



---

## آزادی حقیقی: گزارش مفقودی خود<sup>i</sup>

---

نوشته‌ی برنت ادکینز

ترجمه‌ی فرشید مقدم سلیمی

در قسمت «نازیِ سوپ»<sup>ii</sup> از کم‌دی ساینفلد، جری {از شخصیت‌های اصلی کم‌دی} دوست‌دختر تازه‌ای پیدا کرده است. آنها به طرز غریبی همدیگر را «شمویی» صدا می‌کنند و مرتباً درباره‌ی اینکه کدامشان شمویی واقعی است حرف می‌زنند. این رفتار آنها شدیداً روی مخ دوستانشان، جرج و الین، رفته است. جرج در واکنش شروع می‌کند به تقلید از رفتارهای جری در ارتباط با نامزد خودش، سوزان. این کار جرج و جری را به رقابت در نمایش احساسات در انظار عموم<sup>iii</sup> می‌کشاند؛ رقابتی که مدام داغ‌تر می‌شود تا جایی که دو زوج در صحنه‌ای در یک کافه، دو به دو کارشان به معانقه و ملاعبه می‌کشد. در نهایت، با تمام شدن رابطه‌ی جری و دوست‌دخترش، تعادل دوباره برقرار می‌شود.

سوالی که اینجا ذهن مرا مشغول کرده درباره رفتار جری و واکنش جرج است. جرج و جری در طول قسمت‌های مختلف شوی ساینفلد، مدام دوست‌دخترهای جدیدی پیدا می‌کنند و در حالی که معمولاً این موضوع منشأ تنش بین‌شان است، آنها با کمک هم می‌توانند تنش را حل و فصل کنند (برجسته‌تر از همه، در یکی از قسمت‌هاست که جری می‌خواهد با هم‌خانه دوست‌دخترش «قرار» بگذارد). اما در نمونه شمویی، واکنش اولیه جرج این بود که تا جای ممکن از جری فاصله بگیرد. چرا؟ واضح است که رفتار جری به‌نظرش آزاردهنده می‌آمد، ولی این هم جای سوال دارد. مشکل جرج این بود که وقتی جری یک دوست‌دختر جدید دور و برش بود مثل خودش رفتار نمی‌کرد.

فکر می‌کنم همه ما این تجربه داریم که آدمی را ببینیم که مثل خودش رفتار نمی‌کند. مثال آشنایش یک هم‌اتاقی دوره دانشجویی است که ترم تحصیلی را مثل دوستی خوب و باملاحظه و با رفتارهای قابل پیش‌بینی شروع می‌کند ولی همین که قرارهای عاشقانه‌اش شروع می‌شود به آدم دیگری بدل می‌شود. بیشتر که فکر می‌کنیم البته این ادعای واقعاً عجیبی است. چطور ممکن است کسی مثل خودش رفتار نکنند؟ وقتی من کاری انجام می‌دهم آیا لاجرم مثل خودم عمل نمی‌کنم؟ اگر من شبیه خودم عمل نکنم آیا شبیه کس دیگری عمل می‌کنم؟ این دومی که بعید است. جری شبیه دوست‌دخترش رفتار نمی‌کرد. جرج هم هیچ‌وقت ادعا نکرد جری شبیه دوست‌دخترش یا شخص دیگری عمل می‌کرده. مشکل این بود که او خودش نبود.

به‌نظر می‌رسد این امکان که کسی در مواقعی بر خودش منطبق نباشد بعضی مفروضات ضمنی ما را درباره «خود» آشکار می‌کند. فرض اول این است که خود ثابت دارد. {بر اساس این فرض} خود یا کیستی شخص در طول زمان پایدار می‌ماند. این خود پایدار دو جنبه دارد. بعضی خصایص<sup>iv</sup> که کیستی ما را تعریف می‌کنند ژنتیکی‌اند، خصایصی مثل قد، سایز پا، یا نارسایی لاکتوز. خصایص دیگر در طی زندگی به‌دست می‌آیند. بسیاری از این خصایصها به‌طور ناخودآگاه کسب می‌شوند مثلاً حرکات دست، تیک‌های کلامی، حالت‌های راه رفتن یا نشستن و غیره. خصایص‌هایی را که به‌طور ناخودآگاه کسب شده‌اند طبیعتاً می‌توان آگاهانه

دستکاری کرد ولی اکتساب و به‌کارگیری آنها عمدتاً ناخودآگاه می‌ماند. نهایتاً، برخی خصیصه‌های معرف ما هستند که صرفاً به‌طور آگاهانه کسب می‌کنیم. یادگیری یک ورزش یا نواختن یک ساز، همچنین از نظر بیشتر فلاسفه اخلاق، انسان خوبی شدن در این دسته می‌گنجد. پس خود این شبکه پیچیده مشخصه‌های<sup>v</sup> فطری و اکتسابی است که به‌طور نسبی ثابت می‌ماند.

فلاسفه سنتاً این دو نوع مشخصه را به‌لحاظ طبیعت تفکیک کرده‌اند. آنها مشخصه‌های فطری را «طبیعت» و مشخصه‌های اکتسابی را «طبیعت ثانوی» نامیده‌اند. امروزه ما هم این تفکیک را حفظ کرده‌ایم و مثلاً می‌گوییم «ورزش بسکتبال طبیعت ثانوی اوست». معنی این گفته این است که طرف بسکتبال را چنان بازی می‌کند که گویی از طریق ژن‌هایش برای این کار برنامه‌نویسی شده‌است. در حالی که بسکتبال خوب او واقعاً نتیجه کسب مشخصه‌های یک بسکتبالیست خوب با سال‌ها تمرین است. ما معمولاً به اکتساب مشخصه‌ها می‌گوییم عادت. ارسطو سه مرحله کسب عادت را مشخص کرده است. مرحله اول، ظرفیت {یا قابلیت} شکل دادن به عادت است. مثلاً انسان‌ها ظرفیت این را ندارند که با قدرت خود و بی‌وسیله پرواز کنند. پس انسان هر چه تلاش کند نمی‌تواند عادت پرواز کردن را در خود بپروراند. ولی انسان‌ها ظرفیت بازی بسکتبال را دارند. این بازی هم مشخصاً برای انسان طراحی شده است. ولی داشتن ظرفیت بازی بسکتبال یک چیز است و بازی کردنش چیزی دیگر. صرفاً به این خاطر که بازی بسکتبال در تضاد با طبیعت من نیست نمی‌توانم اولین بار که پا روی زمین بازی گذاشتم بدانم چه باید بکنم.

آنچه به ظرفیت من برای بازی بسکتبال باید اضافه شود تربیت و تمرین است. من باید قواعد بازی را یاد بگیرم. من باید یاد بگیرم که یک پرتاب آزاد چقدر نیرو لازم دارد و فرکش با پرتاب سه امتیازی چیست. من باید در عمل ظرفیت‌هایم را برای تشکیل یک عادت رشد دهم. البته در مسیر شکل دادن به یک عادت، من هر بار ممکن است کارهای درستی را هم کاملاً تصادفی انجام دهم. اینکه اولین بار که وارد زمین بازی شوم توپ را بردارم و از میانه زمین به داخل تور بیاندازم غیرممکن نیست؛ همه تشویق خواهند کرد ولی کسی

من را با یک بسکتبالیست خوب اشتباه نخواهد گرفت. کار کردن روی ظرفیت خود قبل از شکل دادن به عادت، مرحله دوم تشکیل عادت است. عادت‌ها بدون تمرین شکل نمی‌گیرند اما تمرین هم مخصوصاً در آغاز ضرورتاً از روی عادت نیست. این فقط زمانی عادت من می‌شود که مداوماً پرتاب‌هایی از میانه زمین انجام دهم و این عادت را رشد دهم و در این صورت شاید یک بسکتبالیست خوب شوم. تازه وقتی که بازی بسکتبال به طبیعت ثانوی من بدل شود - یعنی وقتی که تمام عادت‌های مناسب را در خود رشد دادم - شکل دادن به عادت در من کامل شده است. رسیدن به این آخرین گام دشوارترین مرحله از مراحل سه‌گانه ارسطو است.

ویژگی اصلی عادت که آن را از اکتسابش متمایز می‌کند، استمرار آن است. اگر من به تمرین ادامه دهم و پس از زحمت زیاد عادت‌های بسکتبالیست خوب را به دست آورم این عادت‌ها در من حک می‌شوند. برای مثال، وقتی در دبیرستان راگبی بازی می‌کردم یکی از عادت‌هایی که در ما حک شده بود این بود که وقتی توپ لو می‌رفت داد می‌زدیم «توپ!» چه داخل زمین بودیم و چه جای تماشاچی‌ها حتماً این کار را می‌کردیم. هنوز هم، حدوداً بیست و پنج سال بعد از آن زمان، وقتی راگبی را از تلویزیون یا داخل استادیوم تماشا می‌کنم، وقتی توپ لو می‌رود بی‌اختیار داد می‌زنم «توووپ!» این عادت من اینک از نظر همسرم بامزه است، برای او نشانه دیگری است از اینکه من حسابی تو جو ام.

این بحث حاشیه‌ای درباره عادت و کسب آن دوباره ما را به پیش‌فرض‌هایی که درباره «خود» داریم می‌رساند. همان‌طور که دیدیم به علت عادت‌ها «خود» دارای حد مشخصی از ثبات است. اگر این ثبات نبود، ادعای اینکه فردی خودش نیست بی‌معنا می‌شد. ولی، دومین مفروض ضمنی‌ای که چنین ادعایی را میسر می‌کند این است که خود کاملاً ثابت نیست. هر شخص ضرورتاً عادت‌هایی را ایجاد می‌کند که طیف وسیعی از فعالیت‌ها را پوشش می‌دهند ولی این عادت‌ها چنان نیستند که شخص نتواند گاهی برخلافشان رفتار کند. چیزی که رفتار جری را برای جرج آن‌همه آزاردهنده کرده بود این بود که رفتار جری مشخصاً عاری از

احساس بود. در واقع، می‌توان گفت اساس نمایش *ساینفلد* بر کاراکترهایی است که کاملاً فاقد احساسات اند. نگاه تحقیرآمیز جرج و جری به احساسات، مخصوصاً نمایش احساسات در انظار، مشخصاً در قسمت «دیده‌بوسی» تصویر شده است. در این قسمت جری دائماً در موقعیت‌هایی قرار می‌گیرد که مجبور است در سلام و احوال‌پرسی با دیگران روبروسی کند. برای او این وضعیت تحمل‌ناپذیر است و به جرج که فقط با خاله‌اش دیده‌بوسی می‌کند دست مریزاد می‌گوید. وقتی جری می‌کوشد از دیده‌بوسی فرار کند همه همسایه‌های آپارتمان مسکونی‌اش او را طرد می‌کنند. جرج وقتی می‌بیند همان جری‌ای که منفور بودن را به روبروسی با همسایه‌ها ترجیح می‌داد حالا در انظار بوس و بغل می‌کند و مدام شمویی شمویی می‌گوید، حرصش درمی‌آید.



جری این عادت را در خود ایجاد کرده که در انظار نمایش احساسات ندهد. او چنین کسی است. ولی او قادر است، البته برای مدت کوتاهی، این عادت را کنار بگذارد و آن‌قدر رفتار متفاوتی داشته باشد که جرج اصلاً او را به‌جا نیاورد. چطور ممکن است؟ بر عادت‌ها از همان راهی که تشکیل می‌شوند، یعنی از راه تمرین، می‌توان چیره شد. برای مثال، هر کس بنا بر عادت به‌شکلی انگشتان دو دوستش را در هم گره می‌کند. کسانی که راست‌دست اند عموماً انگشت شست دست راست‌شان را بالا می‌گذارند. در هر حال، چه شست راست بالا باشد چه شست چپ، برای هر کس یکی از این شیوه‌ها راحت (طبیعی) و شیوه دیگر ناراحت (غیرطبیعی) است. ولی، برای هر کس مقدور است که شیوه‌اش را عوض کند و با بالا گذاشتن انگشت شست مخالف احساس راحتی کند. این کار فقط به این دلیل شدنی است که در چنین موردی نه با «طبیعت» بلکه با «طبیعت ثانوی»، در معنای سنتی کلمه، مواجهیم. ما نه با حکم یا نیروی اراده بلکه با تمرین چیز مخالف تا جایی که عادت جدید شکل بگیرد قادریم عادت‌هایمان را تغییر دهیم. پس اگر من گره زدن انگشتانم را به شیوه متفاوت یعنی با بالا گذاشتن شست مخالف مداوماً تمرین کنم در نهایت به عادت جدیدم بدل می‌شود، یعنی به طبیعت ثانوی خوشایندم. عادت‌ها از طریق تمرین ذره ذره در ما شکل می‌گیرند و با تمرین

کردن چیزی مخالف عادت اولیه جایگزین می‌شوند. اتفاقی که در نمونه دوست‌دختر جدید جری افتاد این بود که او شروع به تمرین رفتارهایی کرد که مخالف عادت قبلی‌اش بودند. او وقتی چنین کرد دیگر چیزی نبود که جرج انتظار داشت و جرج این را تحمل‌ناپذیر می‌دید. هرچند، خوشبختانه رفتارهای جدیدی که او در پیش گرفته بود با عادت قدیمی‌اش جایگزین نشد و در پایان نمایش او همان جری سابق بود.

اسپینوزا به مواقعی که ما خودمان نیستیم بسیار علاقمند است و بخش چهارم/اخلاق را به تفسیر این پدیده اختصاص داده است. در این راستا اسپینوزا می‌نویسد «در طبیعت هیچ شیء جزئی نیست که شیء دیگری قوی‌تر و قدرتمندتر از آن نباشد»<sup>۱</sup>. اسپینوزا این را یک اصل متعارفه می‌داند که مهم نیست چیزی چقدر بزرگ یا قوی باشد، همیشه چیزی هست که از آن قوی‌تر است. به نظر می‌آید این شیوه غریبی برای شروع توضیح این نکته باشد که چرا کسی به شیوه مرسوم خود رفتار نمی‌کند. ولی به یاد بیاورید که دغدغه اولیه اسپینوزا تفاوت راه حکمت از راه حماقت است؛ و تفاوت این دو راه در حالت‌های بی‌شماری است که ما بر چیزهای اطرافمان اثر می‌گذاریم و از آنها اثر می‌پذیریم. از این منظر، مدعای اسپینوزا این است که ممکن است چنان تحت تأثیر چیزی قرار بگیریم که مغلوب<sup>vi</sup> {و منقلب} شویم. مهم نیست چقدر قوی هستیم، همیشه ممکن است مغلوب شویم. معنی اینکه کسی خودش نیست این است که چیزی قوی‌تر بر او فائق شده است.

مسأله قدرت و مغلوب شدن ما را به تعاریف علت تام و علت ناقص برمی‌گرداند. وقتی ما علت تام حال مایه‌ای هستیم، وقتی ما {به‌نحوی غیرانفعالی} عمل می‌کنیم، معنایش این است که در آن حال علتی دیگر ما را مغلوب نکرده است. مغلوب شدن با علتی دیگر همانا علت ناقص بودن است. در مثالی که در [فصل قبل](#)

<sup>۱</sup> اخلاق، بخش چهارم، اصل متعارفه اول.

آوردیم، بعد از آنکه خودرو شاسی‌بلند به من که از خیابان می‌گذشتم زده بود، حال من مثال بارزی بود از مغلوب و منفعل بودن.

و البته علل تام و ناقص ما را به بحث حال‌مایه‌ها برمی‌گرداند. حال‌مایه‌هایی که ناشی از شادی و اندوه اند انفعال اند و حال‌مایه‌هایی که ناشی از کوشش اند عمل {یا فعل} در تقابل با انفعال} اند. از این منظر می‌توانیم بفهمیم که وقتی فرد مقهور حال‌مایه‌هایی است که انفعال اند خودش نیست. جری هنگامی که با دوست‌دختر جدیدش است خودش نیست زیرا مقهور انفعالی است که اسپینوزا «عشق» می‌نامد. یعنی جری از وضعیت کمال کمتر به کمال بیشتر حرکت می‌کند، البته منبع این حرکت علتی بیرونی یعنی دوست‌دختر جدید است.



همان‌طور که بالا در اصل متعارف‌آسپینوزا دیدیم ما همیشه به چیزهایی «برمی‌خوریم» که از ما بسیار قوی‌تر اند. در چنین مواقعی مسیر ما ضرورتاً عوض می‌شود. اگر من موقع خارج شدن از اتاق به چارچوب در برخورد کنم، مسیر اولیه‌ام را با سرعت اولیه‌ام ادامه نمی‌دهم و از دیوار هم رد نمی‌شوم. بلکه در همان لحظه متوقف می‌شوم یا به یک سمت چرخ می‌خورم و همچنان سعی می‌کنم تعادل را نگه دارم. قاعده حاکم بر این حرکات را از نظر فیزیکی به‌سادگی می‌توان تشریح کرد ولی استفاده مورد نظر اسپینوزا از چنین قاعده‌ای { وسیع‌تر است. حالت‌های اثرپذیری من از جهان اطراف بی‌شمار است. این وسوسه وجود دارد که قدرت را با معیار اندازه بسنجیم ولی قدرت از نظر اسپینوزا معنای بسیار مشخصی دارد که «توان اثرگذاری» است. پس، همان‌طور که با برخورد به جسمی ثابت مثل چارچوب در یا برخورد شیئی بزرگتر مثل شاسی‌بلند، به‌وضوح متأثر شده‌ام، اشیاء بسیار خردی هم هستند که می‌توانند روی من اثر بگذارند مثل یک ویروس یا آمیب. هرگاه من با چیزی نظیر این‌ها مواجه شوم که متأثرم کنند و مرا از عادت‌های معمولم دور کنند و به رفتارهای دیگری وادار کنند، من دیگر خودم نیستم. برای همین است که عجیب نیست کسی بعد از بهبود یافتن از بیماری بگوید «دوباره احساس می‌کنم خودم شدم». علاوه بر امکان اثرپذیری از اجسام

فیزیکی ریز و درشت، ما از چیزهایی که به نظر غیرفیزیکی اند هم متأثر می شویم، مثل عشق و نفرت. اگر چه منبع عشق یا نفرت قطعاً علتی بیرونی است، اینها متفاوت اند از تصادم با شیء فیزیکی یا عامل بیماریزا. ولی اسپینوزا همه این مواجهات را در ساختار اساسی شان خلاصه می کند. ما همیشه به اشیاء، دیوارها، میکروبها، انسانهای دیگر و غیره برمی خوریم. گاهی این برخوردها مسیر ما را تغییر می دهند. تغییر جهت شاید ناملموس و لحظه ای باشد. وقتی به دیوار می خورید هرگز ادعا نمی کنید دیگر خودم نیستم. ولی یک بیماری یا یک دوست دختر یا دوست پسر جدید قادر است کاری کند که دیگر آدم سابق نباشید.

خطر بزرگتر از نظر اسپینوزا آنجا است که تغییر حاصل شده رویه های ما را عمیقاً زیر و رو کند و عادت های جدیدی در ما ایجاد کند و در نتیجه کیستی ما را برای همیشه عوض کند. اسپینوزا می نویسد «نیروی هر انفعال، یا حال مایه ای، ممکن است طوری بر بقیه افعال یا قدرت انسان تفوق یابد که این حال مایه جزء جدایی ناپذیری او شود»<sup>۲</sup>. از شانس جری این اتفاق برایش نیفتاد. رفتارهای او موقتاً تغییر کرد ولی «جزء جدایی ناپذیر» او نشد. مثال بارز چیزی که اسپینوزا می گوید، اعتیاد است. مثلاً در مورد اعتیاد به الکل شخصی را مشاهده می کنیم که متأثر از قدرت علت بیرونی دگرگون شده است. چنین شخصی به تغییری که الکل ایجاد می کند وابستگی پیدا کرده و رفتارهای مرتبط با مصرف الکل به عادت او بدل شده اند. الکی وقتی می نوشد شخص متفاوتی می شود. رفتارهای او دیگر از خودش نیست. او دیگر علت تام کارهایش نیست بلکه علت ناقص آنهاست. به عبارت دیگر، ما نمی توانیم وضعیت آدم مست را فقط با طبیعت او توضیح دهیم. رفتارهای او با در نظر گرفتن خودش و الکل توضیح پذیر می شوند.

این مشکل یعنی خود نبودن را اسپینوزا «بندگی» (servitus) می نامد. ما هرگاه مغلوب علی مخالف طبیعتمان شویم، در بندگی هستیم. یعنی رفتارهای ما را فقط با در نظر گرفتن برخی علل بیرونی به علاوه

<sup>۲</sup> اخلاق، بخش چهارم، قضیه ۶.



ما می‌توان توضیح داد. راه‌حل وسوسه‌انگیز مشکل بندگی به‌طور ساده جدا کردن خود از تأثیر علل بیرونی است. ولی از نظر اسپینوزا این واقعاً شدنی نیست. در فصل‌های بعدی به‌طور مشروح توضیح خواهیم داد که جدا کردن خود از تأثیر علل بیرونی معادل جدا کردن خود از جهان است. ولی یادمان باشد که اسپینوزا این را بدیهی می‌دانست که ما همواره با چیزها برخورد می‌کنیم و گاهی به چیزهایی برمی‌خوریم که بر ما غالب می‌شوند.

تا اینجا به‌نظر می‌رسد که ما به بندگی محکوم ایم. اگر برخورد ما به چیزها ضروری است و بعضی از چیزها ما را مغلوب می‌کنند، اصلاً چطور می‌توان از بندگی گریخت؟ این پرسش به این شکل هم قابل طرح است که آیا همه تغییرها بد اند؟ آیا ممکن نیست تغییری که با کسب عادت‌های جدید در من حاصل می‌شود مفید باشد نه مضر؛ گامی در مسیر حکمت باشد نه حماقت؟ آیا گفتن اینکه «شخص خودش نیست» الزاماً تحقیرآمیز است؟ نمی‌شود شخص از چیزی که قبلاً بوده بهتر شده باشد؟ پاسخ مفصل به این پرسش‌ها هم باشد برای فصل‌های آتی ولی کوتاه اینکه برای اسپینوزا کاملاً روشن است که بندگی یگانه سرنوشتی نیست که در انتظار ما است. می‌توان به‌جای منفعل و متأثر بودن فاعل و مؤثر بود. گذشته از راه حماقت، راهی به حکمت وجود دارد. راه حکمت در فراسوی شادی و اندوه، به‌قول اسپینوزا در «آزادی» است.

ناچاریم بحث آزادی را هم به فصل دیگری موکول کنیم و اینجا خلاصه بگوییم که حالتی از تغییرات هستند که خوب اند. نخست، از نظر اسپینوزا به‌دلیل آنکه ما نمی‌توانیم خود را از جهان جدا کنیم و در موقعیت اثرپذیری و اثرگذاری دائمی هستیم، پاسخ را باید در خود حال‌مایه‌ها جست. بنابراین همراه با فلسفه عملی اسپینوزا ما به لاقیدی رواقی یا بی‌حسی و فقدان حال‌مایه نمی‌رسیم بلکه به تقیدی ثمربخش به حال‌مایه‌ها می‌رسیم. در این خصوص اسپینوزا می‌نویسد «ممکن نیست از حال‌مایه‌ای جلوگیری شود و یا زائل گردد،

مگر با حال مایه‌ای متضاد که قوی‌تر از آن است»<sup>۳</sup>. فاقد حال مایه شدن اصلاً مطرح نیست. تنها گزینه جایگزینی یک حال مایه با حال مایه‌ای قوی‌تر است. این جایگزینی عمدتاً فرایندی غیرآگاهانه است. ما هر روزمان را با تجربه طیفی از عواطف سر می‌کنیم که متناوباً جایگزین می‌شوند. پس اگر روزی مشخصاً غمگین باشیم در آن غم می‌مانم تا زمانی که عاطفه‌ای قوی‌تر بیاید و جای آن را بگیرد. شاید ویدئویی خنده‌دار در یوتیوب کج خلقی‌ام را برطرف کند، یا کلیدی از برنامه اخبار فکاهی<sup>vii</sup>، یا میمونی که سگ‌سواری می‌کند! با این حال ممکن است اندوهم موقتاً مغلوب شود ولی حال مایه جدید آن قدر قوی نباشد که باقی بماند و دوباره به اندوه برگردم. با این همه، فارغ از چستی تغییر، مسیر تغییر، چه تغییر خوب و چه تغییر بد، از حال مایه‌ها می‌گذرد نه مقابله با آنها.

باز... به این نتیجه می‌رسیم که ما هرگز نمی‌توانیم کاری کنیم که در حفظ وجود خود از محیط خارج بی‌نیاز باشیم و طوری زندگی کنیم که با اشیاء خارج در ارتباط نباشیم... بنابراین، در خارج ما اشیاء کثیری وجود دارند که برای ما سودمندند و لذا باید در طلب آنها باشیم.<sup>۴</sup>

یکی از اولین راه‌هایی که ما اثر می‌گذاریم یا از علل بیرونی اثر می‌پذیریم غذا خوردن است. ما برای زنده ماندن باید بخوریم و رفع گرسنگی بخشی از کوشش ما است. گذار از گرسنگی به سیری حرکت از کمال کمتر به بیشتر است (البته ادامه غذا خوردن بعد از سیری ما را از کمال بیشتر به کمتر می‌برد). هر آنچه می‌خوریم هم ارزش یکسان ندارد. بعضی خوراکی‌ها برای ما بهتر اند، بعضی هم کاملاً برای سلامتی مان بد اند. وقتی من غذاهای مقوی می‌خورم تغییری که در من ایجاد می‌شود مثبت است. ولی اگر غذای ناسالم بخورم تغییر منفی در من ایجاد می‌شود. در مورد اول، من کیستی‌ام را با ادغام چیزهای سازگار با طبیعتم

<sup>۳</sup> اخلاق، بخش چهارم، قضیه ۷.

<sup>۴</sup> اخلاق، بخش چهارم، قضیه ۱۸، تبصره.

تقویت می‌کنم. در مورد دوم، من کیستی‌ام را با ادغام چیزهای مخالف طبیعتم تضعیف می‌کنم. در اینجا است که می‌توانیم معنای این عبارت را به‌خوبی متوجه شویم: فلان غذا «به من نمی‌سازد». معنی سطحی این گفته این است که غذایی خاص منشأ نوعی ناراحتی گوارشی است. ولی مسأله واقعی این است که چیزی ناسازگار با طبیعت فرد هضم شده است و کوششی که فرد برای رفع گرسنگی انجام داده منجر به اثرپذیرفتنی منفی شده است. بیزاری از غذاهایی که مریض‌مان می‌کنند از جمله عادت‌های محدودی است که تقریباً به‌طور آبی ایجاد می‌شوند. اسپینوزا اگر بود می‌گفت شخص به‌درجه‌ای که با غذایی نامطبوع «از ریل خارج شود»<sup>viii</sup> در بندگی است. همچنین، به‌میزانی که شخص غذایی مطبوع طبعش (نه فقط در کوتاه‌مدت بلکه در بلندمدت) می‌خورد، از بندگی رها است.



در «نازی سوپ» جری در بندگی دوست‌دختر جدیدش است. دوست‌دخترش علتی بیرونی است که او را از ریل خارج می‌کند و مورد نفرت دوستانش قرار می‌دهد. در پایان جری از او جدا می‌شود و توضیح خودش از این جریان جالب توجه است. سوزان، نامزد جرج، به جری می‌گوید تو واقعاً دوست‌دختر جدیدت را دوست داری و جری جواب می‌دهد ما با اینکه احساسات شدیدی نسبت به هم داشتیم «به‌لحاظ ذهنی اصلاً نتوانستیم با هم ارتباط برقرار کنیم». جری متوجه شد با وجود اینکه دوست‌دخترش برای او قطعاً منبع شادی بود، نهایتاً آن دو به‌میزانی هماهنگ نبودند که پیوندی دیرپا برقرار کنند. آن دوست‌دختر جدید مثل غذایی لذیذ ولی ناسالم بود. آب‌نبات خوشمزه و از بعضی جهت‌ها با ما سازگار است ولی مصرف پی در پی آن عمیقاً زیان‌آور است. تا آنجا که به جری مربوط است، مشکل او فقدان پیوند فکری بود. بر همین منوال اسپینوزا می‌نویسد «برای مثال، اگر دو فرد که طبیعتشان دقیقاً با هم یکسان است، به هم بپیوندند، فردی واحد تشکیل می‌دهند که توانش دو برابر هر یک از آنها به‌تنهایی است»<sup>۵</sup>. جری متوجه شد که با پیوستن به شخصی ناموافق هم از لحاظ فیزیکی و هم از لحاظ ذهنی، او توانایی‌اش در اثرگذاری بر جهان را کم کرده

<sup>۵</sup> اخلاق، بخش چهارم، قضیه ۱۸، تبصره.

بود. ترکیب او با دوست‌دختر جدید او را در معرض علل بیرونی‌ای قرار داده بود که در حالت عادی از آنها متأثر نبود و به این وسیله این ترکیب او را تضعیف کرده بود. علت اینکه جری خودش نبود همین بود. اسپینوزا به این می‌گوید بندگی؛ شما می‌توانید بگویید اثر شموپی!

اگر دوباره نگاهی بیندازیم به خشم در راندگی - ماجرای که در [فصل اول](#) تعریف کردم - موضوع برایمان روشن‌تر می‌شود. اول، می‌دانیم که یکی از عادت‌های معرف من در آن زمان واکنش شدید به حالت‌های اثرپذیری‌ام هنگام راندگی بود. راندگی تقریباً همیشه موجب حال مایه‌های مرتبط با اندوه می‌شد نه شادی یا کوشش. شایع‌ترین حال مایه‌هایم به‌طور مشخص نفرت و عصبانیت بود. اندوهم وابسته به رانندگان دیگر به‌عنوان علت بیرونی بود. به‌علاوه، نفرت مرا به‌سمت ضربه‌زدن به شیء منفور می‌کشاند. خوشبختانه آن رفتارهای شرورانه‌ام از سطح خیالات فراتر نرفت و گرنه الان به‌جای نوشتن این کتاب باید در زندان می‌بودم. با این حال، خشم من در راندگی مثالی از سیطرهٔ انفعالات بر من بود. یا به عبارتی، که از نظر اسپینوزا همان معنی را می‌دهد، من علت ناقص رفتارهایم بودم نه علت تامشان. شگفت‌آور اینکه این رفتارها همه در ذهن من اجرا شدند. شخصی که ده متر یا بیشتر جلوتر از من می‌راند و هیچ اطلاعی از وجود من نداشت به‌گونه‌ای توانسته بود کنترل افکار، کلمات و اداهای مرا در اختیار بگیرد. اگر این ارزیابی از آن موقعیت به‌نظر شما افراطی است موقعیتی را تصور کنید که شاسی‌بلند جلویم نیچیده است. آیا باز هم فحش می‌دهم و وحشی‌بازی درمی‌آورم؟ آیا باز خیالات انتقام می‌بافم؟ خیلی بعید است. درست‌ترین جواب این است که رفتارهای من فقط با خودم توضیح‌پذیر نیستند. رفتارهای من فقط با در نظر گرفتن مواجههٔ من، با در نظر گرفتن اثرپذیرفتگی من از علت بیرونی قابل توضیح است. اگر من زیر کنترل چیزی غیر از خودم ام و این واقعاً برایم زیان‌آور است، این را می‌توانیم چه چیزی غیر از بندگی بدانیم؟

از نظر اسپینوزا اولین مسألهٔ اخلاقی‌ای که باید حل شود مسألهٔ بندگی انسان است. با این فرض که ما دائماً متأثر از علل بیرونی ایم چطور هرگز ممکن است خودمان باشیم؟ با در نظر گرفتن جهانی که در آن هستیم

چطور می‌توانیم {به‌شیوه‌ای غیرانفعالی} عمل کنیم؟ چطور هرگز می‌توانیم علت تام رفتارهایمان باشیم؟ پاسخ را باید در جایگزینی حال‌مایه‌هایی که انفعال اند با حال‌مایه‌هایی که فعال اند جست. این تنها راه چاره ما است چون که متأثر نبودن اصلاً جزو گزینه‌ها نیست. اما می‌توانیم یک حال‌مایه را با دیگری جایگزین کنیم؟ به‌نظر چنین می‌آید که تعویض حال‌مایه‌ها عمدتاً به‌طور ناخودآگاه انجام می‌شود. از این گذشته، داشتن یک حال‌مایه فعال یعنی چه؟ شهادت و کرامت در عمل دقیقاً شبیه چیست؟ تا اینجا رئوس پاسخ اسپینوزا را به این پرسش‌ها در ماجرای خشم در راندگی در [فصل اول](#) دانستیم. دیدیم که عصبانیت من چنان اوج گرفت که از کنترلم خارج شد تا بالاخره فهمیدم چرا/ جلویم پیچیده بود. همین که توقف شاسی‌بلند را جلوی بیمارستان دیدم و زن حامله‌ای را که با کمک دیگری از ماشین پیاده شد، عصبانیتم زایل شد و حال‌مایه‌های دیگری جایش آمدند: تعجب، تسکین، حس گناه و غیره. من تا حدی که فهمیده بودم دیگر عصبانی نبودم. پس فهم باید برای اسپینوزا اساسی باشد. فهم باید همان راهی باشد که ما را از علت ناقص بودن به علت تام بودن برای رفتارهایمان می‌رساند. ولی قبل از بررسی اینکه فهم چیست و چطور ما را از بندگی دور می‌کند باید کمی بیشتر درباره کیستی و کجایی خود بدانیم. از نظر اسپینوزا، نمی‌توانیم بدانیم فاهمه انسان چطور کار می‌کند مگر آنکه اول بفهمیم ذهن چیست، و نمی‌توانیم بفهمیم ذهن چیست مگر آنکه قبلش بفهمیم جای ما در کجای این نقشه بزرگ چیزها یا کل عالم است.

## یادداشت‌های ترجمه

<sup>i</sup> ترجمه فصل سوم کتاب با مشخصات Adkins, B. (2009). *True Freedom: Spinoza's practical philosophy*. Lexington Books

<sup>ii</sup> لقب کنایه‌آمیزی است که در این قسمت به سوپرفروشی داده‌اند که از مشتری‌هایش انتظار دارد آداب سفت و سختی را که برای خرید از مغازه‌اش تعیین کرده رعایت کنند. مثلاً هیچ‌کس نباید دست روی پیشخوان مغازه بگذارد.

<sup>iii</sup> public affection

- 
- iv qualities
  - v traits
  - vi overpowered
  - vii the Daily Show
  - viii thrown off course



---

ادکینز، برنت. «آزادی حقیقی: گزارش مفقودی خود»، ترجمه‌ی فرشید مقدم سلیمی، *دموکراسی رادیکال*، ۱۴۰۰/۰۴/۲۳، دریافت از: <https://radicald.net/sai6>