

# پیترسینگر

## دیگردوستی مؤثر

رساندن بیشترین خیر  
چگونه فهم ما را از  
زندگی اخلاقی تغییر می دهد

با مقدمه هایی از مصطفی ملکیان و محمدرضا جلائی پور

ترجمه آرمین نیاکان



## فهرست مطالب

۷	مقدمهٔ پیتر سینگر بر ترجمهٔ فارسی کتاب
۹	میانی نظری «دیگر دوستی مؤثر» (مصطفی ملکیان)
۱۷	مقدمه‌ای بر جنبش «دیگر دوستی مؤثر» (محمد رضا جلائی پور)
۲۲	۱. سازمان «زندگی ای که می‌توانی نجات دهی»
۲۳	۲. سازمان «سنجیده ببخش»
۲۳	۳. سازمان «بخشیدن آنچه می‌توانیم»
۲۴	۴. سازمان «۸۰ هزار ساعت»
۲۵	۵. سازمان «سنجش‌گران خیریه‌های حیوانات»
۲۶	۶. سازمان «بی‌واسطه ببخش»
۲۶	۷. «مرکز دیگر دوستی مؤثر»
۳۱	سخن مترجم
۳۳	پیش‌گفتار
۳۷	قدردانی

### بخش اول: دیگر دوستی مؤثر

۴۳	فصل اول: دیگر دوستی مؤثر چیست؟
۴۷	چه چیزی را باید «بیشترین خیر» شمرد؟
۵۳	فصل دوم: ظهور یک جنبش

### بخش دوم: چگونه بیشترین خیر را برسانیم؟

۶۳	فصل سوم: ساده‌زیستن با هدف بخشش بیشتر
----	---------------------------------------

۶۶	چه میزان کافی است؟
۶۹	فرزندآوری
۷۲	آشنایی با چند دیگر دوست مؤثر دیگر
۷۸	فصل چهارم: درامدزایی با هدف بخشش
۸۵	روان‌شناسی درامدزایی با هدف بخشش
۸۸	اخلاقیات درامدزایی با هدف بخشش
۹۶	فصل پنجم: دیگر حرفه‌های اخلاقی
۹۶	فعال اجتماعی
۹۷	بوروکرات
۹۸	پژوهشگر
۱۰۰	سازمانده و پویشگر
۱۰۶	انتخابی آزاد
۱۰۷	فصل ششم: بخشیدن بخشی از خود

### بخش سوم: انگیزه و توجیه

۱۱۵	فصل هفتم: آیا فقط به عشق نیازمندیم؟
۱۲۴	فصل هشتم: یکی میان بسیار
۱۳۶	فصل نهم: دیگر دوستی و شادکامی

### بخش چهارم: انتخاب اهداف و سازمان‌ها

۱۴۷	فصل دهم: بومی یا جهانی؟
۱۵۶	فصل یازدهم: آیا برخی از اهداف به‌طور عینی از بعضی دیگر مطلوب‌ترند؟
۱۶۶	فصل دوازدهم: مقایسه‌های دشوار
۱۷۴	فصل سیزدهم: کاستن از رنج حیوانات و حفاظت از طبیعت
۱۸۱	تغییرات آب و هوایی
۱۸۳	آیا طبیعت دارای ارزش ذاتی است؟
۱۸۵	فصل چهاردهم: انتخاب بهترین مؤسسه
۲۰۲	فصل پانزدهم: جلوگیری از انقراض انسان

۲۱۷	پایان سخن
۲۲۱	یادداشت‌ها

## مبانی نظری «دیگر دوستی مؤثر»

مصطفی ملکیان

جنبش دیگر دوستی مؤثر جنبشی بسیار ارجمند، برکت خیز و مهم است که می توان گفت با آغاز ربع چهارم قرن بیستم و عمدتاً، بر اثر مساعی فکری پیتر سینگر، فیلسوف اخلاق و انسان دوست استرالیایی تبار (زاده ۱۹۴۶)، پدیدار شد و، خوشبختانه، با کوشش های نظری و مخصوصاً عملی بسیاری از نیک خواهان بشریت، در سرتاسر جهان، در حال توسعه و تعمیق است. در این نوشته کوتاه به تاریخچه ظهور و پیشرفت و تحولات این جنبش کاری ندارم و فقط به مبانی نظری آن، که بیشتر مبانی اخلاقی اند، می پردازم و آن ها را در کمال ایجاز و، در عین حال، با بیشترین وضوح مقدور، فهرست می کنم. تفصیل این مبانی را خواننده گرامی در همین کتاب، که نوشته سینگر است، و در کتاب دیگری از او با عنوان زندگی ای که می توانی نجات دهی<sup>۱</sup> می تواند بیابد.

شاید بتوان گفت که جنبش دیگر دوستی مؤثر بر شانزده پیش فرض نظری مبتنی است که عبارت اند از:

۱. برای اخلاقی زیستن و اخلاقی رفتار کردن کافی نیست که حقوق دیگران را پاس بداریم و به آنان ظلم و جور و جفا نکنیم (عدالت)، و حتی کافی نیست که

---

1. *The Life You Can Save*

بخشی از حقوق خود را نیز به آنان ببخشیم (شفقت و رایگان بخشی)، بلکه باید بیشترین شفقت و رایگان بخشی ممکن را نسبت به آنان داشته باشیم؛ یعنی بیشترین خیر ممکن را به آنان برسانیم (حداکثر شفقت و خیررسانی ممکن). انسان اخلاقی باید بیشترین کار نیکی را که می‌تواند، در حق همه موجودات، انجام دهد. عدالت و شفقت شرط لازم اخلاقی بودن‌اند، اما شرط کافی نیستند.

۲. برای این‌که بتوانیم بیشترین کار نیک را انجام دهیم، چاره‌ای نیست جز این‌که اخلاقمان، بالمآل، اخلاقی-عقلانی باشد، نه احساسی-عاطفی-هیجانی؛ بدین معنا که در تعارض میان عقل و احساسات و عواطف، که بسیار پیش می‌آید، باید همیشه، در هر جا، و در هر اوضاع و احوالی، جانب عقل را بگیریم و آن را بر احساسات و عواطف غلبه و تسلط ببخشیم. به تعبیر دیگر، به هر وضع و حالی باید واکنش عقلانی نشان دهیم، خواه این واکنش با احساسات و عواطفمان همسو و سازگار باشد و خواه نباشد. نباید دست به کاری بزنیم که بیش از هر کار دیگر، احساسات و عواطف لذت‌بخش/خوش/رضایت‌بخش در ما پدید می‌آورد، بلکه باید کاری انجام دهیم که بیش از هر کار دیگر در بهبود وضع دیگران مؤثر باشد.

۳. بهبود وضع انسان‌ها (و نیز حیوانات دیگر، نباتات، و جمادات) یگانه امری است که ارزش‌غایی یا مطلوبیت ذاتی دارد. سایر اموری که ارزشمند تلقی می‌شوند، مانند حقیقت، زیبایی، آزادی، برابری و برادری، فقط ارزش آلی یا مطلوبیت‌غیری دارند، یعنی ارزشمندی‌شان فقط بدین جهت است که آلت و ابزار گریزناپذیر برای حصول غایتی به نام بهبود وضع موجودات‌اند. آنچه ذاتاً مطلوب است همین خیر و صلاح همه موجودات است؛ بقیه امور ارزشمند فقط بدین جهت که و، فقط تا حدی که، وسیله گریزناپذیر رسیدن ما به این مطلوب ذاتی‌اند مطلوبیت دارند؛ بدین معنا که مطلوبیتشان غیری است، چون ما را به غیر خود، یعنی به خیر و صلاح عمومی می‌رسانند، مطلوب‌اند. یک مطلوب بالذات داریم و سایر مطلوب‌ها مطلوب بالغیرند. خیر و صلاح موجودات ارزش‌ارزش‌هاست: کاستن از درد و رنج.

۴. «کاستن از درد و رنج» هدفی است که برای نیل به آن از هیچ کاری نباید

روی گردان باشیم یا مضایقه کنیم، اِلاّ از یک کار: غیراخلاقی عمل کردن. برای کاستن از درد و رنج موجودات فقط یک کار نمی‌توان کرد: دست‌یازیدن به عمل غیراخلاقی. غیر از عمل غیراخلاقی، هر کار دیگری را برای کاستن از درد و رنج می‌توان کرد و باید کرد. کاستن هرچه بیشتر از درد و رنج، نه فقط حق و اختیار اخلاقی ماست، بلکه وظیفه و مسئولیت ماست؛ و برای ادای این وظیفه و رفع این مسئولیت هیچ چیز نباید مانع ما شود، جز خودِ اخلاق. فقط اخلاق می‌تواند برای کاستن از درد و رنج حد و مرز بگذارد.

۵. اگر بتوانیم جلوی پدید آمدن چیزی بد، یعنی چیزی دردزا و رنج‌آور را بگیریم، باید بگیریم. این «باید» فقط در یک صورت از میان برمی‌خیزد و آن صورتی است که در آن برای جلوگیری از پدید آمدن چیزی بد مجبور باشیم چیزی که خوبی‌اش برابر با بدی چیز اول است فدا کنیم. به تعبیری ریاضی‌تر، اگر بتوانیم مانع پدید آمدن چیزی بد بشویم، که  $n$  کوانتوم بدی دارد، باید بشویم؛ فارغ از این که  $n$  چه اندازه بزرگ یا کوچک باشد و فارغ از این که برای جلوگیری از پدید آیی آن چیز بد چه مایه کار و کوشش لازم است. در صورتی و فقط در صورتی از کار و کوشش در جهت جلوگیری از پیدایش آن چیز بد معاف می‌شویم که مجبور باشیم در این راه چیزی خوب را قربانی کنیم که خوبی‌اش کمتر از بدی چیز بد نیست.

۶. همچنین (و شاید این فقره خود مصداقی از فقره پیشین باشد)، وظیفه اخلاقی نداریم که برای کاستن از درد و رنج دیگران، دست به کارهایی بزنیم که روشنا، گرما، و شادمانی زندگی‌مان را می‌گیرند، حال روحی‌مان را بد می‌کنند و درونمان را تاریک، سرد، و اندوهگینانه می‌کنند. باید ظرفیت وجودی خودمان را برای اعمال دیگر دوستانه کشف کنیم و کاری فراتر از حدود این ظرفیت بر خود تحمیل نکنیم، وگرنه ضرر خود ما بیشتر یا برابر با نفع موجودی دیگر خواهد شد که قصد کاهش درد و رنجش را داشته‌ایم.

۷. در عین حال، خیر هر انسانی به اندازه خیر خود من و، به طریق اولی به اندازه خیر هر انسان دیگری مهم است و، در نتیجه، کاستن از درد و رنج هر انسانی به اندازه کاستن از درد و رنج خود من و درد و رنج هر کس دیگری اهمیت دارد. باید سعی