

راه و رسم زندگی

نأالف:

دکتر آکسیس ٲارل

ترجمه:

دکتر پرویز دبیری



کارل، الکسیس، ۱۸۷۲ - ۱۹۴۴ م

Carrel, Alexis

راه و رسم زندگی، تألیف الکسیس کارل، ترجمه پرویز دبیری

تهران: دنیای کتاب، ۱۳۹۴

۲۴۰ ص

978-964-346-077-3

بیا

عنوان اصلی: Réflexions sur la conduite de la vie. Suivi de la Prière

کتاب حاضر نخستین بار با همین عنوان و مترجم در سال ۱۳۵۴ و در سالهای مختلف با عنوان‌ها، مترجمان و ناشران متفاوت ترجمه و منتشر شده است.

راه و رسم زندگی

دبیری، پرویز، ۱۳۰۰ - ۱۳۹۱، مترجم

BJ158284292-1394

۱۷۰/۴۴

۳۹۶۴۵۶

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

مجموعت فهرست نویسی

ادبیات

ادبیات

موضوع

نمایشه افزوده

په بندی کننده

رده بندی دیویی

ردیف نمایشه ای



نام کتاب: راه و رسم زندگی

تألیف: دکتر الکسیس کارل

ترجمه: دکتر پرویز دبیری

نوبت چاپ: اول

ناشر: دنیای کتاب (با همکاری انتشارات ...)

تصحیح: علی اصغر عبداللہی

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

تاریخ نشر: ۱۳۹۴

چاپ: ریسو

شابک: ۷۷۸ - ۰ - ۳۴۶ - ۹۶۴ - ۹۷۸

تهران، خیابان انقلاب خیابان وحید نظری بین خیابان دانشگاه و

فخررازی پلاک ۵۵ طبقه همکف واحد ۱.

تلفن: ۶۶۴۰۹۳۵۰ - ۶۶۴۶۷۳۹۴

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
.....	مقدمه و ترجمه
۲	مقدمه مؤلف
.....	فصل اول
۱	سریبچی از قوانین زندگی
۹	بنای اجتماع به روی اندیشه‌های فلسفی
۴	بیماری تمدن و چگونگی سرایت آن با افراد
۸	نتایج عصیان روی زندگی فردی
.....	فصل دوم
۶	لازم است که در قوانین طبیعی پیروی کرد
۵۲	مقام انسان در زمین
۵۹	نحوی پیوستگی موجودات زنده به طبیعت
۶۲	حقیقت با مقیاس ما
۶۸	دوری انسان از حقیقت

۷۴	تضاد قوانین طبیعی و آزادی انسان
۷۸	لزوم توافق با نظم جهان

فصل سوم

۸۰	قوانین اسلام زندگی انسان
۸۴	پیچیدگی قوانین زندگی و اخلاق مذهبی
۸۷	قانون حفظ حیات و جنبه خودکاری آن
۹۲	قانون بقای نفس
۹۷	قانون تعالی روانی در صون تکامل جانوران
۱۰۲	پیشرفت عقل و احساس
۱۰۷	قانون تعالی فرد در طول تکامل
۱۱۱	پیشرفت عقل و احساس در فرد
۱۱۷	وحدت قانون‌های اصلی زندگی

فصل چهارم

۱۲۱	بی‌ثباتی مفهوم بد و خوب
۱۲۶	تعریف گناه
۱۳۱	قوانین زندگی و اخلاق مذهبی
۱۳۵	تعریف فضیلت
۱۳۹	نتیجه طبیعی گناه

فصل پنجم

۱۴۰	راه و رسم زندگی
۱۴۶	مقررات برای حفظ زندگی
۱۴۹	مقررات برای حفظ حیات
۱۵۲	مقررات برای حفظ نسل
۱۵۶	مقررات برای بقای نوع
۱۶۰	مقررات برای بقای سدا
۱۶۴	مقررات برای عالم روانی
۱۷۵	مقررات تعالی روان در نزد
۱۷۹	چگونه باید این اصول را به هر فرد تطبیق کرد

فصل ششم

۱۸۳	اجرای مقررات زندگی
۱۸۹	چگونه باید بر این موانع فائق شد
۱۹۴	تکنیک اصلاح خود
۲۰۱	مقصود مسافرت و مقررات راه
۲۰۸	تعریف زندگی
۲۱۸	مقام انسان در جهان
۲۲۲	احتیاج به خداوند
۲۲۹	به کجا می رویم؟

تأثیر مشی صحیح در زندگی	۲۳۶
قوانین زندگی و ساختمان	۲۴۰
فصل هفتم	
تعلیم را و درسم زندگی	۲۴۶
نقایص اری	۲۵۲
عجز اکتسابی برای انشی عقلانی	۲۵۶
فصل هشتم	
تعلیم اصول زندگی	۲۵۹
ساختمان محیط زندگی	۲۶۳
تربیت جامع فرد	۲۶۶
احیای مدارس	۲۷۱
فصل نهم	
موفقیت زندگی	۲۲۷۴
موقعیت در زندگی چیست	۲۷۹
چگونه باید موفقیت را تأمین کرد	۲۸۰
موفقیت زندگی فردی	۲۸۶
موفقیت زندگی اجتماعی	۲۸۸
موفقیت زندگی نژادی	۲۹۱
آینده	۲۹۱

مقدمه مترجم

دکتر آلسیس کارل^۱ فیزیولوژیست و جراح و زیست‌شناس فرانسوی در ۲۸ ژوئن ۱۸۷۳ در سن فواله‌لیون^۲ چشم به دنیا گشود و پس از پایان تحصیلات مقدماتی و دبیرستانی به دانشکده پزشکی لیون وارد شد و در سال ۱۹۰۰ درجه دکترای طبی به دست آورد. در سال ۱۹۰۵ به آمریکا رفت و یک سال در شیکاگو به مطالعه پرداخت و از سال ۱۹۰۶ در «انستیتور کف» برای تحقیقات پزشکی به دعوت سیمون فلکستر^۳ رئیس آن مؤسسه مشغول کار و تجسسات بیولوژیکی شد. در سال ۱۹۱۲ عضو رسمی انجمن و تا ۱۹۳۹ که بازنشسته گردید به این سمت باقی ماند و از آن زمان تا پایان عمر عضو افتخاری آن مؤسسه بود. در سال ۱۹۱۲ «کارل» به خاطر موفقیتی که در بخیه‌رگ‌ها و پیوند اعضا «ترانسپلانتاسیون»^۴ به دست آورد جایزه نوبل^۵ گرفت و این نخستین باری بود که این جایزه به دانشمندی در آمریکا اعطا می‌شد. در جریان جنگ جهانی اول

1. Dr. Alexis Carrel

2. Sainte foy les Lyon

3. Simon Flexner

4. Transplantarion

5. Nobel

(۱۹۱۴ - ۱۹۱۸) استاد عالیقدر به فرانسه میهن خود بازگشت و با درجه سرگردی در ارتش فرانسه در جبهه‌های جنگ انجام وظیفه نمود و با تهیه محلول ضد عفونی کارل - داکن^۱ برای گسند زدایی زخم‌های عمیق و با روش‌های ابداعی خود در جراحی جان هزاران مجروح را نجات داد. در همین مدت با همکاری دونوئی^۲ و دانشمندان دیگر درباره قوانین التیام زخم‌ها و جراحات تحقیق نمود. در سال ۱۹۰۹ کارل دوباره به نیویورک بازگشت و مطالعات خود را در انستیتو پاتولوژی و روش‌های جدیدی برای پیوند اعضا و کشت بافت‌های زنده، خارج از بدن ابداع کرد و در ۱۹۳۵ با همکاری سرهنگ لیندبرگ^۳ توانست قلب و کلیه و غدد جانوران را به وسیله جریان خون مصنوعی در آزمایشگاه زنده نگهدارد. کارل با شهرت جهانی خود، در اغلب موسسات علمی جهان راه یافت چنان‌که عضو انجمن پزشکان آمریکا، عضو آکادمی علوم فرانسه، عضو آکادمی پزشکی فرانسه عضو انجمن آمریکایی جراحی، عضو انجمن بیماری‌شناسی تجربی و فیزیولوژی و جراحی کلینیکی در آمریکا و همچنین عضو آکادمی پونتیفیکو و عضو افتخاری انجمن پادشاهی پزشکی انگلستان و عضو وابسته به انجمن علوم ایتالیا و بسیاری از آکادمی‌ها و انجمن‌های علمی دیگر دنیا بود و به مقام دکترای افتخاری علوم از دانشگاه‌های کولومبیا و پرینستون و نیویورک

1. Carrel - Dakin

2. Du Nouy

3. Lindberg

4. Academia pontifico delle scienze

و کالج مانهاتان و دکتر افتخاری طب از بلفاست و دکتر افختاری حقوق از دانشگاه کالیفرنیا نائل آمد و علاوه بر جایزه نوبل، در سال ۱۹۳۱ جایزه سرطان دکتر سافی نور دوف یونک^۱ و در سال ۱۹۳۷ جایزه نیومن^۲ و همچنین مدال طلا از طرف راتری کلوپ نیویورک به او اعطا شد و علاوه بر سایر افتخارات، کماندور لژیون دونور فرانسه^۳ و کماندو نشان لئوپولد بلژیک و نشان ستاره شمالی سوئد و کماندور نشان یزابل دوکاتولیکا و دارای فرمان سن ژرژ و سن میشل نیز بود. در پایان زندگی کارل دست ریاست مؤسسه کارل را برای مطالعات مسائل بشری به عهده داشت که در خلال جنگ جهانی دوم در فرانسه ایجاد شده بود. بزرگ استاد در ۵ نوامبر ۱۹۴۴ در پاریس به سن ۷۱ سالگی اتفاق افتاد.

در میان آثار او باید به کتاب های «رمان زخم های آلوده» که با همکاری ژرژ دهلی و کتاب معروف «تشت اعضا» که با همکاری لیندبرگ نوشت و کتاب نیایش^۴ و کتاب معروف «انسان» موجود ناشناخته^۵ اشاره کرد. در پایان عمر کارل به تفکیر و نظریات و عقاید علمی خود را به صورت کتابی انتشار داده است، در این کتاب که به نام راه و رسم زندگی نامیده است، کارل نظریه ابتداء را تازه خود را به نام بیوکراسی^۶ مطرح و پیشنهاد می کند.

پ. د.

1. Dr. Sophi Nordoff - Jung

2. Newmann

3. Commandeur de legion d'honneur

4. Lapriere

5. L. Homme, cet inconnu

6. Biocratie

مقدمه مؤلف

امروزه باید بهتری وضع روانی و بدنی انسان متمدن را مورد توجه قرار داد. معنی باید برای پرورش موجوداتی پر مایه‌تر از تمام آنچه تا امروز به دست آمده، زمین زیسته‌اند، دست به کار شد. این تصمیم ضروری است زیرا، اگر ما به نسبت پیچیدگی مسائلی که باید حل شود، بزرگ نشده است. این بهت ما در آستانه اضمحلالیم. اجتماع امروزی جز به ارزش‌های ما، ترجیح نکرد و مسائل اصلی انسانی را که در عین حال مادی و معنوی است فراموش نموده است و نه تنها برای ما خوشبختی به ارمغان نیاورد بلکه خود را ناتوان برای جلوگیری از فساد ما نشان داده است. پیروزی روانی کافی نیست. بایستی همچنین در هر فرد پرورش کامل خصایل انسانی و شخصیت او مورد توجه باشد زیرا کیفیت زندگی به مراتب مهم‌تر از خود زندگی است. بنابراین بایستی وسیله‌ای به دست آورد که بتواند مصنوعاً فعالیت‌هایی در انسان برانگیزد که در عین افزایش میزان توافق او با دنیای اجتماعی و جهانی، موجبات تعالی روانی او را نیز فراهم کند. این فعالیت‌ها مخصوصاً با حس اخلاقی، قضاوت، استحکام فکری و مقاومت در برابر دیوانگی تظاهر می‌کند و آنگهی با اخلاق و اشراق بستگی دارد. ولی برای آنکه به راستی مفید افتد، سجایا و عقل به

عنوان تار و پود به تعادل دستگاه عصبی، نیروی بدنی و مصونیت طبیعی در برابر بیماری‌ها نیازمند است.

در طول رشد بدنی، جسم و جان قابلیت تربیت پذیری زیادی دارند و این امر سبب می‌شود که بتوانند از تمام عوامل استفاده کنند. مشاهدات فراوانی نشان داده است که اقلیم، حرفه، رژیم غذایی، ورزش، بانمی، مقررات فکری و اخلاقی و غیره... اثر عمیقی به روی شخصیت می‌گذارند. حتی تغییر یک شرط پرورشی مثلاً تغذیه، موجب تغییرات بزرگ در جانوران می‌شود. در طول تجاربی که در انستیتو روکفلر در بررسی عمل آمده معلوم شده که افزایش یا کاهش ارادی قد موش‌های ژاد خالص ممکن است. در عده‌ای وزن بچه موش‌های یکماهه به ۶/۵ گرم کاهش یافت در صورتی که در عده دیگری این وزن به ۱۱/۷ گرم رسید. همچنین عده زیادی از موش‌هایی که با یک رژیم غذایی خاص تغذیه شدند، ۹ درصدشان بیشتر از ۲۰ ماه‌زندگی کردند. در دسته دیگری که فقط دوز در طول هفته از آن مواد تغذیه شدند، عده موش‌هایی که بیش از ۲۰ ماه زندگی کردند به شصت درصد رسید. مرگ و میر نوزادان موش‌ها نیز با طرز تغذیه مادر رابطه داشت و بین ۵۲ تا ۱۹ درصد نوزادان می‌کرد. همچنین مطالعه شد که تغییرات نوع غذا، وضع دفاع طبیعی موش‌ها را در برابر ذات‌الریه عوض می‌کند. عده‌ای از موش‌های مورد آزمایش تلفاتشان در اثر ذات‌الریه به ۵۲ درصد رسید. با بهبود رژیم غذایی آنان مرگ و میر به ۳۲ درصد و با تغییر دیگری به ۱۴ درصد

کاهش یافت و بالاخره با افزودن برخی مواد شیمیایی به غذای موش‌ها، بیماری به کلی از میان رفت. ولی در دسته‌اخیر، ۸۳ درصد موش‌ها چندی بعد از یک عارضه توموری کُند مردند. مسائل خیلی دقیق‌تری در طول این تجارب روشن شد. در یک دسته چندین سال با مواد غذایی عالی به مقدار کم تغذیه می‌شدند قد کوتاه ماند ولی هوش رشد زیادی کرد. برعکس هوش و قد موش‌هایی که به غذایشان آب نمک اضافه می‌شد، کاهش یافت.

این تجارب نشان می‌دهد که ماده زنده تا چه اندازه طرح‌پذیر است با آن غیر معقول نیست که بکوشیم وسایلی برای بهبود وضع روانی آدمی با استفاده از عوامل فیزیکی و شیمیایی و فیزیولوژیکی پیدا کنیم. ساختن روانی و جسمی در قالب شرایط شیمیایی و فیزیکی و روانی محیط و عادات فیزیولوژیکی شکل می‌پذیرد و اثرات این شرایط و این عادات با استفاده به دقت روی تمام فعالیت‌های بدنی و روانی مطالعه شود.

الف: اثرات عوامل شیمیایی: به کسانی که علم تغذیه امروزی، ما می‌دانیم که چگونه کودکان را تغذیه کنیم تا آنکه بلند، الا و زیبا شوند و تلفاتشان خیلی کم گردد. ولی این علم به ما نشان می‌دهد که چگونه در آنان یک دستگاه عصبی محکم و یک فکر متعادل و شجاعت و حسن اخلاق و نیروی عقلی می‌توان ایجاد کرد و چگونه آنان را علیه انحطاط روانی حمایت نمود. این مسئله مورد علاقه آینده میلیون‌ها کودک است بنابراین شروع مطالعه در این زمینه ضروری

است و آن را با سه روش می توان آغاز کرد:

اول آنکه روی عده زیادی از سگ های با هوش و با نژاد خالص تجاربی را که به روی موش ها انجام گرفته تجدید نمایند. به کمک محک های روانی و شیمیایی، سنجش اثر رژیم های غذایی و بعضی مواد شیمیایی روی حالت بدنی و روانی این جانوران ممکن خواهد بود. از آنجا که سگ ها پس از یک سال بالغ می شوند، بسیاری از نتایج در مدت کوتاهی به دست می آید ولی برخی دیگر مثل نتایج تغذیه روی بیماری های مزمن و روی طول عمر خیلی دیرتر ظاهر خواهد شد. بنابراین برای چنین تجاربی باید در حدود ۲۵ سال وقت پیش بینی کرد.

طریقه دوم شامل آزمایش های در نظر رژیم غذایی از گروه های انسانی خواهد بود که هنوز وضع زندگی ماشین وار پیدا نکرده اند. همچنین از آدمیان و جانورانی که به طور طبیعی دور افتاده مانده و با شرایط خاصی از زندگی به سر می برند مستملاً بعضی از مشاهداتی که ناظر به زمان گذشته باشد نیز ممکن است. از طرف دیگر رژیم های غذایی مورد ستایش پزشکان و خرافات تغذیه ای که برای مردمی روی وضع بدنی و روانی دستجات فراوانی از مردم وارد شده و در آزمایش انتقادی قرار گیرد:

طریقه سوم تجربی خواهد بود و عبارت از به کار بستن اطلاعاتی است که امروز داریم یا فردا به دست خواهیم آورد، به روی کودکان انسانی، این تجربه، قریب یک قرن وقت لازم خواهد داشت.