

مقدمه مترجم

«بهای سنگینی داده‌ایم تا از اجداد بدوی مان پیشی بگیریم و آن بها اضطراب همیشگی است. اضطراب از اینکه هنوز با آدمی که می‌خواهیم باشیم خیلی فاصله داریم.»

این کتاب دربارهٔ اضطرابی تقریباً همگانی است که کمتر به طور مستقیم به آن اشاره می‌شود: اضطراب از اینکه دیگران راجع به ما چه فکری می‌کنند؛ آیا از دید آن‌ها آدم‌های موفق هستیم یا نه، برنده‌ایم یا بازنده. این کتاب دربارهٔ اضطراب منزلت است. از دید دو باتن، این اصلاً اتفاقی نیست که اولین سؤالی که یک فرد جدید از ما می‌کند این است که «چه‌کاره‌ای؟» و پاسخی که دریافت می‌کند تعیین‌کنندهٔ میزان تمایلش به ادامهٔ معاشرت با ماست. نگرانی ما از اینکه دیگران تأییدمان کنند و بتوانیم موقعیتی «مناسب» بر روی نردبان سلسله‌مراتب اجتماعی داشته باشیم چیزی است که دو باتن نامش را اضطراب منزلت می‌گذارد.

این کتاب با کمک فلاسفه، هنرمندان و نویسندگان ریشه‌های اضطراب منزلت را بررسی می‌کند (از پیامدهای انقلاب فرانسه گرفته تا حسادت مخفیانهٔ ما به موفقیت دوستانمان)، و در ادامه به روش‌های هوشمندانه‌ای اشاره می‌کند که انسان‌ها برای غلبه بر نگرانی‌هایشان در مسیر رسیدن به شادی استفاده کرده‌اند.

دو باتن در این کتاب خواننده را به سیاحتی در تاریخ عقاید اقتصادی، اجتماعی و

سیاسی می‌برد تا مسئله اضطراب منزلت را بررسی کند. او این پرسش را پیش می‌کشد که آیا زندگی مدرن سبب شادی ماست و از ما می‌خواهد به شرایط زندگی اجداد بدوی مان فکر کنیم و ببینیم آیا آن‌ها خوشحال‌تر بوده‌اند یا ما خوشحال‌تریم.

کتاب از دو بخش اصلی تشکیل شده است. در بخش اول دو باتن علت‌های مبتلا شدن به اضطراب منزلت را برمی‌شمارد و هرکدام را به تفصیل بررسی می‌کند و در بخش دوم راه‌حل‌هایی برای مقابله با این اضطراب ارائه می‌دهد.

از آکن دو باتن پیش از این، کتاب‌هایی چون سیر عشق، پروست چگونه می‌تواند زندگی شما را دگرگون کند و جستارهایی در باب عشق به فارسی منتشر شده است.

زهرا باختری

مرداد ۹۷

تعاریف

منزلت^۱

- موقعیت فرد در جامعه؛ این کلمه از واژه لاتین *statum* به معنی جایگاه مشتق شده (که اسم مفعول کلمه لاتین *stare* به معنی جای گرفتن است).
- از منظر جزئی، این واژه به موقعیت حقوقی یا حرفه‌ای فرد در یک گروه اشاره می‌کند (متأهل، ستوان و غیره). ولی از منظر کلی‌تر، که در اینجا بیشتر مد نظر است، این واژه به ارزش و اهمیت فرد از دریچه دید جهان اشاره دارد.
- جوامع مختلف به گروه‌های مختلفی منزلت اعطا کرده‌اند: شکارچیان، جنگجویان، خاندان‌های اصیل، کشیش‌ها، شوالیه‌ها، زنان بارور. به طرز روزافزونی از سال ۱۷۷۶، منزلت اجتماعی در غرب (که به عنوان قلمرویی مبهم اما قابل درک مورد بحث است) با توجه به موفقیت مالی تعیین شده است.

- برخورداری از جایگاه رفیع اجتماعی پیامدهای خوشایندی دارد. این پیامدها شامل ثروت، آزادی، موقعیت، راحتی و فرصت می‌شود، همچنین حس مهم و ارزشمند بودن به فرد می‌دهد که به اندازه موارد دیگر اهمیت دارد. این حس با دعوت‌هایی که از فرد برای حضور در مکان‌های مختلف می‌شود، چاپلوسی‌ها، قهقهه‌ها (حتی وقتی جوک‌هایش

1. Status

بی مزه باشند)، احترام و توجه به او القا می‌شود. از نظر بسیاری افراد (که البته تعداد اندکی از آن‌ها به آن اقرار می‌کنند) داشتن منزلت اجتماعی یکی از بهترین موهبت‌های روی زمین است.

اضطراب منزلت^۱

- نوعی نگرانی که آن قدری مخرب است که می‌تواند ابعاد گسترده‌ای از زندگی ما را نابود کند. نگرانی از اینکه نتوانیم خودمان را با ایده‌آلهایی که جامعه برای موفقیت تعیین کرده تطبیق بدهیم و در نتیجه ممکن است شأن و احترام خود را از دست بدهیم؛ نگرانی از اینکه رده اجتماعی کنونی مان خیلی پایین است یا در شرف سقوط به رده‌ای پایین‌تر هستیم.

- این اضطراب با عوامل مختلفی برانگیخته می‌شود از جمله پس‌رفت، اخراج به دلیل تعدیل نیرو، ترفیع همکاران، بازنشستگی، صحبت با دیگر افرادی که در همان زمینه شغلی مشغول به کارند، تصویر افراد برجسته روی صفحه روزنامه و موفقیت‌های بزرگ‌تر دوستان. از نظر اجتماعی، همانند اقرار به حسودی (که با حس انسان سروکار دارد)، بروز هرگونه اضطراب نیز غیرعقلانه است. در نتیجه، نشان دادن هیجانات درونی مرسوم نیست و معمولاً واکنش ما بعد از شنیدن خبر موفقیت فردی دیگر به نگاهی سرسری، لبخندی سرد یا مکثی طولانی محدود می‌شود.

- اگر موقعیت ما بر روی این نردبان این‌قدر اهمیت دارد، دلیلش این است که تصورمان از خودمان تا حد زیادی به تصویری که دیگران از ما می‌سازند متکی است. افراد استثنایی (مثل سقراط و مسیح) به کنار، ولی ما انسان‌های غیراستثنایی برای اینکه بتوانیم خودمان را بپذیریم به نشانه‌های احترام‌آمیزی از سوی جهان متکی هستیم.

- اما بسی مایه تأسف است که دستیابی به منزلت کار آسانی نیست و حتی حفظ آن در طول زندگی از به دست آوردنش هم سخت‌تر است. به جز در جوامعی که منزلت اجتماعی از بدو تولد تثبیت شده و خون اعلا در رگ‌های افراد جاری است، جایگاه رفیع

اجتماعی به دستاوردهای ما در زندگی بستگی دارد؛ ممکن است به خاطر حماقت یا نداشتن شناخت از خودمان یا اقتصاد جهانی یا بدخواهی دیگران شکست بخوریم. - و آنچه از شکست جاری می‌شود تحقیر است: می‌دانیم و از درون خودمان را می‌خوریم که نتوانسته‌ایم ارزش خودمان را به جهان اثبات کنیم و بنابراین محکومیم به تلخکامی از موفقیت دیگران و شرمساری از خود.

نظریه^۱

- اینکه اضطراب منزلت، قابلیت فوق‌العاده‌ای در ایجاد اندوه دارد.
- اینکه عطش شأن و منزلت اجتماعی، مانند تمام امیال دیگر، می‌تواند فوایدی داشته باشد: ما را به بهره بردن از مهارت‌هایمان تحریک می‌کند، به سوی کمال و تعالی تشویقمان می‌کند، ما را از بی‌قاعدگی‌های مخرب بر حذر می‌دارد و اعضای جامعه را دور سیستم ارزشی مشترکی به هم پیوند می‌دهد. البته، مانند تمام امیال، افراط در آن می‌تواند منجر به تباهی شود.
- اینکه شاید بهترین روش برای بررسی هر وضعیتی صحبت درباره آن و تلاش برای رسیدن به درکی از آن باشد.