

۱۳۷۸۵۶

سپهر

فلسفه‌ی تنهایی

لارس اسونسن

شادی نیک‌رفت

۵
خروجی نیک
نشرگان

سرشناسه: اسونسن، لارس فر. ه. - ۱۹۷۰ - م.

Ovendsen, Lars Fr. H.

عنوان و نام پدیدآور: فلسفه تنهایی، نویسنده لارس فر. ه. وندسن؛ ترجمه‌ی شادی نیک‌رفت.

مشخصات نشر: تهران: نشر گمان، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۲۰۶ ص.؛ ۱۴/۵ × ۲۱،۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۸۹-۴۸-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: A philosophy of loneliness.

موضوع: تنهایی

Loneliness: موضوع

موضوع: تنهایی -- جنبه‌های روان‌شناسی

Loneliness -- Psychological aspects: موضوع

شناسه افزوده: نیک‌رفت، شادی، ۱۳۶۱، - مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۹۷ ۵ الف ۸۵ ت/ BF۵۷۵

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۳۷۶۰۱۲

شرکت

فلسفه‌ی تنهایی

لارس اسونسن

مجموعه‌ی خرد و حکمت زندگی

تجارب شادی و کدرفت

ویراستار: ب. حاجیانی

نمونه‌ی سی | ششم نیک‌رفت | رضا یاسینی

حاصل‌نگار | رصنه‌آرایی | آتلیه‌ی نشر گمان

طرح | جلد | سائو، استاین، گ

طراح جلد | محمدرضا منفرد

نظارت فنی و چاپ | سیدرضا سوری

لیتوگرافی | نقره‌ابی

چاپ و صحافی | سپید

شابک | ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۸۹-۴۸-۸

چاپ نخست | زمستان ۱۳۹۷

شمارگان | ۱۰۰۰ جلد

قیمت | ۲۷۵۰۰ تومان

تلفن | ۴۴۰۳۰۴۲۱

آدرس | بلوار اشرفی اصفهانی، گلستان چهاردهم،

برج نگین رضا، طبقه‌ی چهاردهم جنوبی، واحد ۱۴۰۸

سایت | www.goman-pub.com

ایمیل | goman.publication@gmail.com

تمامی حقوق چاپ و نشر این کتاب محفوظ است.

تکثیر، انتشار، بازنویسی، ترجمه‌ی این اثر یا قسمتی از آن و استفاده از طرح روی جلد

به هر شیوه‌ای از جمله: فتوکپی، الکترونیکی، ضبط و ذخیره در سیستم‌های بازیابی

و پخش بدون دریافت مجوز قبلی و کتبی از ناشر ممنوع است.

این اثر تحت حمایت «قانون حمایت از حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان ایران» قرار دارد.

روایت‌نیک
نشر گمان

فهرست

۷.....	یادداشت مجموعه
۱۱.....	مقدمه
۲۵.....	فصل اول: تنهایی و عزت‌نهایی
۴۳.....	فصل دوم: تنهایی و مشابهی احساس
۵۹.....	فصل سوم: تنهایی و تنهایی؟
۷۵.....	فصل چهارم: تنهایی و اعتماد
۸۷.....	فصل پنجم: تنهایی، دوستی و عشق
۱۱۳.....	فصل ششم: فردگرایی و تنهایی
۱۳۱.....	فصل هفتم: انزوا
۱۵۷.....	فصل هشتم: تنهایی و مسئولیت
۱۶۹.....	یادداشت‌ها
۱۸۷.....	نمایه

مقدمه

اینجا برای من همه‌اش تنهایی است
همه‌اش تنهایی است برای من...
تنهایی

— موندآگی

تقریباً هرچه فکر می‌کردم درباره‌ی تنهایی می‌دانم غلط از آب درآمده است. گمان می‌کردم مردان و زنان تنها ترند؛ و آدم‌های تنها از دیگران منزوی‌تر هستند. فکر می‌کردم با افزایش شمار آدم‌هایی که مجرد زندگی می‌کنند شاهد افزایش چشم‌اندازی در جمعیت آدم‌های تنها باشیم. خیال می‌کردم شبکه‌های اجتماعی که جای معاشرت‌های معمول را گرفته‌اند سبب تنهایی بیشتری در آدم‌ها شده‌اند. همین‌طور فکر می‌کردم درست است که تنهایی پدیده‌ای ذهنی است، اما آن را در بستر فضای اجتماعی بهتر می‌شود فهمید تا با اتکای صرف به خودی‌ها و منش‌های فردی آدمی. می‌پنداشتم مردم کشورهای اسکندریه تنهایی بیشتری را تجربه می‌کنند، و شاخص تنهایی در کل روبه افزایش است. همچنین فکر می‌کردم که این افزایش تنهایی ربط دارد به فردگرایی جوامع مدرن، و تنهایی در جوامع فردگرا از جوامع جمع‌گرا بیشتر است. تا حالا پیش نیامده بود با موضوعی سروکله بزنم که این‌طوری همه‌ی فرضیه‌ها و پنداشت‌هایم را از بیخ زیرورو کند. احتمالاً خیلی از

مردم هم همین تصوراتی را دارند که در بالا گفتم. این تصورات در واقع چشم‌انداز رایجی است که رسانه‌های گروهی برایمان ترسیم کرده‌اند، و در آن اصطلاحاتی مثل «اپیدمی تنهایی» رایج است: همین لحظه که من دارم اینها را می‌نویسم، جست‌وجوی «تنهایی + اپیدمی» در گوگل تقریباً چهارصد هزار نتیجه به دست می‌دهد. اما وقتی بخواهیم به مسئله‌ی تنهایی بپردازیم، تصویری که این فرضیه‌ها و تصورات برایمان می‌آزند بسیار گمراه‌کننده است. در واقع سخت می‌توان این «اپیدمی تنهایی» را در جایی جز همان رسانه‌های گروهی پیدا کرد؛ رسانه‌هایی که سال‌هاست از واژه‌ی «تنهایی» بیشتر استفاده می‌کنند. موضوع تنهایی این سال‌ها واس‌ها را به خودش جلب کرده است، اما این قضیه الزماً به این منتهی نیست که تنهایی در جهان بیرون هم بیشتر شده است.

با همه‌ی اینها فرض می‌کنیم که به نظر باورپذیر می‌آید: حس تنهایی برای کسانی که به آن دچار می‌شوند معضلی جدی باشد. تنهایی بر کیفیت زندگی خیلی با اثر گذاشته و به سلامت جسم و روانشان هم آسیب می‌زند. ولی باز هم حرف زدیم از تنهایی کار سختی است، چرا که خجالت و شرم در پی دارد. از طرف دیگر، گاهی دلچسب‌ترین لحظات زندگی مان در تنهایی رقم می‌خورند. برای اوقات زندگی، که «خلوت» می‌نامیم‌شان، به چیزهای مهمی راجع به خدایمان و موقعیت مان در جهان پی می‌بریم. این کتاب ما حاصل تلاش‌های من است. ای فهمیدن اینکه تنهایی دقیقاً چیست، چه کسانی بدان مبتلا می‌شوند، چه احساس تنهایی بروز پیدا می‌کند و پدیدار می‌شود، جا خوش می‌کنند، و به ناپدید می‌شود، و اینکه چگونه می‌توانیم در ساحت فردی یا اجتماعی از تنهایی سر در بیاوریم.

یک پدیده‌ی عام بشری

هیچ لازم نیست که حس تنهایی را من توصیف کنم. از همان کودکی با تنهایی آشنایید، از آن روزی که یکهو متوجه شدید همه هم‌بازی

دارند جز شما؛ از همان سرِ شبی که می‌خواستید با کسی بگذرانید ولی تنها ماندید؛ از آن مهمانی که حتی یک نفر آشنا نبود و دورتان پر بوده از آدم‌هایی که داشتند باهم اختلاط می‌کردند؛ از آن شبی که کنار عشقتان گذراندید و خیلی خوب می‌دانستید که همه چیز بین‌تان تمام شده است؛ و از آن لحظه‌ای که تنها ماندید در آپارتمان خالی، وقتی که او برای همیشه رفته بود.

همیشه باید بابتِ عشق بهایی پرداخت، و تنهایی بخشی از آن است. هر آدمی که عاشق باشد، یا به کسی فکر کند، در غیاب آن فرد، وقتی که چه جسمانی چه عاطفی ترک می‌شود، حتماً تنهایی را تجربه خواهد کرد. البته شما می‌توانید رابطه‌ی صمیمی و نزدیکی با دیگران نداشته باشید. سیم‌پدیرتان را به حداقل برسانید؛ اما بهایی که می‌پردازید چه بسا تجربه‌ی تنهایی بزرگتری باشد.

تنهایی شما را آشکارا در دیگران جدا می‌کند؛ حتی می‌شود گفت شما را از خودتان هم جدا می‌کند. از وجوه اساسی شخصیت‌تان که فقط به واسطه‌ی روابط، بقیه شکل می‌گیرد و رشد می‌کند. استاندال می‌نویسد: «همه چیز می‌تواند در خلوت و انزوا بدست آید جز شخصیت آدمی».^[۱] اما چیزهای دیگری از شخصیت هم هست که در تنهایی به دست نمی‌آید، اصولاً نمی‌توان در تنهایی، انزوا انسان شد. این ارتباط‌های ما با دیگران و چیزهایی که در این ارتباط تجربه می‌کنیم است که انسانیت‌مان را شکل می‌دهد؛ همان طور که سی. اس. لوییس می‌گوید: «آن لحظه که به خودآگاهی کامل می‌رسیم تنهایی را درک می‌کنیم. ما از حیث جسمانی، عاطفی، و عقلانی به دیگران نیاز داریم؛ اگر قرار است هر چیزی یا حتی خودمان را درک کنیم و بشناسیم، به دیگران نیاز داریم».^[۲] حالا قدمی پیش برویم، نه تنها نیازمند دیگرانیم بلکه دوست داریم آنها هم محتاج ما باشند.

می‌توان در انبوهی از جمعیت تنها بود یا در خانه، تنها در دل طبیعت یا در کلیسایی خالی. ترانه‌های بیشماري درباره‌ی تنهایی نوشته شده‌اند،

اما هیچ‌یک انگار نتوانسته‌اند به اندازه‌ی ترانه‌ی «فقط تنهایی ست»، با آن ملانکولی و اندوه تکرار شونده و ویران‌کننده‌اش، به سرشتِ تنهایی راه ببرند. ترانه را در اصل موندگ (۱۹۱۶-۱۹۹۹)، هنرمند نابینا و بی‌خانمان نیویورکی، نوشته است. او این ترانه را در حالی نوشت که روی پله‌های دم در خانه‌ای در منهتن نشسته بود - در دل یکی از پرجمعیت‌ترین شهرهای دنیا. همانطور که گئورگ زیمل در جستار «کلان‌شهر و حیات ذهنی» می‌گوید در کمتر جایی مثل یک کلان‌شهر ممکن است احساس تنهایی به انسان دست بدهد. او تأکید می‌کند که تنهایی به معنای عدم وجه جمع و گروه نیست بلکه بیشتر مبتنی بر این است که ایده‌آلی که از جمع و گروه در ذهن داریم محقق نشده است.^[۴] اگر موجوداتی اجتماعی نبودیم، تنهایی هم وجود نداشت. دقیقاً به سبب همین اجتماعی بودنمان است که زیستن در فضاها و اجتماع‌های خالی از تعلق و وابستگی را مانند مذاکره‌ای و انزوا می‌دانیم. الکسی دو توکویل در دهه‌ی ۱۸۳۰ در *مطالعات بر راجع به دموکراسی آمریکا* هم همین نکته را می‌گوید.^[۵] او در نامه‌ای می‌نویسد: «تنهاماندن در بیابانی بزرگ راحت‌تر است تا انزوا در میان مردم». کارتونی که سال ۲۰۰۴ در نیویورک منتشر شد تصویر دلگیر و غم‌بار شهرهای بزرگ را خیلی خوب ترسیم کرد؛ این کارتون دستفروشی خیابانی را نشان می‌دهد با تابلویی که بر چرخ دستی‌اش نصب شده و رویش نوشته: «هر جا که بک دلا». تردیدی نداریم که تنهایی در شهرهای بزرگ وجود دارد، اما فقط آنجا نیست. تنهایی هر جا که آدم‌ها باشند هست، و دیگر اینطوری نیست که تنهایی در کلان‌شهرها شایع‌تر باشد از شهرهای کوچک‌تر یا مناطق روستایی. هر کسی ممکن است گهگاه تنها باشد. کسی که هیچ وقت احساس تنهایی نکرده است احتمالاً از نوعی اختلال یا نقصان عاطفی رنج

* ترجمه‌ی یوسف اباذری از جستار «کلان‌شهر و حیات ذهنی» را می‌توانید در این مأخذ بخوانید:

نامه‌ی علوم اجتماعی، فروردین ۱۳۷۲، جلد دوم، شماره سوم، صص ۵۳-۶۶