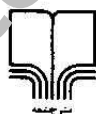


آلن لایتمن

درستابش اتلاف وقت



ترجمه‌ی
شهاب‌الدین عباسی

www.ketab.ir

سرشناسه: لایتمن، آلن، ۱۹۴۸ م

Lightman, Alan P

عنوان و نام پدیدآور: در ستایش اتلاف وقت، آلن لایتمن / ترجمه‌ی شهاب‌الدین عباسی

مشخصات نشر: تهران، نشر چرخ

مشخصات ظاهری: ۱۰۲ ص

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۰۵-۵۹-۸

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: In praise of wasting time, 2018

موضوع: اندیشه و تفکر خلاق

Creative thinking: موضوع

موضوع: خلاقیت

Creative ability: موضوع

موضوع: زمان -- ادراک

Time perception: موضوع

موضوع: مدیریت زمان -- جنبه‌های روان‌شناسی

Time management -- Psychological aspects: موضوع

شناسه‌ی افزوده: عباسی، شهاب‌الدین، ۱۳۴۵، مترجم

رده‌بندی کنگره: BF۴۰۸

رده‌بندی دیویی: ۱۵۳/۳۵

شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۶۰۸۳۷۵۹

رده‌بندی نشر چشمه: علوم انسانی - مطالعات فلسفی

در ستایش ائتلاف وقت
آلن لایتمن
ترجمه‌ی شهاب‌الدین عباسی

ویراستار: حسن مرتضوی

مدیر هنری: مجید عباسی

همکاران آماده‌سازی: ناهید شادیده، زهرا پازیان شتربانی

ناظران تولید: امیرحسین نخجوانی، میثم باقری

چاپ: دالاهو

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ اول: تابستان ۱۳۹۹، تهران

ناظر فنی چاپ: یوسف امیرکیان

چاپ و انتشار محفوظ و مخصوص نشر چشمه است.

هرگونه اقتباس و استفاده از این اثر، مشروط به دریافت اجازه‌ی کتبی ناشر است.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱-۵۹-۸

دفتر مرکزی نشر چشمه: تهران، کارگر شمالی، تقاطع بزرگراه شهید گمنام، کوچه‌ی چهارم، پلاک ۲.
تلفن: ۸۸۳۳۳۶۰۰ — کتابفروشی نشر چشمه‌ی کرمان: تهران، خیابان کریم‌خان زند، نیش میرزای
شیرازی، شماره‌ی ۱۰۷. تلفن: ۸۸۹۰۷۷۶۶ — کتابفروشی نشر چشمه‌ی کوروش: تهران، بزرگراه ستاری
شمال، نیش خیابان پیامبر مرکزی، مجتمع تجاری کوروش، طبقه‌ی پنجم، واحد ۴. تلفن: ۴۴۹۷۱۹۸۸ —
کتابفروشی نشر چشمه‌ی آرن: تهران، شهرک قدس (غرب)، بلوار فرحزاد، نبش کوچه‌ی بزرگراه نیایش، خیابان
حافظی، نیش خیابان فخارمقدم، مجتمع تجاری آرن، طبقه‌ی ۲. تلفن: ۳۵۴۵۰۰ — کتابفروشی
نشر چشمه‌ی بابل: بابل، خیابان شریعتی، روبه‌روی شیرینی‌سرای بابل. تلفن: ۳۷۶۵۷۰ (۰۱۱) —
کتابفروشی نشر چشمه‌ی کارگر: تهران، کارگر شمالی، تقاطع بزرگراه شهید گمنام، کوچه‌ی چهارم،
پلاک ۲. تلفن: ۸۸۳۳۳۵۸۳ — کتابفروشی نشر چشمه‌ی پریس: تهران، خیابان پاسداران، نبش کوچه‌ی
یکم، مجتمع پریس، طبقه‌ی دوم. تلفن: ۹۱۰۱۲۵۸ — کتابفروشی نشر چشمه‌ی دلشدن: مشهد،
بلوار وکیل‌آباد، بین وکیل‌آباد ۱۸ و ۲۰ (بین هفت‌تیر و هنرستان)، پلاک ۳۸۶. تلفن: ۳۸۶۷۸۵۸۷ (۰۵۱)

www.cheshmeh.ir

cheshmehpublication

cheshmehpublication

تلفن بخش کتاب چشمه: ۷۷۷۸۸۵۰۲

فهرست

۹

پیش گفتار

۱۱

فصل ۱

روستایی در کامبوج

۱۹

فصل ۲

شک

۲۹

فصل ۳

شتاب زدگی و حالت هیوع

۳۹

فصل ۴

بازی

۴۹

فصل ۵

ذهن فارغ بال

۶۷

فصل ۶

زمان خاموشی کامپیوتر و فعالیت های نو

۷۷

فصل ۷

زمان کمی و زمان کیفی

پیش‌گفتار

در ستایش ائتلاف وقت رابینس آموزشی مؤسسه‌ی تد در سال ۲۰۱۸ منتشر کرد. آلن لایتمن، فیزیک‌دان، ران‌نوس و مقاله‌نویسی آمریکایی است. او در دانشگاه پرینستون و مؤسسه‌ی سناورل کالارنیا تحصیل کرد و از آن‌جا در رشته‌ی فیزیک نظری دکترای گرفت. لایتمن نویسنده‌ی پنج رمان، چندین مجموعه‌مقاله، یک کتاب شعر، یک کتاب خاطرات و چندین کتاب در زمینه‌ی علم است. رمان رؤیاهای اینشتین^۱ او کتابی پُرطرفه در سطح بین‌المللی بود و به سی زبان ترجمه شد. او عضو منتخب انجمن علوم و هنرهای آمریکا است و تا به حال جایزه‌های متعدد، از جمله پنج دکترای افتخاری، دریافت کرده است. لایتمن همچنین بنیان‌گذار بنیاد هارپسول^۲ است که در زمینه‌ی مساهمت نسل جدیدی از رهبران زن در آفریقای جنوبی فعالیت می‌کند.

لایتمن در این کتاب کم‌حجم و پُر مطلب، به موضوع رسانه‌های ارتباطی و دنیای «پُر از تجهیزات» امروز می‌پردازد و تلقی کمی‌ای را که امروزه راجع به زمان سیطره پیدا کرده، نقد و تحلیل می‌کند. به عقیده‌ی او ما در میان انبوه وسایل و تجهیزات از خودمان و خلاقیت‌های فردی‌مان

دور شده ایم: «من معتقدم پشت فناوری، کل شیوهی تفکر ما، شیوهی بودن ما در جهان و خصلت‌های اجتماعی و روانی ما تغییر کرده. خیلی از ما نمی‌توانیم یک ساعت را هم بدون برنامه‌ریزی بگذرانیم؛ نمی‌توانیم ده دقیقه بدون انگیزش بیرونی، تنها در اتاقی بنشینیم؛ نمی‌توانیم بدون گوشی هوشمند در جنگل قدم بزنیم. این عارضه‌ی رفتاری، بخشی از مختصات پُرصدا، پُرسرعت، تکه‌تکه و زیاده‌متصل جهان مجهز است.»

لایتمن مخالف فناوری نیست و خودش از فناوری‌های جدید به نحوی استفاده می‌کند. منظور او از «اتلاف وقت» هم دور ریختن فرصت‌های زندگی نیست. بلکه به دست آوردن بخش‌هایی از وجودمان است که در میان نوعی و زمان محوری دنیای مدرن گم‌شان کرده‌ایم. به تعبیر جیمز بری، نویسنده‌ی اسکاتلندی، حتماً به شما درباره‌ی ساعات طلایی، که از دستتان می‌گریزد، هشدار داده‌اند، اما بعضی از آن‌ها فقط به این دلیل طلایی‌اند که اجازه می‌دهیم از دست‌مان بگریزند.

بعضی‌ها اگر گم‌شانند، به ساعت نگاه می‌کنند که آیا «زمان» همیشگی و متداول غذا خوردن فرارسیده یا نه؛ درحالی که زمان درونی به آن‌ها اعلام می‌کند که وقت غذا خوردن است. لایتمن می‌گوید وقتی به خود درونی‌ام گوش می‌دهم، صدای من کشیدن روحم را می‌شنوم. آن نفس‌ها آن قدر ظریف و لطیف هستند که برای شنیدنشان نیاز به سکوت و آرامش دارم؛ نیاز به خلوت دارم. نیاز به خفاست وسیع و ساکت در ذهنم دارم. نیاز به حریم خصوصی دارم. بدون تنهایی و شنیدن صدای خود درونی‌ام، زندانی دنیای مجهز و شلوغ پیرامونم هستم. درباره‌ی اهمیت زمان و طلا بودن آن زیاد شنیده‌ایم. در ستایش اتلاف وقت نگاه جدیدی به زمان و زندگی پُر تجهیزات مدرن دارد و از اهمیت «کیفی» زمان سخن می‌گوید.

فروردین ۱۳۹۸