

## رویکردی معقول به خوب زیستن

نقد و بررسی کتاب هنر ظریف بی‌خیالی (نوشته مارک منسون، انتشارات کرگدن)

علی غزالی فر<sup>۱</sup>

به محض خواندن چند صفحه، آدم به این نتیجه می‌رسد که این کتاب از آن معدود آثاری است که معنوی از عنوان بیشتر است و باطنش بهتر از ظاهرش است. اما غالباً کسی چیزی نمی‌خواند و نخوانده در باب کتاب‌ها داوری می‌کنند. به همین دلیل، حتی اگر کسی این کتاب را مطالعه نکرده باشد، صرف دیدن عنوان آن کافی است تا درباره آن نظری بدهد و موضع‌گیری کند، به‌ویژه با آن تصویر کودک سیاه‌پوست کلم‌به‌دستی که روی جلد کتاب به عالم و آدم می‌خندد. عنوان تحریک‌کننده آن به ذهن بیننده نیش می‌زند و به انسان حالت تدافعی می‌دهد. اما واقعیت این است که نام اصلی کتاب چیز دیگری است. آن عنوان به دلیل این که در فرهنگ نجیبانه ایرانی بی‌ادبی به شمار می‌آید، در ترجمه‌ها به شکل دیگری برگردانده شده است. نزدیک‌ترین عبارت به عنوان اصلی این است: «هنر ظریف خود را به فنا ندادن». موضوع اصلی هم ارائه نوعی فلسفه زندگی است.

در ابتدا باید متذکر این نکته باشیم که هر کتابی تا حدی درست می‌گوید؛ زیرا واقعیت به قدری پیچ‌و‌خم دارد که هیچ نظریه‌ای به‌طور کامل بر آن راست از آب در نمی‌آید. حال برای اینکه ارزش این کتاب درست سنجیده شود، باید به زمینه آن توجه کنیم.

دیدگاه کلی کتاب، نقد فرهنگ موفقیت‌محور است که روی رسیدن به اهدافی چون ثروت و شهرت و جذابیت متمرکز است و در این مسیر می‌خواهد از شر رنج‌رهای یابد. این کتاب نوعی آنتی‌تزا است. باید آن را در برابر کتاب‌های خودیاری و فرهنگ موفقیت‌مادی‌انگاران لحاظ کرد. کتاب در این پس‌زمینه گسترده جایگاه واقعی و معنای درست خود را می‌یابد. فرهنگ مصرف‌گرایانه سودمحور پول‌پرستانه به قدری رایج و مسلط است که می‌توان از هژمونی آن سخن گفت. به همین دلیل خواه‌ناخواه اثر خود را بر افراد به جا می‌نهد. تکرار و تبلیغ بی‌پایان آن در نهایت تأثیر خود را بر ناخودآگاه انسان می‌گذارد. برای خنثی کردن چنان اثری لازم است که تمهیدی اندیشیده شود. مطالعه گاه‌به‌گاه چنین کتاب‌هایی پادزهر خوبی در برابر آن سمومات فکری و فرهنگی است؛ چیزهایی که زندگی را به فنا می‌دهند.

خب انسان چگونه خود را به فنا می‌دهد؟ اگر بخواهیم در یک عبارت کل نظر مارک منسون را خلاصه کنیم، می‌توانیم این‌طور بگوییم: «انسان با اهمیت دادن به چیزهای بی‌ارزش، زندگی محدود خود را تباه می‌کند. در مقابل، انسان باید بیاموزد که امور زندگی خود را اولویت‌بندی کند». مقصود نویسنده اصلاً این نیست که نباید به هیچ چیزی اهمیت بدهیم و کلاً بی‌خیال همه چیز باشیم. حرف اصلی او این است که باید برای چیزهای کمی، حداکثر اهمیت را قائل باشیم و مابقی را نادیده بگیریم. آن ارزش‌های اندک به قدری مهم هستند که باید برای به دست آوردن و حفظ آن‌ها هر رنجی را به جان بخریم.

<sup>۱</sup>. دانش‌آموخته دکتری فلسفه، دانشگاه امام صادق (ع)، a.ghazalifar@yahoo.com

بر همین اساس می‌توان کتاب را متشکل از دو بخش دانست: سلبی و ایجابی. فصل اول در حکم درآمد، مقدمات و بیان کلیات است. سه فصل بعدی سلبی هستند. فصل‌های پنجم تا نهم ایجابی بوده و به پنج ارزش والای زندگی می‌پردازند که باید در اولویت قرار بگیرند.

مقدمه به رفع سوءتفاهم می‌پردازد و خواننده را با مفهوم کلیدی کتاب آشنا می‌کند. نویسنده هشدار می‌دهد که منظور از بی‌خیالی بی‌تفاوت بودن نسبت به همه چیز نیست. بلکه بی‌تفاوت بودن نسبت به چیزهای بی‌اهمیت است. در مقابل، وقتی صحنه زندگی را از این زباله‌ها و زوائد پاک کردیم، آنگاه نوبت می‌رسد به اهمیت دادنِ حداکثری به امور حیاتی. به قول منسون: «بی‌خیالی یعنی زل زدن به ترسناک‌ترین و سخت‌ترین چالش‌های زندگی و همچنان اقدام و عمل کردن.» مشکل اصلی در زندگی این است که اهمیت دادن بیش از حد، سلامت روانی انسان را به خطر می‌اندازد. این اهتمام باعث می‌شود که بیش از مقدار لازم به امور سطحی و پیش پا افتاده بچسبیم و زندگی را در پی رسیدن به آن‌ها ضایع کنیم. برای داشتن یک زندگی خوب، به جای اینکه به چیزهای زیادی اهمیت دهیم، باید برای چیزهای کمتری که ضروری هستند اهمیت قائل شویم. این مسئله‌ی انتخاب در روزگار ما پررنگ‌تر شده است؛ زیرا شرایط به گونه‌ای است که گزینه‌ها افزایش یافته و به تبع آن امکان انتخاب ما نیز به طرز چشمگیری زیاد شده است. اگر اولویت‌بندی نکنیم، در میان امکانات فراوان تباہ می‌شویم. چیزی که این اولویت‌بندی را تبدیل به یک ضرورت حیاتی می‌کند این است که زندگی ما محدود است و بالاخره دیر یا زود خواهیم مرد. در یک زندگی محدود نمی‌توان همه چیز را یکسان مهم دانست. اضافه بر این، با نگاه دقیق فلسفی معلوم می‌شود که اگر همه چیز مهم باشد، در نهایت هیچ چیز مهم نخواهد بود. اهمیت امور نیازمند تفاوت و درجه‌بندی است. یکی از اهداف این کتاب این است که به ما کمک کند چگونه اولویت‌بندی کنیم.

مسئله مهم بعدی رنج است. منسون برخلاف دیدگاه رایج تأکید می‌کند که رنج برای زندگی خوب لازم است. همه خوبی‌های واقعی زندگی در ارتباط با رنج برای انسان حاصل می‌شود. لذا برای داشتن یک زندگی خوب نباید از رنج فرار کرد. به علاوه، فرار از رنج خود رنج بزرگ‌تری به دنبال می‌آورد. کسانی که می‌خواهند از هر رنجی بگریزند، در نهایت گرفتار رنج‌های بدتری می‌شوند. بنابراین باید بپذیریم که امکان فرار از رنج وجود ندارد. پس باید بایستیم و با رنج‌ها رودررو شویم و رنج‌هایی را بپذیریم که ارزشمند و معنادار هستند. این‌گونه رنج‌ها ما را رشد می‌دهند و باعث بلوغ و پختگی روحی-روانی ما می‌شوند. بر همین اساس نه تنها نباید از رنج فرار کنیم، بلکه باید به این بیندیشیم که چه رنج‌هایی را برگزینیم. منسون گوشزد می‌کند که در زندگی «آنچه موفقیت شما را تعیین می‌کند این پرسش نیست که «می‌خواهید از چه چیزی لذت ببرید؟»، بلکه پرسش درست این است که «می‌خواهید چه رنجی را تحمل کنید؟» راه شادکامی راهی پر از خراب کردن و سرافکندگی و شرمساری است.»

حال وقتی عدم اولویت‌بندی را با مسئله رنج ترکیب می‌کنیم، این نتیجه حاصل می‌شود که غالباً بزرگترین رنج‌های ما در زندگی از این امر ناشی می‌شوند که به چیزهایی اهمیت می‌دهیم که واقعا ارزشی ندارند. به عنوان نمونه، بیشتر برای چیزهایی ناراحت می‌شویم که واقعا مهم نیستند. راه‌حل این است که چیزهایی را که واقعا مهم‌اند کشف کنیم و آن‌ها را در اولویت زندگی قرار دهیم و برای آن‌ها رنج را بپذیریم. منسون این امور مهم را پنج ارزش می‌داند که هر کدام را در

فصل جداگان‌های بررسی می‌کند که به ترتیب عبارتند از: مسئولیت‌پذیری، عدم قطعیت، شکست، رد کردن یا نه گفتن، و در نهایت فناپذیری و مرگ. این مورد اخیر نقطه کانونی است که همه امور دیگر را به هم پیوند می‌دهد و همه آن‌ها حول آن می‌چرخند و ارزش خود را از آن می‌گیرند.

کتاب از جهت ظاهری و صوری نیز جذابیت بسیاری دارد. اولین حسن آن در شیوه بیان مطالب است. منسوج شیوه روایی را برگزیده و با نوعی داستان‌گویی مباحث را پیش می‌برد. علاوه بر این ویژگی کلی، چند خصوصیت دیگر هم بر جذابیت اثر افزوده است: طنز ظریف و در موقعیت مناسب، منظر اول شخص، صمیمت و صداقت، ارائه نمونه‌های عینی، استدلالی و تحلیلی بودن، پرهیز از درازگویی، عدم تکرار مطالب، نغزگویی. نثر کتاب هم روشن است و ترجمه پاکیزه‌ای دارد. در کل، کتابی شیرین و خواندنی و نیز آموزنده و در برخی موارد تکان‌دهنده است، مثل این جمله ساده: «امروزه فرهنگ ما، جلب توجه بزرگ را با موفقیت بزرگ اشتباه می‌گیرد و فرض می‌کند این دو یک چیز هستند. در حالی که این طور نیست».