه دوم در این سؤال‌ها یافت می‌شوند؛ چگونه تعهد خود را انتخاب کنم؟ چگونه تصمیم بگیرم تعهد مناسب برای من چیست؟ چگونه می‌توانم بعد از انتخاب آن‌ها به تعهدات خود عمل کنم؟ چگونه می‌توانم تعهدات خود را تلفیق کنم تا در کنار هم در یک زندگی منسجم، متمرکز و با نشاط ادغام شوند؟

این‌ها سؤالاتی است که بخش بعدی کتاب به آن‌ها می‌پردازد. هدف از این بخش این است که یک کتاب راهنمای عملی (و در عین حال معنوی!) برای زندگی متعهدانه باشد، زندگی‌ای که در خدمت یک حرفه، یک ازدواج، یک عقیده و یک جامعه سپری می‌شود. زندگی در کوه دوم یک ماجراجویی معنوی است، اما روز به روز به شکلی عملی سپری می‌شود و به پیش می‌رود.

شماره کتاب (nbookcity.com)

بخش دوم: رسالت

شماره کتاب (nbookcity.com)

۹: رسالت چگونه است؟

در سال ۱۹۴۶، جورج اورول مقاله‌ای درخشان با عنوان «چرا می‌نویسم» در مورد حرفه خود به عنوان رمان‌نویس و مقاله‌نویس منتشر کرد. او در این مقاله سعی می‌کند خط بطلانی بر بسیاری از نوشته‌های زاهدنمایانه و پرمدعا راجع به نوشتن بکشد. اورول با یک احساس گناه که هرگز از خود آثارش هم دور نیست می‌خواهد شما را در معرض دید انگیزه‌های پست و خودخواهانه خود قرار دهد و حتی شاید شوکه کند.

در این مقاله او می‌گوید که به چهار دلیل اساسی می‌نویسد:

نخست، خودخواهی محض؛ میل به باهوش به نظر رسیدن و تبدیل شدن به کسی که همه در موردش صحبت می‌کنند.

دوم، یک اشتیاق زیبایی‌شناسانه؛ لذتی که از بازی با جملات و کلمات به دست می‌آورد؛ اما اورول به‌طور قطع صادق است و او باید بپذیرد که انگیزه‌های عالی‌تری نیز وجود دارد.

سوم، "انگیزه تاریخی" یا میل به فهم است؛ تمایل به دیدن چیزها آن‌گونه که هستند و پیدا کردن حقایق راستین.

چهارم، هدف سیاسی؛ تمایل به سوق دادن جهان به جهتی خاص و تغییر ایده‌های مردم در مورد این‌که جامعه باید در چه جهتی بکوشد.

اورول از آن دسته افرادی بود که از اوایل زندگی اندک آگاهی‌ای از کاری که باید در زندگی خود انجام می‌داد داشت اما به مرور زمان از آن فاصله گرفت. اوایل می‌خواست نویسنده شود؛ اما پس از مدرسه به هند نقل مکان کرد و به‌عنوان یک پلیس برای امپراتوری بریتانیا کار کرد. سپس به وطن بازگشت و اوقاتش را به بطالت گذراند؛ اما با وجود این که از نوشتن پرهیز می‌کرد به قول خودش «این کار را با آگاهی انجام می‌دادم و می‌دانستم که دارم از ماهیت واقعی خود دور می‌شوم و می‌دانستم دیر یا زود مجبورم با خودم کنار بیایم و بنشینم و کتاب بنویسم.»

سرانجام در ۲۵ سالگی تسلیم سرنوشت خود شد. او با خود تصمیم گرفت که اگر قرار است نویسنده شود باید سه کار انجام دهد. اول به زعم خودش نیاز به زندگی در بین فقرا داشت. او فردی چپ‌گرا بود اما معتقد بود که مشکل رفقای سوسیالیستش این است که آن‌ها با افراد فقیری که ظاهراً به دنبال رهایی‌شان بودند ارتباط مستقیمی ندارند؛ بنابراین در آغاز کار نویسندگی خود

ساعت‌ها را به ولگردی در خیابان‌های پست می‌گذراند. افراد بی‌خانمان در آن روزها به واسطه قانون مبارزه با ولگردان از پهن کردن بساط برای گدایی یا برپایی اردوگاه‌های دائم منع شده بودند. خیلی‌ها از روستایی به روستای دیگر در سرتاسر انگلیس نقل مکان می‌کردند و یک شب در یک هتل خیریه اقامت می‌گزیدند و شب بعدی را در یک شهر مجاور. پس از آن تجربه، اورول به عنوان ظرف‌شور در یک هتل و رستوران فرانسوی سیزده ساعت در روز کار می‌کرد. این تجربیات به او دانشی دست اول نسبت به طبقه کارگر بخشید و نفرت ذاتی وی از نهاد قدرت را افزایش داد.

در مرحله بعد او نیاز داشت تا روشی جدید برای نوشتن ابداع کند. او کسی بود که بعدتر نوشته‌های غیرداستانی را به فرمی ادبی تبدیل کرد. به عنوان مثال در استفاده از استعاره برای بیان یک نقطه نظر سیاسی به استادی رسید - مثلاً چگونه تیراندازی به یک فیل می‌توانست نمادی از همه اشتباهات امپریالیسم بریتانیا باشد - او بهره‌ای از لذت ذاتی‌ای که در روند نوشتن وجود داشت، نمی‌برد. وی نوشت: «نوشتن کتاب یک مبارزه وحشتناک و طاقت‌فرساست، مانند دوره‌ای طولانی از یک بیماری دردناک. هیچ‌کس چنین کاری را انجام نمی‌داد مگر آن‌که توسط شیاطینی که نه قادر به مقاومت در برابر آن است و نه می‌تواند درکشان کند تسخیر شده باشد.» اما درد نوشتن یک امر پالاینده بود. اورول مانند تی اس الیوت معتقد بود که نوشتن خوب مستلزم انهدام مداوم شخصیت نویسنده است. اورول نوشت: «یک از این مبارزه‌ها و کشمکش‌ها بر سر زدودن شخصیت خود نویسنده است. نثر خوب مانند شیشه پنجره است. خوب نوشتن مستلزم سرکوب خویشتن است و خواننده را در تماس مستقیم با آن چه توصیف شد قرار می‌دهد.»

سرانجام اورول تصمیم گرفت که برای تحقق ندای درونی‌اش باید به طرز بی‌رحمانه‌ای صادق باشد، حتی در مورد افرادی که از نظر فکری با آن‌ها قرابت داشت. در دهه ۱۹۳۰ که در جنگ داخلی اسپانیا فاشیست‌ها با کمونیست‌ها درگیر جنگ بودند، او به جنگ با آنارشیست‌ها رفت و موضعی ناامیدکننده را در آن اتخاذ کرد. او یاد گرفت واقعیت را بدون توهم ببیند. او آموخته بود همان‌گونه که آلبر کامو می‌گفت: «یک فرد می‌تواند حق داشته باشد و در عین حال مورد حمله دیگران قرار بگیرد، آموخته بود که زور و اجبار می‌تواند روح انسان را از بین ببرد و واقعی وجود دارد که شجاعت پاداش خود را دریافت نمی‌کند.»

اما او بدبین نشد. توتالیتاریسم در اسپانیا، آلمان و اتحاد جماهیر شوروی، اورول را در برابر چالشی اخلاقی قرار داد که برای بقیه عمر او را تحت کنترل داشت. او از آن پس نوشت، زیرا می‌خواست

دروغ را افشا کند یا به برخی واقعیت ها توجه کند. «هر خطی از کارهای جدی ای که از سال ۱۹۳۶ به بعد نوشتم مستقیم یا غیرمستقیم علیه توتالیتاریسم و سوسیالیسم دموکراتیک نوشته شده است.»

وقتی اورول از اسپانیا بازگشت دگرگون شده بود. او ندای درونی خود را از دل یک ندای دیگر تجربه کرده بود، همان لحظه پاک سازی که در آن می دانید چرا روی این زمین قرار گرفتید و بی رحمانه و خستگی ناپذیر در دنبال کردن این مأموریت می کوشید. یکی از دوستان اظهار داشت: «تقریباً گویا نوعی آتش سوزی در او رخ داده است که به طور ناگهانی شعله ور شد.» او از هر بی عدالتی عصبانی می شد و هم زمان حالتی از دلسوزی و شفقت خونسردانه در خود داشت. از دروغ خشمگین می شد اما نسبت به مردم مهربان بود. او کاملاً درگیر مبارزه با فاشیسم بود، اما همیشه به اندازه کافی از آن جدا بود که بتواند با حقایق ناخوشایند پیش رویش روبرو شود.

او همیشه هم آدمی لذت بخش نبود که در اطرافش به دیگران خوش بگذرد. او سرد، رک، تیز، مستقل، محکم و هم زمان خجالتی و مدعی بود؛ اما در اواخر عمر، هنگامی که در بستر بیماری ای مرگبار بود و کتاب معروفش ۱۹۸۴ را می نوشت، حرف هایش به خلوص میل و وحدت هدف رسیده بود. همان طور که جورج برنارد شاو زمانی در زمینه ای دیگر نوشت حرف های اورول «انبوهی از عطش و اشتها را می گرفت و آن ها را در ارتشی سازمان یافته از اهداف و اصول جای می داد.» حالا مردم او را به عنوان کسی که همچون یک قدیس در آن زمان زندگی می کرد، می شناختند.

من به تجربه اورول اشاره می کنم زیرا فکر می کنم که چنین تجربه ای ویژگی های متداول در روند پیدا کردن یک رسالت حرفه ای را به خوبی نمایش می دهد.

چیزی که همه در مورد پیدا کردن رسالت خود می دانند این است که با پیدا کردن شغل کاملاً متفاوت است. وقتی شما یک ذهنیت شغلی دارید قشر پیشین مغزتان مسئولیت تفکر و تصمیم گیری در مورد آن را دارد. شما یک فهرست از استعداد های خود تهیه می کنید. در چه کاری خوب هستید؟ و چه استعدادی در بازار ارزش دارد؟ سپس با دریافت یک آموزش خوب در توانایی های خود سرمایه گذاری می کنید. حالا مهارت های حرفه ای خود را وزن کرده اید. سپس بازار کار را بررسی می کنید تا ببینید چه فرصت هایی در آنجا وجود دارد. مشوق ها را دنبال می کنید تا بیشترین بازده سرمایه گذاری وقت و تلاش خود را به دست آورید. شما مسیر صحیحی را برای صعود به سمت بالا و به سوی موفقیت استراتژیک انتخاب می کنید.

در نهایت پاداش موفقیت خود را می‌گیرید؛ احترام، عزت نفس و امنیت مالی.

در ذهنیت معطوف به رسالت حرفه‌ای که با ذهنیت شغلی متفاوت است، شما در سطح نفس خودآگاهی خود زندگی نمی‌کنید. (که بر اساس آن کار می‌کنید، چون کار خوب منجر به درآمد خوب می‌شود یا زندگی را راحت می‌کند.) بلکه گویی در بستر یک رودخانه هستید. برخی فعالیت‌ها یا برخی بی‌عدالتی‌ها عمیق‌ترین سطح طبیعت شما را به سوی خود فرا می‌خوانند و خواستار پاسخی فعالانه از سوی شما هستند. کارل یونگ رسالت را این‌گونه توصیف می‌کند: «عاملی غیرمنطقی که انسان را قادر می‌سازد تا خود را از گله و از مسیرهای فرسوده کننده پیش روی خود رهایی بخشد... هر کسی که رسالتی دارد صدایی را از درون خود می‌شنود: او فراخوانده می‌شود.»

در ابتدا این فراخوانی اغلب زیبایی‌شناختی است. آنی دیلارد یک بار از یک دوست پرسید که چگونه فهمیده که هدفش از زندگی نقاش شدن است. وی در پاسخ گفت: «من بوی رنگ را دوست دارم.» این حس بیان‌گر یک تقدیر باشکوه نبود. صرفاً بویی بود که از تماس رنگ با بوم نقاشی حاصل می‌شد. بعضی از افراد فقط دوست دارند با اتومبیل کار کنند یا با آمار و اعداد ور برونند یا شیرینی درست کنند یا جلوی یک جمعیت سخنرانی کنند.

برای برخی دیگر، این فراخوانده شدن می‌تواند از شرایط تاریخی ما ناشی شود. همه ما در یک لحظه مشخص در یک مکان خاص هستیم و شرایط پیش روی ما مشکلاتی عینی را ایجاد می‌کند که خواستار پاسخ‌گویی و واکنش ما هستند. واسلاو هاول خود را در زندگی تحت استبداد کمونیسم یافته بود و گلوریا استینم خود را در حال گذران زندگی در جامعه‌ای تحت سلطه مردان می‌دید. این‌ها فقط چند نمونه مشهور است اما میلیون‌ها نفر رسالت خود را در مبارزه با جمع‌گرایی، نژادپرستی، سکسیسم و سایر اشتباهات یافته‌اند.

وقتی ویکتور فرانکل روان‌کاو حدود سیزده سال داشت یکی از معلمانش گفته بود که تمام زندگی چیزی جز فرایندی شبیه به احتراق مواد نیست. فرانکل از جا جهید و اظهار داشت: «آقا! اگر این‌گونه باشد پس معنای زندگی چیست؟» و او که در نوجوانی ذهنش برای یافتن پاسخی برای این سوال به شدت درگیر شده بود با نظریات فروید روبه‌رو شد. او به‌عنوان یک تراپیست جوان، مراکز پیش‌گیری از خودکشی در حوالی وین راه اندازی کرد و روش‌هایی را ابداع کرد تا به آدم‌های درآستانه خودکشی کمک کند راهی برای یافتن معنا در زندگی خود بیابند.

سپس جنگ جهانی دوم و اشغال نازی‌ها روی داد. فرانکل خود را در اردوگاه کار اجباری یافت. او فهمید که سوالات شغلی شبیه من از زندگی چه می‌خواهم؟ چه کاری می‌توانم انجام دهم تا خودم را خوشحال کنم؟ سوالات مناسبی برای این وضعیت نیستند. سوال واقعی این است: آن‌چه زندگی از من می‌خواهد چیست؟ فرانکل متوجه شد که یک روان‌شناس در اردوگاه کار اجباری مسئولیت مطالعه رنج و کاهش آن را بر عهده دارد. وی فهمید: «واقعاً مهم نبود که از زندگی چه انتظاری داریم، بلکه این اهمیت داشت که زندگی از ما چه انتظاری داشت. ما باید جلوی سوال درباره معنای زندگی را بگیریم و در عوض هر روز و هر ساعت به خودمان به‌عنوان کسانی که توسط زندگی مورد پرسش قرار می‌گیرند فکر کنیم. پاسخ ما نباید شامل گفتگو و مراقبه که باید در یک عمل درست و صحیح باشد.

زندگی در نهایت به معنای مسئولیت‌پذیری برای یافتن پاسخی مناسب برای مشکلات موجود در آن و انجام وظایفی است که زندگی به طور مداوم برای هر فرد تعیین می‌کند. "حس فراخوانی از این سؤال ناشی می‌شود" مسئولیت من در اینجا چیست؟" فرانکل به عنوان روان‌درمان‌گر در اردوگاه کار می‌کرد و به زندانیان ناامید این را یادآور می‌شد که جهان هنوز هم چیزهایی از آن‌ها انتظار داشت. آن‌ها هنوز مسئولیت‌ها و اهدافی برای پیگیری داشتند.

تقریباً تمام رسالت‌ها دارای دوره‌های آزمایشی هستن، دوره‌هایی که در آن هزینه‌ها از فایده‌ها بیشتر هستند و شخص باید آن دوره را طی کند تا به سطح دیگری از قدرت و شدت عمل برسد. در این لحظات اگر تابه‌حال با اتکا بر یک ذهنیت شغلی به جلو می‌رفتید، متوقف می‌شدید. شما بیش‌تر از آن‌که به دست بیاورید، از دست می‌دهید؛ اما شخصی که رسالتی را یافته است احساس نمی‌کند که حق انتخابی دارد. چرا که داشتن حق انتخاب ماهیت یک رسالت را نقض می‌کند؛ بنابراین درست وقتی که به نظر نمی‌رسد مبادرت به عملی فرضی مبتنی بر رسالت کاری معقول باشد، فرد از قضا بیشتر فشار می‌آورد. همان‌طور که اساتید استنفورد آن کلی و ویلیام دیمون می‌نویسند: «وقتی یک مسئله برای هویت شما محوریت و ارزش کم‌تری دارد ممکن است به‌عنوان مثال احساس کنید «من واقعاً باید بیشتر کار کنم تا به افراد نیازمند کمک کنم، اما این خیلی سخت است» یا «فقط وقتش را ندارم» اما وقتی مسئله در قلب کسی جای گرفته است، روی گرداندن از آن با هر بهانه‌ای غیرقابل تصور می‌شود.»

دومین موردی که در داستان اورول مشاهده می‌کنید این است که او از جوانی یک دید نسبتاً روشن نسبت به رسالت خود داشت؛ اما سپس از آن فاصله گرفت. شاید آن را برای دوره‌ای فراموش کرده بود. شاید او نتوانسته بود که بفهمد چطور باید امرار معاش کند. او مجبور شد دوره‌ای از سرگردانی را پشت سر بگذارد پیش از آن‌که نزد رسالتی که در تمام این سال‌ها او را به سوی خود فراخوانده بود بازگردد. این نیز غیر معمول نیست. غالباً آدم‌ها یک ندای فراخوانی را احساس می‌کنند اما واقعاً آن را درک نمی‌کنند، یا آن را فراموش می‌کنند یا اینکه بر حسب اتفاقات زندگی گم و سرگردان می‌شوند. اتفاقی که می‌افتد فقط این است که بعداً آن‌ها روایتی مرتب و خطی از زندگی خود را برای توصیف چگونگی طی کردن جاده‌ای که کمتر توسط دیگران طی شده، دست و پا می‌کنند.

افرادی که در مورد موضوع رسالت می‌نویسند، غالباً شعری از ویلیام وردزورث^{۱۶} را نقل می‌کنند که باعث می‌شود رسالت موضوعی ساده و لذت‌بخش به نظر برسد. یک صبح بسیار زود درحالی که هوا هنوز تاریک بود، وقتی وردزورث در کالج بود پس از یک مهمانی رقص شبانه تابستانی، به خانه خود در هاوکس هلد، انگلیس باز می‌گشت. پس از دو مایل پیاده‌روی، سپیده در افق سر زد. او خود را در برابر صبحی دید که «باشکوه‌تر از آن‌چه تا به حال دیده می‌شد، به استقبال من آمده بود» او نوشت که دریا، گویی از فاصله دور به من می‌خندید. کوه‌ها مانند ابرها روشن بودند. همه آفرینش

لذت خالص بود: «شب‌نم، مه و نغمه پرنندگان / و کارگرانی که به کشتزارها می‌روند.» او تحت تأثیر این زیبایی قرار گرفته بود که قلب و روح او را لمس کرده بود. ناگهان انگار دکمه‌ای را در درون او فشار داده باشند:

قلب من لبریز بود؛ من هیچ عهدی نکردم

اما عهد‌ها پیش از آن برای من بسته شده بودند؛ پیوندی که برای من ناشناخته بود به من داده شد که من چگونه باید باشم، و گر نمی‌بودم گناهی عظیم می‌بود یک روح وقف یافته.

و به راه افتادم

در یک خرسندی مالا مال از سپاس‌گزاری که حتی هنوز هم با من است.

قلب او پر شده بود. او قول خاصی نداده بود، اما به نوعی "عهدی برای او بسته شده بود". انگار چیزی برای او مقرر گردیده بود و در همان لحظه فهمید که باید شاعر شود، یک روح وقف یافته که زندگی خود را در ثبت و ضبط آنچه که در آن لحظه احساس می‌کند می‌گذراند. اگر او این عهد‌ها را برآورده نمی‌کرد می‌فهمید که "گناهی عظیم" مرتکب شده است و طبیعت و سرنوشت خود را انکار می‌کند.

آن‌چه معمولاً گویندگان این داستان ذکر نمی‌کنند این است که این روایتی نیمه‌اسطوره‌ای است. وودزورث این لحظه واضح را زمانی روایت کرد که مسن‌تر شده بود و می‌خواست نگاهی به گذشته زندگی خود داشته باشد، اما حقیقت این است که در آن زمان وضعیت برای او چندان واضح و شفاف نبود. وودزورث در میانه‌های دهه سوم عمرش سعی در یافتن چیزی در زندگی خود داشت. دانشگاه را جدی نمی‌گرفت و حتی از آن متنفر بود و در همین زمان تعداد اندکی شعر نوشت. او سعی می‌کرد درحالی‌که به اندازه کافی در حال نوشیدن و رقص باشد، معنویتی را هم در زندگی داشته باشد. در فکر وکیل شدن بود و چهار ماه را به ول گشتن در لندن مشغول شد که در این مدت تقریباً هیچ کار مفیدی انجام نداد. در شرایطی که مشغول گشتن فرانسه و شاهد وقوع انقلاب در آن کشور بود، از زنی صاحب یک فرزند شد و سپس مادر آن فرزند را رها کرد. تصور می‌کرد که احتمالاً مجله‌ای را منتشر خواهد کرد، گاهی فکر می‌کرد خبرنگار سیاسی می‌شود، در دوره‌ای هم سعی داشت به‌عنوان معلم در ایرلند کار کند؛ به عبارت دیگر، وردزورث مجبور بود دوره‌ای از حرکت در مسیرهای فرعی را از سر بگذراند و هم‌زمان منتظر بماند تا زندگی‌اش در جایی

که می‌بایست استقرار یابد و این مشابه تجربه‌ای است که بیشتر ما از سر می‌گذرانیم.

زندگی وودزورث تنها پس از آن که طی دو مرحله شانس به شکلی به او رو کرد که او پیش از آن نمی‌توانست تصورش را هم بکند، مورد توجه و تمرکز قرار گرفت. یکی از آشنایانش به نام ریسلی کالورت جرعه‌نبوغ را در او دید، آن هم زمانی که تقریباً هیچ‌کس دیگری چنین چیزی را در او ندیده بود. کالورت وصیت‌نامه خود را تغییر داد تا وودزورث در صورت مرگش ۹۰۰ پوند پول از ارثیه او دریافت کند. کالورت در زندگی وودزورث به‌عنوان یک نوع نادر از حامیان اجتماعی ایفای نقش می‌کند؛ کسی که می‌تواند در دیگران یک استعداد ویژه را ببیند، آن شخص را به سمت رسالت خود سوق دهد و برای عملی شدن آن کمک‌های واقعی ارائه کند.

کالورت یک خدمت دیگر هم در حق وودزورث انجام داد. او در ۲۱ سالگی درگذشت و به یک پشتمانه مالی به وودزورث هدیه داد. اندکی پس از آن یکی دیگر از دوستان وودزورث و خواهرش به آن‌ها پیشنهاد دادند که در ازای تدریس به پسرانشان از خانه روستایی‌شان استفاده کنند طی دو اتفاق، وودزورث پول و محل زندگی مجانی در یک ملک بزرگ را به‌دست آورده بود. بقیه داستان را می‌دانیم.

فراخوانده شدن به سوی یک رسالت امری بسیار مقدس است. احساسی عارفانه است، مانند آوایی که از اعماق می‌آید و به اعماق می‌رسد؛ اما پس از آن، در قبال شکل کثیفی که چنین چیزی در زندگی واقعی رخ می‌دهد به‌هیچ‌وجه احساس مقدس بودن نمی‌کنید. فقط حس آشفتگی و ضربه خوردن خواهید داشت. در طی چند فصل بعدی سعی خواهیم کرد که چگونگی یافتن و رشد دادن رسالت را برایتان تشریح کنم.

۱۰: لحظهٔ بشارت

وقتی ای. او. ویلسون هفت ساله بود والدینش اعلام کردند که طلاق می‌گیرند. آن‌ها او را در طول تابستان به خانهٔ خانواده‌ای فرستادند که او آن‌ها را نمی‌شناخت و قرار شد تابستان را با آن‌ها در پارادایز بیچ در شمال فلوریدا بماند. هر روز صبح ویلسون با آن خانواده صبحانه می‌خورد، سپس تنهایی به جست‌وجوی گنج در ساحل می‌رفت تا زمان ناهار برسد. بعد از ناهار دوباره به سمت آب برمی‌گشت و تا وقت شام ول می‌گشت.

موجوداتی که در ساحل می‌دید، او را طلسم کرده بودند. خرچنگ‌ها و منقارماهی‌ها، وزغ‌ماهی‌ها و گرازهای دریایی. یک روز برای اولین بار یک عروس دریایی دید. چندین دهه بعد نوشت: «یک موجود حیرت‌انگیز! چیزی که وراى هرگونه تصور قبلی من بود.» روزی دیگر در ساحل نشسته و پاهایش در آب آویزان بود که یک سفره‌ماهی غول پیکر، بسیار بزرگ‌تر از هر چیز دیگری که دیده بود آرام و بی‌صداً زیر پاهایش لغزید. «از شدت هیجان شوکه شده بودم؛ و بلافاصله با تمام وجودم احساس نیاز کردم که دوباره آن ماهی را ببینم و در صورت امکان بتوانم آن را بگیرم و از نزدیک بررسی کنم.»

برای یک کودک همه‌چیز بزرگ‌تر به نظر می‌رسد. ویلسون بعدها نوشت: «حدس می‌زنم که وقتی هفت ساله بودم حیواناتی را که می‌دیدم تقریباً دو برابر اندازه‌ای بودند که الان آن‌ها را می‌بینم.» او توسط این موجودات ساکت و بی‌صدا میبهرت می‌شد اما چیزهای دیگری را هم کشف کرد، یک دنیای جدید پنهان در زیر سطح آب برای ماجراجویی و کشف. زندگی خانوادگی او چند صد مایل دورتر از هم پاشیده شده بود اما در اینجا او یک کنجکاوی و احساس تعلق با خود داشت، چیزی که تمام عمر او دوام خواهد آورد. در آن تابستان یک طبیعت‌شناس متولد شد.

ویلسون سال‌ها بعد در کتاب خاطراتش با عنوان طبیعت‌شناس نوشت: «یک کودک با ذهنی آماده برای شگفتی به کنار آب‌های عمیق می‌آید؛ و تجربه‌ای دست اول در یک دورهٔ زمانی خاص و ویژه و نه یک دانش سیستماتیک، چیزی است که یک طبیعت‌شناس را می‌سازد... بهتر است دوره‌های طولانی را صرف جست‌وجو کردن و رویا دیدن کنید.»

این همان چیزی بود که شما می‌توانید آن را لحظهٔ بشارت ویلسون بنامید. این لحظه‌ای است که چیزی علاقه را در فرد ایجاد می‌کند یا او را مسحور می‌کند و شوقی را برمی‌انگیزد که به استقبال بخش اعظم آن‌چه در زندگی اتفاق می‌افتد، هم لذت و هم چالش، می‌رود. بیش‌تر روزها با یک

جریان غیرقابل توصیف می‌گذرند اما هر چند وقت یک بار یک شور و شوق جدید در سکوت تصور می‌شود. چیزی شما را خوشحال می‌کند و شما برای همیشه درگیر آن چیز جذاب می‌شوید. ویلسون طبیعت را در هفت سالگی یافت و هفت دهه بعدی عمرش را نیز به مطالعه آن گذراند و به یکی از برجسته‌ترین دانش‌مندان جهان تبدیل شد.

وقتی می‌شنوید بزرگسالان در مورد لحظات بشارت خود صحبت می‌کنند غالباً داستان‌هایی راجع به چیزی که از دست رفته و چیزی که به دست آمده است می‌گویند. ویلسون خانه والدین خود را از دست داد و در طبیعت خانه‌ای پیدا کرد که همیشه از او استقبال می‌کرد. مردی را می‌شناسم که پدرش در نوشیدن الکل افراط می‌کرد و خانواده‌اش همیشه به شدت کمبود پول داشتند. این مرد عاشق تجارت شد و سرانجام خود را به یک میلیارد تبدیل کرد. اندرو سولومون نویسنده وقتی بچه بود درباره هولوکاست شنید و به این فکر کرد که چقدر وحشتناک بود که یهودیان اروپا وقتی به دردرس افتادند جایی برای رفتن نداشتند. وی در یک گفت‌وگو گفت: «من تصمیم گرفتم که همیشه جایی برای رفتن داشته باشم.» همان‌طور که دوست من، آپریل لاوسون می‌گوید، همه ما به‌عنوان بچه چیزی را از دست دادیم و به‌عنوان بزرگسال، حاضریم برای به دست آوردن آن چیزهای زیادی را کنار بگذاریم.

نکته جالب دیگر در مورد لحظات بشارت این است که چقدر زیبایی‌شناسانه هستند. اغلب آن‌ها وقتی اتفاق می‌افتند که کودک چیزی را پیدا می‌کند که به نظر متعالی است. آن‌ها در جریان گذران عادی زندگی خود هستند که ناگهان زیبایی هجوم می‌آورد. برخی از مشاهده‌ها یا تجربه‌ها باعث می‌شود آن‌ها از شگفتی لال شوند و حس کنند پاهایشان کرخت شده است.

احساس شگفتی در برابر زیبایی، همراه با گیجی و سرگستگی است. شخصی که با تعجب روبه‌رو می‌شود از آن حالت معمولی صدایی که در سر تان سخن می‌گوید خارج می‌شود و می‌بیند که چیزی بزرگ‌تر از خودش را می‌داند و می‌فهمد. یک احساس گشودگی، کنجکاوی و تکریم شدید در این تجربه وجود دارد. احساس تازه‌ای از درک، تمایل به رسیدن و وابستگی به امری متعالی نیز شکل می‌گیرد.

اقیانوس برای ویلسون دنیایی کاملاً فریبنده برای کشف کردن بود. فردریک ترنر اظهار داشت: «یک چیز زیبا که هرچند در حضور بی‌واسطه‌اش بسیار هم ساده است، همیشه به ما حس عمق می‌دهد، تقریباً یک سرگیجه وحشی بی‌گناه که فرد هنگام سقوط کردن از سطوح مختلف این عمق

آن را تجربه می‌کند.»

من پسری دارم که وقتی کودکی ۵ ساله بود زیبایی یک زمین بیس بال و بازیکنان مشغول بازی در آن او را مجذوب خود ساخته بود. برای مدت‌ها بیس بال به یک مشغولیت فکری برایش تبدیل شده بود. بیس بال راهی شد که او به واسطه آن جهان را پردازش می‌کرد. ابزاری بود که با آن جغرافیا را در ذهنش حفظ می‌کرد و ریاضی را می‌آموخت. بیس بال برای او تبدیل به زبانی شد که ما به عنوان پدر و پسر با آن با یکدیگر صحبت می‌کردیم. دخترم در همان سن و سال خود را در زمین هاکی یافت و تا امروز هاکی آموزش می‌دهد. پسر دیگرم در سنین کودکی زیبایی را در فلسفه پیدا کرد. درحالی که بقیه جهان یک سردرگمی وسیع و بزرگ است، این قلمرویی است که آدم‌ها می‌توانند در آن تسلط و درک داشته باشند. جان آداناهو می‌نویسد: «بعضی از شگفت‌انگیزترین خاطرات ما از مکان‌های زیبایی هستند که ما در آن‌ها فوراً احساس کردیم که در خانه هستیم.»

کلمه یونانی معادل "زیبایی" واژه Kalon بود که کلمه امروزی Call به معنی "صدازدن و فراخواندن" از آن به وجود آمده است. زیبایی باعث تمایل به کشف چیزی و زندگی در درون آن می‌شود. کودکان پوسترهای آن چه را که عاشقانه دوست دارند روی دیوار اتاقشان نصب می‌کنند. آن‌ها تصاویری از بت‌های خود را در کلاس هنر و روی جلد دفترچه‌های خود می‌کشند. وینسنت ون گوگ در خصوص زندگی خود که روایت عشق و سواس گونه‌اش به زیبایی بود نوشت: «جست‌وجو می‌کنم. تلاش می‌کنم، تمام وجود را در آن صرف می‌کنم.»

یک روز زمانی که آلبرت اینشتین چهار یا پنج ساله بود مجبور بود به خاطر بیماری در خانه بماند. پدرش قطب‌نمایی را برای او آورد. دیدن آن قطب‌نما، با چرخش سوزن مغناطیسی تحت تأثیر یک میدان نیروی پنهان، او را لرزاند. «هنوز هم می‌توانم به خاطر بیاورم - حداقل اعتقاد دارم که می‌توانم به خاطر بیاورم - که این تجربه بر من تأثیری عمیق و ماندگار گذاشت. چیزی کاملاً پنهان پشت سر چیزهای دیگر بود که مایل بودم کشفش کنم.»

نیروهای پنهان، میدان‌های مغناطیسی، جاذبه، اینرسی و شتاب به دل‌مشغولی او تبدیل شدند. همان‌طور که یکی از زندگی‌نامه‌نویس‌هایش نوشت: «موسیقی، طبیعت و خدا در مجموعه‌ای از احساس یا یک وحدت اخلاقی برای او در هم آمیختند، تأثیری که هرگز در او از بین نرفت.»

آن کنجکاوی متافیزیکی کل زندگی او را همراهی کرد. اینشتین نوشت: «فقط کسانی که تلاش‌های

عظیم و مهم‌تر از همه، سرسپردگی کاملی که بدون آن یک پیشرفت اساسی در علوم نظری تحقق نمی‌یابد، می‌توانند قدرت احساسی را بفهمند که تنها به واسطه آن و به دور از واقعیت‌های آنی زندگی، چنین کاری می‌تواند در آن‌ها تولید کند. احساسات مذهبی یک دانش‌مند، در برابر هارمونی موجود در قانون طبیعی، شکل یک حس حیرت‌برانگیز را به خود می‌گیرد.»

واضح است که من ویلسون، ون گوگ یا انیشتین نیستم اما من هم در هفت سالگی لحظه بشارت خودم را داشتم. کتابی با عنوان خرسی به نام پدینگتون را خوانده بودم و فهمیدم (یا حداقل فکر می‌کنم که فهمیدم) که می‌خواهم نویسنده شوم. با نگاهی گذرا به گذشته آسان است که ببینیم همه قطعات چطور در کنار هم قرار گرفته‌اند. والدین من افرادی دانشگاهی بودند، بنابراین کتاب نوشتن در خانه ما دارای ارزش بود. پدربزرگ من نویسنده نامه‌های زیبایی بود که آرزو داشت نامه‌هایش را به سردبیر نیویورک تایمز بفرستد تا منتشر شوند. در همان ابتدای داستان پدینگتون، خرس کوچک از پرو به لندن سفر می‌کند. او تنهاست و در ایستگاه قطار سرگردان است تا این که یک خانواده دوست‌داشتنی او را پیدا می‌کنند و سعی می‌کنند مراقب او باشند. من حدس می‌زنم همه ما به عنوان کودکانی کم سن و سال، در بعضی مواقع احساس می‌کنیم تنها هستیم و می‌دانیم که به خانواده‌ای نیاز داریم که بخواهند ما را در جمع خود بپذیرند و مراقبمان باشند.

در پنجاه سالی که از خواندن آن صحنه ابتدایی خرسی به نام پدینگتون گذشته، احتمالاً دوستان روز هم نبوده که من چیزی ننوشته باشم یا حداقل چیزی برای نوشتن آماده نکرده باشم. اخیراً یک ساعت هوشمند مارک فیت‌بیت خریدم. ساعت مدام به من می‌گفت که بین ساعت هشت تا یازده صبح دارد خوابم می‌برد؛ اما من خواب نبودم. داشتم می‌نوشتم. ظاهراً برای من نوشتن زمانی است که قلب من واقعاً در حال استراحت است و ضربان آن به حداقل می‌رسد. این همان زمانی است که احساس خوبی با خودم دارم.

قانون خود واقعی شما

در این فصل من لحظه‌های بشارت کودکی را شرح داده‌ام و اما صد البته چنین لحظه‌هایی فقط در کودکی اتفاق نمی‌افتند. همه ما افرادی را دیده‌ایم که چنین لحظه‌هایی را یا برای نخستین بار و یا برای مرتبه دوم در سی یا پنجاه و یا هشتاد سالگی داشته‌اند؛ اما غالباً چنین لحظه‌ای وقتی در بزرگسالی اتفاق می‌افتد هنوز هم می‌توان ریشه‌های آن‌ها را تا پدربزرگ یا مادربزرگ‌های فرد و یا بعضی از بذره‌های کهنی که اولین بار هنگام جوانی و کودکی شکوفا می‌شوند، ردیابی کرد. نیچه در

مقاله خود "شوپنهاور به عنوان یک آموزگار" نوشت که راه کشف آن چه برای شما روی زمین قرار گرفته این است که به گذشته خود برگردید، زمان‌هایی را که احساس می‌کردید بیشتر از هر وقت دیگری به رضایت خاطر رسیده‌اید لیست کنید و سپس ببینید آیا می‌توانید خطی را از طریق آن‌ها ترسیم کنید یا نه.

او می‌نویسد: «بگذارید روح جوان زندگی خود را با توجه به این سؤال بررسی کند: «تا الان واقعاً چه چیزی را دوست داشته‌اید؟ چه چیزی روحتان را زنده کرده است، چه چیزی در همان زمان بر آن تسلط یافته و آن را سرشار از لذت کرده است؟» این اشیاء تکریم شده را در یک ردیف مقابل خودتان جمع کنید و شاید آن‌ها بر طبق ماهیت و نظم میان خود قاعده‌ای را برایتان آشکار کنند: قانون اساسی خود واقعی شما.»

در حقیقت مشکل یک لحظه بشارت، داشتن آن نیست بلکه درک کردن این است که شما در یک لحظه خاص آن را دارید. جهان پر از چیزهای زیبا و لحظات شگفت‌انگیز است؛ اما گاهی اوقات این لحظه‌ها بدون درک ما از اهمیت آن‌ها عبور می‌کنند. غالباً ما از لحظه‌های بشارت خود آگاه نیستیم مگر به صورت گذشته نگر. شما به عقب نگاه می‌کنید و می‌فهمید «خب، این وقتی بود که همه چیز شروع شد... این یک شرایط فوق‌العاده بعید بود که همه چیز را در این مسیر فوق‌العاده قرار داد.»

بهترین چیز در مورد لحظه بشارت این است که یک سرنخ اولیه در مورد این که هدف‌تان در کجا نهفته شده است به شما می‌دهد. بهترین چیز بعدی این است که دسته‌ای از موارد و گزینه‌های دیگر را رد می‌کند. واکر پرسى اظهار داشت: «خوش‌شانس مردی است که در دلش این باور را ندارد که هر امکانی برای او باز است.»

لحظه بشارت اد ویلسون شامل یک گام اضافه‌تر بود که آن نیز در دراز مدت، جلوه‌ای از روی کردن ناگهانی بخت و اقبال به او بود. یک روز در همان تابستان که او در پارادایس بیچ ماهی‌گیری می‌کرد یک سنجاق ماهی گرفت اما هنگام بیرون کشیدن آن از آب بی‌احتیاطی کرد و ماهی از آب به بیرون پرید و به صورت او خورد و یکی از مهره‌های روی باله‌های پشتی ماهی مردمک چشم راست ویلسون را سوراخ کرد. درد وحشتناک و طاقت‌فرسایی بود اما ویلسون نمی‌خواست ماهی‌گیری را ترک کند بنابراین در تمام طول روز در عین درد کشیدن آنجا ماند. آن شب او به خانواده میزبان گفت که چه اتفاقی افتاده است اما آن زمان درد فروکش کرده بود و آن‌ها او را نزد پزشک نبردند. بعد از چند ماه چشمش تار شد و بعد از یک عمل جراحی ناموفق، پس از مدتی بینایی آن چشم را

به‌طور کامل از دست داد.

ویلسون قرار بود یک طبیعت‌شناس باشد اما او هرگز قصد نداشت چیزی مثل پرندگان را مورد مطالعه قرار دهد که برای دیدن صحیح به استریوسکوپي نیاز داشت. او قرار بود چیزهای کوچکی را مطالعه کند، چیزهایی که می‌توانست با انگشتانش آن‌ها را بردارد و چشم چپ سالم خود را برای بررسی به آن نزدیک کند. خوشبختانه در همان سال او وقتی در خیابان پالافوکس در فلوریدا در حال قدم زدن بود، به تعدادی حشره موسوم به مورچه‌گیر که از لانه خود بیرون می‌آمدند برخورد کرد. در آن لحظه او همان احساسی را که در اقیانوس داشت در آنجا دوباره تجربه کرد. در اینجا دنیای پنهان و فریبای دیگری وجود داشت. او در آینده به مطالعه مورچه‌ها می‌پردازد و به جایگاه رفیع علمی دست می‌یابد.

چهل سال بعد اتفاقاً ویلسون در همان خیابان در فلوریدا بود. او نوادگان آن مورچه‌ها را که به سرعت در حال حرکت بودند می‌دید. مسحور، روی دستان و زانوها قرار گرفت و بار دیگر به مورچه‌گیرها نگاه کرد. یک مرد مسن درحالی که از کنار او عبور می‌کرد از دیدن مردی بالغ که در پیاده رو می‌خزید، نگران شد و از او پرسید که آیا به کمک نیاز دارد؛ اما مطمئناً ویلسون تازه به عشق کودکی خود بازگشته بود و به ندایی که در تمام عمر او را فراخوانده بود پاسخ می‌داد.

۱۱: آنچه مربی‌ها انجام می‌دهند

ویلسون خودش به تنهایی مسیر حرفه‌ای‌اش را ساخت. او تعدادی مربی داشت. اولین نفر استاد دانشگاه آلاباما به نام برت ویلیامز بود. ویلیامز او را به بازدید از طبیعت برد، به او میکروسکوپ قرض می‌داد، او را در خانه خودش پذیرفت و به طور کلی یک حس عملی را از ممکن است زندگی به عنوان یک دانشمند طبیعی به ویلسون ارزانی داشت.

به نظر می‌رسد ویلیامز کارهایی را انجام داده که مربیان خوب انجام می‌دهند. مربیان خوب شما را در تصمیمات مختلف زندگی همراهی و راهبری می‌کنند از جمله تصمیم برای تحصیل در مقاطع عالی یا در پیش گرفتن یک حرفه خاص. مربیان خوب آن خرد پنهانی را که در هر حرفه‌ای نهفته شده است به شما آموزش می‌دهند.

هر کتاب یا سخنرانی فرضی می‌تواند به شما بگوید که چطور یک کار را انجام دهید؛ اما در هر حرفه‌ای، چه آشپزی، نجاری، چه علم و چه رهبری، اشکال خاصی از دانش وجود دارد که نمی‌توانند در قوانین یا دستور العمل‌ها قرار گیرند، اشکال عملی دانش که فقط مربیان می‌توانند آن‌ها را تدریس کنند. فیلسوف مایکل اوکشات با گفتن یک داستان سعی در به تصویر کشیدن کیفیت غیرقابل توصیف این دانش عملی داشت:

داستان یک چرخ‌ساز چینی که در پایین یک سالن بزرگ در حال ساختن چرخ بود درحالی‌که دوک هوآن از منطقه چی، در انتهای دیگر سالن در حال خواندن کتاب بود. چرخ‌ساز چکش و مغارش را کنار گذاشت و دوک را صدا کرد و از او پرسید که چه می‌خواند.

دوک پاسخ داد: «کتابی که گفتارهای حکما در آن ثبت شده است.» چرخ‌ساز پرسید: «آیا آن حکما زنده هستند؟»

دوک پاسخ داد: «خیر، آنها مرده‌اند.»

«در این صورت آن چه می‌خوانید چیزی جز ته مانده و تفاله آنانی که در گذشته‌اند نیست.»

دوک خشمگین شد. چطور چرخ‌ساز جرئت می‌کرد که چنین کتابی و چنین حکیمانی را این‌طور نفی کند؟ او را تهدید کرد: «اگر می‌توانی حرفت را توضیح بدهی، از تو می‌گذرم، اگر نتوانی، خواهی مرد!»

استادکار شروع کرد: «به عنوان یک چرخ‌ساز من به این موضوع این‌طور نگاه می‌کنم؛ وقتی من یک

چرخ درست می‌کنم، اگر ضربه‌هایم خیلی کند باشد، آن‌گاه ابزارم عمیق‌تر براده برمی‌دارد اما حاصل کارش یکنواخت نیست. اگر ضرباتم خیلی سریع باشد، ثابت و یکنواخت است اما به عمق نمی‌رود. سرعت مناسب که نه کند و نه سریع باشد، نمی‌تواند به دست بیاید مگر این‌که از قلب ناشی شود. این موضوعی است که نمی‌توان آن را به زبان آورد.»

اوکشات می‌نویسد دانش فنی و علم کتابی شامل "قوانینی تدوین شده است که عمداً آموخته می‌شوند". اما در سوی دیگر دانش عملی را نمی‌توان آموخت یا یاد داد بلکه صرفاً می‌توان آن را انتقال داد یا کسب کرد. این فقط در عمل وجود دارد. وقتی در مورد دانش عملی صحبت می‌کنیم تمایل به استفاده از استعاره‌های بدنی داریم. ما می‌گوییم که کسی لم انجام برخی از کارها را دارد- توانایی ضربه زدن به یک کلید درست پیانو با نیروی کافی و سرعت کافی. ما می‌گوییم که یک شخصی برای بازی احساس دارد، یا یک نوع شهود در خصوص چگونگی رخ دادن وقایع، یا آگاهی از اینکه چه زمانی باید با مشکل دست و پنجه نرم کرد و چه زمانی آن را کنار گذاشت. می‌گوییم که فلان فرد سلیقه دارد، یک حس زیبایی شناختی در این باره که چه کالا یا ارائه‌ای عالی است و کدام یک از آنها کمی ناخوشایند است.

وقتی که یک آدم متخصص از دانش عملی خود استفاده می‌کند بیش‌تر از بقیه فکر نمی‌کند بلکه کم‌تر فکر می‌کند. او از طریق عادت، مجموعه‌ای از مهارت‌ها ایجاد کرده است و بدین ترتیب تعداد کارهایی را که می‌تواند بدون اطلاع خود آگاهانه انجام دهد افزایش داده است. این نوع دانش از طریق تجربه ایجاد می‌شود و از طریق تجربه مشترک منتقل می‌شود. این دانش توسط یک مربی منتقل می‌شود که به شما امکان می‌دهد در کنارش باشید و در هزاران موقعیت گوناگون مشارکت کنید. این نوع آموزش شخصی، دوستانه، مشترک و تعاملی است و فرد بیش از آن‌که آموزش ببیند، آن را "می‌گیرد". یک کتاب درسی می‌تواند اصول زیست‌شناسی را به شما بیاموزد اما فقط یک مربی می‌تواند به شما نشان دهد که چگونه باید مانند یک زیست‌شناس فکر کنید. این شکل از شیوه‌های عادت‌مندانه انجام کار تعریفی دوباره از فردی که در درون خود هستید به دست می‌دهد. ویلیام جیمز نوشت: «عالی‌ترین نکته در همه آموزش‌ها این است که کاری کنیم که سیستم عصبی‌مان متحد ما باشد نه عامل کمک به دشمنان.»

این‌ها کارهایی هستند که مربیان خوب انجام می‌دهند؛ اما ای. او. ویلسون خوش‌شانس بود که یک مربی خارق‌العاده دیگر هم داشت که کار و حرفه‌اش را به سطحی دیگر رساند.

پس از دانشگاه آلاباما، ویلسون برای تحصیلات تکمیلی به دانشگاه هاروارد رفت و در آنجا با فیلیپ دارلینگتون آشنا شد که در مورد سوسک‌ها مطالعه می‌کرد و پژوهش‌گر پراکندگی جغرافیایی حیوانات بود. دارلینگتون در مورد نحوه جمع‌آوری نمونه‌های خود به ویلسون مشاوره عملی داد: «هنگام جمع‌آوری حشرات، در مسیرهای پیاده‌روی به دنبال آن‌ها نباش. باید در یک خط مستقیم در دل جنگل قدم بزنی. سعی کن از هر مانعی که بر سر راهت قرار می‌گیرد عبور کنی. این کار سختی است، اما بهترین راه برای جمع‌آوری نمونه‌هاست.»

به شکلی اساسی‌تر دارلینگتون به ویلسون نشان داد که یک رسالت حرفه‌ای واقعی چیست. در جوانی دارلینگتون به سیرا نوادا در سانتامارتا صعود کرده بود و در طول راه حشره‌های مختلفی را جمع می‌کرد. در هائیتی وی برای دستیابی به قله بلندترین کوه آن کشور مجبور شد هزار متر را در دل جنگل‌های بکر صعود کند. هنگامی که دارلینگتون ۳۹ سال داشت خود را روی یک کنده درخت بر سطح آب یک برکه جنگلی راكد واقع در آمریکای جنوبی شناور کرد تا بتواند نمونه‌ای از آب را جمع‌آوری کند که به تحقیقات او کمک می‌کرد.

یک تمساح غول پیکر از آب بیرون آمد، دارلینگتون را در آرواره‌های خود گرفت و او را بارها و بارها چرخاند و او را به زیر آب کشید. دارلینگتون لگد زد و جنگید و موفق شد خودش را خلاص کند و شناکان از آب خارج شد. وقتی به کنار آب رسید تمساح دوباره حمله کرد. دارلینگتون دوباره به داخل آب کشیده شد و دوباره آزاد شد. دندان‌های تمساح هر دو دستش را سوراخ کرده بود. ماهیچه‌ها و رباط‌ها در هر دو بازوی او پاره شده بودند. استخوان‌های بازوی راست او خرد شده بود. هنگامی که افتان و خیزان به سمت یک آبادی می‌رفت، تازه فهمید که به‌خاطر از دست دادن خون تا چه اندازه دچار ضعف شده است.

ویلسون بعدها به طور کنایه‌آمیزی به این ماجرا اشاره می‌کند و می‌گوید فرار از مرگ به دستان یک تمساح اثباتی برای شخصیت فرد نیست اما آن‌چه بعد از آن اتفاق افتاد و همان چیزی بود که تأثیری عمیق بر ویلسون برجای گذاشت چنین بود. دارلینگتون برای چند ماه در گچی که دور اعضای شکسته شده‌اش گرفته بودند گیر افتاد؛ بنابراین او روشی طراحی کرد که با اتکا به آن می‌توانست جمع‌آوری نمونه‌ها را با دست چپ سالمش ادامه دهد.

یک منتقد، لزلی فیدلر در جایی نوشت: «معلم، آن آماتور حرفه‌ای، هیچ موضوعی را به واسطه آن چیزی که خودش هست نمی‌آموزد.» دارلینگتون با رفتار خود به ویلسون آموخت که زندگی یک

طبیعت‌شناس یک زندگی آسان نیست بلکه عمیقاً دشوار است. او به ویلسون آموخت که جست‌وجو برای کسب دانش در مورد جهان پیرامونمان یک مأموریت مهم است و کسانی که این کار را انجام می‌دهند بخشی از یک روند طولانی هستند که به مرور زمان به پیش می‌روند. او به ویلسون آموخت که عاشق علم بودن چه شکلی است. همان‌طور که وودزورث در کتابش پرلود می‌نویسد، «آن‌چه ما دوست داشته‌ایم، دیگران دوست خواهند داشت و ما چگونگی‌اش را به آن‌ها یاد خواهیم داد.» و این چیزی است که بیش‌تر جوانان و شاید همه ما می‌خواهیم به ما آموزش داده شود. آن‌چه اکثر مردم در زندگی و به خصوص در جوانی به دنبال آن هستند خوشبختی نیست بلکه یک میل شدید به انجام کاری است که تا عمق وجودشان نفوذ می‌کند.

ما می‌خواهیم درگیر کارهایی مهم شویم که شامل سختی و مرارت می‌شود و ضمناً شایسته آن سختی‌ها است. مربیانی که واقعاً در ذهن ما جا باز می‌کنند و حک می‌شوند، همان کسانی هستند که نسبت به ما یا دست‌کم نسبت به خودشان سخت‌گیر بودند و سرمشق مناسبی برای ما و دیگران می‌شدند، نه کسانی که بر ما سخت نمی‌گرفتند. آن‌ها کسانی بوده‌اند که تعادلی میان عشق بی‌حد و حصر با معیارهای عالی و خواسته‌های بی‌امان از جانب چیزی که آن را جدی گرفتند برقرار ساختند. فکر می‌کنیم سهولت و آسایش می‌خواهیم و البته هرازگاهی واقعاً هم همین را می‌خواهیم اما حسی در درون ما وجود دارد که آرزو می‌کند چیزی ما را فرا بخواند که به فداکاری و اختصاص دادن خودمان به آن نیاز داشته باشد.

به این ترتیب یکی از مهم‌ترین کارهایی که مربیان انجام می‌دهند این است که روز به روز به ما می‌گویند تعالی چیست. همان‌طور که آلفرد نورث وایت‌هد نوشت: «آموزش اخلاقی بدون برخورداری از یک نگرش معمولی نسبت به عظمت و تعالی غیرممکن است.» یا همان‌طور که سر ریچارد لیوینگستون بیان کرد: «ضروری‌ترین توشه برای سفر زندگی، آذوقه‌ای از ایده‌آل‌های مناسب است و چنین چیزی به روشی بسیار ساده به دست می‌آید، با زندگی کردن با بهترین چیزها در جهان؛ بهترین تصاویر، بهترین ساختمان‌ها، بهترین نظم‌های اجتماعی یا سیاسی و بهترین انسان‌ها. روش به دست آوردن طعم خوب در هر چیزی، از تصاویر گرفته تا معماری، از ادبیات تا شخصیت، از شراب گرفته تا سیگار، همیشه یکسان است؛ با بهترین نمونه‌های هر یک آشنا شوید.»

مربیان نیز با برانگیختن مستقیم ما به واسطه تعالی، یک نوع ویژه از فروتنی را به ما القا می‌کنند. آن‌ها به ما می‌آموزند که چگونه فروتنانه تسلیم وظیفه شویم. گرایش طبیعی این است که خود را در

مرکز هر فعالیتی قرار دهیم؛ که از خود پرسیم من در کارم چطور هستم؟ خوب است که این سوال را یک بار از خود پرسید اما اگر همیشه آن را از خودتان پرسید فلج کننده است. یک پرتاب کننده توپ در بیس بال که مدام به فکر چگونگی پرتاب هایش است نمی تواند به خوبی توپ را پرتاب کند. تمرکز او روی خود است، نه کارش. متیو کرافورد فیلسوف و مکانیک موتورسیکلت می گوید: «در هر رشته سخت، چه باغبانی چه مهندسی سازه و چه آموزش زبان روسی، فرد تسلیم چیزهایی می شود که روش های سرسخت و رام نشدنی خود را دارند.»

وی با استناد به آپریس مرداک این نکته را نشان می دهد: «اگر به عنوان مثال من روسی یاد بگیرم، با یک ساختار معتبر روبرو می شوم که احترام من را طلب می کند. کار دشوار است و هدف دور از دسترس و شاید هرگز به طور کامل قابل دستیابی نباشد. کار من آشکار شدن تدریجی چیزی است که مستقل از من وجود دارد. پاداش توجه من دانستن واقعیت است. عشق به روسی مرا از خودم به سمت چیزهای بیگانه سوق می دهد و چیزی است که آگاهی من نمی تواند به آن دست پیدا کند، نادیده بگیرد، انکار کند یا غیر واقعی سازد.»

مربیان همچنین نحوه برخورد با خطا را آموزش می دهند. هرچه تجربه بیشتری پیدا می کنید از طریق آن تجربه چگونگی برطرف کردن آن ها، تشخیص اشتباهات و درک خود را بسیار بهتر می کنید. مربیان این حس را به ما می دهند که چگونه پیش نویس های دوم و چهارم و دهم را بنویسیم و در این روند به ما این آزادی را می دهند که از شکست های خود نترسیم بلکه با دانستن این که بعداً می توان آن را اصلاح کرد با اعتماد به نفس بیشتری کارمان را بکنیم. به عنوان مثال یکی از کارهایی که مربیان نویسندگی خوب انجام می دهند این است که به شما یاد می دهند که از نوشتن بد نترسید. اولین پیش نویس را حتی اگر افتضاح باشد، دریافت کنید و روی کاغذ بیاورید. نفس شما در معرض خطر نیست.

سرانجام مربیان می آموزند که چگونه از مبارزه استقبال کنید و این که مبارزه قسمت خوب ماجرا است.

ویلیام جیمز یک بار از چاتا کوا^{۱۷} بازدید کرد که در آن زمان مانند حال حاضر دهکده ای شگفت انگیز در شمال ایالت نیویورک بود که پیرامون یک جشنواره موسیقی و ایده های تابستانی ساخته شده بود. آن جا فضایی آرام و متعالی دارد که می توان آن را به تجمع شنونده های کهن سال رادیو برای خواندن دعای دسته جمعی تشبیه کرد. در ابتدا جیمز کاملاً از آن جا خشنود و راضی بود. او به خاطر

می‌آورد؛ «من یک روز در عین کنجکاوی به آن جا رفتم و یک هفته ماندم. فریبندگی و راحتی همه چیز و این که چقدر همه چیز بدون گناه، بدون قربانی، بدون لکه، بدون اشک و در یک کلام بهشت طبقه متوسط بود، من را مسحور کرده بود.» و با همه این‌ها وقتی روستا را ترک کرد و به دنیای واقعی بازگشت، عمیقاً احساس راحتی کرد. او نوشت نظم حاکم بر چاتاکوا «بسیار رام شده و فرهنگشان خیلی درجه دو است و این سطح از خوبی همه چیز غیرالهام بخش است.»

جیمز نتیجه گرفت که چیزی در ما وجود دارد که به نظر می‌رسد نیاز به مشکل و غلبه بر دشواری و وجود هم‌زمان نور و تاریکی، خطر و آسایش دارد. او نوشت: «اما آن چه به نظر می‌رسد احساسات انسانی ما به آن نیاز دارند دیدن یک منازعه است. آن لحظه‌ای که صرفاً در آن میوه‌های یک تلاش حاصل می‌شود، همه امور ناچیز شمرده می‌شوند. عرق ریختن و تلاش کردن، طبیعت انسانی را تا سرحد خود به چالش کشیدن و باز زنده ماندن و سپس موفقیت خود را به پله‌ای برای دستیابی به (چالش) دیگری که هنوز هم نادرتر و دشوارتر به نظر می‌رسد تبدیل کردن؛ این‌ها چیزهای هستند که وجودشان برای ما الهام بخش است.»

جیمز اظهار داشت انسان‌ها در بالاترین حد خود حیواناتی ایده‌آل هستند؛ و زندگی آن‌ها زمانی به بهترین نحو انجام می‌شود که در خدمت یک ایده‌آل باشند. همان‌طور که او به بیانی استعاری می‌گوید: «معنای محکم زندگی همیشه همان ماهیت ابدی یک ایده‌آل غیرعادی مانند ازدواج است که هر چه قدر خاص اما با قدری وفاداری، شجاعت و استقامت و با اندکی درد و رنج در مردان و زنان تحقق می‌یابد.»

و البته آخرین کاری که یک مربی انجام می‌دهد این است که شما را به دل دنیا بفرستد و به تعبیری شما را به حال خود رها کند. مربی من در اوایل کارم ویلیام اف. باکلی جونیور بود. هجده ماه برای او در مجله‌اش کار کردم و در این دوره او به من یاد داد که عالی بودن چطور به نظر می‌رسد. سپس او مرا به دنیای بیرون فرستاد و پس از آن من هرگز واقعاً به او نزدیک نبودم. برخی از افرادی که همان کار من را انجام داده و این روند را طی کردند به همین دلیل آسیب دیدند. من در سال‌های بعد دلم برایش تنگ شده بود اما هنوز هم فکر می‌کنم باکلی کار درستی انجام داد. در بعضی مواقع باید اجازه دهید بزرگسالان و یا کودکانی که تحت حمایت شما بوده‌اند فقط بروند.

سرانجام همه به حال خود رها می‌شوند. شما به تنهایی با تصمیمات بزرگی روبه‌رو می‌شوید. شاید شما واضح‌ترین و شفاف‌ترین لحظه بشارت را داشته باشید. شاید شما بهترین مربی را داشته

باشید؛ اما تصمیمات بزرگی و گیج کننده‌ای در برابرتان پدیدار خواهند شد. آیا این کار را انجام دهم یا آن شغل را بپذیرم؟ آیا از استعدادهای خود به این روش استفاده کنم یا به آن روش؟ به این شهر نقل مکان کنم یا آن شهر؟

چگونه تصمیماتی بزرگ و متحول کننده در زندگی بگیریم؟ این مشکلی است که اکنون به آن می‌پردازیم.

شهر کتاب (nbookcity.com)

۱۲: مسئله خون آشام

بیا بید فرض کنیم که شما این امکان را دارید که یک خون آشام باشید. با یک گاز جادویی می‌توانید جاودانگی، قدرت فوق بشری و یک زندگی پرزرق و برق را به دست آورید. حالا شما انواعی از مهارت‌های جدید دارید. شب‌ها می‌توانید پرواز کنید و حتی فرض کنید لازم نیست خون انسان را بنوشید. می‌توانید بدون آن که به کسی آسیبی بزنید مثلاً خون گاوی را که اهدا شده دریافت کنید. دوستانی که این تجربه را پشت سر گذاشته‌اند می‌گویند باورنکردنی است. آن‌ها ادعا می‌کنند که به عنوان خون آشام‌ها جهان را به شکل تازه‌ای تجربه می‌کنند که وقتی انسان بودند حتی تصورش را هم نمی‌کردند.

آیا حاضرید این کار را بکنید؟ آیا با علم به اینکه دیگر هرگز نمی‌توانید به عقب بازگردید با دریافت آن گاز متحول‌کننده زندگی‌تان را برای همیشه تغییر دهید؟

مشکل این است که شما باید از فکر انسانی خود استفاده کنید تا سعی کنید حدس بزنید که آیا از خون آشام بودن لذت می‌برید یا خیر. تبدیل شدن به خون آشام همان چیزی است که ال. ای. پال فیلسوف از آن به عنوان "انتخاب دگرگون‌کننده" یاد می‌کند. این انتخابی است که شما را برای همیشه تغییر می‌دهد.

زندگی پر از مسئله خون آشام است. ازدواج شما را به فردی متفاوت تبدیل می‌کند. داشتن بچه، این که چه کسی هستید و چه می‌خواهید را تغییر می‌دهد. مهاجرت به یک کشور جدید، گرویدن به یک آیین متفاوت، رفتن به مدرسه پزشکی، پیوستن به ارتش، تغییر شغل و تصمیم‌گیری در مورد محل زندگی هم همین‌طور. هر وقت به چیز بزرگی متعهد می‌شوید، در حال اقدام به یک انتخاب دگرگون‌کننده هستید.

همه تصمیمات ما شامل مقادیر زیادی از عدم قطعیت در مورد آینده است. آن‌چه انتخاب‌های دگرگون‌کننده را بسیار دشوار می‌کند این است که شما نمی‌دانید حدس بزنید که بعد از این که بوالهوسی‌های زندگی شروع به نشان دادن اثرات خود کردند، خود تغییر یافته شما چه شکلی خواهد بود و چه می‌خواهد. چیزهایی که اکنون شیرین به نظر می‌رسد ممکن است برای خود جدیدتان نفرت‌انگیز به نظر برسد. انواع بدبختی‌ها و شادی‌ها که هیچ کدام از آن‌ها را تاکنون تجربه نکرده اید، ممکن است مثل مور و ملخ در آینده شما وجود داشته باشد. فهمیدن خود فعلی خودش

به اندازه کافی دشوار است اما شناختن خود تغییر یافته‌تان در آینده تقریباً ناممکن است. شما نمی‌توانید با اتکا به تفکر عقلانی به این مشکل بیندیشید، زیرا هیچ اطلاعاتی نسبت به خواسته‌های خود دگرگون شده‌تان ندارید.

علاوه بر این، شما می‌دانید که این انتخابی است که به شکلی ماندگار بر زندگی‌تان سایه می‌افکند. هر انتخاب در حکم دست رد زدن به انتخابی دیگر یا بی‌نهایت انتخاب‌های دیگر است. پس از انتخاب یک مسیر همواره و تا ابد نسبت به مسیرهایی که طی نکرده‌اید آگاه خواهید بود. ممکن است خود را برای باقی عمر در معرض یک پشیمانی بزرگ قرار دهید.

کافی‌ست به اطراف خود نگاه کنید و ببینید که آدم‌ها با این نوع تصمیمات دگرگون‌کننده روبه‌رو هستند و بسیاری از آن‌ها به شدت با انتخاب‌هایشان گند می‌زنند. بیش از یک سوم از همه ازدواج‌ها به طلاق ختم می‌شوند. همه ما افرادی را می‌شناسیم که سالیان درازی را در مسیرهای شغلی‌ای هدر می‌دهند که آن‌ها را راضی نمی‌کند. ۸۳ درصد از کل ادغام‌های شرکت‌ها منجر به ایجاد هیچ ارزشی برای سهامداران نمی‌شود و تمام این ادغام‌ها پس از ماه‌ها و سال‌ها تجزیه و تحلیل انجام می‌شوند. همان‌طور که ال. ای. پال می‌گوید هنگام تصمیم‌گیری در زندگی «نباید خودتان را گول بزنید. حقیقت این است که هیچ تصویری نسبت به آن‌چه انتظارتان را می‌کشد ندارید.»

جای تعجب نیست که بسیاری از افراد به هراس از تعهد مبتلا هستند؛ و جای تعجب نیست که برخی افراد آن‌قدر از کلنجار رفتن با انتخاب‌های بزرگ فلج شده‌اند که به نظر می‌رسد فقط دارند در فضای بین آن‌ها خواب‌گردی می‌کنند. تناقض زندگی این است که به نظر می‌رسد مردم بیش‌تر از فکر کردن به گزینه‌های بزرگ با دقت بیشتری در مورد انتخاب‌های کوچکشان فکر می‌کنند. آن‌ها قبل از خرید ماشین همه رتبه‌بندی‌ها را می‌خوانند یا قیمت‌های فروش مجدد آن‌ها را در اینترنت و غیره بررسی می‌کنند؛ اما وقتی نوبت به انتخاب حرفه می‌رسد به جای اینکه تصمیم بگیرند ترجیح می‌دهند سر بخورند. بیش‌تر مردم به صورت تدریجی به یک حرفه یا شغل سر می‌خورند زیرا کسی به آن‌ها این شغل را داده است. با کسانی که سر راهشان قرار می‌گیرند و مدتی با آن‌ها زندگی می‌کنند ازدواج می‌کنند. برای بسیاری از افراد، انتخاب‌های بزرگ زندگی واقعاً انتخاب نیستند بلکه به ش‌ن‌های روان بیابان می‌مانند. شما صرفاً در محلی که تصادفاً در آن ایستاده‌اید فرو می‌روید.

متکلم آلمانی دیتريش بونهافر در جایی نوشت: «قابل توجه است که من هرگز درباره انگیزه‌های

پشت تصمیم‌هایم کاملاً شفاف نیستم.» دانیل کانمن و آموس تورسکی^{۱۸}، دو نفر از بزرگ‌ترین متفکران تاریخ، تمام دوران حرفه‌ای خود را صرف مطالعه در خصوص تصمیم‌گیری کردند؛ اما اگر از آن‌ها در مورد تصمیمی که همان اول به این منجر شد که خود آن‌ها وارد روان‌شناسی شوند بپرسید به سختی می‌توانند پاسخی درخور به شما ارائه دهند. تورسکی گفت: «دانستن چگونگی انتخاب یک مسیر در زندگی بسیار دشوار است. بیش‌تر انتخاب‌های بزرگی که انجام می‌دهیم عملاً تصادفی هستند.»

بنابراین چگونه می‌توانید این تصمیمات بزرگ را بگیرید؟ چگونه تصمیم می‌گیرید در چه حرفه‌ای کار کنید، با چه شخصی ازدواج کنید، در کجا زندگی کنید و چگونه دوران بازنشستگی خود را سپری کنید؟

برخی از افراد به الگوی "خودتان می‌فهمید" تکیه می‌کنند. به وقتش، وقتی که گزینه‌ی درستی پیش رویتان قرار گرفت، شما آن را احساس می‌کنید و خودتان می‌فهمید. تی. دی. جیکس^{۱۹} می‌گوید زندگی مانند داشتن یک دسته کلید بسیار بزرگ است و تنها یک قفل وجود دارد که بهترین زندگی برای شماست. برخی از کلیدها را امتحان می‌کنید و در نهایت به یکی از آن‌ها می‌رسید که متفاوت است. به محض این که آن را درون سوراخ کلید قرار می‌دهید، قبل از آنکه حتی آن را چرخانده باشید احساس می‌کنید که این همان کلیدی است که دنبالش می‌گشتید.

در این روش نشانی از خرد و فرزانی وجود دارد. موقعیت‌هایی وجود دارد که در آن افرادی که وقت کم‌تری برای تفکر دارند تصمیمات بهتری می‌گیرند؛ اما اینجا خرد کافی در این روش وجود ندارد. آیا واقعاً قصد دارید بر اساس یک احساس لحظه‌ای بر سر زندگی خود شرط‌بندی کنید؟ بر اساس یک شهود؟

اول از همه، شهود ناپایدار است. احساسات معمولاً در روزها یا حتی دقایقی پس از تجربه کردنشان زودگذر و گاه غیر قابل توضیح هستند. من به تازگی در حال بررسی یک شغل بودم و در حین رقابت برای به‌دست آوردنش انواع دلایل را برای لذت بردن از آن شغل که عمدتاً در ارتباط با جمع‌آوری اعانه‌ها و مدیریت آن‌ها بود، برای خودم اختراع کردم. سپس وقتی که آن شغل به من نرسید، احساس کردم خیالم راحت شده است؛ واقعاً چه فکر می‌کردم؟ من یک آدم میان‌سال هستم و ظاهراً هیچ ایده‌ای نسبت به این که واقعاً کی هستم ندارم.

دوم، شهودهای ما غالباً گمراهان می‌کنند. کانمن و تورسکی، به همراه بسیاری دیگر از اقتصاددانان رفتاری، چندین و چند کتاب نوشته‌اند درباره تمام اشکالی که شهودهای ما می‌توانند به ما خیانت کنند؛ زیان‌گریزی، اثر تحریکی، اثر هاله، جانبداری خوش‌بینانه و غیره. من دوستانی دارم که شش ماه را به فکر کردن به این اختصاص داده‌اند که فلان فرد عشق زندگی آن‌هاست و بعد چهار دهه آینده را به این فکر می‌کردند که انتخاب آن شخص یک فاجعه مطلق بود. همان‌طور که جورج الیوت یک بار گفته است: «زن و مرد درمورد نشانه‌های خود اشتباه می‌کنند، آرزوهای مبهم و درک‌نشده خود را گاه با استعداد، گاهی با دین و غالباً با یک عشق محکم اشتباه می‌گیرند.»

سرانجام، شهود تنها در انواع خاصی از تصمیمات قابل اعتماد است. "شهود" یک کلمه فانتزی برای تشخیص الگوهاست و فقط در زمینه‌هایی قابل اعتماد است که در آن تجربه زیادی دارید و در آن ذهن این وقت را دارد تا بر الگوهای مختلف تسلط و مهارت یابد؛ اما وقتی یک انتخاب دگرگون‌کننده انجام می‌دهید در حال جهش به یک منطقه ناشناخته هستید. شما الگوهای آن‌جا را نمی‌شناسید. شهود نمی‌تواند در این خصوص چیزی به شما بگوید بلکه فقط در مورد آن حدس‌هایی می‌زند.

افسانه عقلانیت

روش به ظاهر بهتر به ویژه در فرهنگ ما گام برداشتن و تصمیم‌گیری "عقلانی" است. احساسات خود را کنار بگذارید و یک دیدگاه علمی و متفاوت را اتخاذ کنید. یک روش مهندسی، یک مدل طراحی یا برخی از تکنیک‌ها را پیدا کنید که به شما امکان این فاصله گرفتن را می‌دهد. یک دفترچه یادداشت بردارید و لیستی از هزینه‌ها و فایده‌های هر طرف را بنویسید.

با رویکرد عقلانی و علمی به تصمیم‌گیری می‌توانید آن را به مراحل شفاف و روشن تقسیم کنید. کارشناسان تصمیم‌گیری صفحات کتاب‌های خود را با مراحل مشخص تصمیم‌گیری پر کرده‌اند؛ آمادگی (شناسایی مشکل؛ تعیین اهداف خود)، جست‌وجو (جمع‌آوری لیستی از مشاغل ممکن یا افرادی که به شما در رسیدن به اهدافتان کمک می‌کنند)، ارزیابی (تهیه نمودار و رتبه‌بندی گزینه‌ها در مقیاس یک تا ده با توجه به ویژگی‌های مختلف)، رویارویی (پرسیدن سؤال‌های تأییدکننده؛ ایجاد اختلاف نظر سازنده برای به چالش کشیدن مواضع موجود)، انتخاب (جمع کردن نمرات؛ ایجاد یک جدول نتایج که به شما در پیش‌بینی نتیجه آینده هر انتخاب کمک می‌کند).

اگر این نوع روش رسمی را در پیش بگیرید، مطمئناً می‌توانید چهارچوب‌های مفیدی را پیدا کنید و

آن‌ها را به کار ببندید. به عنوان مثال، وقتی می‌خواهید شغل فعلی‌تان را ترک کنید قانون ۱۰-۱۰-۱۰ را اعمال کنید. این تصمیم در ۱۰ دقیقه، ۱۰ ماه و ۱۰ سال چه حسی خواهد داشت؟ این به شما کمک می‌کند رنج عاطفی کوتاه مدت هر تصمیم را در مواجهه با پیامدهای بلند مدت قرار دهید.

شهر کتاب (nbookcity.com)

هنگام خرید خانه، هجده خانه را در بازار جست و جو کنید بدون این که در مورد هیچ یک از آن ها تصمیمی بگیرید. سپس پیشنهاد خرید خود را برای نخستین خانه بعدی که از هجده تایی اول بهتر است اعلام کنید. این تضمین می کند که شما قبل از انتخابتان یک تعداد کافی از خانه هایی را که در بازار ملک وجود دارد را دیده اید.

روش های عقلانی همه برای خنثی کردن تعصبات و جانبداری های شناختی ما طراحی شده اند. به عنوان مثال مردم به چیزی که به آن "چارچوب باریک" گفته می شود تمایل دارند. همان طور که کارشناسان مدیریت، چیپ و دن هیث^{۲۰} معتقدند آدم ها سعی می کنند هر سؤال بی جواب را به یک سؤال «آیا این طور است یا نه»، یا یک سؤال «یا این یا آن» تبدیل کنند. مردم به طور ناخود آگاه به تصمیمات به عنوان انتخاب بین دو گزینه فکر می کنند. آیا باید این کار را انجام دهم یا نه؟ باید با از سوزان جدا شوم یا نه؟ در اکثر لحظات مهم تصمیم گیری در حقیقت گزینه های بسیار دیگری وجود دارند که با استفاده از این نقطه نظر فیلتر می شوند. برادران هیث استدلال می کنند که هر وقت خود را در حال گفتن «آیا این ایده خوبی است یا نه» می بینید، به عقب برگردید و گزینه های بیش تری پیدا کنید. شاید این پرسش که آیا باید از سوزان جدا شوم یا نه اساساً مطرح نباشد بلکه سوال اصلی می تواند یافتن روشی تازه برای بهبود روابطتان باشد.

دیمون^{۲۱} شما

به نظر می رسد روند تصمیم گیری عقلانی در برابر کارها و تفکرات احمقانه کاملاً محفوظ و نفوذناپذیر است؛ اما متأسفانه وقتی پای تصمیم گیری در مورد تعهدات بزرگ در زندگی به میان می آید این هم ناکافی است. مشکل اول مشکلی است که در آغاز این فصل شرح داده شده است. شما نمی توانید اطلاعاتی راجع به خود تغییر یافته تان داشته باشید بنابراین نمی توانید با توسل به استدلال به شبهات احتمالی فکر کنید. مشکل دوم این است که وقتی شما در مورد یک تعهد بزرگ تصمیم می گیرید، در مورد هدف و معنای غایی اخلاقی زندگی خود تصمیم می گیرید.

منطق نمی تواند خیلی به یافتن پاسخی برای این سؤالات غایی کمک کند. منطق زمانی به کار می آید که شما یک بازی را با مجموعه ای از قواعد مشخص انجام می دهید. هنگام خرید یک دستگاه توستر، شما صرفاً یک دستگاه می خواهید که نان را برایتان گرم کند؛ اما تصمیمات مربوط به تعهد چنین نیست. هنگام تصمیم گیری در مورد تعهد تعیین هدف زندگی تان بزرگترین بخش مسئله است. در اینجا مسئله افقی نهایی است که در زندگی تان آن را تصور می کنید. این سؤال که

بهترین چیز برای من چیست سؤال متفاوتی از این است که چگونه می‌توانم در بازی مونوپلی برنده شوم؟

اگر برای یافتن حرفه مناسب خود به سراغ اساتید مدعی مشاوره شغلی می‌روید سوالی که بسیاری از آن‌ها در مرکز جست‌وجوهای شما قرار می‌دهند این است که "استعداد من چیست؟" یکی از مشکلات اصلی در دنیای مشاوره شغلی، کمک به افراد در شناسایی نقاط قوت و سپس کمک به آن‌ها برای تشخیص نحوه بهره‌برداری از آن‌ها است. یکی از مسائل هم اینجا است که در انتخاب یک مسیر شغلی، استعدادها باید بر علاقه غلبه کنند. اگر واقعاً به هنر علاقه مند هستید اما واقعاً آنقدرها خوب نیستید، احتمالاً شغل خسته کننده طراحی برای شرکتی که ته‌دلتان اساساً به آن اهمیتی نمی‌دهید نصیبتان خواهد شد. هنگام انتخاب مسیر حرفه‌ای بپرسید که من در چه زمینه‌ای با استعداد هستم؟

ممکن است وقتی می‌خواهید دغدغه‌تان را در مورد امر نه‌چندان مهمی مانند یک حرفه شغلی حل و فصل کنید چنین کاری خوب باشد؛ اما اگر می‌خواهید رسالت خود را پیدا کنید، سوال درست این نیست که من در چه کاری خوب هستم؟ مسئله در اینجا این سؤال‌های سخت‌تر است؛ چه چیزی در من ایجاد انگیزه می‌کند؟ چه فعالیتی را آن‌قدر دوست دارم که می‌خواهم برای چند دهه آینده در آن بهتر شوم؟ آرزو می‌کنم چه چیزی مرا در عمق وجودم لمس کند؟ در انتخاب یک رسالت دقیقاً اشتباه این است که بگوییم استعداد باید بر علاقه غلبه کند. علاقه استعداد را چندبرابر می‌کند و در بیشتر موارد از استعداد مهم‌تر است. زمینه بسیار مهمی که باید در هر جست‌وجوی حرفه‌ای مورد بررسی قرار بگیرد، قلمروی قلب و روح شما و انگیزه بلند مدت‌تان است. دانش فراوان است، انگیزه کمیاب است.

رابرت گرین در کتاب "تبحر" به عمق یک حقیقت اساسی راه پیدا می‌کند: «تعهد عاطفی شما به آن‌چه انجام می‌دهید مستقیماً به کار شما برگردان می‌شود. اگر با نیمی از قلب به سر آن کار خود بروید، آن را در نتایج مستقیم آن و راهی که به سختی و با تأخیر به پایان آن رسیده اید، خواهید دید.»

یونانیان مفهومی داشتند که بعداً توسط گوته پرداخته شد، بنام دیمون. یک شبح، وسواس ذهنی و یا منبعی برای یک انرژی جنون‌آمیز و گاه شیدایی که ما را به انجام کاری فرا می‌خواند. دیمون‌های ما خوشه‌های مرموز انرژی در اعماق ناخودآگاه ما هستند که توسط یک واقعه اسرارآمیز در کودکی

که ما به طور ناقص آن را درک می‌کنیم فعال شده اند، یا با تجربه‌ای از یک تروما یا به واسطه جلوه‌هایی از عشق یا شادی یا اشتیاق زیاد که ما بقیه زندگی خود را صرف تلاش برای باز پس گرفتنش می‌کنیم. دیمون خود را به عنوان یک علاقه و سواس گونه می‌شناساند، مانند احساس حضور در خانه در یک مکان خاص، انجام یک فعالیت خاص؛ ایستادن در برابر دانش‌آموزان یا دانشجویان در یک کلاس درس، کمک به یک بیمار مریض برای بیرون آمدن از بستر بیماری و یا پذیرایی از مهمانان در یک هتل.

وقتی فردی را در اوج قدرت خود می‌بینید، به این دلیل است که او با دیمون خود، آن زخم، آن اشتیاق، آن تنش غیرقابل تحمل ارتباط برقرار کرده است. این امر به ویژه در نویسندگان و دانشگاهیان مشهود است. غالباً یک مسئله اصلی وجود دارد که تبدیل به یک مشغولیت ذهنی برای آن‌ها می‌شود و روحشان در تمام مدت عمر خراش می‌دهد. به عنوان مثال، دبلیو توماس بویس محقق برجسته روان‌پزشکی کودکان است. او به خاطر نظریه خود در مورد ارکیده و قاصدک مشهور است. بعضی از بچه‌ها به شدت واکنش‌پذیر (ارکیده) هستند و بسته به شرایط یا به ارتفاعات خارق‌العاده صعود می‌کنند و یا در اعماق فرو می‌روند. برخی دیگر کم‌تر نسبت به شرایط پیرامونی واکنش می‌دهند (قاصدک). حتی شرایط بد هم نمی‌تواند مانع صعودشان به بالا شود.

مطابق آن‌چه او خودش در کتاب خود به نام ارکیده و قاصدک می‌نویسد علاقه این محقق به این موضوع هم تصادفی نبوده است. وی خواهری به نام مری داشت که درخشان و زیبا و کاریزماتیک بود. او در زمان کودکی همیشه کارهای جسورانه‌ای انجام می‌داد. یک شب موقع خواب موفق شد یک جعبه کامل پر از کشمش‌های کوچک را یک به یک از دماغش بالا بکشد. (که البته در نهایت منجر به مراجعه به مطب پزشک شد). اما با بزرگ‌تر شدن تأثیرات دوران کودکی مختل شده وی آشکارتر شد. او موفق به اخذ مدرک دانشگاهی از استنفورد و یک مدرک دانشگاهی از دانشگاه هاروارد شد اما مشکلات سلامت روانی او بیش‌تر و شدیدتر شد و سرانجام درست قبل از پنجاه و سومین تولدش، زندگی خود را به پایان رساند. بویس زندگی خود را با حس نگرانی نسبت به خواهرش گذراند و تضاد اساسی میان آن دو مشغولیت ذهنی‌اش بود؛ دو فرزند یک خانواده با یک زمینه مشترک. یکی به شدت و و به طور غم‌انگیزی واکنشی و دیگری غیر واکنشی. این کانون و خیم عاطفی بود که بخش عمده‌ای از کارهای او را در آینده به خود اختصاص داد.

وقتی می‌بینید که شهری در کوران یک رنسانس هنری قرار دارد - مانند فلورانس در قرن پانزدهم و

شانزدهم- به این دلیل است که مردم آن درگیر مواجهه شدید ارزش‌هایی متفاوت در ژرفای فرهنگشان هستند و با آن-معمولا به شکلی بی‌ثمر- کلنجار می‌روند تا بتوانند تنش‌ها را رفع کنند. در مورد فلورانسی‌ها، درگیری بین زیستگاه‌های اخلاقی کلاسیک و مسیحی انرژی بسیار زیادی را در مردم برانگیخت. فلورانسی‌ها به هزار روش گوناگون سعی داشتند آن امر غیرممکن را ممکن سازند.

هنگامی که یک شخص یا یک جامعه دیمون ویژه خود را لمس می‌کند، وقتی با برخی از تنش‌های غیرقابل حل روبرو می‌شود، خلاقیت آن می‌تواند مانند نوعی انفجار هسته‌ای شگفت‌انگیز باشد. هنگامی که یک فرد یا یک فرهنگ خارج از محدوده دیمون‌های خودش قرار می‌گیرد، همه چیز تقلیدی و احساساتی می‌شود. شخص یا فرهنگی که تماس با دیمون خود را از دست داده است، ارتباط با زندگی را از دست داده است. فقط کافی است به هنر فلورانس در یک قرن بعدتر از آن نگاه کنید.

محدوده کثیف بزرگ

هنگامی که به دنبال رسالت خود می‌گردید به دنبال یک دیمون هستید. شما سعی می‌کنید همان سقوطی را که موضوع اصلی این کتاب است به ثمر برسانید - از خواسته‌های خودمحورانه خود پایین بیایید و به درون بستر، جایی که خواسته‌هایتان به طرز مرموزی شکل می‌گیرند فرو بغلتید. شما سعی در یافتن آن تنش یا مشکلی دارید که موج‌های بزرگی از انرژی اخلاقی، معنوی و رابطه‌ای را به وجود می‌آورد. این بدان معناست که شما به مناطق ناخودآگاه قلب و روح می‌پردازید که عقل نمی‌تواند در آن‌ها نفوذ کند. شما در حال تلاش برای لمس چیزی در پایین آن سطح درهم ریخته هستید، آن محدوده کثیف بزرگ که در جایی زیر آگاهی قرار دارد.

با یک محاسبه ساده، ذهن می‌تواند یازده میلیون بیت از اطلاعات را در ثانیه به خود اختصاص دهد که بخش آگاهانه ذهن تنها نسبت به چهل تای آن‌ها آگاهی دارد. باقی آن محدوده کثیف بزرگ است. همان‌طور که تیموتی ویلسون از دانشگاه ویرجینیا بیان کرد: «آگاهی مانند گلوله برفی است که روی کوه یخ قرار گرفته است.» به عبارت دیگر بیش‌تر آن چه ما را راهنمایی می‌کند عقلانیت خودآگاهانه ما نیست بلکه قلمرو ناخودآگاه ماست. متیو آرنولد، بدون برخورداری از علم شناختی مدرن، آن را به بهترین وجه بیان کرد:

زیر جریان سطح، کم‌عمق و آرام

از آن چه می‌گوییم و احساس می‌کنیم - زیر آن جریان،
همچون نور، از آنچه ما فکر می‌کنیم که احساس می‌کنیم - جریان می‌یابد
بی صدا، قوی، مبهم و عمیق،

شهر کتاب (nbookcity.com)

جریان اصلی آنچه ما واقعاً احساس می‌کنیم.

هنگامی که فرزندان خود را بزرگ می‌کنید، متوجه می‌شوید که دیمون‌های آن‌ها در زمان‌های زیادی بیدار هستند. آن‌ها به این قلمروهای عمیق دسترسی مستقیم دارند. خودآگاهی اخلاقی اولین خودآگاهی ماست؛ اما به‌عنوان بزرگ‌سالان، ما تمایل داریم این بستر را بیوشانیم، تماسمان با دیمون‌ها را قطع کنیم و اجازه بدهیم در گوشه‌ای بخوابند. بعضی اوقات ما این کار را با بیش از حد تحلیل کردن همه‌چیز می‌کنیم. من با عشق به فیلم و سینما بزرگ شدم. وقتی دانشجوی سال دوم کالج بودم، تقریباً هر شب به دیدن یک فیلم کلاسیک قدیمی می‌رفتم. سپس به عنوان یک بزرگ‌سال، منتقد فیلم شدم. من با دفتر یادداشت خودم در اتاق نمایش می‌نشستم. دیگر تجربه‌ای از تماشای فیلم نداشتم بلکه فیلم‌ها را تحلیل می‌کردم. این دفتر یادداشت به یک دیوار بین من و داستانی که قرار بود تجربه کنم تبدیل شد. من توانایی تمیز دادن آن‌چه دوست داشتم و آن‌چه دوست نداشتم را از دست داده بودم. با در پیش گرفتن نگاه تحلیلی نسبت به سینما، توانایی برخورداری از یک واکنش اصیل را از دست داده بودم.

بعضی اوقات با در پیش گرفتن یک نگاه بیش از حد اقتصادی نسبت به زندگی، ارتباط خود با دیمونمان را از دست می‌دهیم. این پدیده‌ای جالب است که وقتی زندگی را فقط از پشت یک عینک اقتصادی می‌بینید ممکن است آن‌ها را جایگزین عینک‌های اخلاقی کنید. به‌عنوان مثال چند سال پیش مراکز مراقبت روزانه در حیفاً متوجه شدند که مشکلی در آنجا وجود دارد. والدین به وقت آمدن به دنبال بچه‌ها دیر می‌رسیدند بنابراین معلمان مجبور بودند بعضاً تا حدود یک ساعت منتظر بمانند تا بچه‌ها بروند. برای رسیدگی به این موضوع مراکز مراقبت از کودکان برای والدینی که دیر می‌کردند، جریمه تعیین کرد. این طرح شکست خورد و نتیجه معکوسی به بار آورد. درصد والدینی که دیر می‌کردند دو برابر شد. پیش از این، آمدن سر وقت به دنبال فرزندان عملی بود که در آن معلمان مورد توجه و عنایت والدین قرار داشتند؛ یک مسئولیت اخلاقی بود؛ اما پس از آن دیرآمدن تبدیل به یک معامله اقتصادی شد. شما خدمات مراقبت از فرزند من را انجام می‌دهید و من برای آن هزینه می‌کنم. در حالت اول از زاویه دید درستی و نادرستی و با ملاحظه بودن یا نبودن به این موضوع نگاه می‌کردند. در حالت دوم، یک محاسبه هزینه و فایده انجام می‌پذیرد. چه چیز برای من بهترین است؟ افرادی که به زندگی خود صرفاً در یک زمینه اقتصادی می‌اندیشند تمایل دارند تا بر دسترسی خود به محدوده کثیف بزرگ و دیمون‌های پنهان شده در آن، سرپوش

بگذارند. هرچه مادی گرایانه باشد واقعی تلقی می‌شود و هر چیزی که نباشد اساساً وجود ندارد.

بعضی اوقات این فرهنگ زندگی بورژوازی به عنوان یک کل است که بر مناطق عمیق سرپوش می‌گذارد. ما فقط به زندگی می‌پردازیم، کارهای کسل‌کننده معمولی مانند خرید و رفت‌وآمد را انجام می‌دهیم و لایه‌ای از افکار مرده و احساسات کلیشه‌ای روی همه چیز را می‌پوشاند. در نهایت شما به سدی که در اطراف خود ساخته‌اید عادت می‌کنید و در داشتن یک زندگی بی‌روح احساس امنیت بیشتری نسبت به یک زندگی سرشار از تمنا و اشتیاق می‌کنید. نتیجه چندان خوب نیست و در یک جمله معروف توسط سی اس. لوییس به بهترین شکل توصیف شده است:

هیچ سرمایه گذاری مطمئنی وجود ندارد. دوست داشتن به طور کلی به معنای آسیب‌پذیر بودن است. هر چیزی را دوست داشته باشید، قلبتان قطعاً مچاله و احتمالاً شکسته خواهد شد. اگر می‌خواهید از سالم ماندن قلبتان مطمئن شوید باید آن را به هیچ کس حتی به یک حیوان ندهید. دور آن را با دقت با سرگرمی و تجملات کوچک بپیچید. از هرگونه گرفتاری خودداری کنید. آن را در قفسه یا تابوت خودخواهی خود بگذارید تا محفوظ بماند؛ اما در آن تابوت - بی خطر، تاریک، بی تحرک و بی هوا - قلبتان تغییر خواهد کرد. شکسته نمی‌شود بلکه غیرقابل شکستن می‌شود. نفوذناپذیر و غیرقابل خریدن خواهد شد. بدیل برای یک فاجعه یا حداقل خطر یک فاجعه، مشمول چنین لعنت ابدی‌ای شدن است. تنها مکان خارج از بهشت که در آن می‌توانید از تمام خطرات و آشفتگی‌های عشق کاملاً در امان باشید، جهنم است.

هیچ کس تصمیمی آگاهانه برای دفن کردن قلب و یا بی‌هوش کردن دیمونش نمی‌گیرد. این اتفاقات بعد از چند دهه زندگی با احتیاط و حرفه‌ای اتفاق می‌افتد. در نهایت آدم‌ها با آرزوها و خواسته‌های خود غریبه می‌شوند. خوزه اورتگا ای گاست معتقد بود که بیشتر مردم خود را وقف اجتناب از آن خود واقعی و خاموش کردن آن دیمون و امتناع از شنیدنش می‌کنند. ما صدای ضعیف شعله‌های آتش درون خود را در زیر صداها، دیگر، صداها، ایمن‌تر دفن می‌کنیم و برای یک زندگی کاذب آرام می‌گیریم.

بیداری دوباره روح

اگر واقعاً می‌خواهید یک تصمیم عاقلانه در خصوص رسالتان بگیرید باید زندگی‌تان را به شکلی به پیش ببرید که هر روز قلب و روح شما را بیدار نگه می‌دارد. فعالیت‌هایی وجود دارد که بر قلب و روح تأثیر می‌گذارد - فعالیت‌هایی که بیش از حد تحلیلی، اقتصادی، محتاطانه و بورژوا هستند. در

سوی دیگر کارهایی هم هستند که قلب را بیدار و روح را درگیر می‌کنند- موسیقی، درام، هنر، دوستی، بودن در کنار بچه‌ها، بودن در کنار زیبایی و به شکلی متناقض، بودن در کنار بی‌عدالتی‌ها. افرادی که عاقلانه‌ترین تصمیمات را در مورد رسالت زندگی‌شان می‌گیرند، افرادی هستند که هر روز زندگی خود را با خواسته‌های خود بیدار و زنده می‌گذرانند. آن‌ها از دفاتر خسته‌کننده خود خارج می‌شوند و شغلی در جاهایی پیدا می‌کنند که مشکلات در آن‌ها وجود دارد. آن‌ها کسانی هستند که خواسته‌های خود را می‌بینند، با خواسته‌های خود مواجه می‌شوند و می‌فهمند که حقیقتاً برای چه مشتاق هستند.

بعضی اوقات یک هنرمند می‌تواند قلب و روح را بیدار کند. جیمز میل پسرش جان استوارت را به شکلی بزرگ کرد که یک ماشین تفکر باشد. او از دو سالگی به پسرش یونانی آموخت. در بین هشت تا دوازده سالگی او هرودوت، هومر و زנוفون، شش دیالوگ افلاطونی، ویرژیل و اوید (به زبان لاتین) را خواند و ضمناً آموختن فیزیک، شیمی، نجوم و ریاضیات را هم به این‌ها اضافه کنید. او فاقد هرگونه تعطیلات بود. همه این کارها با شگفتی انجام شد -جان استوارت میل در تمام این سال‌ها یک نابغه حیرت‌انگیز بود- تا این که بیست ساله شد و به افسردگی عمیق فرو رفت.

میل دریافت که مطالعه مداوم داده‌ها و متون غیرداستانی با او چه کرده است. او فهمید که «عادت به تجزیه و تحلیل کردن و تمایل به از بین بردن احساسات دارد.» اما بعد چیزی او را از این وضعیت بیرون کشید؛ و این یک تجلی تازه یا بینشی جدید نبود. چیزی که او را نجات داد شعر بود. اشعار ویلیام وردزورث: «آن چه باعث شد تا شعرهای وودزورث به دارویی برای وضعیت ذهنی من تبدیل شود این بود که آن‌ها صرفاً زیبایی بیرونی را بیان نمی‌کردند بلکه وضعیت احساسی و افکار رنگ‌آمیزی شده با احساس زیر لایه‌ای از هیجان زیبایی را منتقل می‌کردند... و به نظر می‌رسید من در آن‌ها از یک منبع لذت درونی، لذت هم‌دلانه و خیال‌انگیز بهره‌مند می‌شدم که می‌توانست توسط همه انسان‌ها به اشتراک گذاشته شود. لذت هیچ ارتباطی با تلاش و عدم کمال ندارد اما با بهبود هر چه بهتر وضعیت مادی یا اجتماعی نوع بشر، غنی‌تر می‌شود.»

میل هنگامی که احساس کرد خواسته‌هایش مانند آب ولرم است دچار افسردگی شد؛ و وقتی از این افسردگی در آمد که متوجه وجود خواسته‌های نامتناهی‌ای شد که معنوی و اخلاقی هستند و نه تمایلات دنیوی. او نوشت که از آن پس «تذکیه احساسات به یکی از نکات مهم و اساسی باورهای اخلاقی و فلسفی من تبدیل شد.»

گاهی اوقات این یک احساس ساده شیرین است که روح را بیدار می‌کند و به ما کمک می‌کند تا دیمون خود را پیدا کنیم. اندکی پس از آن که تام کلنسی شکار اکتبر سرخ را منتشر کرد، من به شام با کلنسی دعوت شدم. او به تازگی از بازدید تعدادی از کشتی های جنگی بازگشته بود که نیروی دریایی ایالات متحده ترتیبش را داده بود و در آن جا به نوعی یک سیستم تسلیحات جدید دیده بود. از چهره اش نور ساطع می شد و چشمانش می درخشید. در نیمه اول شاممان با خوشحالی سیستم جدید را توصیف می کرد در شرایطی که حقیقتاً روی صندلی اش بالا و پایین می پرید با لذتی کودکانه برایم توضیح می داد و با گذشتن از هر قسمت این فناوری برای من جزئیات بی شماری را شرح می داد. به یاد دارم که در آن لحظه به این فکر می کردم؛ «اوه، این همان چیزی است که برای موفق شدن لازم است. شما نمی توانید رمان های پر فروش با موضوعات نظامی بنویسید مگر این که واقعاً احساس کنید آن چه می نویسید جالب ترین چیز روی زمین است. نمی توانید این کار را بکنید مگر اینکه شور و شوق کودکانه ای در قلبتان جاری شود. چیزی که نمی توانید آن را جعل کنید.»

بعضی اوقات کسی را می بینید که واقعاً تحسینش می کنید و این شوق سوزانی را در شما به وجود می آورد که مثل او باشید. در کتاب مری کاترین بیتسون ساختن یک زندگی، وی زنی به نام جوآن را توصیف می کند که در حال تحصیل بود تا مربی باشگاه ورزشی شود. او رقص را دوست داشت اما هرگز خود را به عنوان یک رقصنده تصور نمی کرد زیرا چاق بود، درحالی که رقصندگان همگی لاغر و بلند بودند. سپس یک معلم رقص وارد مدرسه او شد، درست همانند جوآن، با این تفاوت که پاهایش را خیلی سریع تر از جوآن به حرکت درمی آورد. جوآن به یاد می آورد: «من حرکات او را تماشا می کردم و فکر کردم خوب تو که از او چاق تر نیستی، شاید واقعاً آن چیزی که برای رقصنده شدن لازم است در خودت داشته باشی؛ بنابراین واقعاً رقصیدن را جدی گرفتم و بعد از مدتی ستایش دیگران از من شروع شد، منظورم این است که واقعاً خوب بودم! فکر می کنم اواخر آن سال بود که واقعاً به آن چسبیدم و گفتم هی! این خودش! این همان چیزی است که من هستم. من رقصنده هستم و فقط این کار را بلدم؛ و بعد از آن، همه چیز رضایت کامل بود از کاری که باید انجام می دادم».

بعضی اوقات این فاجعه غم انگیز، یک تراژدی است که ما را نسبت به پافشاری بر خواسته های دروغینمان متزلزل می سازد و به ما کمک می کند تا واقعیت درون خود را ببینیم. امیلی اصفهانی اسمیت در کتاب خود با عنوان قدرت معنا زنی به نام کریستین را توصیف می کند که بسیار نزدیک

مادرش بزرگ شده است. یک روز هنگامی که او به عنوان دانشجوی سال اولی در دانشگاه می‌شیگان مشغول تحصیل در رشته مهندسی و برنامه‌ریزی برای آینده برای فعالیت به عنوان یک مهندس بود، مادرش درحالی که از خیابان عبور می‌کرد با کامیون تصادف کرد و کشته شد. «او توسط یک احمق کشته شد. یک بی‌مسئولیت احمق. من بعد از آن احساس ناامیدی می‌کردم. همه چیز بی‌معنی بود. او رفته بود؛ اما چطور ممکن است؟ و من میان این خشم و قسمتی دیگر از وجودم که می‌خواست این داستان را فراموش کنم و زندگی‌ام را ادامه دهم دو پاره شده بودم. باید به جلو بروم... حسم این بود که از تمام آدم‌ها متنفرم و هم‌زمان باید زندگی خودم را به پیش ببرم.»

سرانجام کریستین مهندسی را رها کرد و سرآشپز شیرینی‌پزی شد. «بعد از چنین اتفاقی به زندگی خود فکر می‌کنید و این که کی هستید و می‌خواهید چه کاری انجام دهید. ۹۵ درصد از تصمیماتی که می‌گیرم اکنون تحت تأثیر این واقعیت است که او مرده است؛ بنابراین، بله شیرینی.»

بعضی اوقات مشکلی هست که در وجدان شما زبانه می‌کشد. اگر در یک دفتر عادی کار می‌کنید و به نوعی کار سازمانی انجام می‌دهید احتمالاً با مشکلات گول‌پیکر اجتماعی روبرو نخواهید شد؛ اما اگر به عنوان معلم در مدرسه‌ای در مناطق حفاظت‌شده سرخپوست‌ها کار کنید بی‌عدالتی را بی‌پرده و بی‌واسطه خواهید دید. روح شما با این آرزو می‌سوزد که امور مربوط به آن‌ها سامان یابد. مسیر زندگی شما از این رو مشخص خواهد بود.

من مردی به نام فرد ورتهایمر را می‌شناسم که عمر خود را صرف تلاش برای اصلاح نحوه تأمین مالی کارزارهای سیاسی کرده است. فرد از این که پول چطور سیاست را فاسد می‌کند متنفر است اما او عاشق مسئله خود است. هر روز ایمیل‌های گسترده‌ای از وی دریافت می‌کنم که به برخی از اخبار مربوط به اصلاحات مالی در تبلیغات مربوط می‌شوند. دلم می‌خواهد خودم را از اشتراک لیست ایمیل‌های وی خارج کنم، چرا که باعث پرشدن صندوق پیام‌های دریافتی من می‌شود اما نمی‌خواهم احساسات او را جریحه‌دار کنم زیرا با این کار به او می‌گویم که من به این مسئله اهمیتی نمی‌دهم و این مثل این است که به او بگویم خیلی به فرزندش اهمیت نمی‌دهم.

توماس برنارد درباره شخصی که به دنبال ندایی است که او را فرا می‌خواند می‌نویسد: «ذهن شخص باید یک ذهن جستجوگر باشد. ذهنی در جستجوی اشتباهات، اشتباهات بشریت، ذهنی در جستجوی شکست.»

با گذشت زمان تعهد به پرداختن به یک مشکل غالباً بر عشق به فعالیتی که باعث شده کسی در وهله اول به دنبال حل آن مشکل باشد، سایه می افکند. به عنوان مثال در بسیاری از مشاغل زمانی پیش می آید که افراد بین کمکی بزرگ به تعداد کمی از افراد یا کمکی کوچک به تعداد زیادی از افراد یکی را انتخاب کنند. ممکن است یک زن به دلیل این که عاشق تدریس بوده به آموزش روی آورده باشد؛ اما در اواسط کار از خود سؤال می کند که آیا مایل است مدیر مدرسه یا رئیس یک اداره تصمیم گیرنده در مورد وضعیت آموزش باشد، موضعی که او را از کلاس ارزش مند خود دور می کند و شامل بسیاری از کارهای خسته کننده اداری و دشوار پرسنلی خواهد بود که او آن ها را دوست ندارد.

برخی افراد این "ارتقا" را رد می کنند. آن ها ترجیح می دهند کارگران خط باشند نه مدیر تولید، معلم باشند و نه مدیر مدرسه، نویسنده باشند و نه ناشر. چیز دیگری که آدم های دیگر آن را "تأثیر" یا کار "در مقیاسی دیگر" می نامند، برای این دسته بیش از حد اغراق شده است؛ اما در بیشتر مواردی که من در اطرافم دیده ام، آدم ها این ارتقا را می پذیرند. شغل جدید آن ها به عنوان مدیر اصلی (ویرایش گر یا مدیر، یا هر چیز دیگر) بسیار کمتر سرگرم کننده خواهد بود، اما خیر بیش تری در آن وجود خواهد داشت. آن ها به دلیل لذت زیبایی شناختی ای که فوراً از برخی فعالیت ها دریافت می کردند سراغ حرفه خود رفتند اما با گذشت زمان می دانند که وقتی ابزاری برای خدمت به یک مؤسسه یا نهاد بزرگ تر هستند بیش تر کاری را انجام می دهند که به رفع مشکل کمک می کند. آن ها رسالت خود را پیدا کرده اند.

در آن مرحله آن‌ها احساس اطمینان می‌کند. وقتی چنین اتفاقی بیفتد، شما از خودتان نمی‌پرسید «چه کاری باید با زندگی‌ام بکنم؟» در عوض یک روز از خواب بیدار می‌شوید و متوجه می‌شوید که این سوال مدت‌هاست از بین رفته است.

لحظه‌های وظیفه

بهترین توصیه‌ای که من برای افراد در جست‌وجوی رسالت شنیده‌ام این است که به همه چیز بله بگویید. به هر فرصتی که پیش می‌آید بگویید بله زیرا هرگز نمی‌دانید که به چه چیزی منجر خواهد شد. نسبت به عمل کردن تعصب و جانبداری داشته باشید. خودتان را یک ماهی تصور کنید که به امید گرفته شدن هستید. به قلاب‌ها متصل شوید تا از جایی که هستید بیرون بروید.

سؤالات ساده به شما کمک می‌کند تا مایه مسرت خود را پیدا کنید. از صحبت کردن در مورد چه چیزی لذت می‌برم؟ اگر موضوع موتورسیکلت باشد شاید کار شما مکانیکی باشد. چه زمانی بیش‌ترین احساس را نسبت به این داشته‌ام که کاری باید انجام شود؟ اگر موضوع محافظت از کشورتان باشد، شاید رسالت شما در مأمور قانون شدن باشد. چه دردهایی دارم که می‌خواهم تحمل کنم؟ اگر شما مایل به تحمل رنج طردشدن هستید، باید ضمناً عشق کافی به تئاتر داشته باشید تا بازیگری کنید. یا سوالی که کیسی جرالد می‌پرسد؛ «اگر نمی‌ترسیدید چه کاری انجام می‌دادید؟» ترس یک سیستم جی‌پی‌اس بسیار خوب است، چرا که به شما می‌گوید که آرزوهای واقعی شما کجا هستند حتی اگر آن‌ها در دورترین سمت مخالفت‌های اجتماعی قرار گرفته باشند.

دوستی دارم به نام فرد سوانیکر که در سال ۱۹۷۶ در غنا متولد شده است و فرزند یک وکیل و رئیس دادگاه است. او در دوران کودکی در چهار کشور مختلف آفریقا زندگی کرده است. پدر وی زمانی که او نوجوان بود درگذشت و مادرش در ابتدا با تنها ۵ دانش‌آموز مدرسه‌ای را در بوتسوانا افتتاح کرد. او پسرش را سرپرست مدرسه کرد.

پس از دبیرستان سوانیکر موفق به دریافت بورس تحصیلی برای حضور در کالج مک‌آلیستر در مینسوتا شد. سپس شغلی در مک کینزی پیدا کرد و یک مدرک هم از دانشکده بازرگانی استنفورد گرفت. در طول تمام این‌ها او از این واقعیت دل‌آزرده بود که به او این فرصت‌ها داده شده بود. درحالی‌که چنین چیزی از صدها میلیون جوان آفریقایی که دقیقاً مانند او بودند دریغ شده بود.

وی به فکر بازگشت به آفریقا و افتتاح شعبه‌هایی از کلینیک‌های مراقبت‌های بهداشتی بود؛ اما در

لحظه مهم زندگی‌اش به این نتیجه رسید که بزرگ‌ترین مانع پیشرفت در آفریقا عدم وجود یک کلاس رهبری آموزش دیده است؛ بنابراین او مقداری پول از دوستان خود در دره سیلیکون جمع کرد و برای راه‌اندازی آکادمی رهبری آفریقا، با هدف آموزش شش هزار رهبر در یک دوره پنجاه ساله، دوباره به آفریقای جنوبی بازگشت. اکنون سازمان او با نام ALA برخی از بااستعدادترین دانشجویان را از سراسر قاره آفریقا می‌گیرد، به آن‌ها آموزش رایگان می‌دهد و آن‌ها را به دانشگاه‌های خارج از قاره می‌فرستد به شرطی که قول بازگشت به آفریقا برای ادامه زندگی را بدهند.

در سال ۲۰۰۶ سوانیکر نامزد دریافت بورس سبز اکوینگ^{۲۲} شد که در آن زمان سالانه به شانزده نفر از امیدبخش‌ترین کارآفرینان اجتماعی جهان اعطا می‌شد. در طی مصاحبه از سوانیکر خواسته شد تا "لحظه وظیفه" خود را توصیف کند، لحظه‌ای که متوجه شد باید شغل خود را ترک کند و صدایی که او را فرا می‌خواند دنبال کند. همان‌طور که بعداً سوانیکر در مجله مدیوم نوشت: «قرار گرفتن در برابر این سؤال به من کمک کرد تا تجسم کنم چرا روی این زمین قرار گرفته‌ام».

سوانیکر معتقد است که ما با این لحظه‌های وظیفه تعریف می‌شویم که «معمولاً ناشی از احساس عصبانیت در مورد برخی بی‌عدالتی‌ها، اعمال ناشایست یا بی‌انصافی‌هایی است که در جامعه می‌بینیم». اما وی ادامه می‌دهد که «شما باید ۹۹٪ از این لحظه‌های وظیفه را نادیده بگیرید و مهم نیست که چقدر احساس گناه می‌کنید. جهان پر از مشکلات است اما مشکلاتی که شما برای رفع آن‌ها ساخته شده‌اید بسیار اندک‌اند».

سوانیکر توصیه می‌کند که وقتی چنین لحظه‌ای را احساس می‌کنید سه سوال اساسی باید از خودتان بپرسید:

اول، آیا این مشکل به اندازه کافی بزرگ است؟ کسانی که خوشبختانه از تحصیل خوبی برخوردار بوده‌اند، سالم هستند و تجربیات حرفه‌ای خوبی داشته‌اند نباید به حل مشکلات کوچک بپردازند. اگر خوش‌شانس به دنیا آمده باشید پس باید مشکلات بزرگی را حل کنید.

دوم، «آیا من منحصراً در این موقعیت قرار گرفته‌ام که این اتفاق را رقم بزنم؟» به تجربیاتی که داشته‌اید، نگاه کنید. آیا آن‌ها شما را برای این مأموریت خاص آماده کرده‌اند؟

سوم، «آیا من واقعاً نسبت به این موضوع پرشور هستم؟» آیا این مسئله باعث ایجاد مشغولیت

ذهنی در من می‌شود؟ آیا فکر کردن به آن باعث می‌شود که شب‌ها خوابم نبرد؟

سوانیکر توصیه می‌کند که اگر پاسخ شما به هر سوال یک بله جانانه نیست، باید این ایده را نادیده بگیرید و قیدش را بزنید. زندگی سوانیکر هم البته با فرمول خودش متناسب است. او کودکی‌اش را در سراسر آفریقا گذراند، بنابراین یک دیدگاه پان‌آفریقایی داشت. او توسط یک معلم بزرگ شده بود و دیده بود که زندگی خودش توسط یک بورس تحصیلی دگرگون شده است، بنابراین مناسب بود که به آموزش توجه کند. او مشکلی را که به طرز شگفت‌انگیزی بزرگ بود انتخاب کرد - آموزش دادن تعداد زیادی دانشجو از سراسر قاره - چیزی که می‌توانست یک عمر را به خود اختصاص دهد.

اما لحظه‌ واقعاً چشم‌گیر سوانیکر کمی بعدتر در زندگی او اتفاق افتاد. پیش از آن او دانشکده ALA را راه‌اندازی کرده بود. او چیزی به عنوان شبکه رهبری آفریقا را راه انداخته بود، یک انجمن متشکل از حدود دو هزار جوان متخصص امیدوارکننده از سراسر قاره؛ اما در سی و چند سالگی با یک مشکل بزرگ جدید روبرو شد؛ آفریقا با کمبود دانشگاه روبه‌رو است. او فکر می‌کند که کسی باید با هدف ایجاد شبکه‌ای از ۲۵ دانشگاه جدید در سراسر قاره، یک دانشگاه رهبری آفریقا ایجاد کند. هر دانشگاه ۱۰ هزار دانشجو دارد. این اقدام در طول پنجاه سال، سه میلیون رهبر تربیت می‌کرد.

وی از دوستان خود خواست که شروع به ساخت دانشگاه کنند. هیچ‌کس چنین نکرد؛ اما او نمی‌توانست اجازه دهد که این ایده به حال خود رها شود. این یک مشکل بزرگ بود، چیزی بود که او با اشتیاق به آن اهمیت می‌داد و چیزی بود که او به‌طور ویژه آماده انجام آن بود. چند نفر در هجده سالگی معلم ارشد مدرسه بوده‌اند و سیستمی متشکل از پنج هزار دبیرستان و یک شبکه رهبری از کارآفرینان جوان در سراسر قاره را توسعه داده‌اند؟ وی گفت: «آنجا نقاط را به هم وصل کردم، فهمیدم که ۱۵ سال گذشته من را با تخصص، دانش و روابطی برای آماده‌سازی این شاهکار که بسیار بزرگ‌تر از تمام آن‌چه انجام دادم بود، آماده کرده است. جمع‌آوری ۱۰۰ میلیون دلار "چرخ‌های کمکی" من در دو چرخه‌ای فرضی بود که من را برای حرکت و رکاب زدن به سوی جمع‌آوری ۵ میلیارد دلار آماده کرده بود.»

ALU اولین کالج خود را در موریس و دومین آن را در رواندا افتتاح کرد. سومین کالج به‌زودی در نیجریه افتتاح می‌شود. ALU در روز اول خود برای ۱۸۰ جایگاه تحصیلی شش هزار درخواست دریافت کرد. ساختن همه دانشگاه‌هایی که سوانیکر فکر می‌کند احتیاج به ساخت آن هست ۲۵ تا سی سال زمان خواهد برد.

داستان سوانیکر حماسی است و موسساتی که او در حال ساختن آنهاست، در مقیاس وسیع تری نسبت به هر کاری که اکثر ما انجام خواهیم داد قرار دارند؛ اما او هنوز هم نمونه‌ای خوب از کسی است که به زندگی خود گوش فرا داده و خواسته‌های خود را بیرون کشید و از خودش پرسید: چه مشکلی پیرامون من وجود دارد؟ زندگی من چه چیزی را به عنوان آمادگی به من ارزانی داشته است؟ چگونه می‌توان این دو را با هم هماهنگ کرد؟

داستان او دو ویژگی نهایی تصمیم‌گیری در مورد رسالت را نشان می‌دهد. اول، این موضوع ارتباطی با ایجاد یک مسیر شغلی ندارد. بلکه مسئله این سؤال است که چه چیزی عمیق‌ترین آرزوی من را لمس می‌کند؟ چه فعالیتی عمیق‌ترین حس رضایت را به من می‌دهد؟ دوم، در مورد تناسب است. یک تصمیم درباره رسالت به یافتن بزرگ‌ترین یا پرزرق و برق‌ترین مشکل جهان مربوط نمی‌شود. در عوض به پیدا کردن یک نوع سازگاری بین یک فعالیت لذت‌بخش و یک نیاز اجتماعی است. این همان سفر درونی است که قبلاً دیده‌ایم؛ شیرجه رفتن به درون و سپس گسترش به بیرون. آن مکانی را در خود بیابید که شما را به برقراری ارتباط با دیگران سوق می‌دهد، همان مکانی که مطابق آن چه فردریک بوچنر رمان‌نویس می‌گوید: «در آن شادی عمیق شما با گرسنگی عمیق دنیا روبه‌رو می‌شود.»

۱۳: چیره دستی

پس از آن که ویلیام لیست هیت-مون شغل را خود به عنوان مدرس در دانشگاه میسوری از دست داد تصمیم گرفت وقت خود را صرف تعطیلات کند و در سراسر ایالات متحده سفر کند و جاده‌های کوچکی را که در نقشه‌های شرکت رند مک‌نالی^{۲۳} به رنگ آبی است مشخص کرد. در نزدیکی شهر هات کریک، کالیفرنیا وی با پیرمردی روبرو شد که سگ خود را برای پیاده‌روی می‌برد.

پیرمرد به او گفت: «اگر یک آدم به درد کوچک‌ترین کاری بخورد، هیچ وقت از کار بی‌کار نمی‌شود. فقط بعضی اوقات ممکن است پول خوبی گیرش نیاید. من به سهم خودم کار بی‌مزد انجام داده‌ام و به سهم خودم مزد هم گرفته‌ام؛ اما این هیچ ارتباطی با کار کردن ندارد. کار یک انسان انجام دادن چیزی است که باید انجام دهد و به همین دلیل است که هر آدمی هر از چندگاهی به یک فاجعه کاری نیاز دارد تا به او نشان دهد که یک پیچ بد به معنی پایان راه زندگی نیست، زیرا یک ضربه بد هرگز کار یک انسان خوب را متوقف نمی‌کند.»

این یک تمایز مفید است شغل راهی برای درآمدزایی است، اما کار نوع خاصی از مورد نیاز بودن و انجام مسئولیت‌هایی است که زندگی در پیش روی شما قرار داده. مارتین لوتر کینگ جونیور یک بار توصیه کرد که کار شما باید طول داشته باشد - چیزی که در طول زندگی در آن بهتر می‌شوید. باید وسعت داشته باشد - باید بسیاری از افراد دیگر را لمس کند؛ و باید ارتفاع داشته باشد - باید شما را در خدمت ایده‌آل‌ها قرار دهد و تمنای روح نسبت به درست کاری و نیکویی را پاسخ گوید.

همه ما افرادی را می‌شناسیم که کار واقعی‌شان مهمان‌نوازی است، اما آن‌ها مهمان‌نوازی را در طول سال‌های بسیاری که به انواع گوناگونی از شغل‌ها مشغول بوده‌اند انجام داده‌اند. کار بلدن لین^{۲۴} تلاش برای نوشتن و توصیف کردن تعالی معنوی‌ای است که او گاهی اوقات در طبیعت تجربه می‌کند؛ اما نمی‌تواند فقط در مهمانی‌های شام به مردم بگوید که او فردی است که در جنگل‌ها سرگردان است و به دنبال تعالی است. او می‌نویسد: «پوشش خاص من پوشش یک استاد دانشگاه است. این راهی برای مسئولیت‌پذیری است درحالی‌که هم‌زمان به کارهای بسیار مهم‌تری می‌پردازید.» به نظر می‌رسد که او به عنوان یک استاد درگیر کوششی قابل احترام و متمرکز بر موضوعاتی مورد پذیرش بوده است. «من می‌توانم کارفرمای خود را راضی کنم، انتظارات جامعه را برآورده کنم و چک‌هایم امضاء کنم؛ اما کار واقعی او در کوهستان انجام می‌شود و در حکم

تعقیب کردن ابدیتی است که در چیزی دیده می شود که دیده نمی شود.»

حفر خندق لعنتی

شخصی که رسالت خود را یافته است، از اضطراب عدم قطعیت خلاص شده است اما هنوز دشواری خود کار هم در برابرش وجود دارد. تمام کارهایی که در قالب رسالت می گنجند، هر چقدر هم که با شما ارتباط برقرار کنند، لحظاتی را در خود دارند که در آن شما با کاری نسبت سخت روبه رو می شوید. بعضی اوقات اگر می خواهید یک حرفه ای باشید فقط باید خندق لعنتی را حفر کنید.

تمام کارهای واقعی آستانه هایی برای آزمودن میزان تحمل شما دارند، لحظه هایی که دنیا و سرنوشت در مسیر شما سنگ می اندازند. تمام کارهای واقعی نیاز به نظم و انضباط دارند. کنفوسیوس نوشت: «اگر کسی مودب است اما این کار را بدون آیین انجام می دهد، انرژی خود را هدر می دهد. اگر کسی محتاط باشد اما این کار را بدون آیین انجام دهد، ترسو می شود. اگر کسی جسور باشد اما این کار را بدون آیین خاصی انجام دهد، آن گاه بی پروا و بی ملاحظه می شود. اگر کسی روراست باشد اما این کار را بدون آیین انجام دهد، بی ادب می شود.»

همه کارهای حقیقی به درجه ای از وقف خویشتن به اقدام به تمرین عملی نیاز دارند و نیز به تمایل به انجام کارهای خسته کننده برای بارها و بارها صرفاً برای اینکه فرد بر یک مهارت خاص تسلط یافته و در آن چیره دست شود. بنیامین فرانکلین برای افزایش توانایی خود در نوشتن مقالات مجله پیشرو روزگار خود Spectator The را می گرفت و آن ها را به شعر برمی گرداند. سپس اشعار خود را دوباره به نثر ترجمه می کرد. سپس تجزیه و تحلیل می کرد که تا چه اندازه کار نهایی او نسبت به مقالات اصلی Spectator پایین تر است.

وقتی بیل بردلی بازی بسکتبال را به خود می آموخت برای خودش برنامه ای تعیین کرد. سه و نیم ساعت تمرین هر روز بعد از مدرسه و یکشنبه ها و شنبه ها هم هشت ساعت تمرین. او برای تقویت پاهایش وزنه های ده پوندی روی میج پایش می بست. ضعف بزرگ او در بیل کردن بود به همین دلیل تکه های مقوا را به قسمت زیر عینک خود می چسباند تا نتواند در حال در بیل کردن، توپ را ببیند. وقتی خانواده وی با قایق به اروپا سفر کردند بردلی دو راهروی باریک و دراز را که در قسمت زیرین قایق قرار داشت پیدا کرد که در آن می توانست ساعت ها مسافتی طولانی را با توپش به در بیل کردن بپردازد.

عمل آگاهانه روند آلت دست شدن افراد را کند می‌کند. هنگامی که یک مهارت یاد می‌گیریم مغز دانشی جدید را در لایه‌های ناخودآگاه خود ذخیره می‌کند (به یادگیری سوار شدن بر دوچرخه برای نخستین بار فکر کنید؛) اما مغز با سطحی از مهارت که به اندازه کافی خوب باشد راضی است. اگر می‌خواهید به سطح چیره‌دستی برسید، باید مهارت را آن‌قدر آگاهانه یاد بگیرید که وقتی دانش در پس ذهنتان ذخیره می‌شود، کامل و بی‌نقص باشد.

برخی آکادمی‌های موسیقی به پیانیست‌ها آموزش می‌دهند که قطعات خود را آرام و کند تمرین کنند به طوری که اگر بتوانند آهنگ را تشخیص دهند، پس دارند خیلی سریع می‌نوازند. برخی از آکادمی‌های گلف بازی دانش‌آموزان خود را عاقدانه کند می‌کنند طوری که نود ثانیه طول می‌کشد تا یک نوبت بازی به پایان برسد (بد نیست که بعضی وقت‌ها آن را امتحان کنید). مارتا گراهام آینه‌های خود را در مطالعات رقص با پارچه‌هایی پوشانده است. اگر رقصندگان بخواهند چگونگی انجام کار را بررسی کنند باید با تمرکز روی حرکات بدن، خودشان آن را احساس کنند.

هرچه این فعالیت خلاقانه تر باشد باید روال کاری ساختاریافته‌تر باشد. مایا آنجلو در مواقعی که می‌نوشت هر روز صبح ساعت ۵:۳۰ از خواب بلند می‌شد و قهوه می‌خورد. ساعت ۶:۳۰ او به اتاق هتلی که در آن اقامت داشت می‌رفت - یک اتاق متوسط و بدون هر چیز خاصی به جز یک تخت‌خواب، یک میز، یک کتاب مقدس، یک فرهنگ لغت، یک دست کارت بازی و یک بطری نوشیدنی. او ساعت ۷ صبح به هتل می‌رسید و هر روز تا ساعت ۱۲:۳۰ شب بی‌وقفه می‌نوشت.

جان چیور از خواب بلند می‌شد کت و شلوار خود را می‌پوشید و سوار آسانسور آپارتمان خود می‌شد و پایین می‌آمد و به انباری که در زیرزمین ساختمان قرار داشت می‌رفت. سپس لباسش را درمی‌آورد و با لباس زیرش می‌نشست و تا ظهر می‌نوشت. سپس مجدداً لباسش را می‌پوشید و بالا می‌رفت تا ناهار بخورد.

آنتونی ترولوپ یک مورد افراطی است. او هر روز صبح ساعت ۵:۳۰ پشت میز تحریر خود می‌نشست. یک خدمتکار هم‌زمان یک فنجان قهوه برای او می‌آورد. او به مدت دو ساعت و نیم در هر روز هر پانزده دقیقه ۲۵۰ کلمه می‌نوشت. جمع کل روزانه وی دقیقاً ۲۵۰۰ کلمه بود و حتی اگر مطلبی را بدون نوشتن این تعداد کلمه در یک روز به پایان می‌رساند، بلافاصله مطلب جدیدی را شروع می‌کرد تا به آن مقدار مشخص شده برسد.

اچ. ای. دورفمن یکی از روان‌شناسان عالی بیس بال است. دورفمن در شاهکار خود، الفبای ذهنی پرتاب توپ می‌گوید که اگر می‌خواهید از شر ذهن پراکنده‌تان فرار کنید توسل به این نوع نظم ساختاریافته ضروری است. او می‌نویسد: «نظم و انضباط خود نوعی آزادی و رهایی است. رهایی از تنبلی و بی‌حالی، آزادی از انتظارات و مطالبات دیگران، آزادی از ضعف و ترس و تردید.»

دورفمن به پرتاب‌کننده‌ها توصیه می‌کند که همان آیین‌های پیش از بازی را بازی به بازی، در پیش بگیرند. از رختکن به همان نقطه روی نیمکت بروید، بطری آب خود را در همان نقطه همیشه قرار دهید، به همان روش خودتان را گرم کنید. او به پرتاب‌کننده‌ها می‌گوید تا جغرافیای محل کار خود را سامان دهند. در دنیای پرتاب‌کننده‌ها دو محل وجود دارد، داخل پشته و خارج پشته. وقتی یک پرتاب‌گر در پشته قرار دارد، او باید فقط به دو چیز فکر کند، محل پرتاب و نحوه پرتاب. اگر متوجه شد که دارد در مورد چیز دیگری فکر می‌کند، باید از پشته خارج شود.

او معتقد است ذهن وقتی متمرکز می‌شود که در یک خط مستقیم پیش رود. انضباط این است که وظیفه را در مرکز توجه قرار دهیم. شخصیت پرتاب‌گر در مرکز توجه نیست. استعداد و اضطراب او در مرکز توجه نیست. کاری که او باید انجام دهد و وظیفه‌ای که بر دوشش نهاده شده در مرکز است. یک استاد چیره‌دست این توانایی دارد که از آن چه انجام می‌دهد فاصله بگیرد. او قادر است در قبال چیزی که بیش‌ترین شور و نشاط را نسبت به آن دارد، خونسرد باشد.

اگر این کار را در زمانی به اندازه کافی طولانی انجام دهید شروع به درک نقاط قوت و محدودیت‌های خود می‌کنید و روش فردی خود را توسعه می‌دهید. چند سال پس از شروع نوشتن دیدم که حافظه من چقدر بد است و چقدر سازمان‌دهی افکارم به صورت متوالی برایم سخت است. ایده‌ها برای من به شکلی تصادفی اتفاق می‌افتادند آن هم وقتی که حداقل انتظار را برای آمدنشان دارم؛ بنابراین تصمیم گرفتم دفترچه‌های کوچکی را همواره در جیب پشتم داشته باشم جایی که می‌توانم افکاری را که ناگهان به سراغم می‌آیند با عجله یادداشت کنم. وقتی در مورد یک مطلب تحقیق می‌کنم، صدها صفحه از اسناد چاپ شده را جمع می‌کنم. اگر کتاب بخوانم، تمام صفحات مهم را فتوکپی می‌کنم.

ظاهراً من هم به شکل جغرافیایی فکر می‌کنم. اگر بخواهم آن چه را که در اختیار دارم بفهمم، باید تمام یادداشت‌ها و صفحاتم را به صورت فیزیکی جلوی چشم بینم؛ بنابراین من سیستمی را ابداع کردم که برای خودم کار می‌کند. من همه مقالات مربوطه را روی فرش اتاق مطالعه یا نشیمن خود

در قالب کپه‌های مختلف دسته‌بندی می‌کنم. هر ستون کاغذ یک پاراگراف در ستون روزنامه یا کتاب من است. ستون من در روزنامه نیویورک تایمز فقط ۸۵۰ کلمه است، اما ممکن است چهارده کپه کاغذ روی زمین نیاز داشته باشد. روند نوشتن من تایپ کردن روی کیبورد در حالت نشسته پشت میز رخ نمی‌دهد بلکه با خزیدن روی فرش و بیرون کشیدن تکه‌های مختلف از بین آن همه سند و مقاله اتفاق می‌افتد. پس از اتمام این کار، من هر کپه کاغذ را از کف اتاق جمع می‌کنم و آن را روی میز بزرگی که پشت آن می‌نشینم و می‌نویسم، قرار می‌دهم و کپه‌های مربوط به پاراگراف‌ها را به صورت کپه‌های مربوط به جملات دسته‌بندی می‌کنم؛ و بعد از آن که ایده‌ها را روی صفحه کلید خود تایپ کردم، کپه کاغذ مربوط به آن را بیرون می‌اندازم و به سمت کپه بعدی حرکت می‌کنم. مسئله نوشتن مسئله ساختار و مدیریت ترافیک است. اگر ساختار درستی نداشته باشید هیچ چیزی رخ نخواهد داد. برای من خزیدن روی زمین و کارکردن روی کپه‌های کاغذم بهترین لحظات کاری من است.

رسالت فرد را می‌سازد

کار راهی است که با آن ما خودمان را برای هموعانمان مفید می‌سازیم. تیم کلر اظهار داشت: «چه شما قبض پارکینگ بدهید و چه نرم‌افزار تولید کنید و چه کتاب بنویسید شاید راه بهتری برای دوست داشتن همسایه‌تان وجود نداشته باشد، جز این که به سادگی فقط کار خودتان را درست انجام دهید؛ اما فقط کار ماهرانه و شایسته چنین چیزی را نتیجه می‌دهد.»

رسالت می‌تواند درمانی برای خودمحموری باشد، زیرا برای انجام دادن خوب یک کار به خود وظیفه توجه کنید.

رسالت می‌تواند درمانی برای بی‌قراری فرد باشد. تسلط بر یک حرفه بیشتر شبیه به حفر چاه است. شما هر روز همان کارهای لعنتی روز قبل را انجام می‌دهید و به تدریج، به تدریج، عمیق‌تر و بهتر می‌شوید. امرسون نوشت: «فرد در سکوت، در پایداری، در یک تجرید شدید می‌گذارد که کار او را در خود نگه دارد. مشاهده را به مشاهده اضافه می‌کند، در برابر نادیده گرفته شدن و ملامت صبور می‌ماند و وقتش را صرف آن می‌کند. اگر واقعاً بتواند خودش را راضی کند، واقعاً خوشحال است و در این روز واقعاً چیزی را به چشم خود دیده است.»

امرسون بر یکی از عناصر اصلی تصمیم متعهدانه تأکید می‌کند. این در ابتدا شامل یک انتخاب است - انتخاب این یا آن رسالت؛ اما ۹۹.۹ درصد اوقات به معنی انتخاب چیزی است که قبلاً انتخاب

شده است. دقیقاً همان طور که تمام نوشتن های ما در حقیقت بازنویسی هستند، تمام تعهدات ما در حقیقت در حکم تعهدی دوباره اند. این به معنی بله گفتن به چیزی است که قبلاً به آن بله گفته اید.

مایک ببی در یک کلبه کوچک بزرگ شد. او پسر یک مادر مجرد نوجوان بود. در آرکانزاس از دبیرستان فارغ التحصیل شد و به کالج دانشگاه ایالتی آرکانزاس رفت و در نهایت یک مدرک حقوق از دانشگاه آرکانزاس گرفت. در سال ۱۹۸۲ وی به نمایندگی مجلس قانون گذاری ایالتی انتخاب شد و در سال ۲۰۰۷ به عنوان فرماندار آرکانزاس انتخاب شد. وی به یکی از محبوب ترین فرمانداران تاریخ ایالت و کل کشور تبدیل شد. در انتخابات سال ۲۰۱۰ جمهوری خواهان در سرتاسر کشور شکست سختی را به دموکرات ها وارد کردند، اما در آرکانزاس ببی که دموکرات بود در همه ۷۵ بخش ایالت پیروز شد و مجدداً به عنوان فرماندار ایالت انتخاب گردید.

راز او چه بود؟ یک عامل مهم این بود که او هیچ جاه طلبی ای در سطح ملی نداشت. آرکانزاس خانه اش بود و آرکانزاس جایی بود که تمام انرژی خود را بر آن معطوف کرده بود. یک کشیش یونیتارین در نیویورک به نام گالن گوجنیچ، مطالبی درباره ببی خواند و به نتیجه ای درخور درباره او رسید. گونریچ مشاهده کرد بعضی اوقات کار درست این است که حرکت کنید و چیز جدیدی را امتحان کنید و ادامه داد:

اما همچنین باید این حقیقت را بیاموزیم که در جای خود بمانیم و درست بمانیم و دوباره همان چیزی را انتخاب کنیم که قبلاً انتخاب کرده بودیم. به نظر من این یکی از اصلی ترین دلایلی است که ما به کلیسا می آییم.

حضور ما در اینجا چندان برای پیشرفت معنوی هفتگی نیست، هر چند که وقتی این اتفاق می افتد بسیار جالب و شگفت انگیز است. در عوض ما بیش تر به دنبال ثبات و قوام یافتن هستیم. آن چه هفته به هفته یکسان باقی می ماند؛ آرامش مراسم مذهبی، آرامش موسیقی، آرامش بخشیدن به چهره های آشنا، حضور ماندگار آیین های باستانی و نمادهای نامیرا. ما در اینجا هستیم تا ارزش هایی که ما را متحد می کند و تعهداتی که ما را در مسیر درست پیش می برد، یادآوری کنیم. ما اینجا هستیم تا دوباره آن چه را که قبلاً انتخاب کردیم، انتخاب کنیم.

اگر به مسیر حرفه ای افراد در طول زمان نگاه کنید متوجه می شوید که آن ها نسبت به دیگران در

برخی از کارهای ذهنی بهتر و در برخی کارها بدتر می‌شوند. می‌گویند که اوج فعالیت مغز در اوایل زندگی و در دهه سوم عمر است. پس از آن سلول‌های مغزی به تدریج می‌میرند و وضعیت حافظه بدتر می‌شود؛ اما درسی که ما از تجربه می‌گیریم این زوال را جبران می‌کند. ما در شناخت الگوها بسیار بهتر می‌شویم و می‌توانیم با تلاش بسیار کم‌تری تصمیم بگیریم. متخصص روان‌شناسی عصبی الخونون گلدبرگ الگوهای مغز را بررسی می‌کند.

شهر کتاب
(inbookcity.com)

او در اواخر دوران فعالیت حرفه‌ای‌اش در مورد توانایی‌های خودش نوشت: «چیزی جالب و جذاب در ذهن من اتفاق افتاده است که در گذشته اتفاق نیفتاده بود. اغلب وقتی با آن‌چه از بیرون به نظر می‌رسد مشکل چالش برانگیزی باشد روبه‌رو می‌شوم، محاسبه ذهنی سنگین به نوعی دور زده می‌شود، به گونه‌ای که انگار جادویی است، غیر ضروری قلمداد می‌شود. راه حل مشکل بدون زحمت، خیلی تر و تمیز و انگار به خودی خود ظاهر می‌شود. به نظر می‌رسد آن‌چه با افزایش سن در ظرفیت خود برای کار ذهنی سخت از دست داده‌ام، با توانایی‌ام در ادراک فوری و به طرز عجیبی آسان مسائل دوباره بدست آورده‌ام.»

افرادی که به چیره‌دستی رسیده‌اند، دیگر فقط مهره‌های شطرنج را به صورت جدا از یکدیگر نمی‌بینند. آن‌ها کل را می‌بینند. آن‌ها نیروهایی را که واقعاً مسابقه را هدایت می‌کنند درک می‌کنند. موسیقی‌دانان از دیدن معماری یک قطعه موسیقی به عنوان یک کل حرف می‌زنند، نه فقط نت‌ها به صورت مجزا.

رئیس شدن^{۲۵}

زندگی بروس اسپرینگستین به‌طور مشخصی مسیری را نشان می‌دهد که از بی‌تجربگی به چیره‌دستی می‌رسد و نشان می‌دهد چه اتفاقی برای یک شخص می‌افتد وقتی که خودش را وقف رسالت خود می‌کند. وقتی اسپرینگستین هفت ساله بود، لحظه بشارت خود را تجربه کرد. او در حال تماشای نمایش اد سالیوان بود که ناگهان الویس پریسلی بر صحنه ظاهر شد. حیرت‌انگیز بود، همان‌طور که اسپرینگستین آن را در خاطرات خود آورده «نوع جدیدی از انسان، از انسان مدرن که خطوط نژادی و جنسیتی را محو می‌کرد... و آخ که چقدر جذاب بود! یک چیز واقعی. یک احساس سعادت عمیق که دیوارها را برمی‌داشت و قلب را زیر و رو می‌کرد تا وجودی آزادتر و رهاتر به ما ارزانی کند.»

بروس اسپرینگستین کوچک به الویس نگاه کرد و حسی در درونش داشت که این همان چیزی است که او می‌خواست باشد. جیمز هالیز اظهار داشت: «همه روابط از نمایش شروع می‌شوند.» اسپرینگستین مادرش را به فروشگاه سازهای موسیقی کشاند و تقریباً بدون آن‌که پولی برای هزینه کردن داشته باشند، یک گیتار کرایه کرد. آن را به خانه برد و برای چند هفته روی آن تمرین کرد و بلافاصله موسیقی را کنار گذاشت. خیلی سخت بود.

اسپرینگستین از آن نوع خانه‌ای می‌آمد که به نظر می‌رسید یک حس بدبختی کودکانه، یک عمر

تحلیل و یک موفقیت ناگهانی خروجی اش باشد. بدین معنی که او مادری دوست‌داشتنی و باهوش و پدری سرد و فاقد محبت داشت. آن‌ها بسیار فقیر بودند و خانه‌شان به معنای واقعی کلمه در حال از هم پاشیدن بود. مجبور بودند آب گرم را از آشپزخانه تا وان انتقال دهند. در کودکی به او لقب چشمکی داده شد، زیرا او یک تیک عصبی داشت که باعث می‌شد در یک دقیقه صدها بار پلک بزند. او یک نوجوان خجالتی و بی‌دست و پا بود.

اما بعد دوباره صاعقه‌ای نازل شد. در سال ۱۹۶۴ بیتلز در شوی اد سالیوان ظاهر شد. اسپرینگستین همان تماس خود را با الویس این بار با بیتلز احساس کرد، همان حس کنجاوی فروخورده شده. او به فروشگاه ارزان‌قیمت محلشان رفت و در بخش کوچک فروش صفحه‌های موسیقی در قسمت عقبی فرودگاه آن‌چه را که بعداً "بزرگترین جلد آلبوم همه زمان‌ها" نامید، پیدا کرد. تنها چیزی که روی آن نوشته بود ملاقات با بیتل‌ها بود و تمام آن‌چه نشان می‌داد چهار چهره قرار گرفته در نیم‌سایه بود. «این دقیقاً همان کاری بود که من می‌خواستم انجام دهم.»

وقتی بعدتر از این لحظات صحبت می‌کنیم، تمایل داریم تا روی اشتیاق‌های کوچک حاضر در آن‌ها تأکید کنیم و هنگام صحبت آرزوهای بزرگ، خجالتی شویم زیرا نمی‌خواهیم پرمدها و خودبزرگ‌بین جلوه کنیم. وقتی از نوازنده‌ها و خواننده‌ها سؤال می‌کنید که چرا به دنبال موسیقی رفتند، همیشه می‌گویند که این کار را کردند که بتوانند با دختران بیشتری ارتباط داشته باشند یا محبوب شوند و یا این‌که پول زیادی در بیاورند، اما این انگیزه‌های پست و پیش پا افتاده اغلب داستان‌هایی هستند که آن‌ها می‌گویند، زیرا نمی‌خواهند در مورد ایده‌آل‌گرایی عالی و قدرت‌مند خود، نیاز به ابراز احساساتی که در خود دارند و یا میل به کشف برخی از تجربه‌ها صادق باشند.

یکی از بهترین توصیه‌ها به جوانان این است که سریعاً تکلیفتان را با خودتان روشن کنید. اگر می‌دانید که می‌خواهید چه کاری انجام دهید، شروع به انجام آن کنید. درنگ نکنید به این دلیل که فکر می‌کنید این کار یا آن مدرک می‌تواند آمادگی خوبی برای انجام کارهایی باشد که در نهایت می‌خواهید انجام دهید. فقط شروع کنید. اسپرینگستین، بدون گزینه‌های دیگر و بدون حواس پرتی به سرعت تصمیمش را در مورد خودش و آن‌چه می‌خواست انجام دهد، گرفت.

او یک گیتار قدیمی درب و داغان خرید و سعی کرد خودش نواختن آن را یاد بگیرد. پنج ماه بعد انگشتانش سخت پینه‌بسته بود. او به یک گروه موسیقی پیوست و یک اجرا در دبیرستان محل تحصیل خودش داشت که البته کارش کاملاً افتضاح بود و از گروه اخراج شد.

آن شب او به آلبومی از گروه رولینگ استونز گوش داد و یک تک‌نوازی گیتار از کیت ریچاردز شنید و تمام شب در تلاش بود تا بتواند آن را تقلید کند. اسپرینگستین هر آخر هفته را در رقص‌های انجمن مسیحیان جوان یا مهمانی‌های دبیرستان خودشان می‌گذراند. او هیچ وقت نمی‌رقصید. بلکه فقط کناری می‌ایستاد و به گیتاریست اصلی گروه نوازندگی دقت می‌کرد و سعی می‌کرد چیزی یاد بگیرد. سپس با عجله به خانه می‌رفت و هر آن چه را که دیده بود برای خودش می‌نواخت و تمرین می‌کرد. همان طور که یک بار اسوالد چمبرز گفته بود: «کار سخت سنگ بنای شخصیت است.»

اسپرینگستین به گروه‌های بیش‌تری پیوست و تا زمانی که بیست ساله شده بود، در هر مجلس کوچک قابل تصویری گیتار زده بود؛ انجمن مسیحیان جوان، پیتزافروشی‌ها، افتتاح پمپ بنزین، عروسی‌ها، جشن تکلیف یهودیان، گردهمایی آتش‌نشان‌ها و بیمارستان روانی مارلبورو. و به تدریج در کارش پیشرفت می‌کرد. او کسی را در ازبری پارک، نیوجرسی نمی‌شناخت اما آن جا کافه‌ای بود که در آن تعدادی بلندگو وجود داشت. نوازنده‌ها صرفاً می‌توانستند برای بازه‌های نیم ساعته ثبت‌نام کنند، گیتارشان را به بلندگوها وصل کنند و شروع به نواختن کنند. اسپرینگستین وارد آنجا شد و درحالی که هیچ کس او را نمی‌شناخت و شروع به نواختن کرد. در خاطرات خود، زاده شده برای دویدن نوشت: «یادم می‌آید اولین شب مردم را دیدم که نشستند، بعد جایشان را تغییر دادند و نزدیک‌تر آمدند و توجه‌شان به موسیقی من جلب شد.» او به یاد می‌آورد: «سی دقیقه به شکلی آتشین گیتار زدم و بعد به سرعت از آن جا خارج شدم.» یک هفت‌تیرکش جدید به شهر آمده بود.

اسپرینگستین بهترین نوازندگانی را که می‌توانست پیدا کند دور هم جمع کرد. کسانی که مثل خودش هیچ گزینه دیگری جز دنبال کردن موسیقی برایشان مطرح نبود. آن‌ها بی‌وقفه در نیوجرسی کنسرت می‌گذاشتند. به دهکده گرینویچ در نیویورک رفتند که ۹۰ دقیقه و البته از نظر فضا یک دنیا با آن‌ها فاصله داشت و با این حقیقت تلخ مواجه شدند که بیش‌تر گروه‌های موسیقی آن جا بهتر از خودشان بودند. (حداقل (دو نوع شکست وجود دارد. در نوع اول شما خوب هستید اما افراد دیگر نمی‌توانند درک کنند که چقدر خوب هستید. موبی دیک ملویل در هجده ماه نخست خود تنها ۲۳۰۰ نسخه فروخته و در پنجاه سال اول خود فقط ۵۵۰۰ نسخه. منتقدان کتاب را به شدت مورد حمله قرار دادند. برخی از هنرمندان مجبورند خودشان سلیقه‌ای را ایجاد کنند و بر اساس آن داوری شوند. در نوع دوم، شما شکست می‌خورید زیرا به اندازه‌ای که فکر می‌کردید، خوب نیستید و افراد دیگر متوجه این می‌شوند.

همه ما مایلیم تصور کنیم که شکست‌هایمان از نوع اول است اما شاید چیزی در حدود ۹۵ درصد از شکست‌ها از نوع دوم باشد. یکی از آزمون‌های شخصیت در مسیر چیره‌دستی و استادی، به شناخت همین واقعیت مربوط می‌شود.

شما می‌توانید از قبل دانش مردمان دیگر به دانش دست پیدا کنید اما نمی‌توانید با اتکا به خرد دیگران خردمند باشید. مبارزات اولیه اسپرینگستین به او آموخت که به قسمت‌هایی از کارش که بخش‌های دوست‌داشتنی و باحال کارش نیستند و برعکس بخش‌هایی هستند که برای به ثمر نشاندن نیاز به مراقبت و تمرین دارند بیشتر توجه کند. او بیش‌تر و بیش‌تر وقت خود را صرف فکر کردن به چگونگی ایجاد یک گروه کرد. یک بار مدیر گروه را اخراج کرد. نوازنده درامزی را اخراج کرد که گاهی اوقات درخشان اما اغلب اوقات دارای عدم ثبات بود. او به ساختارهای مدیریتی گروهش فکر می‌کرد. در گروه او قرار نبود دموکراسی جایی داشته باشد. می‌خواست خودش آن را اداره کند و در موردش تصمیم بگیرد.

ما اغلب دوست داریم تصور کنیم که ستاره‌های راک، سخت کار می‌کنند و در کنار آن به شدت خوش‌گذرانی هم می‌کنند؛ اما یک استاد چیره‌دست تقریباً هرگز شباهتی با یک آدم بوالهوس و لذت‌طلب ندارد. چیره‌دستی مستلزم نظم و انضباطی بیش از اندازه است و معمولاً شکلی از ریاضت‌کشی را طلب می‌کند. بروس اسپرینگستین در تمام دوران ابتدایی فعالیت خود در کافه‌ها کار می‌کرد اما هرگز نوشیدنی نمی‌نوشید. تمام عمر در مورد کارخانه‌ها آواز خواند اما او هرگز در یک کارخانه کار نکرد. آهنگ پشت آهنگ در مورد ماشین آواز خواند اما در جوانی رانندگی بلد نبود. راک اند رول عالم سرکشی و لذت‌جویی است اما اسپرینگستین بعد از کنسرت‌هایش رسم مخصوص خود را دارد. او به تنهایی در اتاق هتلش می‌نشیند با مرغ سوخاری، سیب‌زمینی سرخ کرده، کتاب، تلویزیون و تخت‌خواب.

همان‌طور که اسپرینگستین می‌گوید، هنر تا حدی یک جور کلاهبرداری و گول زدن است. مسئله در اینجا بازنمایی یک تصویر از یک ستاره راک است، حتی اگر خودتان واقعاً چنین تصویری را زندگی نکنید.

برخی از افراد از نظر اجتماعی به نوعی جریان و سیلان دست می‌یابند. آن‌ها با گروهی از دوستانشان برای شام بیرون می‌روند یا در یک مهمانی حاضر می‌شوند، در کنار آن‌ها می‌رقصند و خودآگاهی‌شان به تدریج کم‌رنگ می‌شود؛ اما بسیاری از هنرمندان با این روند طبیعی ناپدید شدن در زندگی خود مشکل دارند. آن‌ها از دیگران جدا هستند اما هم‌زمان می‌خواهند به نوعی با دیگران ارتباط هم داشته باشند. دقیقاً همین فقدان جریان اجتماعی و عاطفی است که می‌تواند خلاقیت را در آن‌ها برانگیزاند. همان‌طور که کریستین ویمان شاعر بیان می‌کند: «یک هنرمند آگاه است که همیشه جدا از زندگی بایستد و یکی از نتایج این امر می‌تواند این باشد که شما به شدت شروع به احساس کردن آن‌چه می‌کنید که نتوانسته‌اید احساس کنید؛ یک ذخیره عاطفی خاص در زندگی فرد. به منبع نیرویی عظیم در کار فردی دیگر تبدیل می‌شود.»

در سال ۱۹۷۲ در سن ۲۲ سالگی سرانجام اسپرینگستین کشف شد. دو آلبوم اول وی از نظر تجاری موفقیت‌آمیز نبودند، بنابراین سرنوشت حرفه‌ای او با آلبوم سومش زاده شده برای دویدن دگرگون شد. اسپرینگستین در یک هفته روی جلد هر دو مجله تایم و نیوزویک بود و در آن زمان این اتفاقی بزرگ محسوب می‌شد.

او ناگهان ستاره شد. قدم واضح بعدی برایش این بود که سطح کارش را بالا ببرد و مخاطبان

گسترده‌تری را جذب کند؛ و البته این همان چیزی بود که تهیه‌کننده و همه افراد پیرامونش از او می‌خواستند. این یک پیشرفت طبیعی است. اگر مبتدی باشید، ستاره می‌شوید و اگر ستاره هستید فوق‌ستاره می‌شوید.

آن‌چه در ادامه آمد لحظه‌ای مهم صعود اسپرینگستین به جایگاه استادی بود. او به جای بیرون رفتن از خود و یافتن مخاطبانی در سطح کشور، به درون رفت و سعی کرد محلی‌تر شود. آلبوم بعدی او در حکم شیرجه‌ای عمیق در دل مردم خودش، یعنی مردم حاشیه شهرهای کوچک در مرکز ایالت نیوجرسی بود. او پیکره موسیقی‌اش را از نو تراشید تا بتواند بازتاب‌دهنده شخصیت‌های تک‌افتاده‌ای باشد که در مورد آن‌ها ترانه می‌نوشت. در بسیاری از مسیرهای حرفه‌ای موفق لحظه‌ای وجود دارد که چشم‌انداز موفقیت سعی می‌کند شما را از منبع الهام اصلی‌تان دور کند، به جایی دور از دسترس دیمونی که در وهله اول تحریک‌کننده شما در کارتان بوده است. دست رد زدن به سینه چنین صداهایی که در اطرافتان به گوش می‌رسد و انتخاب آن‌چه قبلاً انتخاب کرده‌اید یک عمل نشئت‌گرفته از شجاعت اخلاقی خالص است. با نگاه از بیرون، به نظر می‌رسد که شما شانس خود را برای ستاره شدن از بین می‌برید، اما در واقع با آن‌چه در جایگاه ستارگی به دست آورده‌اید در تماس هستید.

اسپرینگستین می‌نویسد: «اینجا جایی بود که می‌خواستم موضع خود را از نظر موسیقایی مشخص کنم و سؤالات و پاسخ‌های خودم را جستجو کنم. من نمی‌خواستم از گود خارج شوم. می‌خواستم بمانم. نمی‌خواستم چیزی را پاک کنم، فرار کنم، فراموش کنم یا رد کنم. می‌خواستم بفهمم نیروهای اجتماعی که زندگی والدین من را تحت کنترل داشتند چه بودند؟ چرا اینقدر همه چیز سخت بود؟»

تناقض در اینجا بود: «اسپرینگستین در اوج دوره "آزاد هستم که خودم باشم" بزرگ شده بود. موسیقی راک بیان کلاسیک آن زیست اخلاقی بود. خود اسپرینگستین در مورد فرار و دویدن به سوی آزادی کامل آواز می‌خواند؛ اما شخصاً او هرگز به دام این فریب دروغین نیفتاد. او به ریشه‌های خود و به مسئولیت‌های عمیقی که خودش آن‌ها را برنگزیده بود بازگشت و تا امروز هم محل زندگی‌اش فقط ده دقیقه از جایی که در آن بزرگ شده فاصله دارد.»

«من احساس می‌کردم تفاوت زیادی بین یک نوع مجوز شخصی که گویی انسان را از غل و زنجیر رها می‌کند و یک آزادی واقعی وجود دارد. بسیاری از گروه‌هایی که پیش از ما آمده بودند، بسیاری

از قهرمانان من، یکی از این دو را با دیگری اشتباه گرفته بودند و این منجر به رسیدن به یک وضعیت نامطلوب می‌شد. احساس می‌کردم نسبت این مجوز شخصی به آزادی واقعی است، مثل نسبت خودارضایی به رابطه جنسی حقیقی بود. شاید بد نباشد، اما قطعاً واقعی نیست.» اسپرینگستین احساس می‌کرد نسبت به افرادی که با آن‌ها بزرگ شده بود، مسئول است؛ که از میان آن‌ها تعداد معدودی در دانشگاه بودند اما اکثرشان در حال تلاش و تقلا برای گذران زندگی بودند و به همین دلیل او بازگشت و خود را در آن زمین کاشت.

چند دهه بعد، او را در حال اجرای یک کنسرت در جمع ۶۵ هزار نفر هوادار جوانی که در مادرید نامش را فریاد می‌زدند، تماشا کردم. روی پیراهن‌های همه‌شان نام مکان‌های مختلف در جرسی مرکزی نقش بسته بود که در آهنگ‌های اسپرینگستین مورد اشاره قرار گرفته‌اند؛ بزرگراه شماره ۹، استون پونی، دریاچه جرسی و جاهای دیگر. معلوم شد که او واقعاً نیازی به بیرون رفتن و یافتن طرفداران خود نداشت اگر می‌توانست چشم‌اندازی از خانه خاص خودش ارائه کند، آن‌گاه همه به سوی او می‌آمدند و همین اتفاق هم افتاد. این باعث می‌شود قدر قدرت فوق‌العاده یک هویت خاص را بدانید. اگر هویت شما توسط مرزهای سخت شکل گرفته باشد، اگر از جایی خاصی آمده‌اید، اگر تجسمی از یک سنت متمایز هستید، اگر نگرانی‌هایتان به واسطه چشم‌انداز تخیلی خاصی بیان می‌شود، به‌طور قطع عمقی بیش‌تر از وضعیتی خواهید داشت که در آن به هر چیزی ناخنکی بزنید، از جایی به جای دیگر بروید و هر روز و هر لحظه سبکتان را عوض کنید که در این حالت هویت شما بر پایه تعهداتی ضعیف و یا اساساً فقدان تعهد شکل گرفته است.

یکی از دانشجویان من، جان اندین، یک بار در مورد استادی که در دانشگاه رایس به نام مایکل امرسون داشت به من گفت. امرسون که سفیدپوست است، جامعه‌شناسی است که درباره عدالت نژادی تدریس می‌کند. او برای نشان دادن قدرت هویت، برای هر دانش‌آموز کلاس یک اسم مستعار اختراع کرد؛ "پسره کنتاکی"، "دخترک خیارشور" و موارد مشابه. او خود را "یک مرد معمولی" یا "معمولی" نامید. برای مثال او برای دانشجویانش تعدادی تمرین عملی طراحی کرد تا به واسطه آن‌ها نشان دهد چنین برجسب‌زدن‌هایی تا چه اندازه می‌تواند زندگی آدم‌ها را دگرگون کند. آن‌ها پروفایل‌های دوست‌یابی آنلاین سیاه و سفید را ایجاد کردند تا بتوانند تفاوت در نحوه واکنش مردم را مشاهده کنند. اندین به من گفت که آقای معمولی یکی از بهترین اساتیدی بود که تا به حال داشته است و کار او در زمینه نقش نژاد، دین و زندگی شهری در حوزه تخصصش برجسته

است.

آقای معمولی نه تنها به دانشجویانش در مورد عدالت نژادی می‌آموخت بلکه تک تک خانه‌هایی که او و همسرش جونی در طول سال‌های زندگی مشترکشان خریده بودند، در محلات سیاه‌پوست‌نشین قرار داشته‌اند. آقای معمولی و جونی فرزندان خود را هم به مدارس فرستادند که تقریباً بقیه دانش‌آموزان سیاه‌پوست بودند. وقتی بچه‌ها پنج یا شش ساله بودند، خود را سیاه به شمار می‌آوردند. برای آن‌ها هویت نژادی رنگ پوستشان نبود بلکه این حقیقت بود که تمام دوستانشان چه کسانی بودند.

دپارتمان جامعه‌شناسی دانشگاه رایس بودجه‌ای برای پژوهش دارد که هر سال به‌طور مساوی بین دانشکده‌ها تقسیم می‌شود. آقای معمولی که دارای کرسی استاد تحسین شده بود، پول خود را به اعضای جوان‌تر هیأت علمی می‌داد، چرا که بر این عقیده بود که آن‌ها احتیاج بیشتری به آن دارند. وی سرانجام کرسی خود را در رایس رها کرد تا برای فعالیت در دانشگاه نورث پارک شیکاگو به آنجا برود. او برای پذیرفتن یک شغل در یک کالج با وضعیت مبهم از یک جایگاه شغلی معتبر در یک دانشکده معتبر دست کشید زیرا فکر می‌کرد می‌تواند به دانشجویان نورث پارک به شکلی متفاوت نسبت به دانشجویان رایس خدمت کند.

اندین چندین سال پیش در مورد آقای معمولی به من گفت اما او در ذهنم می‌ماند. تصویری از کسی که تعهدی همه‌جانبه یافته است و سرمشقی است برای چگونگی داشتن یک رسالت. وقتی که زندگی در کامل‌ترین شکل خود تجلی می‌یابد، همه چیز را به هم متصل می‌کند. در یک بسته منسجم جمع می‌شود، خود را تحت الشعاع قرار می‌دهد و به تحقق یک خیر اساسی یاری می‌رساند.

بخش سوم: ازدواج

شماره کتاب (nbookcity.com)

۱۴: ازدواج عالی

جک گیلبرت در سال ۱۹۲۵ در پیتسبورگ متولد شد. دبیرستان را نیمه‌کاره رها کرد، به کارهای یدی مشغول شد و قبل از یافتن جایگاه خود به‌عنوان شاعر و معلم در سراسر اروپا سرگردان بود. بخش عمده‌ای از نوشته‌های او در مورد عشق بود و به‌خصوص عشق او به همسرش میشیکو نوگامی که ۲۱ سال از خودش جوان‌تر بود. میشیکو در ۳۶ سالگی بر اثر سرطان درگذشت. اندکی پس از مرگ او، گیلبرت شعری به نام "متاهل" نوشت:

از تشییع جنازه برگشتم و خزیدم
در اطراف آپارتمانم و سخت گریه کردم
در جست‌وجوی موهای زنم بودم.
برای دو ماه آن‌ها را جمع می‌کردم
از جاروبرقی، زیریخچال
و روی کمد لباس
اما بعد از این که زنان ژاپنی دیگری آمدند
هیچ راهی وجود نداشت که مطمئن شوم، کدام موی آن‌هاست
و کدام موی او
و من متوقف شدم.
یک سال بعد وقتی گلدان آووکادوی میشیکو را عوض می‌کردم
یک موی سیاه بلند در خاک پیدا کردم

من این فصل را که به ازدواج مربوط است با شعری در مورد مرگ شروع می‌کنم زیرا ازدواج در چارچوب حکایت و تمثیل نمی‌گنجد و گاهی پس از تمام شدن یک زندگی مشترک است که قدرت آن احساس می‌شود. یک ازدواج زیبا لزوماً چشم‌گیر و دراماتیک نیست. به تصویر کشیدن یک ازدواج در یک رمان و یا یک ترانه کار سختی است زیرا اعمالی که ازدواج را تعریف می‌کنند بسیار کوچک، ثابت و ویژه هستند. ازدواج به معنی دانستن این است که او دوست دارد زودتر به فرودگاه برسد. ازدواج یعنی وقت گذاشتن برای مرتب کردن رخت‌خواب حتی اگر بدانید اگر این کار را نکنید او احتمالاً انجامش می‌دهد. در سطح بالاتر ازدواج به معنی ارائه عشق، احترام و امنیت است اما روزبه‌روز، اشارات کوچک و بی‌وقفه‌ای بر درایت و توجه در آن هست که در آن‌ها نشان می‌دهید

حالات او را درک می‌کنید، حضور او را گرمی می‌دارید و اعلام می‌کنید که این شخص مرکز جهان شماست؛ و در نهایت تلاش سرسختانه‌ای است برای تسلیم نفستان در محراب ازدواج، دست کشیدن از بخشی از خود و از خواسته‌هایتان در برابر پیوندی بزرگ‌تر.

ازدواج فراز و نشیب است. شوخی‌های خصوصی بین دو نفر، بازگویی داستان‌هایی راجع به مکان‌هایی مقدس که عشق در آنجا متولد شد همراه با شنیدن داستان‌های تکراری و آشنای او در مهمانی‌های شام و البته برنامه‌ریزی‌هایی بی‌پایانی که چاره‌ای برایشان نیست.

این قطعه از بخش قرنطیان کتاب مقدس که در تمام مراسم عروسی خوانده می‌شود، واقعاً عشق زناشویی را تعریف می‌کند: «عشق صبور است، عشق مهربان است. حسادت نمی‌کند، نمی‌بالد، افتخار نمی‌کند. باعث تحقیر دیگران نمی‌شود، خودخواهانه نیست، به راحتی عصبانی نمی‌شود، هیچ‌گونه خطایی را در خود نگه نمی‌دارد. عشق از شر لذت نمی‌برد بلکه از حقیقت شاد می‌شود. عشق همیشه نگهبان است، همیشه اعتماد می‌کند، همیشه امیدوار است و همیشه حفظ می‌کند.»

این که با چه کسی ازدواج می‌کنید مهم‌ترین تصمیمی است که در زندگی‌تان اتخاذ می‌کنید. ازدواج، زندگی و هر آن‌چه در آن است را رنگی دیگر می‌زند. جورج واشنگتن زندگی بسیار جالبی داشت اما با تمام اتفاقات فوق‌العاده‌ای که در زندگی‌اش افتاده بود به این نتیجه رسیده بود: «من همیشه ازدواج را جالب‌ترین واقعه زندگی شخصی، پایه و اساس خوشبختی یا بدبختی فرد دانسته‌ام.»

دوستی دارم که با یک زن زیبا و باهوش و تقریباً هم‌سن خودش ازدواج کرد. هفت سال بعد، پس از دوره‌ای کلنجار رفتن با مشکلات ناباروری صاحب فرزند شدند اما در اتاق زایمان مشکلی پیش آمد. همسر وی آمبولی مایع آمنیوتیک داشت و خون زیادی از دست داد. در اوج بحران پزشکان به او گفتند که او احتمالاً زنده نمی‌ماند چرا که ۵۰ تا ۸۰ درصد مادران مبتلا به این عارضه فوت می‌کنند. اگر زنده می‌ماند، بسیار محتمل بود که دچار صدمات شدید و دائمی مغزی شود. دوستم آن‌جا در اتاق انتظار نشسته بود و با این واقعیت روبرو شد که عمرش ممکن است صرف مراقبت از زنی شود که دیگر حتی او را نمی‌شناسد. او گفت: «این همان زمانی است که متوجه می‌شوید که با زیر بار تعهد ازدواج رفتن مرتکب چه کاری شده اید.» و این را چند سالی بعد از آن اتفاق به من گفت درحالی که کنار همسرش -که سلامتی خود را به‌طور کامل باز یافته بود- و دخترش نشسته بود.

ازدواج به شکل یک انقلاب ظاهر می‌شود. زندگی یک نفره و سپس ناگهان تبدیل شدن به دو نفر چیزی جز یک حمله نیست؛ و درعین حال یک جایزه هم وجود دارد. آدم‌هایی که ازدواج‌های دیرپا و شاد دارند، انگار بلیت شانس زندگی را برنده شده‌اند. آن‌ها خوشبخت و خوشنود هستند؛ و این رویای یک یگانگی زناشویی است که ما را به سمت خود می‌فریبد. جورج الیوت در آدام بیده نوشت: «چه چیزی بزرگ‌تر از این برای دو روح انسانی وجود دارد جز این که احساس کنند برای همه عمر به هم پیوسته‌اند؛ برای تقویت یکدیگر در تمام کارها، برای تکیه کردن بر یکدیگر در تمام غم و اندوه‌ها. برای غم‌خواری یکدیگر در همه درد و رنج‌ها، برای یکی شدن در خاطرات ناگفته و بی صدا در لحظه آخرین فراق؟»

اوج شور و شوق در بین جوانان است اما قله ازدواج معمولاً در دوران پیری قرار می‌گیرد. آن چه واقعاً یک ازدواج موفق و شاد را مشخص می‌کند، حس کامل بودن زوجی است که ده‌ها سال در کنار هم بوده‌اند. گابریل گارسیا مارکز هنگام توصیف یک زوج پیر در کتاب عشق در زمان وبا این موضوع را به این شکل توضیح داد:

در پایان، آن‌ها آن چنان یکدیگر را به خوبی می‌شناختند که با از گذشت سی سال از ازدواجشان مانند موجودی منفرد بودند که به دو تکه تقسیم شده است. از فرکانسی که با آن افکار یکدیگر را حدس می‌زدند احساس ناراحتی طرف مقابل را درک می‌کردند... این زمانی بود که آن‌ها بیش از هر زمان دیگری عاشق همدیگر بودند، بدون هیچ عجله و یا افراطی، زمانی که هر دو به قدر کافی نسبت به پیروزی‌های باورنکردنی خود بر سختی‌ها آگاه و از آن‌ها سپاس‌گزار بودند. زندگی هنوز هم آن‌ها را با آزمون‌های مرگبارش همراهی می‌کرد، اما این دیگر اهمیتی نداشت؛ آن‌ها از این رود خروشان گذشته بودند.

همه ما زوج‌هایی مثل این را ملاقات کرده ایم که حتی از نظر ظاهری هم به هم شبیه شده‌اند. من یک زوج به نام‌های جیم و دب فالووس را می‌شناسم که به واسطه داشتن خوشبخت‌ترین زندگی مشترک در حلقه دوستان ما مشهور هستند. آن‌ها شعاعی از یک شعور واحد و یک نیکویی خالصانه و صمیمانه را از خود ساطع می‌کنند. یکی دیگر از دوستان نویسنده‌مان یک روز با آن‌ها قرار ناهار داشت و وقتی به چشم خودش دید که یک ازدواج سرشار از خوشبختی چه شکلی است، بلافاصله تصمیم گرفت به دوست دختر خودش پیشنهاد ازدواج بدهد.

جودیت والرشتاین و ساندرا بلکسلی در کتاب خود به نام ازدواج خوب تخمین می‌زنند که در حدود

۱۵ درصد از ازدواج‌ها شور و شوق میان زن و مرد هیچ‌گاه از بین نمی‌رود. آن‌ها می‌نویسند که زنان در این ازدواج‌ها معمولاً از خانواده‌هایی می‌آیند که نقش پرورش‌دهنده بیشتر بر عهده پدر بوده و و مادر خانواده تا حدودی سرد بوده است. این زنان ایده‌آل‌سازی پدران خود را به شوهرانشان منتقل می‌کردند. مردان در این ازدواج‌ها اغلب یک کودکی سرشار از تنهایی داشتند و یک یا چند نفر از عزیزانشان را در سن پایین از دست داده بودند. «این مردان با نیازی شدید و همواره به تعویق افتاده برای عشق و صمیمیت به دوران بزرگ‌سالی پای گذاشتند.»

یکی از زوج‌هایی که آن‌ها مورد مطالعه قرارشان دادند مت و سارا ترنر بودند. سارا به آن‌ها می‌گوید: «همیشه یک احساس شگفت‌انگیز نسبت به زندگی مشترکمان داشته‌ام و ۳۲ سال بعد همچنان همین حس را دارم.» وی گفت: «هر دو هنوز یک ساعت از اولین دیدارمان نگذشته بود که یک رابطه جادویی را میان خودمان احساس کردیم. آن زمان در مورد آن صحبت می‌کردیم و هنوز هم در مورد آن صحبت می‌کنیم.»

زوج دیگر فرد و ماری فلینی بودند. فرد گفت: «سعی می‌کردم به بدترین دعوایی که تاکنون داشته‌ایم فکر کنم اما نمی‌توانم آن را به‌خاطر بیاورم. ما واقعاً دعوا هم کرده‌ایم. فقط نمی‌توانم به‌خاطر بیاورم که در مورد چه چیزی با یکدیگر بحثمان شده بود. همیشه ممکن بود یکی از ما مثل آتش شعله‌ور شود و طرف دیگر خیلی ساده از آن عبور می‌کند. هیچ‌کدام از این‌ها حالا مهم نیستند.»

این همان تصویری است که از یک ازدواج عالی می‌توان در ذهن داشت. ازدواج یک تعهد چند ده ساله است و در آن دو نفر با هم یکی می‌شوند.

هجوم به سوی ازدواج عالی

وقتی به نوشته‌های معاصر در مورد ازدواج نگاهی بیندازید، تلاشی عمومی را می‌بینید که سعی می‌کند آن را تخفیف داده و به اندازه قابل کنترل (و ظاهراً واقع بینانه‌تری) کاهش دهد. شور و اشتیاق یک امر موقتی است، تفکر فعلی فرآر است، بنابراین به آن اعتماد نکنید. بودن یک روح در دو بدن فقط یک توهم است. فکر نکنید می‌توانید آن عشق واقعی را پیدا کنید. آلن دو باتن برای نیویورک تایمز مقاله‌ای محبوب و فصیح نوشت به نام "چرا با فرد اشتباه ازدواج می‌کنید" که در آن این ایده را رد کرد که باید شخصی را پیدا کنیم که ما را بر یک قالیچه جادویی سوار کند. «ما باید دیدگاه رمانتیک را با آگاهی تراژیک (و بعضی اوقات کمدی) جایگزین کنیم که بر اساس آن هر

انسانی می‌تواند ما را ناامید کند، خشمگین کند، اذیت کند، دیوانه کند و یا سرخورده سازد... هیچ پایانی بر احساس پوچی و ناکامل بودن ما قابل تصور نیست.»

بسیاری از کتاب‌های مدرن یک زمینه واقع‌گرایانه/ضد رمانتیک را انتخاب می‌کنند. لورا کپنس کتاب *بر ضد عشق*: یک مجادله قلمی را نوشت. در سال ۲۰۰۳ پاسکال بروکنر کتاب *جنجالی آیا ازدواج برای رسیدن به عشق ناموفق بوده است* را نوشت؟ در سال ۲۰۰۸، لُری گوتلیب مقاله بحث‌برانگیزی در نشریه *آتلانتیک* نوشت که بعداً به کتابی تبدیل شد به نام *با او ازدواج کن!* در تأیید راضی شدن به یک آدم به قدر کافی خوب. او در این کتاب توصیه کرد که بابت شور و اشتیاق و داشتن یک ارتباط عمیق نگران نباشید. او می‌نویسد: «بر اساس مشاهدات من، در واقع راضی شدن و قناعت کردن احتمالاً شما را در درازمدت شادتر خواهد کرد زیرا بسیاری از کسانی که با انتظارات زیادی ازدواج می‌کنند هر سال ناامیدتر و سرخورده‌تر می‌شوند.»

حمله به سوی ازدواج عالی از سه جهت انجام می‌شود.

اول، در فرهنگی که طلاق متداول است و تأثیرات آن اغلب شدید است، بسیاری از افراد نگرشی را اتخاذ می‌کنند که در آن امنیت اولویت می‌یابد. تمام تخم مرغ‌های خود را در سبد ازدواج قرار ندهید. دنبال چیدن ستارگان نباشید. صرفاً چیزی منطقی بسازید که از هم نباشد. بسیاری از افرادی که به دلیل طلاق آسیب دیده اند، محافظت از خود را به آسیب‌پذیری کامل ترجیح می‌دهند.

دوم، بسیاری از مردم خود را در ازدواج‌هایی می‌یابند که چندان هم عالی نیستند و تعریفی از ازدواج را می‌پذیرند که به آن‌ها اجازه می‌دهد در همان وضعیت سر کنند. چنین ازدواج‌هایی به قول والرشاین و بلسلی "ازدواج‌های همراهانه" هستند. این زوج همراه می‌شوند. آن‌ها در کنار هم نقش والدین را دارند اما شور و اشتیاق میانشان محو شده است. ممکن است رابطه جنسی داشته باشند یا نداشته باشند و اگر هم داشته باشند، به ندرت اتفاق می‌افتد. کار و رسیدگی به فرزندان به مهم‌ترین بخش زندگی این دسته از همسران تبدیل می‌شوند و رابطه خودشان در اولویت سوم، چهارم یا پنجم قرار می‌گیرد. یکی از دوستان دانشگاهی‌ام اخیراً در جمعی به من گفت: «من واقعاً ازدواج‌های شاد زیادی را نمی‌شناسم. در عوض ازدواج‌های زیادی را می‌شناسم که در آن‌ها والدین عاشق فرزندان خود هستند.» در چنین ازدواجی شما یاد می‌گیرید در شرایطی زندگی کنید که واقعاً علاقه یا انرژی شما را اشغال نکند.

برخی افراد این نوع ازدواج کم‌هیجان را ترجیح می‌دهند. والرسین و بلسلی از یک زن نقل می‌کنند که گفته بود، «فکر می‌کنم آن‌چه خیلی خوشحال‌کننده بود این بود که قرار نیست این رابطه تمام انرژی من را در زندگی مشغول خودش کند، چیزی که در تمام روابط قبلی تجربه‌اش کرده بودم. من اوقات فراغت بیش‌تری با دوستانم داشتم و زندگی برایم سرگرم‌کننده‌تر بود.»

سوم، فرهنگ فردگرایی تعریف ازدواج عالی را تضعیف می‌کند. الی فینکل، جامعه‌شناس از دانشگاه نورث‌وسترن عنوان می‌کند که ما در فرهنگی زندگی می‌کنیم که در آن نیازهای خودمان بر همه نیازهای دیگر اولویت دارد. هدف از زندگی تحقق بخشیدن خود است. هدف این است که خودمختاری و فردیت خود را بیان کنید و در سلسله مراتب نیازهای مازلو صعود کنید. آن‌گونه که فینکل می‌نویسد: «فردگرایی بیان‌گر با اعتقاد جدی به ویژه بودن فرد مشخص می‌شود. در این قاموس سفرهای درونی به منظور کشف خود عملی در راستای ارج و قرب بخشیدن به خویشتن

تلقی می‌شود.» در یک فرهنگ فردگرایانه، ازدواج یک هم‌جوشی و اختلاط نیست. یک اتحاد است. اتو رنکس روان‌شناس، رابطه را به عنوان یک پیوند اجتماعی بازتعریف کرد که در آن «یک فرد به شخص دیگر کمک می‌کند تا رشد کند و خود را توسعه دهد بدون آنکه شخصیت او را مورد تعدی قرار دهد.»

فینکل می‌نویسد: «از حدود سال ۱۹۶۵ به این سو ما در دوران ازدواج خودبیین‌گر زندگی کرده‌ایم. اکنون آمریکایی‌ها به‌طور فزاینده‌ای به ازدواج به‌عنوان راهی برای کشف خود، یافتن عزت نفس و رشد شخصی می‌نگرند. به گفته روان‌شناس مشهور کارل راجرز «همسر من در مسیرهای جداگانه اما در هم تنیده رشد من با من همراه می‌شود.»

اگر تعریف ازدواج عالی یکی بودن جسم و جان است، تعریف فردگرایانه عشق، استقلال همراه با حمایت است. اگر دیدگاه سنتی در مورد ازدواج نیازهای یک رابطه را بالاتر از نیازهای هر فرد قرار می‌دهد، نگاه فردگرایانه به ازدواج نیازهای فرد را بالاتر از نیازهای رابطه متقابل می‌داند.

پولینا آرونسون در جوانی از روسیه به ایالات متحده نقل مکان کرد و دریافت که وارد یک رژیم عاشقانه بر اساس انتخاب فردی شده است. او مجله‌های آمریکایی را خواند و دریافت که «آن‌ها انتخاب‌کننده باهوش و حاکم را که به خوبی از نیازهای خود آگاه است و براساس علاقه شخصی عمل می‌کند تقدیس می‌کنند.» او ادامه می‌دهد که «شاید بزرگ‌ترین مشکل این رژیم انتخاب است. آن‌چه از این تصور غلط منتج می‌شود شناختن بلوغ به‌عنوان خودکفایی مطلق است. پیوند با دیگری یک پدیدهٔ بچگانه محسوب می‌شود. میل به شناختن و شناخته‌شدن به‌عنوان "محتاج بودن" تفسیر می‌شود. صمیمیت هرگز نباید "مرزهای شخصی" را به چالش بکشد.»

اکثریت قریب به اتفاق مردم هنوز هم می‌خواهند ازدواج کنند؛ اما جامعه‌شناسان می‌بینند که ازدواج معمولاً به‌عنوان یک سنگ در سقف زندگی تلقی می‌شود نه یک سنگ بنای اصلی. در گذشته این‌طور بود که افراد ازدواج می‌کردند و ازدواج آن‌ها را به فردی دارای انضباط نفس و منظم تبدیل می‌کرد که قادر به ساختن یک مسیر حرفه‌ای خوب هم بود. اکنون بیشتر افراد دنبال این هستند که نخست جایگاه مالی و شغلی خود را مستحکم کنند و سپس ازدواج کنند. جهت این روایت اجتماعی عکس شده است.

در ستایش ازدواج عالی

یکی از مشکلات دیدگاه فردگرایانه، مثل همیشه این است که افراد را در زندان کوچک خود به دام می‌اندازد. اگر به دنبال تحقق بخشیدن خود به واسطه ازدواج باشید، همیشه احساس ناامیدی خواهید کرد زیرا ازدواج و به‌خصوص فرزندپروری، مدام شما را از اهداف خود دور می‌کند.

مشکل دیگر در مورد دیدگاه فردگرایانه این است که برای تحقق عمیق‌ترین آرزوها خطی به ما نمی‌دهد. قلب آرزو دارد که با دیگران ادغام شود. این فقط به واسطه یک نوع تسلیم مشترک انجام می‌شود، نه از طریق استقلال مشترک. روح آرزو می‌کند که آرمان‌ها را تعقیب کند و به دنبال شادی برود. چنین چیزی تنها می‌تواند با فراتر از نفس خود در جهت در خدمت ازدواج بودن اتفاق بیفتد.

در زندگی متعهدانه، یک ازدواج عالی به شکلی دیده می‌شود که پژوهش‌گر اسطوره‌ها جوزف کمپبل آن را می‌دید؛ «یک تلاش قهرمانانه که در آن نفس به‌خاطر یک رابطه فدا می‌شود.» در منش متعهدانه، ازدواج یک جهان کوچک اخلاقی از کل زندگی است که در آن هر فرد آزادانه تصمیم می‌گیرد مسئولیت دیگران را به عهده بگیرد و برای انجام کارهای بزرگ‌تر به دیگران وابسته شود. در این نوع درک از ازدواج، آدم‌ها با دوست داشتن خود دوست‌داشتنی نمی‌شوند. آن‌ها با عشق ورزیدن به دیگران، با متعهد شدن به دیگران، با به دوش گرفتن بار دیگران و برآورده کردن عهده‌ای که بسته‌اند و رساندن آن بار به مقصد دوست‌داشتنی می‌شوند. تمام کرامت و ثقل زندگی در این شکل از تسلیم است.

ازدواج عالی مانند جزیره‌ای است که خود را به درون آن پرتاب می‌کنید و تمام قایق‌های پشت سرتان را به آتش می‌کشید. مایک میسون در رمز و راز ازدواج می‌نویسد: «ما باید به نگرش ترک مطلق همه‌چیز برگردیم، به این که تمام ملاحظات و غرایز تدافعی طبیعیمان را دور بریزیم و با اتکا به اراده، خود را کاملاً به دست عشق بسپاریم. اکنون ممکن است به جای به ورطه عاشق افتادن، مجبور شویم به سوی آن راه‌پیمایی کنیم.»

آدم‌ها در مورد ازدواج با عبارت "سر و سامان گرفتن" صحبت می‌کنند؛ اما در حقیقت ازدواج یک انقلاب امیدوارکننده است که دو نفر هم‌زمان با هم درگیر آن می‌شوند، بدون این که تصویری واقعی از آن‌چه در طرف مقابل است داشته باشند. ازدواج شامل مجموعه‌ای از اصلاحات شخصی بسیار دور از دسترس است، به گونه‌ای که باید بتوانید به فردی تبدیل شوید که زندگی با او امکان‌پذیر باشد. میسون ادامه می‌دهد: «این خطرناک است که از ماهیت شبه‌بحران ازدواج آگاه نباشید. این که آیا به نظر می‌رسد یک بحران سالم، چالش‌برانگیز و سازنده باشد یا یک کابوس فاجعه‌بار،

بستگی به این دارد که دو طرف تا چه میزان مایل به تغییر باشند.»

ازدواج، نهایت آموزش اخلاقی است

ازدواج همان طور که لرد شفتسبری در جایی گفته است مانند یک جعبه نگهداری سنگ‌های قیمتی است. دو نفر را به هم می‌ریزد و روز به روز آن‌ها را بر هم می‌زند، بنابراین آن دو مانند دو سنگی که مدام با هم در تماسند و در قالب یک سری "برخوردهای دوستانه" دائماً در حال صیقل زدن یکدیگر هستند تا این که در نهایت براق و روشن و درخشان می‌شوند. این هم موقعیت‌هایی را ایجاد می‌کند که در آن شما کم‌وبیش مجبور هستید که نسبت به گذشته کم‌تر خودخواه باشید.

در معنای ازدواج تیم و کتی کلر چگونگی وقوع این روند بهبود و ارتقاء را شرح می‌دهند. اول شما با شخصی ازدواج می‌کنید که کاملاً شگفت‌انگیز و از تمامی جهات عالی به نظر می‌رسد. بعد از مدتی -شاید یک یا دو ماه و شاید یک یا دو سال- متوجه می‌شوید که فردی که فکر می‌کردید بسیار شگفت‌انگیز است در واقع ناکامل، خودخواه و حتی از بسیاری جهات ناقص است. همان طور که این موضوع را در مورد همسران کشف می‌کنید همسران دقیقاً همان کشف را در مورد شما انجام می‌دهد.

گرایش طبیعی در این شرایط این است که تصدیق کنید که البته خودتان هم کمی خودخواه و ناقص هستید اما در حقیقت مشکل اصلی در اینجا خودخواهی همسران است. هر دو همسر تقریباً در یک زمان به این نتیجه می‌رسند.

سپس لحظه‌ای تعیین‌کننده فرا می‌رسد. برخی از زوج‌ها تصمیم می‌گیرند که نمی‌خواهند با این همه استرس و کشمکش ناشی از پرداختن به حقایقی که در مورد یکدیگر و خودشان پیدا کرده‌اند سر و کله بزنند. کلر می‌گوید آن‌ها آتش‌بس خواهند کرد و دیگر در مورد برخی موضوعات صحبت نمی‌کنند. شما برخی از کاستی‌های همسران را می‌پذیرید تا زمانی که او هم موافقت کند به برخی از کاستی‌های شما نپردازد. نتیجه یک ازدواج آتش‌بس است که حداقل در کوتاه‌مدت پایدار است اما به تدریج و در طولانی مدت رو به وخامت می‌گذارد.

«جایگزین این ازدواج آتش‌بس رسیدن به این نتیجه است که خودخواهی خود را یک مشکل اساسی بدانید و با آن جدی‌تر از آن‌چه با خودخواهی همسران رفتار می‌کنید، رفتار کنید. چرا؟ چون فقط شما هستید که کاملاً به خودخواهی خود دسترسی کامل دارید و فقط شما مسئولیتی

کامل در قبال آن دارید. «اگر هر دو همسر گفتند، من می‌خواهم با خودم‌محوری خود به‌عنوان مشکل اصلی در ازدواجمان مقابله کنم، چشم‌اندازی از یک ازدواج واقعاً عالی در دسترس خواهد بود.»

پیش از ازدواج، همان‌طور که آلن دو باتن متذکر می‌شود، می‌توانید در پرتوی این توهم زندگی کنید که زندگی با شما آسان است؛ اما برای بودن در رابطه‌ای مثل ازدواج باید داوطلبانه در قالب شدیدترین برنامه نظارتی که تاکنون برای بشر شناخته شده است، شرکت جوییم. کسی که متاهل است کم و بیش تمام مدت تماشای می‌شود. بدتر این که آگاهی از تماشای شما باعث می‌شود که خودتان را تماشا کنید. این خودآگاهی جدید شما را با خودتان آشنا می‌کند، با تمام کارهای احمقانه‌ای که انجام می‌دهید؛ با باز گذاشتن درب کمد‌ها، با ساکت و عبوس بودن‌تان در ساعات اولیه صبح، با خودداری کردن‌تان از هرگونه گفت‌وگوی دشوار و با در پیش گرفتن رفتار منفعلانه/تهاجمی در مواقعی که ناراحت و آزرده هستید. گویی که زندگی یک بازی چیره‌دستانه در نمایش خود به عنوان قربانی است و در آن اگر همسر خود را بابت این که شما را آزرده کرده مجبور به احساس گناه کنید، در پایان یک برش کیک دریافت خواهید کرد.

ازدواج در خود دعوا و آستی، اعمال کوچک و بزرگی از خیانت و عذرخواهی دارد. کلرز می‌نویسد: «و مشکل بزرگی در ازدواج هست. همان یک نفر در تمام جهان که قلب شما را در دستان خود نگه داشته است و شما بیش از هر چیز دیگری به تأیید و تصدیقش نیاز دارید، همان کسی است که بیشتر از هر کس دیگری در دنیا از خطاهای شما آسیب دیده است.»

اوضاع حتی از این هم سخت‌تر می‌شود، وقتی که همسران که خیلی دوستان دارند می‌خواهد به شما کمک کند فرد بهتری شوید. همسر ما می‌خواهد به ما یاری برساند اما ما نمی‌خواهیم این خدمات را دریافت کنیم! می‌خواهیم مستقل باشیم و خودمان از زندگی خودمان مراقبت کنیم. زمانی که مجرد بودیم کسی به ما هدیه نمی‌داد، حداقل نه به نوعی که نیاز به تصدیق تحقیرآمیز وابستگی ما به شخصی دیگر داشته باشد؛ اما در ازدواج، تحقیر بزرگ این است که می‌پذیرید به شخص دیگری احتیاج دارید.

دادن و گرفتن کار روزمره در هر ازدواجی است. برای این که ازدواج به درستی پیش برود، باید به اندازه کافی همسران را بشناسید تا او را به روشی که عشق و علاقه را در او به وجود می‌آورد، دوست داشته باشید. یک ازدواج موفق انواعی از عشق را می‌طلبد و ترسیم می‌کند که حتی قبل از

ازدواج توسط افراد تصور نمی‌شد. جک گیلبرت شاعر می‌نویسد: «ما می‌توانیم از دل ازدواج به موفقیت در آن برسیم. ما قلب را فقط با از بین بردن آن چه قلب می‌داند می‌یابیم.»

موفق بودن ازدواج‌ها با توجه به میزان شادی و لذتی که همسران از پیروزی‌های یکدیگر به دست می‌آورند، سنجیده می‌شود؛ و همچنین با این ارزیابی می‌شود که دو طرف تا چه اندازه به آرامی و نرمی ویژگی‌های بد یکدیگر را تصحیح می‌کنند. جورج الیوت نوشت: «من هرگز نباید دوست داشته باشم که دیگران را این همه سرزنش کنم. این نکته‌ای است که هر شوهری باید به آن فکر کند.» یکی از دوستانم می‌گوید وقتی یک زن و شوهر در حال دعوا با یکدیگرند یک مبارزه درونی به‌طور مداوم وجود دارد. نفس می‌خواهد شما یک حرف آزاردهنده به زبان بیاورید تا در دعوا دست بالا را داشته باشید. قلب می‌خواهد که شما بگویید «من دوستت دارم عزیزم.» نفس پاسخ می‌دهد «گور باباش. من عصبانی‌ام! این را بگو!» و شما باید تصمیم بگیرید.

و به همین دلیل است که ازدواج به بهترین شکل ممکن پیش می‌رود وقتی یک ازدواج عالی باشد. تقریباً همه‌چیز را می‌طلبید و تقریباً همه‌چیز را در برابرش می‌دهد. کیرکگارد از جنگ زیر پرچم پیروزی عشق نوشت. «من به‌طور پنهانی روبان انضباط خود را بر سینه می‌زنم، گردنبند گل سرخ عشق را بر گردن می‌اندازم. باور کنید گل‌های سرخ از بین نمی‌روند، حتی اگر با گذر سال‌ها تغییر کنند اما باز هم محو نمی‌شوند. حتی اگر گل سرخ به قدر روز اول سرخ نباشد، هم به این دلیل است که به یک گل سفید تبدیل شده است- از بین نرفته است... آن چه من از طریق او هستم او از طریق من است و هیچ‌یک از ما چیزی از خود او نیست بلکه ما همان هستیم که در پیوند با یکدیگر هستیم.»

ازدواج یکی از آن چیزهایی است که در آن اگر با تمام وجود وارد شوید احتمال موفقیتش بیشتر خواهد بود و اگر نصفه و نیمه پا بدان بگذارید می‌تواند خطرناک و نافرجام باشد؛ و در پایان وقتی ازدواج به سرانجامی خوب برسد می‌بینید که آدم‌ها از عمیق‌ترین شادی‌ای که می‌توانید روی این زمین بیابید بهره‌مند خواهند شد.

چگونه دو غریبه به نقطه‌ای می‌رسند که می‌خواهند با هم ازدواج کنند؟ خب آن‌ها مراحل صمیمیت را دنبال می‌کنند. چنین مراحل هرگز در هیچ دو موردی یکسان نیست اما می‌توانیم الگوهای کلی برای آن پیدا کنیم. در چند فصل بعدی شرح خواهم داد که چگونه زوجین مراحل مختلف صمیمیت را طی می‌کنند. با این کار من نه تنها توضیحی برای اینکه ازدواج چگونه اتفاق می‌افتد ارائه خواهم کرد بلکه نشان می‌دهم که چگونه صمیمیت در قلمروهای مختلف گسترش می‌یابد.

همه چیز با یک نگاه شروع می‌شود. شما نگاهی گذرا به یک شخص می‌اندازید-مانند میلیون‌ها نگاه کوچکی که هر روز به چیزها و افراد مختلف می‌اندازید- اما این بار به‌طور غیرمنتظره جرقه‌ای زده می‌شود، شعله‌ای روشن می‌شود و علاقه‌ای برانگیخته می‌شود. روشنایی‌هایی که قبلاً در جایی در درونتان سوسو می‌زدند به شکلی شگفت‌انگیز روشن می‌شوند. در لحظه وقوع این نگاه به نظر می‌رسد فردی که در حال دیدنش هستید به طرز بسیار هیجان‌انگیزی برایتان جدید است اما هم‌زمان احساسی از آشنایی دارد. عشق با دیدن آغاز می‌شود. عشق کیفیت یک توجه است. در بعضی موارد شاید هنگامی که نگاه‌کننده کمی مسن‌تر باشد، در این نگاه نوعی اشاره نیز وجود دارد که ترکیبی است از «بنگر! اینک شادی من ظاهر می‌شود!» و «اوه اوه. گرفتار شدم!»

در بیشتر موارد این نگاه اول به چیز خاصی منجر نمی‌شود؛ اما گاهی اوقات به چیزهای زیادی منجر می‌شود. همه ما زوج‌هایی را می‌شناسیم که در یک بار یا میهمانی با یکدیگر ملاقات کردند. یک نفر خنده‌ای را از آن سوی اتاق می‌شنود. یکی دیگر با نگاهی سه ثانیه‌ای که قدرتمندترین اشاره اجتماعی است، نظر دیگری را به خود جلب می‌کند. شما نگاهتان را در چشمان یک غریبه قفل می‌کنید و سپس به مدت سه ثانیه این نگاه را حفظ می‌کنید. سپس یک لبخند و احساسی خفیف که حاکی از به رسمیت شناختن متقابل است ارسال و دریافت می‌شود.

هرگز نمی‌دانید قلبتان چه زمانی به روی فرد دیگری باز خواهد شد. دو دهه پیش، دختر پیاپیستی در هیوستون زندگی می‌کرد که قصد داشت برای ادامه زندگی به نامزدش در سانفرانسیسکو بپیوندد. درست قبل از عزیمتش به این فکر افتاد که موهایش را مرتب کند و به آرایشگاهی فرانسوی رفت که قبلاً هرگز به آنجا نرفته بود، از در وارد شد و مردی را دید که موهای شخص

دیگری را کوتاه می‌کرد. شکلی از یقین در او شکل گرفت.

او به اتاق رختکن رفت، لباس مخصوص آرایشگاهش را پوشید و به مادرش زنگ زد و گفت: «من مردی را دیده‌ام که واقعاً قصد دارم با او ازدواج کنم.» بیرون رفت، شامپویش را گرفت و بعد جلوی مردی که پیش از این به او توجه کرده بود نشست که مشخص شد نامش دیوید است که وقتی با لهجه فرانسوی ادا می‌شد آهنگ خاصی برای او داشت. آن‌ها شروع کردند به گپ زدن در مورد این و آن موضوع و در نهایت دیوید از وضعیت زندگی او پرسید. دختر گفت که پایانست است و قصد دارد در سانفرانسیسکو به نامزدش بپیوندد و سپس اضافه کرد: «اما اگر تو با من ازدواج کنی، من به آنجا نمی‌روم.»

مکثی در گفت‌وگوی آن دو به وجود آمد.

دیوید نگاهی به قیچی خود انداخت و همان‌طور که بعداً به خاطر می‌آورد: «در تمام زندگی‌ام هرگز تا این حد احساس آزادی نکرده بودم.» او به دختر پاسخ داد: «قبول است.» آن‌ها بلافاصله با یکدیگر نامزد کردند و سپس مدتی را صرف شناختن بیشتر همدیگر نموده و در نهایت ازدواج کردند.

جان آدانهو در کتاب خود زیبایی می‌نویسد: «این که عشق چطور می‌تواند ناگهان به ما هجوم بیاورد همیشه شگفت‌آور است. هیچ پیش‌زمینه‌ای در برابر عشق نفوذناپذیر نیست، هیچ قرارداد یا تعهدی نمی‌تواند جلودار آن باشد. حتی در یک سبک زندگی کاملاً ایزوله که در آن شخصیت فرد کنترل می‌شود، تمام روزهای آن به شدت از یک نظم مستحکم تبعیت می‌کنند و همه اقدامات به صورت متوالی طراحی شده‌اند. یک فرد می‌تواند ناگهان به واسطه پریشانی خود متوجه شود که جرقه‌ای غیر منتظره در وجودش رخ داده است. این جرقه شروع می‌کند به بزرگ‌تر شدن و سرانجام به شعله‌ای تبدیل می‌شود که غیرقابل مهار و خاموش کردن است. نیروی اروس همیشه ایجاد دردسر و پریشانی می‌کند. در زمین پنهان قلب انسان اروس خوابی سبک دارد.»

شما را نمی‌دانم اما برای من آن نگاه سنگین و زیر و رو کننده هرگز در نظر اول اتفاق نمی‌افتد. برای من معمولاً در نگاه یک میلیونم این اتفاق می‌افتد. بنا به دلایلی قبل از این که یک جرقه معنی‌دار برای من رخ بدهد، باید حتماً طرف مقابل را در یک شرایط غیرماتئیک به خوبی بشناسم. من در کلاس هشتم با دختری آشنا شدم و به صورت گاه به گاه پنج سال بعد از آن را با حلقه مشترکی از دوستان نشست و برخاست داشتیم. سپس یک شب، درست قبل از فارغ‌التحصیل شدنمان در

دبیرستان گروهی متشکل از ما و دوستانمان در اطراف آتش نشسته بودیم. نگاهی تازه میان او و من رد و بدل شد، دستش را روی دستانم کشید و آتشی کوچک بین ما روشن شد. ظرف سه ماه، رابطه ما به طوفانی از عشق تمام عیار نوجوانانه تبدیل شد.

عشق به عنوان متمرکز کردن توجه شروع می‌شود. نقطه مقابل عشق، نفرت نیست؛ بی تفاوتی است.

کنجکاوی

مرحله دوم صمیمیت کنجکاوی، یا میل به دانستن است. شما انرژی تازه‌ای به دست آورده‌اید و ذهنتان به چیزی معطوف شده است و حالا امیدوارید این فرد به همان اندازه‌ای که به نظر می‌رسد خوب باشد.

به جنبه‌های کنجکاوی فکر کنید؛ همه آن‌ها با مراحل اولیه صمیمیت و عشق قابل مقایسه هستند. چیزی وجود دارد به اسم "جست‌وجوی لذت‌بخش" که عبارت است از میل به کسب اطلاعات بیش‌تر در مورد شخص. چیزی وجود دارد به اسم "مجنذب شدن" که به معنی تمایل به تنها دیدن این شخص و نه هیچ‌کس دیگری در اطرافتان است. چیزی وجود دارد به اسم "کش آمدن" یا تمایل به حضور در شرایط جدید به شرط آن‌که در کنار او باشید. چیز دیگری هم هست که برخی روان‌شناسان آن را "حساسیت به فقدان" می‌نامند که معنی آن احساس پوچی در مواقعی که با شخص نیستید، است.

چیزی هست که متخصصان آن را "تفکر ناخوانده" می‌نامند؛ او همیشه و همه‌جا در ذهن شماست. وقتی در ایستگاه قطار به جمعیتی نگاه می‌کنید، فکر می‌کنید او را در بین جمعیت می‌بینید اما در واقع کسی است که فقط در حدی مبهم به نظر می‌رسد شبیه به او باشد. گفت‌وگوهای خیالی با او انجام می‌دهید، گفت‌وگوهای جدی و جسورانه.

اگر در مدرسه یا دانشکده هستید، با هم درس می‌خوانید. حتی ممکن است زیاد هم حرف نزنید. فقط می‌خواهید او در اطرافتان باشد. همان‌طور که سی. اس. لوئیس خاطرنشان می‌کند در این مرحله ممکن است حتی از نظر جنسی هم جذب طرف مقابل نشوید. فقط از این کنجکاوی غافلگیر هستید: «یک مرد در این وضعیت آن‌قدر فراغت خیال ندارد که به رابطه جنسی فکر کند. ذهن او مشغول فکر کردن به یک شخص است. این واقعیت که او زن است بسیار کم‌اهمیت‌تر از

این واقعیت است که او خودش است. مرد پر از میل و اشتیاق است، اما ممکن است این تمایل از نظر جنسی تحریک نشود. اگر از او پرسیدید که چه می‌خواهد، پاسخ واقعی اغلب "به او فکر کردن" است.»

گفت‌وگو

شهر کتاب (nbookcity.com)

گفت‌وگو سومین مرحله صمیمیت است. گفت‌وگو مانند رقصی است که طی آن دو طرف به صورت متقابل از یکدیگر پرده برداری می‌کنند. وقتی دو طرف برای شام یا هر قرار دیگری با هم بیرون می‌روند، امیدوارند در بهترین حالت چیزی از این قرار نصیبشان شود. با حرف زدن، تنفسشان با یکدیگر همگام می‌شود، کلمات با سرعتی مشابه از دهان هر دوی آن‌ها بیرون می‌آیند. ناخودآگاه فرومون^{۲۶} های یکدیگر را جذب می‌کنند. (بو یکی از روش‌های شگفت‌آور دانستن این است.) پس از اندکی به هم لبخند می‌زنند. آدم‌ها به طور ناخودآگاه در درک لبخندهای صادقانه از لبخندهای جعلی که فقط می‌گویند: «من سعی می‌کنم مؤدب باشم» تبحر دارند. لبخندهای اصیل و واقعی یا به اصطلاح لبخند دوشن، شامل بالا رفتن عضله ابرو است. چیزی است که ما نمی‌توانیم به صورت آگاهانه کنترلش کنیم؛ بنابراین وقتی فردی به پهنای صورت به شما لبخند می‌زند چهره‌اش مانند بهشت می‌شود. سپس دو نفر با هم می‌خندند. ما خنده را به عنوان روشی که با آن به شوخی‌ها واکنش نشان می‌دهیم می‌شناسیم اما فقط حدود ۱۵ درصد از اظهار نظرهایی که باعث خنده می‌شوند واقعاً خنده‌دار هستند. در عوض خنده زبانی است که مردم برای ایجاد یک پیوند از آن استفاده می‌کنند. این مسئله هنگامی که برخی از ناسازگاری‌های اجتماعی برطرف شده یا هنگامی که مردم متوجه می‌شوند به روشی مشابه نسبت به برخی از شرایط احساسی مثبت واکنش نشان می‌دهند، خود را نشان می‌دهد. خنده پاداش داشتن درک مشترک است.

در مراحل اولیه گفت‌وگو، دو طرف به دنبال یافتن مشابهت‌ها هستند. وقتی صمیمیت برقرار می‌شود، زوج‌ها مشترکاتی را می‌یابند که احساس می‌کنند دست سرنوشت آن‌ها را به آشنایی با چنین کسی رسانده است. تو فو گراس را دوست نداری؟ من هم نه! این یک معجزه است! آن کیک‌های شش دلاری را مسخره می‌دانی؟ منم همین‌طور! ما هم‌زاد هستیم! خوشایندترین چیزی که مدام آن‌ها تکرارش می‌کنند و به دنبالش هستند شنیدن این است که «تو هم این‌طوری هستی فکر کردم فقط من هستم! ما مثل هم هستیم! وای!»

یکی از زمینه‌های اصلی برای شباهت در حس شوخ طبعی شماسست. بهتر است شما به چیزهایی مشابه بخندید. با گذشت زمان، گفت‌وگوها عمیق‌تر می‌شود. دو طرف شروع به معاشقه می‌کنند، شوخی‌های خصوصی و نگاه‌های معنادار بینشان به وجود می‌آید. سپس شروع به اشتراک گذاری اهداف زندگی خود می‌کنند. آن‌ها به طرزی ظریف احساسات طرف مقابل را در مورد ازدواج و بچه‌ها درمی‌یابند و شروع به جست‌وجوی نقاط آسیب‌پذیری طرف مقابل می‌کنند، یک روند

پرده‌برداری آهسته و گام به گام. این بخشی از تلاش اجتناب‌ناپذیر برای آشنایی با نقاط شکننده فرد است؛ اما این همچنین یک مرحله آزمون اخلاقی است. شما می‌خواهید این را بدانید که اگر من از این نقاط آسیب‌پذیری خود پرده برداری کنم آیا تو از آن‌ها محافظت می‌کنی؟ اگر با احتیاط پیش بروم آیا مرا درک خواهی کرد و با سرعت من مطابقت خواهی داشت؟ اگر من درنگ کنم، به درنگ من احترام می‌گذاری و منتظر من می‌مانی؟ اگر ترسناک‌ترین هیولاهای تاریک درونم را فاش کنم، مرا نگه خواهی داشت؟ آیا درونیات خودت را به من نشان می‌دهی؟ حفظ ادب هسته مرکزی اخلاقی بودن است.

احتمالاً برای همه ما پیش آمده که در رستوران‌هایی بوده‌ایم که فقط یک میز آن طرف‌تر یک قرار ملاقات ظالمانه در جریان است. در بیش‌تر مواقع اوضاع بدین قرار است که زن برای برقراری صمیمیت و یافتن شباهت اقدام به پرتاب کردن موضوعات مختلفی برای مکالمه می‌کند اما مرد قصد ایجاد نوعی سلطه را دارد. او با تمام دانش فرضی خود، با داستان‌هایی که می‌گوید و در آن‌ها قهرمان خودش است، به پیش می‌رود. چشمان زن کسل می‌شود اما جریان کلمات مرد هرگز متوقف نمی‌شود. دلتان می‌خواهد چنگال را بردارید و آن را در گردن مرد فرو کنید و فریاد بزنید «به خاطر خدا! تو هم یک سؤال از او بپرس!»

در مرحله گفت‌وگو بزرگ‌ترین مشکل ترس است. صمیمیت وقتی اتفاق می‌افتد که شخصی چیزی را از نظر عاطفی با طرف مقابل به اشتراک بگذارد و شخص دیگر آن را دریافت کند و خود چیزی را در میان بگذارد. یک ترس آشکار این است که شما درونیات خود را در معرض دید طرف مقابل قرار دهید و شخص دیگر آن را زیر پا بگذارد و سپس ترکتان کند. ترس بارز دیگر این است که شما کشف خواهید کرد که طرفتان به دنبال آینده‌ای است که شما نمی‌توانید برایش تأمین کنید. ترس عمیق‌تر و قدرت‌مندتر این است که با خود را در معرض دیگران قرار دادن، خودتان را واقعاً به شکلی عمیق‌تر درک خواهید کرد.

جیمز هالیز می‌نویسد: «آن دسته از ما که می‌خواهیم به استقلال، زندگی خودساخته و آزادی انتخاب مباحثات کنیم، غالباً در برابر درک این‌که الگوهای باستانی چطور در وجود ما ایفای نقش می‌کنند، سر خم می‌کنیم. اگر ما سکان زندگی خودمان را در اختیار نداریم پس چه کسی دارد؟» در لایه ناخودآگاه ذهن ما، عقده‌ها و زخم‌هایی وجود دارد که ما را مجبور می‌کند دوباره و دوباره به همان شیوه‌های خودویرانگرانه عمل کنیم. شخصیت شما تاریخ پنهان مکان‌هایی است که عشق

در زندگی شما وارد یا از زندگی شما خارج شده است. این امر به واسطه‌ی شکلی که والدینتان شما را دوست داشته‌اند، شکل گرفته است. همه‌ی ما الگوهای دلبستگی خاصی داریم که در ذهنمان جای گرفته است. برخی افراد به دلیل ترس از صمیمیت و نزدیکی، ایجاد بحران می‌کنند. برخی دقیقاً در لحظه‌ی نزدیک شدن از همه‌چیز عقب نشینی می‌کنند.

بیش‌تر اوقات رقص متقابل پرده‌برداری در سطح کم‌عمق خاصی متوقف می‌ماند. برخی از افراد تمایل دارند از رابطه‌ای به رابطه‌ی دیگر سر بخورند بدون آن‌که اجازه‌ی بروز و وقوع صمیمیت را در هیچ یکی از این رابطه‌ها بدهند. آن‌ها هنوز به خودشان نیامده‌اند و نمی‌خواهند که بیایند و از زندگی درونی خود دوری می‌جویند. گرسی شندلینگ به شوخی می‌گفت: «دوستان من به من می‌گویند من با صمیمی شدن مشکل دارم، اما آن‌ها واقعاً من را نمی‌شناسند.»

حدود یک پنجم بزرگسالان در فرهنگ‌های غربی به دلیل ترس از تعهد، از صمیمی شدن هراس دارند. آن‌ها انتظار دارند که لحظه‌ی رها شدن از سوی طرف مقابل بالاخره اتفاق بیفتد و اقداماتی را انجام دهند تا اطمینان حاصل کنند که این روند به صورتی که از پیش با آن آشنا هستند رخ بدهد. می‌توانید افرادی را که از صمیمیت می‌ترسند به راحتی بشناسید زیرا آن‌ها کسانی‌اند که ناگهان برای مدت زمانی ناپدید می‌شوند، آن‌ها هم درست وقتی که فکر می‌کنید دارید بهشان نزدیک می‌شوید. آن‌ها از کلمات "دوست پسر" یا "دوست دختر" یا هر اصطلاح دیگری که حاکی از روابط رسمی باشد، بیزار هستند. آن‌ها تمایل دارند که در پشت دیواری از سؤالات پنهان شوند. آن‌ها برای گریز از نشان دادن خودشان، مکالمه‌ها را به شما معطوف می‌کنند. آن‌ها تمایل دارند که عقاید جدی یا شوخی‌های دروغین را به‌عنوان یک تاکتیک برای دور کردن افراد از خود بیان کنند. آن‌ها همیشه مثبت هستند، همیشه همان فرد شادمانی هستند که دیگران بهشان روی می‌آورند، اما هرگز خود را آسیب‌پذیر نشان نمی‌دهند.

اما هر چند وقت یک‌بار، در عین تعجب همگان، گفتگو ادامه می‌یابد، عمیق‌تر و عمیق‌تر از قبل. شما همچنان انتظار دارید که گفت‌وگویتان همان جایی که همه‌ی گفتگوهای دیگر متوقف شده بودند باز ایستد، اما نه او هنوز با شماست، هنوز هم با شماست. دروازه‌ها در برابرتان باز می‌شوند، بنابراین باید به درون بروید. تنها درمان ترس، عمل مستقیم است. شما می‌توانید دروازه بعدی را باز کنید.

باز کردن دروازه بعدی

گفت‌وگوی بین دو نفر شکل یک مسابقه‌ی تنیس را به خود می‌گیرد. یک طرف نفس عمیق می‌کشد

و تصویری کوچک نشان می‌دهد که می‌گوید این همان چیزی است که من دوست دارم. زن فیلم‌های مورد علاقه خود را با طرف مقابل در میان می‌گذارد. مرد هم در پاسخ از فیلم‌های مورد علاقه خودش می‌گوید. زن لیست آهنگ‌هایی را که گوش می‌دهد را از طریق تلفن خود به اشتراک می‌گذارد و مرد مال خودش را. او اواخر شب مرد یک ویدئو که از آن خوشش آمده را برای او ارسال می‌کند و زن هم یکی در جوابش می‌فرستد.

سپس زمان افشای این موضوع از راه می‌رسد که این‌ها لحظات مهم زندگی من هستند؛ داستان‌هایی بسیار عمیق‌تر، از کودکی تا بزرگسالی و به تدریج و شجاعانه‌تر، روابط و فقدان‌های گذشته.

به تدریج خطرپذیری‌ها بزرگ‌تر و جسورانه‌تر می‌شوند. عشق فقط در صورتی امکان‌پذیر است که دو نفر سرانجام مراکز وجودی خود را آشکار کنند. اگر قرار باشد عشق شکوفا شود، آن‌ها باید به گفتن این برسند که این چیزی است که با آن دیوانه می‌شوم. همان‌طور که آلن دوباتن متذکر می‌شود همه ما به نوعی دیوانه هستیم. سوال اساسی در ژرفای هر رابطه‌ای این نیست که آیا او دیوانه است؟ این است که او چگونه دیوانه می‌شود. چه بخش‌هایی از زندگی شما با ترس مسدود شده است؟ خودویران‌گری شما دقیقاً چگونه رخ می‌دهد؟ در چه موقعیت‌هایی و چگونه احساس کرده‌ای که کسی تو را دوست نداشته است؟

من و همسرم واقعاً از طریق ایمیل با یکدیگر آشنا شدیم. مراحل افشای خودمان نزد دیگری چنان تدریجی بود که برای هر شخص دیگری پیشرفت آن مانند تماشای تبخیر آب یک دریاچه بود؛ اما در هر ایمیلمان دقت می‌شد که خیلی زود در رابطه‌مان جلو برویم. وقتی روی دکمه ارسال کلیک می‌کردم، با ترس منتظر پاسخ او می‌ماندم مبادا که از خط قرمزی عبور کرده باشم. یک‌بار برایش ایمیلی با محتوایی کاملاً عادی ارسال کردم که یک گام کوچک برای بهبود شناخت متقابلمان بود و سپس با پروازی چند ساعته و بدون سرویس اینترنت به سمت دیگر کشور می‌رفتم. کل پرواز را در اضطراب و بلا تکلیفی گذراندم و از این‌که لحنم بیش از حد صمیمی بوده نگران بودم. هنوز هم می‌توانم نفس راحتی را که هنگام فرود آمدن پرواز و بعد آن که فهمیدم واکنشش به نوشته من عادی بوده، کشیدم را به یاد بیاورم. در هر رابطه عاطفی میزان قابل اعتماد بودن خود را با میزان استواری خودتان در اقدامی که برای پیش رفتن در رابطه می‌کنید، نشان می‌دهید.

و همچنین با حساسیت گوشتان. مردم به همان اندازه که با آن‌چه می‌گویند مورد قضاوت قرار

می‌گیرند با گوش دادنشان هم داوری می‌شوند، زیرا وقتی فکر می‌کنید به طور غیرفعالانه به دیگران گوش می‌دهید، در واقع به آن‌ها چیزی را درباره خودتان می‌آموزید.

ریچارد روهر می‌نویسد: «افراد خوب نیکویی را به ما باز می‌تابانند و به همین دلیل ما آن‌ها را خیلی دوست داریم. افراد نه چندان بالغ، زندگی ناخوشایند و آشفته خود را بر ما منعکس می‌کنند.» بنابراین، تقابل دو ذهن همیشه آرام و ملایم نیست. هنگامی که تد هیوز شاعر برای اولین بار با سیلویا پلات آشنا شد، اقدام جسورانه‌ای برای بوسیدن گردن او داشت. پلات هم در واکنش گونه‌اش را چنان گاز گرفت که پوستش را شکافت. او با این کارش می‌گفت من تو را می‌فهمم. من عین خودت هستم.

وقتی تصمیم به ازدواج با کسی می‌گیرید، بهتر است کسی را انتخاب کنید که دوست دارید تا آخر عمر با او صحبت کنید. چنین اتفاقی نمی‌افتد مگر این که دو نفر بتوانند وارد یک جریان مکالمه سیال شوند. تماس‌های تلفنی می‌تواند ساعت‌ها به طول انجامد. آن‌ها می‌توانند چهارده ساعت را در روز در کنار هم بگذرانند و کلمات متوقف نشوند. سرانجام از همه چیز می‌توان گفت و هر موضوعی را می‌توان مورد بحث قرار داد. این همان چیزی است که مارتین بوبر "رابطه ناب" می‌نامید؛ «وقتی من، تو می‌شوم. این همان احساسی است که به وقت شناخته شدن داریم.»

۱۶: مراحل صمیمیت؛ بخش دوم

جرج واشنگتن مرد عاطفی و برون‌گرایی نبود اما در سال ۱۷۹۵ نامه‌ای به نوه خود نوشت و اظهار داشت: «در ترکیب چارچوب انسانی به مقدار قابل توجهی مصالح قابل اشتعال وجود دارد، هرچند ممکن است برای مدت‌ها در اعماق ما خفته باشد و... هنگامی که شعله‌ای از آتش به آن نزدیک می‌شود، آن چیزی که در درون شما قرار دارد باید در آتش فرو رود.»

این رخداد احتراق است. مثل زمانی که نور را از طریق یک ذره‌بین بر روی یک تکه پارچه متمرکز می‌کنید. پارچه گرم‌تر و گرم‌تر می‌شود. شروع به قهوه‌ای شدن می‌کند و بعد ناگهان شعله‌ور می‌شود. پارچه در حالتی تغییر یافته قرار گرفته است.

و در این حالت بوسه وجود دارد. درون این بوسه اولین قول قرار داده شده است؛ من از تو محافظت می‌کنم. مرحله بعدی صمیمیت آغاز شده است؛ احتراق. ما هنوز عاشق تمام عیار نیستیم. ما در آفتابی‌ترین و بی‌دغدغه‌ترین مرحله صمیمیت قرار داریم، بهاری روشن که در آن لذت در اوج خود است بدون هیچ‌گونه دغدغه فوری که بعداً از راه می‌رسد.

آن‌ها اکنون با هم وقت می‌گذرانند؛ دو چرخه سواری، پیاده‌روی، شاید هم بازی بسکتبال. آدم‌ها در قرارهایشان به سینما می‌روند زیرا برانگیختگی آن‌ها به یکدیگر سرایت می‌کند. اگر قلب در طول یک فیلم اکشن یا عاشقانه‌های مولن روژ شروع به لرزیدن کند، وقتی از سالن سینما بیرون می‌روید، این انرژی به آن قرار شما منتقل می‌شود. شما با هم به قایق سواری می‌روید و به‌طور غیرقابل توضیحی با یکدیگر احساس نزدیکی می‌کنید.

در این مرحله دو طرف یک فرایند کسب اطلاعات را شروع می‌کنند که ممکن است یک عمر به طول انجامد. بعد از مهمانی، تماشای فیلم یا شام، آن‌ها در کافه‌ای پناه می‌گیرند و واکنش‌های خود را با آن‌چه پیش از آن تجربه کرده‌اند مقایسه می‌کنند. آن‌ها اندیشه‌های یکدیگر را به راحتی بدون پروا می‌بینند، هم‌چنان که یک کودک با واقعیت آشنا می‌شود. یکی از آن دو یک مشاهده را انجام می‌دهد و دیگری با آن موافقت می‌کند و آن را گسترش می‌دهد. در این که بتوانیم بدون ترس از سوءتفاهم، آزادانه صحبت کنیم یک احساس آرامش کامل وجود دارد. جی. بی پریستلی^{۱۷} یک‌بار عنوان کرد که احتمالاً هیچ صحبتی به اندازه صحبت میان دو نفری لذت‌بخش نیست که هنوز عاشق یکدیگر نیستند اما ممکن است عاشق شوند و آگاه هستند که هرکدام دارای ذخایر پنهانی هستند که باید بررسی شوند.

مردم در این مرحله بهترین رفتار خود را دارند. هر یک از دو طرف در این مرحله به دنبال این است که ببیند طرف مقابل چگونه او را تغذیه می‌کند و یا چگونه می‌تواند نقش پدر یا مادر را ایفا کند. در امیل روسو، قهرمان داستان یعنی امیل مسحور یک زن جوان به نام سوفی می‌شود. در ابتدا آن‌ها با هم صحبت نمی‌کنند بلکه فقط سر یک میز شام خانوادگی به یکدیگر نگاه می‌کنند. آلن بلوم می‌نویسد که رابطه عاشقانه آن‌ها «به یک سری مراحل تقسیم می‌شود که امیل همیشه مشتاق بین شور و نشاط پذیرش ظاهری سوفی و عذاب طردی آشکار در نوسان است.»

امیل و یک دوست هر از گاهی برای دیدار سوفی و خانواده‌اش به خانه آن‌ها می‌روند. یک شب آن‌ها دعوت شده‌اند و انتظار می‌رود آنجا باشند اما نمی‌رسند. در ابتدا سوفی به شدت ناراحت است. چرا امیل نرسیده است؟ شاید او مرده باشد. صبح روز بعد امیل و دوستش وارد می‌شوند. درد و رنج سوفی به خشم تبدیل می‌شود. بلایی سر امیل نیامده بود و فقط سوفی را معطل گذاشته بود. «سوفی ترجیح می‌داد کسی دوستش نداشته باشد تا این که به میزان متوسطی دوست داشته شود. او این غرور اصیل را بر اساس شایستگی‌ای در خود دارد که نسبت به آن آگاه است، خود را محترم می‌شمارد و می‌خواهد همان‌طور که خود آن را ارزشمند می‌شمارد، ارزشمند دانسته شود.»

دو مرد جوان سپس به سوفی می‌گویند که چه اتفاقی افتاده است. سر راهشان وقتی به خانه سوفی می‌آمدند، آن‌ها به دهقانی برخورد کردند که از اسب سقوط کرده و پایش شکسته بود. آن‌ها به جای این که او را آنجا روی زمین رها کنند، او را به خانه‌اش برده بودند. زاویه نگاه سوفی تغییر می‌کند. او می‌خواهد به دیدار خانواده مرد دهقان برود تا ببیند چه کاری می‌تواند برایشان انجام دهد. هنگامی که آن‌ها به خانه مخروبه می‌رسند، سوفی هر کاری برای کمک کردن می‌کند. «گویی که او حدس می‌زند که چه چیزهایی عذابشان می‌دهد. این دختر ظریف نه با کثافت و نه با بوی بد طرد می‌شود و می‌داند چطور بدون آن که به کسی دستوری بدهد و یا باعث عذاب بیمار شود هر دوی این‌ها را از بین ببرد. زن و شوهر در کنار هم آن دختر دوست‌داشتنی را که به آن‌ها خدمت می‌کند، نعمت می‌بخشند و دعا می‌کنند.»

احتراق همچنین مرحله اوج ایده‌آل‌گرایی است. استاندال در کتاب عالی خود درباره عشق، یک معدن نمک را در نزدیکی سالزبورگ اتریش شرح داده است. کارگران معدن شاخه‌های کوچک و بدون برگ را به معادن نمک می‌چسبانند و برای مدتی آن‌ها را رها می‌کنند. وقتی آن‌ها را بازایی

می‌کردند، شاخه‌ها با یک لایه درخشان از بلورهای الماس مانند پوشانده شده بودند که در نور می‌درخشیدند. استندال گفت: «عاشقان مسحور شده، یکدیگر را از این طریق متبلور می‌کنند، چشمان تحسین‌کننده آن‌ها در هر فضیلت معشوق الماس می‌پراکند.»

هرچه آن‌ها در این مرحله یکدیگر را ایده‌آل‌تر ببینند، احتمالاً ازدواج آن‌ها در دهه‌های بعدی دوام بیشتری خواهد داشت. عشق کمی به ایده‌آل‌پردازی‌های سخاوتمندانه متکی است. جودیت والرشین مشاور ازدواج اظهار می‌کند: «بسیاری از زوج‌های از یکدیگر جدا شده‌ای که من دیده‌ام هیچ‌گاه یکدیگر را ایده‌آل خود ندیده بودند. من آموخته‌ام که از خودم در مورد یک زوج در حال طلاق گرفتن سؤال کنم (بدیهی است که مستقیماً نمی‌توانم از آن سؤال کنم)، آیا هرگز یک ازدواج به معنی واقعی میان آن‌ها وجود داشته است؟ آیا در این رابطه هرگز عشق، شادی، امید یا ایده‌آل دیدن طرف مقابل بوده است؟ اغلب پیدا کردن آن سخت است. طلاق همیشه نشان‌دهنده فرسایش عشق یا انتظارات زیاد نیست؛ در بسیاری موارد انتظارات به اندازه کافی بالا نبودند. ایده‌آل دیدن طرف مقابل بخشی از هر ازدواج سعادت‌مند است.»

احتراق در ادامه همه چیز را مجدداً تنظیم می‌کند.

جان آدانا هیو می‌نویسد: «یک اختلال دوست‌داشتنی وجود دارد که با جذب شدن می‌آید.» وقتی خود را عمیقاً مجذوب فردی دیگر می‌یابید، به تدریج شروع به از دست دادن کنترل خود بر چیزهایی می‌کنید که به زندگی شما نظم می‌دهند. در واقع بخش اعظم زندگی شما به تدریج محوتر می‌شود و هم‌زمان سیمای آن دیگری شفاف‌تر و واضح‌تر می‌شود. یک آهن‌ربای غول‌آسا تمام افکارتان را به سمت آن می‌کشاند. هر کجا که هستید خود را در حال فکر کردن به کسی می‌بینید که به غایت آرزوی شما تبدیل شده است. وقتی در کنار هم هستید، زمان به طرز بی‌امانی سریع می‌گذرد و همیشه خیلی زود تمام می‌شود. به محض آن‌که از هم جدا شدید در حال تصور قرار بعدیتان هستید و لحظه‌شماری می‌کنید. کشش مغناطیسی حضور آن دیگری شما را به طرز خوشایندی درمانده می‌کند. غریبه‌ای که تا اندکی پیش او را نمی‌شناخته‌اید، به ذهن شما هجوم آورده است. هر تار وجودتان تمایل به نزدیک‌تر شدن دارد.

احتراق مرحله‌ای است که در نهایت آن شخص دیگر را به طرز کاملاً عمیقی می‌بینید. نه به شکلی که دیگران می‌بینند بلکه به شکلی که فقط شما می‌توانید ببینید. آن مرد صرفاً آن طرف میز شام نشسته یا قبض‌های خانه را می‌پردازد و شما با چشمان عاشقتان بر او درنگ می‌کنید و با مهربانی او

را با تمام خوبی‌هایش می‌بینید. آن زن را می‌بینید که همین حالا وارد اتاق نشیمن شده، از محل کار به خانه آمده و موهایش کمی پریشان است، ده‌ها کیسه و خرت و پرت را تکان می‌دهد و وقتی از راهرو می‌آید نگاهی می‌کند. در حالی که نوری از پشت سرش به درون خانه می‌تابد، دهانش نیمه‌باز است و انتظار شنیدن یا گفتن چیزی را می‌کشد و شما همان‌طور که او را می‌بینید فقط به این فکر می‌کنید «تو را دیدم. در تمام این لحظه‌ها تو را دیدم.»

جهش

در بعضی مواقع در هر سفر جدی به سوی صمیمیت، کسی باید باشد که به جلو بجهد. این عمل ناشی از ایمان توسط دلیو. اچ آدن^{۲۸} به زیبایی بیان شده است:

احساس خطر نباید از بین برود

مسلماً راه کوتاه و تند است

گرچه از این جا تدریجی به نظر می‌رسد؛

اگر دوست دارید، نگاه کنی اما باید جهش کنی.

...

یک تنهایی که هزاران فرسنگ عمق دارد

تختی که بر آن می‌خواهیم را نگاه داشته است

عزیز من اگرچه من تو را دوست دارم، باید جهش کنی

رویای آسودگی ما باید که ناپدید شود.

درنهایت نگاهی به شخص مقابل خود می‌اندازید، احتمال بودن او را در نظر می‌گیرید و

جهش می‌کنید. شما عشق خود را اعلام می‌کنید. حرفی که تعیین‌کننده رابطه است را بر زبان

می‌آورید. اکنون شما دو نفر در آب‌های عمیق هستید.

بسیاری از تصمیمات بزرگ و کوچک که زمانی تصمیمات "من" بودند، به تصمیمات "ما" تبدیل

می‌شوند - حتی تصمیمات کوچک - چه فیلمی ببینیم، آخر هفته را چگونه بگذرانیم. حالا وابستگی

جای استقلال را گرفته است.

شما همچنین یک نقش را بر عهده می‌گیرید - دوست پسر، دوست دختر، شریک زندگی، می‌توانید

اسمش را هر چه دوست دارید بگذارید - و این نقش با مسئولیت همراه است. مسئولیت اصلی این

است که از آن دیگری بیش‌تر از خودتان مراقبت کنید. این لایه از صمیمیت ربطی به احساسات گرم

عاشقانه ندارد بلکه به اعمال غیرخودخواهانه مربوط می‌شود. هنگامی که نویسنده آمریکایی شلدون وانوکن عاشق دیوی، زنی که بعداً با او ازدواج کرد، شد؛ آن‌ها قانونی برای حسن نیت متقابل بین خود در پیش گرفتند. "حسن نیت" کلمه‌ای است که معنای خود را از دست داده است، به خصوص به عنوان واحد روزمره اندازه‌گیری عشق؛ اما برای خانواده وانوکن این بدین معنی بود که هر کس چیزی از دیگری می‌خواست، طرف مقابل آن را انجام می‌داد. «بنابراین ممکن بود یکی از آن دو نیمه‌شب دیگری را بیدار کند و یک فنجان آب بخواهد؛ و دیگری با رفتاری صلح‌آمیز (و البته خواب‌آلود) لیوان آب به دست به سمت او بیاورد. ما در حقیقت حسن نیت را به عنوان "یک فنجان آب در نیمه‌شب" تعریف می‌کنیم و البته درخواست برای آن فنجان آب را به اندازه آوردن آن ناشی از حسن نیت می‌دانیم.»

بحران

بدیهی است که زمانی برای دعوا هم فرا می‌رسد. این مرحله از صمیمیت لحظه مناسبی برای یک بحران عظیم است. شما به اندازه کافی در کنار یکدیگر بوده‌اید که بتوانید حالات طبیعی خود را نشان دهید. اولین بازنمایی‌های شما در برابر یکدیگر کم‌کم شروع به محو شدن می‌کنند.

بیش‌تر از همه، یک میل برای مصرف کردن به وجود آمده است. شما چیزی را بدتر از هر آن‌چه قبلاً خواسته‌اید می‌خواهید-عشق طرف مقابل را- و کوچک‌ترین آشفتگی می‌تواند شدیدترین واکنش عاطفی را در شما برانگیزد. شما نه تنها قلب خود را به شادی و هم‌بستگی باز کرده‌اید بلکه آن را به روی حسادت، عدم اطمینان، وحشت از دست دادن و خیانت هم باز کرده‌اید. در این مرحله شما یک سیستم پایدار نیستید.

آدام فیلیپس در کتابش از دست دادن می‌نویسد: «همه داستان‌های عاشقانه داستان‌های حرمان هستند. عاشق شدن، به معنی به‌خاطر آوردن ناامیدی و حرمانی است که نمی‌دانستید آن را در وجودتان داشته‌اید.» شما داشتید با خوشحالی به زندگی خود ادامه می‌دادید و خبر نداشتید که چیزی را گم کرده‌اید؛ و بعد ناگهان آن شخص دیگر ظاهر می‌شود و اکنون به نظر می‌رسد زندگی بدون او جهنم مطلق است.

گاهی اوقات بحران، ناشی از عملی مطلقاً خودخواهانه است. بعضی اوقات هم ناشی از سردرگمی در مورد این است که چه کسی و در چه زمانی قرار است نقش طرف قدرت‌مند را به عهده گیرد. در هر حوزه زندگی، یکی از دو طرف زن یا شوهر جلودار است و عضو دیگر شریک زندگی خواهد بود؛ اما گذر زمان لازم است تا بفهمیم چه کسی در چه حوزه‌ای جلودار خواهد بود.

گاهی اوقات دعوا با ظهور یک اختلاف اساسی صورت می‌گیرد. در هر رابطه‌ای یک اختلاف نظر محوری وجود دارد که هرگز از بین نمی‌رود و هر دو نفر فقط با آن زندگی می‌کنند؛ اما زوجها این اختلاف اساسی را تا زمانی که در آن نباشند درک نمی‌کنند. بعضی اوقات اختلافات، عمیق و اخلاقی یا فلسفی است؛ اما برخی از مشکل‌سازترین آن‌ها می‌توانند سطحی اما در عین حال ویران‌گر باشند. بعضی اوقات مسئله زمان است (مرد سریع است، زن مدام دیر می‌کند)، یا پول (زن مقتصد است، مرد ولخرج است)، یا مرتب بودن (زن تمیز و مرتب است، مرد شلخته است)، یا رابطه جنسی (مرد هر روزش را دوست دارد، زن هر هفته یک بار را دوست دارد) یا ارتباط (مرد درون‌گراست، زن هرچه در ذهن دارد می‌گوید)، اما زخم این اختلاف سطحی بالاخره سر باز می‌کند و وقتی که این‌طور شد، خون جاری می‌شود.

جالب این است که وقتی شما در بحران هستید، چقدر درد عاطفی به درد جسمی شبیه می‌شود. وقتی که در حال دعوا با معشوق خود هستید، وقتی چیزی را که بیش از هر چیز دیگری می‌خواهید گم کنید، به معنی واقعی کلمه در تنتان احساس درد یا سوزش می‌کنید. دلتان می‌خواهد برای

فروشانان این درد جسمی، بیرون بروید و بدوید یا کاری سخت انجام دهید. شرحی قدرت‌مندانه از این درد در یک شعر از یک شاعر ناشناس هندی آمده است: «آتش در بدن من جاری می‌شود/ درد دوست داشتن تو/ درد با آتش عشق من به تو از بدنم می‌گذرد/ بیماری با عشق من به تو در بدنم وارد می‌شود/ جسمم در آتش عشق تو می‌سوزد/ به خاطر دارم آن چه را که به من گفتی/ به عشق تو به خودم می‌اندیشم/ از عشق تو به خودم پاره می‌شوم/ درد و درد بیش‌تر.»

بعضی از افراد آن قدر کله‌خر هستند که برای این که متوجه شوند چقدر به شما احتیاج دارند باید با آن‌ها به هم بزنید. بعضی از افراد آن قدر از وابسته شدن گریزانند که فقط باید طعم رها شدن را بچشند تا بتوانند با ترسشان از گرفتار شدن کنار بیایند.

بخشش

پس از دعوا، گذشت و بخشش از راه می‌رسد. گذشت کردن غالباً در قالبی احساساتی استعمال می‌شود، یک نوع چشم‌پوشی همراه با احساسات اغراق‌آمیز؛ اما بخشش واقعی عملی سخت‌گیرانه است و تعادلی میان مسئولیت‌پذیری را با ترحم و شفقت برقرار می‌سازد.

روند سخت بخشش با یک اشاره توسط کسی که به او ستم شده آغاز می‌شود. مارتین لوتر کینگ جونیور گفته است: «بخشش یک عمل نیست. یک نگرش است. همه ما گناهکار هستیم؛ بنابراین فرد با نگرشی حاکی از بخشش انتظار گناه را دارد، با گناه هم‌دردی می‌کند و در فکر کردن به دیگری شتاب نمی‌کند و یا خود را برتر از کسی که مرتکب خطا شده نمی‌بیند.»

فردی که گذشت می‌کند به اندازه کافی قوی است که عصبانیت و نارضایتی خود را نسبت به شخصی که به او ستم کرده نشان دهد و به حدی قوی است که آن خشم و نارضایتی را از بین ببرد. او به اندازه کافی قوی است که می‌تواند اولین حرکت را انجام دهد، حتی قبل از این که طرف مقصر از او خواسته باشد. در برابر میل طبیعی به انتقام مقاومت می‌کند و در عوض به مقصر موقعیت و فضایی می‌دهد که در آن مقصر می‌تواند اعتراف کند. مارتین لوتر کینگ نوشت: «کسی که عاری از قدرت بخشش است، از قدرت عشق ورزیدن محروم است.»

هنگامی که قربانی زمینه بخشش را فراهم کرد، مقصر موظف است در این روند پیش‌قدم شود. اعتراف کند و پشیمانی‌اش را نشان دهد. در این مرحله، صداقت کامل سخت‌ترین کاری است که باید انجام شود. همه ما می‌خواهیم اشتباه خود را منطقی جلوه دهیم. تمایل من این است که

بگذارم خطاهایم به صورت تدریجی از صحنه دور شوند تا دیگر اشتباه به نظر نرسند و طرف مقابل را نترسانند؛ اما عمل بخشش شامل جست‌وجو برای ریشه‌ی خطا است و اعترافی کامل‌تر از آن چه انتظار می‌رود را طلب می‌کند. چنین چیزی یک عمل تسلیم محض را شامل می‌شود.

سپس لحظه‌ی قضاوت فرا می‌رسد. اشتباه فرصتی برای ارزیابی مجدد است. شخصیت فرد مورد نظر چیست؟ آیا لحظه‌ای حماقت باید بر تاریخچه‌ای از رفتار معقول او سایه بیفکند؟ یا این یک ویژگی شخصیتی دائمی اوست؟ هر دو شریک این سؤالات را با هم می‌پرسند و سپس به سمت یکدیگر متمایل می‌شوند.

همان‌طور که کینگ گفت اعتماد بلافاصله برنمی‌گردد. لازم نیست گناه نادیده گرفته شود؛ اما عمل اشتباه دیگر مانعی برای یک رابطه نیست. مقصر دوران شرم و خجالت خود را از سر می‌گذراند و برایش بهتر است. فرد آسیب‌دیده وقتی حس بخشنده‌گی خود را نشان می‌دهد، از احساساتی همچون انتقام‌جویی خلاص می‌شود و رو به تعالی می‌رود. رابطه با پیوندی دوباره تقویت می‌شود.

والتر تروبیچ می‌نویسد: «تحمل رنج باعث می‌شود عشق نابالغ به عشق بالغ تبدیل شود. عشق نابالغ و نیاموخته، خودمحورانه است. این عشقی است که بچه‌ها دارند، فقط می‌خواهند و فوراً هم می‌خواهند.» همان‌طور که تورنتون وایلدز هم گفته است: «در محضر عشق فقط سربازان زخمی می‌توانند خدمت کنند.»

با هم یکی شدن

حالا به اصل جنس رسیده‌ایم. "عشق" ورزیدن با تمام وجود، مرحله‌ی اوج در مسیر صمیمیت. ما در مورد عشق فیلم‌های زیادی دیده‌ایم و آهنگ‌های زیادی شنیده‌ایم و به همین دلیل گاهی اوقات فراموش می‌کنیم که این پدیده چقدر عجیب است. به‌طور هم‌زمان هم یک تمایل خودخواهانه است و هم هدیه‌ای عاری از خودپرستی. عشق ما را پر می‌کند و ناقص بودنمان را به ما یادآوری می‌کند. گاوآهن‌های عشق پوسته‌ی سخت شخصیت ما را باز می‌کنند و خاک حاصل‌خیز را در معرض دید قرار می‌دهند. عشق خودمان را از مرکزیت وجود خارج می‌کند. به ما می‌آموزد که ثروت ما در دیگری است. به ما می‌آموزد که نمی‌توانیم آن چه را که واقعاً به آن نیاز داریم که عشق دیگری است، به خودمان بدهیم. دیوارهای نفس را خرد می‌کند و کپه‌هایی از ستون‌های در هم شکسته را بر جای می‌گذارد.

آلن بلوم در پایان کتاب خود عشق و دوستی پاراگراف زیبایی در مورد ماهیت متناقض عشق دارد؛ عشق همه چیز و برعکس آن است. بلوم می نویسد:

عشق خودفراموشی ای است که انسان را به خودآگاهی می رساند. بی منطقی ای است که شرط منطقی ورزشی فرد درباره خودش است. دردی که ایجاد می کند با حیرت انگیزترین لذت ها مرتبط است و تجربیات اولیه زیبایی و شیرینی زندگی را فراهم می آورد. این عناصر قدرت مند توهم را شامل می شود، ممکن است تصور شود کاملاً توهم است اما تأثیرات آن توهم آور نیست. عشق می تواند بدون هدایت و به واسطه اصول یا دستوری مبتنی بر وظیفه، فریبنده ترین اعمال را به صورت فوری انجام دهد. عاشق ارزش زیبایی را می داند و هم چنین می داند که نمی تواند به خوبی، یا شاید اصلاً در تنهایی زندگی کند. او می داند که خودکفایی ندارد. عاشق روشن ترین نمونه ناکاملی طبیعی انسان و تلاش او برای کمال است.

هنگامی که عشق هجوم می آورد، معلوم می شود که ما در طول زندگی خود تحت تفسیر نفسمان در حال خواب گردی بوده ایم. عشق ما را بیدار می کند. این واقعیت را بر ما آشکار می سازد که نمی توانیم شکاف های درونمان را با آن چه نفسمان در طلب آن است پر کنیم. کارل یونگ نوشت: «انسان بدون ارتباط فاقد تمامیت است، زیرا او فقط از طریق روح می تواند به تمامیت برسد و روح بدون طرف دیگر خود که همیشه در "شما" یافت می شود، نمی تواند وجود داشته باشد.» هر عاشقی که در گیر و دار عشق قرار گرفته باشد این را می داند.

عشق پرشور تنها نیرویی است که برای براندازی نفس قدرت کافی را دارد. مردم آن را جنون، تب، سیل یا آتش یا احساساتی قوی توصیف می کنند. در حقیقت این احساسات نیست، اگرچه احساسات زیادی را در خود جای می دهد. این در واقع یک حرکت است، یک حالت انگیزشی شدید. این یک آرزوی صمیمانه برای پیوندی ابدی با دیگری است. عشق افراد را به سمت انجام کارهای مسخره سوق می دهد، باید پانصد مایل رانندگی کنید تا بتوانید با او شام بخورید، قبل از هر بار سوار کردنش ماشین را به کارواش ببرید زیرا می خواهید او احساس ویژه ای داشته باشد، مسیر دویدن خود را تغییر دهد تا بتوانید به جلوی ساختمان محل زندگی اش بروید و به پنجره اش نگاه کنید.

یک بار زمانی که نامزد داشتم، خودم را دیدم که با حدود پانزده نفر دیگر از جمله نامزدم دور یک میز کنفرانس نشسته بودیم. در آن زمان ما بسیاری از مراحل صمیمیت را پشت سر گذاشته بودیم؛

آشنا شدنمان با یکدیگر، بحران‌ها و بخشش‌ها. من سر آن میز نشسته بودم و از این واقعیت شگفت زده بودم که از همه افرادی که دور آن میز نشسته بودند فقط او برای من خاص و ویژه بود. چرا باید چنین باشد؟ همه آن افراد دیگر نیز صمیمی و مهربان به نظر می‌رسیدند. همه آن‌ها دارای سر و تنه، دست و پا بودند؛ و با این حال من به واسطه ریسمان‌های جادویی‌ای که زندگی را تغییر می‌دادند فقط به این شخص متصل شده بودم، ریسمان‌هایی که هیچ‌کس دیگری در آن اتاق نمی‌توانست آن‌ها را ببیند اما کل اتاق را در ذهن من به گونه‌ای دیگر شکل داده و باعث چرخش همه چیز حول او شده بودند.

می‌گویند عشق کور است، اما همان‌طور که جی. کی. چسترتون^{۲۹} گفته است عشق قطعاً کور نیست. عشق دقیقاً برعکس کوری است. به طرز مهیبی مراقب است. شما احتمالاً نمی‌توانید شخصی را تا عمق وجودش بشناسید، مگر این‌که آن شخص را دوست داشته باشید.

سی. اس. لوییس متوجه می‌شود که عشاق زمان زیادی را صرف خندیدن به یکدیگر می‌کنند تا وقتی که بچه‌دار شوند که این چیز جدیدی برای خندیدن به آن‌ها می‌دهد. دونالد بیتس، شاعر می‌نویسد: «افرادی که نسبت به عشق احساس معقولانه‌ای دارند، قادر به نشان دادن و تجربه آن نیستند.» وقار و متانت بخشی از معادله عشق نیست بلکه در حقیقت احتمالاً چیزی است که می‌تواند عشق را از بین ببرد.

افرادی که به این مرحله رسیده‌اند، احساس می‌کنند دارند پرواز می‌کنند. در وهله اول عشق همیشه در حال تغییر است. شلدون وانوکن در یک زمستان عاشق دیوی شد. «ما به هم گفتیم اگر در دوران یاس و ناامیدی عاشق نباشیم شاید بهتر باشد آن را تمام کنیم؛ اما ما بیش‌تر عاشق شده بودیم زیرا عشق یا باید رشد کند یا بمیرد. هر سال در سالگرد آغاز رابطه خود می‌گفتیم: «اگر سال بعد عاشق‌تر نباشیم، ناکام می‌شویم.» اما ما این بودیم؛ در عشقی عمیق‌تر، نزدیک‌تر و عزیزتر.»

هدف عشق شکار چیزی بزرگ‌تر از شادی و خوشبختی است. عشق پیوند بین دو روح است. وقتی مثلاً زن یا شوهر از آلزایمر رنج می‌برد، طرف مقابل نمی‌گذارد و نمی‌رود. در عوض همان‌طور که لوییس بیان می‌کند عشق می‌گوید «عشق بهتر از فراق است. بهتر است با او بدبخت باشید تا این‌که بدون او خوشحال باشید. بگذاریم قلب ما بشکند به شرط این‌که با هم بشکند.»

بلندی‌های بادگیر شاید مشهورترین نمونه از این است که چه اتفاقی می‌افتد وقتی که کسی چنین

عشقی را خرد می‌کند. این مانند یک نوع جنایت است. وقتی آن‌ها از هم جدا می‌شوند، هینکلیف فریاد می‌زند «دوباره مرا ببوس و اجازه نده که چشمانت را ببینم! کاری که با من کردی را می‌بخشم. من قاتل خودم را دوست دارم اما قاتل تو را! چطور می‌توانم؟» آن‌ها یکدیگر را محکم در بر می‌گیرند، گویی در مواجهه با مرگ، چهره‌هایشان در برابر یکدیگر پنهان شده و با اشک یکدیگر شسته می‌شود.»

تراژدی آن صحنه نه تنها در غم و اندوه بلکه در پنهان شدن آن‌ها از یکدیگر است، ناتوانی دو نفر که در حال از بین بردن عشقشان هستند در این که حتی به چشمان یکدیگر نگاه کنند.

مونتینی^{۲۰} این نوع از در هم آمیختن را در توصیف دوستی خود با لا بوتی ثبت کرده است. یک دوستی بسیار عمیق که از آن می‌توان به عنوان عشق نام برد: «روح‌های ما با هم ممزوج و در هم آمیخته می‌شوند، کاملاً مخلوط می‌شوند، درزهایی که بین آن‌ها وجود دارند به‌طور کامل محو می‌شوند و دیگر نمی‌توان وجودشان را تشخیص داد. اگر مرا تحت فشار قرار دهید تا بگویم که چرا او را دوست داشتم، احساس می‌کنم که این حرف را نمی‌توان بیان کرد، مگر با این جمله: چون که او بود، چون که من بودم.»

اکنون نفس شکست خورده است. وقتی شریک زندگی‌تان رنج می‌برد درد بیشتری احساس می‌کنید تا زمانی که خودتان رنج می‌برید. وقتی به کسی که دوست دارید توهین می‌شود بیشتر از زمانی که به شما توهین شده باشد، عصبانی می‌شوید. این را در عاشقانی که با روندی آرام از سرطان یا برخی از بیماری‌های طولانی مدت می‌میرند، می‌بینید. آن‌هایی که شریک زندگی‌شان در حال مردن است، گویی خودشان می‌میرند. به نظر می‌رسد قربانی این بیماری شدن به مراتب آسان‌تر از بودن به جای کسی است که باید شاهد درگذشت معشوق خود باشد.

شاعران هم تجربه‌هایی در این زمینه داشته‌اند. در بهشت گمشده میلتون آدم به حوا می‌گوید: «ما یکی هستیم/ یک جسم؛ از دست دادنت، چون از دست دادن خودم است.» ایان توماس: «این پوست من است و ضخیم است. این پوست تو نیست، اما تو هم در زیر آن هستی.» شاعر رومی، پاولوس سیلنتاریوس ۱۵۰۰ سال پیش گفته است: «و عاشقان، لب بسته / هذیان‌گو و بی‌نهایت تشنه / هر یک از آن‌ها می‌خواهند درون دیگری بمانند.» و مالارمه می‌گوید: «در درون امواج / تو یک خلسه برهنه‌ای.»

۱۷: تصمیم ازدواج

البته که عشق می‌خواهد برای همیشه باشد؛ بنابراین باید ازدواج کنیم. از این رو قلب خواستار قاطعیت است. شما به مدت طولانی پرواز کرده اید و یک ناو هواپیمابر زیر پایتان است. وقت آن است که فرود بیایید.

اما زمان آن است که باید دوباره قدمی عقب برویم و یک ارزیابی انجام دهیم. این لحظه‌ای است که برای یک دلیل مقتضیات لازم را فراهم کنیم. من در این کتاب تأکید زیادی بر قلب و روح کرده‌ام، اما در هر تصمیم به تعهد، مغز و تعقل هم به میزانی مساوی شریک است. حالا زمان این است که بگوییم، همان‌طور که یکی از آشنایان من می‌گوید: قصد دارم در اینجا تصمیم خوبی بگیرم. ممکن است ما ازدواج کنیم یا ممکن است جدا شویم، اما این زندگی من است. من مسئول انتخاب‌هایم هستم و کاملاً قادر به گرفتن یک تصمیم خوب هستم.

دلیل بارز برای این عقب نشستن و ارزیابی، آن هم این قدر دیر، این است که شما اولین کسی در دنیا نیستید که این‌گونه احساس می‌کنید. احتمالاً بیشتر زوجینی که راه خود را تا ازدواج ادامه دادند، از همان مراحل صمیمیتی عبور کرده‌اند که شما تجربه‌شان کرده‌اید. آن‌ها همان یورش به عشق، همان احساس آمیزش و همان حس تقدیر را تجربه کرده‌اند و سپس ازدواج کردند و شاید بعد طلاق گرفتند. عشق و علاقه کافی نیست. شما باید استاندارد بالاتری را وضع کنید.

شما این ارزیابی عمیق‌تر را انجام می‌دهید چون هنگام تصمیم‌گیری در مورد ازدواج، دارید جهشی برخلاف بسیاری از احتمالات انجام می‌دهید. در آمریکا نزدیک به ۴۰ درصد از ازدواج‌ها به طلاق خاتمه می‌یابد. ۱۰ یا ۱۵ درصد از دیگر زوج‌ها هم بدون طلاق گرفتن از هم جدا می‌شوند و ۷ درصد دیگر نیز در کنار هم می‌مانند اما به‌طور پیوسته از زندگی‌شان ناراضی هستند؛ به عبارت دیگر، بیش از نیمی از افرادی که تصمیم به ازدواج می‌گیرند و احتمالاً توسط عشق پرشور به جلو رانده شده بودند، ناراضی هستند. این احتمال برای زوج‌هایی که قبل از ۲۵ سالگی ازدواج می‌کنند، بالاتر است.

و چیزهایی بسیار بدتر از ازدواج بد هم وجود دارد. در یک ازدواج بد، ۳۵ درصد احتمال بیمار شدن زوجین افزایش می‌یابد و طول عمر آن‌ها به‌طور متوسط حدود چهار سال کاهش می‌یابد. هیچ تنهایی‌ای به بدی این احساس تنهایی نیست که روی تخت کنار فرد دیگری خوابیده باشید بدون آن‌که عشقی میانتان باشد. مردم وارد زندگی مشترک می‌شوند و تصور می‌کنند قرار است در

دریاهای آزاد با هم قایقرانی کنند اما وقتی در یک ازدواج بد هستید، همان طور که جورج الیوت آن را بیان کرده «در یک حوضچه تنگ و محدود به دام افتاده‌اید.»

قدمی به عقب برمی‌دارید و ارزیابی می‌کنید زیرا می‌دانید که تا حد اجتناب‌ناپذیری، تصویری از این که چه کاری انجام می‌دهید ندارید. هرگز نمی‌دانید دارید چه کار می‌کنید، اما هنوز می‌خواهید بهترین گزینه ممکن را داشته باشید. دیوید هاوت می‌نویسد: «آنچه در مورد ازدواج بسیار جذاب و تقریباً موزیانه است، این است که هر آن‌چه یکی از دو طرف این رابطه می‌خواهد رخ نمی‌دهد و هر آن‌چه اتفاق می‌افتد، یک زندگی مشترک است که از نو ظهور می‌کند، از نخستین برخورد تا گفت‌وگو بین آن دو؛ مکالمه‌ای که ممکن است برای هر دو غریب به نظر برسد. چیزی که ممکن است آن‌ها تشخیص ندهند یا حتی فکر کنند که می‌خواهند.»

بنابراین چگونه می‌توانید این ارزیابی را انجام دهید؟ از آن‌جا که این مهم‌ترین تصمیم زندگی شماست، ممکن است فکر کنید جامعه شما را برای این لحظه آماده خواهد کرد. فکر می‌کنید مدرسه‌ها برای شما دوره‌های آموزشی در خصوص تصمیم‌گیری در مورد ازدواج، روان‌شناسی ازدواج، ادبیات ازدواج فراهم خواهند کرد؛ اما نه جامعه در حکم یک توطئه گسترده است که شما را از گزینه‌های مهم زندگی‌تان منحرف می‌سازد تا به شما کمک کند به موارد بی‌اهمیت بپردازید.

سه لنز

این لحظه‌ای برای پرسیدن سؤالات دشوار در مورد خودتان است. همه در هنگام تصمیم‌گیری در رابطه با ازدواج با فردی دیگر وقت زیادی می‌گذارند، اما کسی که واقعاً می‌تواند اوضاع را به هم بریزد خود شما هستید. سؤالات چیزهایی از این قبیل هستند؛ «چطور به جایی رسیده‌اید که واقعاً می‌توانید این کار را انجام دهید؟»

دی. اچ. لارنس یک بار نوشت «شما نمی‌توانید عشق و فردیت را هم‌زمان در یک نفس پرستش کنید.» پرسش نهایی برای شما این است که آیا آماده هستید کنترل زندگی خود را از دست بدهید و تحت‌الشعاع ازدواج قرار بگیرید و در این صورت چه ممکن است پیش بیاید.

«آیا فردی را که در کنارش هستم دوست دارم؟»

همه ما شخصیت‌های مختلفی داریم که بسته به این که در اطراف چه کسی هستیم، از خود به دنیا مخابره می‌کنیم. آیا این شخص سویه زمخت و خواهان پیشرفت اجتماعی شما را فعال می‌سازد و یا

«مسئله اصلی من چیست و آیا این شخص آن را بر می‌کند؟»

ما تمایل داریم با شخصی ازدواج کنیم که بزرگ‌ترین مشکل روانی حل نشده ما را برطرف کند. شاید شما به دنبال یک اطمینان عاطفی باشید و این فرد قابل اطمینان شماست. شاید شما خواستار یک شور عاطفی باشید و این شخص چشمه عشق شما باشد.

معیارهای من چقدر بالا هستند؟ برخی می‌گویند، هرگز سعی نکن هدف‌ت از ازدواج سر و سامان گرفتن باشد؛ شما از داشتن این شخص احساس کرده‌اید که عمیقاً خوش‌شانس بوده‌اید. دیگران می‌گویند واقع‌بین باشید؛ هرگز نمی‌توانید فرد کاملی را پیدا کنید و این که در یک رابطه مناسب و معقول باشید از تنهاماندن بهتر است. جین آستین فکر کرد که نگاه به ازدواج به عنوان راهی برای سر و سامان گرفتن "شرورانه" است و من هم با او موافق هستم. اگر بدون تحسین و تأیید کامل ازدواج کنید، اشتیاق کافی برای آمیخته شدن با یکدیگر در روزهای ابتدایی را ندارید و وقتی زمانه سخت می‌شود، از هم جدا می‌افتید. علاوه بر این، سر و سامان گرفتن از این نظر غیراخلاقی است که شخص دیگری در آن دخیل است. طرف دیگر نمی‌خواهد چهارمین گزینه در زندگی شما باشد. آیا شما وارد یک رابطه می‌شوید تا به شخص مقابل بگویید می‌خواهید به واسطه او سر و سامان بگیرید؟ اگر صادق باشید و این را به او بگویید، بلافاصله یک نابرابری کشنده در رابطه‌تان وارد می‌کنید. اگر به او نگویید با کسی که ظاهراً از تمام دنیا به او نزدیک‌تر هستید دروغ گفته‌اید. سر و سامان گرفتن عملی واقع‌گرایانه به نظر می‌رسد، اما تنها عشقی که بر پایه یک فداکاری عمیق شکل گرفته باشد در پایان عملی خواهد بود.

بقیه سؤالات به شخص دیگر و خود رابطه مربوط می‌شود. مهم‌ترین نکته این است: ازدواج یک مکالمه پنجاه ساله است. مهم‌ترین عاملی که وقتی به ازدواج با کسی فکر می‌کنید این است: آیا تا آخر عمر از صحبت کردن با این شخص لذت می‌برم؟

اگر جواب این سوال بله باشد، سه لنز وجود دارد که افراد هنگام تصمیم‌گیری در مورد ازدواج از آنها استفاده می‌کنند: لنزهای روانی، لنزهای عاطفی و لنزهای اخلاقی.

اولین لنز روانی است. شخصیت‌های رمان‌های جین آستین و جورج الیوت زمان زیادی را برای ارزیابی خلق‌وخوی یکدیگر یا آن‌چه ما به آن ویژگی‌های شخصیتی می‌گوییم، می‌گذرانند. دلیل

خوبی برای آن وجود دارد و آن این است که خصوصیات شخصیتی در بزرگسالی تقریباً ثابت است. همان‌طور که تای تاشیرو آن را در کتابش دانش خوشبختی همیشگی عنوان می‌کند: «اگر یک شریک رویایی برای زندگی‌تان انتخاب کنید که روشن، بامزه، با اعتماد به نفس، مهربان و خوش‌بین باشد و مادر خودش را دوست داشته باشد، پس خبر خوب این است که وقتی شما بعد از گذشت ۲۵ سال از ازدواج وضعیت عاشقانه خود را دوباره ارزیابی کنید این شریک زندگی در مقایسه با دیگران در همان گروه سنی شما احتمالاً هنوز هم روشن، بامزه، با اعتماد به نفس، مهربان و خوش‌بین و یک فرزند خوب خواهد بود.»

بنابراین چطور می‌توانید خصوصیات دائمی شخصیتی یک فرد را تشخیص دهید؟ در سال ۱۹۳۸، لوئیس ترمن محقق استدلال کرد که شما باید به پیشینه رابطه شخص توجه کنید. او مواردی را که به دنبالش بود این طور رده‌بندی کرد:

۱. میزان خوشبختی والدین
۲. خوشبختی در کودکی
۳. عدم درگیری با مادر
۴. نظم و انضباط در منزل که محکم است، اما سفت و سخت نیست.
۵. دل‌بستگی شدید به مادر
۶. دل‌بستگی شدید به پدر

۷. عدم درگیری با پدر

۸. صراحت والدین در مورد مسائل جنسی

۹. کم بودن یا ملایم بودن تنبیه‌ها در دوران کودکی

۱۰. نگرش قبل از ازدواج نسبت به رابطه جنسی که عاری از انزجار و بیزاری باشد.

برخی دیگر می‌گویند بهترین چیزی که باید به دنبال آن باشید سبک دل‌بستگی است. افرادی که قبل از هجده ماهگی به شدت به یک مراقب در دوران کودکی‌شان متصل بودند (حدود ۶۰ درصد از کل افراد) در چگونگی ایجاد و حفظ روابط امن، مدلی در ذهن خود دارند. وقتی چنین افرادی در کنار کسی هستند که دوستش دارند، ضربان قلبشان کاهش می‌یابد و تنفس آن‌ها کند می‌شود. آن‌ها آرامش می‌یابند زیرا این برایشان یک شرایط عادی است.

افرادی که در دوران کودکی الگوهای دل‌بستگی اضطرابی را تجربه کرده‌اند، بیش‌تر در هنگام برقراری روابط عاشقانه، در رسیدن به آرامش دچار مشکل می‌شوند. مدلی که در ذهنشان است به آن‌ها می‌گوید شخصی که دوستش دارند می‌خواهد ترکشان کند. ضربان قلب و الگوهای تنفسی‌شان افزایش می‌یابد. افرادی که در زمان جوانی از الگوهای دل‌بستگی دوری‌گزینانه برخوردار بوده‌اند (به مراقب‌های خود سیگنال می‌فرستادند، اما چیزی در پاسخ دریافت نمی‌کردند)، بیش‌ازحد از طرف مقابل فاصله می‌گرفتند. مدل آن‌ها می‌گوید «اگر من بیش‌ازحد به طرف مقابل نزدیک نباشم، وقتی پاسخی نمی‌گیرم کم‌تر صدمه خواهم دید.»

طبق یک مطالعه معتبر، ۹۰ درصد افرادی که الگوی پیوندی امن دارند ازدواج می‌کنند و از این بخش ۲۱ درصد طلاق می‌گیرند. هفتاد درصد از افراد دوری‌گزین ازدواج می‌کنند و از این مقدار ۵۰ درصد طلاق می‌گیرند. برای افرادی که دل‌بستگی اضطرابی دارند، نرخ طلاق حتی از این هم بیش‌تر است.

فکر می‌کنید همه سعی می‌کنند با افراد دارای الگوی دل‌بستگی امن ازدواج کنند؛ اما این روش درستش نیست. افراد به‌طور نامتناسب با افرادی با سبک‌های دل‌بستگی خاص خودشان ازدواج می‌کنند. آدم‌های امن با آدم‌های امن، آدم‌های دوری‌گزین با آدم‌های دوری‌گزین و آدم‌های مضطرب با آدم‌های مضطرب. الگوهای دل‌بستگی اولیه کودک سرنوشت نهایی آن‌ها نیست. افراد می‌توانند تغییر کنند، اما اگر نشان‌گرهای سبک دل‌بستگی دوری‌گزینانه یا اضطرابی را در شریک زندگی خود مشاهده می‌کنید، ارزشش را دارد که آن را در گوشه ذهن خود یادداشت کنید.

با این وجود دیگران می‌گویند بهترین راه برای درک روان‌شناسی شخص دیگر استفاده از ماتریس ویژگی‌های شخصیت موسوم به بیگ فایو یا پنج ویژگی بزرگ است. این پنج ویژگی شامل پذیرش در برابر تجربه، برخورداری از وجدان، برونگرایی، سازگاری و عصبی بودن است. وقتی صحبت از یک شریک زندگی می‌شود دو ویژگی آخر مهم‌ترین آن‌ها هستند. تای تاشیرو استدلال می‌کند که اساساً شما ترجیح می‌دهید به دنبال سازگاری باشید و از عصبیت دوری کنید.

سازگاری - یا همان آدم خوبی بودن - ممکن است به‌عنوان جذاب‌ترین یا عاشقانه‌ترین ویژگی ممکن به نظر نرسد. فرد سازگار، مهربان، دوست‌داشتنی، دارای رفتار دوستانه، فهمیده، گرم، حساس و قابل اعتماد است. افراد غالباً می‌گویند مرد سازگار وجهه‌ای مردانه دارد که هم‌زمان دارای جنبه‌های رفتاری زنانه است.

تاشیرو می‌گوید عصبی بودن همان چیزی است که باید از آن دوری کنید. در ابتدا هیجان‌انگیز و چشم‌گیر به نظر می‌رسد اما افراد عصبی دارای تنش، دمدمی مزاج و مستعد غم و اندوه هستند. عصبی بودن گرایش به تجربه احساسات منفی مانند عصبانیت و اضطراب با شدتی زیاد است. وی ادامه می‌دهد: «افراد عصبی معمولاً تاریخچه‌ای از روابط متلاطم و ناپایدار با دیگران، از جمله خانواده و دوستان دارند. آن‌ها همچنین به طور معمول مستعد ابتلا به چیزی هستند که به نظر می‌رسد بدشانسی باشد اما با گذشت زمان اغلب می‌بینیم که روش‌هایی وجود دارد که عصبیت آن‌ها حوادث ناگوار را در محیطشان رقم می‌زند. نمی‌توانم به اندازه کافی بر این موضوع تأکید کنم که چقدر مهم است که بدانیم هرگونه تفکری مبنی بر این که آرزو کنیم که عصبیت با گذشت زمان به سادگی از بین برود باطل و بیهوده است، زیرا یافته‌های قابل ملاحظه‌ای درمورد گرایش به عصبیت وجود دارد که عنوان می‌کند این ویژگی در طول زندگی ثابت می‌ماند.»

لنز دومی که هنگام تصمیم‌گیری در مورد ازدواج استفاده می‌شود، لنزهای عاطفی است. این به معنای پرسیدن سؤالاتی درباره ماهیت عشق شما به یکدیگر است. یونانی‌ها بین سه نوع عشق تمایز قائل بودند؛ فیلیا^{۲۱} (دوستی)، اروس^{۲۲} (شور) و آگاهپه^{۲۳} (دادن همراه با ازخودگذشتن). شما گاهی اوقات می‌توانید نسبت به یک فرد، بدون فیلیا یا آگاهپه، حس اروس را داشته باشید، در این صورت تمام آن‌چه شما دارید یک نوع شیفتگی است. یا می‌توانید بدون فیلیا و اروس، آگاهپه داشته باشید، در این صورت همه آن‌چه دارید تحسین و ستایش است. یا به احتمال زیاد، ممکن است شما فقط در حال تجربه فیلیا با کمی اروس اما بدون آگاهپه باشید. شخص مقابل شما را خوشحال

می‌کند؛ اما به نوعی انفجار عشق توام با از خودگذشتگی هرگز فوران نمی‌کند. این یک دوستی فوق‌العاده است اما اساس یک فداکاری مادام‌العمر نیست. اگر قرار باشد یک حس شیفتگی یکی از تعهدات تعیین‌کننده زندگی شما باشد، نیاز است هم‌زمان هر سه عنصر را داشته باشد؛ صمیمیت، میل و عشق همراه با خودگذشتگی.

برخی از روابط به سادگی در سطح دوستانی خوب متوقف می‌شوند. هر دو نفر واقعاً یکدیگر را تحسین می‌کنند اما به نوعی هرگز در اعماق روح خود همدیگر را به‌طور کامل لمس نمی‌کنند و نمی‌توانند دلیل این موضوع را دریابند، زیرا این رابطه برایشان بسیار معنادار است. آن‌ها ممکن است به یکدیگر بگویند که عاشق یکدیگر هستند، ممکن است عشق واقعی نسبت به یکدیگر احساس کنند اما به نوعی این عشقی نیست که باعث شود رنج دوری از شخص دردناک شود. عشقی که باعث ایجاد آسفتگی و اضطراب از ترس این شود که ممکن است شخص دیگر از پیش شما برود. عشقی که باعث شیفتگی و خوشبختی عمیق می‌شود، صرفاً وقتی شما دو نفر در کنار یکدیگر هستید و هیچ کاری انجام نمی‌دهید. عشقی که خدمت‌رسانی هرروزه و اشتیاق مداومی را که ازدواج بدان نیاز دارد، طلب می‌کند.

روابطی با عمق متوسط سخت‌ترین روابط برای از هم گسستن است، زیرا دوستی و تحسین در آن‌ها وجود دارد، اما به هر دلیلی این‌ها در عمق قلب و روح جای ندارند و در ازدواج لایه‌های کشف نشده‌ای وجود خواهد داشت که باعث به‌وجود آمدن احساس تنهایی و جدایی خواهند شد.

سرانجام لنزهای اخلاقی هم وجود دارند. این یک لنز مهم است، زیرا تحسین طرف مقابل شما را در مواقعی که چاه احساسی شما خشک شده به جلو می‌برد. تحسین شما را در مواقعی به پیش می‌برد که کمی از طرف مقابلتان ناراحت هستید. یک شخصیت خوب در شرایطی از خود تحمل نشان می‌دهد که اوضاع بد پیش می‌رود؛ بنابراین سؤالات اساسی این است؛ آیا این فرد درستکار است؟ آیا او صداقت دارد؟

اختلاف نظر اجتناب‌ناپذیر است و ازدواج از آن جان به در می‌برد اما تحقیر کشنده است و همیشه پیوند زناشویی را از بین می‌برد؛ بنابراین یک سؤال اساسی این است که آیا من این شخص را عمیقاً تحسین می‌کنم؟ وقتی تعهد زناشویی می‌دهید، یک وعده و یک قول می‌دهید؛ بنابراین سوال مهم دیگر این است که آیا این شخص به وعده‌های خود عمل می‌کند؟ هنگام انتخاب همسر، مادر یا پدر فرزندان خود را انتخاب می‌کنید؛ بنابراین سوال این‌جاست که آیا این شخص خصوصیتی که

می‌خواهید به فرزندان عزیزتان منتقل شود در خود دارد؟ دیر یا زود در هر ازدواج، بیماری یا بدشانسی یا چیز دیگری شما را از ضروریات زندگی‌تان محروم می‌سازد؛ بنابراین سؤال این است که اگر تحصیلات، مهارت‌ها، موفقیت‌ها و درجه‌های این شخص از او گرفته شود، چه چیزی در هسته وجودی این فرد هست؟ هنگام حرکت در مسیر زندگی مشترک هزاران تصمیم باید گرفته شود؛ بنابراین سؤال این جاست که آیا من اغلب قضاوت‌های او را مورد انتقاد قرار می‌دهم؟ ازدواج در واقعیت‌های روزمره زندگی سپری می‌شود؛ بنابراین این سؤال پیش می‌آید که آیا این شخص همیشه به رفتارهایی می‌بالد که باید بابت آن‌ها شرم‌منده باشد. -رفتارهایی مانند فریب دادن دیگران برای پیشرفت، بی‌رحمی و له کردن دیگران برای برقراری سلطه، گول زدن و بازی دادن دیگران برای دستیابی به آن‌چه می‌خواهد- بدیهی است که چنین شخصی دیگر کامل نخواهد بود. همه آدم‌ها کم و بیش خودخواه هستند و بنابراین از خود می‌پرسید، آیا شکل خودخواهی این شخص به گونه‌ای است که من بتوانم با آن زندگی کنم؟

تکمیل

عشق زن و شوهری واقعاً مانند یک نوع تکمیل است. شبیه به داستان قدیمی از سمپوزیوم افلاطون است، داستان دو نیمه جدا شده که همدیگر را پیدا می‌کنند و در می‌یابند که در کنار هم یک روح کامل هستند. فقط وقتی با هم هستند واقعاً می‌توانند سفر خود را کامل کنند. آن‌ها آماده‌اند که در کنار هم زندگی‌ای بزرگ‌تر از هر چیز دیگری داشته باشند که می‌توانستند در تنهایی خود به آن برسند.

داستایوفسکی مردی بود که با طبیعت خود مبارزه می‌کرد. او به واسطه قمار یا آشوب خالصی که در طبیعتش بود مدام به بدهی می‌افتاد و سپس با توسل به نوشتن خود را از بدهی می‌رهانید. یک روز که مهلت پرداخت بدهی‌اش نزدیک شده بود و با چالش نوشتن یک رمان کامل در کمتر از یک ماه روبرو شده بود، با خانم تندنویسی به نام آنا گریگوریونا آشنا شد. آن‌ها با هم روی داستان قمارباز کار کردند. بعدها آنا یادآور شد: «هر روز، مانند یک دوست با من گپ می‌زد و صحنه‌ای ناخوشایند را از گذشته خود برایم توصیف می‌کرد. من هرگز نتوانستم در برابر گزارش‌هایی که او از مشکلاتی که هرگز خود را از آن‌ها بیرون نکشیده بود و در واقع نمی‌توانست بیرون بکشد، تحت تأثیر قرار نگیرم.»

داستایوفسکی این رمان را به پایان رساند، مبلغی معادل ۱۵۰۰ دلار برای تندنویسی آن کتاب به آنا

پرداخت کرد و آن‌ها از هم جدا شدند. پس از مدتی آنا فهمید که دلش برای او تنگ شده است: «من آن قدر به آن کار شادمانه، با هم بودن‌های لذت‌بخش و گفت‌وگوی پر جنب‌وجوش با داستایوفسکی عادت کرده بودم که برایم تبدیل به یک ضرورت شده بود. من علاقه خود را به تمام فعالیت‌های قدیمی‌ام از دست داده بودم و به نظر بیهوده و عبث می‌آمدند.»

آن‌ها با هم در ارتباط ماندند و یک روز در جریان گفت‌وگویی که قرار بود موضوعش بحث تنوریکی در مورد ماهیت ازدواج باشد، با یکدیگر اختلاف نظر داشتند که آیا ازدواج با یک نویسنده یا هنرمند عاقلانه است. داستایوفسکی معتقد بود که فقط یک احمق ممکن است با چنین شخصی ازدواج کند. هیچ آدم عاقلی پیشنهاد چنین آدم ناپایداری را قبول نمی‌کند. او به عنوان مثال گفت: «تصور کن که این هنرمند من هستم و من عشق خود را به تو اظهار کرده‌ام و از تو خواسته‌ام که همسر من باشید. به من بگو چه پاسخی می‌دهی؟»

آنا فهمید که این دیگر فقط یک گفت‌وگوی ساده نیست. وی در پاسخ گفت: «من هم جواب می‌دهم که تو را دوست دارم؛ و تا آخر عمرم تو را دوست خواهم داشت؟»

او بعداً در جایی نوشت: «سعی نمی‌کنم کلمات پر از احساس و عشقی را که به او من اظهار داشت بیان کنم. آن‌ها برای من مقدس هستند. من از آن حس خوشبختی بی حد و مرز تقریباً متحیر و خرد شده بودم و برای مدت طولانی نمی‌توانستم باور کنم چنین اتفاقی رخ داده است.»

آن‌ها ازدواج کردند و طعم ترازدی را در ازدواجشان چشیدند. دو فرزند را از دست دادند اما ازدواجشان باشکوه از آب درآمد. آنا مدیریت حرفه داستایوفسکی را به عهده گرفت و در اصل یک بنگاه نشر برای او افتتاح کرد و او را به موفقیت مالی و ادبی رساند. داستایوفسکی هرگز احترام عمیق خود را برای آن‌چه در روح آنا دیده بود از دست نداد. او پس از مرگ داستایوفسکی نوشت: «در طول زندگی این همیشه نوعی رمز و راز برای من به نظر می‌رسید که شوهر خوب من نه تنها من را دوست داشت و به من احترام می‌گذازد، زیرا بسیاری از همسران همسر خود را دوست دارند و به آن‌ها احترام می‌گذارند، بلکه او تقریباً مرا عبادت می‌کرد، گویا من یک چیز ویژه برای او بودم که فقط برای او ایجاد شده‌ام؛ و این نه تنها در آغاز ازدواج ما بلکه در تمام سال‌های باقی‌مانده پس از آن تا زمان مرگ او صادق بود.»

۱۸: ازدواج: مدرسه ای که با هم می سازید

ازدواج به عنوان یک شادی آغاز می شود و دست آخر نقش یک آموزش را ایفا می کند. به عنوان یک شادی شروع می شود زیرا در ابتدا شما می توانید هر روز را با شخصی که بیشتر از هر کس دیگری در دنیا برایتان مهم است سپری کنید، کسی که فقط در کنارش بودن شما را خوشحال می کند؛ اما بعد از این ازدواج به چیز دیگری تبدیل می شود. هنگامی که می پذیرید ازدواج کنید، موافقت می کنید که کاملاً شناخته شوید؛ یک چشم انداز ترسناک. زندگی به عنوان "ما" به جای "من" یک تحول اساسی در امور روزمره شماست. چیزی که شما در مورد شخص مقابلتان دوست دارید دقیقاً به همان چیزی مربوط می شود که بیش از هر چیز دیگری دیوانه تان می کند. شوخ طبعی او گاهی می تواند به بدبینی تعبیر شود. حساسیت عاطفی او می تواند مانند یک احساس نیاز باشد. تنها راه سعادت در ازدواج، تبدیل شدن به فردی بهتر است؛ فردی صبورتر، عاقل تر، دلسوزتر، باثبات تر، فروتن تر و ارتباط پذیرتر. وقتی متعهد می شویم، خودمان را در وضعیت دشواری قرار می دهیم که برای خارج شدن از آن باید فداکارتر باشیم.

ازدواج با قرار دادن یک سری کارهای دشوار در مسیرتان شما را آموزش می دهد. جودیت والرشاین و ساندرا بلکسلی برخی از مهم ترین آن ها را لیست می کنند:

- جدایی عاطفی از خانواده کودکی فرد

- ایجاد صمیمیت همراه با مقادیری از استقلال

- پذیرش نقش والدین و جذب اثر تولد کودک

- مقابله با بحرانهای اجتناب ناپذیر زندگی

- ایجاد یک زندگی غنی جنسی

- ایجاد یک پناهگاه امن برای بیان تفاوت ها

- زنده نگه داشتن تصاویر اولیه ایده آل از یکدیگر

ازدواج وقتی زنده می ماند که هر دو شریک عدم کفایت فردی خود را در برابر چالش های پیش روی خود بپذیرند. ازدواج وقتی دوام می یابد که شرکا موافقت کنند دوره های آموزشی به اندازه تمام عمر را باهم بگذرانند؛ در مباحثی مانند هم دلی، ارتباط دوجانبه و تعهد دوباره. خبر خوب این است که لازم نیست در تمام این سرفصل ها نمره بیست بگیرید. یک نمره ۱۷ هم بدین معنی است که توانسته اید بسیار خوب عمل کنید.

وقتی ازدواج ها از هم می‌پاشند، به این دلیل است که یک یا هر دو شریک زندگی احساسی ناشناخته و همراه با سوء تفاهم دارند. وقتی آدم‌ها چنین احساسی دارند، کاستی‌های خود را تخفیف می‌دهند و بهانه می‌آورند: «باشه، من گند زدم اما تو من را نمی‌بینی و درک نمی‌کنی!»

عشق زناشویی عشقی بر مبنای دیدن است. جان گاتمن، رئیس پژوهش‌گران حوزه ازدواج، این اصل را بدین صورت بیان کرد: «ازدواج‌های شاد مبتنی بر یک دوستی عمیق است. منظور من از این احترام متقابل و لذت بردن از کنار یکدیگر بودن است. چنین زوج‌هایی تمایل دارند یکدیگر را از نزدیک بشناسند؛ آن‌ها به خوبی با چیزهایی که دوست دارند، چیزهایی که دوست ندارند، ویژگی‌های شخصیتی، امیدها و رؤیاهای یکدیگر به خوبی آشنا هستند. احترامی همیشگی به یکدیگر دارند و این علاقه را نه فقط در شکل کلان آن، بلکه به روش‌های جزئی و روزمره ابراز می‌کنند.»

عشق زناشویی به معنی درک الگوهای یکدیگر است. در کتاب چیزهایی که کاش قبل از ازدواج می‌دانستم، گری چاپمن انواع گوناگونی از شخصیت‌های مختلف را توصیف می‌کند که می‌توانند در ازدواج هم‌زیستی داشته باشند. در تعاریف او عده‌ای نقاش و عده‌ای نشان‌گر هستند. در گفت‌وگو، نقاشان تصویری دقیق و پر از جزئیات از یک رویداد را توصیف می‌کنند. نشان‌گرها فقط به مهم‌ترین بخش آن می‌پردازند. عده‌ای سازمان‌دهنده و عده‌ای آزادمنش‌اند. سازمان‌دهنده‌ها نگران جزئیات‌اند. آزادمنش‌ها بر این باورند که جزئیات خود به خود درست می‌شوند و باید به حال خود رها شوند. عده‌ای مهندس و عده‌ای رقصنده هستند. مهندسان می‌خواهند برای هر تصمیمی منطقی فکر کنند. رقصندگان به دل خود اعتماد می‌کنند. این اختلافات بسته به چگونگی درک هر یک از شرکا نسبت به طرف دیگر و انطباق یافتن با آن، می‌تواند در حکم یک درگیری یا در حکم یک پدیده تکمیل‌کننده باشند.

عشق زناشویی آگاه بودن نسبت به حضور گذشته در زمان حال ازدواج است. روان‌شناسان به شوخی می‌گویند که ازدواج میدان نبردی است که در آن دو خانواده بهترین جنگ‌جویان خود را به میدان می‌فرستند تا مشخص شود فرهنگ کدام خانواده زندگی آن زوج را هدایت می‌کند.

قبل از این که در کنار هم باشید، تأثیر این خانواده‌ها تا حد زیادی ناخودآگاه بود. این فقط راهی بود که شما بر اساس آن کارها را انجام می‌دادید؛ اما در چند ماه اول ازدواج، روش انجام کارها با روش

دیگری برای انجام کارها مواجه می‌شود. این آگاهی جدید معمولاً یک آگاهی علمی و تدریجی نیست که در آن شما با آرامش دستی به چانه خود بکشید و بگویید: «هوم. جالب است.» اغلب به شکل یک فوران غیرمنتظره است. شما کاملاً نسبت به کارهای کوچک شریک زندگی خود بیش از حد واکنش نشان می‌دهید و در حین این واکنش‌های اغراق‌آمیز در سکوت از خود می‌پرسید: «واقعاً اینجا چه خبره؟!»

آلن دوباتن می‌نویسد: «ما اغلب بر اساس سناریوهای ایجاد شده در بحران‌هایی که مدت‌ها پیش از سر گذرانده‌ایم عمل می‌کنیم که همه آن‌ها را آگاهانه فراموش کرده‌ایم. ما مطابق یک منطق باستانی رفتار می‌کنیم که اکنون از ما فرار می‌کند.» برای مثال افرادی که با عشقی مشروط یا انتقادی بزرگ شده‌اند، ممکن است عبارت «کاش این کار را نکرده بودی» را این طور بشنوند «من قصد دارم تو را ترک کنم!» آن‌ها ممکن است در درک این که عصبانیت اصل یک رابطه را تهدید نمی‌کند، دچار مشکل شوند.

زوج‌هایی که یک درک هم‌دلانه دارند یک قدم عقب می‌روند و درک می‌کنند که چگونه هر یک از اعضا به استرس واکنش نشان می‌دهند. یکی از رایج‌ترین اشکال فروپاشی یک رابطه زناشویی چرخه درخواست/صرف‌نظر است. یکی از دو طرف درخواستی از دیگری دارد - خانه را تمیز کن، به موقع آماده شو - اما در این درخواست یک اشاره سرزنش‌آمیز هم وجود دارد. شریک دیگر این درخواست را به عنوان شکلی از غرولند یا شکایت می‌شنود و به جای این که به طور کامل به انجام آن کار مشغول شود، از انجام آن صرف‌نظر می‌کند. این باعث می‌شود شخصی که در ابتدا درخواست‌کننده بوده این بار درخواست را با یک تکلیف صریح‌تر و همراه با سرزنش و تکرار انتقاد مطرح کند؛ که این هم باعث می‌شود شریک صرف‌نظرکننده بیشتر از قبل از انجام آن طفره رود. اگر شریک صرف‌نظرکننده گه‌گاه تسلیم خواسته طرف مقابل شود، این پیام را به شریک درخواست‌کننده می‌دهد که سرزنش و انتقاد تأثیر دارد. سرزنش بیش‌تری در پیش خواهد بود تا زمانی که شریک صرف‌نظرکننده به طور کامل از انجام آن چه از او درخواست شده خودداری ورزد. هرچه یکی بیش‌تر بتازد، دیگری بیش‌تر طفره می‌رود.

زوج‌های سالم خود را از ورود به چنین چرخه‌ای بر حذر می‌دارند و به رشد یکدیگر کمک می‌کنند. آیلما لالچ در کتاب عاشق شدن می‌نویسد: «جادوی رابطه زوجین این است که وقتی دو نفر عاشق هم می‌شوند هر کاری که لازم است برای رشد عاطفی خودشان انجام دهند، این اغلب همان

چیزی است که شریک زندگی به آن احتیاج دارد. زن به جای این که به دختر بچه‌ای طرد شده تبدیل شود که بر درها می‌کوبد تا صدایش شنیده شود، باید یاد بگیرد که یک فرد بالغ بماند و از آن‌چه به دنبالش است را به طریقی بخواهد که احتمال به دست آوردنش را افزایش می‌دهد.»

سرانجام، افراد در یک ازدواج بادوام به چیزی به نام متیس^{۲۴} دست می‌یابند. این واژه یونانی برای اشاره به نوعی خرد عملی، آگاهی شهودی از چگونگی پدیده‌ها، چگونگی کنار هم قرار گرفتن چیزها و چگونگی جور درنیامدنشان به کار می‌رود.

معلمی که دارای متیس است می‌فهمد که چه زمانی کلاس دارد از کنترل خارج می‌شود. یک مکانیک دارای متیس این را حس می‌کند که موتور ماشین به خاطر برخی از صداهای کوتاه و بلندش درست کار نمی‌کند. یک شریک زندگی دارای متیس می‌داند چه موقع باید طرف مقابل را به حال خود بگذارد و چه زمانی به خلوتش وارد شود، چه زمانی هدیه‌ای غافل‌گیرکننده بدهد و چه موقعی شوخی‌های گزنده نکند. دانشگاه ازدواج، در بهترین حالتش، این نوع آگاهی عاطفی را آموزش می‌دهد که نمی‌توان آن را به قوانین و قواعد فرو کاست یا به واسطه کتاب‌ها منتقل کرد؛ و این به عنوان نوعی زیرکی دوست‌داشتنی در زندگی ظاهر می‌شود.

ارتباط

کلمات سوخت ازدواج هستند. نیچه می‌نویسد: «هر چیز دیگری فانی زودگذر است، اما بیش‌تر اوقاتی که در کنار هم هستید را به گفت‌وگو اختصاص خواهید داد.»

کیفیت گفت‌وگو، کیفیت ازدواج است. گفت‌وگوی خوب باعث ایجاد گرما و آرامش می‌شود و گفت‌وگوی بد باعث ایجاد سرمازدگی و سکون می‌شود. مکالمه روشنی است که شرکای ازدواج به واسطه آن یکدیگر را صیقل زده و جلا می‌دهند.

البته بیش‌تر گفت‌وگوها مربوط به امور دنیوی است - درباره شام، رنگ دیوار اتاق‌ها یا وضعیت گوارش کودک - زمانی بود که تمام نظرات در خصوص ادب و نزاکت از دور خارج شد و به نظر می‌رسید مؤدب بودن یک پدیده بورژوازی است؛ اما مؤدب بودن اخلاق زندگی روزمره است. همان‌طور که ادموند برک بیان کرد: «نزاکت همان چیزی است که بودن یا نبودنش باعث آرامش و یا خراب شدن، فاسد شدن یا پاکیزه شدن، تعالی یافتن یا پست شدن می‌گردد و تأثیرش بر ما مداوم، پایدار، یک‌نواخت و نامحسوس است، مانند هوایی که آن را تنفس می‌کنیم. رفتار ما تمام

شکل و رنگ زندگی ما را تعیین می‌کند؛ و با توجه به کیفیتش، به اخلاق کمک می‌کند، آن را تغذیه می‌کند و در صورت ناپسند بودن آن را کاملاً نابود می‌کند.»

گفت‌وگویی که همراه با نزاکت باشد با آن چه جان گاتمن الگوی پیشنهاد و شلیک نامیده می‌شود سر و شکل می‌یابد. بیایید فرض کنیم که شما در اتاق نشیمن در حال خواندن روزنامه هستید و همسران نزدتان می‌آید و می‌گوید: «به پرنده‌آبی زیبای روی درخت بیرون پنجره نگاه کن.» این پیشنهادی برای شروع مکالمه است. ممکن است نگاه کنید و فریاد بزنید: «وای، چه زیباست. متشکرم که به من نشان دادی.» پاسخ شما یک "حرکت به سوی پیشنهاد" است چرا که با پاسختان به سوی همسران حرکت کرده‌اید. یا می‌توانید پاسخ دهید «دارم روزنامه می‌خوانم. خواهش می‌کنم اجازه بده تمامش کنم؟» این می‌تواند یک "حرکت در خلاف پیشنهاد" باشد. یا می‌توانستید اظهارات او را نادیده بگیرید و یا موضوع را با مسئله‌ای که ربطی به حرف او نداشته تغییر دهید. این یک "دور شدن از پیشنهاد" خواهد بود.

جان گاتمن نشان می‌دهد در ازدواج‌های موفقیت‌آمیز زن و شوهر به ازای هر یک حرکت مخالف یا دورشونده از پیشنهاد، پنج حرکت به سوی پیشنهاد دارند. افرادی که گاتمن به آن‌ها "اساتید رابطه" می‌گوید همیشه تلاشی مضاعف می‌کنند تا نکته‌ای را به ذخایر عاطفی خود بیفزایند. گاتمن در مصاحبه‌ای با امیلی اصفهانی اسمیت در آتلانتیک گفت: «یک عادت ذهنی وجود دارد که این اساتید از آن برخوردارند و آن این است؛ آن‌ها محیط اجتماعی پیرامون را برای یافتن چیزهایی که می‌توانند بابتشان از شما قدردانی کنند و به شما بگویند متشکرم می‌پویند. گروه دیگری که من اسمشان را فاجعه‌های رابطه می‌گذارم همواره محیط اطرافشان را برای یافتن اشتباهات شریک زندگی‌شان جست‌وجو می‌کنند.»

طلاق معمولاً با افزایش تعداد درگیری‌ها اتفاق نمی‌افتد. بلکه زمانی رخ می‌دهد که تعداد موارد مثبت کاهش می‌یابد. جولی گاتمن، همسر جان، خاطرنشان می‌کند که اساتید رابطه نسبت به آن چه شریک زندگی خود به درستی انجام می‌دهد، هوشیار هستند و سریع از او تعریف می‌کنند. به گفته گاتمن‌ها چهار نوع نامهربانی در روابط وجود دارد که زوجین را از هم دور می‌کنند؛ تحقیر، انتقاد، رفتار تدافعی و دیوارکشی. قاعده پژوهش آن‌ها بسیار ساده است؛ اگر خسته هستید و شریک زندگی‌تان پیشنهادی می‌دهد، به مهربانی روی آورید. اگر پریشان هستید، به مهربانی روی آورید. اگر مضطرب هستید، به مهربانی روی آورید.

استادان رابطه همچنین می‌آموزند که چگونه در زمان پیروزی و یا درگیری ارتباط خوبی برقرار کنند. به نظر می‌رسد لحظه‌های پیروزی بخش آسان یک رابطه است؛ اما شلی گابل، روان‌شناس دانشگاه کالیفرنیا سانتا باربارا، دریافت که این‌ها اتفاقاً لحظاتی هستند که اغلب افراد را از هم جدا می‌کنند. یک همسر به خانه می‌آید و از پیشرفتش در محل کار خبر می‌دهد اما طرف مقابل به این دلیل که بیش از حد بر خود متمرکز شده نمی‌تواند به این شادی او بپیوندد، بنابراین او (الف) موضوع بحث را به پیروزی شخصی خود تغییر می‌دهد. (ب) پیروزی را با یک ناله تصدیق و سپس سراغ کار خودش می‌رود یا (ج) پیروزی را با سؤالی مثل «مطمئنی که می‌توانی از پس این شغل جدید بر بیایی؟» خوار می‌شمارد.

اساتید رابطه همچنین یاد می‌گیرند که هرگز دست به ترش‌رویی نزنند. ترش‌رویی زمانی رخ می‌دهد که شخص در مورد چیزی احساس عصبانیت می‌کند اما مصمم است که در مورد آن حرفی نزنند. آلن دوباتن می‌نویسد: «فرد ترش‌رو، هم به شدت نیاز به این دارد که طرف مقابل او را درک کند و درعین حال کاملاً متعهد به این است که هیچ کاری برای کمک به آن‌ها در جهت رسیدن به این درک نکند. نیاز به توضیح، هسته توهین را شکل می‌دهد؛ اگر شریک زندگی من نیاز به توضیح داشته باشد، پس واضح است که شایسته چنین توضیحی نیست. فرد ترش‌رو و عبوس به دوران کودکی خود بازمی‌گردد و رویای مادری را می‌بیند که بدون آن که او چیزی بر زبان بیاورد، متوجه نیازهایش می‌شد.

هیچ کس وقتی که سرزنش می‌شود و مورد حمله قرار می‌گیرد معقول و منطقی نمی‌شود. هیچ کس به بلوغ نمی‌رسد فقط به صرف این که همسرش در میانه بحث بر سرش فریاد می‌زند که "بچه نباش!" کتاب‌های مشاوره فرمول بهتری ارائه می‌دهند، حتی اگر دنبال کردن این فرمول‌ها به وقت عصبانیت سخت باشد. ابتدا سعی کنید مشکل را به شکلی خنثی بیان کنید. سپس سه مرحله نوازش، ایستادگی و پیمان را اجرا کنید. به طرف مقابل یادآور شوید که حرف‌هایش را می‌شنوید و درکش می‌کنید (نوازش). مواضع خود را به وضوح بیان کنید (ایستادگی) و راه‌حلی میانه پیدا کنید (پیمان).

دو دوره بحران کلاسیک در ازدواج وجود دارد؛ یکی درست بعد از به دنیا آمدن فرزندان و دیگری در دوران افسردگی میان‌سالی. در اولی، نگرانی این است که رابطه پیچیده و دشواری را که با همسر خود دارید با عشق شاد و فریبنده‌ای که به فرزندان خود دارید جایگزین کنید. در بحران دوم، افراد در میان‌سالی از احساس غم عمومی و ناکامل بودن خود رنج می‌برند. این حس وجود دارد که زندگی در حال از بین رفتن است و این تمایل وجود دارد که همسر را با همه عیب‌ها و نکات منفی‌اش، با نق‌زدن‌ها و ناراحتی‌هایش، به عنوان مشکل واقعی و لنگری ببینید که شما را از به پیش رفتن و رسیدن به کمال باز می‌دارد.

در این لحظات بحرانی، یک تمایل به پس زدن و فاصله گرفتن از شریک زندگی‌تان وجود دارد. شروع به کناره گرفتن و گسست می‌کنید. یک زندگی موازی را با علائق بیرونی و گروه‌های جداگانه‌ای از دوستان بنا می‌کنید. به ازدواج بدون صمیمیت عادت می‌کنید. همان‌طور که می‌گویند، بستری که یک زوج در کنار هم می‌آرامند، جایی است که همسران یک سانتی متر از هم فاصله دارند و در عین حال یک میلیون کیلومتر از هم دورند. در نهایت ممکن است برای اشغال فضای روانی‌ای که قبلاً با ازدواج پر شده بود از مواد مخدر، مشروب، کار یا مراقبت از فرزندانان بهره می‌گیرید.

در مطالعه‌ای در دانشگاه کامرون در اوکلاهوما، جیوانی ال. سیلور با افرادی که عشقشان را به فردی از دست داده بودند مصاحبه کرد. نقل قول‌هایی که او جمع‌آوری کرد گواهی ناچیز از این است که بودن در یک رابطه پس از خاموش شدن آن آتش سوزان اولیه تا چه حد وحشتناک است: «در طول رابطه جنسی‌مان هیچ بوسه‌ای نبود. به یاد می‌آورم که عطش این را داشتم که بوسیده شوم، اما نه توسط او.» «رنج چنین رابطه‌ای تحمل‌ناپذیر است.» «گمان می‌کنم یک سال گریه کردم» «بله این یک افسردگی ناشی از تنهایی شدید بود.» «عشقم ناپدید می‌شد؛ قلبم احساس می‌کرد که دارد زیر پای او له می‌شود و به نظر نمی‌رسید که او اهمیتی به این موضوع می‌داد.» «شخصیت من طرد شده بود... این واقعه من را برای همیشه تغییر داد... چند سالی را بدون آن که شخصیتی داشته باشم گذراندم.»

بعد از این گسست، به آن دوره وحشتناکی می‌رسید که به نظر می‌رسد چشمه عشق در زندگی‌تان در حال خشک شدن و از بین رفتن است. بعضی اوقات آن زندگی مشترک واقعاً مرده است. هیچ

یک از دو طرف نمی‌تواند دیگری را آزار دهد، زیرا هیچ یک واقعاً به دیگری اهمیت نمی‌دهند. در این صورت طلاق اتفاق می‌افتد؛ اما در موارد دیگر یک خاکستر هنوز گرم وجود دارد و حفظ ازدواج فقط به یک عمل شجاعانه تجدید عهد نیاز دارد؛ و این دوره بعدی در سرفصل دروس ازدواج است؛ هنر تجدید عهد.

در این لحظات مأیوس‌کننده، به یاد داشته باشید که ازدواج فقط یک رابطه نیست، یک میثاق است. تعهدی اخلاقی است که طبق آن فرد قول می‌دهد در سختی و آسانی زندگی با طرف مقابلش همراه بماند. هر دو نفر قول داده‌اند که این پروژه یا آرمان، یعنی ازدواج را ایجاد کنند که مهم‌تر از وضعیت عاطفی هر یک از دو شخص است. البته واقعی وجود دارد که طلاق کاری درست و تنها راه حل است، اما زمان‌های دیگری هم هست که احساساتی را که پارکر پالمر بدان‌ها اشاره می‌کند به شما کمک می‌کند: «اگر نمی‌توانید از آن خارج شوید، وارد آن شوید!» اگر نمی‌توانید به راحتی از چیزی دور شوید، تنها راه پیش رویتان پافشاری بر جلو رفتن در مسیر قبلی است.

وقتی چاه عشق خشک می‌شود، کمی اراده نیاز است تا آن چاه کمی عمیق‌تر حفر شود. مایک میسون در این مورد می‌نویسد: «این انتخاب آگاهانه نزدیکی بر فاصله، همراهی بر جدایی، رابطه بر انزوا، عشق بر بی‌تفاوتی و زندگی بر مرگ است.»

باور کنید این یک تمایل طبیعی نیست. من خود می‌دانم که شکست خوردن در این شرایط چه شکلی است. تجدید عهد پای گذاشتن روی نفستان و عمل برخلاف میل باطنی‌تان را شامل می‌شود؛ اما زندگی پر از چنین لحظاتی است و با آن‌ها تعریف می‌شود. ازدواج مانند همه تعهدات صرفاً برای خوشحال کردن شما درست نشده است. ازدواج قرار است باعث رشد شما شود. همان‌طور که میسون می‌گوید: «یک ازدواج به‌طور متناقض، دقیقاً در آن شرایط تقریباً غیرممکنی زندگی می‌کند که برای دو شریک کاملاً مشخص است که هیچ چیز دیگری جز عشق خالص فداکارانه نمی‌تواند آن‌ها را در کنار هم نگه دارد.»

به طرز غریبی الگویی از تجدید عهد در زندگی مشترک را می‌توان در نطق آبراهام لینکلن در آغاز دومین دوره ریاست جمهوری‌اش یافت. او این سخنرانی را در زمان بروز یک شکاف ملی بزرگ انجام داد. در آن مشخص بود که ائتلاف شمال در جنگ داخلی به پیروزی خواهد رسید. لینکلن می‌توانست از این لحظه به عنوان فرصتی برای سینه سپر کردن و فخر فروشی استفاده کند و

بگوید: «ما در هواخواهی از یک آرمان بر حق پیروز شدیم. ما برای دفاع از خیر جنگیدیم؛ شما برای شر جنگیدید. ما حق بودیم؛ شما باطل بودید. ما از این آزمون به سلامت خارج شدیم و شما جنوبی‌ها، دستانتان به خون آلوده است و سیه‌روی تاریخ هستید.»

عشق لینکلن به اتحاد - اتحاد کل ملت - نسبت به عشق به جبهه خودش قوی‌تر بود. در مراسم تحلیف دوم، کلمات کلیدی او کلماتی وحدت بخش هستند: «ما» «همه»، «هر دو». «تمام افکار با اضطراب به یک جنگ داخلی قریب‌الوقوع معطوف شده بودند. همه از آن هراس داشتند و همه به دنبال جلوگیری از آن بودند... هر دو حزب جنگ را تقبیح کردند.» او هم‌زمان شمال و جنوب را به یک اندازه کوچک می‌شمرد.

لینکلن نمی‌گوید برده‌داری یک پدیده جنوبی بود. بلکه می‌گوید یک پدیده آمریکایی بود. تازیانه جنگ که این گناه را پاک می‌کند بر شانه‌های هر دو طرف فرود می‌آید. لینکلن همه ما را در همان موضع مقصر بودن و لغزش قرار می‌دهد. او واقع‌بینانه بر وجود شکاف‌ها و ناامیدی‌هایی که ملت را گرفتار خود می‌کند اذعان می‌کند؛ اما او این را نمی‌پذیرد که بروز شکاف در این خانه اجتناب‌ناپذیر است و قاطعانه خواستار تغییر عقیده و جور دیگر دیدن است: «بدخواهی نسبت به هیچ کس، خیر برای همه»

التیام بخشیدن یک ازدواج شکسته تفاوت چندانی با التیام زخم یک ملت ندارد. همیشه در روابط اختلاف نظر وجود دارد اما بیش‌تر اوقات این خود اختلاف نیست که رابطه را به طور کامل نابود می‌کند. بلکه شیوه‌ای است که ما با توسل به آن اختلافات خود را به جست‌وجویی برای اثبات برتری خود به طرف مقابل تبدیل می‌کنیم؛ مثل گفتن «من درست می‌گویم/ تو اشتباه می‌کنی؛ من بهتر هستم/ تو کوچک‌تر هستی، من صادق هستم/ تو رقت‌انگیزی، من خوبم/ تو حقیر هستی.» چیزی که رابطه را از بین می‌برد تمایل سریع به رنجیدن از چیزی است که برتری اخلاقی شما را اعلام می‌کند. وقتی که مارشال مک لوهان این را گفت کمی تند به نظر می‌رسید اما حرفش اشتباه نبود: «خشم اخلاقی روشی است که با آن به احمق‌ها عزت می‌بخشند.»

تجدید عهد اغلب به معنای قرار دادن گناهان خود در برابر دیده‌تان است. مدارا به معنای تصدیق اشتباهاتی است که رخ داده و خشمی که به وجود آورده، اما مدارا این خشم را در بستر عشق قرار می‌دهد. وفاداری فقط "من دوست دارم" را تکرار می‌کند. حیرت‌انگیز است که جمله "دوست دارم" چند مرتبه باید گفته شود و چقدر این جمله در لحظه اختلاف و بحران قدرتمند است.

وقتی نوبت به چگونگی تجدید عهد می‌رسد، کارشناسان در این نظر با هم هماهنگ هستند؛ انتظار نداشته باشید که برای اختلافات بزرگ در ازدواجتان یک راه‌حل نهایی وجود داشته باشد. با افزایش عناصر مثبت بر عناصر منفی غلبه کنید. برخوردهای منفی را با پنج زبان عشق از بین ببرید؛ کلمات تأییدآمیز، اعمال خدمت، هدایا، وقت‌گذرانی با کیفیت و تماس شخصی.

تجدید عهد زمانی است برای گفتن «آیا می‌توانیم امروز بعد از ظهر با هم پیاده روی کنیم؟» و «استراحت کن، من خانه را جاروبرقی می‌کشم.» است. این زمانی است برای آن‌چه آبراهام جاشوا هشل آن را "شعف از کردار نیکو" می‌نامد. ما یک عمل ثواب انجام می‌دهیم؛ یک کار نیکو و سپس یک کار نیکوی دیگر و هر یک از آن‌ها «لحظاتی درخشان خلق می‌کند که در آن‌ها به واسطه اعمال نیکویی که از توان خودمان هم خارج است و لحظاتی سرشار از لذتی بیرونی و خشنودی عمیق است، تعالی می‌یابیم.» این یک قانون کهن طبیعت بشر است که تغییر رفتار بر تغییر نگرش مقدم بوده و علت آن محسوب می‌شود. اگر با شخص مهربان رفتار کنید، مهربان خواهید شد و آن‌ها را گرمی خواهید داشت. رابطه جنسی زخم‌های زیادی را در ازدواج بهبود می‌بخشد، یا حداقل شروعی برای بهبودی آن‌هاست. یک عقیده باستانی در آیین یهود وجود دارد که ازدواج بدون رابطه جنسی یک ازدواج نیست. خاخام جوزف سولوتچیک^{۲۵} می‌نویسد: «اخلاق ازدواج لذت‌جویانه است، نه رهبانی.» داشتن بیش از حد یک نگاه معنوی و روحانی به آن خطرناک است.

چند سال پیش، لیدیا نتر در نوشته‌ای در وبلاگش با عنوان "۱۵ راه برای ماندن به مدت ۱۵ سال در ازدواج" نوشت که توصیه‌های خوبی و واقع‌گرایانه‌ای در مورد سفر در دریای خطرات زندگی در کنار هم ارائه می‌داد:

عصبانی به رخت‌خواب برو. همه می‌گویند نباید بگذارید خورشید بر خشم شما غروب کند. گاهی اوقات این حرفی صرفاً احمقانه است. شما خسته‌اید. پس بروید بخوابید. کمی بخوابید و صبح روز بعد از خواب بیدار شوید و پن‌کیک درست کنید. ببینید که آیا دعویاتان حالا هم آن‌قدر جدی به نظر می‌رسد یا خیر.

افتخار کنید و پز بدهید. در مورد دستاوردهای همسرتان در ملاء عام به خود ببالید و به او اجازه دهید ابراز غرور شما را بشنود.

با مادر او اوقات تلخی کنید، نه با مادر خودتان. اگر از او پیش مادرش شکایت کنید، او را خواهد

بخشید؛ اما مادر خود شما هرگز چنین نخواهد کرد.

به شخصی که با او ازدواج کردید اعتماد کنید. بگذارید همسران به شما کمک کند. به او اعتماد کنید و باور داشته باشید که او می‌داند کار درست چیست.

وفادار باشید. نترس می‌نویسد: «شما و همسران یک تیم دو نفره هستید. هیچ‌کس اجازه حضور در این تیم را ندارد و هیچ‌کس دیگری قوانین تیم را درک نخواهد کرد... بعضی اوقات او در کانون توجه است، گاهی اوقات فراز و نشیب وجود دارد اما در نهایت هیچ‌یک از این‌ها مهم نیست زیرا این تیم است که می‌ماند.»

توصیه نترس یکی از پارادوکس‌های دیگر ازدواج را بازگو می‌کند؛ ازدواج نهادی مقدس است که از یک الوار خمیده ساخته شده است. در ازدواج جایی برای کمال‌گرایی وجود ندارد چرا که با چیزی شکننده به نام انسان‌های واقعی سر و کار دارید و تنها می‌توان به عاطفه و محبت شاعرانه مجال بروز داد. ازدواج با یک راپسودی زیبا شروع می‌شود و با جر و بحث توی یک ماشین به پایان می‌رسد.

عشق دوم

عشق اول مانند یک جشن شگفت‌انگیز است؛ اما بعد از این که ازدواج کردید و تعداد زیادی دعا و آشتی را تجربه کردید، می‌بینید که وارد عشق دوم خود شده‌اید که شور و هیجان کم‌تری دارد اما ماندگارتر است. عشق دوم، عشقی است برای دورانی که آدم‌ها بعد از مواجه شدن با بدترین خلقیات یک دیگر و پس از چندین بار بخشیدن و مورد بخشش قرار گرفتن. دورانی که پس از آن دو طرف به مرحله‌ای رسیده‌اند که می‌توانند به ادامه دادن زندگی در کنار هم افتخار کنند و خیالشان نسبت به بقای زندگی مشترکشان راحت باشد. در این مرحله شما این را می‌دانید که این شخصی است که با شما همراه خواهد بود. این زندگی شماست. عشق دوم، عشق کوه دوم است. پس از هیجان صعود از کوه اول، گذر از دره رنج و اکنون بالا رفتن از ارتفاعات بلندتری که نفس در آن جایی ندارد، برای زندگی در کنار هم.

احتمالاً شما زوج‌های مسن‌تری را دیده‌اید که به نظر می‌رسند شبیه یکدیگر شده باشند، مثل یکدیگر واکنش نشان می‌دهند و مانند یکدیگر صحبت می‌کنند. آندره گورز^{۲۶} فیلسوف یک بار در نامه‌ای به همسرش نوشت: «تو ۸۲ سال داری. شش سانتی‌متر کوتاه‌تر شده‌ای، فقط ۴۵ کیلو وزن

داری اما هنوز زیبا، برازنده و دوست‌داشتنی هستی. حالا ما ۵۸ سال در کنار هم زندگی کرده‌ایم و من تو را بیش از همیشه دوست دارم. هنوز هم وقتی تنم را به تنت می‌چسبانم احساس می‌کنم قلبم از جا کنده می‌شود و از سینه بیرون می‌جهد.»

چنین عشقی پس از مرگ هم دوام می‌آورد. ویکتور فرانکل یک بیمار سالخورده داشت که نتوانست غم و اندوهی را که از دست دادن همسرش احساس می‌کرد برطرف کند. از درگذشت او دو سال گذشته بود و دردش هنوز حاد بود. سرانجام فرانکل پرسید چه اتفاقی می‌افتد اگر او قبل از همسرش درمی‌گذشت. همسرش چه چیزی را تجربه می‌کرد؟

مرد پاسخ داد: «برایش وحشتناک بود. حتماً خیلی رنج می‌کشید.»

فرانکل پاسخ داد: «ببین، حالا چنین رنجی برای او جبران شده است و تو او را از این درد و رنج نجات داده‌ای، به بهای این که اکنون زنده مانده‌ای و باید بر فقدان او افسوس بخوری.» مرد کلاهش را برداشت، دست فرانکل را فشرد و از مطب او خارج شد.

زوج‌هایی که به این سطح عالی از هارمونی رسیده‌اند، تنها رضایت و خشنودی خود را ندیده‌اند. آن‌ها به یک کاتارسیس^{۲۷}، یک تخلیه هیجانی دست یافته‌اند که یک وضعیت ویژه اخلاقی و همچنین احساسی است. کاتارسیس بعد از فراز و نشیب‌های طولانی می‌آید. وقتی که به عقب نگاه می‌کنید و متوجه می‌شوید که انگار توصیف دقیق‌تر این است که بگویید شما واقعاً پنج یا شش ازدواج متفاوت داشته‌اید، این که با پنج یا شش نفر متفاوت ازدواج کرده‌اید که تصادفاً در طول سال‌ها در یک بدن واحد ساکن بوده‌اند. این لذت روانی پس از گذر از فصل‌های متفاوتی از کمدی و تراژدی و قرار گرفتن در معرض گناه و شادی فرا می‌رسد؛ مانند پایان نمایش وقتی که درون شخصیت‌ها افشا شده و آن‌ها مورد بخشش قرار گرفته‌اند، اشک‌هایی ریخته شده و همه با هم می‌خندند.

در کاتارسیس، عشق نیازمندانه به عشق بخشنده تبدیل شده است. هر یک از دو طرف به خاطر دیگری خطراتی را به جان خریده و فداکاری‌هایی را انجام داده که هیچ معنای زمینی‌ای نداشته‌اند. بعد از آن همه بیماری بچه‌ها، اضطراب برای دانشگاه رفتنشان، تأخیر در پرواز در راه تعطیلات و همه و همه، آن‌ها به یک درخشش سرشار از آرامش رسیده‌اند. ما آدم‌ها را در پنجاهمین سالگرد ازدواجشان تشویق می‌کنیم زیرا می‌دانیم که این یک دستاورد است، حتی با این که برای آن‌ها فقط یک دلخوشی کوچک باشد. زندگی آن‌ها تمام نشده است اما می‌توانند در یک عصر

زمستان کنار هم بنشینند، سر خود را به یکدیگر تکیه دهند و به آتش خیره شوند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

بخش چهارم: فلسفه و ایمان

شماره کتاب (nbookcity.com)

وقتی جوان بودم، رویای یک انقلاب را در سر می‌پروراندم. از نظر جسمی، من در دههٔ ۱۹۸۰ زندگی می‌کردم، عصر ریگان، اما از نظر ذهنی انگار در سال ۱۹۱۷ در محلهٔ گرینویچ نیویورک بودم. من در میان پشته‌های کاغذهای کپی شده در کتابخانهٔ کالج محل تحصیلم می‌نشستم و نسخه‌های یک مجلهٔ قدیمی به نام تودهٔ جدید را می‌خواندم که مجله‌ای با طراحی فوق‌العاده و نوشته‌هایی زیبا برای مخاطبان مارکسیست رادیکال بود که از انقلاب روسیه الهام می‌گرفتند و معتقد بودند دنیای جدیدی از خاکسترهای جهان کهن زاده می‌شود و هم‌چنین بر این باور بودند که زنده بودن یک موهبت است.

روشنفکران چپ آن زمان احساس می‌کردند که در یورش تاریخ منکوب شده‌اند. آن‌ها کاملاً متعهد به حکم‌فرما کردن بهشتی بودند که به نظر می‌رسید نزدیک باشد. کارل مارکس و فردریش انگلس جریان‌های ژرف تاریخی را آشکار کرده بودند. تفکر انقلابی طلایه‌دار این راه بود. جان رید از دانش‌آموختگان سال ۱۹۱۰ هاروارد به روسیه رفت، به انقلاب پیوست و کتاب ده روز که دنیا را تکان داد را نوشت. چند دهه بعد، رادیکال‌های جوان یهودی در کالج سیتی نیویورک از کلاس‌هایشان بیرون می‌زدند و در کافه تریاهای دانشجویی دور هم وقت می‌گذرانند و دربارهٔ آیندهٔ کمونیسم در آمریکا بحث و گفت‌وگو کردند. هواداران تروتسکی در یک آلاچیق می‌نشستند و استالینیست‌ها در آن یکی آلاچیق و بحث‌هایشان ممکن بود بعضاً تا شش یا هشت ساعت طول بکشد. این بحث‌ها آن‌ها را در خود غرق می‌کرد. وقتی که انقلاب از راه می‌رسید، خیلی مهم بود که کدام تفسیر مارکسیسم دست بالاتر را داشته باشد.

من واقعاً نمی‌دانم که آیا هرگز به مارکسیسم متعهد بوده‌ام یا خیر - آن زمان خودم را سوسیالیست دموکراتیک می‌نامیدم - اما به این نوع زندگی متعهد بودم؛ درگیر شدن مشتاقانه از نظر فکری در جهت برقراری عدالت و تأثیر بر تحولات تاریخی جهان.

سپس در سال دوم دانشگاه قرار شد به عنوان یک تکلیف دانشجویی کتابی به نام تأملاتی در انقلاب در فرانسه نوشتهٔ ادموند برک را تحلیل کنم. استدلال‌های برک در آن کتاب بر ضد تقریباً هر چیزی بود که به آن اعتقاد داشتم یا فکر می‌کردم که به آن اعتقاد دارم. او گفته بود که تغییرات انقلابی معمولاً با شتابزدگی و بی‌ملاحظگی مترادف است، شما هرگز نمی‌دانید که چه اثرات ناخواسته‌ای قرار است از آن منتج شود و قدرت عقل برای درک پیچیدگی جهان ناکافی است؛ و

این که ما باید به "تعصب عادلانه" فرهنگ خود و سنت هایی که آزمون زمان را تاب آورده اند احترام بگذاریم. او از لایه های شایسته زندگی، اخلاق و آداب معاشرت، رفتار مناسب و جوانمردی دفاع می کرد که به گفته وی، به زندگی نرمی و لطافت می بخشیدند و جلال و شکوهی را که جامعه سزاوار آن بود بدان اعطا می کردند.

نمی توانم برایتان توصیف که چقدر از آن کتاب بیزار شدم. مقاله پشت مقاله بود که در نفی آن می نوشتم؛ اما حتی همان زمان هم من به طرز مبهمی آگاهی داشتم که برک به زیر پوستم نفوذ کرده و من را تحریک کرده است.

در سال آخر درس وiliam اف باکلی جونیور به دانشگاه ما آمد. من در آن زمان در روزنامه دانشکده مقالات طنز می نوشتم و هجویه ای تند بر باکلی نوشتم که اساساً او را به این متهم کردم که آدمی لاف زن است که با نام بردن از دیگران برای مطرح کردن خودش از آن ها استفاده ابزاری می کرد. استادی به نام ناتان تارکوف نوشته من را به باکلی داد و ظاهراً فکر می کرد که این کاری بامزه است زیرا باکلی در پایان سخنرانی اش رو به دانشجویان گفت: «دیوید بروکس، اگر در جمع حضور داری مایلم کاری به شما پیشنهاد بدهم.»

من در بین حاضران نبودم چون برای حضور در یک برنامه تلویزیونی در کانال PBS انتخاب شده بودم تا با اقتصاددان بزرگ میلتون فریدمن مناظره کنم، بنابراین در پالو آلتو به سر می بردم، جایی که فریدمن در مؤسسه هوور مشغول کار بود. تفکر پشت آن برنامه این بود که فریدمن با جوانان صحبت کند. این اولین حضور تلویزیونی من بود و می توانید آن را در یوتیوب پیدا کنید - یک خروار مو و عینکی گرد داشتم که هر یک از شیشه های آن به اندازه محیط کره ماه بود- و در آن برنامه من نکاتی را به شکل طوطی وار بیان می کردم که از کتاب های چپ وام گرفته بودم، سپس فریدمن نظر من را با پاسخش نابود می کرد و بعد دوربین به مدتی که احساس می کردم هر بار چندین ساعت طول می کشید من را نشان می داد که سعی می کردم چیزی در جواب او بگویم.

یک هفته طول کشید تا تمام قسمت های آن برنامه ضبط شود. عصرها فریدمن و همسرش رز ما را برای شام بیرون می بردند و در مورد اقتصاد با ما صحبت می کردند. من پیش از آن هرگز یک لیبرترین²⁸ واقعی را ندیده بودم بنابراین این دنیای جدیدی برای من بود؛ و هرگز با زوجی این چنین هم ملاقات نکرده بودم که کاملاً خود را وقف ایده هایشان و از طریق آنها وقف یکدیگر کرده بودند. در این فرایند ذهن من باز شد. من از زندگی آنها که یک مأموریت مشترک روشنفکرانه بود،

الهام گرفتم و کماکان هم آنها الهام بخش مانده‌اند.

چند سال بعد در جنوب و غرب شیکاگو به عنوان خبرنگار مشغول به کار بودم و از جمله برخی از پروژه‌های خانه‌سازی را پوشش خبری می‌دادم که اساساً غیرقابل سکونت شده بودند. من متوجه شدم که این پروژه‌ها از جانب تعدادی از جامعه‌شناسانی طراحی شده بودند که والاترین اهداف را داشته‌اند، خراب کردن خانه‌های اجاره‌ای قدیمی و جایگزین کردن آن‌ها با آپارتمان‌های جدید و تمیز. آن‌ها این را درک نمی‌کردند که وقتی خانه‌های اجاره‌ای قدیمی را خراب کنند، هم‌زمان و به‌طور ناخواسته شبکه‌های نامرئی حمایتی‌ای را که مردم برای قابل تحمل ساختن زندگی خود ایجاد کرده‌اند، از بین می‌برند. سازنده‌ها برای مدتی محله‌ها را از لحاظ ظاهری بهتر کرده بودند اما موجب بدتر شدن آن‌ها از نظر اجتماعی شده بودند. آن‌ها فاقد یک توازن معرفت شناختی بودند.

دریافتم که این دقیقاً همان چیزی بود که برک در مورد آن هشدار می‌داد. برگشتم و کتاب تاملات او را بازخوانی کردم و مبهوت شدم. من تمام حرف‌های برک در آن کتاب را قبول نداشتم، اما اکنون شروع به دیدن جنبه‌هایی از خرد در چیزی به نام محافظه‌کاری کردم.

باکلی را یافتم و با او تماس گرفتم و پرسیدم آیا هنوز پیشنهاد شغلی‌ای که به من داده بود سر جایش هست یا خیر. زمان زیادی نگذشت که شغلی در نشنال ریویو پیدا کردم. ناگهان خود را در میان جنبشی یافتم که از آدم‌هایی تشکیل شده بود که به عقاید و تحولات انقلابی متعهد بودند، مشابه مارکسیست‌هایی که در دانشگاه درباره‌ی آن‌ها خوانده بودم. در حقیقت بسیاری از آن‌ها دقیقاً همان افراد بودند. جنبش محافظه‌کار مدرن تا حد زیادی توسط مارکسیست‌های سابق که مواجه شدن با واقعیت موجب تردید در عقایدشان شده بود آغاز شد؛ ویتاگر چمبرز، جیمز برنام، ایروینگ کریستول، مکس ایستمن و دیگران.

آن‌ها بقایای موضع قبلی خود را با خود داشتند. همان‌طور که کریستول با استناد به تروتسکی در کتاب خود با نام نئوکنسرواتیسم می‌نویسد: «پیوستن به یک جنبش رادیکال وقتی شخص جوان است، بسیار شبیه به عاشق شدن در جوانی است. ممکن است این دختر فاسد شود اما تجربه‌ی عشق آن قدر ارزشمند است که هیچ‌کس هرگز نمی‌تواند کاملاً آن را فراموش کرده و از طلسم آن رهایی یابد.»

چند دهه طول کشید تا بفهمم چه نوع محافظه‌کاری هستم، اما در نهایت فهمیدم که من یک محافظه‌کار برکی هستم. هسته اصلی آن چه من فکر می‌کنم درست است، در تأملات برک آمده است. من در قدرت ایده‌ها شک ندارم زیرا آن کتاب زندگی من را تغییر داد. با خوانش یک فلسفه، دانشی در من به وجود آمد که در درونم نهفته است. این پایه‌ای برای چگونگی مشاهده من به جهان شده است. ایده‌ها پیامدهایی دارند.

هنگامی که فریدمن و باکلی پیر و نزدیک مرگ بودند، از آن‌ها پرسیدم که آیا احساس رضایت می‌کنند؟ هر کدام از آن‌ها ژرف‌تر از آن چه انتظارش را داشتند تاریخ را تغییر داده بودند. آیا احساس می‌کردند اکنون می‌توانند استراحت کنند و در آرامش باشند؟ هیچ‌کس حتی متوجه آن چه در موردش صحبت می‌کردم نمی‌شد. برای آن‌ها، کارهای زیادی برای انجام دادن باقی مانده بود. آن‌ها تا روزی که درگذشتند ایده‌ها را به جلو می‌بردند، برای ایده‌ها زندگی می‌کردند و سعی می‌کردند جهان را کمی در جهت عقاید خود خم کنند. آن‌ها نمونه‌هایی از تعهد فکری بودند.

نکته جالب این است که آن‌ها دست کم وقتی شروع به کار کردند چقدر رادیکال بودند. در آن زمان تقریباً هیچ کس در آمریکا نبود که با آن‌ها موافق باشد؛ اما بعدتر صدها میلیون نفر به آن‌ها روی آوردند. این همان زیبایی‌ای است که در شخصی وجود دارد که در هواخواهی از برخی ایده‌ها در مقابل امواج ایستاده و فریاد می‌زند تغییر!

به سال‌های دانشگاه که بازمی‌گردم حس می‌کنم باید از یک دانشگاه -دانشگاه شیکاگو- -قدردان باشم که راهی برای انتخاب پیش پای من گذاشت و باعث شد من در برابر "توده‌های جدید" قرار بگیرم و من را مجبور به خواندن کتابی کرد که در آن زمان واقعاً از آن متنفر بودم. یک دانشگاه می‌تواند یک زندگی را متحول کند.

آرمان انسان‌گرایانه

آموزش عالی در آمریکا طی دهه‌ها تحول یافته است. در نیمه دوم قرن نوزدهم و نیمه اول قرن بیستم اکثر دانشگاه‌ها به چیزی اعتقاد داشتند که آنتونی کرونمن از دانشکده حقوق ییل آن را "آرمان انسان‌گرایانه" می‌نامد. این آرمان تصور می‌کرد که هدف یک دانشگاه غایت‌شناسانه^{۲۱} است -برای کمک به پاسخ دادن به سوالات غایی- به بیان ساده‌تر، تصور می‌شد هدف از یک نهاد آموزشی شکل دادن به روح دانشجویان است.

ماری وولی، رئیس کالج مانت هالیوک یک قرن پیش گفت: «شخصیت هدف اصلی آموزش است.» هنگامی که از جی. اف. راکسبورگ، مدیر دانشکده استو در ورمونت، در دهه ۱۹۲۰ در مورد هدف مؤسسه‌اش سؤال شد، وی گفت که این دانشکده جوانانی را پذیرفته که «در رقص بدک نباشند اما موقع غرق شدن یک کشتی ارزششان غیرقابل تخمین باشد.»

او این کار را با قرار دادن دانش‌آموزان در معرض تعالی انجام داد. سر ریچارد لیوینگستون، استاد انگلیسی، می‌گوید: «بیش‌تر افراد گمان می‌کنند که شکست اخلاقی ناشی از ضعف شخصیت است؛ اما بیشتر اوقات این ناشی از عدم وجود یک آرمان کافی است.» بنابراین در این مدل آموزشی یکی از کارهای یک معلم این بود که نمونه‌هایی را در برابر دانش‌آموزان قرار دهد. یک مربی اسپارتنی گفته بود: «من چیزهای غرورانگیز را برای کودکان خوشایند می‌سازم. وقتی دانش‌آموزان از مدرسه بیرون می‌آیند، حداقل اندک ارتباطی با بهترین کارها و افکاری که بشر تا به حال داشته برقرار می‌کنند.»

از آن زمان البته دانشگاه‌ها متنوع تر و کثرت‌گراتر شده اند. ما درک کرده ایم که هیچ ایده‌آل و آرمانی برای توصیف چگونگی زندگی وجود ندارد. دانشگاه‌های پیشرو به تدریج آرمان انسان‌گرایانه را کنار گذاشتند و آن‌چه کرومن آن را "آرمان پژوهش" می‌خواند اتخاذ کردند. بخش‌هایی از دانش مانند زیست‌شناسی، ادبیات و تاریخ به تخصص‌ها و زیرمجموعه‌های کوچک‌تر و کوچک‌تر تقسیم شدند و دانش‌مندان در تخصص‌های ویژه خود دور از بقیه شاخه‌های علوم مشغول تلاش برای پیشبرد مرزهای دانش شدند.

با این روش چیزهای زیاد جدیدی به ویژه در شاخه‌های مختلف علوم تجربی کشف شد اما همان‌طور که کرومن استدلال می‌کند: «این تأکید بر تخصص، توجه ما را از کلیت زندگی به خود جلب می‌کند و مستلزم آن است که به جای آن، بر جنبه‌های کوچکی از زندگی‌هایمان تمرکز کنیم.» کرومن می‌نویسد: «این‌که فرد می‌تواند اشکال اصلی زندگی را بررسی کند، یا سؤال‌های بزرگ و مبهمی از جمله «چه چیزی باعث می‌شود زندگی ارزش زیستن داشته باشد؟» بپرسد، نه تنها غیرواقعی بلکه غیرمسئولانه و آسیب‌پذیر به نظر می‌رسد؛ زیرا این مسئله باعث شده است تا پرسیدن از معنای زندگی غیرحرفه‌ای به نظر برسد. سوالی که هیچ معلم مسئول علوم انسانی نمی‌تواند از این پس آن را جدی بگیرد.» آرمان پژوهش کم‌تر راه‌حلی به دانشگاه‌ها را برای درگیر کردن دانشجو به عنوان یک فرد کامل، موجودی که میل و عطش برای یافتن معنا دارد، ارائه می‌دهد. بلکه به آهستگی می‌گوید روح پشت پرده را نادیده بگیرید.

این‌گونه نیست که آموزش اخلاقی با رویکردی فعالانه از دانشگاه‌ها طرد شده باشد، بلکه صرفاً کل این مفهوم ناگهان جنبه‌ای غریب پیدا کرد و آدم‌ها کم و بیش اجازه دادند که این کارها شود. همه تأیید می‌کنند که رشد اخلاقی بسیار مهم است، اما این کاری است که شما باید به تنهایی انجام دهید. استیون پینر از دانشگاه هاروارد خلاصه اخلاقیات پژوهشی در یک دانشگاه مدرن را این‌گونه بیان کرد: «من نمی‌دانم چگونه دانشجویان خود را برای ساختن یک نفس یا روح تبدیل کنم. این در آموزش‌شده تحصیلات تکمیلی تدریس نمی‌شود. در صدها موردی از انتصابات و ارتقاء اساتید که من در آن‌ها نقشی داشته‌ام، ما هرگز نامزدی را بر این اساس ارزیابی نکردیم که چگونه می‌تواند روحش را پرورش دهد یا بسازد.»

به دانشجویان یاد داده می‌شود که درگیر تفکر انتقادی باشند، در شک و تردید باشند، تجزیه و تحلیل کنند و مشغول تفکر باشند اما تقریباً هیچ راهنمایی‌ای در مورد چگونگی دل‌بستگی به

چیزها، چگونگی تحسین، سوگند به وفاداری، فرمان‌برداری و خدمت به آن‌ها داده نمی‌شود. دانشگاه‌ها مانند بقیه جامعه از نظر اطلاعاتی غنی و از نظر معنا فقیر هستند.

خوشبختانه من به یکی از دانشگاه‌هایی رفتم -دانشگاه شیکاگو- که یک پایش را در آرمان پژوهشی و پای دیگرش هنوز هم به طرز سرسختانه در آرمان انسان‌گرایانه، قرار داشت. وقتی من در آنجا مشغول تحصیل بودم مطالعه کتاب‌های بزرگ -یا همان کتاب‌های تأثیرگذار فرهنگ و ادبیات غرب- حداقل دو سال اول مطالعه و غالباً فراتر از آن را به خود اختصاص می‌داد. اساتید ما فقط کتاب‌ها را تدریس نمی‌کردند بلکه با حسن نیت ما را به دنیای درون آن‌ها و مفاهیمشان دعوت می‌کردند. برخی از پناهندگان قدیمی آلمانی از جنگ جهانی دوم هنوز در آن زمان در دانشگاه بودند و آن‌ها با شوری مذهبی اعتقاد داشتند که کلیدهای جادویی پادشاهی ملکوت در این کتاب‌ها است. اسرار زندگی و چگونگی خوب زیستن در این کتاب‌ها قرار دارد تا کسانی که آن‌ها را خوب می‌خوانند و عمیقاً فکر می‌کردند بتوانند به‌دستشان بیاورند.

وقتی دانشجوی بودم یک استاد افسانه‌ای به نام کارل وینتراب^۲ در آن‌جا تمدن غرب را تدریس می‌کرد. او تجسم تعهد و شوری بود که بسیاری در آموزش این کتاب‌ها دارند. سال‌ها بعد هنگامی که در آستانه مرگ بود به هم‌کلاسی من کارول کوپلن در مورد دشواری‌های آموزش تمدن غرب نوشت: «گاهی اوقات که من یک ساعت یا بیش‌تر را سپری کرده‌ام، تمام شور و شوق و حساسیت‌هایم را در تلاش برای گفتن این داستان‌ها همراه با احساساتی که خودم می‌بینم و آن‌ها را تجربه می‌کنم به خرج دادم، احساس تهی‌شدن و فرسودگی می‌کنم. فکر می‌کنم این‌ها بر دانشجویان تأثیر می‌گذارد اما واقعاً مطمئن نیستم که این‌طور است یا نه»

این یک تراژدی در تدریس است که گاهی اوقات استادان بیش‌تر از آن‌که دانش‌آموزان و دانشجویان در آن سنین بتوانند دریافت کنند، اطلاعات و دانش به کلاس ارائه می‌کنند؛ و از این طریق آموزش خوب مانند کاشتن یک دانه است. معلمانی مانند وینتراب در حال کاشت دانه‌هایی بودند که سال‌ها یا ده‌ها سال بعد در قالب واقعیت‌های زندگی بزرگسالانه جوانه می‌زد و رشد می‌کرد. شما را نمی‌دانم اما احساس می‌کنم در ۲۵ سالی که از پایان تحصیلات دانشگاهی‌ام می‌گذرد، بیش‌تر توسط آن آموخته‌ها شکل یافته‌ام تا درس‌های رسمی و معمول دانشگاه.

یک گفته قدیمی وجود دارد که می‌گوید اگر با اشتیاق آتش بگیرد مردم حاضرند کیلومترها بیایند تا سوختن شما را تماشا کنند. بخشی از آموزش من فقط تماشای سوختن استادانم بود. مقاله‌نویس

جوزف اپستین که یک ربع قرن قبل از من به دانشگاه شیکاگو رفته بود، همان زمینه حاکمی از گستردگی دانش و فضیلت را این گونه به یاد می آورد: «از ورطه عمیق جهالت در اواخر نوجوانی ام، من هرگز برای یک لحظه هم نمی توانستم فکر کنم که بتوانم امیدوار باشم که به چنین زنان و مردانی شبیه باشم. با این حال به نوعی احساس کردم که چیزی فوق العاده چشم گیر در مورد آنها وجود دارد. بیش تر به خاطر می آورم که مورد تحسین و تشویق بی نظیر این اساتید و مولفان قرار گرفتم.» همان گونه که فیلسوف اوا برن^{۴۱} اظهار داشت یک احساس فروتنی لذت بخش در این وجود دارد که بدانید شما کم تر و کوچک تر هستید، اما به عشق به چیزی بزرگ تر وابسته اید. شما برتری را می شناسید و از آن الهام می گیرید.

بسیاری می‌گویند که کلاس تمدن غرب و این نوع از آموزش کتاب‌های بزرگ یک حوزه نخبه‌گرایانه از علم است که تحت تسلط مردهای تیپیکال سفیدپوست است؛ اما تمدن غرب جلوه‌ای از رادیکالیسم بود و هنوز هم همین‌طور باقی مانده است؛ یک ضد فرهنگ ویران‌گرانه و انقلابی که باعث می‌شد خوش و خرم ماندن و لذت بردن از وضع موجود غیرممکن شود. تمدن غرب سقراط است، مردی که آن‌قدر خطرناک بود که شهرش نتوانست به او اجازه دهد که در آن زندگی کند. تمدن غرب راه‌هایی ارائه می‌دهد برای خروج از غار و دیدن واقعیت در رنگ‌های حقیقی خود، نه فقط به عنوان سایه‌هایی که ایدئولوگ‌ها از دیدن آن‌ها راضی هستند^{۲۲}. تمدن غرب من را فراتر از پنداشت‌های زمانه خودم می‌برد، به جایی خارج از ارزش‌های شایسته‌سالارانه مدرن و پرستش موفقیت در آمریکا.

درس تمدن غرب برای من الهام‌بخش این بود که زندگی خود را صرف دنبال کردن یک فلسفه کنم و ده‌ها سال را در تلاش برای یافتن جهان‌بینی‌ای که بتواند پیچیدگی واقعیت را برطرف کند بگذرانم؛ اما هم‌چنین یک دید منسجم به من ارزانی می‌داد که می‌تواند واکنش من به حوادث را شکل دهد و مرا در فراز و نشیب‌های زندگی راهنمایی کند. درس تمدن غرب پایگاه شورش‌هاست که وقتی می‌خواهم خودم را دوباره از نارضایتی نسبت به جهان کنونی لبریز کنم به آن برمی‌گردم. هنگامی که نگاهی به بلندترین قله‌های تجربه بشری انداخته‌اید، زندگی دائمی در زمین‌های مسطح و پست پایین دشوار می‌شود. کمی سخت است که بعداً در زندگی سطحی و کم‌عمق باشید، هر چقدر که به این جهت متمایل شده باشید.

فضایل فکری

اساتید شیکاگو مانند همه افراد پیشروی دیگر حداقل شش کار انجام دادند. اول، آن‌ها ما را با سنت و طریق دانش‌مندان و پژوهش‌گران آشنا کردند، یک صف طولانی از زنان و مردانی که خود را وقف خواندن، تفکر، تحریک ذهن دیگران و زندگی عمیق‌تر کرده‌اند. آن‌ها به ما اجازه ورود به یک مکالمه طولانی را دادند. همان‌طور که فیلسوف مایکل اوکسوت نوشت؛ «یک ماجراجویی روشنفکرانه بی‌پایان است که در آن، در تخیل، ما انواع مختلفی از فهم جهان و خودمان را وارد می‌کنیم و از تفاوت‌ها دست‌پاچه نمی‌شویم و از عدم قطعیت همه این‌ها ناخشنود نمی‌شویم». ما فقط در این راه‌پیمایی ازلی تازه‌کار بودیم، اما با این حال بخشی از آن بودیم.

دوم، آن‌ها ما را با طیف وسیعی از زیست‌های اخلاقی در طول تاریخ آشنا کردند. همه ما به یک

فلسفه سازنده در زندگی نیاز داریم، مجموعه‌ای از معیارها برای تعیین این که چه چیزی با ارزش تر از چیزی دیگر است. خوشبختانه طی قرن‌ها بشر در زمان‌های و مکان‌های مختلف با سیستم‌های متنوعی از ارزش‌ها و روش‌های پیدا کردن معنا در جهان روبه‌رو شده است. به عنوان مثال سنت یونانی بر غرور و افتخار تأکید دارد.

سنت عبری، با تأکید بر اطاعت از قانون و سخت‌گیری وجدان. سنت مسیحی با تأکید بر فروتنی، تسلیم و فضل. پروژه روشن‌گری، مبتنی بر عقل، آزادی فردی و آزادی شخصی. اساتید ما این‌ها و سایر زیست‌گاه‌های اخلاقی را پیش روی ما گذاشتند؛ فلسفه رواقیون، رمانتیسم آلمانی، گنوسیسم، بودیسم، کنفوسیسیسم، روح‌باوری آفریقایی، مارکسیسم، فمینیسم، ساختارشکنی. آن‌ها به ما نگفتند که با کدام زیست اخلاقی باید زندگی کنیم، اما به ما این فرصت را دادند که در فهم موضوعات مختلف تلاش کنیم و ببینیم کدام یک مناسب است.

سوم، استادان ما به ما یاد دادند چگونه ببینیم. به نظر می‌رسد دیدن واقعیت یک چیز ساده است. شما فقط به بیرون نگاه می‌کنید و دنیا را می‌بینید؛ اما هرکسی که درگیر سیاست باشد، می‌داند که چه تعداد از ما دنیا را از طریق لنزهای تحریف‌کننده حزبی خود می‌بینیم، چه تعداد از ما فقط آن‌چه را که می‌خواهیم ببینیم می‌بینیم و چند نفر از ما از فیلتر ترس، ناامنی یا خودشیفتگی خودمان را می‌بینیم.

خوب دیدن طبیعی نیست. یک عمل فروتنانه است. این بدان معناست که خودتان-نیازها و خواسته‌های خودتان- را از سر راه خود برمی‌دارید تا بتوانید چیزها را به‌عنوان آن‌چه هستند ببینید و نه صرفاً به‌عنوان بازتابی از منافع شخصی خودتان. خوب دیدن مهارتی است که شما از دیگرانی می‌آموزید که به وضوح واقعیت را می‌بینند؛ لئوناردو داوینچی، جورج الیوت، جورج اورول، جین جیکوبز، جیمز بالدوین، لئو تولستوی.

جان راسکین یک بار نوشت: «بزرگ‌ترین کاری که روح یک انسان در تمام زندگی‌اش در این دنیا انجام می‌دهد دیدن یک چیز و بیان آن به زبانی ساده است. به ازای صدها نفری که می‌توانند در مورد چیزی حرف بزنند یک نفر می‌تواند در مورد آن فکر کند و به ازای هزاران نفری که می‌توانند در مورد چیزی فکر کنند یک نفر می‌تواند آن را حقیقتاً ببیند.»

چهارمین کاری که اساتید ما کردند این بود که داشتن شجاعت فکری را به ما آموزش دادند.

هیچ چیز مانند فکر کردن به خود یا فکر کردن در تنهایی وجود ندارد. همه تفکرات ما نوعی از ارتباطات است و همه مفاهیم موجود در ذهن شما از یک متفکر یا تعدادی از متفکران هزاران سال پیش به ارث رسیده است. ما حیواناتی اجتماعی هستیم و بسیاری از تفکرات ما در پی پیوند یافتن است نه جست و جوی حقیقت. بسیاری از تفکرات سعی در رساندن شما به عقیده‌ای دارد که به شما در کسب تأیید عموم و پذیرش در محافل مناسب اجتماعی کمک می‌کند. بخش سخت زندگی روشنفکری در گروی جدا کردن آن چه صحیح است از آن چه دوست دارید، نهفته است.

پنجم، آن‌ها به ما دانش عاطفی دادند. خواندن ویتمن درحالی که او از حظ و لذتی غریب سرریز می‌شود، در کنار آنتیگونه بودن درحالی که تلاش می‌کند برادرش را دفن کند، سفر کردن با گالیله درحالی که او یافته‌هایش را تا هر کجا که ممکن است او را ببرند پیگیری می‌کند، در کنار پاسکال ریاضی‌دان بودن هم‌زمان که او حضور مستقیم خدا را احساس می‌کند و سفر کردن با سیلويا پلات در اعماق جنون. هیچ کدام این‌ها لزوماً مترادف یادگیری یک واقعیت جدید نیست بلکه به معنی فرصت داشتن یک تجربه تازه است.

راجر اسکروتون گفت دانش عاطفی این است که بدانیم در موقعیت‌های خاص باید چه احساسی داشته باشیم؛ از بی‌عدالتی متنفر شویم، در برابر یک عمل ایثارگرانه احترام نشان دهیم و به قدر کافی در عالم دوستی هم‌دل و دلسوز باشیم و در صورت بروز اشتباه از خود بردباری نشان دهیم. دانش عاطفی مهارتی است که باید مانند سایر مهارت‌ها آن را به دست آورد. همه ما با برخی از احساسات بنیادین متولد شده‌ایم اما باید احساسی را که در شرایطی که مستقیماً تجربه نکرده‌ایم به ما دست می‌دهد، بیاموزیم؛ حس تهی شدن از معنای انسان که رالف الیسون آن را در مواجهه با نژادپرستی تجربه می‌کند، احساس گناهی که یک بازمانده هولوکاست را تا سال‌ها تعقیب می‌کند و آزار می‌دهد. ما باید احساسات پالایش شده را فرا بگیریم: غم و اندوه تراژیکی که باید در مواجهه با یک آدم خوب احساس کنیم وقتی که به واسطه نقص و لغزش خود گرفتار می‌شود، شجاعت سرسختانه ژاندارک در برابر آتش، سرخوشی منضبطانه‌ای که موتسارت در سمفونی "ژوپیتِر" عرضه می‌دارد.

ششم، دانشگاه شیکاگو چیزهای جدیدی را برای دوست داشتن به ما داد. تمام زنان و مردان با میل به دانستن متولد می‌شوند. کودکان به چرخ‌ها و اهرم‌ها خیره می‌شوند و شور و اشتیاق به درک آن‌ها را به جلو می‌رانند. همه ما وقتی به بخشی از یک کتاب می‌رسیم که چیزی را که قبلاً به

صورت مبهم و در قالب شهود دریافتی بودیم در آن به رشته تحریر درآمده، قدری هیجان زده می‌شویم. وقتی یک شاعر احساسی را به شکلی بی‌نقص ثبت می‌کند حاصل کارش صرفاً درست به نظر نمی‌رسد بلکه زیبا نیز به نظر می‌رسد.

افلاطون به معلمان توصیه کرده که از این اشتیاق طبیعی به زیبایی بهره‌برداری کنند. اشیاء و موضوعات زیبا و زیباتر به دانش‌آموزان ارائه دهید و تصوراتشان را به گونه‌ای شکل دهید که با افزایش سن، چیزهای جدی‌تر و جدی‌تری بخواهند. با ارائه چهره‌ای زیبا به یک دانش‌آموز شروع کنید. پس از قدردانی از زیبایی جسمی، او زیبایی بالاتری را خواستار خواهد شد که زیبایی شخصیت و قلب دوست داشتنی یک شخص خوب است؛ و هنگامی که او این را فهمید، زیبایی حتی بالاتری را خواهد جست که زیبایی یک جامعه عادلانه است؛ و چون این را دید، نسبت به یک زیبایی عالی‌تر عطش می‌یابد که جستجوی حقیقت و خرد است و هنگامی که آن را دید، احساس اشتیاقی برای شکل‌گیری زیبایی وجودش را تسخیر می‌کند که خود زیبایی است، فرم جاودانه زیبایی فراگیر و متعالی که نه بلوغ می‌یابد و نه محو می‌شود که هیچ چیزی به آن افزوده نمی‌شود و هیچ چیزی از آن کاسته نمی‌شود که برای افلاطون خود الوهیت بود.

استادن شیکاگو صرفاً با قرار دادن برخی از آثار بزرگ در برابر ما و با خلق آن چه می‌توان آن را تنها به عنوان یک فضای شهوانی پیرامون آن‌ها توصیف کرد این عطش برای زیبایی‌های عالی‌تر را تحریک کردند. برای مثال یک شب من تکالیفم را در زیرزمین کتابخانه اصلی دانشکده انجام می‌دادم که احتمالاً زشت‌ترین طبقه از زشت‌ترین ساختمان روی زمین خداوند بود. قرار بود که بخشی از "تولد تراژدی" از نیچه را بخوانم. حدود ساعت هفت شب نشستم و شروع کردم به خواندن. حدوداً ساعت ده و نیم بود که سرم را بالا آوردم، مبهوت و شوکه شدم و فهمیدم کجا هستم. آن چه را که در حد فاصل آن ساعات رخ داد واقعاً نمی‌توانم برایتان شرح دهم. حدس می‌زنم در نوعی خلسه بودم. شاید این تاثیر نبوغ شیرانه نیچه بود، یا افسون فراطبیعی نوشتار او، یا موضوع مورد بحث، یا رقص‌های بدوی دیونیسوسی که هزاران سال پیش تولد درام را رقم زدند. تنها آن چه می‌توانم به شما بگویم این بود که گویی بقیه جهان برای من از بین رفته بود. زمان از بین رفته بود. من در کتاب بودم، نه در خودم.

وقتی چنین تجربه‌ای را از سر گذرانید، واقعاً می‌خواهید دوباره آن را داشته باشید. هیچ کدام از ما به اندازه ریلکه شاعر عمیق نیستیم اما می‌توانیم درک کنیم که او از چه می‌گوید وقتی می‌نویسد:

«یاد می‌گیرم که ببینم. نمی‌دانم که چرا چنین است اما همه‌چیز با عمق بیشتری در من نفوذ می‌کند و اکنون در جایی که تاکنون و همیشه به پایان می‌رسید متوقف نمی‌شود. من یک خودِ درونی دارم که بر آن نادان بودم. اکنون همه‌چیز به اینجا می‌رود. چه اتفاقی در آنجا می‌افتد، نمی‌دانم.»

اکثر ما با یک مجموعهٔ مشخص از خواسته‌های عادی وارد کالج می‌شویم که بیشتر آن‌ها با این در ارتباط هستند که دیگران در مورد ما نظر مناسبی داشته باشند؛ اما اگر دانشکده کار خود را انجام دهد یک خودِ درونی حداقل احتمال وجود یک خودِ درونی را آشکار می‌کند. ژاک ماریتین جایی نوشت: «انسان موجودی متافیزیکی است، حیوانی است که زندگی خود را با تعالی تغذیه می‌کند.» با کشیدن شما به آن سطح، یک دانشگاه مجموعه جدیدی از خواسته‌ها را بیدار می‌کند؛ تمایل به درک این قلمرو، تمایل به چیزی راجع به ابدیت.

خواسته‌های قدیمی از بین نمی‌روند. شما هنوز هم می‌خواهید محبوب و خوش‌ذوق باشید و از آن لذت ببرید؛ اما آشکار می‌شود که سلسله‌مراتبی از آرزوها وجود دارد. یک تجربهٔ هنری متعالی بیش از یک شکلات اسنیکرز ارزش دارد. پیام اصلی این است که نسبت به آن‌چه دوست دارید مراقب باشید زیرا شما به آن‌چه می‌خواهید تبدیل می‌شوید.

دیوید فاستر والاس در سخنرانی آغازین معروف خود در کالج کنیون، اهمیت خوب خواستن را به خوبی بیان کرد:

در خندق‌های هر روزهٔ زندگی بزرگ‌سالانه، در واقع چیزی به نام الحاد وجود ندارد. چیزی به عنوان پرستش نکردن وجود ندارد. همه پرستش می‌کنند. تنها انتخابی که می‌کنیم این است که چه چیز را پرستش کنیم؛ و دلیل اساسی برای انتخاب نوعی خدا یا یک چیز معنوی برای پرستش - خواه عیسی مسیح باشد یا الله یا یهوه یا الههٔ مادر ویکان یا چهار حقیقت شریف یا مجموعه‌ای از اصول اخلاقی غیرقابل انکار - این است هر چیز دیگری که پرستش کنید، شما را زنده زنده می‌خورد. اگر پول و چیزهای مادی را می‌پرستید - اگر این‌ها در جایی باشند که معنای واقعی زندگی شما در آن نهفته باشد - پس هرگز به اندازهٔ کافی آن‌ها را نخواهید داشت. هرگز احساس نمی‌کنید که به قدر کافی دارید. این یک حقیقت است. اگر بدن و زیبایی و جذابیت جنسی خود بپرستید؛ آن وقت همیشه احساس زشت بودن خواهید کرد و وقتی زمان و سن شروع به رخ نمودن کرد، پیش از

آن که سرانجام شما را در قبر بگذارند، یک میلیون بار خواهید مرد ... اگر قدرت را بپرستید؛ احساس ضعف و ترس خواهید کرد و برای این که ترس از بین برود، به قدرت بیش‌تری نیاز دارید. اگر عقل و اندیشه خود را و باهوش به نظر رسیدنتان را بپرستید؛ در نهایت احساس حماقت و جعلی بودن خواهید کرد و همیشه در آستانه این هستید که مردم به نادانی‌تان پی ببرند.

افراد و مؤسساتی که تأثیری از خود به جا می‌گذارند چیزهای بهتری برای عشق ورزیدن برایتان فراهم می‌کنند؛ زمینه جدیدی از دانش یا شکل جدیدی از نجاری یا تعمیر خودرو یا چشم‌انداز جدیدی از تحولات اجتماعی در برابرتان قرار می‌دهند. پیتراکر نوشت که رهبری «چشم‌انداز یک شخص را به سطوحی بالاتر ارتقا می‌بخشد، عملکرد فرد را به یک استاندارد بالاتر می‌برد و شخصیتی فراتر از محدودیت‌های عادی می‌سازد.»

وقتی به دانشگاه شیکاگو رفتم آن‌جا مشکلاتی داشت. بسیاری از ما دانشگاه را کاملاً بی‌سواد در حوزه شغل و حرفه خود ترک کردیم. درحالی که نسبت به ایده‌ها اشتیاق داشتیم، تمایل داشتیم که نسبت به انسان‌های دیگر دور و بیگانه باشیم. در آن روزها فرهنگ نهادینه شده، افرادی که از نظر اجتماعی غریب بودند را به خود جلب و تفاوت بین افراد و گوشه‌گیری را تشویق می‌کرد که برای من سال‌ها طول کشید تا بر آن غلبه کنم که هرگز هم به‌طور کامل نتوانستم موفق شوم؛ اما هم‌زمان ما را در تماسی نزدیک با دیدگاه‌های آرمان‌گرایانه از وضعیت انسانی قرار داد. این باعث می‌شد ما از آن چه مردم نسبت به آن توانمند هستند آگاه باشیم. یک شراب حقیقی به ما ارائه داد و باعث شد در سال‌های بعدی زندگی خود به سختی از چیزهای پست راضی شویم. همه می‌گویند دانشگاهی مانند شیکاگو مکانی است که با مغز و کله آدم‌ها کار می‌کند؛ اما این در واقع برخلاف تجربه من بود. کاری که شیکاگو با کمال تعجب انجام می‌داد، آموزش قلب بود.

وقتی به عقب برمی‌گردم و به بحث‌های درسی کلاس، موضوعات مقالاتمان و گفت‌وگوهای کافه تریایی و ناهارخوری فکر می‌کنم، می‌بینم که همه‌شان واقعاً در جهت تلاشی بود برای فهمیدن این که چه چیزی ارزش خواستن را دارد، چه آرزویی بهتر است، چه میلی را باید دنبال کرد و به آن پر و بال داد و کدام امیال را باید رد یا سرکوب کرد.

یکی از بهترین تعریف‌هایی که یکی از دانشجویان خودم از من کرده، در دانشگاه ییل و در آخرین روز کلاس بود. او به سمت آمد و به من گفت: «این کلاس من را غمگین‌تر کرده است.» منظور او البته در جهتی مطلوب بود و من آن را به همین ترتیب در نظر گرفتم. هنگامی که شما با برخی از

بزرگ‌ترین عشاق تاریخ آشنا شدید و مشاهده کردید که چطور عشقی می‌تواند وجود داشته باشد، رسیدن به احساس رضایتی کامل دشوار است زیرا میانگین مورد نظر شما سطح بسیار بالایی دارد. شما همیشه دچار نوعی نارضایتی خواهید شد. علاوه بر این این نارضایتی هرگز از بین نخواهد رفت زیرا هرچه پیشروی شما به سمت آرمان‌هایتان بیشتر شود به نظر می‌رسد که بیشتر از شما دور می‌شوند. هرچه هنرمندان در کارهای هنری خود بهتر شوند، چشم‌انداز آن‌چه قادر به انجامش هستند، با سرعتی بیش‌تر از آن‌ها دور می‌شود.

اما در نهایت شادی نه در برآورده کردن خواسته‌های شما بلکه در تغییر خواسته‌هایتان یافت می‌شود بنابراین بهترین خواسته‌ها را خواهید داشت. زندگی همراه با آموزش، سفری به سوی عشقی بالاتر و بالاتر است.

کتاب (inbookcity.com)

۲۰: تعهد مذهبی

رمان وندل بری، جیبر کرو^{۲۲} درباره جوانی است که در مدرسه و کارش یک‌سری از ناکامی‌ها را تجربه کرده است که او را در وضعیتی سست و بدون دل‌بستگی رها کرده است؛ بنابراین در کوران رکود بزرگ، او وسایل خود را درون یک جعبه مقوایی ریخته و شروع به رفتن با پای پیاده به سمت خانه اجدادی خود در پورت ویلیام، کنتاکی می‌کند.

درحالی که پیاده می‌رفت باران شدیدی شروع به باریدن کرد و رودخانه کنتاکی طغیان کرده و پل‌ها و خانه‌ها را فرا گرفت. پس از آن که تمام آن شب طوفانی را با پای پیاده خسته راه رفت، یک پل پیدا کرد که هنوز پابرجا مانده بود و بی‌پروا از آن عبور کرد. بر بلندای پل او رودخانه را می‌دید که:

هم‌چون یک عنصر زنده بود. مثل جمعیتی عظیم که فریاد می‌زدند؛ و در بالا یا درون غرش خروشان آب می‌توانستم نجوای بارش را بشنوم. ضربانی که رودخانه بر روی پل ایجاد می‌کرد را احساس می‌کردم. نمی‌توانم بگویم که نترسیدم اما به نظر می‌رسید این ترس در من نیست بلکه در هواست مانند صدای رودخانه. به نظر می‌رسید چیزی بود که به آن وارد شده بودم و نمی‌توانستم انتظار داشته باشم که خیلی زود یا خیلی آسان از آن خارج شوم.

او می‌توانست بشکه‌ها، کنده‌ها، درختان کامل و تکه‌هایی از خانه را ببیند. جریان آب آنها را رفته بود و با خود حمل می‌کرد و ناگاه بخشی از کتاب مقدس در ذهنش ظاهر شد؛ «زمین بی‌شکل و خالی بود و تاریکی بر چهره اعماق قرار داشت؛ و روح خدا بر چهره آب‌ها حرکت کرد.» انگار که کرو در زمان به عقب بازگشته و نوعی از آگاهی بدوی نسبت به پیرامونش را تجربه می‌کرد:

من مطمئن نیستم که می‌توانم به شما بگویم که آن موقع چه اتفاقی برای من افتاد و حتی الان هم نمی‌دانم. در آن زمان من مطمئناً سعی نمی‌کردم چیزی به خودم بگویم؛ اما بعد از تمام سال‌های خواندن آن کتاب و شنیدنش، باور کردنش و دست کشیدن از باور به آن، به نظر می‌رسید که من خود را به سمت سرآغاز یافته بودم- نه فقط سرآغاز کتاب، بلکه آغاز جهان- و باقی آن چه می‌آمد. احساس می‌کردم دانش بر پوست من در حال خزیدن است و تمام وجودم را فرا می‌گیرد.

او به سمت ادامه مسیرش به راه افتاد و سعی کرد راهی پورت ویلیام شود اما دائماً به مسیرهای اشتباهی می‌پیچید و گم می‌شد، دندان‌هایش از سرما به هم می‌خوردند و گرسنگی داشت معده‌اش را سوراخ می‌کرد و سرانجام به شهری رسید که پناهندگان از سیل در تالار شهر جمع شده

و به دنبال غذا و سرپناه بودند. کرو به آن اشخاص گمشده و خیس ملحق شد و با عشق روبرو شد؛ داوطلبانی دلسوز از جایی در آن حوالی که مشغول گشت زدن بودند و به آسیب دیدگان غذا و قهوه می دادند.

او پدر و مادرها را در جاهای مختلف سالن تماشا می کرد که فرزندان خود را به آرامی در پناهگاه موقتی می خواباندند. خستگی تا مغز استخوانش نفوذ کرده بود و چشمانش را بست اما خوابش نبرد. در ذهنش او دوباره رودخانه را دید؛ اما این بار از درون، او تمام رودخانه و تمام طول آن را می دید، با جریان هایی که الوارها را و انبارها و شاید حتی یک خانه کامل را با خود می برد. به نظر می رسید که تمام جهان تحت تاثیر آن جریان سرگردان و بی هدف به این سو و آن سو پرتاب می شود.

و من دانستم که آن روحی که رفته تا جهان را شکل دهد و آن را زنده سازد، هنوز هم در آن زنده و حاضر است. هیچ شکی نداشتم. می توانستم بینم که من در دنیایی زندگی می کنم که هنوز هم در حال خلق شدن بود؛ و من برای همیشه بخشی از آن خواهم بود. هیچ راه فراری نبود. روحی که آن را خلق کرده بود خود در آن قرار داشت، آن را شکل می داد و دوباره از نو شکل می داد، گاهی در حال استراحت گوشه ای دراز می کشید، گاهی برمی خاست و خود را مانند آسی که گل آلود شده باشد تکان می داد و خرده ریزهایش را به اطراف پرتاب می کرد.

کرو در آن شب به آگاهی عمیق تری دست یافت. یک دانش معنوی که همان طور که می گفت، بر پوستش خزیده بود.

درست همان طور که در ابتدای این کتاب ذکر کردم که گزارش های خوشی و لذت مردم را جمع آوری می کنم، روایت های مردم از تجربیات عرفانی و اسرارآمیز را نیز گردآوری می کنم. این ها لحظه هایی هستند که پوسته واقعیت عادی ترک می خورد و مردم نورهایی را از جایی فراتر از درخشش های معمول درک می کنند.

بسیاری از این تجربیات با کمال تعجب در طبیعت اتفاق می افتند. ویلیام جیمز در روایات مختلف از تجربه های مذهبی از مردی نقل می کند که تجربه ای این چنین از لحظه ای داشته که چون رعد و برقی بر او تاثیر داشته است:

آن شب را به یاد می آورم و تقریباً همان نقطه را در بالای تپه، جایی که روح من مانند گذشته به

سوی نامتناهی باز شد و برخوردی میان دو جهان درونی و بیرونی رخ داد. این یک فراخوانی عمیق به سوی اعماق بود - عمقی که کشمکش درونی من در درون آن سر باز کرده بود و از سوی اعماق غیرقابل اندازه گیری پاسخی یافته بود و گویی من به ورای ستارگان رسیده بودم. در کنار او که مرا آفریده بود و تمام زیبایی های دنیا و عشق و غم و حتی وسوسه ایستادم. من او را جست و جو نکردم اما یکی شدن کامل روحم با او را احساس کردم.

تعداد زیادی از چهره های بزرگ تاریخ در زندان تجربیات عرفانی داشته اند. تجربه زندانی شدن همه چیز را از بین می برد - تلاش مادی، آزادی بیرونی و برنامه های شلوغ آن ها را - برای حداقل تعداد کمی از افراد تجربه درونی و حالات معنوی به تمام آن چه دارند تبدیل می شود. تحقق این احساسات حاکی از این است که این حالات درونی در واقع یک تجربه اساسی در زندگی است و همه چیز ثانویه است.

انور سادات در جنگ جهانی دوم به دلیل توطئه علیه امپریالیسم انگلیس زندانی شد. وی در خاطرات خود، در جست و جوی هویت، یادآوری می کند که «در زندان توانستم از مرزهای زمان و مکان فراتر بروم. از نظر فضا، من در یک سلول چهار دیواری زندگی نمی کردم بلکه در کل جهان بودم.» با فرا رفتن از چیزهای مادی او احساس می کرد به نوعی بزرگ تر از همه آن ها است. وی گفت: «احساس می کردم پا به دنیای وسیع و زیبایی تری گذاشته ام و ظرفیت استقامت من دو چندان شده است. احساس می کردم که می توانم فشار را تحمل کنم، هر قدر هم که اندازه یک مشکل بیشتر می شد.» توان احساسی او دست خوش تغییر شده بود. «هنگامی که موجودیت فردی من با موجودیت وسیع همه وجود ادغام شد، نقطه عزیمت من تبدیل به عشق به خانه (مصر)، عشق به همه هستی و عشق به خدا گردید.»

واسلاو هاول در چکسلواکی کمونیستی بزرگ شد. آموزه های مارکسیستی که توسط دولت اعمال می شد، بر جبرگرایی مادی بنا شده بود. این عقیده که کاری که شخص انجام می دهد و شرایط زندگی تعیین می کند که او کیست و چگونه فکر می کند. هنگامی که هاول در سال ۱۹۷۷ به دلیل فعالیت بر ضد حکومت به زندان افتاد دریافت که این گونه نیست. وی نتیجه گرفت که واقعیت مادی، نیروی محرک اساسی در تاریخ بشر نیست بلکه واقعیت روحانی این نقش را دارد.

هاول نوشت: «تجربه خاصی که در مورد آن صحبت می کنم، شکلی از یقین به من داده است.» مارکسیست ها ادعا می کنند آگاهی قبل از وجود است و نه برعکس. به همین دلیل نجات این

جهان انسانی در جایی جز قلب انسان نیست؛ در نیروی انسانی برای بازتاب موضوعات، در تواضع انسانی و در مسئولیت انسانی. بدون یک انقلاب جهانی در حوزه آگاهی بشر، هیچ چیز به چیزی بهتر تغییر نخواهد کرد.

هاول در زندان بسیار بیمار شد و نزدیک بود بمیرد. یک روز درحالی که از حصار زندان نگاه می کرد بالای یک درخت را دید. همان طور که به درخت زل زده بود برای همسرش اولگا نوشت:

حسی بر من غلبه یافته بود که توصیف آن دشوار است؛ به یک باره به نظر می رسید که من از همه مختصات وجود لحظه ای خودم در جهان به نوعی حالت خارج از زمان صعود کردم که در آن تمام زیبایی هایی که تا به حال دیده و تجربه کرده بودم در یک حالت "هم حضوری" وجود داشت؛ من احساسی شبیه به مصالحه را حس کردم، در واقع یک صعود تقریباً ملایم به مسیر اجتناب ناپذیر رخدادها که اکنون برایم آشکار شده که با یک عزم سبکبارانه برای رویارویی با آن چه باید با آن روبرو می شدم همراه بود.

یک حیرت عمیق از حاکمیت وجود به حس گیج کننده ای از سر خوردن بی وقفه به ورطه پررمز و راز آن تبدیل شد. یک لذت بی حد و حصر از زنده بودن، به من این امکان را داده است که به واسطه تمام آن چه در این زندگی انجام داده ام، زندگی کنم و با این واقعیت که همه چیز معنای عمیق و آشکاری دارد. این شادی باعث ایجاد اتحادی عجیب در من شد و یک وحشت مبهم از غیرقابل درک بودن و دست نیافتنی بودن هر آن چه من در آن لحظه به آن نزدیکی داشتم، چرا که من در "آستانه بی نهایت" ایستاده بودم. من از احساس خوشبختی و هماهنگی نهایی با جهان و با خودم، با آن لحظه، با تمام لحظاتی که می توانستم بیاد بیاورم، سیراب شدم و با همه چیزهای نامرئی که در پس آن نهفته و دارای معنا بود. من حتی می توانستم بگویم که من به نوعی «مورد عشق قرار گرفتم» گرچه دقیقاً نمی دانم از سوی چه کسی یا برای چه چیزی.

ویکتور فرانکل زندگی را در اردوگاه های کار اجباری نازی ها به عنوان حمله ای مداوم به شأن و منزلت فردی تجربه کرد. او دریافت که نمی تواند زندگی خود را کنترل کند اما می تواند پاسخ خود را نسبت به آن چه به او تحمیل شده است کنترل کند. او می توانست یک نوع "حفاظت درونی" را به کار ببندد که به معنای تحمل رنج به شکلی سنگین و باوقار بود. زندگی نه تنها به یک مبارزه جسمی بلکه به نبردی روحانی تبدیل شد، مبارزه ای برای محافظت از انسانیت خود در برابر شرایط تحقیرآمیزی که او را احاطه کرده بود. وی نوشت: «در واقعیت فرصت و چالشی وجود داشت.» و

شہر کتاب (nbookcity.com)

می‌توان از این تجربیات پیروزی را به‌دست آورد و زندگی را به یک پیروزی درونی تبدیل کرد یا می‌توان چالش را نادیده گرفت و به یک زندگی نباتی درپیش گرفت.

روشی که انسان سرنوشت خود و تمام رنج‌های ناشی از آن را می‌پذیرد، راهی که صلیب خود را بر دوش می‌کشد، به او فرصت می‌دهد -حتی در سخت‌ترین شرایط- معنای عمیق‌تری به زندگی خود بیفزاید.

فرانکل دریافت درحالی که بدن بر اساس آن چه مصرف می‌کند رشد می‌کند، روح با میزان عشقی که به بیرون می‌ریزد رشد می‌کند.

ما که در اردوگاه‌های کار اجباری زندگی می‌کردیم می‌توانیم مردانی را به‌خاطر بیاوریم که در سلول‌های دیگران راه می‌رفتند و به آن‌ها دل‌داری می‌دادند و آخرین قطعه نان خود را به آن‌ها هدیه می‌کردند. شاید تعداد آن‌ها اندک بود اما آن‌ها گواه کافی برای این امر بودند که همه چیز را می‌توان از انسان گرفت مگر یک چیز: آخرین ذره از آزادی انسان را- انتخاب نگرش شخص در هر وضعیت خاص و انتخاب راه خود.

یک صبح زمستان فرانکل با جمعی از زندانیان دیگر در حال حفاری سنگر روی زمین یخ‌زده بودند. آسمان خاکستری بود، لباس‌های ژنده‌ای که پوشیده بودند خاکستری بود و صورتشان هم خاکستری بود. او در سکوت شروع به صحبت کردن با خود کرد. در سرش با همسر محبوبش حرف می‌زد، با این که او خارج از اردوگاه بود و حتی ممکن بود حالا مرده باشد. او ساعت‌ها درحالی که در درون عشق خود را به همسرش اعلام می‌کرد، زمین را خراش داده بود. ناگهان احساس عجیبی بر او مستولی شد:

حس می‌کردم که روحم از غمی که درونم را فرا گرفته بود سوراخ می‌شود. احساس کردم که از آن دنیای بی‌معنی ناکام فراتر رفته است و از جایی یک "بله" پیروزمندانه در پاسخ به سؤالم درباره وجود یک هدف غایی شنیدم.

در آن لحظه چراغی در مزرعه‌ای در دوردست روشن شد. نگهبان از کنارم گذشت، به من توهین کرد و یک بار دیگر با محبوبم ارتباط برقرار کردم. بیش‌تر احساس می‌کردم که او حضور دارد که او با من است. من این احساس را داشتم که قادر به لمس او هستم، قادر به دراز کردن دستم و درک او هستم. احساسی بسیار قوی بود؛ او آن‌جا بود.

پرنده‌ای بی صدا پرواز کرد و جلوی او فرود آمد. آن‌ها به یکدیگر خیره شدند.

برای اولین بار در زندگی حقیقتی را دیدم که توسط بسیاری از شاعران سروده شده بود و توسط بسیاری از متفکران به عنوان حالت نهایی خرد اعلام شده بود. حقیقت عشقی که هدف غایی و نهایت آرزوی هر انسان است. سپس معنای بزرگ‌ترین رازی را که شعر انسان و اندیشه و اعتقاد انسان باید به آن‌ها منتقل کند، درک کردم؛ نجات انسان از طریق عشق و در عشق است. من می‌فهمم که چگونه مردی که برایش در این دنیا چیزی نمانده، ممکن است هنوز هم معنای سعادت را حتی برای یک لحظه کوتاه، در اندیشیدن به معشوق خود بیابد.

فرانکل گفت که این اولین باری بود که معنی این کلمات را فهمید که «فرشتگان در مکاشفه دائم یک شکوه نامتناهی گم‌گشته‌اند.» او بقیه عمر طولانی خود را صرف اثبات این نکته کرد که انگیزه اصلی انسان پول و حتی خوشبختی نیست بلکه رسیدن به معناست. ما بیش از هر چیز به واسطه تمایل به درک هدف زندگی خود هدایت می‌شویم. با درک این موضوع حتی بدترین شرایط ممکن است آرامش درونی را خدشه‌دار نکند.

فرانکل متوجه شد که حتی فرقی نمی‌کند که معشوقش از این دنیا رفته باشد. این ریزش عشق به بیرون بود که نجات‌بخش او بود. وی در جریان تحقیقات خود در این اردوگاه دریافت که زندانیانی که به سرعت در اثر بیماری یا در اثر شکلی از فروپاشی جان خود را از دست دادند کسانی بودند که چیزی در خارج از اردوگاه نداشتند که نسبت به آن متعهد یا دل‌بسته باشند؛ اما آن‌هایی که زنده مانده‌اند تعهداتی بیرونی داشتند که مورد نظرشان بوده و به سوی آن کشیده می‌شدند، خواه کتابی باشد که احساس می‌کردند باید آن را بنویسند یا همسری که باید به او باز می‌گشتند.

روزی در اردوگاه کار اجباری وی با زن جوانی ملاقات کرد که در بیمارستان بستری و در حال مرگ بود. وی به او گفت: «من سپاس‌گزارم که سرنوشت ضربه محکمی به من زده است. در زندگی سابقم فاسد بودم و دستاوردهای معنوی را جدی نگرفتم.»

زن در بستر مرگش تنها بود، باین حال به او گفت با تنها موجود زنده‌ای که می‌دید دوست شده است، یک درخت شاه بلوط که درست بیرون پنجره اتاقش قرار داشت. «این درخت تنها دوستی است که در تنهایی‌ام دارم.» او گفت که اغلب با درخت صحبت می‌کند. فرانکل مبهوت شد و نمی‌دانست که چگونه پاسخ دهد اما در نهایت پرسید که آیا درخت با او صحبت می‌کند. زن پاسخ داد بله: «به من گفت من اینجا هستم، من اینجا هستم، من زندگی‌ام، زندگی جاودانه.» این ارتباط

متعالی با زندگی جاودانه، آرامش و روحیه بالای زن جوان را در برابر مرگ توضیح می‌داد.

الکساندر سولژنیستین، مخالف اتحاد جماهیر شوروی، در شاهکارش مجمع الجزایر گولاگ نوشت: «سرت سلامت، زندان! به خاطر بودن در زندگی‌ام سرت سلامت! چرا که با دراز کشیدن بر روی حصیر پوشیده زندان، فهمیدم که هدف زندگی آن‌طور که ما اعتقاد داریم، سعادت نیست بلکه بلوغ روح انسان است.»

سولژنیستین در دوره حبس به نگهبان خود که با او ظالمانه‌ترین رفتار را می‌کرد می‌نگریست. او فهمید که اگر سرنوشت به جای زندانی او را به زندانبان تبدیل کرده بود، شاید او نیز بی‌رحمانه رفتار می‌کرد. متوجه شد که خط بین خیر و شر نه از بین قبایل و ملل بلکه مستقیم از قلب هر انسان عبور می‌کند. زندان و ظلمی که به نمایش می‌گذاشت، به سولژنیستین احساس مشارکت در داستان بزرگ‌تری را می‌داد: «این باعث می‌شود که من شادتر و امن‌تر باشم و تصور کنم که لازم نیست همه چیز را برای خودم برنامه‌ریزی و مدیریت کنم. این که من فقط شمشیری هستم که برای ضربه زدن به نیروهای آلوده تیز شده‌ام، شمشیری طلسم شده برای شکافتن و پراکنده کردن آن‌ها. پروردگارا به من این توانایی را اعطاء کن که هنگام یورش شکست نخورم! نگذار که من از دست تو بیفتم!»

بسیاری از افراد با نوعی از بی‌اعتقادی به این تجربیات معنوی نگاه می‌کنند؛ در مورد چه صحبت می‌کنید؟ بسیاری از مردم هرگز چنین تجربیاتی را نداشته‌اند و از این رو به گونه‌ای قابل درک، در دریافت این ابعاد پنهان وجودی که معنای واقعی آن‌ها از نظرها پنهان شده، مشکل دارند که شما حقیقتاً نمی‌توانید هیچ مدرکی برای اثباتشان ارائه دهید؛ و صادقانه بگویم، دلایل خوبی برای بی‌اعتمادی به این تجربیات وجود دارد. شاید آن‌ها فقط محصول برخی از بسته‌های شیمیایی مغز، برخی توهم‌ها، حالت تغییر یافته ناشی از خستگی یا استرس باشند. در این صورت، آن‌ها مطمئناً چیزهایی نیستند که بتوانید زندگی‌تان را پیرامون آن‌ها شکل دهید.

باورمندان هم از طرف دیگر، به بی‌خدایان با همان نوع نگاه از سر بی‌اعتقادی می‌نگرند. همان‌طور که کریستین ویمان در ورطه روشن من می‌نویسد:

واقعاً؟ یعنی شما هرگز احساس منکوب شدن و به نوعی ناکافی بودن را در زندگی خود تجربه نکرده اید، هرگز احساس نکرده‌اید که چیزی را در خود دارید که مدعی چیزی فراتر از وجودتان

باشد، هرگز با یک راز ناگفتنی روبه‌رو نشده‌اید که در قالب کلمات خود را به شما برساند؟ هرگز؟
دین از این لحظات ساخته نمی‌شود؛ دین وسیله‌ای است برای تبدیل این لحظات به بخشی از
زندگی شما نه صرفاً دخالت‌های رادیکال آن‌قدر بیگانه و شاید ترسناک که حتی بعد از آن هم
نمی‌توانید وجودشان را تصدیق کنید. دین کاری است که شما با این لحظات تسلط بیش از حد در
زندگی خود انجام می‌دهید.

جهان زنده و به هم پیوسته است، این لحظات این را به ما می‌گوید. ابعادی از وجود هست که هرگز
نتوانسته‌اید قبلاً آن‌ها را تصور کنید. ذرات کوانتومی غیرقابل توضیح به هم می‌پیوندند حتی اگر با
اختلافات گسترده‌ای از زمان و مکان از هم جدا شوند. به نوعی جهان زنده است و با خودش ارتباط
برقرار می‌کند. یک نیروی جان‌دار متصل به هم وجود دارد و ما در آن نیرو بیدار هستیم که با واژگان
حقیر خود آن را عشق می‌نامیم.

همان‌طور که ویمن ادامه می‌دهد نکته عجیب این لحظه‌ها این است که «این‌طور نیست که ما
به‌طور ناگهانی چیزی را در واقعیت درک می‌کنیم که قبلاً آن را تصور نمی‌کردیم، بلکه انگار
خودمان هم درک می‌شویم.»

۲۱: غیرمنتظره‌ترین رخدادها

برخی از مردم داستان‌هایی دراماتیک از چگونگی یافتن ایمان دارند. «یک نور کورکننده ظاهر شد!» «صدایی مرا فرا خواند!» «صدایی شبیه به شیپور شنیدم!»

من چنین داستان‌هایی ندارم. داستان سفرم به ایمان را برایتان تعریف می‌کنم زیرا اگرچه هر جهشی به سوی ایمان با هر منطق معمولی عرفانی و عجیب می‌نماید اما می‌خواهم نشان دهم که چقدر چنین چیزی می‌تواند عادی باشد. این موضوع می‌تواند برای هر آدمی با درجه‌ای متوسط از معنویت‌گرایی اتفاق بیفتد؛ اما حاصلش این است که ناگهان سر از جایی حیرت‌انگیز در می‌آورد و به این اعتقاد می‌رسید که خدا به قول پل تیلیچ، اساس تمام هستی است.

برای اولین بار داستان‌های کتاب مقدس را وقتی کودک بودم شنیدم -نوح و کشتی‌اش، داوود و جالوت، استر و هامان، ابراهیم و اسحاق- این داستان‌ها فقط بخشی از معماری دوران کودکی من بودند. در زندگی من و حتی در مدارس عبری، آن‌ها نوعی اسطوره بودند و کارکردشان مانند اسطوره‌ها بود و به من کمک می‌کردند تا درست و نادرست را بفهمم و کمک می‌کردند تا با احساسات خودم روبرو شوم. به من کمک می‌کردند تا قهرمان بودن و تمام آن‌چه برونو بتلهایم^{۲۴} می‌گفت را درک کنم. آن‌ها هم‌چنین به من کمک کردند تا گروه خودم، یعنی یهودیان را بشناسم. آن داستان‌ها که از داستان‌های کتاب مقدس شروع می‌شد و سپس با داستان‌های تاریخی هانوکا و هولوکاست آمیخته می‌شدند داستان‌های قوم و هویت ما بودند. آن‌ها به من کمک کردند تا پایداری مردم خود را در افق وسیع زمان درک کنم.

سپس در دانشگاه و اوایل بزرگسالی شروع به استفاده از آن‌ها به عنوان ادبیات تعلیمی و به مثابه ابزاری برای درک و حل مشکلات زندگی کردم. شخصیت‌های موجود در کتاب مقدس انسان‌های معمولی و متلاطمی هستند که با چالش‌های اخلاقی روبه‌رو می‌شوند. سؤال اساسی این است که آیا آن‌ها با یک استقرار درونی درست به چالش پاسخ می‌دهند؟ آیا وقتی به کاری نیکو فراخونده می‌شوند اجابت می‌کنند؟ آیا در هنگام لزوم بخشنده و باگذشت هستند و آیا در برابر خوبی تواضع نشان می‌دهند یا خیر؟ داوود در برابر جالوت به ما نشان می‌دهد که شجاعت چگونه است. سلیمان حکمت و خردش را در برابر زنان و نوزادی که مدعی مادری‌اش بودند نشان می‌دهد.

در طی این مرحله از زندگی، این داستان‌ها را همواره دم دست داشتم تا ببینم چه اطلاعات مفیدی می‌توانند داشته باشند. من بزرگ بودم و داستان‌ها کوچک بودند. فقط یک کتاب قدیمی در دست

من بود که از آن در پیشبرد زندگی ام استفاده می کردم.

در طول ده ها سال همه چیز به طرز محسوسی تغییر کرد. زندگی اتفاق می افتاد و به قول ویمان «ایده های قدیمی ام برای شادی و اندوه گزافی که من تجربه می کردم کافی نبودند.» این داستان ها به عقب باز می گشتند اما گویا با کیمیاگری زمان دوباره شکل می گرفتند. آن ها بزرگ تر و عمیق تر، خیالی تر و حیرت انگیز تر شدند. صبر کنید، خدا از ابراهیم خواست پسر خود را بکشد؟

من فکر می کنم این اتفاق برای اکثر ما با بزرگ تر شدن اتفاق می افتد؛ ما کوچک تر می شویم و وابستگی هایمان بیشتر می شود. ما برای خودمان کم تر جذاب می شویم، کم تر تمایل به این پیدا می کنیم که فکر کنیم خودمان مولف همه آن چیزی هستیم که هستیم و درعین حال می فهمیم که چطور توسط تاریخ، خانواده و نیروهای فراتر از آگاهی خودمان شکل گرفته ایم؛ و فکر می کنم آن چه به تعجب آورترین و کسل کننده ترین حالت ممکن تغییر کرده این است که در بعضی از زمان ها این حس را داشتم که این داستان ها داستان های ساختگی نیستند که برای افرادی دیگر، افرادی احتمالاً افسانه ای، رخ داده اند؛ آن ها شکل بنیادین واقعیت هستند. آن ها مرجعی از الگوهای تکرارشونده زندگی هستند. آن ها روایت هایی هستند که تکرارشان می کنیم.

آدم و حوا وسوسه شدند و سقوط از درگاه رحمت الهی و هبوط به زمین را تجربه کردند و ما وسوسه و سقوط از درگاه رحمت الهی را تجربه می کنیم. موسی سرسختانه قوم خود را از اسارت و بندگی به سمت سرزمین موعود سوق داد و ما نیز یک سفر معنوی مشابه را طی می کنیم. مزموخوان^{۲۵} به خود نگاه کرد و پرسید: «ای روح، چرا این قدر محزونی؟» و ما هنوز هم همین کار را می کنیم. پسر نابخرد به سوی پدر باز می گردد و پدرش که از لطف و عشق سرشار بود به دیدار او شتافت. گاهی اوقات ما نیز به طرز غیرقابل باوری بخشیده می شویم. این داستان ها فقط مربوط به اتفاقات عادی ای نیست که برای مردم رخ می دهند. آن ها بازنمودهای یک زندگی اخلاقی مداوم هستند. ما در دنیای طبیعی زنده هستیم و از علم برای درک آن لایه از حیات استفاده می کنیم. ما همچنین در یک بعد دیگر، بعد روح و معنا نیز زنده هستیم. ما از داستان های کتاب مقدس برای درک آن بعد از زنده بودن استفاده می کنیم.

آلاسیر مک اینتایر نوشت: «فقط وقتی می توانم به سوال «چه کاری باید انجام دهم؟» پاسخ دهم که بتوانم به سؤال قبل از آن پاسخ دهم» کدام داستان یا داستان هایی هستند که خودم را بخشی از آن می دانم؟» اگر هیچ داستان برجسته ای برای من وجود ندارد، پس زندگی بی معنی است؛ اما

زندگی بی معنی به نظر نمی‌رسد. این داستان‌ها به روشی ساده اما به طرز بی‌نهایت پیچیده، روایتی زنده را ارائه می‌دهند. آن‌ها افق معنا و مفهوم زندگی ما را تأمین می‌کنند، نه فقط زندگی فردی ما بلکه زندگی مشترک ما را.» این داستان‌ها یک درام اخلاقی عالی را توصیف می‌کنند که یک درام فردی نیست بلکه یک درام مشترک است. ما هنوز بخشی از این درام هستیم، همان‌طور که جیبر کرو آن را بیان کرد، خلق شده و هنوز هم خلق می‌شود.

زیارت ایمان

زیارت سفری است که در پاسخ به یک داستان انجام شده است. من در یک خانه یهودی بزرگ شده‌ام، به این معنی که در دل اسطوره خروج^{۲۶} بزرگ شده‌ام. نکته شگفت‌انگیز در مورد خروج این است که داستانی است که صرفاً اتفاق افتاد تا نقل شود. خداوند به موسی دستور می‌دهد قبل از این که واقعاً رهایی را عملی کند، داستان رهایی را بازگو کند.

من به عنوان یک جوان نمی‌دانستم که آیا هرگز مردی به نام موسی وجود داشته است؟ یا این که یهودیان در مصر به بردگی گرفته شده بودند یا نه؟ تمایل داشتم که به آن شک کنم. فکر می‌کردم باید شواهد باستان‌شناسی بیش‌تری وجود داشته باشد تا بتوان آن را به عنوان حقیقت پذیرفت.

رحمت

نکته عجیب دیگر درباره داستان خروج من این است که در نهایت به کلیسا ختم شد. یکی از راه‌های همگن‌سازی یهودیان نیویورک در اواسط قرن بیستم، پذیرش آنگلو فیلی بود. اشرافیت انگلیسی ظریف، نجیب و سرسخت انگار دورترین نقطه ممکن از تبهکارهای ستیزه‌جوی اوکراینی بود. گذشته‌ای که یهودیان آمریکایی از آن فرار می‌کردند.

گروه خاصی از یهودیان آنگلو فیل شدند. شعار این بود: «یهودی فکر کن، بریتانیایی عمل کن.» یهودیانی چون آیزایا برلین، گرتروید هیملفراب و لایونل تریلینگ به دیکنز، شکسپیر، برک و جین آوستین توجه نشان می‌دادند. والدین یهودی با این امید که هیچ‌کس متوجه نشود پسران آن‌ها یهودی هستند، نام انگلیسی بر فرزندانشان نهادند؛ نورمن، ایروینگ، میلتن، سیدنی و لیونل. (البته تأثیری نداشت، اکنون همه به این نام‌ها به عنوان اسامی یهودی نگاه می‌کنند.)

والدین من ادبیات و تاریخ عصر ویکتوریا را مطالعه می‌کردند. من لاک‌پشت‌هایم را به نام دو نخست‌وزیر ویکتوریا، دیزرائلی و گلدستون نامگذاری کرده بودم. شعرهای موجود در خانه ما از

آنودن بود. من دوران کودکی خود را با مفاهیم کلیسای اسقفی سپری کردم. مهد کودک من نامش سنت جورج بود. مدرسه ابتدایی من مدرسه کلیسای گریس، در برادوی پایین در منهتن بود. اردوگاه تابستانی من که پانزده سال در آن شرکت کردم و مرکز کودکی من بود، اردوگاهی بود که توسط کلیسای تجسن در خیابان مدیسون حمایت مالی می شد.

ما هیچ وقت نمی توانیم بدانیم که چگونه لحظات گران بهای کودکی زندگی را شکل می دهد. تأثیرات در آن وارد شده و بسیار عمیق در آن کاشته می شوند، دشوار است سازوکاری را که با آن قدرت آن ها شکل می یابد، مشاهده کنید؛ اما یادم است که هر روز صبح در مدرسه کلیسای گریس در محل عبادت می نشستم، سرودها را می خواندم و دعا می کردم و مهم تر از همه، به طاق های گوتیک حیرت انگیز محراب خیره می شدم. من عاشق ترانه ها بودم اما این معماری بود که حس پرواز به من می داد؛ بافت در هم پیچیده ستون ها، قهرمانان کتاب مقدس که از شیشه های رنگ آمیزی شده به پایین نگاه می کردند و نیمکت های ساخته شده از چوب تیره. من در یک افسانه زندگی می کردم، سرزمینی از شخصیت های بی زمان، نیروهای پنهان، جوانمردی و با عمق بی نهایت.

اولین تالوهای ایمان از جانب معماری به من رسید، در آن صبح ها در گریس و سپس سال ها بعد در چارترس. کلیسای گریس در تقاطع خیابان دهم و برادوی نزدیک کتابفروشی استرند قرار دارد. آن جا قسمتی عادی و شلوغ از منهتن است و در واقع انگار خیابان برادوی طوری ساخته شده که آن را هم در خود جای دهد؛ اما ترک کردن پیاده رو و ورود به کلیسا مثل این است که به داستانی عمیق تر برویم. پادشاهی بهشت در نمای این ساختمان اعلام شده است. وقتی از درگاه وارد می شوید دنیای بیرون رخت بر می بندد و سکوتی احترام آمیز همه جا را فرا می گیرد. شما حرکتی آرام را در راهرو به سوی محراب پی می گیرید و قهرمانان آیین مسیحیت را در حجره ها و پنجره های هر دو طرف مشاهده می کنید. لحظه روشنایی در گذرگاه وجود دارد، چرا که نور از همه جهات جاری می شود و پس از آن می چرخید و شکوه و جلال پنجره های رز را می بینید. گریس یک کلیسای بزرگ نیست، اما به نظر من فضایی به بزرگی بی نهایت بود.

من در گریس دعای پروردگار، سرودها و مجالس را یاد گرفتم و البته با داستان عیسی آشنا شدم. می دانستم که او عضو تیم دیگری بود. در آن زمان تعداد زیادی از یهودیان در گریس حضور داشتند و ما وقتی نام او در سرودها می آمد، نامش را نمی خواندیم. یادم می آید که در این لحظه گویی

صدای کل کلیسا را کم کرده باشند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

در حالت کلی خود، داستان عیسی اسطوره‌ای بسیار آشنا است که احتمالاً در همه فرهنگ‌ها ظهور می‌کند؛ شهر به واسطه شکاف‌ها و انتقام‌جویی و ضد انتقام‌جویی از پای درآمده است. تنها راه پاک کردن نفرت و تفرقه، ریختن گناهان جامعه بر سر یک قربانی است. تنها راه برای زدودن نفرت و تفرقه این است که با انباشتن گناهان بر سر این قربانی گناهان را از جامعه خارج و آن را تطهیر کرد. این است که با کشتن قربانی به وحدت دست می‌یابیم.

عیسی مسیح یک قربانی کلاسیک است، بی‌گناهی بیگانه است که همه گروه‌ها می‌توانند در عطششان برای خون‌ریزی دور آن جمع شوند و نفرت خود را بر او آوار کنند. تنها چیزی که در مورد داستان عیسی مسیح تفاوت دارد - و این یک تفاوت بزرگ است - این است که در این داستان عیسی دقیقاً به زمین آمد تا قربانی شود. او داوطلب این کار شد، کسانی که او را اعدام کردند بخشید و با آمادگی گناهان جهان را بر دوش خود گذاشت. او دقیقاً آمد تا خم شود، رنج بکشد و دنیا را نجات دهد. او نیامده بود که مسیح نجات‌دهنده و فاتحی که اکثر ما می‌خواهیم باشد، بلکه آمده بود که بره‌ای تسلیم باشد و دشمنانش را دوست بدارد. او نیامد که قربانی گناه شود بلکه راه حل گناه باشد. قدرت او فداکاری بود و اسلحه او عشق تا ما بتوانیم با اتکا به آنها زندگی کنیم. این یک پیچش هوشمندانه در داستان است.

دوزیستان

در دنیای نیمه‌سکولار من در جامعه یهودیان نیویورک، ما مردم بودن را بر دین و ایمان خود مقدم می‌دانستیم. ما در سایه هولوکاست زندگی می‌کردیم، بنابراین بقا و ادامه حیات دست کم گرفته نمی‌شد. ما تلاش، کار، هوش‌مندی، نظم و انضباط، موفقیت و پیروزی را جشن می‌گرفتیم. در سنت خاخام‌ها وجهه مسیحایی فقر و درستکاری با بیچارگان و بی‌نویان همراه بود؛ اما این روشی نیست که یهودیت در فرهنگ آمریکا زندگی می‌کند. ما به دنبال دستاورد بودیم.

اما داستان عیسی در مورد دستاوردهای دنیوی نبود. تقریباً برعکس آن بود. عیسی فرو افتاد تا بلند شود. او درگذشت تا دیگران زندگی کنند. در روایت مسیحی، فقرا به خدا نزدیک‌تر هستند، نه موفق‌ها. بچه‌ها نزدیک‌ترند نه والامرتبه‌ها، بردباران و رنج‌دیدگان مشمول رحمت الهی‌اند؛ جذامیان، مجروحان و آنانی که درد می‌کشند. عیسی به ثروت‌مندان و قدرت‌مندان بی‌علاقه بود، کسانی که می‌توانستند خیلی از خیرها را برای او انجام دهند و همه چیز در جهان خارج به دور آن‌ها می‌گشت. او به سمت پایین کشیده شد؛ به فاحشگان، به فراموش‌شدگان و بیوه‌ها.

در داستان دوران کودکی من، افرادی که با زور و فشار راه خود را باز می‌کردند از برکت برخوردار می‌شدند و به موفقیت می‌رسیدند؛ اما راه مسیحیان راه کوچک بودن است؛ اعمال کوچکی از مهربانی بی‌پیرایه با عشق فراوان. در دنیای من شما مالکیت زندگی خود را به دست می‌آوردید و قرار می‌یابید؛ اما در مسیحیت شما حتی صاحب خودتان هم نیستید. استعدادهای شما فقط در درون شما جاری می‌شوند. خود را به کسی که شما را ساخته است می‌بخشید.

در دنیای کودکی من، شما خود را از بردگی ظلم و ستم مردان دیگر رهایی بخشیدید. عیسی نیز بردگان را از بردگی می‌رهاند، اما این یک نوع متفاوت از برده داری است؛ بردگی غرور، بردگی نفس و بردگی خود. در دنیای من عقل تکریم می‌شد اما در دنیای مسیحیت خداوند آن‌چه را که در جهان احمقانه بود برای گیج و مبهوت کردن خردمندان برگزیده بود و برای شرمسار کردن قدرت‌مندان، ضعفا را برگزید. در این قاموس این رنج دیدگان و بی‌دست و پایان هستند که زمین را به ارث می‌برند.

من از آن زمان تا حالا یک موجود دوزیست بوده‌ام که نیمی از زندگی را در آب و نیمی دیگر را در خشکی گذرانده‌ام. ای کاش می‌توانستم گیج شدن ناشی از این دو داستان متفاوتی که در ذهنم پیچیده بودند را بیاد بیاورم؛ اما حقیقت این است من واقعاً چنین چیزی را به یاد نمی‌آورم. من صرفاً در یک دوگانگی بزرگ شده‌ام.

یهودیت از طریق اصل و نسب گران‌بهای خانواده و قوم و خویش‌هایمان به ویژه همه آن عموها و عمه‌ها با نام‌های عجیبشان و نشستن و فریاد زدنشان به دور میز آشپزخانه به من رسیده بود. مسیحیت اما مانند دستی بود که دور گردنم افتاده بود، یک آغوش.

از شش سالگی، تابستان خود را در اردوگاه تجلی^{۲۷} می‌گذراندم، دو ماه در سال که ده ماه دیگر را تحت الشعاع قرار می‌داد. این اردوگاه به شکلی تقریباً پیشرو وابسته به کلیسای اسقفی بود. ما از خواب برمی‌خاستیم و سعی می‌کردیم بدرخشیم و جلال خود را به خداوند هدیه کنیم، تنها افراد به‌طور واضح مذهبی در آن‌جا هیپی‌های مسیحی‌ای بودند که گیتار می‌زدند، علف می‌کشیدند و عشق خود را به عیسی مسیح از طریق مدل موهایشان ابراز می‌کردند؛ اما بقیه افراد در آن‌جا به‌طور ضمنی و پنهانی مسیحی بودند. تعداد زیادی کودک واعظ آن‌جا بود که با کتاب مقدس بزرگ شده بودند و در بسیاری از موقعیت‌ها از آن مثال می‌آوردند. هیچ موفقیت یا شکستی در آن اردوگاه رخ نمی‌داد، حتی داشتن یا نداشتن جایگاه هم در آن موضوعیتی نداشت. تنها عشق بود که به طرزی

آرام و مبهم در جریان بود.

ما در خیمه‌ها زندگی می‌کردیم، وعده‌های غذایی‌مان را روی آتش می‌پختیم، شنا می‌کردیم و در دریاچه‌ای به طول یک مایل قایق‌رانی می‌کردیم و این صمیمیت را به ما تحمیل می‌کرد. تجلی موفق‌ترین جامعه از نظر همگن‌سازی اجتماعی بود که من تاکنون تجربه کرده‌ام. نیمی از اردوگاه‌نشینان از وست‌چستر یا مدارس خصوصی فانتزی در منهتن بودند و نیمی دیگر از فقیرترین مناطق بروکلین و برانکس. ما شجاعت را آموختیم؛ یاد گرفتیم از صخره‌های اطراف دریاچه بالا برویم، در مسیرهای تند و پرشیب قایق‌رانی کنیم و نیمه‌شب از اردوگاه بیرون بزنیم تا در کنار دوست دخترهایمان باشیم.

هر آداب و رسوم قابل توجهی که در ورود نوجوانان به بزرگسالی قابل تصور است در آن‌جا اتفاق افتاد؛ کشیدن علف، اولین نوشیدنی، اولین بوسه، بیس‌بال بازی کردن. نخستین احساسات متافیزیکی نیز در آنجا اتفاق افتاد؛ احساس دیدن یک کوه در هنگام طلوع آفتاب وقتی سوار بر قایق بودیم، احساس این که یک تخته سنگ ساده چگونه مسحورمان می‌کرد وقتی محلی بود که شما در آن اولین تجربه‌های عشق نوجوانانه را داشتید. من دوستان کمی از دبیرستان یا دانشگاه دارم، اما حدود چهل یا پنجاه دوست قدیمی از دوران اردوگاه دارم و ده‌ها سال است که آن‌ها حتی نمی‌دانستند که "بروکسی" نام کوچکی هم دارد!

افراد زیادی بودند که در آن اردوگاه تأثیری از خود به‌جای گذاشتند، اما من فقط یک مشاور و مدیر واحد به نام وس ووبن‌هورست را انتخاب خواهم کرد. او مردی عظیم‌الجثه، ورزشکار و عجیب و غریب با اخلاقی کودکانه بود. حرف زدن با او یک‌سره شور و شوقی فراوان بود، همراه با سوت‌ها، تعجب‌های عجیب و غریب، خنده‌های ناگهانی و تشویق‌های دلگرم‌کننده. او همیشه حرف خودش را با چیز دیگری که در میانه راه باعث خوشحالی و شغف ناگهانی‌اش می‌شد قطع می‌کرد. او بیش از شصت سال زندگی کرده بود و در تاریک‌ترین نقاط جهان قدم زده بود، اما فکر نمی‌کنم هرگز یاد گرفته باشد که به شکلی جدی که بزرگسالان صحبت می‌کنند، حرف بزند. بخشی از وجود او برای همیشه یک کودک مقدس بود.

من توانسته‌ام افرادی را که شخصیتشان در یک اردوگاه شکل یافته است، بشناسم و آن‌ها اغلب آن‌چه را که وس از آن بهره‌مند بود در خود داشتند؛ شور و شوق ناگهانی، یک حس نور مانند که به اطراف می‌تابانند، لباس‌هایی که بیشتر از کفش‌های ورزشی قدیمی، شلوارک‌های سوراخ شده و

تی شرت‌های پاره شده تشکیل می‌شد. وس بعداً یک کشیش اسقفی شد. او به فقرا در هندوراس خدمت می‌کرد و قربانیان خشونت خانگی را تسکین می‌داد. خدای او خدای عشق بود و زندگی او در اردوگاه در حکم یک تمرین برای انجام ماموریت عاشقانه‌اش بود. او به قول خودش مردی برای دیگران بود؛

«صبح با اشتیاق را از خواب بیدارتان می‌کند و هر شب شما را در رخت‌خواب می‌خواند، بهترین پاسور در زمین بسکتبال که تابه‌حال با آن روبرو شده‌ام. وقتی کسی کاری خارق‌العاده و احمقانه انجام داد، فقط لبخند می‌زد و از غریب بودن زندگی آهی می‌کشید.»

وقتی من هفده ساله بودم و او شاید ۲۵ سال داشت، روزی ما در یک زمین بازی قدم می‌زدیم و او به من گفت که من روزی مشهور می‌شوم. آن زمان من حرفش را به عنوان تعریفی از خودم در نظر گرفتم؛ اما ده‌ها سال بعد، در روز مرگش با او در آنپولیس دیدار کردم. وس دیگر حرف نمی‌زد، فقط اشاره می‌کرد و آواهایی نامفهوم از دهانش خارج می‌شد. واقعاً نمی‌توانم بگویم که آیا چیزی را که به او گفتم فهمیده یا خیر، در مورد مسیر پر پیچ و خمی که به سوی ایمان داشته‌ام و در مورد عشق‌هایی که در زندگی داشتم اما وقتی از بیمارستان دور می‌شدم به ذهنم خطور کرد که شاید هشداری در پیش‌بینی اولیه او از من وجود داشته باشد. وس از چشم‌اندازی مسلط بر زندگی من ناظر بود که من آن موقع آن را نمی‌فهمیدم.

دین آن‌قدر که فکر می‌کنید، تعداد زیادی آدم واقعاً خوب مانند وس تولید نمی‌کند. افراد متدین به قدری از مقدس بودن و خوبی‌ها و عشق صحبت می‌کنند که شما گمان می‌کنید که آن‌ها بافضیلت‌تر از بی‌خدایان و ندانم‌گرایان خواهند بود؛ اما به تجربه من آن‌ها چنین نیستند و برخی از افراد مذهبی مانند کشیش‌های کاتولیکی که کودکان خردسال را طعمه نفسانیات خود می‌کنند، زندگی بسیار مذهبی‌ای دارند که از قضا بسیار بد و شرورانه است.

اما فکر می‌کنم ادیان مردم را به سمت دیدگاه‌های خاصی نسبت به خوبی‌ها سوق می‌دهند. وقتی بزرگ می‌شدم، من یک نوع خوبی را در شکل کلیشه‌ای یهودی آن تجربه کردم. این چشمان خندان یک روحانی خردمند است که از لابه‌لای ریش‌هایش کلامی مهربانانه به سوی شما روانه می‌کند. این یک خوبی زمینی، یک خیر مردمی است و خوبی‌های غنی و دربرگیرنده‌ای است که در خانواده‌ای دیده می‌شود که برای یک وعده غذایی در یک عید مذهبی در کنار هم جمع می‌شوند.

نوع خوبی وس، نوع دیگری از خوبی بود و من آن را به عنوان یک عطر و مزه مسیحی از خوبی ها در نظر می گیرم. این شکل از خوبی ساده، صمیمانه، شاد، خالص، سرشار از شمع و غرق کردن خود در موهبت عشق است. وس فقط این قدرها هم به فکر خودش نبود. شاید به دلیل این که با آن بزرگ شدم، مفهوم خوبی یهودی برای من معنی دیگری دارد. خیر قدرت ایجاد شوک دارد. همان طور که دوروتی دی گفت: «به مسیحیان دستور داده می شود به شکلی زندگی کنند که جز در صورت وجود خدا معنایی نداشته باشد.»

شهر کتاب (inbookcity.com)

بعضی اوقات بودن در کنار خیر سخت و دشوار است. گاهی وقت‌ها به نظر می‌رسد از این جهان نیست. به عنوان مثال ژان وانیر از سال ۱۹۴۲ هفت سال را در نیروی دریایی انگلیس گذراند. بعداً در زندگی او متوجه شد که چگونه افراد دارای ناتوانی ذهنی به واسطهٔ بدرفتاری و سوءاستفاده از طرف جامعه به آسایشگاه‌های افتضاح منتقل می‌شوند. وی از این آسایشگاه‌های روانی بازدید کرد و متوجه شد که هیچ‌کس در آن‌ها گریه نمی‌کند. وی گفت: «وقتی کودکان متوجه شوند که هیچ‌کس اهمیتی نمی‌دهد، هیچ‌کس به آن‌ها پاسخ نمی‌دهد، دیگر گریه نمی‌کنند. گریه انرژی زیادی می‌گیرد. ما گریه می‌کنیم فقط هنگامی که این امید وجود داشته باشد که کسی ممکن است ما را بشنود.» او خانه‌ای کوچک در پاریس خرید و اجتماعی را برای کم‌توانان ذهنی بنیان نهاد و پس از مدتی کوتاه در ۳۵ کشور جهان ۱۳۴ اجتماع مانند این به وجود آمد.

وانیر جلوه‌ای از از خودگذشتگی را عرضه می‌کند که تقریباً رعب‌آور جلوه می‌کند. او بسیار اندک به خودش فکر می‌کند و به آن اهمیت می‌دهد و زیستن را یک موهبت محض می‌بیند. افرادی که وی را ملاقات کرده‌اند گزارش کرده‌اند که چنین دیدگاهی می‌تواند تأثیر ناگواری داشته باشد. وانیر خود را از جامعه‌ای که افراد موفق و قدرت‌مند را ارج می‌نهد بیرون کشید و زندگی خود را صرفاً وقف ضعیف‌ترها کرد. او این کار را کرد زیرا ضعف خودش را می‌فهمید. وی نوشت: «ما انسان‌ها همه اساساً یکسان هستیم. همه ما متعلق به یک بشریت مشترک اما شکسته هستیم. همه ما قلبی زخمی و آسیب‌پذیر داریم. هر یک از ما باید احساس کنیم که درک شده‌ایم؛ همه ما به کمک احتیاج داریم.»

او همچنین زیبایی ضعف را درک می‌کند. «ضعف قدرتی پنهان در درون خود دارد. مراقبت و اعتمادی که از ضعف سرچشمه می‌گیرد، می‌تواند قلب را باز کند. کسی که ضعیف‌تر است می‌تواند قدرت را در کسی که قوی تر است بیدار کند.»

یکی از افرادی که تحت تأثیر وانیر قرار داشت هانری نوون بود که جایگاهش به عنوان مدرس در دانشگاه هاروارد و بیل را ترک کرد تا بتواند در یکی از اجتماعات وانیر به نام L'Arche زندگی کند و به معلولان ذهنی‌ای کمک کند که برخی از آن‌ها آن قدر وضعیت ناگواری داشتند که حتی قادر به تشکر از او نبودند.

هنگامی که نوون از جامعه L'Arche خارج شد تا برای مخاطبان گوناگون صحبت کند، اغلب بیمارانی را در این سفرها همراه با خود می‌آورد. یک‌بار در سفر به واشنگتن مردی به نام بیل را با

خود آورده بود. وقتی نوون برای ارائه سخنان خود بر روی سن حاضر شده بود، بیل را نیز با خود روی سن برد. هنگامی که نوون در حال تکرار سخنان آشنای خود بود، بیل به حضار اعلام کرد: «من قبلاً این‌ها را شنیده‌ام!» هنگامی که سخنان نوون به پایان رسید و حضار ایستاده او را تشویق می‌کردند، بیل اعلام کرد که او نیز دوست دارد سخنرانی کند. وحشتی کوچک ذهن نوون را فرا گرفت. خدای من! قرار است بیل چه بگوید؟ ممکن است چرت و پرت بگوید و بی‌آبرویی به بار بیاورد؛ اما نوون دریافت که تصور حضار بر این است که بیل حرف مهمی برای گفتن ندارد و او را به سمت میکروفون هدایت کرد.

بیل گفت: «دفعه قبل وقتی هنری به بوستون رفت، جان اسملتزر را با خود برد. این بار او خواست که من با او به واشنگتن بیایم و بسیار خوشحالم که در اینجا با شما هستم. خیلی ممنونم.» حضار بلند شدند و بیل را هم ایستاده تشویق کردند.

پس از آن بیل از شخصی سراغ شخص دیگر رفت و به همه سلام کرد. صبح روز بعد هنگام صبحانه، او پای تمام میزها رفت و از همه افرادی که ملاقاتشان کرده بود خداحافظی کرد. در راه پرواز به خانه، وی از نوون پرسید که آیا این سفر را دوست داشته است؟ نوون پاسخ داد: «اوه بله. این یک سفر شگفت‌انگیز بود و من بسیار خوشحالم که شما با من آمدید.»

«و ما این کار را با هم انجام دادیم، مگر نه؟»

سپس نوون به سخنان عیسی مسیح فکر کرد: «جایی که دو یا سه نفر به نام من دیدار می‌کنند، من در میان آن‌ها هستم.»

بزرگ‌سالی

به نظر می‌رسد من زندگی‌ام را به شکلی می‌گذرانم که دوستم ماکو فوجیموری آن را "راه رفتن روی مرز" می‌نامد، قدم زدن تا همیشه در خطی بین جهان‌هایی متفاوت. از نظر سیاسی، من کاملاً چپ و یا راست نیستم. از نظر حرفه‌ای هم کاملاً آکادمیک و یا کاملاً روزنامه‌نگار نیستم. از نظر خلق و خو، من کاملاً آدم منطقی‌ای نیستم اما کاملاً هم احساساتی و عاطفی نیستم.

کسی باید بر سرم فریاد بکشد: «تصمیم لعنتی‌ات را در مورد چیزی بگیر!» و گاهی تعجب می‌کنم که آیا این ناشی از گذراندن دوران کودکی‌ام در تقاطع بین دو زیست بزرگ و گوناگون اخلاقی است یا خیر. من می‌دانم که در تنوری هم یهودیت و هم مسیحیت هر دو گروه باشکوه و فروتن،

آرزوی افتخار و تسلیم‌شدگی مقدس را شامل می‌شوند؛ اما من در یک کتاب الهیات بزرگ نشده‌ام. من در نسخه آمریکایی اواخر قرن بیستم یهودیت و نسخه اواخر قرن بیستم مسیحیت بزرگ شدم. من به عنوان مسیحی‌ترین یهودی روی زمین و یا یهودی‌ترین مسیحی بزرگ شده‌ام. این عقبه من را از دورانی که در آن مطمئن شده بودم خدا وجود ندارد نجات داد.

من با توصیف چند دهه بی‌خدایی خود حوصله‌تان را سر نمی‌برم. آن‌ها می‌گویند که دین افیون توده‌ها است، اما من زندگی به عنوان یک بی‌خدا را به طرز حیرت‌انگیزی بی‌دغدغه و کسالت‌بار یافتم. من البته در حضور دین بودم. تقریباً همه دوستان نزدیک من یهودی بودند. از همان نگاه اول این موضوع غریب می‌نمود. ما با یک زبان صحبت کردیم و شوخی‌هایی مشابه می‌کردیم؛ اما مسیحیان کشش مغناطیسی خود را داشتند؛ نوشته‌های رینهولد نیبور، نقاشی‌های فرا آنگلیکو، استاد من ویلیام اف. باکلی.

در کالج من با یک زن قدرت‌مند و باهوش آشنا شدم و بعدتر ازدواج کردم. ما در یک کلیسای یونیتارین ازدواج کردیم، اما چند سال بعد او به یهودیت گروید، به کنیسه ما رفت و تصمیم گرفت که می‌خواهد خانه‌مان را کوشر نگه داشته و فرزندانمان را به مدارس یهودی بفرستیم. من در یک مسیر دور از یهودیت قرار گرفته بودم، اما اکنون دوباره به آنجا برگشته بودم. ما به زندگی هلاخایی رسیدیم؛ زندگی قوانین کوشر، ممنوعیت‌های عجیب، اجتماع غنی و تعطیلات یهودی.

تعهد او به یهودیت عمیق و چشم‌گیر است و با گذشت هر سال عمیق‌تر می‌شود. ما غالباً در مورد این امور ارتباط برقرار نمی‌کنیم اما وقتی که این کار را انجام می‌دهیم، او عقل و دانش فراوانی نشان می‌دهد. اکنون زندگی وی یک‌سره در خدمت مطالعه و خدمت به تورات، یهودیت، دوستان و جامعه پیرامونش است.

نگرش من نسبت به قوانین میان نارضایتی خشم‌آلود و احترام عمیق متغیر بود. من از سنتی که می‌تواند به قانون‌گرایی خشک و کودکانه فرو رود متنفر بودم؛ اما به این امر احترام می‌گذاشتم که یهودیت برای هر مناسبت چه آیینی دارد. ایده این است که تغییر رفتار مقدم است و باعث تغییر درونی می‌شود (عقیده‌ای که روان‌شناسی تجربی نیز آن را پشتیبانی می‌کند). جوزف سولووتچیک می‌نویسد: «وقتی انسان مومن به واقعیت می‌رسد با تورات خود که از سینا به او داده شده، می‌آید. او جهت‌گیری خود نسبت به جهان را با استفاده از قوانینی ثابت و اصولی محکم تنظیم می‌کند. مجموعه‌ای از احکام و قوانین او را در مسیر منتهی به وجود راهنمایی می‌کند. وقتی به افق نگاه

می‌کند و طلوع و غروب خورشید را می‌بیند، می‌داند که هر موقعیت با فرمانی همراه است که باید انجام شود. هنگامی که با چشمه‌ای برخورد می‌کند، می‌داند که برای چه چیزی می‌تواند از آب آن استفاده کند؛ غسل، کفاره گناه، نوشیدن. او برای هر مناسبت شکرگزاری خود را دارد و برای هر عملی دعا می‌کند.»

سولووتچیک این‌طور ادامه می‌دهد که این آیین‌ها و دعاها ریشه در زندگی زمینی دارد. یهودیت «دین مشخصی است، دینی از زندگی حواس که در آن بینایی، بویایی و لامسه وجود دارد، دینی که انسان با گوشت و خون خود و با تمام حواس و تار و پودش با تمام اندام‌ها و با تمام وجودش می‌تواند آن را احساس کند.» در عین حال این دستورات به سمت ایده‌آل و بالا نیز می‌روند. آن‌ها یک استاندارد ایده‌آل را حفظ می‌کنند و رابطه بین واقعیت و الوهیت ما را توصیف می‌کنند. سولووتچیک ادامه می‌دهد: «تعالی در اعمال انسان تجسم می‌یابد، اعمالی که با نظم مادی قانون‌مندی شکل می‌گیرد که انسان جزئی از آن است.»

گاه مسیحیت به زندگی من سر می‌زد. به عنوان مثال در یک مهمانی در سال ۲۰۰۴ شخصی نامی ناآشنا به نام جان استوت را ذکر کرد. با دوستی به نام مایکل کرومارتی تماس گرفتم که به من گفت اگر پروتستان‌ها پاپ داشتند، استوت پاپشان بود. وی احتمالاً تأثیرگذارترین فعال انجیلی^{۲۸} بود. من کمی تحقیق کردم و فهمیدم که به جز یک استثنا در سال ۱۹۵۶ نام او هرگز در نیویورک تایمز ظاهر نشده است؛ بنابراین تصمیم گرفتم درباره او یاد بگیرم و ستونی بنویسم با عنوان «جان استوت کیست؟»

برای هر کسی که در فرهنگ سکولار زندگی می‌کند، اولین برخورد با یک مسیحی باهوش و خوشحال به عنوان یک شوک به وجود می‌آید. ما عادت کرده‌ایم آدم‌هایی مثل فرانکلین گراهام یا پت رابرتسون را مورد بررسی قرار دهیم اما این که با یک مسیحی روبه‌رو شوید که خیلی دوست داشته باشید جای او باشید چندان معمول نیست. من نوشتم: «صدای استوت دوستانه، مؤدب و طبیعی است. فروتن و منتقد خود است اما همچنین مطمئن، بانشاط و خوش بین است. مأموریت استوت این است که همه پوسته‌ها را سوراخ کرده و ارتباطی مستقیم با عیسی مسیح را با دیگران به اشتراک بگذارد. استوت می‌گوید پیام اصلی انجیل آموزه‌های مسیح نیست بلکه خود عیسی مسیح و شخصیت انسانی/الهی اوست. او همیشه مردم را به واقعیت مشخص زندگی و فداکاری عیسی فرا می‌خواند.» مسئله او پرداختن به ذهن مسیح است.

وقتی استوت به واشنگتن آمد، از من خواست که با او ناهار بخورم. من سال‌ها بعد پس از درگذشت استوت فهمیدم که او مدتی را در تعمق، دعا و گفت‌وگو با دیگران گذراند تا دریابد که چگونه ناهار خود را با من برگزار کند. او به دوستانش گفته بود که آن‌طوری که من آن مطلب را نوشته بودم باعث شده بود در او نوعی احساس لرزش ایجاد شود. هنگام ناهار کمی صحبت کردیم و بعد او مستقیم و سخت از من سؤال کرد که اعتقاداتم چگونه است؟ از من پرسید که در سفر ایمان خود کجا هستم. نظر من درباره انجیل چیست؟ نظرم درباره یهودیت چیست؟ به من گفت که او چیزی را در من احساس می‌کند، نوعی حرکت به سمت خدا. فکر می‌کردم ما آن‌جا هستیم تا در مورد او صحبت کنیم، اما او فقط به صحبت در مورد من علاقه داشت.

مضطرب شدم. احساس کردم چیزی وجود داشته که احساسش نکرده بودم یا حقیقتی بوده که نخواستم با آن روبه‌رو شوم. احتمالاً می‌بایست به‌طور ناخودآگاه می‌دانستم که دنبال این موضوع رفتن تا چه حد در زندگی‌ام ایجاد مشکل و آشفتگی می‌کند؛ بنابراین در را بستم و چراغ را خاموش کردم.

اما ترک‌های دیگری هم شروع به ظاهر شدن کردند. در ابتدا هرازگاهی و سپس پیوسته و یک‌سره. لحظاتی از تعالی معنوی به‌عنوان زیبایی مسحورکننده به سراغم آمد. هر بار که از کلیسای جامع چارترز بازدید می‌کنم مانند یک نقطه ارتباط بین جهان و برخی امور از عالم غیب، من را مسحور خود می‌کند. کتابی نوشتم که در آن افراد شگفت‌انگیز را فهرست کردم. حدود دو سوم آن‌ها سکولار بودند اما دوروتی دی هم در میان آن‌ها بود، یکی از غنی‌ترین افراد از نظر عاطفی و عمیق از نظر روحانی که با آن‌ها روبرو شده‌ام. دی با تولد فرزندش ایمان را پیدا کرد؛ چنان شادی‌ای را احساس کرد که به عبادت، تشکر و ستایش نیاز داشت. او زندگی خود را وقف ایمانش کرد و به خدمت به فقرا و زندگی با افراد بی‌بضاعت پرداخت.

رابرت کولز در اواخر عمر دی از او پرسید که آیا برنامه‌ای برای نوشتن خاطراتش دارد؟ او یک نویسنده عالی و پرکار بود، بنابراین پرسیدن چنین سوالی طبیعی بود. او به کولز گفت که یک بار فکر کرده بود که این کار را انجام دهد و یک کاغذ را بیرون کشیده و نوشته: «یک زندگی به یاد آورده شده.» سپس گفت «من فقط آنجا نشستم و به پروردگارمان و دیدار ما با او در تمام قرن‌های قبل اندیشیدم و به خودم گفتم شانس بزرگ من این بود که او را در این مدت طولانی در ذهنم داشته باشم.» او احساس کرد نیازی به نوشتن چیزی ندارد.

داشتن چنین آرامش و آسایش خاطری چه حسی دارد؟

شخصیت دیگر کتابم سنت آگوستین، مردی با درخششی نفس‌گیر بود. صحنه تحول آگوستین مشهور است، حتی مشهورتر از دعاهایش. من تحت تاثیر دعاها و قرار گرفتم. دعای مورد علاقه من دعایی به نام «وقتی خدای خود را دوست دارم چه چیزی را دوست دارم؟» است.

نه زیبایی جسمی است و نه شکوه موقتی و نه درخشندگی نوری عزیز در برابر چشمان خاکی و نه ملودی‌های شیرین انواع آهنگ‌ها، نه بوی ملایم گل‌ها و مرهم‌ها و عطرها، نه گزائگین یا عسل و نه دست‌هایی که از آغوشی استقبال کنند؛ وقتی خدای خودم را دوست دارم، این‌ها نیستند که دوستشان دارم. با وجود این، وقتی که من خدایم را دوست دارم، نوری هست است که آن را

دوست دارم و یک غذا و یک آغوش است که دوست دارم. یک نور، صدا، بو، غذا، آغوش انسان درونی من، جایی که روح من پرت می‌شود از نوری که فضا نمی‌تواند آن را در خود جای دهد، جایی که صدایی وجود دارد که زمان نمی‌تواند آن را در خود جای دهد، جایی که عطری وجود دارد که هیچ نسیمی آن را پراکنده نمی‌سازد، جایی که طعمی وجود دارد که هیچ غذایی نمی‌تواند آن را در خود جای دهد، در آن جا پیوندی از یگانگی وجود دارد که هیچ بی‌نیازی نمی‌تواند آن را از بین ببرد. این چیزی است که من وقتی خدای خود را دوست دارم، دوست دارم.

با خواندن در مورد دی و آگوستین، با حسی مواجه می‌شوم که میلیون‌ها نفر احتمالاً بعدها هنگام برخورد با پاپ فرانسیس با آن‌ها روبرو می‌شوند. حتی اگر به هیچ‌وجه هیچ اعتقادی نداشته باشید، دیدن شخصیتی که مانند عیسی مسیح رفتار می‌کند برایتان تکان‌دهنده خواهد بود. پس از خواندن در مورد آن‌ها قلب و روحم گره خورده بود، اما گاهی زیبایی اخلاقی این گره را شل می‌کرد.

می‌توانم بگویم در آن روزها من معتدلانه هواخواه ایمان بودم اما خودم هیچ ایمانی نداشتم. من یکی از آن دسته از افرادی بودم که از نظر تئوری دین را تأیید کردم و فکر کردم تأثیر خوبی بر سایر افراد دارد اما خودم به آن اعتقادی نداشتم. در اکثر موارد دین را به عنوان یک مجموعه مفید از فوت و فن‌هایی برای خودیاری تجربه کردم. به عنوان مثال شش ماه اول من به عنوان مقاله‌نویس در نیویورک تایمز سخت‌ترین ماه‌های زندگی حرفه‌ای من بود. من هرگز در مقیاس گسترده مورد تنفر نبودم. موضوع اصلی صندوق پیام‌های دریافتی ایمیل من این بود که پل کروگمن عالی است، تو افتضاحی. منتقدان من نه تنها خصمانه بلکه به طور مؤثر خصمانه بودند و دقیقاً به آن نقاط حساسی از وجود من هجوم می‌بردند که باعث می‌شد احساس ناامنی، بی‌دست و پایی و بی‌فایده‌گی کنم. من دریافتم که تنها نگرش مناسب این است که دشمنانم را دوست بدارم. با آن‌ها مانند افرادی رفتار کنم که به طرزی عجیب و غریب خودشان را به شما هدیه می‌دهند. هر نگرش دیگری - نفرت نسبت به آن‌ها یا ترس از آن‌ها - یک خودکشی عاطفی است.

روح بخشیدن

سپس اتفاقات تابستان سال ۲۰۱۳ و رنج‌هایی که در پی آن آمد، از راه رسیدند. جدایی من و همسر من اتفاق افتاد و من تنها، تحقیر شده و آشفته بودم. احساس مداوم سوزش در معده و روده داشتم. گویا من جهان را در یک نوع آینه خاکستری مخدوش و خش‌دار و از پشت منشور درد و تحقیر خود می‌دیدم.

در فصول رنج و غم، شما تمایل دارید که فرمان را محکم‌تر بگیرید و سعی کنید در جهت زندگی تغییر مسیر ایجاد کنید، اما بعضی اوقات شکست می‌خورید و فقط فرمان را رها می‌کنید. اتفاقات عجیب و غریب شروع می‌شود. نوون می‌نویسد: «شفابخشی به معنای انتقال از درد خودتان به آن درد است. وقتی توجه خود را بر شرایط خاص درد خود متمرکز می‌کنید به راحتی عصبانی می‌شوید، سرشار از تنفر و حتی انتقام‌جو می‌شوید؛ اما بهبود واقعی از این حقیقت ناشی می‌شود که درد خاص خود شما بخشی از درد بشریت است. هر وقت بتوانید توجه خود را از وضعیت بیرونی که باعث درد شما شده است، بر آن دسته از دردهای بشریت متمرکز کنید که در رفع آن‌ها مشارکت دارید، تحمل رنج‌های خودتان آسان‌تر می‌شود.»

دانشی که از طریق رنج به دست می‌آوریم قابل بیان است اما توسط کسی که مسیری را که برای رسیدن به آن لازم است را طی نکرده، واقعاً قابل درک نیست. من می‌گویم که با دست خالی از آن گودال بیرون نیامدم. قبل از این که به اندازه کافی آرام شوم که تحت تأثیر قرار بگیرم، زندگی باید کمی مرا کتک زد. قبل از این که بتوانم دیوارهای اطرافم را بشکنم و رها شوم زندگی باید کمی مرا شکست. رنج عمیق‌ترین منابع خودم را گشود و خاک تازه‌ای را برای رشد جدید نمایان کرد.

و این اتفاق افتاد من یک روز در آپارتمانم نشسته بودم که عیسی مسیح از دیوار گذشت و در فضای اتاقم شناور شد، آب من را به شراب تبدیل کرد و به من دستور داد که دنباله‌رو او باشم.

بله دارم شوخی می‌کنم. اصلاً چنین اتفاقی نیفتاده است. اگرچه چنین چیزهایی برای افراد دیگر اتفاق می‌افتد آن را کوچک جلوه نمی‌دهم؛ اما تجربیات من از تمام آن موارد عملی‌تر و قانع‌کننده‌تر بوده است. آن‌ها در قالب لحظه‌های گه‌گاهی می‌آمدند. من به زندگی روزمره عادی خود می‌پرداختم که ناگهان به دلایلی که نمی‌فهمم، شکلی از مداخله عرفانی و معنوی به‌طور سرزده در من و زندگی‌ام رسوخ کرده و از منافذی که ایجاد کرده بودند به واقعیتی عمیق‌تر اشاره می‌کردند.

به‌عنوان مثال یک روز صبح من در ساعتی پرتردد روز از مترو در ایستگاه پن در نیویورک پیاده شدم. دور و برم را مثل همیشه هزاران نفر احاطه کرده بودند که ساکت و عبوس در صف‌های طولانی خود را به سوی محل کارشان می‌کشیدند. به‌طور معمول در چنین شرایطی شما احساس یک مورچه را دارید که زندگی بی‌معنای خودش را در یک جهان بی‌معنا از سر می‌گذراند؛ و معمولاً روال معمولی زندگی ظرفیت تعجب شما را کاهش می‌دهد؛ اما این بار همه‌چیز به هم ریخت و من در همه آن‌ها روح دیدم. مثل این بود که ناگهان همه‌چیز روشن شد و من از عمق نامحدود هر یک

از این هزاران نفر مطلع شدم. آن‌ها ارواح زنده بودند. ناگهان به نظر می‌رسید که واضح‌ترین بخش واقعیت این بود؛ ارواحی که صبح بیدار می‌شوند. ارواح برای رفتن به سر کار سوار قطار می‌شدند. ارواحی که در جست‌وجوی خوبی بودند. ارواحی که در اثر آسیب‌های قبلی زخمی با خود داشتند. روح در هر شخص، آن‌ها را از درون روشن می‌کند، آن‌ها را آزار می‌دهد و گاهی آن‌ها را از درون پاره می‌کند. ارواحی زنده یا بی‌حس در تمام آن‌ها؛ و از این موضوع، این احساس در من به وجود آمد که من از طریق امواج رادیویی به همه آن‌ها متصل شده‌ام؛ یک روح اساسی که همه ما بخشی از آن بودیم.

من ناگهان کل جمعیت را با نوعی خوف، نوعی احترام، نه از عمق یک صبح خاص بلکه از اعماق قرون دیدم. اگر کمی در این باره فکر کنید، با این احتمال روبرو می‌شوید که ما نه فقط به واسطه ارواحی که اکنون زنده‌اند بلکه با روح همه افرادی که تا به حال زندگی کرده‌اند، از نسلی به نسل دیگر که هنوز هم امروز حضور دارند با یکدیگر در ارتباط هستیم، زیرا آن روح اساسی همیشه زنده هنوز و همیشه در همه جا حاضر است؛ و اگر روح وجود دارد این یک جهش کوتاه به این باور است که چیزی وجود دارد که روح را از طریق یک عمل سرشار از مراقبت و عشق به ما می‌دمد. من این را به عنوان یک فکر کاملاً شگفت‌انگیز به خاطر می‌آورم.

خاخام هشل می‌گوید که خوف یک احساس نیست. یک روش فهم است؛ «خوف به خودی خود یک عمل بینش به معنایی بزرگتر از خود ما است.» و من می‌دانم که این روزها نمی‌توانم مردم را جز موجوداتی صاحب روح ببینم. نمی‌توانم کار خودم را به عنوان روزنامه‌نگار انجام دهم، مگر اینکه با این پیش فرض شروع کنم که همه افرادی که درباره آن‌ها می‌نویسم روح دارند و تمام افرادی که با آن‌ها ملاقات می‌کنم نیز چنین‌اند. رویدادها بدون این واقعیت معنی ندارند. این رفتار را نمی‌توان توضیح داد مگر اینکه افراد را بسته به سال، ساعت یا روز بسته به عنوان روح‌هایی مشتاق، پر از عطش یا سیراب ببینید.

آن تابستان من پیاده‌روی سالانه خود را به دریاچه آمریکایی که در بالای کوهی در نزدیکی اسپن، کلرادو قرار دارد، انجام دادم. آن روز صبح در یک چهارچوب ذهنی معنوی قرار داشتم و در کوه‌پیمایی لیستی از همه چیزهایی را که باید در اختیار خدا قرار می‌دادم تهیه کردم اگر او در واقع وجود می‌داشت؛ کارم، شهرتم، دوستی‌هایم، زندگی‌ام، عشقم، خانواده‌ام، گناهانم و حساب‌های بانکی‌ام.

به دریاچه رسیدم، روی صخره‌ای نشستم و کتاب دعا‌های پیوریتن را که با خود آورده بودم از کوله‌ام بیرون کشیدم. اکثر آن‌ها در مورد امور ناخوشایند است، در مورد تباهی انسان و همه‌چیز. سپس من به دعایی به نام "درهٔ بینایی" رسیدم. خط اول آن این بود «پروردگار والا و مقدس، مهربان و فروتن.» به قله‌های کوه‌های سر به فلک کشیده و باشکوه پیش‌رویم نگاهی انداختم. درست پس از آن یک موجود قهوه‌ای کوچولو شبیه به یک گورکن خرامان به سمت دریاچه می‌رفت و متوجه من نمی‌شد. او تا نیم متری کفش‌های من جلو آمد و بعد نگاهی به بالا انداخت، ترسید و به سرعت فرار کرد. والا و مقدس، مهربان و فروتن.

جملهٔ بعدی این بود: «مرا به درهٔ بینایی آوردی.» خب، من آن‌جا در گودی‌ای که در حوالی آن دریاچه شکل گرفته بود، بودم. «جایی که من در اعماق زندگی می‌کنم اما تو را در ارتفاعات می‌بینم.» «جلوی کوه‌های گناه، من جلال تو را می‌بینم.» بقیهٔ متن کل منطق معکوس ایمان را خلاصه می‌کنند؛ قلب شکسته، قلب شفا یافته است. روح پشیمان، روح شادمان است. روح توبه کننده، روح پیروز است. زندگی در مرگ من است. شادی در غم و اندوه من. رحمت در گناه من. ثروت در فقر من. افتخار در دره من.

احساس می‌کردم چیزها دارند به زیبایی در جای خودشان قرار می‌گیرند با نوایی مانند صدای درب ماشین واقعاً زیبا که به آرامی بسته می‌شود. این احساس هماهنگی و عضویتی عمیق بود، از همان نوع احساسی که جیبر کرو در آن پل توصیف کرد: «آن آفرینش یک چیز زنده است، یک چیز خوب است که ما هنوز در حال خلق هستیم و در آن پذیرفته شده‌ایم. دانش در سراسر پوست من رخنه کرده است. من خیلی احساس یکی بودن با طبیعت نمی‌کردم. این حس را داشتم که یک روح زنده وجود دارد که پشت همهٔ آفریده‌ها قرار دارد. جهان به سمت خوبی ما خم می‌شود.»

همیشه این عبارت را می‌شنیدم که «خدا اساس هستی است» این که او یک موجود بزرگ ریش‌دار در آسمان نیست بلکه یک حضور اخلاقی دلسوز است که همهٔ واقعیت‌ها را فرا گرفته است، عشقی روان که گرمی خود را به زندگی می‌بخشد و معنای آن را دارد. در کنار دریاچه این حس را داشتم که زندگی فقط یک مجموعه تصادفی از مولکول‌ها نیست که اتفاقاً در فضا گرد هم آمده‌اند. زندگی ما در یک نظم اخلاقی مشخص بازی می‌کند. مدتی در آن جا نشستم و به تپه‌های شیب‌دار اطراف دریاچه که منتهی به قله‌های کوه می‌شد نگاه کردم. من درام‌های اخلاقی کوچک و درگیری سپاه‌هایی را تصور می‌کردم - شبیه به داستان ارباب حلقه‌ها - نیروهای عشق و خودخواهی که نقش خود را در این حوضچهٔ کوهستانی بازی می‌کردند؛ و تمام آن در دستان خدا که شکل یک ظرف را به خود گرفته بود برگزار می‌شد. آن روز یک یادداشت نوشتم: «خدا واقعاً خود را با شما متناسب می‌سازد. برای کسانی از ما که احساس تعلق نمی‌کنند و حس می‌کنند مسافر هستند، او عضویت، پذیرش و مشارکت را می‌بخشد.» این پیاده‌روی حدود یک ساعت و نیم طول کشید و با آن گنجی و آسفتگی در یادم ماند.

این یک دگرگونی دینی نبود. این حرکت از یک چیز به چیز دیگر نبود. بیش‌تر به یک درک عمیق‌تر شبیه بود. من کسانی را می‌شناسم که نمی‌توانند با چنین تجربه‌ای ارتباط برقرار کنند یا فقط آن را یک واکنش عاطفی به طبیعت می‌دانند. فقط می‌توانم گزارش دهم که چه احساسی داشت و چه احساسی دارد. حسی مانند این بود و هست که چشم‌هایم را باز می‌کنم و می‌بینم که همیشه آن‌جا هستم، یک حضور مقدس را در واقعیت‌های روزمره می‌بینم. مثل یک نمایش‌نامه که تمام زندگی خود آن را تماشا کرده‌اید و ناگهان متوجه می‌شوید که نمایش‌نامه‌ای که روی صحنه می‌بینید، تنها نمایش‌نامه‌ای نیست که در جریان است. یک زیرنمایش، با همان شخصیت‌ها وجود دارد، اما در یک سطح متفاوت، با منطق و نیروهای متفاوتی که مشغول کارند و مسائل بزرگ‌تری درگیر آن

است. یک داستان دنیوی وجود دارد که باید دنبال شود، همان‌طور که مردم به جاه‌طلبی‌های دنیوی خود نزدیک‌تر یا از آن دورتر می‌شوند؛ اما یک داستان مقدس نیز وجود دارد که باید دنبال شود که در آن روح‌ها به خانه خود نزدیک یا دور می‌شوند که خداست.

آگاه نبودن از این زیرنمایش آسان است اما هنگامی که آن را مشاهده کردید، دیدن بازی دیگر درباره جاه‌طلبی‌های دنیوی به عنوان واقعیت نهایی دشوار است. داستان اصلی داستان روح است.

جاناناتان هایدت یک پژوهش‌گر سکولار است که در مورد احساسات اخلاقی مطالعه می‌کند. در اوایل کار خود برای مطالعه به هند رفت. وقتی به آنجا رسید دریافت که مردم واقعیت روزمره را نه تنها در ابعاد عادی بلکه در یک بعد معنوی نیز تجربه می‌کنند. این محور دیگر یک محور عمودی بود. هر کاری که می‌کنید می‌تواند شما را به سمت خلوص یا به سمت آلودگی سوق دهد. همه مردم هندوستان هرچه می‌گفتند، هرچه را که فکر می‌کردند و هر کاری که می‌کردند می‌توانست آن‌ها را به سمت تقدیس یا به سمت تخریب در این محور روحانی سوق دهد.

هنگامی که هایدت به ایالات متحده بازگشت، دلش برای بودن در کنار افرادی که بعد معنوی عمودی را در زندگی روزمره احساس می‌کردند تنگ شد. او شروع کرد به فکر کردن در مورد ایالات متحده به عنوان "سرزمین تخت"، سرزمینی که همه چیز در آن نحیف‌تر و نازک‌تر بود. او دریافت که هنوز هم ذهنیت هندی را با خود دارد، حتی اگر در خانه و در سرزمین فاقد عمق خودش باشد. او از فکر پوشیدن کفش‌هایی که در تمام طول روز به پا داشت در حریم خانه‌اش و حتی در اتاق خوابش، احساس انزجار می‌کرد. متوجه شد که از آوردن برخی کتاب‌ها به داخل دست‌شویی، شرمی ناگهانی پیدا کرده است. او با دیدن رفتارهای سست دیگران، از احساسات ظریف خود آگاه‌تر شد، آگاهی از این که مردم به نوعی خود را به سمت آلودگی و دور از مقدس بودن فرو می‌ریزند. او هنوز هم واقعیت را از دریچه تمام این درجه‌بندی‌های پاکی و آلودگی می‌دید.

بعد از پیاده‌روی‌ام به دریاچه آمریکایی، فهمیدم که یک فرد مذهبی هستم. من از این حضور فوق طبیعی که خداست و در جهان مادی نفوذ می‌کند، آگاه شدم. یهودیان برای توصیف چگونگی تزریق جوهرهای معنوی به دنیای مادی، مفهومی با نام tzmtzum یا انقباض دارند. مسیحیان مفهوم تجسم دارند؛ وقتی الوهیت بر زمین در انسان تجسم یافت. از طریق عیسی، مسیحیان اعتقاد دارند، دنیای ابدیت پای به زمان گذاشت.

مذهبی بودن، همان طور که من آن را درک می‌کنم، این است که واقعیت را از طریق یک لنز مقدس درک کنید، احساس کنید که در امور جسمی و دست یافتنی، واقعیت‌های معنوی وجود دارد. توماس مرتون یک بار نوشت: «تلاش برای حل مسئله خدا مانند تلاش برای دیدن چشم‌های خود است.» خدا همان چیزی است که شما با آن و از طریق آن می‌بینید و احساس می‌کنید.

بیش‌تر ما این زندگی را داریم، این نوع آگاهی‌های شبه‌مذهبی پیرامون خود را با خود حمل می‌کنیم، حتی اگر مذهبی هم نباشیم. وقتی تروریست‌ها یک زندانی را سر می‌برند، از نظر اخلاقی دچار انزجار می‌شویم، نه تنها به این دلیل که یک نفر کشته شده است، بلکه به این دلیل است که به یک امر مقدس توهین شده است. بدن انسان فقط یک تکه گوشت نیست؛ این یک معبد است که دارای روحی متعالی است و درون آن تزئین شده است. حتی هنگامی که یک فرد درمی‌گذرد، بدن وی هنوز باقی‌مانده این حضور معنوی را حمل می‌کند و سزاوار برخوردی شرافت‌مندانه است. به همین دلیل است که با توجه به آیین یهودی یا اسلامی، هنگامی که اعضای یک کنیسه یا مسلمانان به‌طور جدی بدن فردی را که در آن روز در گذشته، شست‌وشو می‌دهند، احساس تعالی می‌یابیم.

ماه بعد از پیاده‌روی در دریاچه در ایرلند بودم، میهمان یکی از دوستانم که یک خانه بزرگ اجاره کرده بود و گروهی از ما را برای اقامت دعوت کرده بود. میزبان ما و دوستش، هر دو سال‌خورده، بیش‌تر روزهای خود را صرف بحث در مورد سیاست و اقتصاد و سیاست پولی می‌کردند. همسر میزبان ساکت بود، زیرا او از آلزایمر رنج می‌برد و حافظه‌اش زوال بود. یک شب، هنگامی که ما در میان بحث سیاسی‌مان بودیم، او به‌طور ویژه‌ای گیج شده بود. شوهرش درحالی‌که اشک در چشمانش بود، به من نگاه کرد. ما نگاه طولانی و قدرت‌مندی را ردو بدل کردیم که در چیزی عمیق‌تر از هم‌دلی و مراقبت صرف ریشه داشت. ناگهان ابعاد کامل آن تجربه را در اعماق چشمانش دیدم.

در یک سطح، ما دسته‌ای از افراد بودیم که در مورد سیاست‌های پولی صحبت می‌کردند اما در یک سطح عمیق و ساکت، باز هم یک زیرنمایش در جریان بود: موسیقی جاویدان عشق، بدن‌های زنده و در حال مرگ، روح‌هایی که به دنبال شادی و آرامش عمیق و قرار معنوی بودند. همه‌چیز توسط یک نیروی زندگی مرموز زنده شده و الگوهای زندگی توسط آن شکل گرفته و داستان‌های ابدی دوباره تعریف می‌شد.

خاخام هشل در کتاب خدا در جستجوی انسان می‌نویسد: «شگفتی یا حیرت افراطی ویژگی اصلی نگرش انسان مذهبی به تاریخ و طبیعت است. یک نگرش با روحیه او بیگانه است؛ سرسری شمردن چیزها و قدر آن‌ها را ندانستن.» در هر موقعیتی جرقه‌های مقدس وجود دارد و در هر شخص یک جهان کیهانی هست.

من تنها به این سفر معنوی نرفتم. با ده‌ها نفر مشورت کردم، به شکلی کاملاً حساس و نیازمند نظر آن‌ها را جویا شدم. یهودی‌ها به طور کلی نمی‌دانستند چگونه با من صحبت کنند. یهودیت واقعاً سنت ورود و خروج ندارد. شما عضو این قبیله به دنیا آمده‌اید و چیزی به اسم یک سنت انجیلی در آن نیست. برخی از ایمیل‌های پرس‌وجوی من برای دوستان یهودی‌ام بی پاسخ ماندند. من خاخام محل زندگی خودم را به ناهار بردم و درباره سابقه مشترک مسیحی و یهودی‌ام برایش تعریف کردم. او گفت که او زیبایی روایت مسیحیت را درک کرده است و خود اسیر آن شده است. «فکرش را بکن! عیسی مسیح به خاطر گناهان ما مرده است!» ممنونم خاخام!

مسیحیان زیادی سراغم آمدند و جویای احوال بودند. روایت سرگردانی‌های معنوی من پخش شد و پس از اندکی ده‌ها نفر برای من دعا می‌کردند. دوستان عزیزی از شیکاگو و جاهای دیگر برای صحبت کردن و راهنمایی کردن به دیدارم آمدند. یکی از دوستانم شروع کرد به دعای من و خانواده ام و هر جمعه از آن زمان متن دلگرم‌کننده‌ای را برای من ارسال کرده است. برخی از مسیحیان به شکلی پرشور به دنبال این بودند که من را به‌عنوان یک پیروزی برای تیم خود مطرح کنند و البته آن‌ها یک نیروی مخرب بودند. بیشتر آن‌ها به من کتاب دادند. در آن ماه‌ها حدود سی صد کتاب در مورد ایمان دریافت کردم که فقط صد تایی آن‌ها نسخه‌های مختلفی از کتاب مسیحیت محض نوشته سی. اس. لوئیس بود.

من چند همراه ثابت داشتم از جمله استوارت و سلیا مک‌آلپین که یک کلیسای محلی را هدایت می‌کنند و جری روت، یک محقق سی. اس. لوئیس و سپس آن اسنایدر، محقق و همکار من در تایمز بود. من و آن سه سال با هم کار کرده بودیم و کار او را بسیار ارزشمند می‌دانستم اما به سختی به او به‌عنوان یک شخص توجه می‌کردم. ما هرگز با هم برای ناهار بیرون نرفتیم و با هم قهوه نخوردیم و به یاد می‌آورم شاید یک بررسی عملکرد سرسری در موردش انجام داده باشم.

آن یکی از محققانی بود که من در آخرین کتابم با عنوان "جاده شخصیت" به خصوص در فصل دوروتی دی با او کار کردم. در همین زمان ما یک سری از یادداشت‌ها را در فصول مختلف کتاب

تبادل کردیم و از طریق آن‌ها، دیدم که آگاهی مذهبی تا چه اندازه متفاوت از آگاهی سکولار است و یک جهش اعتقادی چقدر بزرگ و عجیب است. من سفر معنوی دی را تلاشی برای دستیابی به خیر و درک برتر توصیف می‌کردم. آن نظر من را اصلاح کرد و استدلال کرد که این یک تمایل به تسلیم‌شدن در برابر حقیقتی است که خارج از خودتان است. من همیشه می‌نوشتم که انگار دی عامل اصلی حرکت است. آن به من کمک کرد تا بینم از نگاه دی، خدا عامل حرکت است و دی همان کسی است که حرکت به آن منتقل شده است.

هسته اصلی آن کتاب تمایزی بود که خاخام سولوووتچیک بین دو سویه طبیعت ما تشخیص داده بود که او آن‌ها را "آدم یک" و "آدم دو" نامید و من در کتابم به آن‌ها با عنوان فضیلت‌های رزومه‌ای و فضیلت‌های ستایش‌نامه‌ای اشاره کردم. من گفتم که سویه آدم یک به شغل و عظمت برمی‌گردد و آدم دوم، جنبه معنوی وجود ما و در جست‌جوی خیر و هدف بود. آن برایم یادداشت‌هایی ارسال می‌کرد که در آن‌ها می‌گفت برداشت من از آدم دو خیلی عصر جدیدی بود، یا بعضاً بیش از حد در موضوعات سکولار معاصر غرق بود. آن خاطرنشان کرد که دی به این دلیل به فقرا خدمت نمی‌کرد که می‌خواست هدف خود را در زندگی پیدا کند و بتواند از خودش راضی و خوشحال باشد. او نوشت آن چه آدم دوم واقعاً به دنبال آن بود، فداکاری و اطاعت از "حقیقت مطلق، حقیقت عینی" بود.

در این یادداشت‌ها، آن سعی کرد تا من را به سوی درکی عمیق‌تر از جهان‌بینی سولوووتچیک سوق دهد. او نوشت: «با آگاهی از یک واقعیت بیرونی که وفاداری فرد را می‌طلبد و مسیری محدود و مشخص را معین می‌کند، آدم دو در نهایت تحقق پیدا می‌کند اما هدف این نیست که در جای خود بمانیم و از خود راضی باشیم. چیزهای بیش‌تری فراتر از خود فرد وجود دارد. حقیقتی وجود دارد که باید زندگی را بر سر آن صرف کنیم؛ و درک این حقیقت همه چیز را فرا خواهد گرفت و مطالبه کردنش هزینه خواهد داشت.»

در ماه‌های اولیه گرویدن دی به آیین کاتولیک، او با برخی از زنان کاتولیک که موافقت کرده بودند تا زمان ازدواج برقراری رابطه جنسی با به تأخیر بیندازند، ملاقات کرد. دی آن‌ها را به خاطر فداکاری و حفظ خودشان که از این امتناع ناشی می‌شد به شدت تحسین می‌کرد. من اما گیج و آشفته شدم. در دنیای من، منع رابطه جنسی قبل از ازدواج با مردمان دوره ویکتوریا از بین رفته بود. من به اندازه کافی پیر بودم که معتقد باشم فقط باید با شخصی که دوستش دارید رابطه

جنسی برقرار کنید اما رابطه جنسی نوعی ارتباط است و مناسب است که با کسی که به آن متعهد هستید، رابطه جنسی برقرار کنید و به عنوان روشی برای تعمیق و کاوش در آن پیوند، از آن لذت ببرید.

آن برایم دیدگاه مسیحی ارتدوکس را توضیح داد. دی مثل پیوریتن‌ها نبود. او فردی به شدت احساسی بود که رابطه جنسی را چیز کثیفی نمی‌دانست؛ اما در نهایت او ازدواج را به عنوان یک پیوند و میثاق مقدس، آفرینش یک جسم واحد، اطاعت متقابل و حرکت به سمت خدا می‌دانست. بر همین اساس رابطه جنسی فقط یک جفت‌گیری جسمانی نیست بلکه یک اتحاد معنوی است، راهی برای اعطای تمام شخصیت شما به فردی دیگر؛ یک "اعتمادسازی به اندازه کل زندگی"، عملی با صداقت کامل و برهنه و منتهای سفر عاشقانه دو نفر در راه یکی شدن.

بنابراین جای رابطه جنسی در عهدی به نام ازدواج است. از نظر دی و هم‌چنین از نظر آن، داشتن رابطه جنسی خارج از ازدواج و قبل از آن، بی‌ارزش ساختن و منزوی ساختن آن از جایگاهش به‌عنوان یک هدیه نهایی است. برای حفظ رابطه جنسی تا ازدواج، این در حکم آفرینش یک بدن، حفظ شرافت و زیبایی واقعی رابطه جنسی است تا از کشیدن آن به حوزه کم‌عمق مادی‌گرایانه جهان جلوگیری شود.

من در موقعیت‌های مختلف زندگی‌ام در اطراف مؤمنین ارتدوکس یهودی و مسیحی بوده‌ام، اما من کسی نبودم که آن‌ها را به مکالمات آسیب‌پذیر درباره ایمان یا چیزهای دیگر دعوت کنم؛ بنابراین نمی‌دانستم که واقعاً ایمان ارتدوکس چیست، چقدر تسلیم محور عمودی می‌شود و چقدر کل یک زندگی را از نو تغییر می‌دهد. سرانجام فهمیدم آن نسبت به انواع گنا‌هانی که حتی هرگز در نظر نگرفته‌ام، حساس است از جمله عدم تمایل به توبه کردن، عدم جست‌وجوی مجازات مناسب برای گنا‌هانتان. خاطر او از چیزهایی که من بدان‌ها توجهی نمی‌کردم مکدر می‌شد؛ از جمله مصرف‌گرایی بی‌حد و مرزی که در یک مرکز خرید تجملی به چشم می‌خورد. بعداً دریافتم که او حالات مختلف روحی را در زمان‌های مختلف روز یا در زمان‌های مختلف زندگی خود تجربه می‌کند. بعضی اوقات بسته به این که چه کاری انجام می‌دهد و چه شرایطی دارد، به خدا احساس نزدیکی می‌کند، اما اوقات دیگر دور است.

همین‌طور که روی کتاب کار می‌کردیم، در آپارتمان کوچک خود می‌نشستم و این یادداشت‌ها را می‌نوشتیم. آن پاسخ‌ها را برایم می‌فرستاد و این مکاتبات به سنگ بنای جاده شخصیت، به ویژه فصل‌های دوروتی دی و سنت آگوستین تبدیل شد. موضوعی مسحورکننده که من همواره در مورد آن سر صحبت را با او باز می‌کردم، قرار یافتن و لطف خداوند بود. من محصول فرهنگ شایسته‌سالار هستم. در این فرهنگ شما با تلاش سخت و تولید نتیجه، کنترل زندگی خود را به دست می‌گیرید. در یک سطح غریزی من با سفرم به سوی ایمان به عنوان یک تکلیف در منزل رفتار می‌کردم؛ اگر همه کتاب‌ها را بخوانم و مقالات نهایی را بنویسم، احساس یقین خودش می‌آمد. من می‌دانستم که این مسخره است، اما این‌گونه بود که من ارتباط اولیه را برقرار کردم.

با پیشرفت کار روی کتاب، من اسیر دی و آگوستین شدم و واقعاً می‌خواستم ایمان را همان‌طور که آن‌ها تجربه کرده بودند درک کنم. آن پیشنهاد کرده بود که کتابی به نام یک رحمت شدید، نوشته شلدون وانوکن را بخوانم که درباره زوجی در آکسفورد بود که به ایمان رسیده بودند. من یادداشتی

شامل پانزده سوال در مورد کتاب و به طور کلی در مورد ایمان نوشتم. آن سؤالات را به بهترین شکل ممکن پاسخ داد. او هرگز مرا راهنمایی نکرد. هرگز مداخله نکرد و سعی نکرد که روند کار را هدایت کند. فقط در جای خود ایستاده بود. اگر من از او سؤالی می پرسیدم، پاسخ می داد اما هرگز جلوی من نمی ایستاد. او ایمان خود را با اجازه دادن به خداوند برای در اختیار گرفتن زمام امور نشان داد؛ و این یک درس مهم برای هر کسی است که در میان هر نوع سفر معنوی یا عرفانی قرار دارد؛ سعی نکنید جلو دار باشید یا تأثیر بگذارید. بگذارید آن ها به سوی آن چه احضارشان می کند هدایت شوند.

من با مفهوم تسلیم و رحمت الهی در کشمکش بودم. این ایده مارتین لوتر را دوست نداشتم که نمی توانید با کارهایتان نجات پیدا کنید، بلکه فقط با ایمان می توانید. من می خواستم یک راه میانه را مطرح کنم که من آن را "رحمت مشارکتی" نامیدم. شما کارهای خوبی برای هم نوعان خود انجام می دهید و خداوند هم شما را به نوعی در نیمه راه ملاقات می کند.

آن به هیچ وجه این را نمی پذیرفت؛

می خواهم مجدداً تأکید کنم که بله رحمت الهی چیز اصلی ای است که مسیح ارائه می دهد، اما این یک درگاه است؛ و این راهی برای شناختن اوست. من تأکید زیادی بر تلاش در یادداشت شما می بینم و مخالفت آن با رحمتی که ارزان به دست می آید می ستایم؛ اما واقعیت بنیادی این است که شما نمی توانید راه خود به سوی لطف الهی را با دستان خود به دست آورید. این قدرت لطف و رحمت الهی را انکار می کند و تعریف خود را زیر پا می گذارد. رحمت الهی باید به آن که شکسته و آن که قدر ندیده برسد. این باید به کسانی برسد که آشکارا آسیب پذیری، نیاز و پوچی خود را بشناسند. این فقط می تواند کسانی را دریابد که ثابت در جایشان نشسته اند.

نام شرط من غرور بود. من به کسی که بدان تبدیل شده بودم افتخار می کردم و نسبت به آن مغرور بودم. من با کار سخت و خوب بودن در کارهایی که انجام داده بودم، هویت و تصور خاصی از خودم کسب کرده بودم. کار کردن در تمام مدت را آسان تر از آن می دیدم که روبه روی پوچی هایی بنشینم که در مرکز تنهایی من قرار داشت.

غرور به اشکال مختلفی به وجود می آید. در میان آن ها، یکی غرور قدرت است، توهم مبنی بر این که می توانید به اندازه کافی قدرت دنیوی به دست آورید تا خود را ایمن سازید. این غرور کسانی است که به دنبال کنترل دیگران یا تسلط بر ملل دیگر هستند. غرور فکری هم وجود دارد، غرور و افتخار کسانی که سعی می کنند زندگی را در یک ایدئولوژی کاملاً آشکار سازند و گویا تمام رمز و راز آن را

افشا می‌کنند. نیبور می‌گوید هر نوع تعصب، تلاشی برای پوشاندن ناامنی وجودی است. سپس غرور اخلاقی وجود دارد، تمایل نفس برای فرار از ناامنی اخلاقی با این فکر که بهتر از سایر افراد است و راه نجات خودش را پیدا کرده است.

در چنگال غرور اخلاقی، خودمان را با یک استاندارد ناهنجار قضاوت می‌کنیم که از آن پیشی می‌گیریم و دیگران را با یک استاندارد دقیق قضاوت می‌کنیم و آن‌ها را نیازمند و دارای نقص می‌بینیم. غرور دینی نیز وجود دارد. این غرور افرادی است که فکر می‌کنند دین شامل پیروی از قوانین اخلاقی است. آن‌ها نظر بسیار مثبتی نسبت به خود دارند، زیرا از این قوانین تبعیت می‌کنند. چنین شخصی ممکن است هر روز نماز یا دعا بخواند اما نگرانی واقعی او خودش است. آیا خدا به دعا‌های من گوش می‌کند؟ آیا خدا به درخواست‌های من پاسخ می‌دهد؟ آیا خدا به من آرامش می‌بخشد؟ آیا همه خوبی‌های من را می‌بینند و آیا من به خاطر نیکوکاری خود پاداش می‌گیرم؟

تمام غرورها رقابتی است. تمام غرورها شامل بدخواهی و کینه‌توزی است. تمام غرورها باد کرده و شکننده‌اند، زیرا تلاش نفس برای برقراری امنیت از طریق قدرت، پول، وضعیت، عقل و خودپرستی هرگز موفقیت‌آمیز نیست.

در دنیای عادی، غرور غالباً پاداش می‌گیرد اما در این زیرنمایشی که من به آهستگی از آن آگاه می‌شدم، غرور غذایی بزرگ و فروتنی آسایشی بزرگ است. در جنایت و مکافات، شخصیت اصلی داستان، راسکولنیکف، از غرور رنج می‌برد. او به دنبال تسلط بر دانش و اخلاق است. شخصیتی به نام سونیا هوادار تقدس است. او زن جوانی است که به همراه پدر و نامادری‌اش در فقر زندگی می‌کند. خواهران و برادران او در گرسنگی دست و پا می‌زنند و خانواده چیزی برای فروش ندارند؛ بنابراین سونیا بدن خود را فروخت. او به منظور جلوگیری از گرسنگی اعضای خانواده‌اش فاحشه شد. به یک مطرود اجتماع تبدیل شد و کارهایی انجام داد که از نظر اخلاقی اشتباه بود.

اگر تقدس فقط بر اساس قوانین عمل می‌کرد، مطمئناً سونیا قوانین را شکسته بود؛ اما همان‌طور که یاروسلاو پلیکان می‌گوید: «در رمان داستایوسکی، این فاحشه یک قهرمان بود. بلکه یک نوع قدیس. راسکولنیکف به خاطر این واقعیت که او نشان‌گر رنج‌های تمام بشریت است، در برابر او زانو زد. سونیا یک شخص مقدس بود علی‌رغم این واقعیت - و شاید تنها به خاطر این واقعیت - که آدمی غیراخلاقی بود. کسانی که واقعیت را با یک لنز مقدس می‌بینند یک درام اخلاقی بزرگ، یک اسطوره عظیم واقعی را می‌بینند و در این اسطوره واقعی قوانین عادی اعمال نمی‌شوند. در واقع

آن‌ها برعکس دیده می‌شوند. ضعفا و فراموش‌شدگان غالباً به خدا نزدیک‌ترند و خردمندان و بزرگان از او دورتر، زیرا گروه اول از غرور و خودپرستی به دور هستند.

درک حضور خدا در دریاچه آمریکایی نسبتاً آسان بود؛ اما عمل به یک دین یا شریعت بسیار سخت‌تر خواهد بود. من همیشه مغرور بودم، تلاش می‌کردم و کنترل اوضاع در دست‌انم بود؛ اما این‌ها هیچ‌کدام سوراخ سوزن‌ها را به اندازه کافی گشاد نمی‌کنند.

بسیاری از مردم، همان‌طور که می‌گویم برای من کتاب ارسال کردند اما خردمندترین آن‌ها من را به ابتدای داستان بازگرداند. اگر می‌خواهید بچه‌دار شوید، عشق بورزید. اگر می‌خواهید ایمان را کشف کنید، کتاب بخوانید و دعا کنید. دین علی‌رغم تمایل افراد اهل کتاب‌خوانی مترادف الهیات نیست. با وجود گرایش افراد عرفانی به چنین تعریفی، این نوعی حساسیت یا خلجان نیست. دین بر سر زندگی شما شرط می‌بندد که یک افسانه حقیقت دارد. میلیاردها یهودی، مسلمان، مسیحی و دیگران در تمام زندگی خود این شرط را می‌بندند؛ زندگی خود را سازمان‌دهی کرده و غالباً تسلیم آن می‌کنند - با فرض این که یک اسطوره خاص درست است -

بنابراین من به داستان‌ها باز می‌گشتم و نمی‌دانستم که آیا این‌ها واقعیت دارند یا به عبارت دقیق‌تر، اجازه دادم که داستان‌ها به تدریج در لایه عمیق‌تر درونم فرو بروند، جایی که ناگهان قابل فهم‌تر می‌شدند. و اگر پرسى می‌گوید که داستان خوب به ما آن‌چه را می‌گوید که می‌دانیم اما کاملاً نمی‌دانیم که می‌دانیم. کتاب مقدس نیز چنین است.

در بخش زیادی از این سفر آن در کنارم نبود. چند ماه اول سرگردانی من همان چیزی بود که آن به آن دوره "دوره طلایی" می‌گوید. ما یادداشت‌ها را رد و بدل کردیم و در مورد یکدیگر آموختیم؛ اما حتی کوچک‌ترین فکری در مورد یک رابطه عاشقانه هم وجود نداشت. زندگی خصوصی من در مسیر جداگانه خود قرار داشت که او درباره آن تقریباً چیزی نمی‌دانست. او روابط عاطفی خود را با افرادی دیگر داشت که به‌طور مبهمی از آن‌ها یاد می‌کرد. چیزی بسیار بزرگ‌تر در جریان بود. مکالمات ما مربوط به کلیساها بود نه معاشرت.

همان‌طور که احتمالاً می‌توانید پیش‌بینی کنید، آن دوره طلایی دوام نیاورد. تا پاییز ۲۰۱۳ احساسات عاطفی شدیدی بین ما شکل گرفته بود. من در یک دوره پرتنش زندگی بودم و تنها در یک آپارتمان زندگی می‌کردم، بنابراین احساسات با تمام توان به من ضربه می‌زدند.

دو فکر هم‌زمان اتفاق افتاد؛ ما عمیقاً مراقب همدیگر بودیم؛ و هر رابطه احتمالی بین ما محکوم به فنا بود.

آن ۲۳ سال از من کوچک‌تر است که یک فاصله سنی دلهره‌آور است. علاوه بر این، او سال‌ها هنگامی که من هنوز در اولین ازدواج من بودم، محقق من بوده است. گرچه می‌دانستیم در آن دوره هیچ چیز عاشقانه یا اشتباهی بین ما وجود نداشته است، اما لازم نبود بدبین باشیم تا حدس بزنیم که افراد دنیای بیرون چگونه می‌توانند داستان ما را بگویند. من فرد تقریباً سرشناسی هستم و نیاز نبود یک نابغه باشم که بفهمم آن نسخه از داستان با آبرو و اعتبار او چه خواهد کرد. با این وجود تا پاییز سال ۲۰۱۳، به جایگاهی عاطفی رسیدم که حاضر شده بودم که با افراد دیگر ملاقات کنم و می‌خواستم دوستی با آن را امتحان کنم. او امتناع کرد و از دوستان و روحانی‌ها مشاوره خواست. او مجموعه‌ای از وقفه‌های پاک را آغاز کرد؛ یعنی دوره‌هایی که ما اصلاً تماسی نداشتیم تا او بتواند عقب بایستد و آن چه را که اتفاق می‌افتد درک کند. سپس در اواخر ماه دسامبر، به هیوستون رفت تا شغلی جدید که شامل نوشتن در مورد تجربه مهاجرت بود بپذیرد. من زندگی اجتماعی‌ام را به نیویورک منتقل کردم، یک گروه فوق‌العاده از دوستان جدید پیدا کردم و در نهایت با یک زن عمیقاً متفکر در آنجا وارد رابطه‌ای جدی شدم.

آویزان از لبه

یک نقل قول در بین مسلمان وجود دارد که می‌گوید هرچه فکر می‌کنید خداست، او این نیست. برخی از کیهان‌شناسان می‌گویند تعداد نامحدودی جهان وجود دارد و در یکی از آن‌ها شخصی دقیقاً مثل شما در مکانی نشسته است دقیقاً مانند مکانی که شما در آن نشسته‌اید. این یک ایده عجیب است اما حتی این ایده به اندازه خدا عجیب و غیرقابل درک نیست.

کیرکگارد نوشت بخش سخت ایمان این است که مستلزم تسلیم نامحدود به چیزی است که درک‌ناشدنی است. این امر مستلزم واگذاری نامحدود است. کیرکگارد از داستان ابراهیم و اسحاق برای نشان دادن عظمت آن‌چه خداوند می‌خواهد استفاده کرد. خدا از ابراهیم خواست تا پسر خود را به قتل برساند. ابراهیم باید آن قدر به خدا ایمان داشته باشد که حاضر باشد از منطق جهان سرپیچی کند. کیرکگارد تأکید می‌کند که شما باید خودتان را از دست بدهید، خود را انکار کنید و از تمام قدرتی که در طول زندگی به دست آورده‌اید، چشم‌پوشی کنید.

کیرکگارد دوباره و دوباره توصیف می‌کند که چه احساسی دارد که بر لبه ایمان آویزان شوید بدون این که بتوانید این جهش درک‌ناشدنی را انجام دهید. «به نوبه خود، من به خوبی می‌توانم حرکات ایمان را توصیف کنم اما نمی‌توانم آن‌ها را عملی کنم. اگر کسی بخواهد شما را یاد بگیرد، می‌تواند خودش را در یک سورتیه از سقف معلق کند و حرکات را به خوبی طی کند اما او حقیقتاً شما نمی‌کند.»

وی ادامه می‌دهد: «من نمی‌توانم حرکت ایمان را عملی کنم، نمی‌توانم چشمانم را ببندم و با اطمینان در امر درک‌ناشدنی فرو بروم. این برای من غیرممکن است اما من خود را به خاطر آن ستایش نمی‌کنم. من اطمینان دارم که خداوند عشق است؛ این فکر برای من به اندازه سرودی کهن اعتبار دارد. وقتی برای من حضور پیدا می‌کند، من به طرز ناگفتنی‌ای خوشحالم. هنگامی که غایب باشد، خواهان آن هستم با شدت بیش‌تری از عاشقی که خواهان معشوقش است تمنای او را دارم؛ اما من باور نمی‌کنم؛ این شجاعتی است که من فاقد آنم.»

کیرکگارد به نوعی اظهار داشت، باید از این دالان عبور کرد و این جهش به عالم درک‌ناشدنی باید انجام شود. فقط شوالیه‌ای که تسلیم این عالم نامحدود شده می‌تواند معشوق خود را اسیر کند. فقط با از دست دادن خود می‌توانید خود را پیدا کنید. شما باید آن‌چه را که دوست دارید تسلیم کنید تا بهتر و با نشاط‌تر از گذشته آن را باز پس بگیرید.

شلدون وانوکن در خاطرات خود با عنوان یک رحمت شدید چگونگی رسیدن همسرش، دیوی به ایمان مذهبی را توصیف می‌کند. دیوی در تمام دوران بزرگسالی خود احساس کرده بود که دین مسخره است. سپس با مفهوم گناه روبه‌رو شد، با دوستان مسیحی خود روبه‌رو شد، انواع کتاب‌های مسیحی را خواند و ایمان "همچون آب حیات در جان او فرو رفت". در خاطرات خود نوشت: «امروز در عبور از یک طرف اتاق به سمت دیگر، همه آن‌چه را که هستم، همه آن‌چه را که از آن می‌ترسم، متنفرم، دوست دارم و یا بدان‌ها امیدوارم را خرد کردم و فرو ریختم؛ و خب او این را انجام داد. من به راه خود را به خدا و به مسیح معطوف ساختم.»

چند شب بعد شلدون کنار آتش نشسته بود و به زغال در حال سوختن خیره شده بود که ناگهان از نشستن دیوی روی زانوهایش آگاه شد که در کنار او دعا می‌کرد. او در گوش شلدون نجوا کرد: «عزیزم این واقعیت دارد! خواهش می‌کنم باور کن!»

شلدون که تقریباً به گریه افتاده بود، زمزمه کرد: «باور می‌کنم عزیزم.» او بعداً نوشت: «این تأیید او را لرزاند.» اما این احساس دوام نیاورد. این عشق او به همسرش بود که باعث شد او آن حرف‌ها را بگوید، نه اعتقاد واقعی. او بازگشت دیوی قدیمی را می‌خواست.

رسیدن شلدون به ایمان متفاوت بود. این یک اعتقاد ناگهانی و یک نوع تسلیم نبود. بیشتر روشنفکرانه بود. به جای یک دید گسترده کامل، سرانجام او با استدلال متقاعد شد که خدا باید وجود داشته باشد. در این استدلال‌ها او جلوه‌هایی از الوهیت را درک می‌کرد، اما باید بدون رسیدن به یقین انتخاب را انجام می‌داد. یک انتخاب آگاهانه و عامدانه. «فرد فقط یک طرف را می‌تواند انتخاب کند؛ بنابراین من اکنون طرف خود را انتخاب می‌کنم؛ من زیبایی را انتخاب می‌کنم؛ آن‌چه را دوست دارم انتخاب می‌کنم؛ اما انتخاب اعتقاد، باور داشتن است. این تنها کاری است که می‌توانم انجام دهم: انتخاب کردن. من به شک و تردیدهای خود اعتراف می‌کنم و از پروردگار مسیح می‌خواهم که وارد زندگی من شود.» من می‌گویم: «ای پروردگار، من به تو ایمان دارم، ایمان من را حفظ کن.»

یک تعهد مذهبی -مانند سایر تعهدات- بیش‌تر شبیه پاسخ دادن به یک فراخوان است تا چیزی شبیه به انتخاب کدام قوطی سوپ در سوپر مارکت. این چیزی است که شما می‌توانید آن را کنترل کنید یا کنترل نکنید. هیچ‌کس فقط با دویدن به دنبال ایمان آن را به دست نمی‌آورد اما هیچ‌کس هم ایمان نمی‌آورد مگر این‌که به طریقی به دنبال آن حرکت کند. افراد زیادی را می‌شناسم که

ترجیح می‌دهند ایمان مذهبی داشته باشند، اما ندارند؛ و دیگری را هم می‌شناسم، بهتر و بدتر از آن‌ها که ایمان دارند و شاید گاهی اوقات آرزو می‌کنم که ای کاش چنین ایمانی نداشته باشند.

من توصیف کریستین ویمان در مورد رسیدن به ایمان به مثابه تأیید حقیقتی که قبلاً در درونشان نهفته بوده را دوست دارم. من توصیف ایمان سی. اس. لوئیس از ایمان به عنوان از دست دادن مهار و فقدان استقرار را به شدت می‌پسندم:

بدون کلمات و (فکر می‌کنم) تقریباً بدون تصویر، یک واقعیت در مورد خودم به نوعی به من ارائه شد. من آگاه شدم که چیزی را در کرانه نگه می‌دارم یا چیزی را در خود خاموش می‌کنم. یا اگر دوست دارید، من لباس سختی مانند یک زره پوشیده بودم، انگار که یک خرچنگ بودم. احساس می‌کردم که با انتخاب آزاد خودم، در آنجا و در آن زمان هستم. می‌توانستم در را باز کنم یا آن را بسته نگه دارم. من می‌توانم زره را جدا کنم یا پوشیدنش را ادامه دهم.

سپس انعکاسی در سطح تخیلم آمد. احساس کردم انگار من مردی از جنس برف هستم که مدت‌هاست در حال ذوب شدن هستم. ذوب شدن از پشتم شروع شد، قطره قطره و بعد شرشرکنان. من این احساس را دوست نداشتم.

بهترین شکلی که من برای توصیف لحظه تصمیم خودم شنیدم این است؛ تصور کنید که سوار قطاری هستید. در صندلی خود نشسته‌اید، کتاب می‌خوانید یا به موبایل‌تان خیره شده‌اید. در اطرافتان افرادی هستند که کارهای عادی خود را انجام می‌دهند. روی سطح همه‌چیز یکسان به نظر می‌رسد؛ اما درحالی که مسافتی را در دل دشت طی می‌کنید ناگهان به ذهنتان خطور می‌کند که شما با ایستگاهی که در آن سوار شده‌اید فاصله زیادی دارید. زمین زیادی در پشت شما وجود دارد. علاوه بر این، در مقطعی از سفر از یک مرز عبور کردید. هیچ آداب و رسوم گمرکی و یا افسری که مدارکتان را ببیند وجود نداشت. می‌دانید که درحالی که خدا هنوز یک راز بزرگ برای شماست اما دیگر به او بی‌اعتقاد نیستید. دیگر یک بی‌خدا نیستید. حتی یک ندانم‌گرا هم نیستید. دیگر نمی‌خواهید بدون متافیزیک کتاب مقدس زندگی کنید. شما به یک کشور دیگر وارد شده‌اید و آن‌جا اسطوره‌ها واقعیت دارند.

این عادlane است که پرسم، آیا من تغییر دین داده‌ام؟ آیا من یهودیت را ترک کردم و مسیحی شدم؟ اولین چیزی که باید بگویم این است که در حالی که این دسته‌بندی‌ها در جهان، در تاریخ و

در ذهن تقریباً همه کسانی که می‌شناسم تا حد زیادی مخالف همدیگر بوده‌اند، آن‌ها هرگز در زندگی من با یکدیگر متناقض نبوده‌اند. من از چهار سالگی هر دو داستان را در زندگی‌ام تجربه کرده‌ام و اکنون هیچ چیز فرقی نمی‌کند. احساس می‌کنم بیش‌تر از گذشته یهودی هستم. من همیشه هستم و همیشه از نظر فرهنگی یهودی خواهم بود اما اکنون احساس می‌کنم از نظر مذهبی یهودی هستم. عهد خدا با یهود یک چیز واقعی است. وقتی در مراسم یهودیان هستم، مثل همیشه قلبم متورم می‌شود و احساس می‌کنم در خانه هستم. من ایمان را بیشتر از گذشته دوست دارم. اگر یهودیان من را به عنوان یک یهودی نمی‌خواهند، این آن‌ها هستند که باید مرا بیرون کنند.

از طرف دیگر من نمی‌توانم خواندن انجیل متی را انکار کنم. خوشاگویی^{۴۹}ها از نظر اخلاقی عالی و منبعی برای خوف هستند که نفس شما را از بین می‌برد و به همه چیز اشاره می‌کند. در خوشاگویی‌ها ما نقشه راه نهایی زندگی خود را می‌بینیم. در کتاب مقدس معجزات زیادی وجود دارد اما حیرت‌انگیزترین آن وجود این خطابه کوتاه است.

همان‌طور که سینتیا بورژو خلاصه آن را بیان می‌کند: «عیسی می‌آموزد که تنها وظیفه انسانی ما واقعاً در اینجا است که فراتر از غرایز بقای موجود در مغز حیوانات و سیستم عامل خودمحرمان به سوی شادی و سخاوت‌مندی و شخصیت کامل انسان رشد کنیم. مأموریت او این بود که به ما نشان دهد که چگونه این کار را انجام دهیم.»

عیسی شخصی است که به ما نشان می‌دهد که چه چیزهایی را از خود دور می‌کند. او به کسی رحم نکرد، او خود رحمت است. او عشق کاملی را ارائه نکرد، او عشقی کامل است. همان‌طور که رومنو گاردینی، روشنفکر کاتولیک می‌نویسد: «در خوشاگویی‌ها چیزی از عظمت آسمانی شکسته می‌شود. این‌ها صرفاً فرمولی برای رسیدن به اخلاق برتر نیستند بلکه خبر از ورود واقعیتی مقدس و عالی به جهان می‌دهند.» این گفته‌ها برای من احساس کمال به ارمغان می‌آورند که من را به این سؤال اساسی سوق می‌دهند: «آیا به رستاخیز عیسی مسیح اعتقاد دارم؟ آیا معتقدم جسد وی سه روز پس از مصلوب شدن از مقبره خارج شده است؟» پاسخ ساده و روراست من این است که می‌آید و می‌رود. نگهبان مرز در من هنوز قوی است.

جواب کامل‌تر این است که روشی که به واسطه آن من ایمان را تجربه می‌کنم مثل یک بلوک بتنی نیست. ایمان مترادف تغییر است. ایمان لحظه‌ای اینجا است و لحظه‌ای دیگر بین رفته است، مانند جریانی که تبخیر می‌شود، حداقل برای من. فردریک بوچنر رمان‌نویس یک بار متوجه این شد که

اگر از وی سؤال شود که ایمان چیست؟ «این دقیقاً سفر در فضا و زمانی است که من در مورد آن‌ها صحبت می‌کنم، فراز و نشیب‌ها در طول سال‌ها، رویاها، لحظه‌های عجیب، شهود... ایمان مانند دل‌تنگی برای خانه است. ایمان توده‌ای در گلو است. ایمان بیش‌تر از بودن در یک موضع حرکت به سمت چیزی است و بیش از یک امر مطمئن، یک گمان است. ایمان منتظر است.»

شهر کتاب (nbookcity.com)

باید اعتراف کنم که واقعاً با بیشتر افراد مذهبی که ملاقاتشان می‌کنم مأنوس نیستم. من نمی‌خواهم از شک و شبهاتم به‌عنوان نشان افتخار استفاده کنم تا نظر من منطقی‌تر یا پیشروتر از باقی جهان ظاهر شود. من کاملاً تأیید می‌کنم که این شبهات احتمالاً به دلیل کمبود خودم و سال‌های طولانی زندگی در سطح بالای نمایش رشد می‌کند. من فقط می‌گویم ایمان را همان‌گونه که دیگران دارند، تجربه نمی‌کنم و خدا برای آن‌ها به اندازه‌ی میز جلوی شما واقعی است. ایمان برای آن‌ها صمیمانه است. آن‌ها با تمام وجود در آن هستند. در کتاب انواع تجربه‌های مذهبی، ویلیام جیمز از زنی نقل می‌کند که نمی‌تواند تصور کند که با شک و تردیدهایش کلنجار برود و این‌که نتواند کاری بکند «همان لحظه که صدای گریه پدرم را شنیدم که مرا صدا می‌کرد، قلبم در کرانه‌ی شناخت قرار گرفت. دویدم، دستانم را دراز کردم و با صدای بلند فریاد کشیدم: «من اینجا هستم، پدر.»» در این یکی شدن دل‌ها چیزی زیبا هست.

اما من از زاویه‌ای متفاوت، بر اساس سفر متفاوت، به روش‌هایی که بدون شک با گذشته و شخصیت من پیوند می‌خورند، به ایمان رسیده‌ام. من بیش‌تر با گروهی کوچک‌تر از مردم ارتباط برقرار می‌کنم که در کشمکش با ایمان هستند که با تمام احتمالات مسخره‌ی ایمان می‌جنگند. من قبل از این‌که خدا را تجربه کنم، رحمت را تجربه کردم و بعضی اوقات هنوز هم برای بازگشت به سرچشمه مشکل دارم؛ اما می‌فهمم تا زمانی که پنج یا ده نفر در زندگی شما وجود داشته باشد که ایمان آن‌ها وحشتناک و واقعی به نظر می‌رسد و مانند خود شما هستند، کلیت این امر را قانع‌کننده نگه می‌دارند. تمام آن‌چه شما نیاز دارید یک گروه حداقلی مومنان است.

واقع‌گرایی مذهبی

برای این واقع‌گرایان مذهبی، مبارزه‌ای برای ایمان به خود ایمان نیز وجود دارد. برای این افراد، ایمان به‌عنوان یک گسترش خودآگاهی است که دوام نمی‌یابد. شما از بعد دیگری از وجود آگاه می‌شوید که یک نفر آن را مانند خانه تجربه کرده است و سپس از بین می‌رود.

ایمان بیش از آن‌که به‌طور مداوم در آن بُعد اضافی زندگی کند، با یک نگاه گذرا آن را می‌بیند و پس از آن در آرزوی دیدن دوباره‌اش می‌ماند. مردمی که در این اردوگاه هستند ایمان را نه به‌عنوان یک درک پایدار بلکه به‌عنوان نوعی تمایل یا شاید به‌عنوان نوعی ظن و گمان توصیف می‌کنند. ایمان بیش از آن‌که شناختن خدا با همه‌ی جزئیاتش باشد حرکتی مداوم به سمت چیزی است که نیمی از اوقات حتی آن را احساس هم نمی‌کنید.

در این نوع ایمان، رمز و راز همیشه پیش رویتان است. ویمان نوشت: «پروردگارا، من فقط با استفاده از آگاهی‌های خود می‌توانم به تو نزدیک شوم، اما آگاهی فقط می‌تواند به تو به عنوان یک شی نزدیک شود که تو نیستی. من هیچ امیدی ندارم که بتوانم تو را تجربه کنم در حالی که من جهان را مستقیم و بدون واسطه تجربه می‌کنم، اما من چیزی بیش‌تر نمی‌خواهم. در واقع عطش من برای تو بسیار عظیم و عمیق است - یا آیا این نشان‌گر عطش تو برای من است؟- به نظر تو را می‌بینم در گل‌های سیاهی که سوگواران در کنار گوری می‌گذارند که نمی‌شناسم... تو را در فراوانی برهنه درختان زمستانی می‌بینم که هر شاخه‌شان روشن و مملو از برف است. پروردگارا، پروردگارا، پرتگاه‌های درون آن "به نظر" چقدر روشن هستند.»

استعاره‌های مربوط به آب در بحث‌های مذهبی بسیار فراوانند زیرا عطش در جای جای این مقوله وجود دارد. گفته می‌شود که خداوند جریان آب زنده‌ای است که برای آن نفس نفس می‌زنیم، همان‌طور که یک گوزن برای آبی که در یک نهر جاری است عطش دارد. گفته می‌شود که ایمان به مانند جرعه آبی است که عطش را برانگیخته است.

اگر روایات ایمان را حتی از عمیق‌ترین مؤمنان بخوانید، می‌بینید که دورانی به مانند خشک‌سالی، دوران عذاب و لحظه‌های چالش عمیق وجود دارد. خاخام جوزف سولووتچیک خاطرنشان می‌کند: «دین در ابتدا پناهگاه فضل و رحمت برای سرخوردگان و ناامیدان، یا یک جریان مسحورکننده برای ارواح درهم شکسته نیست بلکه یک سیلاب خشمگین و فریبنده از آگاهی انسان با همه بحران‌ها، درد و رنج‌ها و عذاب‌هایش است.» سولووتچیک استدلال می‌کند که دقیقاً سفر در امتداد این رودخانه‌های سنگی است که ایمان را از سطحی بودن بری می‌کند؛ و این کار آسانی نیست. همان‌طور که ویمان بیان می‌کند: «اگر قرار باشد خداوند نجات‌دهنده زخم‌های روحی یا فرار از دردهای زندگی باشد، پس باید اعتراف کنم این برای من کار نمی‌کند.»

مادر ترزا در ۱۰ سپتامبر ۱۹۴۶ در حالی که سوار بر قطاری بود تجربه شدیدی از ایمان داشت. او عشق خدا را به عنوان «عطش قلب عیسی که در فقر پنهان شده بود» تجربه کرد؛ اما به نظر می‌رسد اوایل سال ۱۹۵۳ و حداقل تا سال ۱۹۹۵ تمام ارتباط خود را با خدا از دست داده بود. او در نامه‌های خصوصی خود اعتراف می‌کند: «در قلب من یک فضای خالی است؛ و هیچ ایمانی در آن نیست. درد عظیم از دست دادن خداوند، خدایی که مرا نمی‌خواهد، خدایی که خدا نیست و خدایی که واقعاً وجود ندارد.» سال پس از سال، تاریکی عمیق‌تر شد، حتی درحالی که او هم‌چنان

در خدمت خداوند بود؛ اما سال‌ها پس از سال‌ها تمنای او برای ایمان هم‌چنان پایدار بود. در حقیقت با عمیق‌تر شدن تاریکی، تمنای او قوی‌تر می‌شد. «من با تو (مسیح)، از اشتیاقم به تو ساعت‌ها صحبت می‌کنم.» در تمام این مدت، او در حال باز کردن خانه‌ها برای فقرا، خدمت به فقرا و رنج کشیدن برای آنها بود.

در طی این سال‌ها زندگی شخصی او آن‌گونه که یکی از دانشجویانم به نام دانیل گوردون بیان کرده بود داستان "تمنا در غیاب" بود. در سال ۱۹۶۱ یک روزنیت^۵ اهل اتریش به نام ژوزف نونر به او گفت که او در حال تجربه کردن تاریکی‌ای است که تمام اساتید معنوی باید آن را تحمل کنند و تنها پاسخ برای آن تسلیمی کامل‌تر و بی‌قید و شرط‌تر بود. به دلایلی که درک آن دشوار است، این درس تاثیر مهیبی بر مادر ترزا گذاشت. او نوشت: «برای اولین بار پس از ۱۱ سال، من عاشق تاریکی شده‌ام.» به گفته یک زندگی‌نامه‌نویس، تاریکی او ناشی از شناسایی شدنش به واسطه افرادی بود که بدان‌ها خدمت می‌کرد. فقرا همواره احساسی از ناخواسته بودن را با خود به دوش می‌کشیدند. او اکنون فراخوانده شده بود تا بار آن‌ها را بر دوش بگیرد و در آن سهیم شود. او نوشت: «حتی در تاریکی، مسیر مطمئن است.» و ادامه داد: «من فقط این خوشی را دارم که هیچ ندارم، حتی واقعیت حضور خدا را.»

همان‌طور که گوردون می‌نویسد، با نگرشی که شخص نسبت به درد و رنج غیرقابل اجتناب اتخاذ می‌کند می‌توان معنا را یافت. هنگامی که مادر ترزا معنای رنج خویش را فهمید، شروع به احساس نوعی مأموریت کرد. ایمان او مرهم نبود. اغلب یک غم و اندوه تاریک بود اما او حتی پس از ترک کردن ایمانش به تعهد خود نسبت به آن ادامه داد و این تاریکی و اشتراک در رنج فقرا را تحمل می‌کرد.

به عبارت دیگر تعهد به ایمان، تعهدی است که در تمام فصول مختلف ایمان و حتی در آن لحظه‌هایی که ایمان وجود ندارد، به آن وفادار بمانید. متعهد شدن به ایمان، متعهد شدن به مجموعه‌ای از فراز و نشیب‌های طولانی، به شهود، به یادگیری و فراموش کردن و به شناختن یک نوع خدا وقتی ۲۵ ساله هستید و یک خدای بسیار متفاوت در ۳۵ سالگی، پنجاه سالگی و ۷۵ سالگی است. این به معنی تحمل کردن در زمانی است خود را به شکل‌های جدیدی نشان می‌دهد و ایمان باید بار دیگر اصلاح شود. متعهد شدن به ایمان، تعهد به تغییر است. این شامل لحظات ناامیدی است و گرنه اسمش ایمان نیست.

در ۲۷ سالگی، فردریک بوچنر دو رمان منتشر شده داشت. او به نیویورک نقل مکان کرد تا نوشتن تمام وقت را امتحان کند، اما اوضاع خوب پیش نرفت. افسرده شد و به حرفه‌های دیگر فکر کرد، شاید تبلیغات. بدون هیچ دلیل واضحی شروع کرد به حاضر شدن در یک کلیسای پرسبیتری در خیابان مدیسون، حتی با این که فهمید که بیش‌تر روحانیون از سطح وجود خود و نه از اعماق آن موعظه می‌کنند. یک روز او به خطبه‌ای گوش می‌کرد که به مقایسه تاج‌گذاری ملکه الیزابت و عیسی می‌پرداخت. واعظ گفت: «عیسی در میان شکوه و تاج و تخت تاج نبود، بلکه «در بین اعتراف و اشک و خنده‌های بلند» بود.»

بوچنر می‌نویسد که با شنیدن عبارت "و خنده‌های بلند"، «به دلایلی که هرگز درک نکردم، دیوار بزرگ چین در من فرو ریخت و آتلانتیس از دریا بلند شد و در خیابان مدیسون در خیابان ۷۳، اشک طوری از چشمانم سرازیر شده بود که گویی صورتم به جایی اصابت کرده باشد.»

بوچنر ایمان را به مثابه جست‌وجویی برای آن چه او به عنوان حضور زیرکانه رحمت در جهان خوانده است، تجربه کرد. او آن را به عنوان احساسی مبهم تجربه کرد مبنی بر این که زندگی فقط دسته‌ای از اتم‌ها نیست که تند و سریع در اطراف یکدیگر می‌جهند بلکه داستانی با یک طرح است که به جایی مشخص منتهی می‌شود.

بوچنر بعدها در زندگی، خود را در بین مسیحیان جوانی یافت که با اعتماد به نفس در مورد خدا صحبت می‌کردند، گویی که تمام مدت با او صحبت می‌کنند و او نیز پاسخشان را می‌دهد. خدا به آن‌ها گفته بود که این شغل را دنبال کنند و نه آن یکی را و فلان غذا را در رستوران سفارش دهند و نه آن یکی را. او میوه‌ت شده بود. او نوشت: «اگر می‌گویید خدا را می‌شنوید که هر روز در مورد هر موضوعی با شما صحبت می‌کند، دارید سعی می‌کنید سر خودتان یا دیگران را شیر بمالید.»

او ادامه می‌دهد در عوض باید در رخت‌خواب خود بیدار شوید و بپرسید: «آیا امروز می‌توانم دوباره به همه این‌ها اعتقاد داشته باشم؟» یا بهتر از این، بعد از مروری بر اخبار صبح‌گاهی و خبردار شدن از تمام قساوت‌ها و وحشی‌گری‌هایی که در جاهای مختلف دنیا صورت گرفته از خودتان این سؤال را بپرسید. اگر هر روز پاسخ شما به این سؤال در مورد باورتان "بله" باشد، احتمالاً نمی‌دانید اعتقاد به خدا به چه معناست. او می‌نویسد. «حداقل پنج بار از ده جواب باید نه باشد، زیرا وجود این نه به اندازه بله مهم است و شاید بیش‌تر از آن. نه همان چیزی است که انسان بودن شما را اثبات می‌کند در صورتی نسبت به آن شک و تردید دارید؛ و سپس اگر بعضی از صبح‌ها جواب واقعاً بله باشد، باید

بله‌ای باشد که با اعتراف و اشک و خنده‌های بلند خفه شده باشد.»

بنابراین تعهد به ایمان، استمرار ایمان به پشتوانه شک و تردید است. این به معنی پایداری در ایمان از طریق رنج و اضطراب است. این به معنی پایداری در ایمان به واسطه مبارزه و استقامت و پایداری در ایمان علی‌رغم وجود تمام احمق‌ها و احمق‌های بی‌اخلاقی است که از طرف دین و ایمان شما سخن می‌گویند. این پایداری در ایمان علی‌رغم حماقت گاه و بی‌گاه کنیسه‌ها، مساجد یا کلیساهایی است که قرار است خانه خدا باشند. ریچارد روه‌ر راهب فرانسیسکن می‌نویسد: «کلیسا هم بزرگ‌ترین مشکل فکری و اخلاقی من است و هم خانه دل‌داری من. او هم‌زمان یک فاحشه شهوت‌ران و یک عروس هزار داماد است.» و با همه این‌ها ایمان کانون اصلی و لذت بنیادین زندگی اوست.

آن‌چه واقعاً سعی کردم در اینجا توصیف کنم چیزی است که ما در روزنامه‌ها درباره آن صحبت نمی‌کنیم؛ چگونگی رخ دادن روند تحول درونی. کسی واقعاً در قالب روزمره‌اش متوجه آن نمی‌شود، اما وقتی به گذشته ۵ سال پیش نگاه می‌کنم که چطور بودم، واقعاً شگفت‌انگیز است، همان‌طور که مطمئنم در سفر شما نیز چنین حسی وجود داشته باشد. این یک تغییر در کیفیت آگاهی است. این یک روند تدریجی برای به‌دست آوردن دانش جدیدی است که به آرامی و آهستگی در مرکز وجود شما ذخیره می‌شود. سینتیا بورژوال می‌نویسد که ملکوت بهشت جایی نیست که به آن بروید. این جایی است که شما از آن آمده‌اید. این روشی دگرگون شده برای نگاه به جهان است و زمانی رخ می‌دهد که عمیق‌تر به سمت خدا حرکت می‌کنید و خداوند به عمق بیشتری از درون شما نفوذ می‌کند.

و آن‌چه شما نهایتاً به آن می‌رسید یک حس عالی پیوند یافتن و یک احساس یگانگی متافیزیکی است. هیچ چیزی مانند یک خودخواهی که شما را از همه‌کس و همه‌چیز جدا می‌کند نیست. این توهم مدرنیته است. بهترین بخش سفر عجیب و غریب زندگی من در طی پنج سال گذشته زندگی این است که این احتمال را به من یادآوری می‌کند که ممکن است طی پنج، ده یا بیست سال دیگر سفر عجیب و غریب دیگری داشته باشم؛ بنابراین هیچ چیز به عنوان یک امر بسیار بعید از سوی من رد نمی‌شود. وقتی خود را به روحی زده‌اید که نمی‌توانید درکش کنید، دیگر هیچ چیز شما را شوکه نمی‌کند، اما همه چیز شما را به حیرت و تعجب وامی‌دارد.

۲۲: شیب‌راه‌ها و دیوارها

اکنون فقط باید می‌فهمیدم چگونه می‌توان این تعهد را عملی کرد. افراد متدین چگونه زندگی می‌کنند؟ احتمالاً تا اینجا می‌توانید حدس بزنید که کدام بخش از دین‌داری برای من سخت خواهد بود، بخش تسلیم کور. حرف‌های زیادی زده شده، به‌خصوص در مورد مرگ نفس، تسلیم همه‌چیز به خدا، برداشتن دستانتان از روی فرمان و اجازه به خدا برای راندن. حرف‌های زیادی هم گفته شده در مورد فساد شدید بشر و تضاد فرضی بین روح و جسم. من قبلاً فکر می‌کردم دین‌دار بودن به این معنی است که شما اعتراف می‌کنید که خدا کنترل زندگی شما را در دست دارد و شما تسلیم هر آن‌چه خدا به شما می‌گوید هستید؛ و حالا می‌توانم ببینم که چرا قبلاً این‌طور فکر می‌کردم. حرف‌های زیادی در همه مذاهب وجود دارد که به شما این احساس را می‌دهد که خداوند خواستار عدم حضور مؤثر شماست. خداوند استاد است و شما بنده هستید.

خوشبختانه به نظر نمی‌رسد آن نوع پیروی کور یا پاک کردن خود همان چیزی باشد که خدا می‌خواهد. این موضوع مطمئناً صحیح است که اراده مسئله‌ساز است، خودمحور است و تمایل دارد که تمام وجود انسان را به عنوان چیزی که مرا احاطه کرده است، به عنوان چیزی جلوی من، در کنار من و پشت سر من ببیند. یک خودخواهی ذاتی در دیدگاه عادی انسان وجود دارد.

اراده هم‌چنین خودشیفته است. همان‌طور که سی. اس. لوئیس بیان می‌کند هر فکر دیگری که ممکن است داشته باشیم به نظر می‌رسد مربوط به خودمان است. وقتی به این فکر نمی‌کنید که سردتان یا گرم‌تان است، گرسنه یا سیر هستید، در حال تکرار کردن حرفی هوش‌مندانه هستید که می‌خواهید بگویید یا از این‌که فرد دیگری با شما رفتار درستی نداشته عصبانی هستید. حتی وقتی شما کاری واقعاً فروتنانه و خوب انجام می‌دهید، نفستان برمی‌گردد و خودتان را به‌خاطر فروتن بودن و خوب بودن تحسین می‌کند.

اراده هم‌چنین حریص است. اراده شما محبوبیت می‌خواهد و هرگز راضی نمی‌شود. گناهان کبیره ناشی از پرستش بیش‌ازحد خود و بی‌رحمی نسبت به دیگران است؛ هوس، بی‌عدالتی، تعصب، حرص و طمع، عدم صداقت، خیره‌سری و ظلم.

متکلم فقید یوحین پیترسون می‌گوید: «زمانی که من اراده خود را به کار می‌اندازم، متوجه می‌شوم که انگار یک روباه را مسئول قفس مرغ‌ها کرده‌ام. اراده من مظهر شکوه و جلال من است و هم‌زمان

چیزی است که بیشترین مشکل را برای من ایجاد می‌کند.» اگر به آن چه ویلیام ارنست هنلی در شعر شکست‌ناپذیر می‌گوید: «من ارباب سرنوشت خویشتم، من ناخدای سرشت خود هستم» معتقد باشید، در واقع دارید به سمت صخره‌ها حرکت می‌کنید.

اما به نظر نمی‌رسد که خداوند خواستار حذف اراده باشد. به نظر می‌رسد او آموزش و تحول در آن را می‌خواهد. او خواستار فقدان اراده نیست بلکه خواستار تلفیق اراده شخص و خواست خدا است. پیترسون این‌گونه توضیح می‌دهد: «وقتی بچه بود اجازه یافت در فروشگاه قصابی پدرش کار کند. او شروع به جارو کردن زمین کرد و سپس از دید پدر در این کار فارغ‌التحصیل شد تا همبرگر آماده کند. بعد هنگامی که بزرگ‌تر شد، به او چاقو داده شد.» یکی از قصاب‌های دیگر به او گفت: «آن چاقو اراده خود را دارد. چاقوی خود را پیدا کن.»

پیترسون همچنین دریافت که «لاشه گوشت گاو اراده خود را دارد، این فقط یک توده بی‌اثر گوشت و غضروف و استخوان نیست بلکه دارای ویژگی، مفاصل، بافت و دانه است. بریدن یک تکه گوشت گاو برای کباب و استیک موضوع تحمیل اراده غنی شده چاقوی من بر ماده‌ای مرده و گنگ نبود بلکه من با احترام وارد واقعیت آن ماده می‌شدم.»

مؤمن با احترامی فروتنانه به خدا نزدیک می‌شود و از طریق مطالعه و دعا و انضباط معنوی به او می‌رسد تا احساسی نسبت به بذر عشق خدا را بدست آورد. او به تدریج می‌آموزد که در کنار بذر عشق خدا زندگی کند. این نه تلاش ارادی برای تسلط بر زندگی است و نه تسلیم کامل و نابودی خود است. این یک پاسخ مشتاقانه است. این مشارکت است، مشارکت پیچیده اراده فرد در خواست بزرگ‌تر خداوند.

همان‌طور که پیترسون گفته است این نه به معنی تلاش برای زندگی با صدای فعال، یعنی تسلط و نه با صدایی منفعل، یعنی تسلیم بلکه به معنی یک صدای میانه است که گفت‌وگو و پاسخ است: «ما خودمان را در جریان رحمت رها نمی‌کنیم تا در اقیانوس عشق غرق شویم و هویت خود را از دست بدهیم. ما رشته‌هایی را که عملکرد خداوند را در زندگی ما فعال می‌کند، نمی‌کشیم و خدا را منوط به هویت ادعایی خود نمی‌کنیم. ما نه خدا (صدای فعال) را به بازی می‌گیریم و نه توسط خدا (صدای منفعل) بازی داده می‌شویم. ما درگیر عمل هستیم و در نتایج آن شرکت می‌کنیم اما آن را کنترل یا تعریف نمی‌کنیم (صدای میانی). دعا با صدای میانه اتفاق می‌افتد.»

ایمان و رحمت الهی به از دست دادن آرام و قرار مربوط نمی‌شوند. آن‌ها از تقویت و توان‌مندسازی قرار یافتگی ما سخن می‌گویند در حالی که آن را تغییر می‌دهند. هنگامی که رحمت جاری می‌شود، به ما چیزهای بهتری می‌دهد که بخواهیم و قدرت بیشتری که آرزوی آن را داشته باشیم. وقتی افراد در مورد مرگ نفس صحبت می‌کنند واقعاً از این می‌گویند که خواسته‌های قدیمی در آن‌ها می‌میرد و یک مجموعه جدید و بهتر از خواسته‌ها در آن‌ها زنده می‌شود. وقتی بچه بودم نوشیدنی کول‌اید را دوست داشتم، خواسته‌ای که اکنون برایم جذابی نیست. اکنون قهوه و شراب را ترجیح می‌دهم، خواسته‌هایی که آن موقع هیچ جذابی برای من نداشت. وقتی کارم را شروع کردم واقعاً دوست داشتم مشهور شوم و به حلقه‌های خصوصی دعوت شوم. اکنون من شهرت بیشتری از آن‌چه واقعاً می‌خواستم دارم و آن‌قدر حلقه‌های خصوصی را دیده‌ام که جذابیتهای آن را برای من از دست داده‌اند.

عشق به خدا و مشارکت با عشق خدا نشان‌دهنده براندازی نفس است اما نشانه تضعیف نفس نیست. جرالد می‌بین اراده و تمایل تمایز قائل شد؛ «اراده، حاکی از اختیار و میل کاپیتان کشتی به راندن کشتی خود است. تمایل میل به پاسخ‌گویی به یک تماس در قالب یک پاسخ محکم است.»

زندگی دینی فقط تفکر و احساس انتزاعی نیست بلکه شیوه‌های مشخص، همراه بودن با افراد واقعی و ورود به اجتماع واقعی را شامل می‌شود. من شروع کردم به این که به سفر مذهبی خودم به‌عنوان پیاده‌روی برای زیارت یک مکان مقدس فکر کنم. من در سفر به سوی خدا بودم و خیلی سریع در این مسیر فهمیدم که افراد و نهادهای مذهبی گاهی اوقات شیب‌راه‌ها یا رمپ‌هایی می‌ساختند که ادامه سفر را آسان‌تر می‌کرد، یا دیوارهایی می‌ساختند که ادامه سفر را سخت‌تر می‌کرد. فهمیدم که بسیاری از دیوارها در جهان ناشی از ترکیب یک مجموعه عقلی ذهنی است که با یک مجموعه برتری معنوی همراه است.

این ترکیب می‌تواند به عنوان مثال به دیوار اول منتهی شود؛ ذهنیت محصور. بسیاری از مسیحیان متوجه می‌شوند که شکاف‌های فزاینده‌ای بین ارزش‌های آن‌ها و ارزش‌های سکولار، به‌ویژه در مورد مسائل جنسی وجود دارد. این می‌تواند به سرعت منجر به یک احساس قربانی بودن جمعی شود. "فرهنگ" آن بیرون است و می‌خواهد ما را به دام بیندازد. ما باید به پاکی قلمروی محصور خود بازگردیم. نکته عجیب این است که ذهنیت محصور در افرادی که به آن چنگ می‌زنند، احساس خوبی ایجاد می‌کند. این روشی ساده برای تفسیر جهان به مردم می‌دهد؛ مای نجیب در

برابر آن‌های قدرت‌مند و گناهکار. ما معصومیت قربانی بودن را در خود داریم.

دیوار دوم دیوار شنیدن بد است. تعداد معینی از متدینین وجود دارند که در هر مکالمه‌ای مجهز به مجموعه‌ای از جملات آماده شده در قفسه‌های ذهنشان و گفته‌هایی هستند که برایشان حکم سپر یا زره را دارند. آن‌ها به جای گوش دادن به سؤالات افراد مقابلشان، صرف‌نظر از شرایط، فقط پندهای اخلاقی را بی‌وقفه بلغور می‌کنند.

دیوار سوم، دیوار توجه تهاجمی است. برخی از مردم از پوشش ایمان برای ورود به مسائل خصوصی افراد دیگر استفاده می‌کنند، آن‌هم در شرایطی که کسی از آن‌ها چنین چیزی نخواست است. آن‌ها به خود می‌گویند فقط دارند سعی می‌کنند که دلسوزی و مراقبت نشان دهند. به خود می‌گویند که از طریق دعا چیز مهمی را در زندگی فرد دیگر تشخیص داده‌اند که شنیدن آن برای شخص مقابل نیز مهم است؛ اما واقعاً آن‌ها فقط به بهانه این که خدا این را از آن‌ها می‌خواهد، پا به محدوده‌ای می‌گذارند که هیچ چیز از آن نمی‌دانند و کسی هم نمی‌خواهد که آن‌ها آنجا باشند.

دیوار چهارم، دیواری از میانه‌روی فکری است. من در ییل تدریس می‌کنم. وقتی اساتید ییل در مورد دست‌نوشته‌های یکدیگر بحث می‌کنند، رک و سخت‌گیرانه نسبت به یکدیگر برخورد می‌کنند؛ اما آن‌ها به شدت در جست‌وجوی تعالی و بهترشدن هستند. بعضی اوقات مسیحیان نسبت به یکدیگر سراسر است و سخت‌گیر نیستند. آن‌ها می‌خواهند خوب و ملایم باشند؛ می‌خواهند تأیید کنند و این بحث را آرام و کم تنش می‌کند؛ بنابراین جواهری به نام حقیقت صیقل نمی‌خورد. کلمات مبهم و احساسات مبهم تحمل می‌شوند زیرا همه می‌خواهند مهربان باشند. چند سال پیش، مارک نول کتابی به نام رسوایی ذهن انجیلی در این باره نوشت و با استثنائات قابل توجه، این رسوایی هم‌چنان ادامه دارد.

این‌ها چهار دیوار هستند اما من همچنین شیب‌راه‌هایی هم پیدا کردم. اولین شیب‌راه، شیب‌راه آیینی است. دین پر است از شمع‌های روشن شده، تعظیم کردن‌ها، ایستادن‌ها به نشانه احترام، راه‌پیمایی‌ها و بسیاری چیزهای دیگر. این عادات عبارتند از اعمال جمعی ناشی از یک نظم اخلاقی و ریشه‌دار در یک داستان مقدس. آن‌ها یادآوری دروس و حقایق خاص هستند. در تورات، روشن کردن شمع با سوزاندن عود همراه است زیرا در زندگی ما نورپردازی دانش با تجربه شور و احساسات همراه است. ما صرفاً یک استدلال سرد نیستیم، ما با اشتیاق یاد می‌گیریم.

همان‌طور که جامعه‌شناس، کریستین اسمیت گفته: «مراسم مذهبی به‌طور منظم یک سنت، یک تجربه، یک تاریخ و یک جهان‌بینی را دوباره برقرار می‌کند. این به صورت نمایشی و جسمانی یک نظام اعتقادی مقدس را در کلمات، موسیقی، تصاویر، عطرها، سلیقه‌ها و حرکات بدن بیان می‌کند. در مناجات جمعی، نمازگزاران هم عمل می‌کنند و هم ادا می‌کنند، حقیقت را عمل می‌کنند و می‌گذارند حقیقت بر آن‌ها عمل کند، گذشته را به خاطر می‌آورند و آن را به آینده می‌رسانند. عمل جسمی کوچک، ذهن را باز می‌کند و قلب را آسیب‌پذیر می‌سازد.

شیب‌راه دوم، شیب‌راه ایمانِ جسورانه است. شما تقریباً هرگز ایمان جسورانه را در یک روحانی محافظه‌کار یهودی نمی‌بینید اما اغلب آن را در یک ارتدکس مشاهده می‌کنید، مردانی که در ردهای بلند خود می‌لرزند و گریه می‌کنند و عبادت می‌کنند. به‌طور مشابه، شما تقریباً هرگز ایمان جسورانه را در یک کلیسای اصلی پروتستان مشاهده نمی‌کنید؛ اما شما آن را در کلیساهای کاریزماتیک می‌بینید، جایی که دست‌ها بالا و چشم‌ها بسته است و نوای هملوایا به بلندترین شکل ممکن به گوش می‌رسد. مطمئناً این به نوع اجرای مراسم هم بر می‌گردد؛ اما یک چیز مسری در مورد ایمان وجود دارد و آن نترسیدن و خجالت نکشیدن از بیان و نشان دادن آن است.

شیب‌راه سوم، دعا و نیایش است. من خودم نیایش‌گر خوبی نیستم. دعا خواندن من اغلب به این ختم می‌شود که حرف‌هایم را بیشتر به سوی شخصی که با او هستم هدایت کنم نه به سمت خدا. متأسفانه من همیشه دعا‌های خود را درحالی‌که آن‌ها را می‌خوانم مورد نقد ادبی قرار می‌دهم و پس از مدتی می‌گویم این یکی چقدر خسته‌کننده بود، یا این یکی در نزدیکی‌های پایانش انسجام خود را از دست داد. در مادام بوواری، گوستاو فلوبر می‌نویسد: «گفتار انسان مانند یک دیگچه ترک خورده است که ما روی آن به زمختی ضرب می‌گیریم تا خرس‌ها با آن برقصند، درحالی‌که در دل آرزو داریم موسیقی‌ای بسازیم که ستاره‌ها را ذوب کند.» دعا خواندن من این شکلی است.

اما حتی شخصی که تازه در این راه قدم برداشته است هم می‌تواند دعا کند. دعا مواجه شدن و گفت‌وگو با خداست. ساده‌ترین دعاها برای گفتن دعای شکرگزاری، برای یک وعده غذایی یا چیزهای خوب دیگر است. حتی این دعا‌های آسان، دعا‌هایی خوب هستند زیرا قدردانی مانند خاکی است که در آن خودپرستی امکان رشد ندارد.

مکالمات ما بسته به این‌که با چه کسی صحبت می‌کنیم تغییر می‌کند. گفت‌وگو با خدا، رویارویی با لطف است که فقط عشق بی‌جان او نیست، بلکه نوعی از عشق است که با بیش‌ترین قدرت به

سوی کم‌رنگ‌ترین بخش‌های وجود کسی که آن را دریافت می‌کند، جریان می‌یابد؛ بنابراین دعا‌های عمیق از کیفیت فوق‌العاده‌ای برخوردار هستند که مانند مکالمه با افراد عادی نیست. رسیدن به لحن عاطفی آن نوع دعا در یک نثر معمولی سخت است. افراد زیادی به شعر جرج هربرت اشاره می‌کنند:

شعر کتاب (nbookcity.com)

نیایش ضیافت کلیساها، عصر فرشتگان،
نفس خدا در بازگشت انسان به میلاد خویش،
روح در تفسیر، قلب در زیارت،

...

نوایی که همه چیز آن را می شنید و از آن می ترسد؛
نرمی و صلح و شادی و عشق و خوشبختی،
رایحه تعالی، خوشبختی از بهترین ها،
بهشت در تشریفات، انسانی که جامعه ای نیکو پوشیده،
راه شیری، پرنده بهشت.

شیب راه چهارم، آگاهی معنوی است. ما در دنیای سکولار تمایل داریم همه چیز را به علت و معلول مادی تنزل دهیم، اقتصاد، الگوهای رای گیری، روابط بین الملل؛ اما این لنزها مرتباً اشتباه می کنند، زیرا فرزندان بشر فقط موجودات مادی نیستند که توسط منافع اقتصادی و سیاسی تعریف شده حرکت کنند.

وقتی در کنار بهترین افراد مذهبی هستید، مهم نیست که در مورد چه چیزی صحبت می کنید، به طور کلی گفت و گوی غنی تری برقرار می کنید. جوامع دینی به طور طبیعی در مورد کلیت انسان، قلب و روح به اندازه بدن و ذهن صحبت می کنند. وقتی جوامع مذهبی به فقرا خدمت می کنند، وقتی دانشکده های مذهبی به دانش آموزان خود آموزش می دهند، آن ها را به عنوان انسان هایی کاملی آموزش می دهند و در راهی یاری می کنند که نه فقط پول بلکه عزت، عشق و هدف نیاز دارند.

شیب راه پنجم، زبان خیر و شر است. این زبان نیز به طور گسترده در جهان عمومی رها شده است. کلمه "گناه" اکنون بیش تر در مورد خوردن یک دسر استفاده می شود؛ اما اگر می خواهید در مورد عمیق ترین سفرها صحبت کنید، به کلماتی مانند "گناه"، "روح"، "تنزل"، "رستگاری"، "تقدس" و "فیض" نیاز دارید. اگر می خواهید برداشتی از زندگی در یک محور عمودی داشته باشید، نیاز به تصور درجه بندی های مختلف خوبی و بدی دارید. وقتی پای به دنیای مذهبی می گذارید و حتی فقط تعداد اندکی از افراد را می بینید که در مورد این چیزها ظریف، هوشمندانه و با دقت صحبت می کنند و می اندیشند، بسیار قدرت مند جلوه می کنند.

شیب‌راه آخر تحریر خالص نسبت به آن است. دین یک حیرت بی‌پایان است. شما هرگز با این ایده که آفرینش زنده است و چیزی به نام عشق کیهانی وجود دارد، کاملاً کنار نمی‌آیید؛ و بزرگ‌ترین عامل حیرت شیوه‌ای است که برخی از مؤمنان عشق می‌ورزند. چرا مادر ترزا می‌توانست ده‌ها سال را در زاغه‌ها بگذراند؟ چرا توماس مرتون می‌توانست آن ده‌ها سال را در صومعه بگذراند؟ چرا دوروتی دی آن همه سال را با فقر زندگی کرد و به فقر خدمت می‌کرد؟ چرا دیتريش بونهافر به آلمان بازگشت تا در برابر هیتلر مقاومت کند، با احتمال بالای کشته شدنش در جنگ که همین اتفاق هم افتاد. آیا این افراد نمی‌دانند که گذراندن تعطیلات در شهرهای ساحلی و تجربه کردن رستوران‌های خوب هم می‌تواند گزینه‌ای برای زندگی باشد؟

و این‌ها فقط افراد مشهور هستند. همیشه با چنین افرادی روبه‌رو می‌شویم که زندگی خود را برای کار در بیمارستان‌ها و زاغه‌های سراسر جهان بر این باور که خدا آن‌ها را به این خدمت سخت فراخوانده است استوار ساخته‌اند.

تکانه طبعی در زندگی حرکت به سمت بالا، رشد در ثروت، قدرت، موفقیت و جایگاه است؛ و درعین حال در سراسر جهان مردم را می‌بینید که به سمت پایین می‌روند. ما اغلب از کلمه "فروتنی کردن" به عنوان فعل استفاده نمی‌کنیم، اما باید این کار بکنیم. در سرتاسر جهان افرادی وجود دارند که در برابر خدا فروتنی می‌کنند. آن‌ها خود را خدمتکار می‌دانند. زانو می‌زنند، پای نیازمندان را می‌شویند و به اصطلاح خود را در شرایطی قرار می‌دهند که در مرکز توجه نباشند. افراد نادیدنی و حاشیه‌ای در مرکز توجه آن‌ها هستند. وقتی بخشش می‌کنند که با عقل جور در نمی‌آید و یک مهربانی شدید از خود نشان می‌دهند که نفس شما را می‌گیرد.

همان‌طور که آگوستین گفت: «آن‌جا که فروتنی وجود دارد، عظمت هست. آن‌جا که ضعف وجود دارد، توانایی هست؛ آن‌جا که مرگ وجود دارد، زندگی هست. اگر این‌ها را می‌خواهید، آن‌ها را خوار نشمرید.»

تعالی

آن بیش از سه سال در هیوستون زندگی می‌کرد و زندگی هر دو ما در زمانی که او آن‌جا بود پیچش‌ها و چرخش‌های زیادی داشت. سپس با سر خم کردن در برابر عشقی که آن زمان غیرممکن به نظر می‌رسید و اکنون غیرقابل اجتناب است، ما در بهار سال ۲۰۱۷ چهار سال پس از وقایع گفته شده در بالا ازدواج کردیم. آن بخش از داستان نتیجه مثبتی داشته است.

فهمیدم که به شدت عاشق بودن برای ایمان من هم‌زمان خوب و بد بوده است. در لحظه وقوع عشق هیجان‌انگیز، عشق سرریز می‌شود. از عشق به این زن خاص به سمت یک عشق بالاتر و عمومی‌تر و در نهایت به سرچشمه عشق حرکت می‌کند. از طرف دیگر من در خوشبختی خود رنج را پشت سر گذاشته‌ام، بنابراین دیگر آن بحران‌های معنوی عمیق، تاریک و آزاردهنده را که وقتی در افسردگی بودم، ندارم. (از دستش خلاص شدم!)

"احترام همراه با حیرت" از عباراتی است که مردم برای توصیف حضور خداوند در جهان استفاده می‌کنند. حیرت در پی نهایت خدا. حیرت از این که او از ما مراقبت می‌کند. واکر پرسى می‌نویسد: «خدا با خطوط کج مستقیم می‌نویسد.» حیرت از عجیب بودن. اولین معجزه عیسی تبدیل آب به شراب بود. چه کسی دین را با یک حقه در یک مهمانی شروع می‌کند؟

امیدوارم سفر ایمان، تاکنون کمی فروتنی بیش‌تر از آن‌چه قبلاً داشته‌ام به من تزریق کند. من تقریباً مطمئن هستم که این سفر امید را به من تزریق کرده است. امروز ایمان به مانند پیرمردی با ریش سفید که آب‌ها را از هم می‌شکافد، احساس نمی‌شود. این احساس وجود دارد که ایمان من به ایمان به امکانات گسترده‌تر از آن‌چه تصور می‌کردم زندگی در سایه این امکانات شبیه است.

واقعیت سوسو می‌زند. شخص کنار شما در مترو دیگر هرگز فقط یک بدن نیست. دوست من امیلی اصفهانی اسمیت که چند بار از او نقل قول کرده‌ام یک بار به من از زمانی گفت که با همسرش دعوا کرده بودند. آن‌ها آشتی کردند و پس از آن با هم بیرون رفتند تا یک سری کار انجام دهند و جلوی یک داروخانه توقف کرده بودند. امیلی هنوز به‌خاطر دعوایشان ناراحت بود و اشک می‌ریخت. همان‌طور که در حال خروج از فروشگاه بودند، صندوق‌داری که در پشت صندوق بود از خانواده‌شان سؤال کرد و پرسید که آیا بچه دارند یا نه؟ در کجا زندگی می‌کنند و غیره. در پایان صحبت کوتاه‌شان، به آن‌ها لبخند زد و گفت: «می‌دانید که شما دو نفر واقعاً به هم می‌آیید.» این همان چیزی بود که او نیاز داشت در آن لحظه بشنود، آن‌قدر دلسوزانه و دوست‌داشتنی که جلوه‌ای از لطف و رحمت بود. او با خود فکری کرد که قبلاً هرگز از ذهنش نگذشته بود: «وای، ممکن است فرشتگان واقعاً وجود داشته باشند.»

در طول این کتاب، من از تعهدات به‌عنوان مجموعه‌ای از قول‌ها و وعده‌هایمان نسبت به جهان سخن گفته‌ام؛ اما این احتمال را در نظر بگیرید که موجودی سرشار از عشق نامتناهی وعده‌ای به ما داده است. این احتمال را در نظر بگیریم که ما همان‌هایی هستیم که یکی به آن‌ها متعهد شده

است، این که ما موضوعات یک تعهد نامتناهی هستیم و تعهد این است که ما را رهایی بخشد و به خانه برگرداند. به همین دلیل دین به مثابه امید است. من یک یهودی سرگردان و یک مسیحی سردرگم هستم، اما چقدر سرعت من پرشتاب است و چقدر احتمالات پیش رویم متعدد و چقدر امیدهایم گسترده هستند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

بخش پنجم: جامعه

شماره کتاب (nbookcity.com)

۲۳: مراحل ساختن جامعه؛ بخش اول

یک روز در اواخر دهه ۱۹۵۰ جین جیکوبز^{۱۵} از پنجره خود واقع در طبقه دوم ساختمانی در خیابان گرینویچ ویلیج به خیابان نگاه می‌کرد. او متوجه مردی شد که با دختر جوانی در حال مشاجره است. دختر سرسختی نشان می‌داد، گویی که نمی‌خواست همراه با مرد به جایی که او می‌خواست برود. این فکر به ذهن جیکوبز خطور کرد که شاید این یک آدم‌ربایی باشد. وقتی داشت آماده می‌شد برای مداخله پایین برود متوجه شد زوجی که صاحب فروشگاه قصایی بودند از فروشگاهشان بیرون آمده بودند. سپس مرد میوه‌فروش از پشت بساطش بیرون آمد، بعد کلیدساز و چند نفر از خشک‌شویی بیرون آمدند. جیکوبز در کتاب مرگ و زندگی شهرهای بزرگ آمریکا نوشت: «آن مرد نمی‌دانست اما در واقع محاصره شده بود.»

معلوم شد ماجرا چیز مهمی نبود، فقط یک دعوای بین پدر و دختر بود؛ اما جیکوبز از این واقعه نتیجه‌درستی را استخراج کرد: «امنیت در خیابان در یک محله سالم عمدتاً توسط پلیس برقرار نمی‌شود بلکه توسط شبکه‌ای پیچیده و تقریباً ناخودآگاهی از کنترل‌های داوطلبانه و هنجارهای بین مردم و توسط خود مردم برقرار می‌شود.»

جیکوبز در ادامه خیابان‌های محله خود را به عنوان یک باله پیچیده توصیف می‌کند. این باله از صبح زود شروع می‌شود، در حدود زمانی که جیکوبز زباله‌هایش را بیرون می‌آورد و والدین فرزندان خود را به مدرسه می‌برند. تا بعدازظهر ادامه می‌یابد، همان‌طور که صاحبان مغازه‌ها جلوی مغازه‌هایشان می‌پلکند، پستی‌چی از آن‌جا می‌گذرد، باربران لنگرگاه در یک میخانه برای صرف آب‌جو جمع می‌شوند و دو عاشق با هم قدم می‌زنند. جیکوبز می‌نویسد: «وقتی من بعد از کار به خانه می‌روم، باله به اوج خود می‌رسد. حالا وقت اسکیت و سه چرخه است. این زمان چیدمان بسته‌ها است؛ و رفتن به جاهای مختلف از فروشگاه گرفته تا داروخانه تا میوه‌فروشی.»

به نظر می‌رسد چنین چیزی پر از هیاهو و رعب‌انگیز باشد اما جیکوبز معتقد است در این‌جا یک نظم ارگانیک پویا و واقعی وجود دارد. «در دل بی‌نظمی ظاهری شهر، هر کجا که شهر با موفقیت کار می‌کند، یک نظم شگفت‌انگیز برای حفظ امنیت خیابان‌ها جاری است.»

جیکوبز درست زمانی این‌ها را نوشته بود که برنامه‌ریزان شهری مانند رابرت موزس در حال تخریب این نوع مناظر خیابانی بودند. آن‌ها را قدیمی و ناکارآمد می‌دیدند. تفکر جدید این بود که خیابان‌ها باید وسیله‌ای برای حرکت اتومبیل‌ها باشند، بنابراین برنامه‌ریزان شهری شروع به ساختن

بزرگراه‌ها در دل محلات، فرو ریختن خانه‌های اجاره‌ای قدیمی و ساختمان‌های سنگی قهوه‌ای و ساختن بلوک‌هایی از آپارتمان‌های بلند در اطراف میدان‌ها و محوطه‌های خالی کردند.

جیکوبز از مردم می‌خواست که خیابان‌های قدیمی محله‌های مختلف را به شکلی متفاوت ببینند و در مقابل این برنامه‌هایی که شهر را از جنبه‌های انسانی‌اش تهی می‌کرد مقاومت کنند. امروز حداقل در دنیای برنامه‌ریزی شهری، جیکوبز در مبارزات خود برنده شده است. حالا همه ارزش خیابان‌های متراکم و متنوع را درک می‌کنند.

جامعه زیبا

یک جامعه سالم، یک نظام ستبر متشکل از روابط است. این جامعه بی‌قاعده، پویا، ارگانیک و شخصی است. وقتی دارید کار سنگینی انجام می‌دهید همسایگان برای کمک به شما ظاهر می‌شوند و شما هم در موقعیت برعکس برای کمک به آن‌ها ظاهر می‌شوید. در یک جامعه غنی، افراد درگیر مسائل یکدیگر هستند، اسرار یکدیگر را می‌دانند، در مواقع اندوه با یکدیگر قدم می‌زنند و در مواقع شادی جشن می‌گیرند. در یک جامعه غنی، مردم به بزرگ کردن بچه‌های یکدیگر کمک می‌کنند. در این نوع جوامع که در طول تاریخ بشریت تا حدود شصت سال گذشته معمول بوده است، مردم انواع وفاداری را که امروزه فقط برای خانواده در نظر گرفته‌ایم، به همسایگان خود نیز گسترش می‌دادند. همسایگان برای شکوفایی و زنده ماندن به یکدیگر احتیاج داشتند؛ برای برداشت محصولات زراعی و برای مشارکت در اوقات سخت.

شخصی که در یک جامعه غنی گنج‌انیده می‌شود، همسایه‌ای خواهد داشت که به او کمک می‌کند در هنگام بیکاری مصاحبه شغلی پیدا کند. وقتی یک نوجوان در خانه احساس انزوا می‌کند همسایه‌ای وجود دارد که درب خانه‌اش به روی او باز است، بنابراین او در آن‌جا وقت می‌گذراند. در یک جامعه غنی غالباً "خانم تامپکینز" وجود دارد؛ یک خانم قدرت‌مند و مسن که به نظر می‌رسد همیشه حضور دارد و به نوجوانان می‌گوید چه موقع موسیقی را خاموش کنند و به بچه‌های کوچک می‌گوید که نزدیک ماشین‌ها بازی نکنند و کسی است که مردم را وادار می‌کند که مسئول باشند و هنجارهای جامعه را اعمال می‌کند. همه از خانم تامپکینز می‌ترسند اما ضمناً همه او را دوست دارند. او مادر محله و در واقع شهردار اینجا است.

در این نوع جوامع، فشارهای اجتماعی می‌تواند کمی غیرقابل تحمل شود، گاهی تحمل سرک کشیدن دیگران سخت است، اما این ناراحتی ارزشش را دارد زیرا مراقبت و فواید آن بسیار عالی

است.

وقتی دانشگاهیان دربارهٔ این نوع جامعه یا محله صحبت می‌کنند آن‌ها از اصطلاح "سرمایه اجتماعی" استفاده می‌کنند. این اصطلاح خیلی خوبی نیست. جامعه‌شناسان گاهی سعی می‌کنند با استفاده از مفاهیم سخت و پرتحرک اقتصادی، اعتبار این اصطلاحات را به موضوعاتی غیراقتصادی قرض دهند. عبارت "سرمایه اجتماعی" نشان می‌دهد چیزی که اندازه‌گیری می‌شود کمی است؛ اما مراقبت و توجه در درجهٔ اول کیفی است. جامعه وقتی احساسات عمیقی در روابط وجود داشته باشد، سالم است و این هنگامی است که سابقه‌ای از اعتماد به نفس، احساس مشترک تعلق متقابل، هنجارهای تعهد متقابل، عادت به کمک متقابل و محبت واقعی از یک قلب و روح به دیگری وجود دارد.

جنگ درون

چندی پیش با یک زوج خاورمیانه‌ای آشنا شدم که به یکی از محله‌های مرفه در جنوب کالیفرنیا نقل مکان کرده بودند. آن‌ها یک واقعهٔ وحشتناک را برایم تعریف کردند که چند ماه قبل از آن اتفاق افتاده بود. شوهر برای کار دور از خانه بود و یک شب برای حرف زدن با همسرش تماس گرفت. پس از قطع تماسشان، زن رفت تا پسر چهار ساله‌شان را چک کند؛ اما او در رخت‌خوابش نبود. سراسیمه خانه را جستجو کرد و نتوانست او را پیدا کند. به طرف استخر دوید تا ببیند که آیا او در آب افتاده یا نه؛ اما او آنجا هم نبود.

او از خانه بیرون زد و به طرف بالا و پایین محله‌اش می‌رفت و اسم پسرش را فریاد می‌زد و جیغ می‌کشید. حدود ساعت ده شب بود. چراغ‌ها در بعضی از خانه‌های همسایگانش روشن بود اما کسی برای کمک بیرون نیامد. حالا وحشت کرده بود. او به خانه برگشت تا برای یک بار دیگر آنجا را بگردد و این بار پسرش را در سالن خانه یافت. او با کوسن‌ها قلعه‌ای ساخته بود و زیر آن به آرامی خوابیده بود.

روز بعد او در حال پیاده‌روی بود و چند نفر از همسایگانش مؤدبانه از او پرسیدند که چرا وسط شب اسم پسرش را فریاد می‌زده است؟ وقتی این داستان را می‌گفت با تعجب به من نگاه می‌کرد. این چه نوع جامعه‌ای است که افراد به یک مادر کمک نمی‌کنند تا پسرش را پیدا کند؟ به گفتهٔ وی در کشور زادگاهش، مردم محله نیمه‌شب در لباس خواب‌هایشان به خیابان می‌ریختند تا دنبال آن بچه بگردند.

حقیقت این است که ما دیگر در آمریکای جین جیکوبز زندگی نمی‌کنیم.

آن داستان در محله‌ای رخ داد که از همه مزیت‌ها برخوردار است. در جوامع سراسر جهان غرب، پاره‌شدن بافت اجتماعی بسیار وخیم‌تر از این است. رابرت پوتنم، تیدا اسکوپول، چارلز موری، مارک دانکلمن و بسیاری دیگر این تکه تکه شدن بافت اجتماعی را به‌طور کامل ثبت کرده‌اند و نیازی نیست که من کارهای آن‌ها را این‌جا تکرار کنم. من فقط به مرگ این پدیده که ناشی از این همه انزوای اجتماعی است می‌پردازم.

اپیدمی خودکشی یکی از نمودهای این انزوا است. کوتاه شدن امید به زندگی یکی دیگر از موارد است، به اصطلاح مرگ از سر ناامیدی. شیوع تیراندازی‌های دسته‌جمعی نیز نمود دیگری است. این کشتارهای جمعی درمورد چیزهای زیادی است - اسلحه، عوامفریبی و...- اما آن‌ها هم‌چنین در مورد انزوای اجتماعی و گسترش آسیب‌های ذهن آمریکاست. هر وقت یک تیراندازی رخ می‌دهد، همیشه فرد تنهایی وجود دارد که در لابه‌لای ترک‌های جامعه گیر افتاده، زندگی ناامیدکننده‌ای را پشت سر گذاشته و روزی تصمیم گرفته تا از ناچیزی تا بدنامی جهش خونین کند. آدم‌هایی از این دست به ایدئولوژی‌های افراطی گرایش پیدا می‌کنند که ناامیدی‌های آن‌ها را توضیح می‌دهند و به آن‌ها این حس را می‌دهند که به چیزی متصل هستند. آن‌ها خود را متقاعد می‌کنند که با قتل عام بی‌گناهان به عنوان یک جنگ‌جو در مسیر برخی از اهداف درست خدمت می‌کنند.

افزایش سطح افسردگی و مسائل مربوط به سلامت روان یکی دیگر از مظاهر آن است. مردم می‌گفتند افسردگی و سایر چالش‌های بهداشت روان در درجه اول مربوط به عدم تعادل شیمیایی در مغز است؛ اما همان‌طور که یوهان هری در کتاب خود با عنوان پیوندهای از دست رفته استدلال می‌کند، این مسائل مربوط به سلامت روان حداقل به همان اندازه علوم اعصاب ناشی از مشکلات زندگی هم هستند؛ تنهایی طولانی مدت، از دست دادن کار، احساس فشار و استرس در غیاب اجتماع.

هری می‌نویسد: «تنهایی طولانی باعث می‌شود شما از نظر اجتماعی تعطیل شوید و به هرگونه تماس اجتماعی شک داشته باشد. شما بیش از حد هوشیار و حساس می‌شوید و شروع می‌کنید به این که احتمالاً در موقعیت‌هایی که هیچ چیز توهین‌آمیزی وجود ندارد احساس کنید به شما توهین شده و از غریبه‌ها می‌ترسید. شما شروع به ترس از چیزی می‌کنید که بیش‌تر به آن نیاز دارید.»

این به نظر می‌رسد خلاصه بسیار خوبی از سیاست امروز آمریکا باشد؛ و بنابراین بله دو قطبی شدن

جامعه نیز محصولی از انزوای اجتماعی است.

شماره کتاب (nbookcity.com)

لایه اساسی جامعه آمریکا - شبکه روابط و تعهدات و اعتماد به دولت و بازار و هر چیز دیگری که به آن تکیه دارد - شکست خورده است و نتایج به اندازه هر جنگ دیگری خونین است.

شاید زمان آن رسیده است که ما این رویارویی را به عنوان یک جنگ ببینیم. یک طرف آن دسته‌ای از نیروهایی هستند که بذر تفرقه، اختلاف و انزوا می‌باشند. در طرف دیگر تمام نیروهای جامعه هستند که دل‌بستگی، پیوند و هم‌بستگی را پرورش می‌دهند. به نظر می‌رسد که شاهد یک نبرد عظیم میان شکاف‌اندازان اجتماعی و بافندگان اجتماعی هستیم.

و این قسمت سخت جنگ است؛ این جنگی میان گروهی از افراد که خوب هستند و گروهی دیگر از افراد که بد هستند نیست. این جنگ از وسط هر قلبی عبور می‌کند. بیش‌تر ما بخشی از مشکلی هستیم که از آن شکایت داریم.

بسیاری از ما به یک فردگرایی افراطی روی آورده‌ایم و همان‌طور که توکوئل پیش‌بینی کرده است، باعث می‌شود که خودمان را یک‌ه‌های خودبسنده بدانیم و هر یک از خودهای منزوی‌مان را از سایر افراد منزوی جدا کنیم. اکثر ما یک اخلاق اعتیاد کاری را در پیش می‌گیریم که زمان کمی برای اجتماع به ما می‌دهد. کسانی از ما در رسانه‌ها می‌دانیم که یک راه برای بالا بردن تعداد مشاهده صفحات وب، ارائه اظهاراتی مشابه [پراودا^{۵۲}](#) و انتشار مطالبی است که تأییدکننده برتری اخلاقی قبیله شما باشد. اکثر ما به دنبال یک مرام پنهان کارانه هستیم که باعث می‌شود همسایگان خود را شناسیم. اکثر ما با فن‌آوری‌هایی زندگی می‌کنیم که هدف آن کاهش اصطکاک ناشی از هرگونه برخورد با دیگران است. به این حالت زندگی عادت می‌کنیم اما زندگی اجتماعی -مراقبت از یکدیگر- بر اصطکاک، روابط چسبنده و دارای بهره‌وری مادی پایین بنا شده است.

جامعه نیز تحت تعرض قرار گرفته است زیرا ما مراقبت را هم به منابع خارجی سپرده‌ایم. همان‌طور که پیتربلاک و جان مک‌نایت در کتاب خود، جامعه غنی استدلال می‌کنند، بسیاری از نقش‌هایی که قبلاً در جامعه انجام می‌شد، به بازار یا حکومت مهاجرت کرده‌اند. بهزیستی روان‌ اکنون کار درمان‌گر است. سلامت جسمی اکنون کار بیمارستان است. آموزش و پرورش کار سیستم آموزشی و مدرسه است.

بلاک و مک‌نایت معتقدند مشکل سیستم‌ها این است که شخصی‌سازی نشده‌اند. این سازمان‌ها باید در مقیاس بزرگ فعالیت کنند، بنابراین همه‌چیز باید استانداردسازی شود. همه‌چیز باید از

قوانین پیروی کند. آن‌ها می‌نویسند: «هدف از مدیریت، ایجاد جهانی است که قابل تکرار باشد.» اما مردم هرگز یکسان نیستند.

وقتی از دست دادن مراقبت رخ می‌دهد، یک محله شکننده می‌شود و افراد حاضر در آن نیز شکننده رفتار می‌کنند. مردم هنوز آنجا هستند، اما جریان اعتمادی که آنان در آن شناور بوده‌اند از بین رفته است. اگر اوضاع خراب شود، تعداد افراد کم‌تری برای کمک خواستن هستند. اگر آن‌ها احساس تعلق خاطر کنند- که همه ما این‌طوریم- مشخص نیست که چگونه می‌توانند آن را پیدا کنند. از بیرون، محله‌هایی مانند آن محله در جنوب کالیفرنیا ممکن است جوامعی سالم به نظر برسند اما کیفیت عاطفی‌شان دگرگون شده است. مراقبت و توجه با فاصله و بی‌اعتمادی جایگزین شده است.

پس چگونه می‌توان جامعه را احیا کرد؟ جامعه اساساً توسط افرادی که در کوه دوم زندگی می‌کنند، ترمیم می‌شود. افرادی که نهایت وفاداری‌شان متوجه دیگران است و نه خودشان. در اوایل کتاب، من از "بافت: پروژه تار و پود اجتماعی" نام بردم که گروهی است که من در مؤسسه اسپن بنیان‌گذاری کردم. همان‌طور که نوشتم ما یک سال با افرادی که ایجاد روابط را در مرکز زندگی خود قرار داده‌اند صحبت کرده‌ایم. ایجاد یک جامعه مانند ایجاد رابطه یک روند آهسته و پیچیده است. قطعات بسیاری مانند باله جین جیکوبز باید در کنار هم قرار بگیرند. من می‌خواهم که شما را در مراحل ایجاد جامعه که کمی شبیه به مراحل صمیمیت، اما در مقیاس بزرگ‌تر و با قطعات متحرک بیشتر است، همراهی کنم.

آن‌ها که می‌مانند

نوسازی اجتماع همان‌طور که تصور می‌کنید با یک تعهد آغاز می‌شود. کسی تصمیم می‌گیرد که جامعه را بر خویشتن اولویت بخشد. به عنوان مثال آیشا باتلر در انگل‌وود، یکی از فقیرترین و خشن‌ترین محله‌های شیکاگو بزرگ شد. آیشا در آن‌جا مورد سرقت قرار گرفت. باندهای خلافکار، محله را کنترل می‌کردند و هرازگاهی قتل‌هایی در بیرون از درب منزل او رخ می‌داد. یک شب یک گلوله به پنجره جلوی خانه‌اش اصابت کرد. هیچ مدرسه محلی مناسب و معقولی وجود نداشت که او و همسرش بتوانند دختر نه ساله خود را به آن‌جا بفرستند. سرانجام طاقشان تمام شد و تصمیم به نقل مکان به آتلانتا گرفتند، جایی که خیابان‌ها بسیار امن‌تر بودند.

آن‌ها برای دوستانشان یک مهمانی به صرف کباب برگزار کردند و شروع به بسته‌بندی وسایل خود

کردند. یک‌شنبه بود که آیشا تصادفاً در حال نگاه از پنجره خانه‌شان به زمین خالی آن سوی خیابان بود. تقریباً پنج‌هزار قطعه زمین خالی در این محله وجود داشت. در این زمین خالی، تعدادی دختر کوچک مشغول بازی، پرتاب سنگ و بطری شکسته و بازی با لاستیک‌های رها شده در گل بودند. او رو به شوهرش کرد و گفت، «نمی‌توانیم این‌جا را ترک کنیم.»

شوهرش باور نمی‌کرد و پرسید: «واقعاً آیشا؟»

«اگر برویم، مثل همه افرادی خواهیم بود که می‌روند. ما از اینجا نمی‌رویم تا نمونه‌ای باشیم که نشان دهد داشتن شغل و پرورش خانواده یعنی چه.» آیشا با این استدلال پیروز شد. آن‌ها تصمیم گرفتند بمانند و به محله متعهد شوند.

آیشا نمی‌دانست از کجا شروع کند. او همسایگانش را نمی‌شناخت؛ بنابراین گوگل کرد "داوطلب در انگل‌وود" تعدادی گروه محلی پیدا کرد. یکی از آن‌ها او را در کمیته آموزش خود پذیرفت. یک گروه محلی دیگر برای نوجوانان میهمانی برگزار می‌کرد اما برگزارکنندگان بزرگ‌سال در دهه پنجاه و شصت سالگی خود بودند و هیچ تصویری از سرگرمی‌های نوجوانان نداشتند. آیشا میهمانی‌ها را با هیپ هاپ و گفتار پرانرژی‌تر کرد. سپس دریافت که اگر از فیلم استفاده شود، می‌توانند همسایگان را به صحبت وادارد، بنابراین "اسناد و گفت‌وگوها" را آماده کرد. طی دو سال صدها نفر درگیر شدند.

انگل‌وود به شش بخش تقسیم شد و هیچ سازمانی نبود که کل منطقه را تحت پوشش خود قرار دهد، بنابراین آیشا انجمن ساکنین انگلوود بزرگ (RAGE) را ایجاد کرد. RAGE نمایشگاه‌های شغلی و گفت‌وگوهای کاندیداها را در زمان انتخابات برگزار می‌کند. این سازمان جشنواره‌ایی با عنوان "بمب پول" را برگزار می‌کند که مردم محله برای خرید در فروشگاه‌های محلی جمع می‌شدند. افرادی با تخصص‌های مختلف برای کمک به RAGE آمدند - طراحان گرافیک، مدیران، افرادی که می‌توانند کلوچه بپزند و بیاورند - هیچ کدام از این کارها قهرمانانه و حتی غیرمعمول نیستند. اکنون مردم یکدیگر را می‌شناسند. مغازه‌های محلی تی‌شرت‌های که روی آن‌ها نوشته ما انگل‌وودی هستیم و دختر انگل‌وود را می‌فروشنند. آیشا می‌گوید: «من پیروزی‌های کوچک را دوست دارم.» و این با تصمیم به تعهد شروع می‌شود.

محله واحد دگرگونی است

مرحله بعدی ایجاد اجتماع، درک این مسئله است که شما باید یک محله را به شکل کلی آن

درست کنید. تمرکز بر یک به یک افراد کافی نیست.

احتمالاً داستان ستاره دریایی را شنیده‌اید. پسری در ساحل هست که متوجه می‌شود هزاران ستاره دریایی در ساحل گیر افتاده و در حال مرگ هستند. او یکی را بلند می‌کند و آن را به اقیانوس می‌اندازد. یک رهگذر از او می‌پرسد که چرا به خودش زحمت می‌دهد. تمام این هزاران ستاره دریایی دیگر هنوز در حال مرگ هستند. پسر پاسخ می‌دهد: «خب، من آن یکی را نجات دادم.»

بسیاری از برنامه‌های اجتماعی ما مبتنی بر آن نظریه تغییر اجتماعی است. ما سعی می‌کنیم مردم را یک به یک نجات دهیم. ما یک بچه امیدبخش در یک محله را انتخاب می‌کنیم و به او بورسیه می‌دهیم تا بتواند به یک دانشکده آیوی لیگ برود. برنامه‌های اجتماعی و کوشش‌های بشردوستانه سودجویانه را به هزار روش انجام می‌دهند. آن‌ها فرض می‌کنند که فرد مهم‌ترین واحد تحولات اجتماعی است.

بدیهی است که انجام برخی کارها به صورت فردی امکان‌پذیر است؛ اما با این رویکرد شما واقعاً محیط زیست اخلاقی یا ساختارها و سیستم‌هایی که زندگی را دگرگون می‌سازند، تغییر نمی‌دهید. شاید داستان استخر استعاره بهتری از داستان ستاره دریایی باشد. همان‌طور که یکی از دوستان من می‌گوید، شما نمی‌توانید فقط بخشی از استخر را که در آن شنا می‌کنید تمیز کنید. نمی‌توانید یک مولکول آب را تمیز کنید و دوباره آن را درون استخر کثیف پرتاب کنید.

بازسازی جامعه شامل دیدن این مسئله است که محله و نه فرد، واحد اساسی تحولات اجتماعی است. اگر می‌خواهید زندگی افراد را بهبود بخشید، باید به یک‌باره به تغییر بسیاری از عناصر یک محله فکر کنید.

یکی از مشخصه‌های اجتناب‌ناپذیر عصر اینترنت این است که فاصله تعیین‌کننده نیست. جا و مکان به همان اندازه همیشه و حتی خیلی بیش‌تر از آن‌چه تاکنون می‌دانستیم اهمیت دارد. یک آمریکایی به‌طور متوسط در فاصله سی کیلومتری از مادرش زندگی می‌کند. دانشجوی معمولی کالج در یک کالج در فاصله بیست کیلومتری از خانه ثبت‌نام می‌کند. یک مطالعه از دوستان فیس‌بوک در سراسر کشور نشان داد که ۶۳ درصد افرادی که با آن‌ها دوست هستیم در ۱۶۰ کیلومتری ما زندگی می‌کنند. آمریکایی‌ها این روزها کم‌تر جابه‌جا می‌شوند، نه بیش‌تر.

در شعاع کوچک زندگی ما رفتارها بسیار مسری است. خودکشی، چاقی و تحرک اجتماعی در شبکه‌ها اتفاق می‌افتد، زیرا افراد رفتارهای یکدیگر را به شکل ظریفی زیر سطح آگاهی شکل می‌دهند. تحقیقات راج‌چتی اقتصاددان و دیگران نشان می‌دهد کودکانی که در یک محله بزرگ می‌شوند احتمالاً نتایج زندگی متفاوتی نسبت به افرادی دارند که در محله‌هایی با خصوصیات جمعیتی مشابه در همان نزدیکی رشد می‌کنند. به‌عنوان مثال در تاریخ ۱ آوریل ۲۰۱۰، ۴۴ درصد از مردان سیاه‌پوست کم‌درآمد از محله واتس در مرکز لس‌آنجلس در زندان بودند. از طرف دیگر فقط ۶.۲ درصد از مردانی که با درآمدهای مشابه در محله کامپتون رشد کرده‌اند در آن روز در زندان بودند. کامپتون فقط ۲.۳ مایل با واتس فاصله دارد.

کار جامعه‌شناس اریک کلاینبرگ نشان می‌دهد که محله در تعیین این که چه کسی از یک بحران به سلامت عبور می‌کند نقش بسیار مهمی دارد. کلاینبرگ مرگ و میر در دو محله شیکاگو را در طی یک موج گرما در سال ۱۹۹۵ مقایسه کرد. تعداد افرادی که جان باختند در لاوندیل شمالی بیش از شش برابر لاوندیل جنوبی بودند. با این‌که این دو مکان از نظر جمعیتی نزدیک به هم هستند و فقط یک جاده آن‌ها را از هم جدا کرده است.

کلاینبرگ دریافت که عامل اصلی میزان استحکام پیوندهای جامعه است. مکان‌های بیش‌تری برای ملاقات و دور هم جمع شدن در یک محله بیش‌تر از محله دیگر وجود دارد. همین موضوع منجر به این می‌شود که افراد بیش‌تری که در روابط عمیق هستند، در مواقع بحرانی مراقب یکدیگر باشند. شاید لزوماً فکر نکنید که حضور یک کتابخانه در محله چه تأثیر بزرگی بر این که چه

تعداد آدم در یک موج گرما می‌میرند داشته باشد، اما حقیقتاً چنین تاثیری وجود دارد.

فکر کردن به موضوعات از زاویه دید یک محله مستلزم تجدیدنظر اساسی در نحوه مشاهده ساختارهای قدرت است. آیا محله خدمات عمومی خود را کنترل می‌کند؟ آیا همسایگان نمایشگاه‌های خیابانی دارند که بتوانند با یکدیگر آشنا شوند؟ آیا تالارهایی وجود دارد که محله بتواند داستان جمعی خود را بازگو کند؟

فکر کردن در قالب محله به معنای تحول بنیادین در نحوه انجام تغییرات است. این بدان معناست که شما یک منطقه جغرافیایی را انتخاب می‌کنید و هرکاری را که از دستتان برمی‌آید به یکباره انجام می‌دهید؛ اصلاحات در مدرسه، آموزش‌های اولیه کودکان، برنامه‌های ورزشی و هنری و غیره. بی‌نهایت تأثیرات مثبت به طرز ظریف و پیچیده‌ای یکدیگر را تقویت می‌کنند. این به معنی عملی متفاوت با روشی است که اکنون در قالب فعالیت‌های بشردوستانه انجام می‌شود که در آن یک خیر برنامه‌ای را تأمین مالی می‌کند که تلاش می‌کند یک بخش را تقویت کند تا «تأثیر» داشته باشد. فکر کردن در قالب محله این واقعیت را به ما نشان می‌دهد که هرگز یک راه‌حل جادویی برای مسائلی از این دست وجود ندارد.

یک فن‌آوری برای گرد آمدن

بعد از این که دریافتید که محله واحد تغییر است، لازم است راهی برای جمع کردن محله به دور هم پیدا کنید تا فاصله را با صمیمیت و ارتباط جایگزین کنید.

مرحله سوم تعهد به یک جامعه شامل ابداع یک فن‌آوری برای گرد آوردن آن‌ها به دور هم است. این به معنی یافتن روشی است که افراد را به هم نزدیک کرده و آن‌ها را به سمت صمیمیت و اعتماد سوق دهد.

همان‌طور که پیتربلاک در کتاب خود جامعه‌خاطر نشان می‌کند، رهبران وقتی تغییرات اجتماعی را رقم می‌زنند که زمینه جمع شدن افراد را تغییر می‌دهند. این به معنی دعوت افراد جدید به حلقه است، به ویژه افرادی که احتمالاً آن‌ها را "مشکل" نامیده‌اید. این به معنی مشخص کردن مکالمه با سوالات قدرت‌مند و سپس گوش دادن به پاسخ‌ها است.

وقتی دعوت نامه‌ها صادر می‌شوند و افراد جدید به شیوه‌های جدید جمع می‌شوند و عمل می‌کنند، قدرت از درون هیچ ایجاد می‌شود. بلاک می‌نویسد: «آینده در هر زمان در قالب یک اتاق و

یک جلسه خلق می‌شود. هر گردهمایی باید نمونه‌ای باشد از آینده‌ای که می‌خواهیم خلقش کنیم.» در این گفت‌وگوها افرادی که در حاشیه جامعه بوده‌اند، موهبت‌ها و استعدادهای خاصی را در خود دارند که عبارت است از حساسیت یک شخص خارج از مجموعه نسبت به چگونگی کارها و موضوعات و یک آگاهی بیشتر نسبت به دیگران.

در سال ۲۰۱۶ دوتی فرومال برای دیدن برخی از دوستانش از نلسون ویل در اوهایو دیدار کرد. او در خیابان‌های اطراف خانه دوستش قدم می‌زد و مردم از ایوان‌هایشان او را صدا می‌زدند و می‌خواستند در مورد گربه یا چیز دیگری با او حرف بزنند. او گفت: «برخی از این افراد کسی ندارند که بتوانند تمام روز با آن‌ها صحبت کنند.» او بچه‌های تنها و مشکل‌داری را دید که در میدین ول می‌چرخیدند.

او تقریباً هرگز نلسون ویل را ترک نکرد. شروع به انجام کارهای کوچک برای افرادی کرد که به نظر می‌رسید به کمک او نیاز دارند. شب‌های پنج‌شنبه در خانه‌ها را می‌زد و مردم را به شام‌های گروهی دعوت می‌کرد. این موضوع اول به عنوان برنامه‌ای برای تغذیه بچه‌ها در ساعات بعد از مدرسه در مرکز شهر که هیچ غذایی در خانه نداشتند آغاز شد؛ اما خیلی زود والدین و بزرگ‌سالان هم جمع شدند و تا ۱۲۵ نفر هم در آن برنامه‌ها حضور داشتند. او هیچ منبع و سازمانی برای تأمین بودجه نداشت. فقط به فروشگاه محله می‌رفت و خودش غذا می‌خرید. بعد از گذشت چند ماه با پخش شدن خبر این برنامه شام مردمی که او را جلوی قفسه‌های خرید مواد غذایی در فروشگاه می‌دیدند به او اسکناس‌های بیست دلاری می‌دادند تا به کاهش هزینه‌هایش کمک کند. کار او کاملاً عادی است؛ شام دادن به افراد گرسنه اما به نوعی کسی قبلاً این کار را نکرده بود.

یک میلیون راه برای انجام چنین کارهایی وجود دارد. هم اکنون صدها سازمان مختلف برای مراسم شام خیزیه وجود دارند که افراد را در کنار میزهایی با اندازه‌های مختلف گرد هم می‌آورند. خاخام جوزف سولووتچیک می‌نویسد: «اجازه نده که همسایه‌ات در کوچه تنهایی پرسه بزند. اجازه نده که از شما دور و بیگانه شود.»

گروه‌های دیگر از فن‌آوری‌های پیچیده‌تری برای تشکیل جلسه برخوردار هستند. برنامه چگونه مرد شدن با بچه‌های در معرض خطر در محله وست‌ساید شیکاگو کار می‌کند. گروه‌های کوچکی از جوانان به‌طور منظم برای "معاینه" جمع می‌شوند. هرکدام باید گزارش دهند که از نظر روحی، عاطفی، عقلانی و جسمی چگونه‌اند. اگر فرد کاملاً آسیب‌پذیر نباشد، دیگران رابطه دوستانه‌ای با او

برقرار می‌کنند.

دایانا و ستمورلند که در مناطق روستایی تگزاس زندگی می‌کند، برنامه‌ای با عنوان بوبا می‌تواند آشنایی کند درست کرد که تیم‌هایی در مسابقه درست کردن جوجه کباب و کباب دنده شرکت می‌کنند که یکی از دلایل پنهان در پشت آن این است که اهالی تگزاس وقتی پای منقل کباب قرار می‌گیرند از نظر احساسی درونیات خود را بهتر و راحت‌تر بروز می‌دهند.

مری گوردون پروژه ریشه‌های همدلی را در انترپرایز تأسیس کرد که از نوزادان برای ایجاد ارتباطات غنی در مدارس استفاده می‌کند. ماهانه یک‌بار والدین و شیرخواران به کلاس می‌روند. آن‌ها روی یک پتوی سبز می‌نشینند و کلاس در اطرافشان جمع می‌شود تا آن‌چه را که نوزاد انجام می‌دهد تماشا کنند و در موردش صحبت کنند. می‌آموزند که خود را در ذهن کودک قرار دهند، سواد عاطفی را یاد بگیرند و یاد بگیرند که پیوند عمیق چگونه است. در یک کلاس، یک پسر کلاس هشتمی به نام دارن بود که در سن چهار سالگی شاهد قتل مادرش بود و از آن زمان به بعد در سیستم مراقبت از فرزند تحت پیگرد قرار گرفته بود. او از همه بچه‌های کلاس بزرگ‌تر بود. یک روز در کمال تعجب همه دارن خواست کودکی را بغل کند.

ترسناک به نظر می‌رسید و مادر کودک نگران و مضطرب بود اما مادر به او اجازه داد و دارن با کودک عالی بود. او به گوشه‌ای آرام رفت و درحالی که کودک روی سینه‌اش می‌جنبید، او را آرام کرد. دارن نوزاد را به مادرش بازگرداند و معصومانه پرسید: «فکر می‌کنید اگر کسی تابه‌حال شما را دوست نداشته باشد، هنوز می‌توانید پدر خوبی باشید؟» شکوفه‌ای از هم‌دلی و ارتباط. لحظه‌ای که جامعه شروع به بهبود زخم و ایجاد امکان می‌کند.

یکی از پیچیده‌ترین روش‌های تشکیل جلسه‌ای که من دیده‌ام، در سازمانی به نام ریسمان در بالتیمور انجام شده که توسط سارا همینگر بنیان‌گذاری شده است. وقتی همینگر یک دختر جوان در ایندیانا بود، پدرش فهمید که کشیش محله آن‌ها در حال سودجویی از اعانه‌های جمع شده و بودجه کلیسا است. او این را به جماعت گزارش داد، اما مردم آن محله به جای متهم کردن کشیش، خانواده سارا را نادیده گرفتند. سارا و خواهر و برادرهایش در مهمانی‌ها و برنامه‌های همسایه‌ها می‌نشستند و هیچ‌کس با آن‌ها صحبت نمی‌کرد. او هشت سال از دوران کودکی خود را در انزوا و تبعیدی این چینی گذراند.

در واکنش به این موضوع او انرژی خود را از دو طریق متمرکز کرد. یک اسکیت‌باز موفق در سطح ملی شد و تا هشت ساعت در روز تمرین می‌کرد؛ و ضمناً انرژی خود را روی کارهای مدرسه متمرکز کرد. وی بعدها برای گرفتن مدرک دکترا در رشته مهندسی زیست پزشکی در دانشگاه جان هاپکینز حضور یافت و یک پیشنهاد کار در مؤسسه ملی بهداشت دریافت کرد.

شهر کتاب (nbookcity.com)

اما به دلیل پرهیز از رویارویی با دیگران در کودکی اش، همیشه نسبت به افراد بیگانه در جلسات خصوصی حساسیت خاصی داشت. دانش آموز دبیرستانی که بود متوجه شد پسری به نام رایان در اوایل دوران مدرسه، بیش تر و بیش تر به انزوا و ناکامی فرو رفته بود، زیرا زندگی اش در خانه اش به هم ریخته بود. شش معلم برای پسر ساختاری حمایتی ایجاد کردند. او کارنامه تحصیلی اش را بهبود بخشید، در آکادمی نیروی دریایی ایالات متحده پذیرفته شد و سرانجام سال ها بعد با سارا ازدواج کرد.

یک روز هنگامی که مشغول کار بر روی رساله دکترایش در جان هاپکینز بود، تصادفاً در حوالی دبیرستان پل لورنس دانبار در بالتیمور رانندگی می کرد. او تنها بود و می خواست راهی برای ارتباط با افرادی پیدا کند که می توانست درکشان کند. فکر می کرد که شاید بتواند به دانش آموزان در مدارس شهر بالتیمور کمک کند همان طور که آن افراد به رایان کمک کرده بودند. او تصمیم گرفت داوطلبانی را پیدا کند که بتواند جانی دوباره به آن ها ببخشد، همان طور که او و معلمان به رایان فرصتی دوباره داده بودند. او از مدیر خواست که اسامی دانش آموزانی را که در مدرسه از نظر تحصیلی ضعیف بودند، در اختیار او بگذارد. او آن دانش آموزان را ترغیب می کرد تا بیایند و او را ببینند - بیش تر با پیشنهاد پیتزا به آن ها - و سپس از آن ها می پرسید که آیا مایل به کمک به او برای آماده کردن یک برنامه هستند یا خیر؟ اکثر آن ها از پیوستن به گروه خوشحال بودند، مشروط بر این که پیتزای بیش تری در کار باشد. وی سپس ده ها دانشجوی هاپکینز را متقاعد کرد که داوطلب شوند و به عنوان اعضای خانواده برای بچه ها عمل کنند؛ رساندن آن ها به مدرسه، آوردن ناهار، دنبال آن ها آمدن هنگام تعطیلی مدرسه، انجام کارهای خانه با آن ها و اردو زدن با آن ها.

سارا در آن زمان کاملاً متوجه کاری که می کرد نبود اما تعهدی ایجاد شده بود. قرار نبود حرفه او ایفای نقش به عنوان یک استاد دانشگاه باشد. او ریسمان را تشکیل داد که داوطلبانی را در اطراف نوجوانان کم توان از نظر تحصیلی در بالتیمور گرد آورده است. هر دانش آموز حداکثر چهار داوطلب در خانواده ریسمانی خود دارد. هر داوطلب توسط یک داوطلب دیگر به نام رئیس خانواده مربیگری می شود که به عنوان یک سیستم پشتیبانی از داوطلبان خانواده خدمت می کند. رئیس خانواده توسط یک داوطلب با تجربه تر به نام مادر بزرگ یا پدر بزرگ راهنمایی می شود. مادر بزرگ ها و پدر بزرگ ها توسط مدیران جامعه که کارمندان حقوق بگیر ریسمان هستند، راهنمایی می شوند. گرداننده کل سیستم روابط، سازمان های همکار ریسمان هستند که تخصص ویژه ای

دارند، مشاوره حقوقی، آموزش آمادگی برای امتحانات نهایی، مشاوره در زمینه سلامت روان و غیره. هنگامی که دانش‌آموزان برای اولین بار وارد سازمان می‌شوند، قراردادی را امضا می‌کنند که می‌گوید آن‌ها ده سال در ریسمان فعال خواهند بود. در این تعهد هیچ خروج زودهنگام و رها کردنی وجود ندارد.

موضوع اساسی در ریسمان کمک به نوجوانان کم‌توان و ضعیف است. نکته اصلی ریسمان ایجاد یک شبکه از روابط است که تا به حال به ۴۱۵ دانش‌آموز و ۱۰۰۰ داوطلب گسترش یافته است. نکته واقعی ایجاد جامعه‌ای است که در آن می‌توان با تنهایی مبارزه کرد و تنهایی خود سارا به اندازه هر کس دیگری.

اغلب بچه‌ها در هنگام شروع با ریسمان محتاط هستند. همان‌طور که تعدادی از آن‌ها به من گفتند، آن‌ها هرگز کسی را در زندگی نداشتند که پیوسته و بی‌قید و شرط در کنارشان باشد و به همین دلیل هنگام شروع این کار مشکوک و ناراحت بودند. اولین خواست آن‌ها فرار و رد کردن این دخالت به حریمشان بود. بی‌اعتمادی نقطه امن آن‌هاست؛ اما داوطلبان ریسمان فقط به حضور خود ادامه می‌دهند.

سارا می‌گوید: «عشق بی‌قید و شرط در زندگی آن‌قدر نادر است که وقتی کسی برای حمایت پیدا می‌شود حتی وقتی کسی آن را طرد می‌کند، هویت را تغییر می‌دهد؛ و در این میان هم‌چنین هویت کسی که طرد می‌شود نیز تغییر می‌یابد.»

تعهد سارا به الگوی ریسمان نیست؛ اگر احساس کرد که درست کار نمی‌کند آن را در عرض یک دقیقه تغییر می‌دهد. تعهد او به کل شبکه روابط است، تعهد او به جامعه و به بالتیمور است. ده‌ها شهر از سارا خواسته‌اند تا ریسمان را در شهر آن‌ها نیز شبیه‌سازی کنند، اما او آن‌ها را رد کرد. او اعتقاد دارد بهتر است در بالتیمور عمیق شود. یک آویز هست که نقشه کوچکی از شهر را در گردن‌بندی که هر روز او به گردن می‌اندازد جای داده است. او متعهد است به صورت مبهم و فشرده به اجتماع نپردازد. او به این مکان متعهد است و امیدوار است که وقتی ریسمان به اندازه کافی بزرگ می‌شود، بتواند بافت کل شهر را تغییر دهد.

ریسمان در خصوص نحوه ساخت روابط بسیار سیستماتیک و منسجم است. همچنین یک روش بسیار منظم برای ردیابی مخاطبین در بین افراد جامعه نیز وجود دارد. ریسمان برنامه‌ای به نام

سرپرده ایجاد کرده که هر بار که یک داوطلب با یکی از جوانان رابطه نزدیکی از نظر روحی برقرار می‌کند، آن را ثبت و دنبال می‌کند. سرپرده می‌تواند مشخص کند که هر از چند وقت یک جوان تحت تأثیر رابطه‌اش با داوطلب مربوط قرار می‌گیرد، یا این که کدام یک از جوان‌ها چنین تجربه‌ای نداشته‌اند. سارا همینگر مانند بسیاری از بهترین سازندگان جامعه، یک قلب مشتاق را با مغز یک مهندس پیوند می‌زند؛ و مانند بسیاری از بهترین سازندگان جامعه، او هرگز به کارهای خارق‌العاده‌ای انجام می‌دهد نگاه ویژه‌ای ندارد.

روایت‌های احتراق

جمع کردن افراد در کنار هم شروع اجتماع است اما هنوز جامعه نیست. باید احتراقی در کار باشد؛ آن لحظه که بستریک زندگی، لایه زیرین دیگری را لمس می‌کند.

معمولاً افراد با بی‌اعتمادی و تردید و احساس ناراحتی وارد یک اتاق عجیب و غریب می‌شوند؛ اما اگر گروهی از همکاران را جمع کنید تا مثلاً قطعه‌ای را بخوانید، مثلاً داستانی مانند "کسانی که از املاس^{۵۲} دور می‌شوند" از ارسلاک. لوگین، فرصتی برای عمیق تر شدن وجود دارد.

به یک روش یا روشی دیگر، داستان‌گویی آغاز می‌شود. کسی تجربه آسیب‌پذیری خود را با دیگران به اشتراک می‌گذارد و از این طریق جلودار گروه می‌شود. یک کد اخلاقی برقرار شده است. همان‌طور که در ريسمان می‌گویند همه می‌خواهند «همه راه را به دیگران نشان دهند.» این انتظار در اتاق وجود دارد که هر کس «یک چیز را یک چیز بنامد.» امکان طفره‌روی و حسن‌تعبیر وجود ندارد. یک داستان یک داستان دیگر را به دنبال دارد و به زودی عمیق‌ترین داستان‌ها کشف می‌شوند. آسیب‌پذیری به اشتراک گذاشته شده، احساسات برانگیخته می‌شوند و احتراق اتفاق می‌افتد.

این امر به خصوص زمانی بسیار قدرتمند است که فردی قوی داستانی از ضعف خود را بیان کند. کارتر دیویس که در اورگن زندگی می‌کند، سازمانی به نام the for Lift ۲۲ دارد که به افراد درگیر مبارزه با افسردگی و افکار خودکشی کمک می‌کند. او کاملاً نسبت به تلاش خود باز است. «من به یاد دارم که سر میز صبحانه نشسته بودم، به اسلحه نگاه می‌کردم، فکر می‌کردم چه آدم مضحکی هستم. یک کهنه‌سرباز که دو بلوک دورتر از اداره امور کهنه‌سربازان زندگی می‌کند، کسی که حتی سرباز خط مقدم نبوده و حالا اینجا دارد خودش را می‌کشد.»

میشل لف عضو هیئت مدیرهٔ ریسمان است. او زنی قوی، شایسته و دارای ظاهری قدرت‌مند است. او برای کمک به جوان‌ها به سازمان پیوست اما صداقت اساسی سازمان به آرامی لایهٔ دفاعی پیرامون او را بین برد. او شروع به گفتن داستان‌های خود برای اعضای هیئت مدیره کرد، داستان‌هایی که حتی به بچه‌های خودش هم نگفته بود؛ و سپس احساس کرد که صداقت ایجاب می‌کند که به بچه‌هایش بگوید کودک‌کی خودش حقیقتاً چگونه بوده است.

وقتی به سال‌های بزرگ شدن خودش فکر می‌کند، به یاد رنج، تیره‌روزی و شرم می‌افتد. به خشم پدرش فکر می‌کند که می‌توانست با هر چیزی تحریک شود. تقصیر او این بود که او به اندازهٔ کافی پایانو تمرین نمی‌کرد. تقصیر او این بود که آن قدر احمق بود که نتوانست ریاضی کلاس ششم را در کلاس اول بفهمد. «به یاد می‌آورم که کلاس اول بودم و احساس خوشبختی می‌کردم که موهای سیاه بلند و ضخیمی داشتم، زیرا جای ورم کتک‌هایی شب قبل روی سر و صورتم را مخفی می‌کرد ... هر چیزی که پدرم را ناراحت می‌کرد (و او به راحتی ناراحت شد) بر سر من یا مادرم خالی می‌شد. در ذهن کوچک من به نظر می‌رسید که جرمم این بود که وجود داشتم که فضایی را اشغال کرده بودم و هزینه به همراه داشتم.»

در کلاس نهم فشار بیش از حد شد. او سعی کرد که پنجاه قرص مسکن را ببلعد. متوجه شد که مصرف بیش‌ازحد دارو کار آسانی نیست. گلویش گرفته بود. وقتی از خواب بیدار شد هم ناراحت بود و هم احساس آرامش می‌کرد چون فهمید که تلاش برای مصرف بیش‌ازحد دارو بی‌ثمر بوده است.

اکنون او یک زن موفق است که در هیئت مدیرهٔ یک سازمان مهم عضویت دارد. با الهام از صحبت‌هایی که در آن‌جا شده بود، برای اولین بار تصمیم گرفت واقعیت‌های کودک‌کی خود را - با هیئت مدیره و با خانواده‌اش - در میان بگذارد؛ در نامه‌ای به خانواده‌اش نوشت: «چرا من به ریسمان می‌آیم؟ به وضوح به یاد می‌آورم چه حس دارد که ۱۴ ساله باشید و احساس کنید که گرفتار و ناتوان هستید. این که به اینجا می‌آیم به این خاطر است که به دانش‌آموزان و خودم خوش‌بینی نسبت به آینده را هدیه می‌دهد. به ریسمان می‌آیم چون می‌توانم دنیا را از پشت عینک ریسمان ببینم. در این مرحله این عینک به من اجازه می‌دهد نقاط ضعف خود را بررسی کنم (همان فرضیات طرفدارانه و داوری سریعی که معمولاً بدان‌ها دچارم). برای من مهم‌ترین چیز این است که این عینک به من اجازه داده که غنای روابط را بشناسم و درک کنم.»

میشل با عشق به التون جان بزرگ شد اما او را تا حدود سال ۲۰۱۱، هنگامی که در بالتیمور کنسرتی برگزار می‌کرد، هرگز ندیده بود. او با دختر ۱۳ ساله‌اش به کنسرت می‌رود. «وقتی التون جان آهنگ‌های آلبومش "خدا حافظ جاده خستی زرد" را می‌خواند، شروع به گریه کردم؛ اما گریه‌ام از ناراحتی نبود. گریه می‌کردم چون با احساسات شدیدی روبه‌رو شدم. ذهنم در تضاد آشکار خاطرات کودکی تاریک و زندگی پرشکوه دوران بزرگسالی‌ام دو تکه می‌شد. وقتی ۱۳ ساله بودم و به التون جان گوش می‌دادم بیش‌تر اوقات آرزو می‌کردم که مرده باشم؛ اما آن شب من با دختر ۱۳ ساله خودم به موسیقی او گوش می‌دادم و هر دوی ما می‌خندیدیم. زندگی من اکنون سرشار از روابط قوی و سالم است. معلوم شده که زندگی بسیار بهتر از آن چه تصور می‌کردم، بوده است.»

وقتی از خود پرده‌برداری می‌کنید می‌تواند احساس کنید که به عقب می‌روید. شما می‌دانید که آسیب‌های روحی زیادی در اطرافتان وجود دارد. قصور بسیاری هست و بخشش زیادی هم لازم است. می‌فهمید که افراد زیادی بین وسوسه انکار وقایع آسیب‌زا و تمایل به اعلام آن‌ها دچار شکاف روحی شده‌اند. غالباً این کشمکش درونی در قالب عصبانیت، سرزنش و خشم جلوه‌گر می‌شود که می‌تواند بهبودی را غیرممکن جلوه دهد.

اما در حقیقت داستان صادقانه و ناخوشایند، همان داستانی است که باعث احتراق می‌شود. ما بیش‌تر وقت خود را صرف طرح دستاوردها، استعدادها و ظرفیت‌های خود می‌کنیم. رویارویی با ضعف می‌تواند این اثر منفجر کننده را در خود داشته باشد.

۲۴: مراحل ساختن جامعه- بخش دوم

داستان‌های شخصی بسیار قدرت‌مند هستند. وقتی تعریف و دریافت می‌شوند، اعتماد ایجاد می‌شود؛ اما در یک فرهنگ سرشار از خودشیفتگی، متوقف شدن در آن جا آسان است. آسان است که یک شب بنشینید و یک داستان شخصی راجع به خود بگویید و بعد با داشتن تجربه‌ای غنی، به این توهم بروید که شما کارهای خوبی برای جهان انجام داده‌اید. تعهد به جامعه مستلزم تغییر داستان‌های "من" به داستان‌های "ما" است. حرکت مثل همیشه به سمت پایین و سپس به سمت بیرون است. پایین به سوی خودمان همراه با احساس آسیب‌پذیری و سپس به بیرون در هم‌بستگی با دیگران.

مرحله بعدی در ساختن چنین دهکده‌ای بازگو کردن یک داستان جمعی است؛ داستانی که مردم را به هم پیوند می‌دهد. بعضی جاها داستان‌ها پرشاخ و برگ و برخی دیگر داستان‌هایی نحیف هستند. من اغلب در حومه شهرهای نوادا یا آریزونا هستم، جایی که زمان کافی برای داشتن یک داستان از یک دهکده نگذشته است و شما می‌توانید کمبود آن را احساس کنید. از طرف دیگر اخیراً در ویلکس‌بورو، کارولینای شمالی، شهری با جمعیت حدود ۳۵۰۰ نفر در شمال غربی این ایالت بودم. ۸۱ درصد جمعیت این شهر سفیدپوست با درآمد متوسط حدود ۳۵۰۰۰ دلار در سال است و در بخشی قرار دارد که سه چهارم آرای آن در انتخابات سال ۲۰۱۶ متعلق به دونالد ترامپ بود.

ویلکس‌بورو و شهر هم‌جوار آن، نورث ویلکس‌بورو، زمانی مراکز تجاری پررونقی بودند. لائو، شرکت مبلمان آمریکایی، هالی فارم و بانک نورث‌وسترن در کنار تولیدکنندگان بزرگ آینه و مبلمان آن‌جا حضور داشتند؛ اما آن کسب‌وکارها یا از آنجا رفته‌اند یا ورشکسته شده‌اند و یا توسط شخص دیگری خریداری شده‌اند. در اوایل دهه ۲۰۰۰ این شهر مورد هجوم شیوع اعتیاد به مواد مخدر قرار گرفت. جایی برای تجمع جوانان در شهر نبود و جایی هم نبود که آن‌ها برای کار به آنجا مراجعه کنند.

این شهر ضربات زیادی را متحمل شد، اما نکته جالب در مورد این مکان این است که هنوز هویتی قوی در آن وجود دارد. یک داستان جامعه واضح در آن به چشم می‌خورد.

بخشی از این هویت ناشی از آن می‌شود که اهالی منطقه آپالاشیا^{۵۴} همواره یک تبار تاریخی مشخص، یک فرهنگ صیقل یافته و یک وفاداری شدید به یکدیگر داشته‌اند. مردم در ویلکس‌بورو می‌توانند با یکدیگر بجنگند و فریاد بزنند اما اگر به عنوان یک شخص خارجی حرف ناراحت‌کننده‌ای به کسی از اهالی آن‌جا بزنید، آن‌ها دست به یکی می‌شوند و دختان را می‌آورند.

آن‌جا شخص خارجی کسی محسوب می‌شود که نطفه‌اش در ویلکس بورو بسته نشده باشد. حتی یانکی‌هایی^{۵۵} که زمانی که در شکم مادرشان بودند یا بعد از آن به اینجا مهاجرت کردند جزو اهالی اینجا حساب نمی‌شوند.

بخشی از هویت جامعه از آن‌چه اجدادشان مدت‌ها پیش به دست آوردند ناشی می‌شود. نیت که به تازگی در آنجا یک کافی‌شاپ باز کرده می‌گوید: «ما در ویلکس چیزهای بسیار خوبی خلق کرده‌ایم. این همان کاری است که در ویلکس انجام می‌دهیم و از هیچ، چیزهایی عالی می‌سازیم. اشتیاقی در ما برای انجام این کار هست.»

یک اجتماع از جهاتی تشکیل شده از گروهی از افراد است که پیرامون یک داستان مشترک گرد هم می‌آیند. مردم در ویلکس بورو مانند بسیاری از مکان‌ها، روایتی از رستگاری را نقل می‌کنند؛ ظهور، افول، استقامت، تجدید حیات. بخشی از این تجدید حیات، معنوی، بخشی اقتصادی و بخشی از آن مادی است.

LB، یک فعال جوان محلی می‌گوید: «چطور می‌توان دوباره غرور را زنده کرد؟ همه مردم اینجا شرمنده هستند. ما شهر کارخانه‌های متروکه هستیم. ما شهری هستیم که از آن جان سالم به در برد! ما سازندگان تاریخ هستیم. ما آن را ساخته‌ایم و می‌دانیم که چطور این کار را انجام دهیم.»

سپس یک پروژه مشترک وجود دارد. اجتماعات فقط برای خاطر خود اجتماع دور هم جمع نمی‌شوند. آن‌ها گرد هم می‌آیند تا با هم چیزی بسازند. در ویلکس بورو، پروژه مشترک مردم، ساخت شهر است. ما تمایل داریم فکر کنیم که بافت اجتماعی در حال تکه تکه شدن است زیرا اوضاع فرهنگ بد است یا نیروهای اقتصادی همه چیز را به سمت خرد شدن سوق می‌دهند؛ اما گاهی اوقات مشکل فقط این است که جایی برای جمع شدن افراد دور هم وجود ندارد. زمانی ویلکس بورو یک باشگاه بولینگ داشت اما آتش گرفت و هیچ‌کس آن را بازسازی نکرد. امروز در پاسخ به این، مردم از همه اقشار در حال افتتاح کافی‌شاپ‌ها، باشگاه، گالری‌های هنری، نوشگاه و به‌طور کلی فضاهایی برای ارائه انواع نمایش، شب‌های نوجوانان و جشنواره‌های موسیقی هستند.

نکته جالب توجه این است که این چشم‌انداز از روند بهیود شهر در نظر بسیاری از مردم که بنا بر طبیعت خود ممکن است گه‌گاه با هم اختلافاتی داشته باشند تا چه اندازه منسجم است. یک داستان جمعی منسجم شکل دیگری از قدرت است.

داستان شهری می‌تواند از بسیاری جهات شکل بگیرد. وقتی من در شیکاگو زندگی می‌کردم، مایک رویکو و سایر روزنامه‌نگاران روزنامه‌های محلی اخلاقیات و تعریف شهر را شکل دادند. آن‌ها داستان شیکاگو را در محله‌های مملو از قومیت‌های نژادی‌اش و به دور از محله‌های اشرافی نزدیک دریاچه تعریف کردند (تا این که رویکو ثروت‌مند شد و به نزدیکی دریاچه نقل مکان کرد). در بعضی جاها این هنرمندان هستند که داستان اجتماع را خلق می‌کنند. نقاشی‌های دیواری صنعت دیترویت که اثر خیره‌کننده از دیگو ریورا در انستیتوی هنر دیترویت بود، شهر را در میان چهار دیوار روح‌نواز تعریف کرده است. برای چند دهه، به نظر می‌رسید که از دیترویت چیزی جز داستان آن باقی نمانده است، اما این داستان کافی بود تا شهر را کنار هم نگه دارد و اکنون شهر بار دیگر به پا می‌خیزد. یکی از مهم‌ترین وظایف یک اجتماع خلق داستان خود است.

ترابیان شورترز که یک گروه کمک هزینه تحصیلی برای مردان آمریکایی آفریقایی تبار را از میامی به نام BMe رهبری می‌کند می‌گوید روایت جامعه چهار بخش دارد؛ قاب‌بندی (که زمینه را تعریف می‌کند)، روایت (از کجا آمده‌ایم و به کجا می‌رویم)، هویت (ما که هستیم) و رفتار (اعمالی که ما را تعریف می‌کنند). داستان‌های اجتماع تقریباً همیشه ورای نسل‌ها هستند. آن‌ها از مبدأ یک مکان شروع می‌کنند و سپس می‌گویند که آن اجتماع چگونه رشد کرد.

طبق آموزه‌های ادموند برک؛ افرادی که هرگز به گذشته و به اجداد خود نگاهی نکرده‌اند، قادر نخواهند بود که به دنبال آینده باشند و برای آینده برنامه‌ریزی کنند. افرادی که به عقب نگاه می‌کنند و قهرمانی‌ها و مبارزاتی را که پیش از این خلق شده‌اند، خود را بدهکارانی می‌دانند که چیزی را به کسانی مدیون هستند و آن‌ها وظیفه دارند آن را پرداخت کنند. برک نوشته است: «ایده میراث‌داری مطمئناً یک اصل در مورد حفاظت و انتقال است.» ما آن چه را که به ما داده می‌شود، دریافت می‌کنیم، آن‌ها را نگه می‌داریم و از آن‌ها لذت می‌بریم و برای دیگران بهبود می‌بخشیم. با احترام به اجداد خود، ما یاد می‌گیریم که به خودمان احترام بگذاریم.»

اخلاق همسایگی

بعد از این که اجتماع جمع شده و داستان خود را بازگو کرد، هنوز هم باید کاری انجام شود؛ عمل بافتن جامعه و خارج کردن آن از انزوا. ساختن اجتماع عملی است که با اقدامات روزانه‌ای که توجه ما را نشان می‌دهند، خانه به خانه و اتاق به اتاق صورت می‌پذیرد. این کار توسط کسانی انجام می‌شود که چیزی به نام اخلاق همسایگی را در پیش می‌گیرند.

یک همسایه در سفر زندگی به تنهایی به پیش نمی‌رود بلکه در آن غوطه‌ور می‌گردد. او خود را فردی می‌بیند که به واسطه یک سنت رفتاری و یک مکان شکل یافته است. او نسبت به آن میراث مدیون و از پرداخت این بدهی خشنود است. زندگی کاری، زندگی خانوادگی و زندگی او در محله در ظروف جداگانه‌ای قرار ندارند. آن‌ها قطعاتی به هم پیوسته از خدمات وی به محل زندگی‌اش هستند. اخلاق همسایگی حول محور چند اصل مشترک سامان می‌یابد:

شهر کتاب
(inbookcity.com)

ما کافی هستیم. همسایه منتظر نمی ماند تا شخص دیگری مشکلات اجتماع را برطرف کند. او فقط یک تماشاگر نیست. همان طور که پیتربلاک می نویسد: «بیشترین پیشرفت های پایدار در جوامع زمانی اتفاق می افتند که شهروندان قدرت خود را برای عمل پیدا کنند. این علائم هر چه باشد - مواد مخدر، خانه های رو به زوال، اقتصاد ضعیف، آوارگی و خشونت - زمانی است که شهروندان انتظار کشیدن برای این که متخصصین یا سیاستمداران منتخب برای انجام کاری از راه برسند را متوقف می کنند و تصمیم می گیرند که خود می توانند آن چه را که به دیگران واگذار کرده اند پس بگیرند و این زمانی است که واقعاً اتفاقاتی رخ می دهد. این عمل ناشی از قدرت یافتن در اکثر داستان های بهبود و تحول پایدار جامعه وجود دارد.»

دهکده فراتر از شخص. یک فرد خوب خود را به خاطر جامعه اش به زحمت می اندازد. یک شخص بد به خاطر خودش جامعه را ناراحت و دچار زحمت می کند.

شروع اتصال. همسایه خوب کسی است که دیگران را برای شام دعوت می کند. همسایه خوب کسی است که با یکی از همسایگان صحبت می کند و همسایه دیگر خود را که در آن طرف خیابان است معرفی می کند.

چشم های سی ساله. همسایه افق زمانی متفاوتی از یک فرد دارد. اقدامات او بر بهتر شدن این مکان برای همین فردا متمرکز نیست. اقدامات او تلاش برای این است پس از سی سال این مکان جایی بهتر باشد. این که کودکی که او در حال آموزش دادنش است، در سی سال آینده یک شهروند در این شهر خواهد بود. این که جشنواره ای که او در حال برگزاری آن است، سنتی خواهد بود که طی نیم قرن ریشه دار خواهد شد. او درختانی را می کارد که میوه هایش را هرگز خودش نخواهد خورد و سایه ای خواهد داشت که او هرگز از آن لذت نخواهد برد.

مهمان نوازی افراطی. رابرت فراست نوشت: «خانه جایی است که وقتی مجبورید به آن جا بروید آن ها هم مجبور باشند که شما را بپذیرند.» وقتی کسی نیازمند باشد، اخلاق همسایگی می گوید مهمان نوازی شرط اول است، قضاوت و هر چیز دیگر بعد از آن می آید. همسایه مانند پدر پسر بد اخلاقی است که بدون پرسیدن سؤال از او استقبال می کند. ابتدا فضل و بخشش و سپس می توانیم در این مورد فکر کنیم که چه مشکلی پیش آمده و چطور وضعیت را بهبود دهیم.

اجتماع متخصص است. همسایگان می دانند که این فقط مدرسه نیست که کودک را تربیت

می‌کند، فقط پلیس نیست که شهر را ایمن نگه می‌دارد و تنها بیمارستان نیست که مردم را سالم نگه می‌دارد. این یک راه مشترک زیستن است. مردم در زمان فعال بودن خیابان‌ها دارای امنیت هستند. افراد سالم هستند مادامی که سالم غذا خوردن یک معیار است. بچه‌ها در جایی آموزش دیده می‌شوند که بزرگسالان با نوجوانان صحبت می‌کنند و آن‌ها را ترغیب و تشویق می‌کنند. این‌ها هنجارها و رفتارهای محله است. مردم مانند قطعات یک پازل هستند که وقتی کنار هم قرار می‌گیرند بهترین راه زندگی را پیدا می‌کنند.

به عمق رفتن. هرمان هسه داستانی کوتاه با عنوان "سفر به شرق" نوشت که در آن گروهی از مردان یک سفر طولانی را از سر می‌گذارند. آن‌ها را پیش خدمتی به نام لئو همراهی می‌کند که کارهای پستی را انجام می‌دهد و با آوازخوانی‌اش روحیه گروه را بالا می‌برد. او کارهای کوچک را انجام می‌دهد. سفر خوب پیش می‌رود تا وقتی که لئو ناپدید شود. همه چیز بهم ریخته و سفر ناتمام می‌ماند.

سال‌ها بعد، یکی از افراد گزارش به سازمانی که از این سفر حمایت مالی کرده بود می‌افتد و می‌فهمد که لئو در حقیقت رهبر این سازمان بزرگ است و صرفاً یک کارمند جزء نیست. این داستان الهام‌بخش مفهوم رهبری خدمت‌گزارانه بود. درس این است که یک رهبر اجتماع غالباً شخصی است که وظایف "پست" را انجام می‌دهد و فرد پشتیبان است. همان‌طور که جورج الیوت در آخرین جمله معروف رمانش، میدل‌مارچ اشاره کرد: «بالیدن خوبی‌ها در جهان تا حدودی به اعمال غیرتاریخی وابسته است؛ و این واقعیت که اوضاع ممکن است برای شما و من چندان هم بد نباشد تا حد زیادی مدیون تعداد زیادی از افرادی است که یک زندگی پنهان خالصانه داشته‌اند و اکنون در مقبره‌هایی آرام گرفته‌اند که کسی از آنها بازدید نمی‌کند.»

کم‌ترین‌ها بیشترین‌اند. جوامع با اقداماتی که برای بهبود وضعیت کسانی که کم‌ترین برخورداری را در میان اعضای آن انجام می‌شود تعریف می‌شوند؛ جوان‌ها، سال‌مندان، تهی‌دستان، معلولان یا افراد بسیار غمگین. ژان وائر برای معلولان ذهنی جوامعی ویژه ایجاد کرد. وی یک بار خطاب به شنوندگانش در دانشگاه هاروارد گفت: «من به اینجا آمده‌ام تا به شما بگویم چه میزان زندگی از این افراد گرفته‌ام. این که آن‌ها یک هدیه باورنکردنی برای آوردن به جهان ما دارند. آن‌ها می‌توانند منبع امید، صلح و شاید رستگاری برای دنیای مجروح ما باشند... اگر چشم خود را به آن‌ها بدوزیم، اگر به آن‌ها وفادار باشیم، همیشه مسیر صحیح‌مان را خواهیم یافت.»

تقصیر تا حدی از من است. خط‌پذیری متقابل یکی از چسب‌هایی است که جامعه را در کنار هم نگه می‌دارد. ما این را درک می‌کنیم که بعضی اوقات ضعیف و خودخواه هستیم. ما اغلب خود باعث بروز مشکلاتی هستیم که خودمان از آن‌ها شکایت داریم.

واینر می‌نویسد: «یک جامعه حقیقی متفاوت است به دلیل درک این واقعیت که شر در درون ماست، نه فقط در درون جامعه بلکه درون من. من نمی‌توانم به این فکر کنم که ذره‌های گرد و غبار را از چشمان همسایه‌ام بزدایم، مگر این که پیش از آن فکری به حال الوارهای پوسیده‌ای که در حیاط خانه‌ام هستند کرده باشم.» یک اجتماع مکانی برای درد و رنج است زیرا که جایی است که حقیقت درون هر یک از ما پدیدار می‌شود؛ اما هم‌چنین مکانی برای عشق ورزیدن از درون درد و اختلاف نظری است که می‌تواند آزادانه و دقیقاً به دلیل عشق بی‌قید و شرط بیان شود.

گفت‌وگوی امکان‌ها

چیزی در فرهنگ ما وجود دارد که به‌طور طبیعی ما را وادار به تفکر از نقطه نظر حل مسئله می‌کند. زندگی مجموعه‌ای از مشکلاتی است که باید مورد تجزیه و تحلیل قرار گیرند. «چگونه مدارس ناموفق خود را بهبود دهیم؟ چگونه خشونت را کاهش دهیم؟» پرسیدن این سؤالات مشکل‌محور معمولاً نادرست است. چنین پرسش‌هایی بر کمبودها و نه بر موهبت‌ها تمرکز می‌کنند.

یک مکالمه مشکل‌محور گرایش به این دارد که بر یک لحظه از زمان متمرکز شود - لحظه‌ای که دانش‌آموزی از دبیرستان فارغ‌التحصیل نمی‌شود، لحظه‌ای که یک جوان مرتکب جرم می‌شود، لحظه‌ای که یک فرد بی‌خانمان می‌شود - اما زندگی واقعی به صورت تجمعی سپری می‌شود. قبل از بی‌خانمان شدن یک شخص، مجموعه‌ای از شوک‌ها و اتفاقات رخ می‌دهد - از دست دادن شغل، ویران شدن روابط خانوادگی، شاید مشکلاتی مربوط به ماشین یا چیزهای دیگر - قبل از این که جوانی مدرسه را ترک کند هم یک سری شوک به او وارد می‌شود. اگر به دور از ماهیت تجمعی زندگی به این موضوعات بپردازید و فقط یک قسمت از مسئله را تعریف کنید، شما نسخه‌ای خلاصه و مبهم از چگونگی زندگی ارائه داده‌اید. همه مکالمات یا موضوعات را انسانی یا غیرانسانی می‌کنند و گفت‌وگوهای مشکل‌محور معمولاً غیرشخصی و غیرانسانی هستند.

گفت‌وگوهای بهتر که گفت‌وگوهای جامعه‌ساز هستند بر امکان‌های پیش‌رو استوارند نه مشکلات. آن‌ها در قالب سؤالاتی از قبیل مطرح می‌شوند که ما در حال حاضر در کجای مسیر ایستاده ایم؟ چه می‌توانیم با هم بسازیم؟ چگونه می‌توانیم زندگی مشترک خود را بهتر کنیم؟ ما در اینجا چه

استعدادهایی داریم که به طور کامل جامه عمل به آنها پوشینده نشده است؟

گفت‌وگوی ممکن‌ها گفت‌وگویی است که به تعریف زندگی‌نامه یک موفقیت منجر می‌شود. اگر زندگی بهتر پیش برود بیوگرافی شخص چگونه به نظر می‌رسد؟ چنین گفت‌وگویی با سوالی غیرشخصی آغاز نمی‌شود؛ پرسشی مانند چگونه می‌توانیم با بی‌خانمانی مقابله کنیم؟ بلکه با سؤال‌هایی شخصی شروع می‌شود؛ «ما چه کاری می‌توانیم انجام دهیم تا به مری کمک کنیم تا زندگی‌اش از ثبات، ایمنی و امنیت بیش‌تری در خانه برخوردار باشد؟» وقتی شما موفقیت را در قالب یک زندگی‌نامه تصور می‌کنید - به عنوان یک شخص خاص که در مسیری متفاوت زندگی می‌کند - به طرز کاملاً مشخص تمام عوامل مختلفی را می‌بینید که به آینده‌ای بهتر منجر می‌شوند. شما تمام روابط متفاوتی را که باید برقرار شوند مشاهده می‌کنید. می‌بینید که لایه‌های اجتماعی و عاطفی چطور باید به رسمیت شناخته شوند، حتی اگر موضوعی که شما در مورد آن صحبت می‌کنید فقط از نظر ظاهری یک موضوع مادی مانند یافتن مسکن برای افراد بی‌خانمان باشد.

دانش‌مندان علوم اجتماعی مدرن متأسفانه بیشتر تمایل دارند به روابط آماری فکر کنند نه به روایت‌های زندگی‌نامه‌ای. آزمایشات کنترل‌شده تصادفی به دنبال این هستند که روابط علت و معلولی مشخص بین یک ورودی و یک نتیجه را مورد بررسی قرار دهند. علوم اجتماعی غالباً به دنبال تفکیک است؛ اما زندگی واقعی طولی و رابطه‌ای است. زندگی واقعی در میان هزار تأثیر متفاوتی است که از سر گذرانده می‌شوند و در طول زمان به هزاران شکل مختلف با یکدیگر تعامل دارند. این که سعی کنید زندگی را در برش‌های علت و معلولی متمایز قرار دهید، گویی که انسان یک توپ بیلارد است، واقعیت را تحریف می‌کند. ما تمایل داریم وقتی از زندگی خودمان صحبت می‌کنیم این را درک کنیم اما در هنگام صحبت کردن در مورد دیگران یا گروه‌های دیگر تمایل داریم به مسائل گوناگون عینیت ببخشیم.

پرسش در گفت‌وگوی ممکن‌ها این نیست که چه کسی مقصر است؟ این است که چه داشته‌هایی را می‌توانیم مورد بهره‌برداری قرار دهیم تا محله خودمان را به جایی تبدیل کنیم که هر یک از افراد مراقب حال دیگران باشد؟ چه مواهبی را می‌توانیم به دیگران ارزانی داریم که شاید حتی هنوز در خودمان هم آن‌ها را نبینیم؟ به‌عنوان مثال در دنور کلرادو، مهاجران نپالی برای جا افتادن در سیستم مدارس دولتی مشکل دارند. کیت گاروین، یک بافنده جامعه محلی، فهمید که سال‌مندان آن منطقه جزو منابع کم‌تر مورد استفاده قرار گرفته برای تهیج، هدایت و بخشیدن قدرت به جامعه هستند؛ بنابراین او مسن‌ترها را در سیستم مدرسه ادغام کرد و یک منبع غیرقابل استفاده از ثروت‌های معنوی آن جامعه را آزاد کرد.

ابداع سنت

هنگامی که یک اجتماع شروع به ساختن در کنار یکدیگر می‌کند، چیزهای جدیدی ایجاد نمی‌کنند بلکه هنجارهای جدیدی خلق می‌کنند. آن‌ها به جامعه کمک می‌کنند و با گذشت زمان، این مشارکت به کاری تبدیل می‌شود که انتظار می‌رود همه انجام دهند. برای مثال، دوست من راد درهر خواهی داشت به نام روتی که در یک شهر کوچک در لوئیزیانا زندگی می‌کرد. روتی یک معلم بود، از آن دسته از افرادی که نوری درونی از آن‌ها به بیرون می‌تابد. به طرز تراژیک، او در چهل سالگی بر اثر سرطان درگذشت. بیش از هزار نفر به تشییع جنازه وی آمدند. روتی دوست داشت پابرهنه راه برود، به همین دلیل حمل‌کنندگان تابوت او که از ایستگاه آتش‌نشانی محلی که شوهرش در آن کار می‌کرد آمده بودند، تابوت او را به پابرهنه قبر بردند.

روتی همیشه فکر می‌کرد که باید در کریسمس از درگذشتگان شهر محل زندگی‌اش یاد کرد، بنابراین او یک سنت ایجاد کرد. هر شب کریسمس به گورستان‌های شهر می‌رفت تا یک شمع روشن روی هر سنگ قبر قرار دهد. روتی درست قبل از کریسمس درگذشت و درحالی‌که خانواده در آن شب کریسمس دور نشسته بودند، راد از مادرش سؤال کرد که آیا مایل است آن‌چه را که روتی انجام می‌داد یعنی روشن کردن شمع روی هر سنگ قبر انجام دهد. مادرش پاسخ داد که شاید در سال‌های دیگر این کار خوب باشد، اما امسال چنین کاری خیلی سخت خواهد بود.

آن شب والدین راد در آیین عشاء ربانی شرکت کردند و اوایل غروب، در مسیر خانه از کنار گورستان رد می‌شدند. نگاهی انداختند و آهی کشیدند. صدها شمع آن‌جا روشن شده بود. شخص دیگری شمع‌ها را روی تمام سنگ قبرها گذاشته بود. جامعه این‌گونه عمل می‌کند. کسی چیزی را شروع می‌کند، یک سنت جدید برقرار می‌شود و افراد دیگر جلو می‌آیند و آن را ادامه می‌دهند.

یک معماری شهری جدید

پروژه‌های واقعاً دشوار اجتماعی فقط به یک سازمان جدید یا به هنجارهای جدید احتیاج ندارند. آن‌ها نیاز به یک معماری کاملاً جدید شهری دارند. چندی پیش در اسپارتانبورگ کارولینای جنوبی از دفاتر جایی به نام جنبش دانشگاهی اسپارتانبورگ (SAM) بازدید کردم. دیوارها پر بود از نمودارهایی که مواردی از قبیل آمادگی برای مهدکودک، نمرات خواندن کلاس سوم و میزان ثبت‌نام دوره‌های تکمیلی را می‌سنجیدند.

در اطراف آن میز پر بود از همه‌کسانی که در اسپارتانبورگ که ممکن بود بتوانند بر زندگی یک کودک تأثیری بگذارند. سرپرستان و مدیران مدارس آن‌جا بودند اما روسای اتاق‌های بازرگانی و سازمان‌های غیرانتفاعی، رئیس پلیس، یک شهردار سابق و سردبیرهای روزنامه‌ها، شخصی از بخش مراقبت‌های بهداشتی و گروهی از متخصصان آماری نیز حضور داشتند. این ائتلاف چیزی بود که قبلاً مانند آن را ندیده بودم. بخش خصوصی و بخش دولتی، کلیسا و افراد فعال در کسب‌وکار همگی آن‌جا بودند. آن‌ها نمایندگان تقریباً تمام بخشهای جامعه بودند و همه به نمودارهای یکسانی خیره شده بودند.

افراد در SAM همه چیزهایی را که می‌توانند در مورد جوانان اسپارتانبورگ بسنجند از گهواره تا شغلشان پیگیری می‌کنند. آن‌ها هرکسی را که ممکن است در این داده‌ها تأثیر داشته باشد جمع می‌کنند -والدین، کلیساها، پزشکان، متخصصان تغذیه و موارد مشابه- و سپس با هم در قالب یک

سیستم در سطح جامعه، این سؤال‌ها را مطرح می‌کنند؛ بچه‌ها کجا از مسیر درست خارج می‌شوند؟ چرا؟ ما در سیستم خود چه داشته‌هایی در اختیار داریم که می‌تواند برای این مشکل از آن‌ها استفاده شود؟ چگونه می‌توانیم با هم کار کنیم تا بتوانیم از این دارایی‌ها استفاده کنیم؟

این بسیار متفاوت از روشی بود که من معمولاً در جوامع دیگری که به دنبال دستیابی به امکان‌های پیش روی خود بودند دیده بودم. در بیش‌تر موارد، شما یک دسته از سازمان‌ها دارید که می‌خواهند کارهای خوبی انجام دهند. آن‌ها به یک بنیاد محلی یا به سازمان‌های دولتی مراجعه می‌کنند و با یکدیگر بر سر دریافت کمک هزینه‌ها رقابت می‌کنند. چند نفر انتخاب می‌شوند و می‌روند و کار خود را انجام می‌دهند. یک اهداکننده، یک سازمان، یک مشکل، یک برنامه. بعد از گذشت چند سال، شخصی مطالعه می‌کند تا ببیند آیا این برنامه دارای اثری قابل اندازه‌گیری بوده است یا خیر که بیش‌تر اوقات چنین اثری ندارد. شما با جامعه‌ای روبه‌رو هستید که در آن قطرات کوچک تصادفی از برنامه‌ها برای رسیدن به یک گلدان کوچک در حال رقابت هستند. به‌طور مستقل و غالباً در مقاصد خاص کار می‌کند، در خصوص موفقیت‌های خود اغراق و شکست‌هایشان را پنهان می‌کند؛ و شما امیدوار هستید که همه این‌ها به نوعی نتیجه بگیرند.

اما در اسپارتانبورگ، گروه‌هایی که من دیدم سعی نمی‌کردند برای پول به رقابت بپردازند و نشان دهند که تأثیری مجزا و منفرد داشته‌اند. آن‌ها بخشی از شبکه‌ای بودند که به اشکال گوناگون به یکدیگر وابسته بودند تا بتوانند یک تأثیر جمعی داشته باشند. وقتی زندگی به خوبی پیش می‌رود، به این دلیل است که این تأثیرات در کنار هم قرار گرفته و یکدیگر را تقویت می‌کنند. SAM تلاش می‌کند تا ده‌ها نقطه تأثیرگذاری را به گونه‌ای مهار کند که مطابق با رشد و پیشرفت واقعی مردم و مکان‌ها باشد.

SAM مظهر یک معماری جدید شهری است که به‌عنوان رویکرد "تأثیر جمعی" شناخته شده است. SAM یک مورد تنها نیست. اسپارتانبورگ یکی از هفتاد انجمن در سراسر کشور است که از آن‌چه روش StriveTogether (به معنی کوشش در کنار هم) نامیده می‌شود استفاده می‌کند. StriveTogether بیش از یک دهه پیش در سین‌سیناتی آغاز شد. چند تن از رهبران جامعه در تلاش بودند تا آموزش را در سطح شهر بهبود بخشند و به فکر شروع برنامه دیگری بودند؛ اما یک مدیر اجرایی شرکت پراکتر اند گمبل که جزئی از این گروه بود اظهار داشت: «ما از نظر برنامه غنی هستیم اما از نظر سیستم فقیریم.» به عبارت دیگر سین‌سیناتی برنامه‌های زیادی داشت. آن‌چه

فاقد آن بود وجود یک سیستم مؤثر برای هماهنگی میان آن‌ها بود.

یک روش‌شناسی ویژه متولد شد و به همراه آن شکل جدید دیگری از قدرت جامعه به وجود آمد؛ سازمان‌دهی پیرامون داده‌ها. روی دارایی‌های جامعه تمرکز کنید، نه کمبودهایش. بفهمید که هیچ راه حل جادویی‌ای وجود ندارد. یک "سازمان ستون فقراتی" (مانند SAM) ایجاد کنید که بتواند همه بازیگران را دور هم جمع کند. هماهنگی در تصمیم‌گیری‌ها را لحاظ کنید؛ پیوسته ارتباط برقرار کنید. تیم‌های کاری برای اجرای اقدامات ایجاد کنید. حس مسئولیت را با دیگران به اشتراک بگذارید.

در یک زمان، افراد در سین‌سیناتی متوجه شدند که دانش‌آموزان آن‌ها با آمادگی قبلی برای مهدکودک به مدرسه نمی‌آیند. داده‌ها حاکی از آن بود که برنامه‌های خصوصی قبل از مهدکودک عملکرد بهتری نسبت به برنامه‌های دولتی داشتند؛ بنابراین سیستم مدارس دولتی مقداری از پول خود را برای پشتیبانی از برنامه‌های خصوصی اختصاص داد و سینسیناتی را به عنوان اولین شهری معرفی کرد که این آمادگی‌ها را از قبل از مهدکودک شروع می‌کند. این جامعه‌ای است که در آن همه در قالب یکی کار می‌کنند.

ساختارهای تأثیر جمعی در سال ۲۰۱۱ سر زبان‌ها افتادند، وقتی که جان کانیا و مارک کامر مقاله‌ای تأثیرگذار برای نقد و بررسی نوآوری اجتماعی استنفورد نوشتند که در آن به StriveTogether استناد کردند و مبنای فلسفی و نظری این نوع رویکرد را فراهم کردند.

کانیا و کامر استدلال می‌کنند که تأثیر جمعی با گروهی از افراد که با احساس ضرورت تغییر به جلو رانده می‌شوند آغاز می‌شود. شاید آن‌ها بخواهند امید به زندگی را در محله به اندازه پنج سال افزایش دهند. شاید بخواهند به بی‌خانمانی پایان دهند.

آن‌ها پیچیدگی مشکل خود را درک می‌کنند. وقتی شروع می‌کنند، راه‌حل از پیش تعیین شده‌ای ندارند. آن‌ها قبل از این که بتوانند ترکیب مناسب برنامه‌ها را مشخص کنند، در یک روند طولانی و تکراری از عمل و واکنش قرار خواهند گرفت - به عبارت دیگر باید قبل از این که بدانند دقیقاً چه کاری می‌خواهند با پول و منابع مالی‌شان انجام دهند، مجبور به صرف مبالغ زیادی از پول و تلاش می‌شوند که این کار برایشان ناخوشایند است.

آن‌چه آن‌ها در آن سرمایه‌گذاری می‌کنند یک فرایند یادگیری است. آن‌ها می‌توانند کل جامعه را وادارند تا از یک دیدگاه متفاوت به یک مسئله پیچیده نگاه کند و اجازه دهند راه‌حل‌ها از گفت‌وگویی که پس از آن انجام می‌شود حاصل شود. کیفیت تلاش آن‌ها با کیفیت سؤالاتشان تعریف می‌شود، از جمله این سوال که چرا با وجود تلاشمان، نتوانسته‌ایم این وضعیت را بهتر کنیم؟

در حقیقت آن‌ها راهی را برای به حرکت کل جامعه در قالب چیزی شبیه به یک دسته طراحی می‌کنند. یک دسته از پرندگان توانایی حیرت‌انگیزی در مسافرت با یکدیگر و تغییر مسیر دارند، بدون آن که پرنده‌ها به صورت انفرادی به یکدیگر ضربه بزنند. دانش‌مندان آموخته‌اند که پرنده‌ها این کار را می‌کنند زیرا هر پرنده از سه قانون ساده پیروی می‌کند؛ حداقل فاصله بین خودتان و پرنده مجاور را حفظ کنید. با سرعتی مشابه پرنده همسایه خود پرواز کنید. همیشه به سوی مرکز دسته پرواز کنید.

تأثیر جمعی نیاز به تفکر سیستمی و نظام‌مند دارد. تفکر سیستم بر اساس این ایده ایجاد می‌شود که اگر با رویکردی مستقیم به مصاف هر مشکلی بروید، احتمالاً اوضاع را خراب‌تر خواهید کرد زیرا پیچیدگی کل سیستم را نمی‌بینید. به عنوان مثال مردم قبلاً فکر می‌کردند راه کاهش جرم، انداختن تعداد زیادی از مجرمان به زندان بود. به نظر می‌رسید که این روش در ابتدا کار می‌کند اما با گذشت زمان مشخص شد که زندانی شدن افراد در جمعیت‌های زیاد نیروهای مثر ثمر را از محله‌ها بیرون می‌کشد. این امر آن‌ها را در معرض یک تجربه زندان قرار می‌دهد که بعداً آن‌ها را به سمت جنایت سوق داده و محله‌ها را بی‌ثبات‌تر می‌کند. در درازمدت مسئله‌ای را که می‌خواستید حل کنید بسیار وخیم‌تر کرده‌اید.

رویکرد سیستمی به معنای تصدیق این نکته است که هر کدام از ما تنها بخشی از یک دنیای پیچیده را می‌بینیم. اگر بدون آن که تأثیرش را بدانید یک دکمه را فشار بدهید، احتمالاً نتیجه‌ای غیر منتظره را باعث می‌شوید. برای این که نقشه کل سیستم مشخص شود و کارهایی به صورت مداوم برای

کلیه قسمت‌های آن انجام شود و بازخوردهای مداوم دریافت شود، به مشارکت کل اجتماع نیاز است.

در یک سیستم مشارکت‌جویانه، شما ترتیبی را تنظیم کرده‌اید که در آن هیچ‌کس به دلیل یک واقعیت ناخوشایند مجازات نمی‌شود. به عنوان مثال بسیاری از سیستم‌های مدارس از داده‌ها به عنوان راهی برای درجه‌بندی مدارس، بستن مدارس و کشاندن آن‌ها به رقابت بهره می‌برند. در اسپارلتانبورگ هرگز چنین کاری انجام نمی‌شود. آن‌ها می‌خواهند همه بازیگران سیستم با هم همکاری کنند، نه این که رقابت کنند. آن‌ها باید بیش از همه از خلوص ارتباطات و شفافیت داده‌ها برخوردار باشند. نمی‌خواهند کسی اطلاعات را پنهان کند زیرا از این که چه مجازاتی می‌تواند در انتظارشان باشد نمی‌ترسند. آن‌ها از داده‌ها به عنوان چراغ قوه استفاده می‌کنند نه چکش. این اخلاق مشارکت (همه می‌دهند) و این اخلاق همکاری کامل (همه ما مسئولیت‌پذیر هستیم) برای عملکرد جامعه در بالاترین سطح خود، یک امر اساسی است.

ضخامت بخشیدن

در کوه اول، تأکید بر نفس بی‌قید و بند، موفقیت فردی و ایجاد جامعه‌ای است که در آن همه آزاد باشند که خودشان باشند. این یک جامعه سیال است و در کوتاه مدت جامعه‌ای مولد اما جامعه‌ای نازک و نحیف درست می‌شود. این جامعه‌ای است که در آن مردم فقط پیوند اندک و نازکی با یکدیگر و نهادهای جامعه دارند. جامعه کوه دوم جامعه‌ای ضخیم و سست است. سازمان‌ها و اجتماعات موجود در آن جامعه اثری از خود برجای می‌گذارند؛ و بنابراین من در مورد آن چه سازمان را ضخیم یا نازک می‌کند بسیار فکر کرده‌ام.

جوامع سست فرهنگ مشخصی دارند، همان‌طور که دانشگاه شیکاگو، کالج مورهاوس، تفنگداران دریایی ایالات متحده فرهنگ خاص خودشان را دارند. یک موسسه دارای ضخامت تلاش نمی‌کند تا به مردم خود خدمات ابزاری بدهد، به آن‌ها مدرک بدهد یا به آن‌ها کمک کند که بتوانند حقوق بگیرند. یک موسسه سست به دنبال تغییر هویت فرد است و تمام شخص را درگیر می‌کند؛ سر، دست، قلب و روح.

نهادهای ضخیم دارای یک موقعیت مکانی فیزیکی هستند که اغلب اوقات مملو از جمعیت است، جایی که اعضا به‌طور منظم مانند یک میز شام یا یک سالن ورزشی یا سالن اجتماعات به صورت مرتب و رودررو با هم ملاقات می‌کنند. این مؤسسات مجموعه‌ای از آیین‌های جمعی دارند؛ روزه

گرفتن یا یاد کردن از برخی عقاید و آیین‌ها در هماهنگی و یا ایستادن در کنار یکدیگر در قالبی منظم. آن‌ها وظایف مشترکی دارند که بر اساس آن اغلب اعضا یکدیگر را به دقت می‌پایند، همان‌طور که هم‌تیمی‌های هاکی روی زمین یخی یکدیگر را می‌پایند. در چنین مؤسسه‌ای افراد گاهی اوقات شبانه در همان مرکز می‌خوابند، به طوری که همه می‌توانند قبل از آرایش کردن و بعد از صرف شام خود واقعی یکدیگر را ببینند.

چنین سازمان‌هایی غالباً داستانی مقدس را در مورد خودشان می‌گویند و دوباره بازگو می‌کنند. بسیاری از آن‌ها لحظه‌ای را تجربه کردند که در آن تقریباً شکست خوردند و قهرمانانی را ارج می‌نهند که آن‌ها را از مهلکه بیرون کشیدند. آن‌ها موسیقی را در زندگی روزمره گنجانیده‌اند، زیرا پیوند یافتن با کسی که با او خوانده‌اید و رقصیده‌اید، سخت نیست.

آن‌ها فرهنگ‌های محلی مخصوص به خود را دارند. به عنوان مثال بسیاری از کالج‌ها خود را مانند یکدیگر احساس می‌کنند؛ اما آن‌هایی که واقعاً در دانش‌آموزان خود اثری برجای می‌گذارند (سنت جان، کنیون، ویتون، MIT) شجاعت این را دارند که متفاوت باشند. می‌توانید چنین مکان‌هایی را دوست داشته یا از آن‌ها متنفر باشید؛ اما وقتی با یک فارغ‌التحصیل این کالج‌ها ملاقات می‌کنید او را تشخیص می‌دهید و وقتی آن‌ها با یکدیگر ملاقات می‌کنند حتی ده‌ها سال بعد، می‌دانند که یک امر بااهمیت مشترک با یکدیگر دارند.

روانشناس دانشگاه پنسیلوانیا آنگلا داکورت می‌افزاید: موسسات ستر تقریباً همیشه هدف مشترک مشخص و متمایزی دارند مانند پیروزی در سوپر بول^{۵۶} یا نجات محیط زیست. آن‌ها آیین‌های آغازین دارند؛ یک کتاب راهنمای مقدس یا یک شیء مورد احترام که از نسلی به نسل دیگر منتقل شده است. عبارات و اصطلاحات متمایز که در فرهنگ درونی آن‌ها نقل می‌شود اما در خارج از آن به اشتباه تعبیر می‌شود. یک برچسب، مانند KIPPster برای دانش‌آموز مدرسه KIPP؛ و غالباً دارای یونیفرم یا نمادهای دیگری مانند پرچم، حلقه و یا دستبند هستند.

جاناتان هایدت از دانشگاه نیویورک توصیه می‌کند که اگر می‌خواهید یک موسسه ضخیم ایجاد کنید باید به ویژگی‌های مشترکی که مردم دارند، توجه کنید نه به مواردی که آن‌ها را از هم جدا می‌کند. دوم این‌که از هماهنگی آن‌ها بهره‌برداری کنید. بگذارید آن‌ها با هم آواز بخوانند یا بازی کنند و یا با هم حرکت کنند. سوم، ایجاد رقابت سالم بین تیم‌ها و نه افراد. مردم بیش‌تر برای دوستان خود می‌جنگند و قربانی می‌کنند تا برای یک امر نامفهوم، بنابراین افراد را در روابط تیمی

درگیر کنید.

نهادهای ضخیم در جهت یک هدف اخلاقی مشترک حرکت می‌کنند. آن‌ها اعضای خود را نه به‌عنوان منابعی برای بهره‌برداری بلکه به‌عنوان راه‌پیمایانی دیگر در یک مأموریت مقدس می‌بینند. موسسات ستبر شما را خراب می‌کنند تا بتوانند شما را از نو بسازند. آن‌ها شما را در سنت‌های طولانی و آداب و رسوم مقدسی غوطه‌ور می‌سازند که در بسیاری مواقع باستانی و یا کهنه به نظر می‌رسند و از شما می‌خواهند که هویت شخصی خود را در هویت جمعی دفن کنید. آن‌ها به یک ایده‌آل اشاره می‌کنند که از این فاصله بسیار دور است و در یک عمر واحد نمی‌توان به آن دست یافت. هنری مور مجسمه‌ساز یک بار گفت: «راز زندگی این است که وظیفه‌ای را انجام دهی، چیزی که تمام زندگی خود را هر دقیقه از هر روز زندگی‌ات را وقف آن کنی؛ و مهم‌ترین چیز این است که این باید کاری باشد که احتمالاً نمی‌توانی انجامش دهی.»

۲۵: نتیجه گیری: بیانیه رابطه گرایی

در این کتاب من در مورد دو کوه بسیار سخن گفته‌ام. همان طور که اشاره کردم این ابزار تلاشی بود برای تبیین روایت تضاد بین دو جهان بینی اخلاقی متفاوت. کوه اول جهان بینی فردگرایانه است که خواسته‌های نفس را در مرکز قرار می‌دهد. کوه دوم همان چیزی است که شما ممکن است جهان بینی رابطه گرایی بدانید و رابطه، تعهد و خواسته‌های قلب و روح را در مرکز قرار می‌دهد. استدلال اصلی من این بوده است که ما در رواج جهان بینی فردگرایانه زیاده روی کرده ایم. ما با درک خودمان به عنوان ماهیتی خودمختار، جامعه خود را تکه تکه کرده ایم و خود را در معرض بروز شکاف و قبیله گرایی قرار داده ایم، به جایی رسیده ایم که جایگاه فردی و خودپسندگی را تقدیس می‌کنیم و آن چه را که در قلب و روح هر انسان از همه چیز زیباتر است می‌پوشانیم.

در این نتیجه گیری می‌خواهم رشته‌های مختلف استدلال‌هایم را با هم جمع کنم؛ اما می‌خواهم آن‌ها را نه با نقل قول از افراد دیگر و نه با داستان‌ها و مثال‌ها بلکه در قالب یک بیانیه یا مانیفست با همه بی‌پردگی، سرسختی و اعتقادی که انگیزه مرا برای نوشتن این کتاب بیش‌تر کرده است، یک جا جمع کنم.

جهان در یکی از آن لحظات گذار قرار دارد. زیست اخلاقی فردگرایانه در حال فروپاشی است و مردم را برهنه و تنها گذاشته است. از نظر بسیاری اولین واکنش غریزی یک واکنش تکاملی است؛ بازگشت به قبیله. اگر ما به عنوان یک جامعه به زیاده روی‌های منتج از دیدگاه «آزاد هستم که خودم باشم» با یک عصر «بازگشت به قبیله» پاسخ دهیم، قرن بیست و یکم زمانی برای درگیری و خشونت خواهد بود که باعث می‌شود قرن بیستم در برابرش همچون یک بازی کودکانه به نظر بیاید.

راه دیگری برای پیدا کردن تعلق وجود دارد. روش دیگری برای یافتن معنی و هدف وجود دارد. چشم‌انداز دیگری از جامعه سالم وجود دارد و این از طریق رابطه گرایی ممکن می‌شود. این با عمیق شدن در درون خودمان و پیدا کردن توانایی غیرقابل تصورمان در مراقبت و سپس گسترش به بیرون و متعهد شدن به دیگران انجام پذیر است. در این بیانیه من سعی می‌کنم دیدگاهم را در برابر فردگرایی افراطی در لحظه فعلی و به نفع رابطه گرایی به عنوان راهی بهتر برای زندگی مطرح کنم.

فردگرایی افراطی

۱. همیشه بین خود و جامعه تعادلی وجود دارد. در برخی دوران‌ها، فشارهای گروه سفت و سخت

می‌شود و فرد را خرد می‌کند و افراد احساس ناامنی می‌کنند و تلاش می‌کنند تا آزاد شوند و فردیت خود را ابراز نمایند. در عصر ما برعکس فرد بزرگ‌نمایی شده و جمع تضعیف شده است. ما بیش‌ازحد در جهت فردگرایی حرکت کرده ایم. نتیجه از دست دادن ارتباط است؛ بحران همبستگی.

۲. فردگرایی افراطی، اخلاق حاکم بر روزگار ما، نظامی از اخلاق، احساسات، عقاید و عملکردهای مبتنی بر این باور است که سفر زندگی یک سفر فردی است که اهداف زندگی سعادت فردی، اصالت، تحقق بخشیدن به خود و استقلال است. فردگرایی افراطی همین سؤال را روی لبان همه می‌گذارد؛ چه کاری می‌توانم برای خوشحال کردن خودم انجام دهم؟

۳. فردگرایی افراطی بر یک روایت رهایی‌بخش تکیه می‌کند. فرد قهرمانانه از زنجیرهای سخت‌گیر جامعه رهایی می‌یابد. فرد روی دو پا ایستاده و سرنوشت خود را تعیین و حقوق فردی خود را تأمین می‌کند. فردگرایی افراطی آزادی را عدم وجود محدودیت تعریف می‌کند.

۴. به این ترتیب فردگرایی به تدریج هرگونه ارتباطی را که مبتنی بر انتخاب فردی نیست (مثل ارتباط با خانواده، همسایگی، فرهنگ، ملت و منافع مشترک) تضعیف می‌کند. فردگرایی بیش از حد تعهدات و مسئولیت‌های ما را نسبت به دیگران و هم‌نوعانمان از بین می‌برد.

۵. مشکلات اساسی امروز ما از این فرسایش سرچشمه می‌گیرند؛ انزوای اجتماعی، بی‌اعتمادی، دو قطبی شدن جامعه، گسستن خانواده، از بین رفتن جامعه، قبیله‌گرایی، افزایش نرخ خودکشی، افزایش مشکلات سلامت روان، یک بحران معنوی ناشی از از دست دادن اهداف مشترک، از دست دادن -یک ملت پس از ملت دیگر- هرگونه احساس هم‌بستگی مشترکی که مردم را به اختلاف می‌کشاند. از دست دادن آن داستان‌ها و علل مشترکی که باعث تقویت جامعه، ارتباط متقابل، رفاقت و هدف می‌شود.

۶. نقص اصلی فردگرایی بیش‌ازحد در این است که منجر به تخریب و خرد شدن فرد انسان‌ها می‌شود. این نظامی است که بر بستر انگیزه‌های خودخواهانه درون هر یک از ما ساخته شده است. این انگیزه‌هایی‌اند که متضمن منفعت شخصی ما هستند؛ میل به برتری، تاثیرگذاری در جهان، افزایش ثروت، قدرت و مقام، رسیدن به پیروزی و پیروزی بر دیگران. فردگرایی بیش از حد انگیزه‌های دیگر را مهم نمی‌پندارد و و سرانجام حتی آن‌ها را نمی‌بیند. انگیزه‌های عمیق‌تر و دور از

دسترسی که به دنبال اتصال، هم‌جوئی، خدمت‌رسانی و مراقبت هستند. این‌ها خواسته‌های نفس ما نیستند بلکه آرزوهای دل و جان ما هستند؛ میل به زندگی در یک وابستگی عاشقانه به دیگران، اشتیاق به زندگی در خدمت برخی از ایده‌آل‌ها، آرزوی تسلیم شدن به یک امر متعالی‌تر.

فردگرایی افراطی این عمیق‌ترین آرزوها را بی‌مقدار و بی‌خاصیت می‌سازد. سرانجام فردگرایی بیش‌ازحد، تک‌افتادگانی منزوی و علاقه‌مند به خود به وجود می‌آورد که احساس می‌کنند چیزی در زندگی آن‌ها وجود ندارد، اما حتی نمی‌توانند آن‌چه را که در زندگی‌شان غایب است نام ببرند.

۷. فردگرایی بیش از حد، در درون سیستم‌های سطحی رشد می‌کند. مصرف‌گرایی به بهانه دستیابی به مصالح و متعلقات دنیوی، چیزی را که برای شخص مهم است از بین می‌برد. شایسته‌سالاری آن‌چه را که برای "موفقیت" فردی عمیق‌تر و مهم‌تر است نابود می‌کند. سرمایه‌داری نامتوازن مردم را به کارگرهایی که با حداکثر سرعت به دنبال حداکثر منافع هستند تبدیل می‌کند، کسانی که هیچ دل‌بستگی دائمی نمی‌تواند در آن‌ها نفوذ کند.

۸. یک فردگرایی افراطی خود را در شبکه‌ای از عشق‌های مشروط می‌بیند. من تنها وقتی شایسته این هستم که دوست داشته شوم که به مقام یا موفقیتی برسم که جهان از من انتظار دارد. من فقط وقتی شایسته عشق هستم که بتوانم چیزی را در ازای آن به طرف مقابل ارزانی دارم. من همان چیزی هستم که دنیا درباره من می‌گوید. در نهایت، فردگرایی افراطی افراد را به خودکفایی و امنیت نمی‌رساند. با ایجاد شرط برای همه‌چیز، امنیت عاطفی و معنوی را از بین می‌برد. این امر باعث می‌شود افراد نسبت به قضاوت‌های دیگران بسیار حساس باشند و وقتی بپندارند که ناچیز و کم‌اهمیت پنداشته شده‌اند سریعاً احساس کنند که به آن‌ها توهین شده است.

۹- فردگرایی افراطی افراد را به سمت زندگی‌های نادرست و ناخشنود سوق می‌دهد. برخی افراد زندگی زیبایی‌شناسانه‌ای را پشت سر می‌گذارند. آن‌ها می‌توانند یک سلسله تجربیات را بچشند که ممکن است خوشایند باشد اما از آن‌جا که به یک آرمان بزرگ خدمت نمی‌کنند، به هیچ‌وجه احساس کمال و یکپارچگی درونی را تجربه نمی‌کنند. بعضی از افراد بیش‌ازحد ناامن می‌شوند. آن‌ها با رسیدن به عشق، تحسین و دلبستگی به دنبال پیروزی هستند و نمی‌توانند راه دیگری را بروند، اما مطمئناً هیچ دستاوردی هرگز به آن‌ها عشق و علاقه‌ای را که آرزویش را دارند نمی‌بخشد.

۱۰. وقتی جامعه کاملاً را با منظره‌ای بیش‌ازحد نحیف از طبیعت انسانی بنا می‌کنید، با یک فرهنگ

غیرانسانی شده روبرو می‌شوید که در آن مردم تشنه همان چیزهایی هستند که عمیقاً تمنای رسیدن به آن را دارند.

۱۱. فرد عاری از تعهد، فردی است که به خاطر آورده نمی‌شود. کسی که به بعضی از چیزهای خارج از خود پایبندی ندارد، هیچ نشان عمیقی در جهان از خود به جای نمی‌گذارد.

۱۲. فردگرایی بیش از حد منجر به قبیله‌گرایی می‌شود. سرانجام مردم با پیوستن به یک قبیله حزبی، علیه انزوا و بی‌معنی بودن فردگرایی افراطی قیام می‌کنند. به نظر می‌رسد این یک رابطه است اما در واقع برعکس است. اگر ذهنیت رابطه‌گرایانه مبتنی بر محبت متقابل باشد، ذهنیت قبیله‌گرایی مبتنی بر عدم اعتماد متقابل است. همیشه ما در مقابل آن‌ها هستیم، دوست یا دشمن، نابود می‌کنیم یا نابود می‌شویم. خشم وضعیت عادی ماست. قبیله‌گرا به دنبال برقراری ارتباط است اما خود را هرچه تلخ‌تر در میان نارضایتی‌ها و بی‌اعتمادی‌های خود منزوی می‌سازد. قبیله دوقلوی تاریک اجتماع است. پارادوکس غم‌انگیز فردگرایی افراطی این است که آن‌چه به عنوان یک رهایی عجیب آغاز شده بود، سرانجام به جنگ یک قبیله علیه قبیله‌ای دیگر ختم می‌شود، جنگی که افرادی را که به دنبال رهایی‌شان بود در زیر پاهای خود خرد می‌کند.

رابطه گرایی

۱. انقلاب آینده یا اخلاقی خواهد بود یا اصلاً انقلابی در کار نخواهد بود. جامعه مدرن به یک زیست اخلاقی نیاز دارد که فردگرایی افراطی حاکم بر این لحظه از تاریخ را طرد کند. ما باید باوری را بیان کنیم که رابطه را و نه فرد را، در مرکز قرار دهد و حقیقتی را که همه می‌دانیم به صورت شفاف نمایش دهد؛ این که ما به واسطه رابطه شکل می‌گیریم، ما با رابطه تغذیه می‌شویم و آرزوی این را داریم که رابطه برقرار کنیم، زندگی یک سفر انفرادی نیست. ساختن خانه‌ای با کمک همدیگر است. این فرایندی است که توسط پیوندها و تعلقات شکل می‌گیرد و به نوبه خود تعلقاتی را شکل می‌دهد. زنجیره بزرگی از نسل‌هاست که هدایای خود را به نسل‌های بعدتر ارزانی می‌دارند.

۲. فردگرایی افراطی جامعه را مجموعه‌ای از افراد می‌داند که با یکدیگر قرارداد دارند. فرد رابطه‌گرا جامعه را شبکه‌ای از ارتباطات می‌داند که از بسیاری جهات قبل از انتخاب فردی ما پیشی می‌گیرد. فردگرایی افراطی فرد را یک واحد خودکفا و مستقل می‌داند. رابطه‌گرا می‌گوید که شخص گره‌ای در یک شبکه است، یک شخصیت حرکتی به سوی دیگران است.

۳. در دوران کودکی، بنیاد عاطفی و معنوی هر فرد با عشق بی‌قید و شرط یک بزرگ‌تر دلسوز شکل می‌گیرد. سبک دلبستگی هر فرد با حرکت هماهنگ تعامل بین خودش و فرد بزرگ‌سالی که او را دوست می‌دارد شکل می‌گیرد. "ما" مقدم بر "من" است.

۴. در بزرگ‌سالی، ما زندگی‌مان را با کیفیت روابط خود و کیفیت خدمات خود نسبت به آن روابط اندازه می‌گیریم. زندگی یک تلاش کیفی است نه یک کوشش کمی. تعداد مهم نیست، ضخامت و عمق مهم است. تعریف این که یک رابطه با کیفیت چطور رابطه‌ای است، وظیفه اصلی هر زیست اخلاقی‌ای است.

۵. بهترین زندگی در دوران بزرگ‌سالی با برقرار ساختن تعهدات و وفادار ماندن به آن تعهدات عملی می‌شود؛ تعهدهایی به حرفه، به یک خانواده، به یک فلسفه یا ایمان و یا به یک جامعه. زندگی بزرگ‌سالانه به معنای قول دادن به دیگران و وفادار بودن به آن وعده‌هاست. زندگی زیبا در بخشیدن متقابل هدایای بی‌قید و شرط یافت می‌شود.

۶. رابطه‌گرایی یک راه میانه بین فردگرایی افراطی و جمع‌گرایی است. اولی شخص را از تمام ارتباط‌های عمیق ممکن جدا می‌کند و حالت دوم فرد درون گروه را از بین می‌برد و گروه‌ها را

گله‌هایی بی صورت می‌بیند. فرد رابطه‌گرا هر شخص را به عنوان گره‌ای در تارهای ضخیم و مسحورکننده تعهداتی گرم می‌بیند. او به دنبال ساختن یک محله، یک ملت و یک دنیا از افراد متنوع و خلاق است که با شکوفاکردن روش‌های مختلف، تعهداتی را اتخاذ کرده‌اند که با این وجود با ریسمان‌هایی مقدس با یکدیگر پیوند یافته‌اند.

۷. رابطه‌گرایی نظامی متشکل از ایده‌ها نیست، یک روش زندگی است. رابطه‌گرایی دیدگاهی است که از منابع بسیاری به دست می‌آید، از ادموند برک و مارتین لوتر کینگ جونیور، از مارتین بوبر و دوروتی روز و والت ویتمن، از ژاک ماریتاین، امانوئل مونیر، مارتا نوسباوم و آنی دیلارد تا گاندی و جوزیا رویس.

۸. فردگرای افراطی با یک منطق سراسر عمل می‌کند؛ من خودم را قوی می‌کنم و آن‌چه را می‌خواهم به دست می‌آورم. رابطه‌گرا می‌گوید زندگی با یک منطق معکوس عمل می‌کند. من فقط وقتی چیزی به دست می‌آورم که چیزی را بدهم. خودم را گم می‌کنم تا خودم را پیدا کنم. وقتی تسلیم یک چیز عالی می‌شوم، همان زمانی است که قوی‌ترین و قدرتمندترین هستم.

فرایند تبدیل شدن به یک شخص

۱. سفر اصلی در زندگی مدرن، حرکت به سمت خدمت است. ما شروع به گوش دادن به تنظیمات پیش‌فرض نفسمان می‌کنیم و به تدریج یاد می‌گیریم به ندای متعالی‌تر قلب و روح گوش دهیم.

۲. بخش عمده‌ای از اندیشه‌های اجتماعی مدرن، با تکیه بر متفکرانی مانند ماکیاولی، هابز و اقتصاد مدرن، انسان را اساساً خودخواه می‌داند. فروید نوشت که کودکان «کاملاً خودخواه هستند. آن‌ها نیازهای خود را به شدت احساس می‌کنند و بی‌رحمانه تلاش می‌کنند تا آن‌ها را برآورده سازند.»

۳. عقل‌گرایی ادعا می‌کند که انسان‌ها هم‌زمان به طرز اساسی پر از تباهی و موهبت‌اند. ما خواسته‌های خودمحورانه خودمان را داریم و برای به ثمر رساندن برخی از کارهای ضروری زندگی به آن خواسته‌ها نیاز داریم؛ برای ایجاد هویت، تاثیرگذاری بر جهان، جدا شدن از والدین و برای خلق و درخشش. انگیزه‌های وحشیانه ما برای تسلط، قتل، تجاوز و غارت در کتاب‌های تاریخ نوشته شده است؛ اما رابطه‌گرایی ادعا می‌کند که بخش‌های عمیق‌تر دیگری نیز در انسان وجود دارد. انگیزه‌هایی وجود دارد که حتی اگر اندکی دیرپا تر گریزان‌تر باشند، از علاقه به خود نیز قوی‌ترند. در عمیق‌ترین مرکز هر شخص، چیزی هست که به شکل استعاری به آن قلب و روح

می‌گوییم. ظرفیت‌هایی وجود دارد که می‌تواند شهوات وحشیانه را زیر پا بگذارد و هیولاهایی را که در درون آن باقی مانده‌اند رام کند و آن ظرفیت‌ها در جامعه تحقق می‌یابد.

۴. قلب آن قطعه‌ای از ما است که آرزوی هم‌جوشی و یکی شدن با دیگران را دارد. ما در درجه‌اول موجوداتی متفکر نیستیم. در درجه‌اول موجوداتی با قابلیت دوست داشتن و اشتیاق داشتن هستیم. ما با آن‌چه می‌خواهیم، تعریف می‌شویم. ما به چیزی تبدیل می‌شویم که دوست می‌داریم. سوال اصلی برای هر یک از ما این است که آیا احساسات خود را به شکلی آموزش داده‌ایم که به شیوه‌درست عاشق چیزهای درست باشیم؟

۵. روح قطعه‌ای از ما است که به هر فرد عزت و ارزشی بی‌نهایت می‌بخشد. بردگی اشتباه است زیرا یک روح را از بین می‌برد. تجاوز فقط حمله به مولکول‌های فیزیکی و جسمانی نیست بلکه یک روح دیگر را از بین می‌برد. روح آرزوی نیکی دارد. هر انسانی می‌خواهد زندگی خوب و معناداری را طی کند و وقتی همه‌چیز بی‌معنی به نظر می‌رسد زندگی از هم می‌پاشید.

۶. یک کودک هم‌زمان با نفس و با قلب و روح به دنیا می‌آید؛ اما برای بسیاری از افراد در حوالی بزرگسالی، نفس شروع به باد شدن می‌کند و قلب و روح فرو می‌ریزد. افراد در این سن باید هویتی برای خود بسازند تا یک خود حقیقی را در وجودشان حک کنند. در همین حال جامعه ما به پسران نوجوان می‌گوید که احساسات خود را دفن کنند و مرد شوند. به دختران کوچک می‌گوید که اگر عمق واقعی خود را آشکار کنند هیچ‌کس آن‌ها را دوست نخواهد داشت. فرهنگ عمومی ما خودخواهی را عادی می‌کند، خودخواهی را عقلانی می‌کند و ما را دچار پرده‌پوشی کرده و در بیان آرزوهای عمیق‌تر قلب و روح ناتوان می‌سازد.

۷: اما سرانجام بیش‌تر مردم متوجه می‌شوند که چیزی در زندگی معطوف به خود کم است. آن‌ها به موفقیت دنیوی دست می‌یابند و آن را راضی‌کننده نمی‌دانند. شاید آن‌ها عاشق شده‌اند یا به گونه‌ای دوست داشته شده‌اند که پوسته‌سخت زندگی‌شان باز شده و شخصیت واقعی پنهان شده در زیر را عیان می‌کند. شاید هم دوره‌ای از شکست، رنج یا اندوهی را تحمل می‌کنند که سطح را می‌کاود و اعماق وسیع در زیر آن را نشان می‌دهد. به طریقی مردم با عمق کامل خود و دامنه‌کامل زندگی آشنا می‌شوند. آن‌ها می‌فهمند که تنها یک خوراک عاطفی، اخلاقی و معنوی می‌تواند منبع تغذیه‌ای که بدان احتیاج دارند را فراهم کند.

۸. وقتی شخصی یکی از این تجربیات را از سر گذرانده است، تجربیاتی که می‌تواند در هر سنی اتفاق بیفتد او دیگر فقط یک فرد نیست. او یک شخص شده است. تمام شخصیت او زنده و درگیر است. او توانایی بی‌نهایت مراقبت و توجه به دیگران را در خود و در زیر بستر کشف کرده است. رابطه‌گرایی ما را در هنگام انجام این تحول شخصی راهنمایی می‌کند تا از خواسته‌های نفس خود پیشی بگیریم و یک سفر بزرگ‌تر را طی کنیم.

۹. حرکت به سمت تبدیل شدن به یک شخص رو به پایین و سپس بیرونی است: باید عمیق‌تر به درون خود پردازیم جایی که آرزوها را برای دیگران پیدا می‌کنیم و سپس در رابطه با جهان به بیرون برویم. ماریتین نوشت که شخص با هدف بخشیدن خود به تسلط بر خود دست می‌یابد.

۱۰. فردی که به شخص تبدیل شده است شورش می‌کند. او علیه اخلاق فردگرایانه و تمام سیستم‌های غیرشخصی بودن طغیان می‌کند. جامعه به او می‌گوید استقلال می‌خواهد اما او وابستگی متقابل خود را اعلام کرده است. جامعه می‌گوید ما در یک واقعیت ماتریالیستی زندگی می‌کنیم اما او می‌گوید ما در یک واقعیت مسحورکننده زندگی می‌کنیم. جامعه به او می‌گوید گزینه‌های خود را باز نگه دارد اما او می‌گوید نه من متعهد می‌شوم و ریشه می‌دوانم. جامعه می‌گوید سعی کنید به سمت بالا رشد کنید و بهتر از بقیه باشید؛ او می‌گوید نه من با دیگران همگام می‌شوم، خدمت می‌کنم و به زیر می‌روم. جامعه می‌گوید طرف معطوف به خود زندگی‌تان را پرورش دهید. او می‌گوید نه من تمام خودم را پرورش خواهم داد. زندگی فقط زمانی خوب پیش می‌رود که با تمام خود زندگی می‌کنید.

۱۱. رابطه‌گرا از شایسته‌سالاری سرمایه‌داری و سیستم‌های رایج زندگی دور نمی‌شود؛ اما او این جهان‌بینی را با یک اخلاق کاملاً متضاد که مکمل، تصحیح‌کننده و متضمن شرافت است، متعادل می‌کند. او با تمام لذت‌ها و دستاوردهای خود به آن دنیا پای می‌گذارد اما با روحیه‌ای متفاوت، رویکردی متفاوت و اهدافی متفاوت. او در جایی که جهان بیش از حد فردی است، اجتماعی است. وقتی جهان بیش از حد عقلی است او احساساتی است. وقتی دنیا فایده‌نگر است او اخلاق‌گراست.

زندگی خوب

۱. فرد رابطه‌گرا در تلاش نیست تا با اراده محض بر زندگی مسلط شود. او فرمان زندگی را دو دستی نچسبیده است و سعی کند زندگی خود را استراتژیک کند. او خود را در دسترس قرار داده است. او خود را گشوده است تا بتواند یک ندا را بشنود و به آن فراخوانی پاسخ دهد. او می‌پرسد مسئولیت من در اینجا چیست؟ وقتی شخصی ندای متعالی خود را در زندگی پیدا می‌کند، احساس نمی‌کند که کنترل خود را به دست گرفته است. بلکه احساس می‌کند که او کنترل زندگی‌اش را تسلیم کرده است. خلاق‌ترین اقداماتی که انجام می‌شود در پاسخ به این فراخوانی است.

۲. فراخوانی غالباً در قالب عشق صورت می‌گیرد. شخص عاشق فرزند خود، همسر خود، محله خود، فراخوانی خود و یا خدای خود می‌شود؛ و با این عشق نیازی به اعلام برخی تعهدها به وجود می‌آید؛ تعهد برای گفتن «من همیشه تو را دوست خواهم داشت.» یا «من همیشه به تو خدمت می‌کنم و در کنارت خواهم بود.» زندگی دنیایی از قول دادن‌هاست.

۳: و یا فراخوانی ممکن است به صورت یک نیاز باشد. برخی از بی‌عدالتی‌ها و برخی اشتباهات

اجتماعی وجود دارد که باید برطرف شوند. شخص مسئولیت را به عهده می‌گیرد و قول می‌دهد با آن مبارزه کند و آن اشتباه را برطرف کند.

۴. وقتی فراخوانی احساس شد و قولی داده شد، تعهدی برقرار شده است. زندگی یک رابطه‌گرا با تعهداتش تعریف می‌شود. کیفیت و تحقق زندگی او توسط آن چه وی به آن متعهد است و چگونگی انجام آن تعهدات تعریف می‌شود.

۵. تعهد یک قول حاصل از عشق است. تعهد قولی است بدون انتظار برای بازگشت (هرچند که بازده زیادی حاصل شود). رابطه متعهدانه یک قول دو طرفه است. این است که شما خود را از صمیم قلب برای دیگری و دیگری می‌اندازد که خود را از صمیم قلب برای شما پرتاب می‌کنند.

۶. شخص تعهدات خود را در قالب تعهدات حداکثری ابراز می‌کند. او فقط یک حرفه ندارد. او یک رسالت بر عهده دارد. او فقط یک ازدواج قراردادی ندارد (چه چیزی برای گیر من می‌آید؟). او یک ازدواج پیمانی دارد (من برای تو زندگی می‌کنم و می‌میرم). او فقط یک عقیده ندارد. او به یک باور و ایمان تسلیم می‌شود. او فقط در یک مکان زندگی نمی‌کند. او به ایجاد جامعه کمک می‌کند. علاوه بر این او فقط به این مفهوم انتزاعی از "اجتماع" متعهد نیست. او به یک جامعه خاص، به یک شخص خاص و به یک باور خاص متعهد است؛ چیزهایی که در زمان و مکان خاصی ریشه دارند.

۷. شخص با متعهد شدنش و با رعایت روزانه تعهدات خود، خود را در یک کل منسجم ادغام می‌کند. تعهدات ساعت‌ها و روزهای یک زندگی را سازمان‌دهی می‌کنند. فرد متعهد در طول زمان به ثبات دست می‌یابد. شخصیت او از طریق اعمال عادت‌وار خدمت‌رسانی به افرادی که او دوستشان دارد ساخته می‌شود. شخصیت او با دریافت فروتنانه هدایای افراد دیگر ساخته شده است و بنابراین او وابستگی خودش را تصدیق می‌کند. یک قرارداد به شما سود می‌بخشد، اما تعهد شما را دگرگون می‌کند.

۸. رابطه‌گرایان به کارهایی اولویت می‌دهند که تعهد، ایجاد رابطه و تقویت کرامت انسانی را تقویت می‌کنند؛ هدیه دادن، داستان‌گویی، رقص، آواز، پروژه‌های مشترک، اجتماع، پذیرایی از دیگران، آیین‌ها، گفت‌وگوهای عمیق، نیایش دسته‌جمعی، بخشش، خلق زیبایی، آسایش متقابل در زمان غم و اندوه و تهدید، کار متقابل برای منافع مشترک.

۹. زندگی متعهدانه همواره شامل برخی مشکلات و کشمکش‌های رایج است.

۱۰. زندگی متعهدانه، برای مثال یک مبارزه مداوم برای دیدن عمق وجود آدم‌هاست. در کسب و کار زندگی روزمره، این وسوسه همیشگی هست که وجود شخص دیگر به عنوان یک شیء دیده شود و نه به عنوان یک کل. وسوسه ثابتی برای برجسب زدن و تعمیم موضوعات وجود دارد. وسوسه‌ای همیشگی برای فروکاستن مردم به داده‌ها و دیدن آن‌ها به عنوان نقاط داده. می‌توانید سبب را به مثابه یک داده حساب کنید؛ اما رفتار انسان را فقط می‌توانید در قالب توده‌ها دنبال کنید؛ اما چیزی وجود دارد که در هر شخص منحصربه‌فرد و غیرقابل جایگزینی است و داده‌ها نمی‌توانند آن را ببینند. یک رابطه‌گرا سعی می‌کند هر یک از افراد را به عنوان یک شخص تمام، یک بدن، ذهن، قلب و روح ببیند.

۱۱. برای برقراری ارتباط خوب، تقلایی مداوم نیاز است. در هر لحظه یا عمق ارتباط وجود دارد و یا سطح آن. رابطه‌گرا دنبال شرایطی است که ارتباط را عمیق و ناب جلوه دهد. این کار سخت است زیرا در خودمان چیزی وجود دارد که توانایی مان در برقراری ارتباط آن را نادیده می‌گیرد. در فروتنی و پرده‌برداری آهسته از خود شخص، یک امر نیکو وجود دارد. برای دستیابی به ارتباط از نوع من/تو، حتی برای لحظه‌ای رابطه‌گرا با صبر و تحمل می‌نشیند و آسیب‌پذیری‌ها به تدریج و خود به خود آشکار می‌شود. او به طرف مقابلش امنیت و احترام هدیه می‌دهد. بعضی اوقات آن چه عمیق‌تر است به شکل اسطوره، داستان و موسیقی بیان می‌شود. امانوئل مونیر فیلسوف فرانسوی می‌گوید: «هنگامی که ارتباط و گفت‌وگویم با فردی دیگر از بین می‌رود یا خراب می‌شود من خودم را از دست می‌دهم. قطع شدن ارتباط با دیگران در حکم جنون و بدبختی است.»

۱۲. در زندگی به عنوان یک اهداکننده و دریافت‌کننده موثر هدایا و موهبت‌ها، یک تلاش مداوم وجود دارد. میلیون‌ها انسان در اطراف ما وجود دارند که زندگی آن‌ها با سخاوت‌مندی و خدمت‌گزاری تعریف می‌شود. مونیر ادامه می‌دهد: «وجود یک شخص اساساً سخاوت‌مندانه است؛ اما جامعه ما به ما یاد نمی‌دهد که چگونه بتوانیم هدیه‌های موثری داشته باشیم؛ و مدارس هم بر آن تأکید نمی‌کنند. فرهنگ عامه در مورد آن گیج و گنگ است.»

۱۳. دیدن زندگی از درون یک لنز اخلاقی یک مبارزه مداوم است. دنیای عملی روزانه لنزهای مفیدی را امتحان می‌کند. مصرف‌گرایی جنبه‌ای از خود ما را به پیش می‌راند که به لذت مادی گرایش پیدا می‌کند. پول از قدرتی ناشناس برخوردار است و تمایل دارد شخص قرار گرفته در طرف دیگر معامله را نامرئی کند. رقابت در محل کار و سیاست مدرن نیاز به افراد زره‌پوش دارد،

تانک‌هایی در قالب انسانی بدون آن که ذره‌ای از آن چه در درونشان است را در معرض دید دیگران قرار دهند. تلاش برای مبارزه به کمک لنزهای سودمند و دیدن زندگی روزمره از طریق یک لنز اخلاقی، مبارزه‌ای سخت و بی‌پایان است.

۱۴. این مبارزات و کشمکش‌ها علیه افراد دیگر نیست. خطی که بین نفس و روح است درست از وسط هر شخص عبور می‌کند. بیش‌تر ما هرازگاهی یک اخلاق کارگرانه را به جان می‌خریم که زمان کمی برای رابطه به ما می‌دهد. بیش‌تر ما هرازگاهی به یک مرام حریم خصوصی اعتراض می‌کنیم که مانع از آشنایی با افرادی می‌شود که در همان نزدیکی زندگی می‌کنند. بیش‌تر ما با فن‌آوری‌هایی زندگی می‌کنیم که هدف آن کاهش اصطکاک و به حداکثر رساندن کارایی و بهره‌وری است. روابط ذاتاً و تعمداً چسبنده و ناکارآمد هستند. اکثر ما هر روزه به سمت خودشیفتگی جذب می‌شویم و در برابر شهوت مقام و موقعیت تسلیم می‌شویم. ما باید آن را بشناسیم و دوباره به درون رابطه‌ها فرو برویم.

۱۵. جهان‌بینی رابطه‌گرا در مورد پیروزی نیروهای نیکی بر نیروهای شر نیست. همیشه رقابت بر سر مسائلی است که بخش از آن‌ها حقیقت است. همیشه یک گفت‌وگوی در حال تحول بین خود و جامعه است. همواره بحث بر سر متعادل ساختن تنش‌ها و تلاش برای برقراری یک تعادل دلپذیر در زندگی است.

۱۶. زندگی رابطه‌گرایانه یک زندگی چالش‌برانگیز است اما در نهایت یک زندگی شاد است، زیرا در کانون محبت قرار می‌گیرد و تاج لذت اخلاقی را بر سر می‌نهد.

۱. همان‌طور که تی. اس. الیوت گفته است: «اصلی‌ترین توهم فعالیت سیاسی مدرن این عقیده است که شما می‌توانید یک سیستم را چنان کامل بسازید که افراد در آن نیازی به خوبی نداشته باشند.» واقعیت این است که دموکراسی و اقتصاد بر یک پایه و اساس استوار است که جامعه است. جامعه نظامی متشکل از روابط است. اگر هیچ اعتمادی به پایه‌های جامعه نباشد، اگر نیکی، مراقبت و یا وفاداری وجود نداشته باشد، روابط در هم می‌ریزند و بازار و حکومت فرومی‌پاشند. اگر هیچ یک از هنجارهای مشترک درست و نادرست وجود نداشته باشند و حس مشترکی نسبت به احساس وابستگی و تعلق در میان نباشد، آدم‌های فعال در بازار و دولت در راه کسب قدرت و پول، یکدیگر را خرد می‌کنند. جامعه و فرهنگ از سیاست یا بازار جلوتر و مهم‌تر هستند. سلامت جامعه در گروی از خودگذشتگی‌های داوطلبانه است.

۲. در این روز و دوران، مشکلات اصلی ما در سطح پایه‌ها و بنیان‌ها قرار دارد. آن‌ها در سطح نظام روابط ما قرار دارند. جامعه ما در حال سقوط به سطوح بی‌اعتمادی روزافزون، سطوح بی‌سابقه‌ای از ناشناختگی و از خودبیگانگی است. یک عمل بد، عمل ناپسند دیگری را می‌پروراند. یک تشدید خصومت باعث خصومتی دیگر می‌شود.

۳. فراخوان رابطه‌گرایی این است که با استفاده مجدد از بافت روابط متقابل و اعتماد، تحولات اجتماعی بزرگی بوجود بیاوریم و جامعه‌ای ایجاد کنیم که در آن، چنان‌که دوروتی دی گفته است: «خوب بودن آسان‌تر شود.»

۴. تار و پود اجتماعی توسط رهبرانی از بالا بافته نمی‌شود بلکه در تمام سطوح و به واسطه هزاران عمل دلسوزانه و هم‌دلانه از سوی یکایک افراد بافته می‌شود. این توسط افرادی که وظایف خود را به‌عنوان دوستان خوب، همسایگان و شهروندان انجام می‌دهند، بافته می‌شود.

۵. هر وقت با شخص دیگری طوری رفتار کنم که گویی او یک شیء است، در حال پاره کردن بافت اجتماعی هستم. وقتی با شخص مقابل به‌عنوان یک روح نامتناهی رفتار می‌کنم، بافت اجتماعی را محکم کرده‌ام. هر وقت دروغ می‌گویم، سوءاستفاده می‌کنم، کلیشه‌سازی می‌کنم یا به شخص مقابل آسیب وارد می‌کنم، تاروپود جامعه را پاره می‌کنم. هر وقت شخصی آن‌طور که واقعاً هست می‌بینم و احساسش می‌کنم، پارچه را بافته‌ام. هر وقت کسی را بدون ادله به فساد متهم کردم، بافت اجتماعی را پاره کرده‌ام. هر وقت بدون انگیزه‌های بدخواهانه با چیزی مخالفت کنم، آن را

بافته‌ام. بافت اجتماعی از طریق بی‌نهایت اعمال اخلاقی کوچک ایجاد می‌شود و می‌تواند توسط یک سری اعمال غیراخلاقی از بین برود.

۶. تحول شخصی و تحول اجتماعی به‌طور هم‌زمان اتفاق می‌افتد. وقتی به جامعه می‌آیید و جامعه را می‌سازید، خود را تغذیه می‌کنید.

۷. باور نهایی رابطه‌گرایی این است که همه ما در عمیق‌ترین سطحمان یکی هستیم. در سطح، ما تنوع شکوه و عظمت خود را داریم؛ اما در زیرلایه اشتراکی وجود دارد که هیچ دشمنی نمی‌تواند به‌طور کامل آن را خاموش کند و هیچ میزان دودستگی‌ای نمی‌تواند آن را به‌طور کامل خراب کند.

۸. روابط را نمی‌توان به یکباره به مقیاسی گسترش داد و افزود. آن‌ها را باید یک به یک و با صبر و تحمل ساخت؛ اما هنجارها قابل گسترش به مقیاسی بزرگ‌تر هستند. هنگامی که افراد یک جامعه روابط دلسوزانه را پرورش می‌دهند و این کار را به‌طور مکرر انجام می‌دهند تا به دیگران ارتباط برقرار کنند، آن‌گاه هنجارها برقرار می‌شوند. عمل قابل اعتماد تحسین می‌شود. هم‌دلی تجلیل می‌شود. ظلم مجازات می‌شود. ایفای نقش همسایگی به حالت پیش فرض تبدیل می‌شود. یک سیستم نوظهور، فرهنگی است که ایجاد شده است تا به طرز ظریف همه اعضا را در جهات خاصی راهنمایی کند. وقتی از طریق عمل مکرر به برخی اقدامات خوب، هنجاری را ایجاد می‌کنید شکل جدیدی از قدرت ایجاد کرده‌اید. به میلیون‌ها نفری که در یک زیست اخلاقی خاص قرار دارند گوشزد می‌کنید که زندگی خود را با شأن کامل به پیش ببرند و یا به آرزوهای اساسی خود بپردازند. زیست اخلاقی چیزی است که ما با تصمیمات روزانه خود در کنار هم می‌سازیم.

۹. بازسازی جامعه فقط دور هم جمع شدن -گردهمایی مردمی که به نوعی از نظر فکری یا اخلاقی خنثی هستند- نیست. باید در فرهنگ اخلاقی تغییر ایجاد کرد، یک تغییر در تعریفی از زندگی خوب مردم که مشترکاً آن را تصور می‌کنند.

۱۰. دولت نقشی مهم اما ناقص در این فرآیند بازی می‌کند. دولت می‌تواند خدمات ارائه دهد اما نمی‌تواند به راحتی مراقبت و توجه نشان دهد؛ یعنی دولت می‌تواند پول را بین فقرا توزیع کند، می‌تواند پناهگاه‌هایی برای بی‌خانمان‌ها و مراکز مراقبت از سالمندان بسازد. دولت می‌تواند بسترهای مادی‌ای را ایجاد کند که روابط بر روی آن‌ها ایجاد شود؛ اما دولت نمی‌تواند روابط صمیمانه‌ای را ایجاد کند که یک فرد کاملاً کارآمد را نتیجه دهند. این امر فقط از طریق تماس

شخصی عادی ممکن است اتفاق بیفتد. تنها از طریق روابط است که ما به همسایه، کارگر، همشهری و دوست تبدیل می‌شویم.

یک اعلامیه استقلال

۱. یک جامعه خوب مانند یک جنگل متراکم است. شاخه‌ها و درختان درهم تنیده در آن وجود دارد. انبوهی از ریشه‌ها و پیوندهای آن‌ها در زیر این خیمه سبز گسترده شده است. میمون‌هایی بر بلندای درختان بازی می‌کنند و پروانه‌ها در زیر آن‌ها در گردش هستند. هر موجودی جایگاهی در این اکوسیستم بزرگ دارد. در این جنگل یک تنوع، زیبایی و نشاط بسیار خوشایند وجود دارد.

۲. شخص خوبی که زندگی خوبی را پشت سر می‌گذارد موجودی است که در آن جنگل جای گرفته است. زندگی زیبا یک زندگی ریشه‌دار و وابسته اما پویا است. زندگی خوب یک زندگی همراه با هم‌زیستی است؛ خدمت از صمیم قلب به دیگران و در ازای آن دریافت خدمتی از صمیم قلب. این زندگی عبارت است از اعمال محبت‌آمیز روزانه، مهربانی در سرزنش و تحمل پس از شنیدن توهین. این داستانی از مراقبت متقابل، ساختن و کشف کردن است. سوال مهم این نیست که من کی هستم؟ بلکه این است که من برای کی هستم؟

۳. اکثر ما با جلو رفتن در مسیر زندگی بهتر می‌شویم. لحظه‌ای فرا می‌رسد که ممکن است در اوایل زندگی یا بعدتر اتفاق بیفتد، وقتی که متوجه شوید زندگی شما واقعاً چیست. شما به زندگی خود نگاه می‌کنید و لحظاتی را که احساس می‌کنید در آن‌ها کاملاً زنده هستید مرور می‌کنید؛ وضعیت حداکثری بهترین بودنتان. آن‌ها معمولاً لحظاتی بوده‌اند که شما همراه با دیگران در حال تحقق یک آرمان یا یک ایده‌آل هستید. آن لحظه قرار یافتن شماست و لحظه‌ای است که در مورد کارهایی که باید انجام دهید و این‌که چگونه باید زندگی کنید به دیدگاهی واضح رسیده‌اید. این لحظه‌ای است که از چنگال نفستان رها شده‌اید. یک انفجار ناگهانی انرژی که با رهایی از نفس خودمحور آزاد می‌شود. زندگی دارای انگیزه و موهبتی بیشتر از گذشته می‌شود. این لحظه‌ای است که زندگی به یک نقطه مشخص می‌رسد.

۴. وقتی افراد را در آن نقطه می‌بینید می‌فهمید که آن‌ها یک دژ درونی از ارزش‌ها و فداکاری‌ها دارند که حتی تهدید به مرگ نمی‌تواند بر آن غلبه کند. وقتی مردم را در آن نقطه می‌بینید، سخاوتمندی را می‌بینید که به جهان تابیده می‌شود. شما افرادی را می‌بینید که خودشان را می‌بخشند، نه فقط به روش‌های عالی بلکه حتی در قالب کارهای کوچک و توجه و ملاحظه نسبت

به دیگران. این گونه است که جنگل انبوه تر می شود و سالم می ماند.

۵. وقتی گروهی از افراد را در آن حالت مشاهده می کنید، فقط افراد را نمی بینید بلکه یک مردم می بینید، یک جامعه. یک جامعه شکوفا را می بینید، جایی که افراد به یکدیگر کمک می کنند، استعدادهای یکدیگر را رشد می دهند، از خلاقیت های یکدیگر لذت می برند و بر پذیرایی و خوش رویی دیگران تکیه می کنند.

۶. وقتی افراد را در این نقطه می بینید، افراد را دارای قدرتی می بینید که بر شکاف و بی اعتمادی غلبه می کند. بی اعتمادی یک انحراف است. هیچ کس نمی خواهد در یک مکان بی اعتماد زندگی کند یا تنها باشد. بی اعتمادی به دلیل عدم موفقیت روابط ما بوجود می آید. مارتین لوتر کینگ معتقد است که عشق قدرت رستگاری دارد. این قدرت را دارد که افراد را دگرگون کند و بی اعتمادی را از بین ببرد. اگر عاشق یک شخص باشید و به عشق و علاقه خود ادامه دهید، ممکن است طرف مقابلتان در ابتدا به شما بتازد اما در نهایت تحت تاثیر قدرت توجه شما قرار می گیرد. شکاف نه با حل کردن یک مسئله بد بلکه با غلبه بر بدی به واسطه خوبی ترمیم می شود. اگر بتوانید تعداد تعاملات خوب بین افراد را به حداکثر برسانید در این صورت اختلافات در بستری از مراقبت و توجه عاشقانه قرار می گیرد و بدی هم پی کار خودش را می گیرد. وقتی اعتماد دوباره برقرار شود، ضربان قلب آرامش می یابد، مردم با هم خوشحال می شوند. خوشی در طرف دورتر خدمت گزاری فداکارانه یافت می شود. خوشی در بخشیدن خودتان به دیگران یافت می شود.

۷. وقتی این را می بینید می فهمید که خوشی و لذت فقط یک احساس نیست، بلکه یک دیدگاه اخلاقی است. حالتی دائم از شکرگزاری و دوستی، همراهی و هم بستگی است. این پایان دردسرها و مراقبت ها نیست. زندگی به ما یک آرمان شهر نمی دهد اما نفس ما تا اندازه مناسب خود کوچک می شود. وقتی روابط مهربانانه است، وقتی تعهدات قوی است، وقتی ارتباطات خالص است، وقتی زخم های زندگی جذب و اشتباهات بخشیده شده است، افراد به سمت یکدیگر خم می شوند، با یکدیگر در هم تنیده می شوند و احتراقی عرفانی اتفاق می افتد. از هیچ، عشق میان مردم پدیدار می شود، یک شعله ناب.

[←۱]

Hyper-individualism

[←۲]

Oracle Hidden

[←۳]

Address Commencement

[←۴]

West Kanye رپر مشهور آمریکایی که به خودنمایی و خودبزرگ بینی مشهور است.

[←۵]

Workaholism

[←۶]

Acedia

[←۷]

Telos: واژه‌ای یونانی که توسط فلاسفه‌ای هم‌چون ارسطو به کار رفته شده و به معنای هدف است

[←۸]

Pleroma

[←۹]

Aspen

[←۱۰]

Project Fabric Social The :Weave

[←۱۱]

Appalachain

[←۱۲]

Ubuntu

[\[←۱۳\]](#)

!Done Shit Get

[\[←۱۴\]](#)

Biersdorf.E John

[\[←۱۵\]](#)

Hillesum Etty

[\[←۱۶\]](#)

Wordsworth William

[\[←۱۷\]](#)

Chautauqua

[\[←۱۸\]](#)

Tversky Amos & Kahneman Daniel

[\[←۱۹\]](#)

Jakes.D.T

[\[←۲۰\]](#)

Heath Dan & Chip

[\[←۲۱\]](#)

Daemon

[\[←۲۲\]](#)

Fellowship Green Echoing

[\[←۲۳\]](#)

McNally Rand

[\[←۲۴\]](#)

Lane Belden

[\[←۲۵\]](#)

عنوان این بخش اشاره دارد به لقب بروس اسپرینگستین که نزد هوادارانش با عنوان Boss The

شناخته می شود

[←۲۶]

Phromone

[←۲۷]

Priestley B.J

[←۲۸]

Auden .H.W

[←۲۹]

Chesterton .K.G

[←۳۰]

Montaigne

[←۳۱]

Philia

[←۳۲]

Eros

[←۳۳]

Agape

[←۳۴]

Metis

[←۳۵]

Soloveitchik Joseph

[←۳۶]

Gorz Andre

[←۳۷]

Catharsis

[←۳۸]

Libertarian: از احزاب سیاسی ملی آمریکایی است که بازتاب‌دهنده، نماینده و مروج ایده‌ها و فلسفه‌های لیبرترینیسم (آزادی به عنوان یک هدف سیاسی و بازار آزاد و عدم مداخله دولت در اقتصاد) است.

[←۳۹]

teleological

[←۴۰]

Weintraub Karl

[←۴۱]

Brann Eva

[←۴۲]

اشاره به تمثیل غار افلاطون - مترجم

[←۴۳]

Crow Jayber

[←۴۴]

Bettelheim Bruno دانش‌مند و روان‌شناس اهل ایالات متحده آمریکا. از مهم‌ترین کتاب‌های او افسون افسانه‌ها (کاربردهای افسون) است.

[←۴۵]

Psalmist: سراینده اشعار و سرودهای مذهبی

[←۴۶]

Exodus

[←۴۷]

Camp Incarnation

[←۴۸]

Evangelical

[←۴۹]

منظور از خوشاگویی‌ها، هشت جمله‌ای است که بر اساس کتاب مقدس مسیحیان، عیسی در

موعظه سر کوه خطاب به حاضران گفت و هر هشت جمله با عبارت «خوشا به حال» آغاز می شود.

[←۵۰]

فرقه‌ای مذهبی وابسته به کلیسای کاتولیک به معنی سربازان مسیح که خود را سپاهیان دیانت می نامند.

[←۵۱]

Jacobs Jane

[←۵۲]

روزنامه رسمی حزب کمونیست شوروی

[←۵۳]

Omelas

[←۵۴]

ناحیه‌ای در کشور آمریکا که شامل بخشهایی از ایالات می سی سی پی، جورجیا، آلاباما و مناطق دیگر می شود.

[←۵۵]

اهالی ایالت‌های منطقه نیوانگلند در آمریکا

[←۵۶]

دیدار نهایی لیگ فوتبال آمریکای که بزرگ‌ترین رویداد ورزشی سالانه در آن کشور محسوب می شود

گاهی افرادی را می‌بینیم که سرشار از احساس خوشی هستند، آدم‌هایی که انگار نوری درخشان از درونشان بر دیگران می‌تابد. آن‌ها مهربان، آرام، از لذت‌های کوچک سرمست و از خوشی‌های بزرگ سپاس‌گزار هستند. وقتی با چنین افرادی ملاقات می‌کنید، خیلی زود درمی‌یابید که خوشی فقط یک احساس نیست بلکه می‌تواند یک چشم‌انداز باشد.

نوعی خوشی دائمی وجود دارد که باعث می‌شود افرادی که مدام مشغول به خودشان نبوده و در عوض ذهن خود را رها کرده‌اند، به نوعی از شغف برسند.

در این کتاب من از دو کوه سخن گفته‌ام که این تلاشی است برای تبیین روایت تضاد بین دو جهان‌بینی اخلاقی متفاوت. کوه اول یک جهان‌بینی فردگرایانه است که خواسته‌های نفس را در مرکز قرار می‌دهد. کوه دوم همان چیزی است که شما ممکن است آن را جهان‌بینی رابطه‌گرایانه بدانید و رابطه، تعهد و خواسته‌های قلب و روح را در مرکز قرار می‌دهد.

استدلال اصلی من این است که ما در رواج جهان‌بینی فردگرایانه زیاده‌روی کرده‌ایم. ما با نگاه به خودمان به‌عنوان ماهیتی خودمختار، جامعه را تکه تکه کرده‌ایم و خود را در معرض بروز شکاف و قبیله‌گرایی قرار داده‌ایم و به جایی رسیده‌ایم که جایگاه فردی و خودبستگی را تقدیس می‌کنیم و آنچه را که در قلب و روح هر انسان از همه چیز زیاتر است، می‌پوشانیم.

از متن کتاب

دیوید بروکس نویسنده، منتقد و تحلیل‌گر تحسین‌شده‌ای است که عموماً به خاطر سابقه طولانی‌اش در قلم زدن برای نیویورک تایمز، وال استریت ژورنال، واشنگتن تایمز و نیوزویک و نیز مواضع راست میانه‌اش شهرت دارد. در کتاب کوه دوم، بروکس در ادامه رویکردی که در کتاب پیشین خود (جادو شخصیت) در پیش گرفته است، تلاش دارد تا در دنیای سرشار از دعوت به فردگرایی و اهمیت به فضائل و دستاوردهای شخصی، صدایی متفاوت ارائه بدهد و در جست‌وجوی یک زندگی اخلاقی جمعی باشد.