

مصائب عشق

از مجموعه کتابهای انتشارات مدرسه‌ی زندگی

The School of Life

ویراستار مجموعه:

آن دو باتن

مترجم:

الناز علیمی

پاییز ۱۳۹۸



- سرشناسه: مدرسه‌ی زندگی / The School of Life
- عنوان و نام پدیدآور: مصائب عشق / گروه نویسندگان
- [مدرسه‌ی زندگی]؛ ویراستار مجموعه آلن دوباتن
- مترجم: الناز عظیمی
- مشخصات نشر: مهریز: رخداد کویر، ۱۳۹۸
- مشخصات ظاهری: ۷۲ ص، ۱۲/۵ × ۱۹/۵
- شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۰۰۵-۲-۸
- رصعیت فهرست نویسی: فیبا
- یادداشت: عنوان اصلی: The sorrows of love, 2017
- موضوع: عشق؛ Love
- موضوع: روابط زن و مرد؛ Man-woman relationships
- شناسه افزوده: دوباتن، آلن، ۱۹۶۹ - م، ویراستار
- شناسه افزودن: De Botton, Alain
- شناسه افزوده: عظیمی، الناز، ۱۳۶۵ - مترجم
- شناسه افزوده: معتمدی، علی، ۱۳۶۱ - ویراستار
- رده‌بندی کنگره: HQ۸۰۱
- رده‌بندی دیویی: ۳۰۶/۷
- شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۸۱۹۶۵
- شماره مجوز: ۹۸-۳۲۰

مصائب عشق

- نویسنده: گروه نویسندگان
- ویراستار مجموعه: آلن دوباتن
- مترجم: الناز عظیمی
- ویراستار: علی معتمدی
- صفحه‌آرایی: مؤسسه آواز قلم سدید یزد
- شمارگان: ۵۰۰ نسخه
- نوبت چاپ: اول / پاییز ۱۳۹۸
- قیمت: ۱۱۰۰۰ تومان
- تلفن: ۰۹۳۵۷۲۵۵۲۰۵

فهرست مطالب

.....	■ مقدمه
.....	■ مصائب عشق
.....	۱/ هیولا می شویم
.....	۲/ آن کی نیست که در ابتدا به نظر می رسید
.....	۳/ انتخاب درست نبود
.....	۴/ عشق نور محدود بودم
.....	۵/ خیلی خجسته چه داریم
.....	۶/ قرار بود اوضاع بهر این باشد
.....	۷/ نمی توانم هر چیز را به شریک زندگیم بگویم
.....	۸/ خیلی تنها هستم
.....	۹/ رابطه‌ی سرد جنسی
.....	۱۰/ چقدر کار سختی است
.....	■ نتیجه گیری: بمانیم یا برویم؟
.....	■ درباره‌ی مدرسه‌ی زندگی

ما همه توقع داریم که عشق برایمان منبع بزرگ‌ترین شادی‌ها باشد. اما در عمل، منشأ عمیق‌ترین غم‌هاست. کمتر رنجی در دنیا با عشق برابر می‌کند. از دید ناظر بیرونی، عشق ممکن است جتا به اثبات منعم یأس و سرخوردگی دیده شود.

بدستی کنیم به غم خود واقف باشیم. اگرچه صرف داشتن آگاهی مشکل را حل نمی‌کند، اما اقلأ مشکلات را مشخص می‌کند. حس انزوا و رنج ما را کاهش می‌دهد، و باعث می‌شود بپذیریم که برخی از غصه‌ها کاملاً طبیعی هستند. مقصود این کتاب تسکین از آزارتاء یک مهارت عاطفی در خواننده است که نام آن را «علاج‌گرایی رمانتیک»^۱ می‌گذاریم. این مفهوم را به این صورت می‌توان تعریف کرد: آگاهی درست از توقعات به‌جایی که می‌توان از عشق استفاده و اطلاع از اینکه چرا بخش عظیمی از زندگی خود را، بدون هیچ دلیل شخصی یا بداقبالی خاصی، در سرخوردگی از عشق به سر می‌بریم.

مشکل آن جایی شروع می‌شود که هر کدام از ما، به‌صرف تمام آمارها، عمیقاً به عاقبت عشق خود خوش‌بینیم و هیچ آمار رارقامی نمی‌تواند ایمان ما را به عشق‌مان ذره‌ای متزلزل کند. هزاران رابطه را در میان اطرافیان‌مان می‌بینیم که به جدایی منجر شده، اما عشق خود

را با همه‌ی آنها متفاوت می‌دانیم.

دائماً مشکلات موجود در روابط دیگران را می‌بینیم، اما همچنان همه‌ی خبرهای منفی را با تمام قوا پس می‌زنیم. علی‌رغم دیدن ناکامی‌ها و تنهایی‌ها، همچنان به تصورات بلندپروازانه‌ی خود از اهمیت روابط تکیه می‌کنیم، حتی اگر یک نمونه از آن روابط ایده‌آل را هم در عالم واقع ندیده باشیم.

رابطه‌ی ایده‌آل مثل پلنگ برفی می‌ماند. وفاداری ما به یک رابطه‌ی ایده‌آل به بر اساس تجربیات و شواهد شخصی خودمان، بلکه بر اساس دیدن سرباب جامعه مبنی بر چگونگی زندگی مشترک با فردی دیگر شکل می‌گیرد. مشکل با ازدواج آغاز می‌شود. اگر دنیای خردمندانه‌تر را داشته باشیم، شروط ازدواج‌مان را از همان روز اول تعیین می‌کردیم.

در روز ازدواج، دو شخص با تمام ظرفی که دارند متعهد به تحمل مادام‌العمر مجموعه‌ای از مشکلات طاقت‌فرسا می‌شوند. این عهده‌ی است برای تحمل ساعت‌ها ناراحتی در کنار هم، روز سرزنش غیرمنصفانه‌ی یکدیگر، خانواده و دوستان هم، با اذعان به رنج‌های رابطه‌ی خود، دور هم جمع می‌شوند و شجاعت این زوج را تحسین می‌کنند. در عین نگرانی و آگاهی از مسیر صعب‌العبور، و در بسیاری موارد نابیناکننده‌ای که پیش روی آنهاست، برایشان آرزوی خوشبختی می‌کنند.

میزان رضایتمندی ما ارتباط مستقیمی دارد با عادی شمردن یا نشمردن رشته‌ای از مشکلات. از آنجا که جامعه‌ی ما هیچ‌گاه به هنجارسازی و صحبت صادقانه در زمینه‌ی چالش‌های اساسی مسیر

عشق نپرداخته، هر کدام مان فکر می‌کنیم تنها ماییم که نفرین شده‌ایم. احساس ناراحتی می‌کنیم، و با دیدن غم خود، غمگین‌تر می‌شویم. به محض وقوع مشکلات، احساس می‌کنیم با یک احمق تمام‌عیار طرف هستیم. این ناراحتی باید تقصیر کسی باشد و طبیعتاً به نتیجه می‌رسیم که تقصیر شریک زندگی مان است. در صورتی که نتیجه‌گیری صحیح‌تر و منصفانه‌تر این است که در این مسیر دشوار تقریباً هیچ‌کس صد در صد موفق نمی‌شود. در یک اقدام افراطی، ممکن است سریعاً رابطه را قطع کنیم و به جای تعدیل تصورات خود از یک رابطه نرسیده، به فرد جدیدی دل می‌بندیم و امیدواریم که او آن مشکلات نرساننده‌ی فرد قبلی را نداشته باشد. به جای اینکه ایراد را در خود عشق ببینیم، که گزینه‌ای درست‌تر اما دور از ذهن است، تقصیر را بر گردن معشوق مان می‌اندازیم.

اگر، مطابق مکتب واقع‌گرایان رمانتیک، به چالش‌آفرینی عشق اعتقاد داشته باشیم و دغدغه‌های آن را به عوامل تصادفی و منحصر به فرد، بلکه به عوامل ساختاری و ماندگارناپذیر آن مرتبط بدانیم، به بی‌راهه نرفته‌ایم. جالب اینجاست که راقی درایی رمانتیک، برخلاف ظاهر نامش، مکتب مخالف عشق نیست، بلکه یکی از بهترین نگرش‌های مؤثر در خصوص شکوفایی و بقای روابط در زندگی است.