

حاصل عشق انسان به صندلی چیست؟

تاریخ‌نگاران آینده که به دوران آنتروپوسن نگاه کنند، ممکن است تکنولوژی‌ای که عصر مدرن ما را تعریف می‌کند، نه کامپیوتر که صندلی بدانند. به خاطر تأثیر بزرگی که صندلی بر بدن‌های ما دارد.



تاریخ‌نگاران آینده که به دوران آنتروپوسن نگاه کنند، ممکن است تکنولوژی‌ای که عصر مدرن ما را تعریف می‌کند، نه کامپیوتر که صندلی بدانند. به خاطر تأثیر بزرگی که صندلی بر بدن‌های ما دارد.

به گزارش ایسنا، **فرادید** به نقل از بیبی سی نوشت: چرا در انجیل یا حماسه ۳۰ هزار بیتی هومر خبری از صندلی نیست؟ حتی در نمایشنامه هملت که در سال ۱۵۹۹ نوشته شده نیز، صندلی نیست. اما از میانه قرن نوزدهم، داستان به کل عوض می‌شود. به طوری که در خانه متروک چارلز دیکنر یک دفعه با ۱۸۷ بار اشاره به صندلی‌ها مواجه می‌شویم. چه اتفاقی افتاد؟

شاید بدانید که زیاد نشستن روی صندلی برای ما بد است، اما شاید ندانید که اینقدر بد است که نام آن را "سیگار کشیدن جدید" گذاشته‌اند. صندلی‌ها نه تنها برای سلامت مضر هستند، بلکه همچون آلودگی هوا، انسان‌های مدرن گریزی از آن ندارند.

وقتی که نوشتن کتابم در رابطه با اینکه چگونه جهانی که ساخته ایم در حال تغییر دادن بدن‌های ماست، فهمیدن اینکه صندلی در گذشته چقدر نادر بوده است، مرا شگفت زده کرد. اکنون صندلی‌ها همه جا هستند؛ در ادارات، قطارها، کافه‌ها، رستورانها، خودروها، سالن‌های کنسرت، مطب دکتر، بیمارستانها، سالن‌های تئاتر، مدارس، سالن‌های کنفرانس و در خانه‌های ما.

اگر از من بخواهید که یک تخمین محافظه کارانه از تعداد صندلی‌ها در جهان داشته باشم، بعید می‌دانم که به ازای هر نفر کمتر از ۸ تا ۱۰ صندلی داشته باشیم. با این منطق، احتمالاً بیش از ۶۰ میلیارد صندلی در سیاره ما وجود دارد. مطمئناً صندلی را باید یکی از نشانه‌های جهانشمول ظهور عصر زمین شناختی حاضر، یعنی آنتروپوسن، دانست. همچون بسیار دیگر از نشانگرهای ورود ما به عصر تازه، صندلی‌ها نیز در همه قاره‌ها یافت می‌شوند.

چرایی اینکه این همه صندلی ناگهان از کجا آمدند، یک دلیل مشخص ندارد. این امر حاصل تأثیر مشترک مد، سیاست، تغییر عادات شغلی و شهوت راحتی است. آخرین اینها، در فرهنگی که راحتی و آسایش در میان قویترین محرک‌های تصمیم‌گیری مصرف‌کنندگان قرار دارند، نیازی به توضیح ندارد.

اگر چه در آغاز دوران مدرن (۱۵۰۰-۱۸۰۰) صندلی‌ها با بسامدی کمی بیشتر شروع به ظهور کردند، به نظر می‌رسد که در جریان انقلاب صنعتی بسیار محبوب‌تر و متداول‌تر شدند.

پیش از قرن هجدهم، داشتن صندلی نسبتاً آسان بود، اما اکثریت جمعیت استفاده چندانی برای آن نداشتند. حتی امروز هم نشستن روی صندلی چوبی سفت و سخت برای مدت طولانی دشوار است و صندلی‌های روکش شده نیز در آن زمان بسیار گران بودند. اما مد شدن فرهنگ نشستن که شیوع آن از دربار فرانسه در قرن هجدهم شروع شد، به محبوب شدن و همه گیر شدن استفاده از صندلی کمک کرد.

در قرن‌های پیش از آن، صندلی‌ها اغلب نشانی از قدرت، ثروت و جایگاه بالا بودند. در یکی از توصیف صحنه‌های "شاه لیر" آمده است که شاه در حالی که روی صندلی نشسته، توسط خدمتکاران به داخل صحنه حمل می‌شود. ایده صندلی به عنوان نماد جایگاه، حتی امروز نیز ادامه دارد. مثلاً، واژه کرسی که به جایگاه اشاره می‌کند و این که بهترین صندلی در هر ساختمان اداری همواره متعلق به رئیس است، یک حقیقت است که در جهان پذیرفته شده است. مردمی شدن استفاده از صندلی (به خصوص بعد از انقلاب فرانسه و لوایح اصلی سال ۱۸۳۲ در انگلستان)، با تغییر آرام در الگوهای کاری ما همزمان شد. غالب کاری که در دوران ویکتوریا انجام می‌شد، کار یدی و کارخانه‌ای محسوب می‌شد.

اما با پیشرفت به سوی قرن پایان قرن نوزدهم، در حالیکه موج دوم انقلاب فناوری با اختراعاتی نظیر ماشین تایپ، تلگراف و گسترش استفاده از برق سرعت می‌گرفت، بازار کار نیز شروع به تغییر کرد. طبقه‌ای تازه از کارمندان اداری شکل می‌گرفت که در نیمه دوم قرن نوزدهم بیشترین رشد را داشت. بر طبق سرشماری‌ها در انگلستان، در سال ۱۸۵۱، کمتر از ۴۴۰۰۰ نفر کار اداری انجام می‌دادند. در کمتر از دو دهه، کارکنان یکجانشین بیش از دو برابر شدند و به ۹۱۰۰۰ نفر رسیدند.

امروزه، کارکنان یکجانشین اکثریت را تشکیل می‌دهند؛ و در طول قرن ۲۰، انبوهی از فعالیت‌ها نشسته نیز پیرامون ما شکل گرفت تا با زندگی‌های شغلی تازه ما جور دربیاید.

در طول قرن نوزدهم خواندن رمان به شدت محبوبیت یافت و فعالیت‌های اوقات فراغتی که به صورت نشسته انجام می‌شدند، با آمدن سینما، رادیو و تلویزیون بیش از پیش شدند. موارد اخیرتر، بازی‌های کامپیوتری، پخش زنده از اینترنت و دیگر استفاده‌ها از کامپیوتر هستند، که برای بهره بردن از آن‌ها مجبور به نشستن هستیم. انسان آنتروپوسن، نیازمند

صندلی است تا این "فعالیتها" را به انجام برساند.

زندگی مدرن دسته ای از فعالیت های یکجانشینانه برای ما فراهم آورده و صندلی را به ریشه های ما بدل کرده است. آن ها آنقدر ضروری هستند که اغلب آنچه که انجام می دهیم بدون وجود آن ها غیر قابل تصور است. پژوهشی که توسط بنیاد قلب بریتانیا انجام شده، دریافته که، اما هر روز حدود ۹.۵ ساعت را روی صندلی می گذرانیم. این یعنی که انسان های مدرن، حدود ۷۵ درصد از زمان خود را غیرفعال هستند. این مسئله، چند اشکال دارد.

سلامت بافت های سخت و نرم ما، وابسته به استفاده از آن ها است. ماهیچه و استخوان به افزایش بار یا توقف استفاده واکنش نشان می دهند. استخوان ها متراکمتر یا پوکتر شده، و ماهیچه ها قوی یا ضعیفتر می شوند. اینقدر که ما می نشینیم، و اکثر ماهیچه های پشت ما در حال نشستن روی صندلی غیرفعال می شوند، دیگر این موضوع که ستون های فقرات ضعیف شده ما، کمر درد را به علت شماره یک معلولیت بدل کرده است، تعجب ندارد.

همانطور که محیط ما آنتروپوسن است، می توانیم خود را نیز بشر آنتروپوسن بنامیم. انسان های پارینه سنگی اغلب در کودکی می مردند. خشونت و جراحات نیز در سال های بعدی زندگی، دلایل معمول مرگ محسوب می شدند. انسان های مدرن اما، به صورت روزافزون در نتیجه اختلالات متابولیک نظیر دیابت نوع ۲، بیماری های قلبی و برخی سرطان ها می میرند که ارتباط قوی ای با عدم فعالیت، از جمله استفاده از صندلی دارند.

یک تحقیق در سال ۲۰۱۲ که در آن تاثیرات بی فعالیتی با استفاده از داده های ۷۸۱۳ زن بررسی شده، دریافته که کسانی که ۱۰ ساعت در روز می نشینند، تلومرهای کوتاهتری دارند. کوتاهی تلومر، شاخصی از بالا رفتن سن سلولی است. عادات یکجا نشینی، باعث شده بود تا سن بیولوژیک آن ها هشت سال بیشتر باشد. برخی مطالعات حتی گوشزد می کنند که تاثیرات نشستن برای بازه های طولانی را نمی توان با قدری ورزش خنثی کرد.

این مطالعات و بسیاری دیگر از این دست، نسبت به این حقیقت که باید نسبت به عشق تازه و پرشورمان به صندلی تجدیدنظر کنیم، شهادت می دهند.