

دارندگی در بسندگی است

اقتصاد جایگزین ثورو

کتابخانه  
نشر تکاه معاصر

# دارندگی در بسندگی است

کتابخانه  
نشر نگاه معاصر

اقتصاد جایگزین ثورو

سمیوئل الگزاندر

ترجمه‌ی غلامعلی کشانی

ویرایش و مقدمه‌ی مصطفی ملکیان

جان‌های مشتاق زیستی بهتر و بامعناتر  
در این سرای سپنچ؛  
جان‌هایی که رنج همسایه هم می‌برند!

## ساده‌زیستی: راهی به تعالیٰ «مصطفی ملکیان»

شاید بتوان پیام ساده‌زیستی هنری دیوید ثورو (Henry David Thoreau) متفکر بزرگ، اصیل، و انسان‌دوست امریکایی (۱۸۱۷–۱۸۶۲)، را، که سلسله‌جنばن جنبش جهانی ساده‌زیستی شد، بدین صورت تلخیص و تدوین کرد:

(۱) انسان، در آن واحد، موجودی است زیست‌شناختی، روان‌شناختی، و روحانی-*biological*-*psychological-spiritual*، یعنی هم نیازهای زیستی دارد، هم نیازهای روانی، و هم نیازهای روحانی/معنوی. برآورده شدن نیازهای زیستی موجب استمرار کتی زندگی، یعنی طول عمر، میشود، و برآورده شدن نیازهای روانی و روحانی/معنوی موجب ارتقای کیفی زندگی، یعنی بهروزی حیات.

(۲) چون از اصل عمر و حیات برخوردار بودن شرط لازم، و البته نه کافی، برای کیفیت مطلوب داشتن زندگی است، طبعاً، برآورده شدن نیازهای زیستی شرط لازم، و باز هم نه کافی، برای برآورده شدن نیازهای روانی و روحانی/معنوی است.

اما، از این امر برنمی‌آید که نیازهای روانی و معنوی کم‌اهمیت‌تر از نیازهای زیستی اند؛ بل، بر عکس، بسیار مهم‌تر اند. انسانی که همه‌ی نیازهای زیستی اش برآورده شده باشند و این برآورده شدن مقدمه‌ای نشده باشد برای برآورده شدن نیازهای روانی و معنوی اش حیوانی است که همه‌ی نیازهای زیستی اش برآورده شده اند، و از این حیث، با هیچ حیوان‌دیگر ای تفاوت ندارد. تفاوت از لحظه‌ای پدید می‌آید که نیازهای روانی و معنوی، که مختص انسان اند و انسان در آنها با سایر حیوانات شریک نیست، نیز، نرم‌نمک، برآورده شوند. به تعیر دیگر، آدمی به صرف برآورده شدن نیازهای زیستی اش، هنوز، از قلمرو سایر حیوانات بیرون نرفته است و برای اینکه صفت اش از صفت سایر حیوانات متمایز و ممتاز شود باید موجب مختص انسان را، در خود، از حالت بالقوه‌ی

به حالتِ فعلیت برساند، یعنی استعدادهای خاص انسانی اش را شکوفا کند؛ و این چیزی نیست جز همان برآورده شدن نیازهای روانی و معنوی او.

(۳) ولی، در زندگی بیشترین انسانها، این نیازهای روانی و معنوی، چنان‌که باید و شاید، برآورده نمی‌شوند، و این برآورده نشدن معلول علی است که مهمترین آنها اقتصاد است، بدین معنا که بیشترین انسانها، کمابیش، همه‌ی عمر، نیروها، استعدادهای درونی، و فرصتهای بیرونی خود را صرف کسب و کار و پول درآوردن می‌کنند و، از این رو، دیگر، برای خود، وقت، نیرو، استعداد، و فرصت ای باقی نمی‌گذارند تا مصروف برآوردن نیازهای روانی و معنوی شان شود. کسی که خواهان درآمد و مال و ثروت فراوان باشد چاره‌ای ندارد جز این‌که یا تقریباً همه‌ی ساعت‌بیداری شبانه‌روزی اش را به اشتغال به شغل و حرفة اش را با کم‌فروشی، گران‌فروشی، دردی، اختلاس، احتکار، رشو، فریبکاری، تقلب، کلاهبرداری، دروغ‌گویی، و مانند این کارهای ضد‌اخلاقی توأم سازد. در صورت اول، تا میتواند بر کمیت اشتغال اش به کسب و کار می‌فزاید، در صورت دوم، از کیفیت اشتغال اش می‌کاهد و، در هر دو صورت، مانع برآمدن نیازهای روانی و ایا معنوی خود می‌شود. صورت اول بیشتر از خوبی زندگی، یعنی همان نیازهای روانی، محروم اش می‌سازد و صورت دوم بیشتر از خوبی زندگی، یعنی همان نیازهای معنوی.

(۴) اما، چرا انسان، اساساً، خواهان درآمد و مال و ثروت فراوان می‌شود تا به این پی‌آمدهای نامطلوب دچار شود؟ پاسخ این پرسش، بوضوح، این است: چون نمی‌خواهد به ضروریات زندگی قناعت و اکتفا ورزد و می‌خواهد زندگی متجملانه داشته باشد. انسان اگر از چهار امر ضروری و اجتناب ناپذیر زندگی، یعنی از خوارک، پوشک، سوخت، و سریناه، به حد ضرورت‌شان اکتفا می‌ورزید و در باب هیچ‌یک از این چهار حتاً یک گام به سوی تجمل برنمیداشت میتوانست با زمانی در حدود سه ساعت کار در شبانه‌روزی یک روز کارد و هفته درآمدی کسب کند که از عهده‌ی تأمين آن ضروریات برآید؛ و، در این صورت، میتوانست تقریباً سیزده ساعت از شبانه‌روزی ایشان روز از هفته اش را در اختیار خود بگیرد و مصروف برآوردن نیازهای روانی و معنوی خود کند. برآوردن نیازهای زیستی انسان، که همان نیاز به خوارک، پوشک، سوخت، و سریناه اند، در واقع، بیش از سه ساعت کار در شبانه‌روز نمی‌طلبند؛ اما، البته و صد البته به شرط این‌که فقط در پی برآوردن نیازهای زیستی مان باشیم، نه در صدد برآوردن خواسته‌های زیستی مان، خواسته‌های زیستی، برخلافی نیازهای زیستی، حدی یقین ندارند، سیری نمی‌ذیرند، و هرچه برآورده تر شوند مطالبه‌گترو خواهند تر می‌شوند. به تعییر دیگر، صاحب نظران و متخصصان، به سهولت تمام، میتوانند تعیین

کنند که آدمی، دقیقاً، به چه مقدار خوراک، پوشак، سوخت، و سرینه نیاز دارد تا از طول عمر طبیعی و از سلامت، نیرومندی، و زیبایی جسمانی اش محروم نشود؛ اما، هیچ‌کس نمیتواند تعیین کند که آدمی چه مقدار از این چهار چیز را میخواهد، چون خواستن پایان ناپذیر است. پایان ناپذیری خواستن هم به این معنا است که هرچه بیابی باز هم میخواهی و هم به این معنا که هرچه بیشتر بیابی بیشتر میخواهی. و، البته، این روند در پی خواسته‌ها، و نه نیازها، ی زیستی رفتن به محضی این که آغاز شود به برآورده شدن همان نیازهای زیستی نیز لطمہ میزند و صدمه وارد می‌آورد؛ و این بدین معنا است که در پی ارضای خواسته‌های زیستی رفتن نه فقط از ارضاشدن نیازهای روانی و معنوی جلو میگیرد، بل، مانع ارضاشدن نیازهای زیستی نیز میشود، چرا که خواسته‌ای که از حی نیاز درگذرد در خلاف جهت نیاز سیر خواهد کرد. مثلاً، اگر بدن من، در شبانه روز، به  $m$  گرم پروتئین یا  $n$  کالری گرما نیاز داشته باشد و من  $2m$  گرم پروتئین یا  $2n$  کالری گرما به آن برسانم نباید تصوّر کنم که نیاز بدن ام به پروتئین یا گرما را برآورده کرده ام و پروتئین یا گرمای افزوده ای نیز به آن داده ام؛ بل، باید بدانم که در بدن ام دگرگونیها ای در خلاف جهت نیازها و مصالح آن پدید آورده ام.

(۵) ولی، مهمنتر این است که دوین در پی خواسته‌های زیستی و اکتفا نورزیدن به نیازهای زیستی انسان را از برآورده شدن نیازهای روانی و معنوی اش بازمیدارد؛ یعنی زندگی متجمّلانه و فراتر از حد ضروریات زیستی انسان را از نیل به ضروریات روانی و معنوی اش مانع می‌آید. زندگی به لحاظ زیستی متجمّلانه بر روی ویرانه‌های روانی و معنوی بنا میشود و سربرمی‌آورد. فقط با چوب حراج زدن بر استعدادهای روانی و معنوی میتوان درآمد و پول لازم برای پی ریختن و برآوردن یک زندگی متجمّلانه را فراهم آورد.

(۶) حال، جای این پرسش هست که انسان چه نیازهای روانی و معنوی ای دارد که زندگی متجمّلانه او را از ارضای آنها بازمیدارد؟ پیش از پاسخ‌گویی به این پرسش، نیازهای روانی را از نیازهای معنوی تفکیک کنیم. نیازهای روانی نیازهایی اند که اگر برآورده شوند سلامت روانی متأمین میشود و، بنابراین، برآوردن آنها کاری مصلحت اندیشه‌انه است، چون موجب پیدایش احساسات و عواطف مثبت درما میشود، احساسات و عواطف ای مانند آرامش، ییدغدغگی، آسایش، رضایت، رضایت از خود، خرسندي، شادی، شادمانی، خوشی، شعف، سپاسمندی، و اميدواری. بر عکس، برآورده نشدن نیازهای روانی موجب ابتلا به احساسات و عواطف ای مانند اضطراب، تشویش، برانگیختگی، ترس، وحشت، هراس، غم، اندوه، تأسف، افسوس، حسرت، خشم، غیظ، کینه، نفرت، انجرار، ملال، نومیدی، سرخوردگی و سرگشتشگی. نیازهای معنوی نیازهایی اند که اگر برآورده شوند فضیلت و کمال اخلاقی و روحانی متأمین میشود، بنابراین، برآوردن آنها وظیفه‌ی اخلاقی و معنوی ما است، چون

موجب ارتقا و تعالیٰ مرتبِ اخلاقی و روحانی ما میشود. این نیازها، برخلافِ نیازهای روانی، که به خوشی روانی زندگی ربط دارند، به خوبی اخلاقی و روحانی زندگی مرتبه اند و برآورده شدن شان ازما انسانهایی میسازد اهل صداقت، فروتنی، نیکوکاری، عدالت، شفقت، عشق، دل‌سوزی، همدلی، همدردی، شجاعت، اعتماد، امانت، ووفاداری.

۷) اینک، پس از تفکیک نیازهای روانی از نیازهای معنوی، میتوانیم بگوییم که زندگی متجملاً انسان را از برآورده شدن چه نیازهای روانی ای محروم میدارد یا زندگی در حد ضروریات زیستی چه نیازهای روانی ای را تأمین میکند. واقع این است که ساده‌زیستی لاقل از هفت حیث بسیار مهم به خوشتر شدنِ زندگی کمک میکند:

(الف) بدن انسان را سالمتر، نیرومندتر، و زیباتر میسازد و پیدا است که بدن سالمتر، نیرومندتر، و زیباتر تا چه حد زندگی انسان را خوشتر میکند.

(ب) خودبسنگی و استقلالِ فرد را از افراد دیگر افزایشی عظیم میبخشد. هرچه زندگی ساده‌تر میشود آدمی خودبسنده‌تر و بینیازتر به دیگران و، درنتیجه، مستقلتر و بربای خود ایستاده‌تر میشود. و ناگفته پیدا است که احساسِ استغنا و استقلال از دیگران تا چه حد زندگی را پیش‌بینی‌پذیری و ثبات میدهد. زندگی که در آن آدمی به دیگران نیازمند و باشته باشد، از آن جا که احساسات و عواطفِ دیگران نسبت به آدمی ضمانتی بقاندارند، همیشه در معرض بیثباتی و پیش‌بینی‌نایذیری است. حافظ میگفت: "بندیه پیر خرابات ام که لطف اش دائم است/ و رونه لطفِ شیخ و راهدگاه هست و گاه نیست" و باید به گفته اش افزواد که از این جهت همه‌ی انسانها مثل شیخ و راهدگاه، یعنی گاهی بر سر لطف اند و گاهی بر سر قهرو، از این رو، زندگی آدمی را بیثبات و پیش‌بینی‌نایذیر میسازند، ساده‌زیستی ما را از لطف دیگران که گاهی هست و گاهی نیست بینیاز میکند. بگذریم از این که اگر، به فرضِ محال، احساسات و عواطفِ مشیت دیگران نسبت به آدمی ثابت و برقرار میماند، درنتیجه، آدمی میتوانست به لطفِ دائم آنان خاطر جمع و مطمئن باشد باز هم احساسِ انکا و باستگی به آنان از خوشی زندگی میکاست.

(ج) روزگار عسرت را بر انسان تحمل‌پذیر و هموار تر و آسانتر میسازد. انسانی که ساده‌زیست است، در واقع، آگاهانه و خودخواسته، در زمانه‌ی گشایش و فراخی، زندگی سپری میکند مانند زندگی که دیگران یعنی اهلِ تجمل، ناخواسته و به جبر روزگار، در زمانه‌ی فربستگی و تنگنا، میگذرانند؛ و این بدان معنا است که برای او دگرگونی روز و روزگار فرقی ایجاد نمیکند. فقر خودخواسته وضع و حال توانم با وفور نعمت را با وضع و حالِ توانم با کم بود نعمت یکسان و همانند میسازد.

د) مجالِ فراغت بیشتر فراهم می‌آورد، چون مقتضی کارِ کمتر است. زندگی هرچه ساده‌تر باشد به پول و درآمد کمتر نیاز دارد و، در نتیجه، ساعاتِ کارِ کمتری می‌طلبد و برساعاتِ فراغت می‌فراید؛ و افزوده شدن برساعاتِ فراغت همان و گسترده‌تر شدن امکان پرداختن به علائقی ذهنی و روانی همان. هرچه از اوقاتِ اشتغال به شغل و حرفه کاسته شود براوقاتِ پرداختن به علائقه‌های وجودی افزوده می‌شود؛ و معلوم است که علله‌پردازی تا چه پایه و مایه خوشی زندگی را بیشتر می‌کند.

ه) قابلیتِ ادراکِ لذت را افزایش میدهد. این‌که یک منبعِ لذت تا چه حد بتواند بالقوه‌ی لذت‌بخشی اش را برابرِ توبه فعلیت رساند به وضع و حالِ خود تو بستگی دارد. اگر ده‌گرده‌ی نان دقیقاً همانند را به ده تن بدھیم تا بخورند میزانِ لذتی که هریک از آنان از خوردن نان خود اش میبرد هرگز برابر نیست با میزانِ لذتی که هر کدام از نه تن دیگر می‌برد. میزان به فعلیت رسیدنِ لذت‌بخشی بالقوه‌ی هر قرصِ نان بستگی به وضع و حالِ کسی دارد که آن قرص نان را می‌خورد، و مراد از این وضع و حال فقط میزان گرسنگی آن کس نیست، بل، بسا چیزهای دیگر نیز هست، از جمله میزان آرامش/اضطراب و تشویش، آسودگی خاطر/ترس و وحشت و هراس، شادی و شادمانی و خوشی و شعف/غم و اندوه، رضایت و خرسندي/تأسف و افسوس، خوشنودی/خشم، و نشاط/ملا آن کس. ساده‌زیستی حالاتِ ذهنی -روانی ای درآدمی پدید می‌آورد که سبب می‌شوند که استعدادِ لذت بردن اش از امورِ لذت‌بخش افزایش یابد.

و) انسان را به طبیعت و امور طبیعی هرچه نزدیکتر می‌کند و پیداست که افزایشِ انس و الفت با

طبیعت و امور طبیعی چه تناسب مستقیم ای با افزایشِ خوشی انسان دارد.

ز) انسان را از اشیا و امور وارستگی می‌بخشد، و از این رهگذر، برآرامشِ او می‌فراید. هرچه تعلقِ خاطر و وابستگی و دل‌بستگی آدمی به اشیا و امور بیرونی کاهش یابد و فراغ دل و وارستگی او از آنها افزایش پذیرد زندگی اش بیشتر با راحت و آرامش تأم و قرین می‌شود. رمز این نکته در این است که چون به چیزی دل بستی ثبات و قرار اورا می‌خواهی؛ اما، آن چیز از ساکنان جهانی است که یگانه واقعیتِ ثابت در آن بیثباتی است، و بنابراین، تو، هموار، دل‌نگران آن ای که آن چیز ثبات و قرار اش را از دست بدهد و این دل‌نگرانی آرامش و راحتی زندگی ایت را از میان برمیدارد. در زندگی انسان ساده‌زی چندان چیزی وجود ندارد که دل‌بستگی و وابستگی او را در پی آورد و آرامش و راحتی زندگی اش را از او بگیرد.

۸) و اما، ساده‌زیستی لاقل از پنج لحاظ بسیار مهم نیازهای معنوی را، نیز، برآورده می‌سازد، یعنی به خوبی‌تر شدنِ زندگی، نیز، مدد می‌رساند:

الف) یکپارچگی وجودی (integrity) و صداقتِ اخلاقی (integrity) می‌آورد. هرچه

خواسته‌های آدمی تکثُر و تنوع بیشتر یابند ناهمانگیها و ناسازگاریها و تعارضاتِ درونی او افزایش می‌یابند، زیرا عالم و آدم را چنان نساخته اند که همه‌ی خواسته‌های انسان با یکدیگر سازگاری و مساعدت داشته باشند. بنابراین، هرچه تکثُر و تنوع خواسته‌ها بیشتر احتمالی تعارض درونی بیشتر و امکان‌یک‌پارچگی وجودی و صداقتِ اخلاقی کمتر در نتیجه، کسی که خواسته‌های خود را به حدِ ضروریاتِ زندگی، یعنی به حدِ نیازهای زیستی، فروکاسته است امکان‌یک‌پارچگی وجودی و صداقتِ اخلاقی خود را گستردۀ تراخته است.

ب) احتمال وسوسه شدن و روی آوردن به فساد رامیکاهد. علّة العلل همه‌ی اعمالِ ضدِ موازین و معیارهای اخلاقی فراوان جویی و زیاده‌خواهی ماذی است. ثروت پرستی و حبِ مال است که آدمی را، چه در ارتباط اش با خود و چه در ارتباط اش با موجوداتِ دیگر، و از جمله همنوعان اش، به کارهای ازلحاظِ اخلاقی نادرست و عدول از انجام دادن وظایفِ اخلاقی اش سُوق میدهد. در نتیجه، وقتی که مال و ثروت ای نمی‌خواهی که برای کسب اش، و مال و ثروت ای نداری که برای حفظ اش، وسوسه‌ی فساد در جان و دل ات افتاد از خطای اخلاقی بسیار بسیار مصونترو در امان ترای.

ج) ریشه‌کن کردنِ رذائلِ اخلاقی و استوار ساختنِ فضائلِ اخلاقی را بسیار آسانتر می‌سازد. کسی که در عمارتِ تن به حدِ لروم و کفایت بسته کرده است، طبعاً، برای آبادانی ذهن و ضمیر و جان و روانِ خود وقت و نیرو و استعداد و فرصت و عزم و جذبَتِ فراوان در اختیار دارد. چنین کسی برای اصلاح باورها، احساسات و عواطف، خواسته‌ها، گفتارها، کردارها، وضع و حال اخلاقی خود در تنگنا نیست و میتواند بیش از نیمی از شباهنگی روز اش را به این اصلاحاتِ درونی اختصاص دهد.

د) فرصت و امکان‌ی نیکوکاری، انصاف و عدالت ورزی، شفقت و همدلی و همدردی، و عشق و رزی نسبت به همه‌ی موجودات عموماً و نسبت به همنوعان خصوصاً را فراهم می‌آورد. فقط ساده‌زیستی است که فرصت و امکان‌ی همه‌ی این کارها را، که میتوان تحت عنوان "رایگان‌بخشی" گردشان آورد، برای انسان ایجاد می‌کند. کسی که زندگی متجملانه سپری می‌کند حتّاً اگر نیک خواه همنوعان اش باشد نمیتواند این نیک‌خواهی را به نیکوکاری تبدیل کند، یعنی نمیتواند این خواسته‌ی درونی اش را در بیرون محقق سازد، چرا که نیکوکاری، افسون بر نیک‌خواهی، به وقت و نیرو و فرصت نیز نیازمند است؛ و اینها چیزهایی اند که تجمل گرایان در آنها به کم بود دچار اند.

ه) امکان‌ی ادراکِ واقعیتها و قوانین والاتر جهان هستی را فراهم می‌آورد. زندگی قانعه، زاهدانه،

ریاضت‌ورزانه، متأفلاًانه، تمرکز طلبانه و همگرایانه، مراقبانه، و پاک و پیراسته ای که ساده‌زیستی در اختیار انسان مینهد به آدمی بال و پرای میدهد که او میتواند به مدد آن از عالم طبیعت فراتر رود یا (به تعبیری که من آن را درست‌تر میدانم) در گُنه و حاقِ عالم طبیعت فروت رود و به کشف و شهود‌هایی فراتر از طور ادراکاتِ حسّی دست یابد و از تنگی‌ای ماده و مادّیات برهد و در فراخنای روح و معنویّات پرواز کند.<sup>(۱)</sup>

۹) چنان‌که، در دو بنده قبلی، اشاره شد، اینها فقط مهم‌ترین نیازهای روانی و معنوی ای اند که ساده‌زیستی برآورده شان میکند، نه همه‌ی آنها. از این گذشته، اینها همه فقط خدماتی اند که ساده‌زیستی به فردی که این طرز زندگی را در پیش میگیرد میکند؛ ولی، ساده‌زیستی اگر از سوی شمارش چشم‌گیر از اعضای یک جامعه پی‌گرفته شود موجبِ رفع بسیاری از مشکلات عملی آن جامعه میتواند بود (و این مطلبی است که راقم این سطور در نوشتاری دیگر به آن خواهد پرداخت) به تعبیر ساده‌تر، اینها همه فقط آثار و نتایج مبارک ساده‌زیستی در زندگی فردی اند؛ ولی، ساده‌زیستی برکات اجتماعِ عظیم ای دارد که شاید، در نگاه نخست، نتوان به آنها پی برد.

۱۰) و، سرانجام، این که ساده‌زیستی طرز زندگی ای نیست که بتوان به صرف اراده در پیش گرفت. اراده‌ی قوی و عزم جَزْم و همتِ والاشرط لازم ساده‌زیستی هست؛ اما، به هیچ روی، شرط کافی آن نیست. شروط لازم دیگرای، غیر از اراده، برای ساده‌زیستی وجود دارند که بیان تفصیلی آنها در این مجال نمیگنجد. با این همه، به سه تا از مهم‌ترین آنها اشاره میشود:

الف) باید به ارزش داوری‌های عامه‌ی مردم و قُعْدی نتهاد. در سرتاسر تاریخ، بیشینه‌ی نزدیک به همه‌ی مردم ساده‌زیستی را نه فقط تصویب و تأیید نکرده اند، بل، به چشم تخطفه و انکار نگریسته اند.

ب) باید مطلوبهای اجتماعی ای را که عموم آدمیان همه‌ی هم و غم شان مصروف نیل به آنها است و خود را، هماره، از حیث آن مطلوبها، نظرًا در حال مقایسه با دیگران و عملاً در حالی مسابقه با دیگران میبینند و انهاد و به دستِ فراموشی سپرد، یعنی، به هیچ وجه، دل مشغول ثروت، شهرت، قدرت، احترام، آبرو، و محبوبیت نبود، چرا که این دل مشغولی باور آدمی به ساده‌زیستی را سست و مهر آدمی به آن را کم میکند.

ج) باید بسیاری از پیش‌فرض‌هایی را که، بواسطه‌ی شدتِ رواج شان، گویی جزو فهم عرفی و از مقتصیاتِ عقلِ سلیمان شده اند رد کرد، چرا که قبول اینها نیز با ساده‌زیستی تعارض دارد. پیش‌فرض‌هایی مانند این که باید همنگی جماعت بود و سازِ مخالف کوک نکرد؛ مال حلالی مشکلات است؛ باید رؤیاها‌ی خود را فراموش کرد و به راه کوفته‌ی واقعیّت بازگشت؛ خودکاوی و