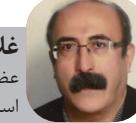


اهمال‌گرایی و جامعه‌ی کلنگی



غلامرضا خدیبوی

عضو هیات علمی گروه جامعه‌شناسی دانشگاه آزاد
اسلامی مشهد

زایران و از ترک و از تازیان
نژادی پدید آید اندر میان
نه دهقان (ایرانی - نویسنده) نه ترک و نه تازی بود
سخن‌ها به کردار بازی بود
(شاهنامه فردوسی تاختن سعد و قاص به ایران...)

الف - نوربرت الیاس (۱۹۹۰-۱۸۹۷)، جامعه‌شناس بزرگ آلمانی،
در قرن بیستم در کتاب معروف خود، «در باب فرایند تمدن»، دو
مؤلفه و الزام اصلی، یا تغییر و دگرگونی در رفتارها را برای تحقق
آن‌چه که وی فرایند تمدن می‌نماد، معرفی می‌کند؛ که یکی از این
دو «خودکنترلی» یا «خود‌الزمایی» و دیگری بسط و گسترش «الزم
به آینده‌نگری» در رفتارهای کنش‌گران اجتماعی است... . ابعاد
خودکنترلی عبارتند از: «فرو نشاندن خودجوشی‌ها و تکاهه‌ها؛ همار
و عقب راندن عواطف و گسترش فضای اندیشه‌شدن فراتر از حال و با
رجوع به گذشته‌ها، به منظور جست‌وجوی زنجیره ملل و توجه به
آینده برای شناخت زنجیره عواقب و پی‌آمدی‌های رفتارهای است. (ص
۱۹۸

مؤلفه دیگری که دقیقاً در ارتباط با مؤلفه پیشین است و به
عنوان تغییر بنیادین در رفتارهای کنش‌گران اجتماعی رخ می‌دهد،
«الزم به دورانیشی» است. این بدان معنی است که با توسعه
جامه و بسط فرایند تمدن اتفاقی که در این جوامع رخ می‌دهد،
تفکیک‌یافتنی بیشتر کارکردهای اجتماعی و تخصصی‌تر شدن
امور و در نتیجه وابستگی شدیدتر و بیشتر انسان‌ها به یک‌دیگر
است. در یک جامعه توسعه‌نیافرته، همه امور در زنجیره محدودی
از ارتباطات به سرایجام می‌رسند، اما در جوامع توسعه‌یافته،
زنجیره‌ی تفکیک‌یافتنی کارکرده همه جامه را در برمی‌گیرد و همه
آحاد جامه را از زنجیره‌های مختلف و متعدد به یک‌دیگر وابسته
می‌کند. این وضعیت باعث الزام انسان‌ها به لحاظ کردن و محاسبه
زنجیره‌ی طولانی‌تری از کنش‌ها و واکنش‌های دیگران می‌شود، که
هر فرد برای رسیدن به اهداف شخصی و فردی خود، بایستی آن‌ها
را پیش‌بینی کرده و مدنظر قرار دهد.

این وابستگی و محاسبه‌ی رفتار دیگران را می‌توان در مواردی مانند
کار بر روی نوار نقاله، یا در عبور و مسروط و ترافیک، یا در مدیریت
تحویل به موقع تصور کرد. لازم به ذکر است که هیچ‌یک از این دو
مؤلفه به اراده‌ی عمومی و با برنامه‌ریزی در غرب پهلوی وجود نیامده
است؛ بلکه در هم آمیختگی فرایندهای طولانی تاریخی این وضعیت
را که هیچ‌کس قصد و نیت آن را نکرده، به وجود آورده است. در
چنین جامعه‌ای هرگونه اهمال کاری، یا به تعویق اندختن کارها یا
سرسری گرفتن آن می‌تواند فاجعه‌بار باشد؛ چه در ترافیک، چه در
خط تولید، چه در فرایند انتقال یک قطعه از عرشه کشته تا خط
تولید کارخانه.

ب- اما اهمال کاری در رفتار کنش‌گران اجتماعی، در جامعه‌ی ایران
شامل این معنی است: کاری را جدی نگفتن و اهمیت ندادن و به
تعییر علامه دهخدا «خوار کاری» و مسامحه و سرسری انجام دادن
کار؛ سهل‌انگاری و فروکذاشتن، یا همان به بازی‌گرفتن و به تعویق
اندختن امور (لغت‌نامه دهخدا و فرهنگ معین؛ با ادعای این‌که
ماهی را هروقت از آب بگیری، تازه است و این‌وقت بودن و به
اصطلاح دم غنیمتی بودن).

حال اگر این نوع رفتارها را، که در جامعه ایرانی به وفور با آن
رو به رو می‌شونیم، به عنوان یک الگوی حداقل روان‌شناختی-اجتماعی
بخواهیم تحلیل کنیم، قطعاً باید به سوی ریشه‌های تاریخی-
اجتماعی آن در ایران رو بیم و نمی‌توان با مطالعات روان‌شناختی
محض، آن هم آن‌چه که در جوامع غربی انجام شده، به پاسخ
دقیقی برای این مسئله در جامعه ایران رسید. برای این کار بکی از
بهترین نظریاتی که در این زمینه می‌تواند راه‌گشا باشد، به نظر راقم
این سطور، نظریه‌ای است که همایون کاتویان در سوره تاریخ تحولات
دراز مدت جامعه ایران ارائه می‌کند.

کاتویان در نظریه «ایران جامعه کوتاه‌مدت» به یکی از ویژگی‌های
تاریخی و مزمن و پایدار از جامعه ایران اشاره دارد که می‌تواند برای
فهم بسیاری از مسائل جامعه ایرانی بسیار راه‌گشا باشد. وی در این
نظریه اصطلاحی را به کار می‌برد که برای درک منظور وی از جامعه
کوتاه‌مدت و در نتیجه پیامدهایی که این جامعه با آن روبروست،
بسیار گویاست: «جامعه کلنگی». این مفهوم برگفته از ادبیات
ساخت‌وساز و معماری معاصر در ایران است. کسی که مالک یک
ملک یا خانه کلنگی می‌شود، که ممکن است قابل مرمت هم باشد
و کارکرد خود را نیز داشته باشد، اگر تلقی کلنگی بودن این خانه را
داشته باشد، این خانه محاکوم به فرو کوفن می‌شود. هدف اصلی
مالک یک ملک کلنگی این است که هرجه بیشتر بتواند آن‌چه
که از این ملک قابل استفاده است را به ارزش تبدیل کند و آن را
تخریب کند.

به نظر کاتویان همه کسانی که در ایران به قدرت رسیده‌اند همین
نگاه را به جامعه داشته و به جای افزایش سرمایه، یا مرمت و توسعه
جامعه، آن را تخریب می‌کنند، تا به میل و بر اساس سلیقه‌ی خود

داستان آدم‌های کلنگی

پرونده‌ای در باب اهمال کاری

مژده مقیسه
کارشناسی حقوق ۹۸



اطلاعات تکمیلی را می‌توانید از طریق کپی‌آر کد درج شده در این‌پیزدۀ پادکست فوتبال ۳۶۰ بشوید.

برندگان و بازندگان بحران اوکراین چه کشورهایی هستند؟
ورود بحران اوکراین به فاز نظامی با شروع عملیات نظامی روسیه در خاک اوکراین تأثیر قابل ملاحظه‌ای بر دو طرف درگیر و دیگر بازیگران عرصه سیاست بین‌الملل گذاشته است. با توجه به پیچیدگی‌های موجود در درگیری و مشخص نبودن اهداف و انتظارات سیاسی - نظامی روس‌ها و اوکراینی‌ها، قضایت در مورد تأثیرات مثبت یا منفی و همچنین دستاوردهای آن‌ها مشکل است، اما در مردم دیگر بازیگران، موضوع قدری روشن‌تر به نظر می‌رسد. سرعت تحولات موجود در فضای سیاست بین‌الملل به میزان قابل توجهی نسبت به گذشته افزایش پیدا کرده است و مواجهه با این امر مستلزم افزایش سرعت عمل و چابکی دستگاه دیپلماسی ایران است، مخصوصاً در باب مسائل اروپای شرقی که در چند سال گذشته وزارت خارجه تقریباً خنثی و بی‌تحرک بوده است. از طرفی با اعمال تحریم‌های گسترده علیه روسیه، نهاد تحریم به میزان قابل توجهی تضعیف خواهد شد و بسیاری از کشورها و بازیگران اقتصادی به دنبال نادیده گرفتن تحریم‌ها حرکت خواهند کرد که این بحث نیز فرصت خوبی در مقابل جمهوری اسلامی که قریب به ۴۰ سال است با مشکل تحریم روبه‌رو است قرار خواهد داد.

ادامه خبر از طریق اسکن کپی‌آر کد درج شده قابل مطالعه است.

دو هفته‌نامه فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و ادبی / سال هشتم / شماره نود و یکم / نیمه دوم فروردین ۱۴۰۱

پشت درهای همچنان بسته...

ورود به ورزشگاه هستند. این‌که علی‌رغم عدم وجود گزینه‌بانوان در سایت بلیت‌فروشی، زنان بیلت‌های خود را قانونی می‌دانستند و مدعی بودند که با هویت خودشان آن‌ها را تهیه کرده‌اند، خود محل تأمل است که چگونه چنین امری ممکن می‌شود. برخی گفته‌اند تعدادی کافی‌تست در مشهد مقصص و مستول فروش بلیت‌های جعلی و غیرقانونی‌اند که این سیستمه نیز نیاز به بررسی دارد. طبق روایت‌های حاضرین در ورزشگاه، ابتدا به این زنان گفته شده منتظر بمانند تا آقایان در جایگاه‌ها مستقر شوند و نیم ساعت قبل بازی به آن‌ها اجازه ورود داده خواهد شد. اما با گذشت زمان و عدم تحقق این وعده‌ها، زنان شروع به اعتراض می‌کنند و همین امر موجب درگیری شدید آن‌ها با بینوهای امنیتی حاضر در صحنه و اتفاقات تلخی مثل استفاده از اسپری فلفل و... می‌شود.

این قصه پایان ندارد
مقصر ناتمامی موافق نیز مسیر حضور زنان در ورزشگاه‌ها کیست؟ بابت آن‌چه در مشهد رخداده باید چه کسی را مسئول بدانیم؟ وزارت ورزش و شورای تامین و مقامات امنیتی؟ فدراسیون فوتبال؟ یا قانون‌گذاری؟! علی‌رغم آن‌که در نگاه اول، تمرکز زدایی از پایتخت و برگزاری بازی‌های ملی در سایر استان‌ها بسیار جالب و تحسین‌برانگیز به نظر می‌رسد و هر چند مطابق مشاهدات، در ورزشگاه امام رضا(ع)، طبقه دومی بالای جایگاه ویژه وجود داشت که هم از حيث احاطه به بازی و هم از حيث رعایت‌الزمات و شوئونات توصیه شده، مکان بسیار مناسبی برای استقرار بانوان محسوب می‌شد، اما بهتر آن بود که پیش از وقوع چنین فجایعی، واقعیت‌های موجود در شهری مثل مشهد - که با علقه‌های مذهبی مدیریت می‌شود و از حيث برگزاری رویدادهای فرهنگی و ورزشی و هنری با محدودیت‌های خاصی روبروست - در نظر گرفته می‌شد و برنامه‌ریزی‌ها و هماهنگی‌های دقیق‌تری برای به وقوع پیوستن چنین رویدادی صورت گرفت. هرچند که به نظر می‌رسد این روزها در استادیوم مستقر می‌کردد که این نقض آشکار حق کسانی است که بلیت جایگاه ویژه تهیه کرده بودند. این در حالی است که عده‌ای از زنان پشت درهای استادیوم مدعی‌اند که بلیت تهیه کرده و خواهان می‌گذاریم.

امام رضا(ع) هنوز در شرایط میزبانی از یک مسابقه بین‌المللی نیست و بنا بر شواهد، بخشی از امکانات پژوهشی بدین‌گاه و ابتدایی نیز در این ورزشگاه همچنان ناقص است. از طرفی شهر مشهد در ایام نوروز میزبان جمعیت زیادی زائر و مسافر از سراسر کشور است و



با این‌که از قبیل اعلام شد ورزشگاه با یک‌سوم ظرفیت، یعنی ۸۰۰۰ نفر، میزبان تماشاچیان خواهد بود، در روز مسابقه ۲۳۰۰۰ نفر در استادیوم حضور داشتند و این مسئله به معنای آن است که بیش از ۱۰۰۰ نفر بدون بلیت، یا با بلیت‌های غیرقانونی به ورزشگاه رسیده بودند. علاوه بر این، طبق گفته حاضران، مسئولین برگزاری بدون توجه به جایگاه و بلیت، تماشاچیان را در استادیوم مستقر می‌کردند که این نقض آشکار حق در اینجا سوال همیشگی مطرح می‌شود؛ آیا بانوان نیز مجاز به حضور در ورزشگاه هستند؟!

این ازدحام در شهر می‌تواند به از سرگیری و شروع موج جدیدی از کرونا - که هنوز به طور کامل مدیریت و ریشه‌کن نشده - منجر شود. با این وجود دو یا سه روز می‌گذرد تا این اتفاق اتفاق بگیرد. با این معنا که بتوان از تمام با حضور تماشاچیان برگزار خواهد شد و علاقه‌مندان می‌توانند از طریق سایت برای تهیه بلیت اقدام نمایند. برای برگزاری رویدادهای بین‌المللی استفاده شود. بنابراین این اتفاق از این‌جهه که در اخبار مطرح می‌شود، تضمیم فدراسیون فوتبال تا اواخر اسفندماه سال ۱۴۰۰ بر آن بوده که بازی بدون تماشاگر برگزار شود. برای این تضمیم می‌توان دلایل منطقی بسیاری آورد؛ از جمله آن‌که زیرساخت‌ها و امکانات ورزشگاه

مقدمه این قصه تکراری دوباره باید شنیده شود. ما عادت کردیم به این‌که در میانه روزهای مان هرازنده‌گاه، خبری در مورد با زنان و ورزشگاه‌ها بشنویم؛ زنان «ایرانی» و ورزشگاه‌ها. در دو دهه اخیر همواره شاهد تلاش زنان برای بازی‌گیری حق مسلم خود بر تماشای فوتبال در استادیوم‌ها بوده‌ایم؛ تلاش‌هایی که در چند سال گذشته با فشارهای وارد از طریق نهادهای بین‌المللی تا حدودی نتیجه‌بخش بوده و منجر به آن شده تا در موارد دفعات محدودی، به نحو محدود و گاه گزینش شده شاهد حضور بانوان در ورزشگاه‌ها باشیم. با گذر از محدودیت‌های ناشی از کرونا و از سرگیری حضور تماشاگران در ورزشگاه‌ها، دوباره بحث زنان و ممنوعیت‌های غیرقانونی، از نظر فیفا، بر راه حضور آنان در مرحله مقدماتی جام جهانی، این مسئله ملی ایران در مرحله مقدماتی جام جهانی، این مسئله منجر به درگیری‌ها و حواشی بسیاری شد که در این نوشتر به بررسی آن‌ها خواهیم پرداخت. برای نگارش این مطلب از روایت‌های دوستانی که روز نهم فروردین ماه در ورزشگاه امام رضا(ع) حاضر بوده‌اند، استفاده شده است.

پیش از آغاز میزبانی آخرین بازی تیم ملی ایران در مرحله مقدماتی جام جهانی مقابل تیم ملی لبنان، به مشهد واگذار شد و مطابق سختان یکی از اعضای هیئت رئیسه فدراسیون فوتبال، با انتقال مسابقه تیم ملی به مشهد دو هدف دنبال می‌شد؛ ابتدا تبرک جشن از بارگاه ملکوتی امام رضا(ع) قبل از مسابقات جام جهانی و دوم بحث تمرکز زدایی؛ به این معنا که بتوان از تمام اماکن ورزشی در استان‌های دارای شرایط میزبانی، می‌توانند از طریق سایت برای تهیه بلیت اقدام نمایند. برای برگزاری رویدادهای بین‌المللی استفاده شود. بنابراین این اتفاق از این‌جهه که در اخبار مطرح می‌شود، تضمیم فدراسیون فوتبال تا اواخر اسفندماه سال ۱۴۰۰ بر آن بوده که بازی بدون تماشاگر برگزار شود. برای این تضمیم می‌توان دلایل منطقی بسیاری آورد؛ از جمله آن‌که زیرساخت‌ها و امکانات ورزشگاه

وضعیت آن نامشخص باشد. پس از انتخاب تیم جدید مذاکرات از سوی ایران نیز تا مدت‌ها مسئله این بود که آیا باید ادامه مذاکرات دولت قبل را پی‌گرفت، یا به دنبال چارچوب جدید گشت. در هر حال مذاکرات آغاز شد و در غیاب امریکا، پیش‌رفت مذاکرات کنترل از گذشته و وضعیت مبهم‌تر بود. در دولت جدید ایران، علی‌رغم تأثیرات مختلفی که مطرح شد، به مرور زمان همان چارچوب دولت قلی‌دنبال و اجرایی کم و کاست بر جام از سوی طرف‌های مختلف توافق به عنوان خواسته ایران مطرح شد. در این شرایط، عدم مذاکره مستقیم ایران و امریکا به عنوان طرف‌های اصلی و استفاده از سایر کشورها، نظیر روسیه، اتحادیه اروپا و چین به عنوان واسطه کار مذاکرات را دشوارتر از قبل کرده بود.

نهایتاً، چهارمین عنصر مهمی که بر مذاکرات وین اثر گذشت بحران اوکراین و حمله روسیه به اوکراین بود. این واقعه از جهات مختلف پیامدهای منفی و مثبتی برای مذاکرات وین در پی داشت. از یک‌سو، با به هم خوردن نظم بازار انرژی جهانی و افزایش قیمت نفت و گاز، انگیزه امریکا و اروپا برای دست‌یابی سریع به توافق و ورود نفت ایران به بازار انرژی جهان افزایش یافت. از سوی دیگر، با درگیری روسیه و غرب و به‌ویژه تحریم‌های غرب علیه روسیه، روز به روز انگیزه مسکو برای موقوفیت مذاکرات وین کاهش پایت و گز و سرانجام به عنوان یکی از موانع توافق مطرح شد؛ زیرا در اوج بحران اوکراین، روسیه هرگونه توافق در وین را منوط به بهره بردن مسکو از این توافق کرده و خواهان مستثنی شدن راضه روسیه و ایران از تحریم‌های وضع شده علیه روسیه بود.

مجموع عوامل بالا باعث شد که در پایان سال ۱۴۰۰ کماکان وضعیت مذاکرات وین و نتیجه آن نامشخص بوده و علی‌رغم تأکید ایران و امریکا بر مفید بودن توافق، طرفین به هیچ توافقی دست نیایند.

تداوی مذاکرات وین در فضای بیم و امید

ابتدا، با توجه به واکنش، بخش قابل توجهی از افکار عمومی ایران در مورد سردار سلیمانی، ورود به مذاکرات دشوار می‌نمود و در روند مذاکرات نیز یکی از استدلال‌های اصلی روابط‌هایی که در این مذاکرات بوده است. اکنون نیز به نظر می‌رسد تاکید ایران بر خروج سپاه از لیست امریکایی سازمان‌های تروریستی و امتناع کاخ سفید از این امر، مهم‌ترین مانع است. سومین عنصری که بررسی شد، این از این‌جهه که بتوان از تمام اکنون نیز به نظر می‌رسد تاکید ایران بر جایی می‌شود که درین مذاکرات بوده است. از این زمینه، به قبال ایران بر جایی گذاشته بود و در این زمینه، به ویژه ترور سردار سلیمانی و درگ نام سپاه باسداران از چه انتظار می‌رفت، کنترل است و دست‌یابی به ملکوتی امام رضا(ع) قبل از مسابقات جام جهانی و دوم بحث تمرکز زدایی؛ به این معنا که بتوان از تمام اماکن ورزشی در استان‌های دارای شرایط میزبانی، می‌توانند از طریق سایت برای تهیه بلیت اقدام نمایند. در اینجا سوال همیشگی مطرح می‌شود؛ آیا بانوان نیز مجاز به حضور در ورزشگاه هستند؟!

دو روز قبل از مسابقه، یکی از اعضای هیأت فوتبال استان خراسان، اظهار می‌کند که زنان هم می‌توانند در بازی حضور داشته باشند. بر این اساس، بلیت‌فروشی



سیداحمد فاطمی‌نژاد
استادیار روابط بین‌الملل دانشگاه فردوسی مشهد
ایرانیان در حالی به استقبال بهار ۱۴۰۰ رفتند که پس از بازگشت دموکرات‌ها به قدرت و روی کار آمدند بایدین در امریکا، مذاکرات وین مجدداً شروع شده بود و پیش‌بینی می‌شد که به زودی به نتیجه برسد. با این حال، با گذشت روزها و ماه‌های سال ۱۴۰۰، مشخص شد که پیش‌رفت مذاکرات از آن‌جهه انتظار می‌رفت، کنترل است و دست‌یابی به ملکوتی امام رضا(ع) قبل از مسابقات جام جهانی و دوم بحث تمرکز زدایی؛ به این معنا که بتوان از تمام اماکن ورزشی در استان‌های دارای شرایط میزبانی، می‌توانند از طریق سایت برای تهیه بلیت اقدام نمایند. در فهرست سازمان‌های تروریستی خارجی امریکا از چه انتظار می‌رفت، کنترل است و دست‌یابی به ملکوتی امام رضا(ع) قبل از مسابقات جام جهانی و دوم بحث تمرکز زدایی؛ به این معنا که بتوان از تمام اماکن ورزشی در استان‌های دارای شرایط میزبانی، می‌توانند از طریق سایت برای تهیه بلیت اقدام نمایند. اولین عنصری که موقفيت مذاکرات وین را در سال ۱۴۰۰ دشوار می‌کرد، برداشت‌ها و توقعات طرفین مذاکرات بود. از یک طرف، ایران، امریکا را به عنوان عهدشکن و ناقض برای مفهوم می‌دانست و معتقد بود که ایالات متحده نه تنها باشد که به تهدیدات سابق خود در قالب برجام برگرداد، بلکه باید ضرر و زیان ایران بابت خروج خود از برجام را نیز جبران کند. علاوه بر این، ایران تأکید می‌کرد که تمامی تحریم‌هایی که پس از خروج امریکا از برجام اعمال شده بودند بازگشت همان‌ها بازگشت ایران را نیز جبران کند. در فهرست سازمان‌های تروریستی خارجی امریکا از چه انتظار می‌رفت، کنترل است و دست‌یابی به ملکوتی امام رضا(ع) قبل از مسابقات جام جهانی و دوم بحث تمرکز زدایی؛ به این معنا که بتوان از تمام اماکن ورزشی در استان‌های دارای شرایط میزبانی، می‌توانند از طریق سایت برای تهیه بلیت اقدام نمایند. این موضع عجیب به نظر می‌رسد و کماکان نیز موقوفیت مذاکرات وین را در نشان می‌دهد. در این موضع عجیب به نظر می‌رسد و کماکان نیز موقوفیت مذاکرات وین را در نشان می‌دهد. از خروج امریکا از برجام موضوع بحث نیست. جدای از این مسئله، نکته دیگری که رویکرد ایران و امریکا را از هم دور می‌کرد، درخواست ایران برای تضمیم وفاداری امریکا به توافق جدید و امتناع واشنگتن از این امر بود. این تعارض دیدگاه کم و



دکتر احسان متین فر

روان‌شناس

روان‌شناسی

۳



تسکین افسردگی با «قارچ جادوی»

«سیلوسایپین» (Psilocybin) یک ماده توهیزرا است که در «قارچ‌های جادویی» یافت می‌شود و این توانایی را دارد که مناطقی از مغز را که در افراد مبتلا به افسردگی بیشتر از حالت عادی از هم جدا شده‌اند، بهم مرتبط کند و آنها را کمتر در گلگوهای تفکر منفی قرار دهد.

این امر به ویژه برای کسانی که از افسردگی مقاوم به درمان رنج می‌برند، بسیار مهم است. با این حال، در حالی که این اثر به طور گستره‌شده و مورد بهره‌برداری قرار گرفته است، ما هنوز دقیقاً نمی‌دانیم که چگونه این ترکیبات روانگردان می‌توانند شبکه‌های مغزی را تحت تاثیر قرار دهند.

اکنون یک مطالعه جدید که توسط گروهی از دانشمندان علوم اعصاب انجام شده است، با نقشه‌برداری از مغز به داشت ما در مورد نحوه عملکرد «سیلوسایپین» در مغز افروده است.

ادامه خبر با اسکن کوآر کد درج شده قابل مشاهده است.

دو هفته‌نامه فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و ادبی / سال هشتم / شماره نود و یکم / نیمه دوم فروردین ۱۴۰۱

که این رفتار برای ما منفعت دارد. چه منافعی؟

خب اجازه بدھید از یکی از دوستانم مثالی بنزن. او می‌گوید: «ترم سوم کارشناسی بودم و درس روان‌شناسی رشد داشتم، با یک استاد سخت‌گیر و یک کتاب حدوداً ۶۰۰ صفحه‌ای. برای امتحان چهار روز وقت داشتم، من حتی یک صفحه هم نخواندم، تا شب قبل از امتحان که مجبور شدم بیدار بمانم و برای امتحان مطالعه کنم. امتحان دادم و نمره‌ام شد ۱۹/۲۵! با این نتیجه، نه تنها رفتار اهمال‌کاری من تقویت شد، بلکه این باور در من شکل گرفت که «حتماً خیلی باهوشم که با یک روز درس خواندن توانستم این نمره را بگیرم» یا «من خیلی زود بادم می‌گیرم، سرعتم بالاست» از طرف دیگر می‌توانستم جلوی همکلاسی‌هایم که می‌دیدند من با این طرز خواندن این نمره را گرفتم، دماغم را بالا بگیرم، بادی به غب‌غرب بیندازم و به زبان بی‌زبانی بگویم که!» به ایطو چیزی تو خودمون داریم». نتیجه چه شد؟ اهمال‌کاری در من یک الگوی نهادینه شد و این که دچار این هذیان شدم که از بقیه باهوشترم!

این نتایج نشان نمی‌دهد که این فرد از بقیه باهوشتر است. فقط نشان می‌دهد که چقدر در آسیب زدن به سلامت جسمانی و روانی اش مهارت دارد. متوجه شدید منفعت اهمال‌کاری در چیست؟ این که باورهای کاذبی مثل «من باهوشم. من سریعم. من در شرایط فشار، خلاقیت و تمرکز بیشتر می‌شود» را در ماتقویت می‌کند و باعث می‌شود اهمال‌کاری‌مان تشید شود.

با خودمان می‌گوییم: «من باهوشم و سرعت بگذارم کافیست و

بالاست، پس اگر یک روز وقت بگذارم کافیست و

نیازی نیست از یک هفتۀ قبل درگیرش بشوم».

کاش اهمال‌کاری منجر به شکست می‌شد

دلیل سوم چیست؟ این که می‌دانیم می‌توانیم کارهای مان را در نهایت به هر سختی که شده انجام بدھیم، بدختی هم اینجاست که واقعاً انجام‌شان می‌دهیم و نتیجه نسبتاً مطلوبی هم می‌گیرم. انگار چون خیال‌مان راحت است که در نهایت کارها به سرانجام می‌رسد، دیگر اضطراب و استرس باعث نمی‌شود که موتور رفتارمان روشن شود. ای کاش که این کونه نبود و با اهمال‌کاری، ما شکست می‌خوریم، ای کاش با اهمال‌کاری نمی‌توانستیم کارهای مان را انجام بدھیم. آن موقع شاید ورق بر می‌گشت.

شاید نیاز داریم در مورد این پدیده که استعدادهای مان را تبدیل به خاکستر می‌کند، بیشتر تعمق کنیم و گام‌های موثر برداریم.

شما به چه دلیل نمی‌توانید اهمال‌کاری را کنار بگذارید؟ چه نگرشی نسبت به اهمال‌کاری‌تان دارید؟ اهمال‌کاری باعث شده چه باورهای مثبت، اما مخربی نسبت به خودتان داشته باشید؟ اهمال‌کاری چگونه به شما آسیب زده است؟

پاسخ دادن به این سوال‌ها و آگاه شدن به جنبه‌های مختلف اهمال‌کاری، اولین کام برای از بین بردن این الگوی رفتاری مخرب است.

مثل روز روشن است: اهمال‌کاری بیشتر. پس مشکل اینجاست که آدم‌های اهمال‌کار انگار یک سپر بزرگ برای مقابله با احساسات منفی و مشکلات شان دارند که در اکثر موقعیت‌ها و در تعامل با خیل عظیمی از انسان‌ها آرا به کار می‌گیرند. به جای این که یاد بگیرند مسائل شان را حل کنند، تنها کاری که خوب آن را بلدند، فرار کردن و اهمال‌کاری است. یعنی به زبان ما، روان‌شناس‌ها، «خزانه رفتاری‌شان خالی و ضعیف است». مکانیکی را تصویر کنید که در جبهه ابرازش فقط یک آچار دارد و با آن می‌خواهد ماشین شما را تعمیر کند!

چرا نمی‌توانیم از اهمال‌کاری خلاص شویم؟ اوضاع زمانی بدر می‌شود که وقتی این افراد متوجه آسیب‌های اهمال‌کاری می‌شوند، به جای این که سعی کنند آن را کنار بگذارند، شروع می‌کنند به خودسرزنش‌گری و انتقاد از خود. نتیجه چه می‌شود؟

عزت نفسی که مجده شده و به ته دره سقطه کرده است. با عزت نفس مجاله که نمی‌شود کاری را انجام داد. به همین خاطر اوضاع زمانی بدر می‌شود که وقتی این افراد متوجه آسیب‌های اهمال‌کاری می‌شوند، به جای این که کاری را ندارید، یا خسته هستید و به خود می‌گویید که بعد از انجامش می‌دهید؛ از مواجه شدن با یک مشکل نمی‌دهند که خود باعث بروز مشکلات جدی چندلایه یا حتی جبران نایذر می‌شود، یا این که مثل مورد بالا مجبور می‌شوند با ترس و وحشت فراوان آن را هرجویی که شده، به جایی برسانند.

این خاطر عصبانی هستید؛ فکر می‌کنید از پس انجام کاری بر خسته‌کننده، نهایتاً یک یا دو ساعت وقت می‌گیرد، ولی افراد ساعت‌ها، روزها، هفته‌ها یا حتی سال‌ها وقت تلف می‌کنند تا آن کار را انجام ندهند. یا آن کار را نهایتاً انجام می‌کنند که خود سختی برخورد می‌کنند؛ این کار را انجام دادن کاری هستید و به خود می‌گویید که روزی جبران نایذر می‌شود، یا این که مثل مورد بالا مجبور می‌شوند با ترس و وحشت فراوان آن را هرجویی که شده، به جایی برسانند.

اما براي چه؟ تمام تلاش‌مان را می‌کنیم که به هدف‌های مان نرسیم،

هرگاه از انجام دادن کاری مهم طفره می‌رویم، در حال

امتحان کاری هستیم. این پدیده در بین عموم به «انتبلی»

معروف شده است، اما از آن جایی که روان‌شناس‌ها

دوست دارند در همه‌چیز متفاوت باشند، به آن می‌گویند

«اهمال‌کاری» یا «Procrastination».

جالب این جاست که ما ماهدگزاری می‌کنیم و برنامه

می‌بینیم تا به آن اهداف برسیم، اما جای جایش که

می‌رسد، آن کار دیگر می‌کنیم. زور می‌زنیم که در کنکور،

رشته مورد علاقه‌مان را در دانشگاه قبول شویم، اما

بعد تنها کاری که نمی‌کنیم خواندن دروس همان رشته است؛ و البته هزاران‌اند از این دست رفتارهای نقض

غرض. جراحت دیده‌گاری می‌گذارند و بعد تمام تلاش‌مان را

می‌کنیم که به آن‌ها نرسیم؟ ما را چه می‌شود؟

اگر بخواهیم برای سیستم انگیزشی‌مان چند اصل را به

عنوان پایه در نظر بگیریم تا بتوانیم رفتارهای انسانی را تبیین کنیم، به این سه‌گانه می‌رسیم: دوری از درد و

سختی، بدست آوردن بیشترین لذت و مصرف کردن

کمترین انرژی.

حال به نظر بھر می‌توانیم اهمال‌کاری را تبیین کنیم:

درس خواندن برای امتحان کاری سخت و طاقت

فرساست، لذتی ندارد یا شاید لذتش کم است و این که

انرژی زیادی از ما می‌گیرد؛ راحت‌الحلقومی که با کمترین انرژی،

میان برای می‌گذاری، این کار را انجام داده باشد.

بسیار بیاورید که با پرسه

زدن در اینستاگرام، امتحان

و پروره را موقتاً از اضطراب‌ها و استرس‌ها

پسندیدت باعث می‌شود آرزوها، استعدادها، آرامش و

سلامتی‌مان دو شده و به هوا برود.

راه رهایی از احساسات ناشی از اهمال‌کاری؟ اهمال‌کاری بیشتر

آدم‌های اهمال‌کار، همیشه به خاطر کارهای انجام نداده

و فرصلهای از دست رفت، احساس شرم می‌کنند، از

دست خود بسیار خشمگین هستند و احساس کنایه

هم شده رفیق کرمانه و کلستان‌شان. این دیگر در هم

جوش احساسات در بلندمدت باعث افسردگی شده و

ما را فلچ می‌کند. به نظر شما آدم‌های اهمال‌کار برای

خلاص شدن از این احساسات چه کاری می‌کنند؟

در نظاره‌ی چرخش عرقبه‌ها

در زندگی شغلی و تحصیلی است، انتظار می‌رود پیامدهای بسیار مضری بر روی زندگی افراد و شخصیت آن‌ها داشته باشد؛ از جمله این پیامدها می‌توان به کاهش عزت نفس و بین‌نظمی در زندگی روزمره اشاره کرد. از آن جایی که افراد در زندگی نداشتن دستاوردهای مفید و مناسب در زندگی، دچار پایas و نامیدی نسبت به آینده و سخاوت ایجاد می‌کنند، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که اهمال‌کاری را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این کار را انجام داده باشید، اینجا می‌دانیم که این افراد متوجه خود را به صورت تکرارش هم نمی‌کنند. پس اگر کاری را انجام می‌دهیم و در اثر تکرار برایمان کاری را انجام داده، روز پر باری داشته باشید. اما از آن جایی که این کار را انجام داده باشید و از آن جایی که این ک



اطلاعیه داعش درباره آغاز موج جدید حملات تروریستی در اروپا

گروه تروریستی داعش در یک فایل صوتی از آغاز نبرد برای گرفتن «انتقام» رهبر سابق خود که سوم فوریه گذشته در جریان عملیات آمریکا در شمال غرب سوریه کشته شد، خبر داد.

به گزارش ایسنا، به نقل از روسیا ایلو، ۱۰ مارس، این گروه تروریستی کشته شدن ابوابراهیم القرشی، رهبر سابق و ابوحمزه القرشی، سخنگوی رسمی داعش خود را تایید و تعیین ابوالحسن الهاشمی القرشی به عنوان رهبر جدید داعش را به عنوان سومین رهبر این سازمان تروریستی اعلام کرد.

ابو عمر المهاجر، سخنگوی داعش در پیامی ضبط شده گفت: ما آغاز نبرد انتقام برای ابوابراهیم الهاشمی القرشی و المهاجر شیخ ابی حمزة القرشی را اعلام می کنیم.

وی از حامیان داعش خواست تا از مشغله اروپا بابت جنگ جاری در اوکراین و فرصت موجود استفاده کرده و عملیات در اروپا را از سر بگیرند.

دو هفته‌نامه فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و ادبی / سال هشتم / شماره نود و یکم / نیمه دوم فروردین ۱۴۰۱

۱۰

اهمال کاری، همان افسردگی پنهان است؟

پس ممکن است تحت تاثیر همین باورها، رفتار اهمال‌کارانه در پیش گیرد.

اما این باورها خودبهخود در فرد بهوجود نیامده‌اند. فردی که عمیقاً باور دارد «یک بازنده است»، این باور به عنوان چارچوب فکری یا چیزی که در روان‌شناسی ما «طرح‌واره» می‌دانیم، شناخته می‌شود که در طول زندگی فرد بر اساس تجربیات قبلی، خلقوخوی او و در نتیجه سبک فرزندپروری والدین بهوجود آمده است. فردی که همیشه توسط خانواده دست و پالغفتی خطاب شده و مدام سرزنش شده، یا برعکس خانواده تمامان نیازهای او را براورده کرده و نگذاشته به درجه‌ای از استقلال و عزت نفس در انجام کارها برسد، ممکن است این باور عمیق را داشته باشد که «من به اندازه کافی خوب نیستم».

و این باور عمیق در جای جای زندگی او تاثیر خود را می‌گذارد. خیلی از اوقات چنین فردی عزت نفس انجام کارهای مهم را ندارد و به نوعی ترس از شکست از انجام کارها، علت رفتارهای اهمال کارانه اوست و همه این‌ها ناشی از همان طرح‌واره ناسازگار است. این شناخت‌های ناکارامد به وضوح در افراد افسرده دیده می‌شود. حال فردی را در نظر بگیرید که به افسرده‌گی مبتلا شده؛ در کنار الگوی رفتاری ناکارامد و خطاهای شناختی، یک حالت هیجانی و خلقی منفی همراه با بی‌انرژی بودن و بی‌هدفی می‌تواند کاملاً زندگی اش را مختل کند. فردی که دچار اختلال افسرده‌گی یا حتی علایم خفیف آن است، می‌تواند با مراجعته به یک متخصص روان‌شناسی برای درمان اقدام کند. در طول درمان هم می‌تواند الگوی رفتاری خود را اصلاح کند و با برنامه‌ریزی مناسب در فعالیتهایش تعادل برقرار کند و هم تحریف‌های شناختی و طرح‌واره‌های خود را بشناسد و در صورت لزوم، آن‌ها را تغییر داده، یا به چالش بکشد. فردی هم که درگیر رفتار اهمال کاری است می‌تواند با برنامه‌ریزی مناسب و حتی مکم گرفتن از یک مشاور، شرایط کارامدتری را در زندگی اش به وجود بیاورد.

در تبیین افسردگی بر اساس مدل رفتاری، گفته شده که افسردگی به خاطر فقدان رفتارهای پاداش‌بخش

به وجود می‌آید؛ رفتارهایی که حس ارزشمندی و تسلط بهفرد نمی‌دهد. یعنی فردی مستعد افسرده‌گیست، که بیشتر اوقاتش را صرف انجام کارهای بیهوده می‌کند و به این سبک عادت کرده است. یک علت این است که گاهی فرد برای این‌که از اضطراب یک فعالیت مهم اجتناب کند، دست به رفتار منغulanه می‌زند و این رفتار صرفاً اضطراب را کاهش می‌دهد، اما پاداش‌دهنده نیست. همین مسئله باعث محرومیت فرد از دیگر شرایط پاداش‌دهنده می‌شود. مثلاً خانم X را تصور کنید که قرار است چند روز دیگر یک کفرانس مهم داشته باشد و باید مطالبی برای آن اماده کند و از این جهت اضطراب زیادی را تجربه می‌کند. ساعت ۸ صبح چشمانش را باز می‌کند و تا ساعت ۱۰ در تخت خواب می‌ماند و تا ساعت ۱۲ در فضای مجازی می‌چرخد؛ عصر را به پیشنهاد دوستانتش بیرون می‌رود، اما کماکان اضطراب انجام ندادن آن کار مهم او را رنج می‌دهد. زمانی هم که بخواهد آن کار را در مدت کوتاه و از روی اجبار انجام دهد، احساس درماندگی و خشم به سراغش می‌آید. در پی این مسئله فرد ممکن است به خاطر انجام ندادن کارهایش خودش را تنبیه و سرزنش کند، که همین خودانتقادگری از علائم اصلی در بیماران افسرده است. آیا این مثال و این تبیین افسرده‌گی، شما را یاد اهمال کاری نمی‌اندازد؟

طروح‌واره‌های منفی، علت دیگر اهمال کاری

روی دیگر تبیین افسرده‌گی مدل شناختی است؛ یعنی چطور باورها، عقاید و افکار می‌توانند فرد را افسرده کند. بر اساس مدل شناختی، در مورد افسرده‌گی سبک‌های فکری و تحریف‌های شناختی، فرد را رنج می‌دهد و در الگوی رفتاری و هیجانی‌اش تاثیر می‌گذارد. در اینجا این محتوای افکار منفی است که مشکل‌ساز است؛ فردی که باور دارد «من شکست خورده‌ام»، «من بدشانس‌ام»، «هر کاری انجام بدم، موفق نمی‌شم»

فتارهایی بپردازند که برای شان لذت‌بخش است. از ییگر علایم افسردگی به بی‌خوابی یا پرخوابی، کاهش

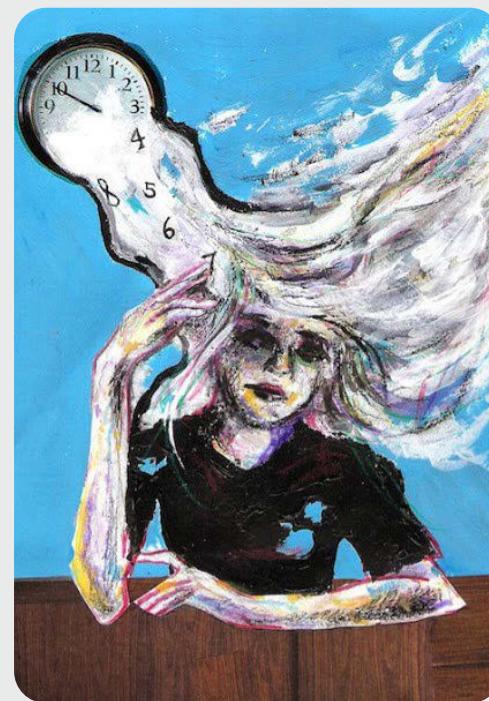
ا فیزایش اشتها و به دنبال آن تغییرات وزن، احساس نناه، بی انرژی بودن، خستگی، مشکل در تصمیم‌گیری ... می‌توان اشاره کرد.

ما افسردگی چطور می‌تواند با اهمال کاری مرتبط شد؟

در پاسخ باید گفت شاید در مقوله افسردگی، همال کاری را نتوانیم به خوبی تفکیک کنیم؛ یعنی افسردگی با رفتارهای اهمال کارانه در کنار عوامل دیگر وجود می‌آید و سپس افسردگی این الگوی رفتاری همال کارانه را تداوم می‌بخشد؛ یعنی یک ارتباط وسیعه.

شاید تا به حال برای تان پیش آمده است که کارهای ضروری زیادی برای انجام دادن داشته‌اید، اما مدت زمان زیادی آن را به تعویق انداخته‌اید؛ نه این که وقت نداشته باشید، بلکه فقط به یک کار کم اهمیت‌تر پرداخته‌اید، یا حتی شاید یک کار منغulanه مثل تلوزیون دیدن یا در رخت خواب دراز کشیدن را انتخاب کرده‌اید. احتمالاً بایست این مسئله اذیت هم شده‌اید؛ مثلاً مطالعه یک امتحان مهم و پر حجم را تا شب امتحان عقب انداخته‌اید و در طول ترم به جای مطالعه، فعالیتهایی بیمهوده را اولویت قرار داده‌اید و شب امتحان تحت فشار اضطراب و بی‌خوابی بوده‌اید، یا این‌که حتی یک کار بسیار ساده، اما مهم را که شاید فقط یک ساعت وقت تان را بگیرد ماهها عقب انداخته‌اید. به این وضعیت اهمال کاری یا

اهمال کاری، رفتاری افسرده‌ساز «همل» در لغت به معنی سهل انگاری و بی‌توجهی است و «اهمال کاری» یعنی به تاخیر اندختن کارهای ضروری و مهم، الگوی اهمال کارانه طبیعتاً می‌تواند برای زندگی ما مشکلاتی ایجاد کند؛ مثلاً اضطراب و استرس را در ما زیاد کند، هیجانات منفی و احساسات گناه را تشدید کند و حتی به روندی افسرده‌ساز تبدیل شود تا اندک اندک ما را به سمت افسردگی، همان سرماخوردگی روانی، برساند. اما گاهی هم ممکن است، همان اضطراب یا افسردگی علت اهمال کاری به حساب بیاید؛ نه معلول آن، که ما در این جا به طور ویژه این ارتباط را به صورت علمی بررسی می‌کنیم.



اهمال کاری؛ تجربہ شرم یا حس گناہ؟

که خودتان را بغل می‌کنید، به سادگی می‌توانید شفقت با خود را ببینید. شفقت به خود تأثیر روپیداهای منفی را تعديل می‌کند و از گرایش شما به پیله کردن به افکار، آن زمان که احساس بدی نسبت به خود دارید، می‌کاهد. وقتی به شفقت اجازه دهید جریان پیدا کند، هیجان‌هایی همچون شرم، حس گناه و نفرت به خود کم کم ناگویید می‌شود. مطالعات روان‌شناسی نشان داده است که اهمال کاری، باعث افزایش سطح هیجان‌های شرم و اضطراب می‌شود و این هیجانات در افرادی که خودشفقتی پایینی دارند، بیشتر دیده می‌شود. زمانی که بتوانیم از طریق خودشفقتی هیجان خود را تعديل کنیم، جلوی وارد شدن خانم را خواهیم داشت.

شدن به فرایند بعدی اهمال کاری را می‌کیریم.
پس دفعه‌ی بعدی که قصد کردید کاری را شروع کنید
و این کار نیمه‌تمام رها شد، به جای خود سرزنش‌گری،
به خودشدقیقی روی آورید؛ اگر هیجان شما تعدیل
شد، از خود بپرسید که آیا دل تان می‌خواهد برگردید
سر آن کار نیمه‌تمام یا نه؟ شاید از این طریق بتوانید
قدم‌های کوچکی در جهت شکستن چرخه اهمال کاری
بدارد.

اما چه کنیم که از این چرخه هولناک خارج شویم؟ مسلمان راه حل های اثبات شده زیادی برای شکستن چرخه اهمال کاری وجود دارد. من ابتدا از تجربه شرم صحبت کردم؛ پس برای کمک به حل مسئله اهمال کاری هم از همین در وارد می شوم.

ما معمولاً زمانی که هیجان شرم را تجربه می کنیم شروع می کنیم به خودسرزنش گری. هرچرا خودسرزنش گری ها بیشتر باشد، هیجان شرم را تشدید می شود و چرخه ای که توضیح دادم ادامه پیدا می کند. حال از شما می خواهم برعکس آن را انجام

۱- ابتدا این هیجان را در خود ردیابی کنید و آگاه باشید که به چه دلیلی دچار این هیجان شده‌اید.

۲- کاری برای کاهش دادن آن نکنید. یک قدم با عقب بروید و نظاره‌گر حضور این هیجان در خود باشید،

۳- خودشدقیقی را جایگزین خودسرزنی‌شگری کنید.

مشفقت با خود یعنی اهمیت دادن به خودتان همان‌طور که به فردی عزیز اهمیت می‌دهید. هنگام سب‌داد که سرتان: ۱، د، دست م گردید با هنگام گیرا

و برایت خیلی مهم نیست»، یا شاید منظورش این است که «تو کافی نیست! از پس یک برنامه‌ریزی ساده و دنیا، کدنسی، هم نم آر!»

به طور واضح تر، اهمال کاری، تمام داستان های بدی که درباره خودمان می گوییم را برای ما تکرار می کند. اگر به دقت گوش کنید، بسیاری از افراد یک داستان درونی آزاده هنده درباره خودشان و توانایی های شان دارند که در پس زمینه ذهن، مثل صدای رادیو، پخش می شود. هر کدام از ما داستان منحصر به فرد خود را داریم. اغلب می شنویم که این داستان ها با صدای ناخوشایند «شم» زمزمه می کنند: تو کافی نیست! گاهی ما به این دلیل کارهای مان را به تعویق می اندازیم که معتقدیم به اندازه کافی در آن ها خوب نخواهیم بود؛ در نتیجه با کوچکترین تهدید، پا پس می کشیم. هر بار که کاری را نیمه تمام رها می کنیم، داستان درونی ما با صدای بلندتری فریاد می کشد که: تو کافی نیست! باز هم شکست خوردی! وقتی این شکست ها تکرار می شود، توانایی ما برای شروع کارها آرام آرام فلچ می شود؛ گویی قطع نخاع می شویم. شاید به این نتیجه برسیم که اگر کاری انجام ندهیم، بهتر از این است که کاری را اهمال کاری، فریاد داستان های درونی مان را بلندتر شاید همین الان که تصمیم گرفته اید متنی با عنوان «اهمال کاری» را مطالعه کنید، به یاد کارهای نیمه تمام خود افتاده باشید. در مرحله بعدی شاید کمی بدنتان داغ شود، حال تان بد شود و با خود بگویید: ایرادی ندارد، با برنامه ریزی انجامش می دهم! اما دوباره صدایی در سرتان می گوید: از این وعده ها، زیاد داده ای!

نافص انجام دهیم. در ادامه وارد یک چرخه معمیوب می‌شویم؛ به تعویق انداختن کارها به ما کمک می‌کند که از احساس شرم دوری کنیم، اما در عین حال وقتی که کاری انجام نمی‌دهیم در حال تجربه احساس شرم هستیم؛ احساسی که هر روز پیام خود را با صدای بلندتری فریاد می‌کشد. اما داستان به اینجا ختم نمی‌شود؛ در ادامه به چرخه‌ای از احساس گناه و حشت پرتاب می‌شویم. زیرا باید پروژه‌ای را تحويل می‌دادیم و زمان مورد نظر فرا رسیده است. با سرعتی باور نکردنی شروع به انجام کارها می‌کنیم و از دست خود عصبانی هستیم، که چرا مثل همیشه اجازه دادیم این آشتفتگی تکرار شود! از طرفی این فرآیند، احساسات ما را نسبت خود و کاری که در حال انجامش هستیم، تشدید می‌کند و دفعه بعدی با اکراه بیشتری به سمت آن کار خواهیم رفت؛ این گونه ابتکان که جریان اکلام تکرار می‌شود.



نگاه وی



جواد ایوبی

دانشجوی دکتری روان‌شناسی و روان‌شناس بالینی

A portrait of Sippideh Meshayegh, a young woman with dark hair and glasses, resting her chin on her hand.



رئیس جمهوری چن اعلام کرد، روسیه در عملیات نظامی علیه اوکراین نه تنها با ارتش این کشور بلکه با دهها کشور غربی از جمله ناتو مواجه است.
به گزارش ایستا، به نقل از تاس، رمضان قدیروف، رئیس جمهور چن با انتشار پستی در حساب کاربری خود در تلگرام نوشت: روسیه امروز در حال جنگ با تمام جهان است.
وی افزود: «می‌دانید چرا این حرف را می‌زنم؟ چون هیچ حمایت محسوسی از روسیه از جانب هیچ کشوری وجود ندارد و در طرف دیگر کشورهای غربی که خود را قوی و عضو ناتو می‌دانند در مقابل روسیه ایستاده‌اند».
قدیروف خاطرنشان کرد: اینها اوکراین را با ارائه کمک مالی و تسليحاتی حمایت می‌کنند و نیروهای مسلح و متخصصان نظامی را از سراسر جهان به اوکراین می‌فرستند، در نتیجه روسیه با دهها کشور در حال جنگ است نه یکی.

امیرعلی برومند

دبیر سلسه نشستهای علمی-ترویجی اکولاپی



مروری بر نشستهای «اکولاپی»:

از چالش تا آموزش

تغییر قالب‌های تولید برنامه نیز به تازگی در دستور کار تیم تولید محتوای سازمان دانشجویان جهاد دانشگاهی و اتاق فکر اکولاپی قرارگرفته، که قطعاً از ضرورت‌های برنامه‌های مستند و طیف چشم‌گیری از مخاطبان است.
در این مسیر یقیناً مشورت جامعه‌ی دلسوز و دغدغه‌مند دانشگاهی کشور، خصوصاً خبرگان محیط‌زیست می‌تواند تسهیل کر افق‌گشایی‌های پیش رو باشد.
برای دسترسی به فایل‌های ویدیویی این سلسه نشستهای علمی-ترویجی بیفزاید. هم‌جنین در راستای تحقق خط مشی «نوآوری»، آسیب‌شناسی و غنی‌سازی نشستهای به کمک افزودن جذابیت‌های پیشری، هنری و محتوایی در اولویت اقدامات آتی تیم اکولاپی است.

کشور تبدیل شد.
افق‌های پیش رو: استمرار و نوآوری در آموزش محیط زیستی
خط مشی و سیاست راهبردی سلسله نشستهای اکولاپی در آینده بر دو اصل «استمرار» و «نوآوری» در آزمودن استوار است. در راستای تحقق خط مشی «استمرار»، پیش و بازپیش این نشستهای در تلویزیون اینترنیتی جهاد دانشگاهی، صدا و سیمای سراسری کشور و بسترها رسانه‌ای سازمان حفاظت محیط‌زیست با همکاری بین سازمانی این نهادها می‌تواند بر برد آموزشی و جریان سازی این نشستهای علمی-ترویجی بیفزاید. هم‌جنین در راستای تحقق خط مشی «نوآوری»، آسیب‌شناسی و غنی‌سازی نشستهای به کمک افزودن جذابیت‌های پیشری، هنری و محتوایی در اولویت اقدامات آتی تیم اکولاپی است.

فرهنگی در جند فاز تعریف شد و ایده‌پردازی ارائه طرح (اظطرار بر همه ابعاد مالی، تجهیزات فنی، نیروی انسانی...)، پیش‌تولید، فیلم‌پردازی، تدوین، بازنگری علمی، بازنگری فنی و پخش آن تا امروز توسط یک تیم بالغ بر بیست‌نفره در یک بازه‌ی زمانی دو ساله صورت گرفته است.
پخش هم‌زمان این برنامه در بسترها متعدد مجازی نظیر اینستاگرام، تلگرام، آپارات و سایت سازمان دانشجویان جهاد دانشگاهی خراسان رضوی و پوشش محتوا نشستهای توسعه خبرگزاری ایستا را با چالش‌های جدی در راستای ادای رسالت‌های آموزش، پژوهشی، فرهنگی و اجتماعی خود مواجه کرد. این بحران چند بعدی و پیچیده در شرایطی پدید آمد که جامعه بیش از هر هنگامه‌ی دیگری به نقش‌آفرینی نهادها و مراجع علمی نظیر جهاد دانشگاهی نیاز داشت.

سازمان دانشجویان جهاد دانشگاهی خراسان رضوی به عنوان یکی از پیشگام‌ترین تشکلهای دانشجویی کشور با درک حساسیت این برهمه کوشید تا در سریع‌ترین و کوتاه‌ترین زمان ممکن با تشکیل جلسات اتاق فکر مشکل از مدیران، استادان و دانشجویان نخبه، ضمن صورت‌بندی دقیق و واقع‌گرایانه از وضعیت موجود، افقی از چشم‌انداز مطلوب کنش‌گری را در دوران همه‌گیری برای حفظ عاملیت و تاثیرگذاری خود ترسیم نماید. این افق ناظر بر ایجاد مجموعه‌ای از برنامه‌های کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت در بسترها مجازی، حضوری و نیمه‌حضوری به صورت تکنیست یا سلسه جلسات بود.
با توجه به سابقه درخشان نهاد جهاد دانشگاهی در کنش‌گری محیط‌زیستی، سلسه نشستهای علمی-ترویجی اکولاپی به عنوان یکی از اولویت‌دارترین ایده‌های خروجی این نشستهای هماندیشی مطرح و تحت حمایت همه‌جانبه‌ی معاونت فرهنگی جهاد دانشگاهی خراسان رضوی قرار گرفت. در ادامه مسیر همراهی همدلانه‌ی ستاد مرکزی سازمان دانشجویان کشور، باشگاه دانشجویان حامی محیط‌زیست جهاد دانشگاهی و دانشگاه تهران نیز موجب غنای بیش‌تر برنامه شد.

اکولاپی؛ ابرپروره‌ی آموزشی-ترویجی محیط‌زیستی
سلسله نشستهای اکولاپی به عنوان یک ابرپروره‌ی

ادامه از صفحه نگاه ویژه



کیمیا عرفانی

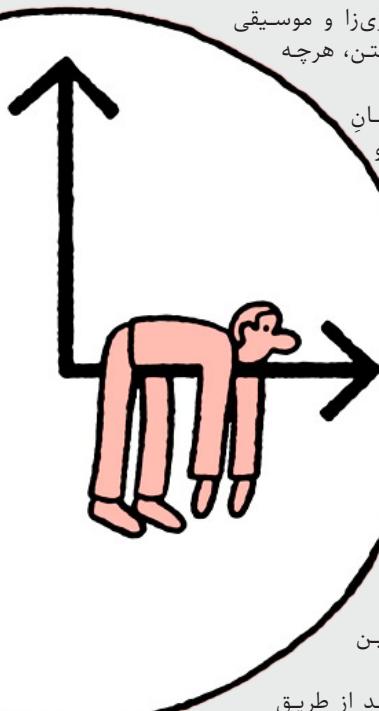
کارشناسی ادبیات فرانسه ۹۷

این یادداشت با عنوان **An Ode to Procrastination** به نگارش جیمز پارکر در وب‌سایت اتلانتیک منتشر شده است.

این هم‌کاری؛ موقعیتی مخرب که دور زدن آن ممکن نیست!
هنگامی که آدمی دست به طفره رفتن، وقت‌گذرانی بیهوهود و سهل‌انگاری می‌زند، این، کارهایی که انجام نمی‌دهد و تعهدی که در برابر شما مقاومت می‌کند است که سوخت و سازش را تعریف می‌کند؛ تشویشی درون ذهن، ناله‌ای برآمده از تن و نوعی شمارش معکوس که از جایی به گوش می‌رسد. اما این حالت کاملاً تصنیعی است. حالتی از جنس دروغ. آدم به ظاهر در آسودگیست؛ بی‌خیال پرسه می‌زند، کتاب‌ها را بی‌هدف برداشته و دوباره سر جای‌شان قرار می‌دهد، با سبک‌دلی مشغول مکالمه‌ای تلفنی می‌شود، کمی نان ذرت می‌خورد. اما از درون...! او از درون به مانند متمندی خشمگین از تبار لوسیفر می‌ماند که در برابر فرشتگان بزرگ‌سالی، مسئولیت‌پذیری و سلب آزادی طغیان می‌کند. گویی از درون به هم فشرده شده است و مانند سولفول در معرض اشتعال است. او با دست و پال بسته سر به جیب تفکر فرو می‌برد. با خود می‌گوید: پا به آن بانک نفرین شده نخواهم گذاشت. دفتر پست را که کلا

کیوآر کد درج شده بخوانید.

این کار باید انجام شود. شاید خود را با گفتن چیزی‌ای مانند «شاید یادشان برود» و «شاید یک بنده خدای دیگری آن را انجام دهد»، کول زده باشد، اما در آخر می‌داند که دیگر راه در رویی نیست. پس به زور نوشیدنی انرژی‌زا و موسیقی‌متال و به سیم آخر زدن و عرق ریختن، هرچه که شد، باید انجام شود!
حالا همه چیز تمام شده و آن انسان اهمال کار تکوین یافته است. او که تا چندی پیش، مانند ایزدی کوچک زمان را به بازی گرفته بود و مثل مکس فون سیدو با مرگ شطرنج‌بازی می‌کرد، نه بازی را برده و نه در حقیقت باختی را تجربه کرده است؛ چون تا الان تنها یک پایان قطعی را به بازی گرفته و خود را در معرض آزمایش راز توفاچش قرار داده بود. مضمک اما قهرمان‌گونه! او در مقابل امواج زندگی که با شدت به او برخورد کرده‌اند، ایستاده و باز هم خواهد ایستاد؛ حتی اگر او را به سمت مهیب‌ترین فوجه‌ها سوق دهد.

در مدح اهمال کاری؛
هیجانی اگزیستانسیال
از به بازی گرفتن زمان

در مدح اهمال کاری؛

ادامه از صفحه نگاه ویژه





جانشین پلیس راهور: فاصله کهکشانی کیفیت خودروهای داخلی با استانداردهای روز دنیا

جانشین ریس پلیس راهنمایی و رانندگی فاصله کمیت خودروهای داخلی با استانداردهای روز دنیا را فاصله‌ای که کشانی دانست و با انتقاد از وضعیت تولید داخل گفت: دیگر دوران اینکه کاپوت و چراغ خطر را جایه‌جا کنند و اسمش را بگذارند یک محصول جدید، گذشته است.

به گزارش ایسنا، انتقاد از کیفیت پایین، اینمی کم و قیمت بالای خودروهای تولید داخل موضوع جدیدی نیست و سال‌هاست که اظهارات مختلفی درباره آن مطرح می‌شود، مردم گاه با مشارکت در کمپین مختلف و گاه با طنز و شوخی ناراحتی خود را آچه که خودروسازان برایشان تولید کرده‌اند نشان داده‌اند و اکنون مسئولان نیز عمدتاً در حد مصاحبه یا دادن وعده‌های مختلف بوده است. در این میان شاید بتوان گفت که پاییس از جمله دستگاه‌هایی هست که اقدام عملی در این حوزه را انجام داد و حدود دو سال پیش از شماره‌گذاری پراید و پژو ۴۰۵ جلوگیری کرد.

ادامه حبر را می‌توانید از طریق کیوار کد درج سده مطالعه کنید.

۱۴۰۱ دو هفته‌نامه فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و ادبی / سال هشتم / شماره نود و یکم / نیمه دوم فروردین

9

اجتماعی

صفحه بک ادامه از

اهمال گرایی و جامعه‌ی کلنگی

آن را بسازند. این امر منجر به پدیده مزمنی در جامعه ایران شده است و آن، ناپایداری وضع موجود، یا کوتاهی عمر جامعه بوده است. این وضعیت، مخصوصاً در سپهر سیاسی و حاکمیت جامعه با توجه به نبود قانون خدشهندگیری برای مشروعيت قدرت، فلسفه ناپایداری روزگار را به عنوان یک اصل و تجربه‌ی زیسته در اذهان آدمیان به وجود آورده است. هیچ‌کس نمی‌داند فردا قدرت از آن کیست. به نظر کاتوزیان این وضعیت یکی از عوامل مهم توسعه‌یافتگی جامعه‌ی ایران، به دلیل عدم امکان انباشت سرمایه‌های اجتماعی، اقتصادی و... برای توسعه‌ی اجتماعی است؛ آن‌گونه که در غرب رخ داد که در اینجا جای برداختن بدان نیست.

ج - حال همان گونه که جامعه‌ی تمدنی، به شرحی که الیاس آن را در کتاب فرایند تمدن به تصویر می‌کشد، انسان ملزم به خودکنترلی و دوراندیشی را به وجود می‌آورد، جامعه کلنگی نیز انسان یا «آدم‌های کلنگی» را به وجود می‌آورد؛ آدم‌های کوتاه‌مدت؛ ابن‌الوقت و اهمال‌کار، به شرحی که در بالا بدان اشاره شده، همچنین برای این دسته از حادثه‌ها نسبت

انسان کلنگی دقیقاً همین رفتارها را از خود نشان می‌دهد. می‌کوشد از موقعیتی که در آن قرار دارد و اطمینانی به پایداری آن ندارد، هرچه بیشتر منتفع شده و منافعی برای خود استخراج کند؛ نه به سازمانی که در چهارچوب آن کار می‌کند، می‌اندیشد و نه ضوابط غیر شخصی حاکم بر سازمان برايش جدیست و این روابط را در قالب روابط شخصی تفسیر می‌کند. متناسفانه هنوز هم در این کشور عده سیاری هستند که به این شخصی کردن‌ها دامن زده و مدام به دنبال قهرمانان و افراد «خوبی» هستند و می‌خواهند تا با تعویض آدم‌ها مشکلات حل شود؛ بیایند و کارها را سازمان دهند و غافل از این‌که همین امر، یعنی جایه‌جایی بی‌وقفه افراد، این احساس نایابی‌داری را تشیدی کرده و لذا هرکس می‌آید بیشتر و سریع‌تر، به اصطلاح، به دنبال بستن بار خود است. در حالی‌که جدی بودن همین روابط غیر شخصی سازمانی یا بوروکراسی بود که به نظر کسی مانند ماکس ویر، یکی از بالهای توسعی مدرنیته و در روزگار ما یکی از عوامل رشد سریع چین بود. اما برای انسان کلنگی و کوتاه‌مدت که اهل دور اندیشه‌ی در مورد نتایج و پیامدها نیست، این ضوابط غیر شخصی سازمانی نوعی بازی هستند و به سادگی قابل تغییر؛ و تا آن‌جا معتبر که در راستای منافع کوتاه‌مدت وی باشند؛ حال چه بخواهد نظر مافوقی را جلب بکند که قدرت جایه‌جایی و ارتقاء وی را دارد، چه منافع مادی که در کوتاه‌مدت می‌تواند از آن منتفع شود. این ضوابط به راحتی زیر پا گذاشته می‌شوند و به راحتی مورد اهمال و بی‌توجهی قرار می‌گیرند و این یعنی آشناختگی بیشتر در مدیریت اجتماعی کشور؛ سعی می‌کند بار خود را بیندد و از موقعیت فعلی هرچه بیشتر منتفع شود و اها، برنامه‌برنامه داردند هم نیست.

این الگوی رفتاری را در همهی عرصه‌ها می‌توان دید؛ از حاکمانی که چون به قدرت می‌رسند، می‌کوشند تا هر نشانه‌ای از گذشته را نابود کنند و همه‌چیز را به خیال خود از نو بنویسند؛ تا فروشنده‌ای که روی جعبه‌ی میوه‌ی خود را خوب می‌چیند و زیر آن را خراب، تا در حداقل مدت به تصور خود بپیش‌ترین سود را پرید؛ تا کارمند اداری که پست سازمانی خود را تیول خود می‌داند و محلی برای کسب منافع سریع، به همین دلیل هم مقامات در دوره‌های مختلف خربید و فروش می‌شد.

«زمانه نایابیدار است و فرمست کوتاه‌الان را باید دریافت»، پدیده‌ای است که متناسفانه با تبلیغات روان‌شناسی‌های زرد در فضای مجازی به شدت به آن دامن زده می‌شود؛ «الان را خوش باش»، «به فردا نیاندیش»، «گذشته را رها کن». انسانی که از گذشته‌ی خود نیاموزد، مانند اسب عصاری مدام به دور خود می‌چرخد و خطاهای خود را تکرار می‌کند و آن‌که برای فردای خود برنامه‌ای ندارد، آزادی انتخاب خود را رها می‌کند تا برایش

اما زیباترین تقریر از این وضعیت را که در دل تاریخ جامعه‌ی ایران نهفته است، فردوسی بزرگ که درود بر روان پاکش باد، ارائه می‌کند. ابیاتی که در صدر این نوشتنار آمد، روایتی است که فردوسی از زبان رستم فرزند از «ستاره‌شمار» (پیش‌گو) هم هست، در شب قبل از جنگ قادسیه برای آینده‌ی ایران پیش‌بینی می‌کند. فردوسی طبیعتاً حدود چهار صد سال بعد از آن شب را پیش‌بینی می‌کند. در ادامه‌ی ابیات نقل شده، فردوسی مصادیق سپاریگویا و نابی از این الگوهای رفتاری را برمی‌شمرد که خواننده اگر نداند فکر می‌کند فردوسی یک جامعه‌شناس ایرانی امروزی بوده است. خواننگان عزیز برای استفاده بیشتر حتماً به این قسمت شاهنامه (تاختن سعد و قاصش به ایران و فرستاندن یزدگرد، رستم را به جنگ، جلد هفتم شاهنامه فردوسی، مجموعه ۷ جلدی انتشارات امیرکبیر) مراجعه کنند.

مراجع:

- ۱- شاهنامه فردوسی
- ۲- دریاب فریبند تمدن نوربرت الیاس ترجمه غلامرضا خدیوی، انتشارات جامعه‌شناسان
- ۳- ایران جامعه کوتاه‌مدت و ۳ مقاله دیگر، ترجمه عبدالله کاظمی

اهمال کاری تحصیلی؛ نتیجه‌ی یک دومنوی خطرآفرین

برای یادگیری و تحصیل، و کنترل و نظارت بر نحوه استفاده از این بستر تا حدی می‌توان از وابستگی بیش از حد به این فضا و استفاده نادرست از آن

موبایل و با اینترنت و شبکه‌های اجتماعی گذرانده و حال هیچ‌چیز برای ارائه ندارد! نه سواد کافی و نه نحوه برقراری روابط اجتماعی. به عبارتی این

A surreal illustration by Kajoi. A woman with dark hair tied back is seen from behind, sitting on a large, fluffy blue cloud. She is wearing a dark blue dress and is holding a small white object, possibly a smartphone or a small book, up to her eye. The background features two more clouds, one pinkish-orange and one blue. Below her, on a desk, sits a stack of papers and a cup holding various office supplies like scissors and pens. To the right is a dark laptop and a calendar showing the month of October with dates 1 through 31.

پیشگیری کرد.
*در یادداشتی که خواندید از منابع زیر استفاده شده است:
طهماسب زاده شیخلار، داود، صادق پور، مهدی.
(۱۳۹۸). تاثیر شبکه‌های اجتماعی بر اهمال‌کاری تحصیلی با نقش واسطه‌ای راهبردهای یادگیری خودتنظیمی در بین دانش آموزان. فناوری آموزش، ۱۱۴، ۲۲۱-۳۰۲.

این موجی که در ایران اتفاق افتاد، برای آینده اجتماعی نسل جوان گرفته شود. نسل جوان انعکاس آینده‌ی یک جامعه هستند و باقیتی از عواملی که آینده و مسیر ترقی آن هارا تحت الشاعر قرار می‌دهد، محافظت شوند و این امر جز از هسته اصلی نهادهای اجتماعی بر نمی‌آید. به نظر می‌رسد با ارائه راهکارهای صحیح از طرف دولت و افراد متخصص حوزه آموزش در داستان اتفاق افتاده درست از شبکه‌های اجتماعی

حانیه برومند
کارشناسی علوم سیاسی ۹۸

۹۸ ارشناسی علوم سیاسی

The image consists of two separate illustrations. The upper illustration depicts a woman with long dark hair tied back, wearing a dark blue dress, sitting cross-legged on a large, soft-looking blue cloud. She is looking down at a smartphone she is holding in her hands. The background is a light yellow or cream color with some smaller, puffy clouds. The lower illustration shows a desk from a top-down perspective. On the desk, there is an open laptop, a dark blue calendar showing the month of October with specific dates circled in red, an open notebook, and a white cup containing school supplies like a ruler, a pair of black-handled scissors, and a pen. The overall composition suggests a theme of education, technology, and personal study.





دو هفته‌نامه فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و ادبی / سال هشتم / شماره نود و یکم / نیمه دوم فروردین ۱۴۰۱

ادب

۷

اسکندر، از واقعیت تا افسانه

اختصاص دارد و بخش دوم ماجراجویی‌ها و نبردهای داراب را به تصویر کشیده است.

بخش سوم که مفصل‌تر است، ماجراهای زندگی داراب و پوران دختر را بیان می‌کند. بیش از نیمی از داراب‌نامه، پس از داستان پادشاهی داراب و پرسش داراب، به داستان زندگی اسکندر اختصاص دارد که می‌توان آن بخش را به نوعی اسکندرنامه نامید. (۵)

نکته‌ای که عدای به آن اشاره می‌کند، این است که گویی در داراب‌نامه سعی شده از اقتدار اسکندر کاسته شود.

یکی از نکته‌های قابل توجه در اسکندرنامه طرسوسی اتفاقاتی است که در همان آغاز ماجراجوی اسکندر می‌افتد؛ حادثه‌ای که باعث می‌شود ماجراهایی که در ادامه داستان پیش می‌آید، منطقی جلو کند و شخصیت ضعیف اسکندر باورپذیر شود. در حقیقت، این حداثه سبب می‌شود، سیر حادث بعد از منظر روابط علت و معولی و به عبارت دیگر، پیرنگ داستان قابل قبول باشد اسکندر تازه به پادشاهی رسیده و هنوز به ایران لشکرکشی نکرده است، که بدليل بدرفارتی با استادش، ارسوط و به زدنان انداختن او و نفرین ارسوط، خواب می‌بیند که نابنا شده است و به دنبال آن داشش و اقتدار خود را از دست می‌دهد. (۶) و چراغ دلش تاریک می‌شود و در طول داستان دچار اشتباهاتی می‌شود که از داشش او بعيد است. «از اقدامات نایخداهی اسکندر می‌توان به ویران کردن دیوهر که داشت و اقتدار خود را از دست می‌دهد»، (۷) و چراغ

با این که در طول داستان، بارها به فرمندی و پیامبری و اقتدار اسکندر تأکید می‌شود، اما در روند حادث داستان، بارها نیز مورد بی‌اعتراضی و تحکیم دیگر شخصیت‌های داستانی قرار می‌گیرد. (۸)

شخصیت اسکندر در داراب‌نامه متناقض است. پس از برسی چهره اسکندر در چهار اثر شاهنامه فردوسی، اسکندرنامه نظامی، اسکندرنامه منوچهرخان حکیم و داراب‌نامه طرسوسی نتیجه می‌گیریم چهره اسکندر در طول زمان دست خوش تغییرات بسیار شده است. حتی در ادبیات عرفانی او کنار خضر نقش ایفا می‌کند که بحث در این باره فرصلت دیگر می‌طلبد. اما راجح به این که چرا ایرانیان چنین داستان‌هایی بروراندند، نظرات مختلفی داده شده است. برخی از نظرات را مرور می‌کنیم:

۱. محققین به تبعیت از نولدکه معتقدند ایرانیان برای این که از خواری شکست به دست اسکندر برخند، داستان خویشاوندی اسکندر با داراب را اختراع کردند تا اسکندر را شاهی ایرانی قلمداد کنند.

۲. داستان خویشاوندی اسکندر با داراب ساخته دستگاه تبلیغاتی اسکندر است؛ زیرا داستان مشابهی در باب خویشاوندی اسکندر با شاهان مصر باستان که برای مشروعیت بخشنیدن به حکومت اسکندر بزرگ

احتراع شده نیز موجود است.

۳. این قصص ساخته و پرداخته اشرف دو رگه ایرانی یونانی و مصری یونانی است. (۹)

دلیل این اتفاق هر کدام از این موارد (با موارد ذکر شده) باشد، اصل مطلب این است که اسکندر به شخصیتی دور افتاده از اصل تاریخی خود همراه با روایات گوناگون تبدیل شده است.

- منابع:
۱. ده پهلوان، مصطفی؛ رهبر، مهدی؛ فیروزمندی شیره جینی، بهمن. (۱۳۹۲). «از اسکندر گجستک تا اسکندر ذو القرنین». در پژوهش‌های ایران‌شناسی. شماره ۱.
 ۲. کیوانی، مجdal الدین. (۱۳۹۹). «اسکندرنامه». در دائرة المعارف بزرگ اسلامی.
 ۳. امیدسلاذر محمد. (۱۳۹۰). «اسکندر باز هجوم تا جذب». در جستار های ادبی. شماره ۱۷۴.
 ۴. حسام پور، سعید. (۱۳۸۹). «سیمای اسکندر در آینه های موج دار». در پژوهش‌های زبان و ادبیات فارسی. شماره ۲۰.
 ۵. امانت، محمد حسین؛ حسن لی، کاووس. (۱۳۹۷). «شگردهای اقتدردزایی از اسکندر در داراب نامه طرسوسی». در ماهنامه فرهنگ و ادبیات عامه. شماره ۲۲.
 ۶. یاحقی، محمد جعفر. (۱۳۹۱). «فرهنگ اساطیر و داستان واهه‌ها در ادبیات فارسی. چاپ چهارم». تهران: فرهنگ معاصر.

که روایات ایرانی مربوط به اسکندر را به سلک نظم بکشد. (۱۰)

و حتی اسکندر فردی است که انتقام کشته شدن دارا را می‌گیرد.

پس از فردوسی، نظامی چهره دیگری از اسکندر را نشان داد. تصویر مثبت؛ اما بسیار کم‌رنگ اسکندر در شاهنامه و در آمیخته شدن چهره او با ذو القرنین در قرآن از سوی تاریخ‌نگارانی مانند طبری، مسعودی، بلعمی... و زمینه مناسبی در فکار عمومی مردم ایران فراهم آورد تا شاعری مانند نظامی برای گزینش چهره‌ای مطلوب و پادشاهی آرمانی بر آن شود تا داستان اسکندر را به نظم کشد و ویزگی‌های کاملاً پسندیده و آرمانی پادشاه دلخواه خود را در وجود فردی بپریزد که افزون بر پادشاهی، پیامبر نیز هست. (۱۱)

نظمامی در نیمه دوم قرن ۶ اسکندرنامه را به دو بخش شرفنامه و اقبالنامه تقسیم کرد. «در شرفنامه اسکندر جهان‌ستانی است بزرگ که به دورترین نقاط

می‌رود. محظوی کار او کمایش شبهی اثر فردوسی است. (۱۲)

در اقبالنامه، اسکندر حکیمی است فزانه و در هیئت یک پیامبر دین پرپرور در می‌آید و خلط اسکندر و ذو القرنین هم پیش آمد و تخلیق می‌کند.

«گفه‌اند که اسکندر تا پایان عمر «از این اعتقاد عجیب خود که او پسر زئوس- آمون است»، دست برنداشت» (۱۳).

(۱۴) وجود چنین شایعاتی آن هم در دورانی که اسکندر هنوز زندگی می‌کرد، زمینه‌ساز داستان‌سرایی ملل دیگر برای این شخصیت شد.

ایرانیان نیز در متون خود چهره‌های متفاوت اسکندر را به تصویر کشیده‌اند. اگر ادبیات پهلوی ساسانی را بررسی کنیم، می‌بینیم که او گجستک (ملعون) خوانده شده است و به جای یونان اهل روم است و از او به

نیکی نام برده نشده است. در این متون به او اتهاماتی وارد است؛ از جمله از بین بردن اوستاد دزدیدن و نابود

کردن کتب مقدس و پراکنده کردن و ترجمه متون، تقسیم امپراتوری، نابودی شهرها، کشتن دارا (یا تدارک آن)، کشتن بزرگان و موبدان ایرانی و نابودی آتشکده‌ها. (در. ک به ۱)

متوالیان اولیه رشته ادبیات (اساتید موسس رشته) نیز شاید به خاطر همین ولح، یکبار برای همیشه دانشجوی ادبیات را وا داشتند به «سفری بی‌بازگشت» به تاریخ؛ چنان‌که اغلب واحدهای درسی، با وی واسطه، منجنيقی شدند برای پرتاب دانشجو به گذشته و کل فرصت زیستن دانشجو در زمان حال و لمس واقعیات زمان خودش، شد دو واحد درسی «ادبیات معاصر نظم» و «ادبیات معاصر نشر».

یک دلیل دیگر اساتید عظام شاید این بود که امور (در اینجا متون و مولفان شان) کلاسیک موجوداتی «غایی» و «استعلایی» اند؛ در نتیجه، همه ارزش‌ها در گذشته خفته‌اند و وظیفه ما شناخت این موجودات و توصیف و تبیین آن هاست.

حال باید پرسید که آیا وظیفه ادبیات شناخت منفعانه گذشته و رسوب صرف در تاریخ است؟

معرفت فعلی نسبت به امر معاصر کجای پازل رشته قرار دارد؟ آیا دانشجوی ادبیات باید مثل اشیای تاریخی «بالارزش»، ولی «بی‌استفاده» برای

دکور و تزیین جامعه حضور داشته باشد؟

بدین‌بنیت، ولی وضعيت فعلی آموزش آکادمیک ادبیات را حاصل نگاه کسرهایو اساتید موسس

رشته می‌دانم که «امر معاصر» را در جعبه‌ای کرده و با مهر «ابتدا» مهر کرده‌اند و نیز مسیر راه را طوری طرح کرده که مباد دانشجو چشمش به

معاصر و معاصرین بیفت و خار خلجان و اکافتن آن‌ها در جوش بخلد.

وضعيت فعلی ما در ادبیات بی‌شباهت به دوره کلاسیسیسم و نئو کلاسیسیسم غربی نیست (البته به یزدانه ارزش امر کلاسیک و مافیها و ناگهان

تنظيم و تطبیق امر معاصر با آن. البته با این پارادوکس کاری ندارم که بیست سال دانشجو را در

گذشته زندانی می‌کنیم و مافیها و ناگهان از زندان برآورده و به جرم تحصیل در تحصیلات

تمکیلی مجبور به نوشتن رساله و مقاله و... بر اساس نظریات مدرن می‌کنیم.

اگر ادبیات را عنصری معرفت‌بخش بدانیم، خواناخواه بخشی از این معرفت به شناخت انسان

از زمانه خویشتن، شناخت «جای» و «آگاه» او در جهان معاصر، و درنتیجه وظایف او نسبت به دنیای خویش است؛ پس، نه امر کلاسیک «غایی» سمت و

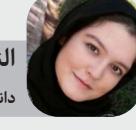
نه «معاصرت» کم‌ارزش؛ این مایمیم که بدان مولع و

از این خائف، یا بهتر بگوییم؛ متخلفیم.

دلیل این خوف هم روش؛ الکیفیه مجھول و

السوال عنه بدمعه.

مغالطه استعلا، یا ترس از معاصرت؟



دانشآموخته کارشناسی زبان و ادبیات فارسی



دادود نقی شیخی

دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی ۹۳

چرا به تاریخ علاقه‌مندیم؟ چرا امر کلاسیک جذاب را از معاصر است؟ چرا در نظر ما ارزش امور تاریخی بیش از امور معاصر است؟ پرسش‌هایی که از در و دیوار ذهن «تاریخ‌خوان» و «تاریخی خوان» بالا می‌رود و برایش آرامش نمی‌گذارد.

یک پاسخ شاید این باشد که امر معاصر ملموس زمان حاضر به همه زوایا و خبایای آن آگاه‌اند. بس آن‌چه ملموس (دم دستی) است، کم ارزش‌تر جلوه می‌کند. هیچ‌کجای دنیا یک یخچال سایدی‌ساید، یا یک فرش ماشینی... را در موزه نگه نمی‌دارند. برای تبدیل شیء به شیئی تاریخی و بالتبغ بالارزش به «اکسیر گذشت زمان» نیازمندیم. در چنین شرایطیست که می‌توان گفت قاعده «ما اسن اثمن» بر تاریخ حکم‌فرمات. شگفتی امر تاریخی شاید این باشد که امر معاصر ملموس دوردست بودن آن است. امر کلاسیک چنان‌که در هالهای از ابهام فرو شده است و ذهن انسان که خاصیت آن مولع بودن می‌رود و ذهن انسان که خاصیت آن مولع بودن نیز نمی‌دارد. به رفع ابهام‌هast، مصراحت می‌کرد این مرموز دوست داشتنی (تاریخ) را، برای رسیدن به «حقیقت تاریخی» یا نیل به «جنبهای از منشور جندوچهی حقیقت تاریخی».

متولیان اولیه رشته ادبیات (اساتید موسس رشته) نیز شاید به خاطر همین ولح، یکبار برای همیشه دانشجوی ادبیات را وا داشتند به «سفری بی‌بازگشت» به تاریخ؛ چنان‌که اغلب واحدهای درسی، با وی واسطه، منجنيقی شدند برای پرتاب دانشجو به گذشته و کل فرصت زیستن دانشجو در زمان حال و لمس واقعیات زمان خودش، شد دو واحد درسی «ادبیات معاصر نظم» و «ادبیات معاصر نشر».

یک دلیل دیگر اساتید عظام شاید این بود که امور (در اینجا متون و مولفان شان) کلاسیک موجوداتی «غایی» و «استعلایی» اند؛ در نتیجه، همه ارزش‌ها در گذشته خفته‌اند و وظیفه ما شناخت این موجودات و توصیف و تبیین آن هاست.

حال باید پرسید که آیا وظیفه ادبیات شناخت منفعانه گذشته و رسوب صرف در تاریخ است؟ معرفت فعلی نسبت به امر معاصر که در شباهت به اینه است؟

رشته قرار دارد؟ آیا دانشجوی ادبیات باید مثل اشیای تاریخی «بالارزش»، ولی «بی‌استفاده» برای دارا می‌شود و هنگام ریارویی با ایرانی بودن پدر

شما را ز من بیم و آزار نیست سپاه مرا با شما کار نیست بپاشید اینم به ایوان خویش به یزدان سپرده تن و جان خویش شواهد گفتند نشان می‌دهد این بخش از شاهنامه فردوسی، نه از شاهنامه ابونصری، که از تحریری که از عربی ترجمه شده، گرفته شده است. البته در بخش تاریخی این‌گونه مثبت به تصویر کشیده نشده است؛ مثلاً در پادشاهی اسکندر کرده است.

پرویز از زبان یکی از یاران بهارم چوبین می‌گوید: سیدیگر سکندر که آمد ز روم به ایران و ویران شد این روز و چو دارای شمشیر زن را بکشت خور و خواب ایرانیان شد درشت

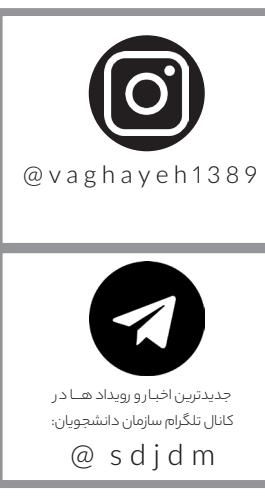
در هر حال در اثر فردوسی ستایش بیشتر جزویتی از شاهنامه است. می‌توان گفت که فردوسی برای حفظ پیوستگی تاریخ ایران باستان و پر کردن فاصله میان سقوط

هم کاران این شماره: حانیه برومند، داود نقی شیخی، الناز نوری، محمد آخوندپور امیری، یگانه سادات رضوی، جواد ایوبی و سپیده مشایخی.

هیئت تحریریه: سرویس خبرنامه: مژده مقیسه، سرویس دارالفنون: شکیبا صاحب، سرویس فرهنگ و هنر: محمد سجاد اعتماد گلستانی، سرویس ادبی: مینا اشرفی، سرویس روزنامه: فرزانه علیزاده، سرویس علم و فناوری: سید علیرضا ضیائی، سرویس محیط زیست: مهتاب موسوی، سرویس انگلیسی: شهریار احمدی.

باتشکر از: دکتر غلام رضا خدیوی، دکتر سید احمد رضا فاطمی نژاد و دکتر احسان متین فر.

دو هفته‌نامه فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و ادبی / سال هشتم / شماره نود و یکم / نیمه دوم فروردین ۱۴۰۱



تاریخ و اندیشه

محمد آخوندپور امیری

دانش آموخته کارشناس ارشد علوم سیاسی



مروری بر آراء و اندیشه‌های تی.بی.باتامور؛

«نخبگان» در «جامعه»

سازمان گروهی، یا ایدئولوژی مشخص هستند.

و بلن نیز استدلال می‌کرد که سرمایه‌داری (یعنی همان نظام تولیدی که عمدتاً توسط مالکان ابزار تولید اداره می‌شود) به لحاظ استفاده ناکارآمدی که از منابع صنعتی به عمل می‌آورد، نمی‌تواند دوام یابد. اما او با این دیدگاه مارکسیستی که سقوط سرمایه‌داری به دست طبقه کارگر عملی خواهد شد و در پی آن یک جامعه بی‌طبقه به وجود خواهد آمد، موافق نبود. وی مخالفت اصلی با صنعت تاریخی نمی‌پردازد. اما در آن‌سو، شومپیر در «کاپیتالیسم، سوسیالیسم و دموکراسی» به بحث درباره آن دسته از تغییرات فرهنگی می‌پردازد که به افول سرمایه‌داری کمک می‌کند، ولی او نیز این تغییرات را در مقایسه با دگرگونی‌های نظم اقتصادی، عمدتاً به عنوان عواملی درجه دو قلمداد می‌کند.

اما باتامور در خصوص منشاء پیدایش طبقه روشن فکر و تاثیرات این طبقه نیز نظرات قابل تأملی را بیان می‌دارد. او باور دارد که منشاء پیدایش روشن‌فکران جدید را عموماً دانشگاه‌های اروپایی فرود وسطی می‌داند. یکی از نخستین نویسنده‌گانی که چنین تفسیری از نفوذ روشن‌فکران را ارائه کرد در میان مدیران مشخص می‌سازد: (الف) دانشمندان بانکداران و نظامهای اعتقادی یا ایدئولوژی‌های خاص است (به نوعی از جامعه که خود آن را «جامعه مدیریتی» می‌نامد. بورنهام دو گروه اصلی را در میان مدیران سازمان مخصوص می‌سازد: (الف) دانشمندان و متخصصان امور تکنولوژیک. (ب) مدیران و همانگ سازمان روند تولید. استدلال بورنهام این است که قدرت اقتصادی را، که بیشتر در دست مالکان سرمایه‌دار صنایع بود، اینک مدیران به دست گرفته‌اند و بدان واسطه، توانایی شکل‌دهی به کل نظام اجتماعی را پیدا کرده‌اند.

اما باتامور باور دارد هیچ نشانی از قریب الوقوع بودن «انقلاب مدیران»، یا تصویری را که بورنهام از ایدئولوژی مدیریت‌گرای جدید ترسیم می‌کند، به چشم نمی‌خورد. مدیران، به ویژه مدیران صدرنشین، یک گروه کاری مهم را در جوامع صنعتی تشکیل می‌دهند. آنان یک نخبه صدرنشین هستند؛ از آن‌رو که از حیثیت بالایی برخوردارند، تضمیمات مهم اقتصادی را می‌گیرند و هرچه بیشتر از جایگاه خویش به عنوان یک گروه کاری آگاهی می‌باشد. اما آنان مستقل از طبقه بالای ثرومندان نیستند و به یک «طبقه حاکم» جدید و جداگانه نیز تبدیل نمی‌شوند.

موسکا گرچه بر تاثیر عوامل فرهنگی و مذهبی در

ایجاد «نیروهای اجتماعی» جدید بسیار تاکید دارد، ولی دل مشغولی مستقیماً آن‌جا ناشی می‌شود که وی «تعادل اجتماعی» را به عنوان موضوع اصلی تحقیق خویش انتخاب کرده است. پاره‌تو موجود کارکرگایان جدید به بررسی آن دسته عواملی می‌پردازد که یک جامعه خاص یا شکل خاصی از تبیین می‌نماید. در بحث از گردش کل گروه‌ها، پاره‌تو تولیحاً از حوزه پژوهش خویش کنار می‌گذارد.

اما باتامور در عقیده دارد که گردش افراد میان گروه نخبه و غیر نخبه پدیده‌ای ثابت و منظم است. باتامور تأملی را بیان می‌دارد. او باور دارد که منشاء پیدایش روشن‌فکران جدید را عموماً دانشگاه‌های اروپایی فرود وسطی می‌داند. یکی از نخستین نویسنده‌گانی که چنین تفسیری از نفوذ روشن‌فکران را ارائه کرد «اکلاو ماچاڑسکی» یک انقلابی لهستانی بود، که در تعدادی از کتاب‌های خود، به ویژه در کتاب «کارگر و روشن‌فکر»، این نظریه را مطرح ساخت که جنبش سوسیالیستی عملیاً بیان‌گر ایدئولوژی روشن‌فکران ناراضی است و موفقیت آن نه به یک جامعه بی‌طبقه، بلکه به ایجاد طبقه حاکم جدیدی از روشن‌فکران منجر می‌شود، که در جامعه‌ای که خود وی آن را «سرمایه‌داری دولتی» می‌نامید، با طبقه متعددی گردند. لاسول گفت اغلب انقلابات قرن بیست را روشن‌فکران رهبری کردند، که توانسته‌اند تحت لوازی سوسیالیسم خود را به قدرت برسانند. اما موسکا نیز روشن‌فکران را گروهی کم‌ویش مستقل به شمار می‌آورد که میان بورژوازی و پرولتاریا ایستاده‌اند و می‌توانند هسته یک گروه نخبه جدید و شایسته‌تر را تشکیل دهند.

باتامور معتقد است درگیر شدن فرازینه روشن‌فکران در ظایف محدود تخصصی باعث می‌شود که آنان کمتر واجد کفیت لازم برای تبدیل شدن به یک گروه نخبه حاکم باشند؛ چراکه آنان فاقد هرگونه

باتامور بیان می‌دارد توجه پاره‌تو عمده‌تاً معطوف به

گردش افراد میان گروه نخبه و گروه غیر نخبه است و این دل مشغولی مستقیماً آن‌جا ناشی می‌شود که وی «تعادل اجتماعی» را به عنوان موضوع اصلی تحقیق خویش انتخاب کرده است. پاره‌تو موجود در درون این دو قشر (نخبه و غیر نخبه) رخ می‌دهد، تبیین می‌نماید. در بحث از گردش کل گروه‌ها، پاره‌تو

جامعه را سریا نگه می‌دارند و باز مانند آن‌ها هرگونه عقیده دارد که انقلابات به‌واسطه انباشته شدن عناصر فاسد در قشرهای بالاتر جامعه و افزایش عناصر باکیفیت در قشرهای پایین‌تر رخ می‌دهند. پاره‌تو در بخش انتهاي کتاب «رساله جامعه‌شناسی عمومي»، هنگامی که به نحو جامعه افراد میان گروه نخبه و غیر نخبه پدیده‌ای ثابت و منظم است. باتامور در این قسمت به ایراد این پرسش می‌اسفافد که او می‌گوید اما به راستی آیا چنین است؟ آیا در میان جوامع هیچ‌گونه اختلاف اساسی از لحاظ نسبت گردش زیر را به خود بگیرد؛ این حکومت می‌تواند به‌واسطه حیله‌گری (تسليط بقایای ترکیب)، یا به‌واسطه زور (تسليط بقایای تجمع و تداوم) استمرار یابد. بدین ترتیب بقایای نوع اول و دوم مقولاتی به شمار می‌آیند که تمامی تلقیات سیاسی را می‌توان در درون آن‌ها طبقه‌بندی کرد.

«هنری پیرنه»، مورخ بلژیکی، در مقاله‌ای در باب «دوران‌های تاریخ اجتماعی سرمایه‌داری» این فرضیه را پیش می‌کشد که هر دوره مجازی از تحول سرمایه‌داری با تفوق طبقه متفاوت از سرمایه‌داران مشخص می‌شود. او بیان می‌دارد «با هر دگرگونی اجتنابی مارکس است، پیرنه، کلاً به ظهور گروه‌های جدید سرمایه‌داران نظر دارد؛ و شومپیر عمده‌تاً در قالب اصطلاحات اقتصادی، به تبیین افول یک اشرافیت مسلح می‌پردازد. آن‌ها از مبارزه کناره می‌گیرند و دو جا است: نخست در بحث مشروطه‌تری که آنان در مورد رشد گروه‌های فرعی ارائه می‌کنند گروه‌های جدید شغلی و دوم در خودداری آن‌ها از صرفاً به شکل انفعالی و از راه تأمین سرمایه صورت مارکس در درون سرمایه‌داری جدید تشخیص داده

