

من خودم را نمی‌شناسم ولی تو مرا می‌شناسی!

پژوهش‌ها نشان می‌دهند اولین برخوردها، نافذترین شناخت را از ما در ذهن دیگران رقم می‌زند. درواقع، ما یک عمر دست‌وپا می‌زنیم تا خودمان را بشناسیم....



پژوهش‌ها نشان می‌دهند اولین برخوردها، نافذترین شناخت را از ما در ذهن دیگران رقم می‌زند. درواقع، ما یک عمر دست‌وپا می‌زنیم تا خودمان را بشناسیم، اما گویا هویت‌مان در یک چشم بر هم زدن به نحوی برق‌آسا برای دیگران برملا می‌شود. آینه، عکس، فیلم و صداها ضبط شده، همگی فناوری‌هایی هستند که خویش‌مان را افشا می‌کنند و آن خودی را نشانمان می‌دهند که دیگران می‌بینند و ما نمی‌بینیم، اما چند نفر از ما تاب چنین مواجهه‌ای را داریم و چرا غالباً از روبه‌رو شدن با خودمان فرار می‌کنیم؟

به گزارش ایسنا، روزنامه «جوان» در ادامه نوشت: اوایل تدریس در دانشکده تحصیلات تکمیلی، یکی از دوستانم که بیشتر از من تجربه تدریس داشت برایم از پژوهشی صحبت کرد که با آن مواجه شده بود. نمی‌دانم چنین پژوهشی اصلاً وجود خارجی دارد یا نه. هیچ وقت پی‌اش را نگرفته‌ام، ولی حالا به نظرم یکی از آن حکایت‌هایی است که دست‌به‌دست زیاد چرخیده و مانند بلاکچین، در طول راه توشه بیشتر و بیشتری اندوخته است. دوستم می‌گفت این پژوهش نشان می‌دهد که دانشجویان، پنج ثانیه بعد از شروع اولین کلاس نیمسال تحصیلی، استاد خود را ارزیابی می‌کنند و کمابیش همان نمره‌ای را به استاد می‌دهند که در پایان نیمسال نیز می‌دهند. این یعنی استادی که در بدو ورود به کلاس به دل دانشجویان بنشیند سه ماه بعد نیز همانقدر محبوب است. برعکس، استادی که همان اول سختگیر و خشن جلوه کند تا آخر نیمسال نمی‌تواند نظر کسی را نسبت به خودش عوض کند. به رغم تقدیرگرایی مستتر در این یافته، دوستم ادعا می‌کرد که نتیجه پژوهش از نظرش مایه تسلی خاطر است؛ چراکه وقتی بپذیری شخصیت فوراً بر همه آشکار می‌شود و دیگر مجبور نیستی ظاهرسازی کنی. او سفارش کرد هر وقت دلشوره داشتیم که فرار است چه وجهه‌ای از خودم در طول ترم به جا بگذارم، یادم باشد که دانشجویان از قبل تکلیفشان را با من روشن کرده‌اند. از همان روز اول، قبل از اینکه وسایلم را روی میز بگذارم، من را شناخته‌اند و برای تغییردادنش هم کاری از دستم برنمی‌آید. این یکی از عجیب و غریب‌ترین نصیحت‌هایی است که در زندگی‌ام شنیده‌ام. بارها پیش آمده همین که پشت تریبون رفته‌ام یا برای اولین بار با کسی دست‌داده‌ام، حرف‌های دوستم فوراً از ذهنم گذشته است. آن چیزی که دیگران در همان پنج ثانیه اول اینقدر قاطعانه تشخیص می‌دهند، چیست؟ به نظرم، آنچه دوستم گفت حکایتی درباره حدود و ثغور خودشناسی بود. ما همه عمرمان سعی می‌کنیم بفهمیم چطور آدمی هستیم، اما دیگران می‌توانند کشفمان کنند، به تمامی و در یک نگاه.

وقتی کیستی مان را دیگران بهتر از ما می‌بینند

هانا آرنت در کتاب وضع بشر می‌نویسد: هویت ما در تمام کردار و گفتار ما نهفته است، اما خودمان قادر به دیدنش نیستیم. برعکس، احتمالش بسیار است که آن «کیستی» که چنان واضح و تردیدناپذیر بر دیگران پدیدار می‌شود، از دید خود شخص پنهان بماند، درست مثل دایمون در مذهب یونانی که در سراسر زندگی همراه آدمی است، ولی همواره در قفای اوست و از این رو فقط بر کسانی عیان می‌شود که شخص با آن‌ها روبه‌رو می‌شود. ما نمی‌توانیم همیشه دایمون خودمان را ببینیم، اما گاهی چشممان به آن می‌افتد. اکثر ما از زبان دیگران عباراتی را در توصیف خودمان شنیده‌ایم که از اساس با تصویری که از خود داریم، بیگانه‌اند. (مثل وقتی که دوستی با صداقت می‌گوید «تو همیشه خیلی جدی هستی.») کامو چنین لحظاتی را مواجهه با پوچی توصیف کرده بود: «غریبه‌ای که در لحظاتی خاص به دیدن ما در آینه می‌آید، همتای آشنا، اما هراس‌انگیز که در عکس‌های خودمان با او مواجه می‌شویم.» آینه، عکس، فیلم و صداها ضابط شده، همگی فناوری‌هایی هستند که دایمون را افشا می‌کنند و آن خودی را نشانمان می‌دهند که دیگران می‌بینند و ما نمی‌بینیم، اما چند نفر از ما تاب چنین مواجهه‌ای را داریم؟ حدود یک سال پیش، یکی از هنرپیشه‌های مشهور مرد، به خاطر اینکه یک برنامه رادیویی حین مصاحبه برشی از یکی از فیلم‌های او را پخش کرده بود، با قهر و عصبانیت شدید استودیو را ترک کرده بود، چون از شنیدن صدای ضبط شده خودش به شدت بیزار بود. این ماجرا را که یکی دو روزی هم سر زبان‌ها بود، می‌شد به راحتی نمونه دیگری از خودستایی مردانه دانست و از کنار آن گذشت. اما این بار همه با همان شیوه غیبی‌ای که آدم‌ها در فضای مجازی با هم نظر می‌شوند، تصمیم گرفتند او را ببخشند. سلامت روان مسئله مشترکی بود که به خاطرش از او دفاع می‌کردند. گمانم همه ما خیلی خوب با حس بیزاری او آشنا بودیم.

آیا به صدایان دقت کرده‌اید؟

بیگانگی آدمی با هیچ چیز ژرف‌تر از بیگانگی با صدایش معلوم نمی‌شود؛ صدایی که دیری است آن را مجاز جزء به کل از روح آدمی می‌دانند. بارها پیش آمده که پس از سخنرانی عمومی از اطرافیان شنیده‌ام که صدایم «آرامش بخش» یا یک چنین چیزهایی است. به نظرم، کسانی که این حرف را می‌زنند گمان می‌کنند دارند از من تعریف می‌کنند، در حالی که دیگر همه می‌دانند که سخنور خوب، پیش و بیش از هر چیز، باید پرشور و سرزنده صحبت کند. خویش‌مانی که من می‌شناختم از آنچه می‌گفت اطمینان داشت و در بیان نظراتش بسیار پرشور بود، پس چطور ممکن بود صدای من چیزی غیر از این را منعکس

کند؟ ولی هر بار که به صدای ضبط شده ام گوش می کردم، این حالت را درمی یافتم؛ صدایی یکنواخت و بی افت و خیز و به رغم همه تلاش هایم برای سرزنده تر صحبت کردن، به نظر می رسد نمی توانم تغییرش دهم.

آیا واقعاً خودتان را می شناسید؟

همه آدم ها فکر می کنند که به بهترین شکل روح خود را می شناسند، اما هزاران سال است که فیلسوفان نظری خلاف این دارند. فلوطین اولین کسی بود که نشان داد خودشناسی مستلزم نوعی دوتکه شدن عجیب خود است. اگر ما قادر باشیم خودمان را بشناسیم، آن کسی که عمل شناختن را انجام می دهد، کیست؟ و آن چیزی که شناخته می شود، دقیقاً چیست؟ چنین عقیده ای هر کسی را نگران می کند، اما به طور خاص گروهی از ما را که احساس می کنیم در تنهایی به خود واقعی مان نزدیک تریم بیشتر مضطرب می کند. وقتی جوان تر بودم، احساسم از خود وقتی از دنیا کناره می گرفتم، به شفاف ترین حالت پدیدار می شد و درست لحظه ای که وادار می شدم با دیگران تعامل کنم ناپدید می شد. همه مجالسی را که دایمونم در آن ها ظاهر می شد، ترک می کردم؛ دایمونی که همواره چیزهایی می گفت که مقصود من نبودند. به لطفه هایی می خندید که از نظر من بامزه نبودند و پشت سر کسانی حرف می زد که هیچ از آن ها بدم نمی آمد. همیشه عزمم را جزم می کردم که دیگر این کارها را نکنم که بهتر باشم، اما انگار اعمالم واقعاً در تصرف چیز دیگری بود. گویی هدایتگر زیستی خودکاری بر آن ها حاکم بود که از غلبه بر آن عاجز بودم. من هم مثل خیلی های دیگر که نویسند می شوند فکر می کردم نوشتن راه یا روزنه ای برای فرار از این گره جهانی نشانم می دهد. فکر می کردم فقط با کار و تأمل است که روح جسمیت می یابد و من می توانم با همان صدایی که از خودم می شناسم حرف بزنم. یعنی خویشتن آدمی می توانست هم شیء مورد مشاهده باشد و هم مشاهده گر، هم شخصیت داستان و هم نویسنده. آیا این تصور به لحاظ فلسفی عمیق نبود؟ گمان می کردم تفکراتم، چون وهم و خیال هستند اهمیتی ندارند، اما کلماتی را که روی کاغذ آمده اند، نمی شود انکار کرد و اگر این کلمات از خودی که فقط من بهتر از همه می شناسمش نشئت نگرفته اند، پس از کجا آمده اند؟ اما حالا دیگر آنقدرها زودباور نیستم. زبان، وقتی آن را به کار می گیرید، سیال و منعطف است و شما را وسوسه می کند که باور کنید قادر است روح زنده و جاندار شما را در خود حفظ کند. اما اگر سال ها بعد به نوشته های امروزتان رجوع کنید، به جای آنکه انعکاس خودتان را در آن ها ببینید، با چهره زشت و سنگی ناودان کله rlm&؛ ازدردی مواجه می شوید. همه خودبینی ها، همه چیزهایی که خودتان را درباره شان فریب داده اید و تمام چیزهایی که تا پیش از این از آن ها غافل بودید، همه شان حی و حاضر جلوی چشم مردم قرار گرفته اند. به قول یکی از دوستان نویسنده ام، «مسلماً، می rlm&؛ فهمم کسی که آن را نوشته است من بوده ام. همانطور که می توانم صدای ضبط شده ام را تشخیص دهم، اما آن خود من نیست.»

به خود عینیت یافته تان خیره شوید

مارشال مک لوهان زمانی گفته بود که ما غالباً درباره اسطوره نارسیس دچار بدفهمی می شویم. چیزی که باعث می شود جوان به تصویر خود چشم بدوزد شیفتگی نیست، از خودبیگانگی عمیق است. این افسانه می rlm&؛ گوید که «آدمی بی rlm&؛ درنگ شیفته هر امتدادی از خودش - در هر قالبی که باشد - می شود، جز خودش.» کافی است زمانی طولانی به خود عینیت یافته تان خیره شوید تا بدل شوید به همان ماده بی جانی که به آن می نگرید. از خودبیگانگی بالاخره فرو می نشیند و آن وقت کم کم با دایمونی که خود درونی تان از نظر دور نگهش می دارد، احساس نزدیکی می rlm&؛ کنید. سال ها پیش در دوره ای که در تعدادی پادکست و برنامه رادیویی شرکت می کردم، به تدریج صدای حقیقی ام را شنیدم؛ صدایی که از دستگاه های پخش می شد، نه در سرم. این تحول پابرجا ماند و هرگز به حالت قبل برنگشت. دیگر نمی توانم صدای در سرم را به یاد بیاورم یا دست کم خیلی گنگ و مبهم در خاطرمانده است. آن هنرپیشه که با غضب از استودیو بیرون رفته بود نیز سعی داشت، با چنگ زدن به تصویر در ذهنش و گوش نسپردن به تصاویر خلاف آن، از همین تقدیر فرار کند. چند سلبریتی دیگر چنین عزمی دارند؟ شما فقط تا مدتی می توانید کنار خود علنی rlm&؛ تان بایستید، مانند نگهبان یک مجسمه، اما بعد که بیگانگی تحمل ناپذیر می شود، تصمیم می گیرید درون این مجسمه ساکن شوید. گی دو موپاسان (نویسنده) ناهارش را هر روز در رستورانی داخل برج ایفل می خورد، علی رغم اینکه غذای آنجا را دوست نداشت. او می گفت آن رستوران تنها جایی در پاریس است که در آن چشمش به ایفل نمی افتد.

با شناخت دیگری خودتان را بشناسید!

ارسطو به ما آموخت که می توان از طریق شناخت دیگری به شناخت خود دست یافت. ما معنای شرافت و صداقت را به این دلیل می فهمیم که آن ها را قبلاً در دوستانمان دیده و تحسین کرده ایم. ما فقط زمانی متوجه زشت بودن اعمال خود می شویم که کس دیگری را در حال ارتکاب آن ببینیم. یکی از پیروان ارسطو نظر او را اینگونه بیان می کند: «همانطور که وقتی می خواهیم صورتمان را ببینیم در آینه نگاه می کنیم، وقتی هم می خواهیم خودمان را بشناسیم می توانیم به دوستانمان نگاه کنیم؛ چراکه دوست، به قولی، یک خود دیگر است.» ماجرای خودشناسی غالباً در قالب جدالی بین خود حقیقی و خود علنی ارائه می شود؛ تنش ازی و ابدی بین اول شخص و سوم شخص دانای کل. ما به دنبال پژواکی از خود حقیقی rlm&؛ مان هستیم و در جستجوی روحمان به پژواکی گوش می rlm&؛ سپاریم که در مجاری ارتباطی مان سیر می کند. ما معایبی را در دیگران می بینیم که چشم مان را بر وجودشان در خودمان بسته ایم؛ پر کاهی را در چشم برادرت می بینی و از او عیب جویی می کنی، درحالی که تکه چوبی در چشم خود را نادیده می گیری. اما آیا اینطور نیست که ما برای بخشیدن عیب دیگران هم بیشتر آمادگی داریم تا برای بخشیدن عیوب خودمان؟ ربکا گلدستین، فیلسوف و رمان نویس، معتقد است که نوشتن عمل بازشناسی خود است، اما این بازشناسی مستلزم حضور دو طرف است. «این تکه بسیار خصوصی، شخصی و خاص حیات درونی هر شخص باید در فرایند عینیت بخشی اش، به چیزی بدل شود که پذیرای جریان rlm&؛ های متقابل از سوی حیات درونی خوانندگان باشد.» به گمانم، این

همان کاری است که الان داریم انجامش می دهیم، همان کاری که بیشتر زندگی ام مشغولش بوده ام: فرستادن دایمون درونم به جهان بیرون تا هم شما بتوانید ببینیدش، هم خودم.
نقل از وبسایت ترجمان / نوشته: مگان اوگلین / ترجمه: نسیم حسینی / مرجع: پاریس ریویو