موسسهٔ مدرسهٔ زندگی، آلن دوباتن

تصویرگر: آنا داهرتی

ترجمهٔ
شهاب‌الدین عباسی

فرهنگ نشرنو
با همکاری نشر آسیم
تهران ـ ۱۳۹۸

کتابی برای ذهن‌های کنجکاو

کودکان و نوجوانان از بسیاری جهات فیلسوف به دنیا می‌آیند و بی‌اینکه کسی تشویق‌شان کند، بعضی از بزرگ‌ترین پرسش‌های زندگی را مطرح می‌کنند: پرسش‌هایی دربارهٔ زمان، اخلاق، خوشبختی، مرگ، هدف زندگی، و معنی چیزها. ولی افسوس که این کنجکاوی مادرزاد پرورش پیدا نمی‌کند و به مرور زمان پرسش‌ها هم از میان می‌روند. کتاب ایده‌های بزرگ برای دختران و پسران بلندپرواز که مقدمه‌ای بر فلسفه است، برای این تدوین شده که غریزه یا قوهٔ فلسفی طبیعی ما را به کار بگیرد و با معرفی و شرح بعضی از درخشان‌ترین ایده‌های فلسفی در طول تاریخ آن را پرورش بدهد. این کتاب ما را به دیدار با شخصیت‌های پیشگام فلسفه از سراسر جهان و از همهٔ دوره‌ها می‌برد و به ما نشان می‌دهد که ایده‌های آنها همچنان اهمیت دارد.

کتاب در اواخر سال ۲۰۱۸ منتشر شد و در فهرست پرفروش‌های آمازون جای گرفت. نشریهٔ گاردین هم آن را بهترین کتاب سال ۲۰۱۸ برای نوجوانان معرفی کرد. و باید افزود این کتاب می‌تواند برای خیلی‌ها خواندنی باشد، شاید «برای ذهن‌های کنجکاو از ۸ سال تا ۸۰ سال!» این کتابْ فلسفه و مسائل آن را به شکل نو و جذابی معرفی می‌کند و به ما می‌گوید: فلسفه نوعی «دوست مادام‌العمر» است. فلسفه به ما کمک می‌کند که خردمندانه زندگی کنیم. به قول ویل دورانت در کتاب دعوت به فلسفه «فلسفه انضباطی شخصی است که باعث رشد ما می‌شود.» به کمک فلسفه می‌آموزید که «تواضع بیرونی را با غرور درونی ترکیب کنید. تواضع باعث می‌شود اطرافیان‌تان شما را راحت‌تر

در این کتاب می‌خوانید

مقدمه:
فلسفه چیست؟ / ۱۵

خودت را بشناس / ۲۴
ایده‌ای از سقراط / ۲۸

یاد بگیرید بگویید در ذهن شما چه می‌گذرد / ۳۰
ایده‌ای از لودویگ ویتگنشتاین / ۳۴

دانستن اینکه واقعاً چه می‌خواهیم سخت است / ۳۶
ایده‌ای از سیمون دو بووار / ۴۰

وقتی کسی عصبانی است، ممکن است مقصر شما نباشید / ۴۲
ایده‌ای از ابن سینا / ۴۴

مردم ناشادند، نه پست و پلید / ۴۶
ایده‌ای از زِرا یاکوب / ۵۰

زیادی توقع نداشته باش / ۵۲
ایده‌ای از سِنِکا / ۵۴

شاید فقط خسته‌ای / ۵۶
ایده‌ای از ماتسوئو باشو / ۶۰

آنچه عادی است عادی نیست / ۶۲
ایده‌ای از آلبر کامو / ۶۴

هیچ‌کس نمی‌داند... / ۶۶
ایده‌ای از رِنه دکارت / ۷۰

ادب مهم است / ۷۲
ایده‌ای از کنفوسیوس / ۷۴

چرا کارهایمان را به تعویق می‌اندازیم / ۷۶
ایده‌ای از هایپشیا اهل اسکندریه / ۸۰

چرا دانستن اینکه می‌خواهید با زندگی خود چه کار کنید سخت است / ۸۲
ایده‌ای از ژان ژاک روسو / ۸۶

چیزهای خوب (به شکلی دور از انتظار) دشوارند / ۸۸
ایده‌ای از فریدریش نیچه / ۹۲

ضعف نظریهٔ قدرت / ۹۴
ایده‌ای از رالف والدو امرسون / ۹۸

کینسوگی / ۱۰۰
ایده‌ای از بودا / ۱۰۴

ضرورتِ آموزش به جای غُر زدن / ۱۰۶
ایده‌ای از ایمانوئل کانت / ۱۱۰

مسألهٔ ذهن و بدن / ۱۱۲
ایده‌ای از ژان پل سارتر / ۱۱۶

مقدمه

فلسفه چیست؟

فلسفه از آن موضوعات واقعاً اسرارآمیزی است که اکثر مردم چیز زیادی دربارهٔ آن نمی‌دانند. مدرسه‌های معمولی آن را آموزش نمی‌دهند، خیلی از بزرگسالان از آن سر درنمی‌آورند، و اصلاً کل آن ممکن است عجیب و غریب به نظر برسد و به نوعی، غیرضروری انگاشته شود. و چه حیف که این‌طور است. چون فلسفه حقیقتاً چیزهای زیادی برای آموختن به هر کسی دارد. هر کس، در هر سن و سالی، می‌تواند چیزهای زیادی از فلسفه بیاموزد. فلسفه حتی شاید مهم‌ترین موضوعی باشد که مطالعه خواهید کرد. این کتاب می‌خواهد دری به سوی دنیای فلسفه به روی شما باز کند؛ می‌خواهد به شما نشان بدهد که فلسفه اصلاً دربارهٔ چیست و چگونه می‌تواند کمک کند که زندگی را بفهمید.

خود کلمهٔ «فلسفه» (philosophy) سرنخی به دست ما می‌دهد که چرا فلسفه اهمیت دارد. این کلمه در اصل از یونان باستان است: بخش اول یعنی فیلو (philo)، به معنی «دوست داشتن» است (کلمهٔ philately [گردآوری تمبر] به معنی دوست داشتن تمبرهاست). بخش دوم هم از کلمهٔ سوفیا (Sophia) می‌آید که معنی‌اش «خردمندی» یا حکمت است. پس، وقتی این دو بخش را کنار هم می‌گذاریم، می‌شود فیلو ــ سوفی (philo-sophy) (با تلفظِ نزدیک به فیلاسافی) که معنی لغوی آن «دوست داشتن خردمندی» است.

فلسفه به ما کمک می‌کند که خردمندانه زندگی کنیم. اما «خردمندی» یعنی چه؟ در نگاه اول معنی آن خیلی روشن نیست. آیا خردمند بودن یعنی زرنگ و

واکنش‌های خردمندانه و غیرخردمندانه

واکنش‌های غیرخردمندانه

برادرتان را متهم می‌کنید که تقلب کرده
(با اینکه می‌دانید واقعاً این کار را نکرده)

به همه می‌گویید که چقدر از این
بازی‌ای که کردید بدتان می‌آید

احساس می‌کنید که باخت شما
مسألهٔ خیلی مهمی است،
و تا سال‌ها خاطرهٔ آن را فراموش نمی‌کنید

یا

واکنش‌های خردمندانه

به خودتان یادآوری می‌کنید که این
فقط یک بازی است، و
خوش‌شانسی یا بدشانسی شما در یک بازی
ربطی به شخصیت شما ندارد

به خودتان یادآوری می‌کنید که یک وقتی
حتماً برنده می‌شوید
و اینکه چیزهای مهم‌تر دیگری
هم در زندگی شما وجود دارد.

شما بازیِ هم‌ردیف کردن

چهار مهره را به

برادرتان می‌بازید

ایدهٔ بزرگ ۱

خودت را بشناس

شاید این حرف عجیب به نظر برسد، اما ممکن است شما خودتان را خیلی خوب نشناسید. البته شما چیزهای زیادی دربارهٔ خودتان می‌دانید ــ می‌دانید چند سال دارید، چشمان‌تان چه رنگی است، و دوست دارید ناهار چه بخورید ــ اما دانستن بعضی چیزها سخت است. مثلاً ممکن است هیچ‌وقت پشت گوش‌تان را ندیده باشید، و احتمالاً چیز زیادی در مورد شیپورِ اُستاش نمی‌دانید (آنها مجراهایی‌اند که از داخل گوش تا پشت بینی شما امتداد دارند.) این‌جور چیزها عملاً اهمیت زیادی ندارند، اما چیزهای مهم‌تری هست که چه بسا در مورد خودتان ندانید، و باید بدانید: چیزهایی دربارهٔ احساسات خودتان. فقط شما نیستید ــ هر کس در فهم احساسات خودش مشکل دارد.

دلیلش مسألهٔ بامزه‌ای در مورد طرز کار مغز شما (و هر کس دیگر) است: مغز شما در درک اینکه چه احساسی دارید خیلی خوب است. شما خیلی خوب می‌دانید که احساس ناراحتی یا نگرانی یا هیجان می‌کنید. اما مغزتان در درک اینکه چرا آن احساس را دارید، خیلی خوب عمل نمی‌کند. مغز به صورت خودکار چیزی را که باعث ناراحتی یا نگرانی شما شده، یا واقعاً شما را به هیجان آورده به یاد نمی‌آورد.

فرض کنید برنامه‌ریزی کرده‌اید که با مادرتان پس از مدرسه کیک بپزید. تمام روز مشتاقانه انتظار می‌کشید، اما بعد مادرتان تلفن می‌زند و به شما می‌گوید که کاری پیش آمده و اصلاً وقت ندارد همراه‌تان کیک درست کند. حال‌تان گرفته می‌شود. نمی‌دانید چه‌کار کنید. انگار همه چیز یک دفعه ملال‌آور می‌شود. بعد، وقتی مادرتان از سر کار برمی‌گردد، این احساس را دارید که او امروز خیلی دل و دماغ ندارد و کمی عصبانی است. مادرتان از شما می‌خواهد میز را برای شام تمیز کنید، اما شما به جای اینکه آن کار را بکنید داد می‌زنید: «نه!»، و او جواب می‌دهد: «این‌طوری با من صحبت نکن!» شما هم ناگهان از کوره درمی‌روید و در حالی که با عصبانیت و عجله دارید از آشپزخانه بیرون می‌روید، فریاد می‌زنید: «از تو بدم می‌آید، همه‌اش دستور می‌دهی!»

شما یک احساس قوی و شدید دارید: «من خیلی ناراحتم!» ولی مغز شما گیج می‌شود که این احساس از کجا آب می‌خورد. مغزتان فراموش می‌کند که چرا واقعاً ناراحت‌اید. این‌طور نیست که از مادرتان بدتان می‌آید. فقط از این رنجیده‌اید که حقیقتاً می‌خواستید اوقات خوشی با مادرتان داشته باشید و الآن خیلی دلسردید. شما واقعاً فکر نمی‌کنید که او خودرأی است و همه‌اش دستور می‌دهد، از این دلخورید که کسی را که دوست دارید، آن‌قدر سرش شلوغ بود که فرصت نکرد به شما توجه نشان دهد. فرق بزرگی هست میان این احساس که «مادرم خیلی خودرأی است»، و این احساس که «دلم می‌خواست مادرم وقت بیشتری داشت تا با من کیک می‌پخت.» اما مغز شما این تفاوت را خیلی خوب درک نمی‌کند.

این بار تصور کنید که می‌خواهید با خواهر بزرگ‌تان فوتبال بازی کنید. از او می‌پرسید آیا می‌خواهد بازی کند، اما می‌گوید خسته است و الآن اصلاً توانش را ندارد. به اتاق‌تان می‌روید و سعی می‌کنید کتابی بخوانید، اما خیلی حال نمی‌دهد. در خانه چرخی می‌زنید و دنبال کاری می‌گردید که سرتان را با آن گرم کنید. بعد شاید برادر کوچک‌تان را می‌بینید که دارد با لِگوهایش ستون‌های مکعبی روی زمین درست می‌کند، و شما یک دفعه عصبانی می‌شوید.

ایده‌ای از سقراط

ایده یا فکر بزرگ و مهمی که مرور کردیم (اینکه خودمان را خیلی خوب نمی‌شناسیم)، از مردی به نام سقراط است. سقراط، بیش از دو هزار و چهار صد سال قبل، در شهر آتن در یونان زندگی می‌کرد. او (مثل هر کس دیگری در آن روزگار) ردایی بلند می‌پوشید و ریشی دراز داشت ــ که احتمالاً کمی هم بدبو بود، چون سرش آن‌قدر گرم تفکر بود که اغلب فراموش می‌کرد به حمام برود.

سقراط دوست داشت در شهر قدم بزند و با دوستانش دیدار کند و از آنها سؤال‌هایی بکند که باعث هیجان یا نگرانی آنها می‌شد یا گیج‌شان می‌کرد. فکر او این بود که مردم اغلب نمی‌دانند چرا چنان اندیشه‌ها و احساساتی دارند. سقراط فلسفه را ابداع کرد تا به ما کمک کند خودمان را بهتر بشناسیم. او علاقهٔ زیادی به کلمهٔ «چرا» داشت. همیشه سؤال‌های «چرادارِ» سختی از مردم می‌کرد. چرا با فلان شخص دوست هستید؟ چرا از فلان چیز خوش‌تان نمی‌آید؟ او آدم بدذاتی نبود و دنبال این نبود که دیگران را آزار بدهد؛ بلکه واقعاً می‌خواست گفتگوهای جالبی با دیگران داشته باشد؛ می‌خواست «دوست بافکر» مردم باشد.

شما هم می‌توانید مثل سقراط باشید، به این ترتیب که دوست بافکر خودتان باشید. فقط باید راجع به احساسات‌تان سؤال‌هایی از خودتان بکنید. مثلاً از خودتان بپرسید چرا از دست مادرم دلخورم؟ یا چرا به مکعب‌های بازی برادر کوچکم لگد زدم؟ وقتی این سؤال‌ها را از خودتان می‌کنید، دارید کار خیلی خاصی انجام می‌دهید. شما به گفتگوهای فلسفی بزرگی می‌پیوندید که از زمان سقراط در جریان بوده، وقتی در آتن می‌نشست و با دوستانش هم‌صحبت می‌شد.