

فلسفهٔ تنهایی

لارس اسونسن

ترجمهٔ
خشایار دیهیمی

فرهنگ نشر نو
با همکاری نشر آسیم
تهران - ۱۳۹۸

فهرست

سخن سرپرست مجموعه / نه

پیشگفتار / ۳

جوهر تنهایی / ۱۹	فصل اول
احساس تنهایی / ۴۱	فصل دوم
چه کسانی احساس تنهایی می‌کنند؟ / ۶۱	فصل سوم
تنهایی و اعتماد / ۸۳	فصل چهارم
تنهایی، دوستی و عشق / ۹۷	فصل پنجم
فردگرایی و تنهایی / ۱۲۷	فصل ششم
خلوت‌گزینی / ۱۴۷	فصل هفتم
احساس تنهایی و مسئولیت / ۱۷۹	فصل هشتم

یادداشت‌ها / ۱۹۳

نام‌نامه / ۲۱۹

فصل اول

جوهر تنهایی

حالا دیگر کل اعتقاد در زندگی مبتنی بر این باور است که تنهایی پدیده‌ای نادر و غریب، مختص من و یکمشت آدم تنها شبیه من نیست، بلکه واقعیتی محوری و گریزناپذیر در هستی بشری است. اگر به معاینه لحظات، افعال، و گفتار آدم‌های جورواجور بنشینیم – و نه فقط غم و شور بزرگترین شاعران، بلکه ناخشنودی عظیم آدم‌های معمولی، آنگونه که از فحش‌ها و نفرین‌ها و ناسزاها و توهین‌ها و دیگر کلمات درشت و خشنشان برمی‌آید که الی‌الابد گوش‌هایمان را به هنگام عبور از کنار فوج فوج آدم‌ها در خیابان‌ها می‌خراشد – می‌بینیم که همه‌شان از یک چیز در عذابند. همه‌شان در نهایت از تنهایی است که می‌نالند.

توماس وولف

آن سوی تپه‌ها

از تنهایی تعاریف گوناگونی به دست داده‌اند، اما یک چیز در همه این تعاریف مشترک است: حس درد یا اندوه از جدا یا تنها ماندن و احساس عدم نزدیکی به دیگران. اکثر تعاریف گونه‌هایی از همین ویژگی‌های اساسی هستند. اما در چنین

می‌توان گفت همهٔ افراد در درک و تجربهٔ جهان تنهایی‌اند. وقتی داریم در میان صدها تن دیگر به یک سخنرانی گوش می‌دهیم به یک معنا با کلماتی که می‌شنویم تنها هستیم. در کنسرتی بزرگ که هزاران نفر حاضرند ما با موسیقی تنها هستیم، چون درک تجربهٔ شخص خود ما از آن موسیقی است که اهمیت دارد. البته بدیهی است که ما این درک‌ها و تجربه‌ها را با دیگران به اشتراک می‌گذاریم - واکنش‌های دیگران را می‌بینیم و می‌سنجیم و احساس خودمان را بیان می‌کنیم، چه با کلمات چه با حرکت دست و بدن و صورت - اما همیشه درک و تجربه، بخش و جزئی هم دارد که غیرقابل بیان و انتقال به دیگران است. احساس درد را هم به همین نحو نمی‌توان به اشتراک گذاشت. درد وقتی شدید می‌شود جهان و زبان ما را ویران می‌کند. درد کلام را خرد می‌کند و آدم حتی از گفتن آن هم عاجز می‌شود. درد شدید را نمی‌توان با دیگران در میان گذاشت چون وقتی درد سراسر جان و جهان آدم را می‌گیرد دیگر جایی برای هیچ چیز دیگر باقی نمی‌گذارد. البته ما قادریم درد دیگران را بیش از صرف تصور آن درک کنیم - حتی تا حدودی می‌توانیم آن درد را حس کنیم، چون وقتی شخصی را در رنج و عذاب می‌بینیم خودمان هم گرفتار رنج و درد می‌شویم. با این همه، همیشه ورطه‌ای میان درد دیگران و نسبت ما با آن درد وجود دارد. همین‌گونه تجربه‌هاست که پهنای پهناور و غیرقابل نفوذی را که میان ما و هر شخص دیگری وجود دارد نشان می‌دهد. همهٔ ما به یک معنا تنهایییم. این همان فکری است که در نمایشنامهٔ کوکل پارتی (۱۹۴۹) تی.اس. الیوت به ذهن سلیا (وقتی ادوارد، معشوق او، تصمیم می‌گیرد دوباره نزد همسرش

تعاریفی گفته نمی‌شود که احساس تنهایی علتی درونی دارد یا بیرونی و آیا این احساس ناشی از سرشت خود فرد است یا محصول شرایطی که در آن زندگی می‌کند. در نقطهٔ مقابل هم، هیچ فایده‌ای ندارد که از تنهایی تعریفی براساس فقدان حمایت اجتماعی و این قبیل چیزها به دست داده شود، چون خیلی‌ها هستند که از حمایت اجتماعی لازم، یا همان درکی که ما از آن داریم، برخوردارند، اما از تنهایی مزمنی رنج می‌برند.^[۱] از طرف دیگر، عدهٔ زیادی هستند که از حمایت اجتماعی کافی بهره‌ای ندارند ولی در عین حال گرفتار تنهایی هم نیستند. بله، رابطه‌ای آماری میان حمایت اجتماعی و تنهایی برقرار هست، اما این رابطه‌ای ضروری نیست، و بنابراین باید از تنهایی تعریفی مبتنی بر تجربه‌ای ذهنی به دست داد و نه مبتنی بر متغیرهای عینی نظیر فقدان حمایت اجتماعی و غیره.

«تنهایی» و «تنها بودن»

نخستین باری که واژهٔ «تنهایی» در مکتوبی در زبان انگلیسی آمده است در نمایشنامهٔ کوربولانوس شکسپیر است که تنهابودنی مفرط را نشان می‌دهد. به همین دلیل ممکن است فکر کنید که تنهایی تا حد زیادی مترادف تنها بودن است و فی الواقع هم چنین فکری در میان ما شایع است که افرادی که احساس تنهایی می‌کنند تنها هستند و افرادی که تنها هستند بیشتر احساس تنهایی می‌کنند. اما چنانکه خواهیم دید، تنهایی، چه از نظر منطقی چه از نظر تجربی، ربطی به تنها بودن ندارد. آنچه دربارهٔ تنهایی مهم است شمار افرادی نیست که دوروبر آدم هستند، بلکه احساسی است که فرد از رابطه‌اش با دیگران دارد.

آن کسانی که اصلاً می‌توانند پی ببرند که زندگی بشری چیست باید و لابد در مرحله‌ای از زندگی، تنهایی غریب خویش را درمی‌یابند؛ و بعد وقتی همان تنهایی را در دیگران کشف می‌کنند پیوندی نو جوانه می‌زند و شفقتی چنان گرم سر برمی‌آورد که جبران مافات می‌شود.^[۴]

به‌ظاهر متناقض می‌آید اما به نظر راسل رسیدن به این بینش که هر یک تنی تنهاست، ارتباطی میان آدم‌ها پدید می‌آورد که خود همین ارتباط تا حدود زیادی می‌تواند تنهایی آدم‌ها را رفع کند. چنین تجربیات و افکاری مربوط به چیزی می‌شوند بسی فراتر از صرف تنها بودن.

«تنها» واژه‌ای صرفاً عددی و فیزیکی است که چیزی فراتر از این را نمی‌نمایاند که در دوروبر شخص کسی دیگر نیست. این واژه بار ارزشی ندارد و سخنی در این باره نمی‌گوید که این وضع آیا مثبت و خوب است و یا منفی و بد. البته بی‌تردید در بستر معنایی «تنها» می‌تواند بار ارزشی به خودش بگیرد، مثل وقتی که کسی می‌گوید: «مطلقاً تنها بودم» لحنش بر ما آشکار می‌کند که آیا آزرده از طردشدگی است یا مشعوف از عدم مزاحمت دیگران. از طرف دیگر، «تنهایی» همیشه بار ارزشی دارد و اکثراً حسی منفی را منتقل می‌کند [مثل: «دل ز تنهایی به جان آمد خدا را همدمی»]. «تنها» می‌تواند حسی خوب و مثبت را هم منتقل کند. [مثل: «بالاخره همه رفتند و تنها شدم»]. خلاصه، منظور این است که «تنهایی» واجد بُعدی احساسی است که واژه «تنها» لزوماً همیشه و همه‌جا واجد آن نیست.

برگرد (خطور می‌کند. سلیا می‌گوید این جدایی فقط در همین لحظه او را تنها نکرده است، بلکه آگاهی کرده که همیشه تنها بوده و همیشه تنها خواهد بود، و این صرفاً مربوط به رابطه او با ادوارد نیست بلکه شامل هرکس دیگری هم می‌شود: آدم‌ها همیشه تنها هستند، از خودشان صداهایی درمی‌آورند و حرکاتی را به نمایش می‌گذارند و فکر می‌کنند دارند چیزی از آن دیگری می‌فهمند و چیزی به آن دیگری می‌فهمانند، اما راستش همه این‌ها توهمی بیش نیست.^[۲] با آنکه سلیا در این جا از واژه «تنها بودن» استفاده می‌کند، اما منظورش در واقع «تنهایی» است، همان احساس دردناک جدا افتادن و جدا ماندن از دیگران. و به یک معنا حق با سلیا است که ما تنها زاده می‌شویم، تنها زندگی می‌کنیم، و تنها می‌میریم. ما خویشنی داریم که در اتصال با خودش است و بر انفصالش از دیگران آگاهی دارد.

در واقع، اگر به این باور برسیم که تنهایی همیشگی ما، جدایی ما از دیگران، امری محتوم است چون ساختار جهان به‌گونه‌ای است که نهایتاً باید هرکس گلیم خودش را از آب بکشد، نوعی تنهایی متافیزیکی را تجربه می‌کنیم.^[۳] یک نوع دیگر از تجربه تنهایی، که به تجربه تنهایی متافیزیکی هم ربط دارد، «تنهایی شناختی»^۱ است. تنهایی شناختی به معنای این اعتقاد است که ما هرگز نمی‌توانیم حرفمان را به دیگری بفهمانیم یا حرف دیگری را بفهمیم و بنابراین قطعاً دیگران نمی‌توانند ما را بفهمند. برتراند راسل درباره این شکل‌های تنهایی در زندگینامه‌اش می‌نویسد: