

فراسوی اقتصاد

سرشناسه: اوت، جان Ott, Jan

عنوان و نام پدیدآور: فراسوی اقتصاد: شادکامی به عنوان استاندارد در زندگی شخصی ما و سیاست/نویسنده یان ات؛ مترجم حسین بیات؛ ویراستار سوده حجازی.

مشخصات نشر: تهران: موسسه فرهنگی و هنری دیدگاه کاوش و سازندگی دکسا، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری: ۲۵۷ ص.؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۵۷۱-۲۳-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: Economic theory.Public finance.Welfare economics.

یادداشت: عنوان اصلی: Beyond economics : happiness as a standard in our personal life and in politics,2020.

یادداشت: واژه‌نامه.

یادداشت: کتابنامه.

عنوان دیگر: شادکامی به عنوان استاندارد در زندگی شخصی ما و سیاست.

موضوع: خوشبختی [Happiness]؛ کیفیت زندگی [Quality of life]

شناسه افزوده: بیات، حسین، ۱۳۵۳ - مترجم

رده بندی کنگره: ۱۸۷ B

رده بندی دیویی: ۳۰۶

شماره کتابشناسی ملی: ۹۲۴۴۷۴۸

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

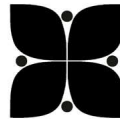
شکوفایی

فراسوی اقتصاد

شادکامی
به عنوان یک استاندارد
در زندگی شخصی
و در سیاست

بیان اُت

ترجمه حسین بیات



موسسه فرهنگی دکسا

عنوان: فراسوی اقتصاد

شادکامی به عنوان استاندارد در زندگی شخصی ما و در سیاست

نویسنده: یان اُت

مترجم: حسین بیات

ویراستار: سوده حجازی

طراح جلد: پرویز بیانی

صفحه آرا: سیده سمانه حسن‌زاده

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۲

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: شادرنگ

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۵۷۱-۲۳-۵

موسسه فرهنگی دیدگاه کاوش و سازندگی (دکسا)

نشانی: ایران، تهران، صندوق پستی ۱۴۶۵۵۹۴۳

Email: publication@doxa-v.org

تلفن: ۰۲۱۵۴۹۳۲۲۲۲

 doxa__vision

www.doxa-v.org

تقدیم به

مثال روشن نیک زیستی،

استاد شریف و عزیزم، جناب مصطفی ملکیان

توجه

ص ۸۳-۸۴ شماره پی نوشت ۷ در متن نیست
ص ۱۰۳-۱۰۴ شماره پی نوشت ۱۳ در متن نیست
ص ۱۱۳-۱۱۶ شماره پی نوشت ۳۰ در متن نیست

صفحه ۲۰۹ سطر ۴: آیا حرف "ف" درست است.

فهرست

سخن ناشر	۱
مقدمه مترجم	۳
پیش گفتار	۱۹
فصل اول: مقدمه: سردرگمی درباره شادکامی	۲۵
فصل دوم: مفهوم و ماهیت شادکامی به عنوان نیک‌زیستی درونی	۵۱
فصل سوم: شادکامی عاطفی یا مؤلفه عاطفی شادکامی	۷۹
فصل چهارم: شادکامی شناختی یا مؤلفه شناختی شادکامی	۹۵
فصل پنجم: بازگشت به شادکامی فراگیر: آن وجود دارد!	۱۲۳
فصل ششم: اندازه‌گیری و تبیین شادکامی	۱۳۷
فصل هفتم: حکومت‌ها و شادکامی	۱۶۹
فصل هشتم: شادکامی به عنوان استاندارد توصیفی	۱۸۹
فصل نهم: چه می‌شد اگر؟	۲۱۷
فصل دهم: خلاصه، سخنان پایانی، و نتیجه‌گیری کلی	۲۳۱
واژه‌نامه فارسی به انگلیسی	۲۴۵
واژه‌نامه انگلیسی به فارسی	۲۶۱
سپاس‌گزاری‌ها	۲۷۷
درباره نویسنده	۲۷۹

سخن ناشر

از جمله پرسش‌های پیش‌روی انسان مدرن این است که چگونه زندگی‌ای ارزش زیستن را دارد. از مقبول‌ترین پاسخ‌ها به این پرسش این است: زیستی که در راه «شکوفایی» انسان باشد، بالاترین «رضایت» و «سرور» را برای انسان به همراه دارد، و بنابراین مقارن با «به‌زیستی» است. هرچند چنین پاسخی پذیرفتنی است، اما در دل خود پرسش‌های فراوانی را به همراه دارد. منظور از مفاهیم «رضایت»، «شادکامی»، «به‌زیستی»، «سرور» و «شکوفایی» چیست؟ به چه میزان تحقق این مفاهیم به شرایط درونی فرد ربط دارد و به چه میزان وابسته به روابط میان فردی و شرایط اجتماعی است؟ نقش عوامل اقتصادی، سیاسی و محیط‌زیستی در تحقق آن‌ها چیست؟ آیا پاسخ‌هایی که در دهه‌های گذشته به این پرسش‌ها داده می‌شد برای انسان امروزی که ساعاتی از زندگی‌اش را در جهان مجازی و شبکه‌های اجتماعی سپری می‌کند، به همان شکل گذشته صادق است؟ چگونه باید پاسخ‌های گذشته را روزآمد کرد؟

گاه می‌توان با تغییراتی کوچک و ساده به نتایجی بزرگ رسید. در سطح فردی می‌توان با شناسایی و حذف برخی الگوهای فکری و رفتاری نادرست، فرد را در مسیر شکوفایی قرار داد. در سطح میان‌فردی بسیاری از مشکلات راهکارهایی ساده دارند. نکتهٔ اساسی اینجاست که سادگی این راهکارها به معنای سادگی در اجرای آن‌ها نیست. تغییر عادت‌ها فرایندی

زمان‌بر و گاه بسیار سخت دارد و نیازمند آموزش است. به همین دلیل، کتاب‌هایی که وعده موفقیت و شادکامی در چند جلسه و گاه چند ساعت را می‌دهند، وعده‌هایی پوچ را عرضه می‌کنند.

در سطح اجتماعی، اقتصادی و سیاسی نیز به تغییر نگرش‌های اساسی نیاز است. طی دهه‌های اخیر، جنبش‌های سیاسی و اقتصادی، در پی یافتن راه‌سومی در میان نگرش‌های رایج چپ و راست، شکل گرفته‌اند و کتاب‌های اقتصاد و سیاست و شادکامی بخش مهمی از ادبیات این حوزه‌ها را به خود اختصاص داده‌اند. طرح راهکارهای ایجابی در زمینه‌سازی اجتماعی، برای شکوفایی آحاد مردم جامعه، یکی از اهداف مجموعه شکوفایی است.

مجموعه شکوفایی، در موسسه فرهنگی دکسا، در صدد پرداختن به چنین موضوعاتی است و برای نزدیک شدن به پاسخ پرسش‌هایی از این دست، انتشار کتاب‌هایی به‌دقت انتخاب‌شده را در دستور کار خود قرار داده است. همچنین، برگزاری کارگاه‌هایی متمایز در سطح شکوفایی فردی، یکی دیگر از اهداف مهم این مؤسسه است.

(برای آگاهی از کارگاه‌ها و فهرستی از کتاب‌های این مجموعه می‌توانید به وب‌سایت www.doxa-v.org مراجعه کنید.)

شکوفایی انسان و راه رسیدن به شادکامی فرایندی بس پیچیده‌تر از آن است که دعوی آن را داشته باشیم، اما راه‌حل‌های میان‌بری برای رسیدن به انتها در اختیار ما است. با این حال آن‌قدر می‌دانیم که راهکارهای احتمالی محصول هم‌افزایی اندیشه‌هاست. به همین دلیل جمعی از فیلسوفان، روان‌شناسان، جامعه‌شناسان، اقتصاددانان و اندیشمندان دیگر حوزه‌ها را گرد هم آورده‌ایم تا فضایی برای اندیشیدن در باب شکوفایی انسان را شکل دهیم. مسیری بی‌انتها؛ که گام نهادن در آن گام برداشتن در مسیر به‌زیستی است. شکوفایی محصول نهایی نیست؛ طی طریق کردن است.

سید میلاد حسینیان قمصری

مقدمه مترجم

ما تقریباً هر روز غذا می‌خوریم. اما آیا هر روز غذای خوب هم می‌خوریم؟ اصلاً «غذای خوب» یعنی چه؟ پرسش ساده‌ای به نظر می‌رسد. غذای خوب غذایی است که سالم و مفید باشد؛ یعنی نیازهای بدن را به مواد مغذی و مقوی برآورده سازد و در عین حال بدن را دچار مشکل نکند. این تعریف، البته، ممکن است مخالفانی داشته باشد؛ مثلاً، اگر در پاسخ به پرسش بالا پدیدارشناسانه بیندیشیم ممکن است بگوییم غذای خوب غذایی است که ما را از درد گرسنگی رها کند و لذیذ باشد. روشن است که سیرکنندگی و خوشمزگی ویژگی‌های ذهنی (سابجکتیو) یا عینی - ذهنی‌اند؛ «عینی - ذهنی» به این معنا که چیزی تماماً در آن بیرون نیست بلکه حاصل برهم‌کنش بین ذهن غذاخورنده و غذاست. در فلسفه، به ویژگی‌هایی که تماماً عینی‌اند و ویژگی‌هایی که عینی - ذهنی‌اند، به ترتیب، کیفیات اولیه و ثانویه می‌گویند. بنابراین، «غذای خوب» در تلقی اول بر اساس برخی کیفیت‌های اولیه (سالم و مفید)، و در تلقی دوم بر اساس برخی کیفیت‌های ثانویه (سیرکننده و خوشمزه) تعریف شده است.

در یک تعریف جامع و مرکب، می‌توان گفت که غذای خوب غذایی است که سالم، مفید، سیرکننده، و خوشمزه باشد. هر چهار ویژگی، البته، نسبی‌اند؛ یعنی غذایی ممکن است سالم‌تر از غذای دیگر باشد، یا برای

سیرکردن کسی کافی و برای دیگری ناکافی باشد. همچنین، غذایی ممکن است برای کسی مفید یا خوشمزه باشد و برای دیگری مضر یا بد مزه باشد. اما، در هر حال، تلقی ما از غذای خوب غذایی است که سالم، مفید، سیرکننده، و خوشمزه باشد. حال، اگر چنین غذایی ظاهر زیبایی نداشته باشد، آیا باز هم خوب است؟ تصور کنید شما با چشمان بسته یک لقمه از غذای خوشمزه و خوش عطری را بخورید. غذا آنقدر خوشمزه باشد که مشتاق باشید لقمه دوم را هم بخورید. اما، قبل از لقمه دوم، چشمتان را باز کنید و ببینید آنچه خورده اید ظاهری مشمئزکننده دارد؛ مثلاً، بخشی از خرج‌چنگ نیم‌پزی است که هنوز باقی مانده آن درون بشقاب، در آب لرج داغ و بدرنگی، غوطه‌ور است و دست‌وپا می‌زند. آیا مایلید همچنان ادامه دهید؟ اگر متوجه شوید که آن غذای خوشمزه و مفید در ظرف و محیط نامناسبی آماده و پذیرایی شده است چه؟ آیا باز هم آن غذای خوشمزه و مفید غذای خوبی محسوب می‌شود؟ ممکن است بگویید خود غذا/همچنان خوب است اما ظاهر یا ظرف یا محیطش خوب نیست. اینجا، می‌توان این پرسش فلسفی را پرسید که خود غذا/ دقیقاً از کجا شروع می‌شود و تا کجا ادامه دارد؟ مثلاً، مواد تشکیل‌دهنده، ترکیب آن‌ها، سفتی یا نرمی، مزه، عطر، و بو، و حتی دمای غذا بی‌تردید بخش‌های اصلی از خود غذا هستند؛ چون، تغییر در آن‌ها ممکن است مزه یا فایده غذا را تغییر دهد. اما دقیقاً با همین معیار باید بپذیریم که رنگ و شکل غذا و، به‌طور کلی، ظاهر و زیبایی غذا نیز بخشی اصلی و مهم از خود غذا هستند و بنابراین خود غذا می‌تواند تا ظاهر بصری آن نیز تداوم یابد. حال، که رنگ و شکل غذا بخشی اساسی از غذاست، چرا نباید بشقاب، لیوان، و سایر اجزای سفره یا میز غذا و نحوه چینش یا آرایش آن‌ها و حتی فضا و دکوراسیون محیط را بخشی از غذا در نظر بگیریم؟ چون، طبق معیار مذکور، تغییر در این‌ها نیز ممکن است دست‌کم در لذتی که از غذا می‌بریم تأثیر بگذارند. اما، اگر نیک

بنگریم، همان شهود یا فهم مشترک، که می‌گفت شکل و رنگ غذا بخشی از غذا هستند، حالا می‌گوید سفره و میز و محیط بخشی از غذا نیستند. دلیلش هم روشن است؛ چون این‌ها، گرچه در زیبایی و به تعبیر دقیق‌تر در تجلی زیبایی غذا و در ادراک ما از عطر و بوی غذا مؤثرند، خودشان خورده نمی‌شوند و اساساً خوردنی نیستند. این‌ها بخشی از غذای خوب نیستند اما شرایط حفظ‌بردن از غذای خوب‌اند. می‌توانیم این شرایط لازم برای بهره‌بردن و لذت‌بردن از غذای خوب را «پیراغذا» بنامیم تا بعداً، هنگام ارجاع به این بحث، کارمان راحت‌تر شود؛ «پیراغذا» یعنی همان سفره یا میز غذا و محیط پیرامونی.

حال، در این آزمایش فکری، فرض کنید شما گرسنه‌اید و غذای خوشمزه و مفیدی روی میزی آراسته در محیطی دلپذیر در دسترس شماست. اما مشکلی در این میان وجود دارد: شما متوجه شده‌اید که در آن غذا مواد ممنوعه به‌کار رفته است؛ مثلاً، شما مسلمانید و آن از گوشت حرام درست شده است، یا شما گیاه‌خوارید و در آن غذا گوشت به‌کار رفته است. آیا این غذا، همچنان، غذای خوبی است؟ روشن است که در این شرایط آن غذا برای شما «خوب» نخواهد بود. همان‌طور که پیش از این نیز اشاره کردیم این نسبی بودن حکم عجیبی نیست. شما حتی اگر مسلمان یا گیاه‌خوار هم نباشید اما پزشک یا مشاور تغذیه شما را از خوردن گوشت یا چربی منع کرده باشد باز هم آن غذا برای شما خوب نیست. اما تفاوت این مثال (خوب‌نبودن غذای گوشتی یا پرچرب برای بیماری که رژیم عاری از گوشت یا چربی دارد) با مثال قبلی (خوب‌نبودن غذای حرام برای مسلمان) در این است که «خوب‌نبودن» در اولی به معنای زیان مادی (بهداشتی یا زیست‌شناختی) داشتن است اما در دومی گویا نوعی زیان معنوی (روانی یا روحی) در کار است؛ یعنی، خوب و بدی غذا از ابعاد زیستی و بهداشتی فراتر می‌رود و ابعاد معنوی و دینی یا فقهی هم می‌یابد.

افزون بر این‌ها، خوبی و بدی غذا گاهی ممکن است به معنای مطلوبیت یا نامطلوبیت زیبایی شناختی یا نشانه‌شناختی باشد و آن وقتی است که شما، نه صرفاً برای سلامت، بلکه بیشتر برای رسیدن به زیبایی یا مقبولیت اجتماعی بیشتر (اندام زیبا و دال بر طبقه و گروه خاص یا برتر) قصد دارید به توصیه‌ی متخصص تغذیه گوش کنید. توجه کنید که، اگر شما چنین دغدغه‌های زیبایی شناختی یا نشانه‌شناختی‌ای نداشته باشید، این ابعاد «خوبی و بدی غذایی» نیز برای شما وجود نخواهد داشت؛ زیرا، در فقدان چنین دغدغه‌هایی، اگر شما هوس غذای پرکالری کرده باشید، به لحاظ عاطفی و شناختی، هیچ ناهماهنگی‌ای در درون شما وجود ندارد و بنابراین نه کشمکشی در کار است و نه وظیفه یا مسئولیتی احساس می‌شود. لازمه‌ی این حرف‌ها این است که ارزش غذا یا خوبی و بدی غذا، افزون بر عوامل غذایی، تابع عوامل پیرا غذایی، فقهی، زیبایی شناختی، و نشانه‌شناختی نیز می‌شود.

ارزش یا خوبی و بدی غذا می‌تواند ابعاد اخلاقی و حقوقی نیز داشته باشد. تصور کنید که غذای سالم، مفید، خوشمزه، مُجاز، و وسوسه‌برانگیزی در محیطی ایده‌آل در دسترس ماست اما مال ما نیست، یا موقع خوردن آن چشمان به کارتن خواب گرسنه‌ای می‌افتد، دست‌کم برای مدتی کمتر لذت می‌بریم. چرا؟ آیا مزه و فایده‌ی غذا در این مدت ناگهان کم می‌شود؟ در نگاه اول، نه و گویا فقط، به جهت افت ارزش پیرا غذایی، برخی شرایط لازم برای لذت بردن از غذا احراز نشده‌اند. اما وقتی دقیق‌تر به ماجرا فکر می‌کنیم می‌بینیم واقعاً مزه و فایده‌ی غذا نیز کم شده است؛ زیرا، همان‌طور که گفتیم، مزه یک کیفیت ثانویه است و ذهن و روان کسی که غذا می‌خورد در این کیفیت تعیین‌کننده است. وقتی از «ذهن و روان» صحبت می‌کنیم از مجموعه‌ای به هم پیوسته سخن می‌گوییم شامل امور حسی و ادراکی، امور عاطفی و هیجانی، امور شناختی از جمله فرایندهای شناختی (مثل تمرکز،

تشخیص، استنتاج، تفکر، و...)، و گرایش‌های شناختی (مثل باورها، آرزوها، بیم‌ها، و امیدها)، و محتواهای شناختی (مثل اطلاعات، افکار، و خاطرات) و نیز خواسته‌ها، امیال، و ارزش‌ها (مثل ارزش‌های اخلاقی، معنوی، فقهی، زیبایی‌شناختی، نشانه‌شناختی، و اقتصادی). مجموعه این‌ها را، وقتی درباره موضوع خاصی مثل «غذا» در نظر بگیرم، می‌توانیم «ذهنیت‌مان درباره غذا» بنامیم. ذهنیت ما درباره غذا یعنی همان عقیده و علاقه غذایی ما و ذوق و سلیقه غذایی ما. این ذهنیت، همان‌طور که اشاره شد، مؤلفه‌های فراوانی دارد که شاید دو مؤلفه عمده عاطفی و شناختی از همه مهم‌ترند؛ مثلاً، این باور که «خدا روزه‌خوار را دوست ندارد» می‌تواند در ذائقه مؤمن، هنگام روزه‌خواری، تأثیر منفی بگذارد، یا مثلاً وقوف به این‌که این غذا دست‌پخت مادر است یا شبیه آن می‌تواند یادآور خاطرات کودکی‌مان باشد و عواطف ما را تحریک کند و، به موجب آن، مزه غذا در ذهن و دهانمان تغییر کند. نه تنها آگاهی و وقوف به این عوامل بلکه حتی، به نحو ناخودآگاه نیز، برخی محرک‌های غذایی یا پیراغذایی ممکن است در درک مزه غذا تأثیرگذار باشد. ازسوی دیگر، برای هضم و جذب غذا لازم است فعل و انفعال‌های فیزیولوژیک مناسبی رخ دهد و، مثلاً، از بزاق دهان تا اسید معده و آنزیم‌های روده به موقع و به اندازه ترشح شوند. اما این سازوکار هم به حالات روانی و هم به مواد واردشده به بدن و هم به مزه درک‌شده بستگی دارد. در نتیجه، اگر شرایط پیراغذایی و شناختی و عاطفی مناسب فراهم نشوند، نه تنها مزه غذا بلکه فایده‌بخشی آن نیز ممکن است تغییر کند، و حتی ممکن است مضر شود. اما مگر ما نکفتیم غذای خوب یعنی غذای خوشمزه و مفید، پس وقتی شرایط محیطی و شناختی و عاطفی فراهم نیست، عملاً غذایی که می‌خوریم غذای خوبی نخواهد بود، حتی اگر با بهترین مواد و به دست بهترین آشپزها طبخ و آماده شده باشد.

بحث مشابهی را می‌توان درباره لباس خوب، خانه خوب، شغل خوب،

دوست خوب، و سایر نیازها یا بخش‌ها یا حوزه‌های زندگی پیش کشید. وجه مشترک همه این‌ها در اتصافشان به «خوبی» است. «خوب» در اینجا یعنی «مطلوب» یا «ارزشمند» یا «هنگار» و رویکرد ما در همه این بحث‌ها ارزش‌شناختی است؛ یعنی ما وقتی درباره غذای خوب صحبت می‌کنیم رویکرد ما هستی‌شناختی یا معرفت‌شناختی نیست بلکه ارزش‌شناختی است و مراد از «ارزش» ممکن است ارزش تغذیه‌ای، درمانی، بهداشتی، اقتصادی، اخلاقی، ... یا ترکیبی از آن‌ها باشد.

به این نکته نیز باید توجه کنیم که بحث ارزش‌شناختی لزوماً با رهیافت توصیه‌ای نیست؛ زیرا وقتی ما درباره غذای خوب سخن می‌گوییم ممکن است رهیافت ما توصیفی باشد: از نظر مردم، یا از نظر مردم در این کشور، در این دین، در این مقطع تاریخی، در این مقطع سنی، در این موقعیت، ...، غذای خوب چه غذایی است؟ آن‌ها (یا او) چه غذایی را به عنوان «غذای خوب» توصیف می‌کنند (یا می‌کند)؟ (ارزش‌شناسی توصیفی و تجربی)، و ممکن است رهیافت ما توصیه‌ای یا تجویزی باشد: برای مردم، یا برای فلان شخص یا گروه، ... چه غذایی خوب است؟ چه غذایی را باید به عنوان «غذای خوب» توصیه یا تجویز کرد؟ (ارزش‌شناسی توصیه‌ای یا تجویزی). این بحث نه تنها درباره بخش‌ها یا حوزه‌های خاص زندگی بلکه درباره کل زندگی نیز قابل طرح است. در سطح کلان بحث، پرسش اساسی این است که «زندگی خوب» چیست؟ برای زندگی خوب چه معیار یا استاندارد به کار می‌رود یا باید به کار بست؟ و چگونه می‌توان این معیار و استاندارد را به کار بست تا خوب زندگی کرد؟ این‌ها از مهم‌ترین پرسش‌هایی‌اند که افراد و حکومت‌ها می‌پرسند، یا باید بپرسند، و به دنبال بهترین پاسخ باشند. کتاب‌های فراوانی در این باره نوشته شده است؛ کتاب‌هایی درباره «خوب‌زیستی» یا «نیک‌زیستی» یا «به‌روزی» یا well-being. فراسوی اقتصاد یان آت نیز یکی از آن‌هاست.

ما، در این مقدمه، به تعریف غذای خوب پرداختیم و گفتیم غذای خوب دارای برخی مؤلفه‌های عینی، مثل سالم و مفیدبودن، و برخی مؤلفه‌های ذهنی، مثل سیرکنندگی و خوشمزگی، است. یان آت نیز در این کتاب دو نوع نیک‌زیستی را از هم متمایز کرده است: عینی^۱ و ذهنی^۲. نیک‌زیستی عینی عبارت است از زیستن در وضعیت عیناً مطلوب: وضعیت استاندارد که ویژگی‌های آن را افراد متخصص یا نهادهای مرجع، مثل اقتصاددانان، پزشکان، و روان‌شناسان، یا برخی سازمان‌های جهانی توصیف یا توصیه می‌کنند. از معروف‌ترین شاخص‌ها برای سنجش نیک‌زیستی عینی افراد می‌توان به بهداشت، آموزش، ثروت، و درآمد فردی آن‌ها یا برابری قدرت خرید^۳، امید به زندگی و تولید ناخالص داخلی^۴ کشوری که در آن زندگی می‌کند اشاره کرد. نیک‌زیستی درونی، اما، چیزی نیست جز شادکامی^۵ و مراد از شادکامی در اینجا یعنی خشنودی پایدار فرد از کلیت زندگی^۶؛ یا، به تعبیر نویسنده، ارج‌گذاری پایدار به کلیت زندگی.

ما در تعریف غذای خوب، افزون بر تمایز خوبی عینی و ذهنی، مؤلفه‌های شناختی و عاطفی در خوبی ذهنی را هم متمایز کردیم. یان آت نیز به تفکیک مشابهی در بحث از شادکامی اشاره می‌کند. گاهی، در شادکامی پژوهی‌ها، شادکامی شناختی را از شادکامی عاطفی متمایز می‌کنند، اما به نظر می‌رسد این تفکیک عملاً ممکن نیست و بنابراین باید نوعی شادکامی با عنوان شادکامی فراگیر^۷ را رصد یا جست‌وجو کنیم که دارای هر دو مؤلفه شناختی و عاطفی است. توجه به این ظرائف موجب می‌شود شادکامی سنجی ما دقیق‌تر و معقول‌تر شود.

1. objective

2. subjective

3. PPP

4. GDP

5. happiness

6. life-as-a-whole

7. overall

مقایسه غذای خوب با زندگی خوب از جهات دیگری نیز روشن‌گر است؛ مثلاً، در هر دو، وجه عینی بیشتر و پیش‌تر به ذهن و زبان می‌آید اما وقتی عمیق‌تر می‌اندیشیم متوجه اهمیت وجه پیرامونی و ذهنی آن‌ها می‌شویم. هردو امری نسبی‌اند؛ یعنی، همچنان که یک ترکیب مادی از مواد غذایی ممکن است برای کسی غذای خوب و برای دیگری غذای بد محسوب شود، زیستن در یک وضعیت مادی و اجتماعی نیز ممکن است از نظر کسی «خوب» و از نظر دیگری «بد» ادراک یا توصیف شود. گرچه برخی اشتراکات نیز، در هر دو مورد، غیرقابل انکار به نظر می‌رسد؛ مثلاً، همچنان که در اغلب مواقع آب گوارا برای هر انسان تشنه‌ای لذت‌بخش و مفید است، تندرستی، ثروت، محبوبیت، و نظایر آن‌ها نیز از نظر اغلب انسان‌ها شاخصه‌های زندگی خوب محسوب می‌شوند و بود و نبود آن‌ها در ارج‌گذاری یا عدم ارج‌گذاری به کلیت زندگی یا در خشنودی یا عدم خشنودی از کلیت زندگی، به‌نحو مستقیم و غیرمستقیم، تأثیر می‌گذارد. در هر دو مورد، امور پیرامونی بسیار تعیین‌کننده است. همچنان که فضای غذای خوری و اشیاء و اشخاصی که در این محیط‌اند در ادراک مزه غذا تأثیر گذارند نیک‌زیستی نیز بدون رفاه اجتماعی، امنیت اجتماعی، عدالت اجتماعی، و آزادی اجتماعی، اگر نگوییم غیرممکن است، حتی برای پیروان اپیکور نیز بسیار دشوار است.

نویسنده مدعی است افراد برای رسیدن به نیک‌زیستی خودشان و حکومت‌ها در سیاست‌گذاری برای فراهم کردن شرایط نیک‌زیستی شهروندان باید از چنبره معیارهای صرفاً اقتصادی و عینی خارج شوند و به هر دو نوع نیک‌زیستی توجه کنند و برای این کار باید درباره مؤلفه‌های مفهومی و شاخص‌های هر دو نوع نیک‌زیستی و درباره رابطه بین آن‌ها بازاندیشی کنند. او به نظرورزی و تحلیل مفهومی نیک‌زیستی و شادکامی بسنده نکرده و بیشتر، با اتکاء به داده‌های دقیق و اخیر نهادها و سازمان‌های

مختلف مثل پایگاه جهانی داده‌ها درباره شادکامی، رصدخانه بهداشت جهانی وابسته به سازمان جهانی بهداشت و مؤسسه نظرسنجی گالوپ، نشان می‌دهد که برای خوب زندگی کردن باید به‌سوی اقتصاد بهتر و فراسوی اقتصاد، یعنی شادکامی، اندیشید و در این جهت برنامه‌ریزی کرد و قدم برداشت.

یان آت، در توصیف هدفش، می‌نویسد: «هدف این کتاب ارائه طرحی برای یک جامعه بی‌نقص نیست بلکه کاهش سردرگمی درباره مفهوم و ماهیت شادکامی است. کاهش سردرگمی درباره شادکامی، به‌عنوان استاندارد نیک‌زیستی درونی (ذهنی) و بیرونی (عینی)، می‌تواند مذاکرات و مکالمات مربوط به آن را اثربخش‌تر کند. این کتاب با کاستن سردرگمی‌ها درباره شادکامی پذیرش آن را، به‌عنوان استاندارد توصیفی بالقوه یا به‌عنوان استاندارد تجویزی بالقوه، میسرتر می‌سازد و شناسایی و تحلیل کاستی‌های فعلی نئولیبرالیسم را آسان‌تر می‌کند».

از نظر نویسنده کتاب، کاهش سردرگمی درباره شادکامی، چه به‌عنوان استاندارد نیک‌زیستی درونی و شخصی و چه نیک‌زیستی بیرونی و همگانی، می‌تواند از جهات دیگری نیز برای اشخاص، مدیران، و سیاست‌گذاران مفید باشد، و به‌خصوص امکان توسعه را تا فراسوی اقتصاد پیش ببرد.

امیدوارم ترجمه این کتاب گام مؤثری باشد در جهت موضوعیت یافتن شادکامی برای زندگی ما ایرانیان، و تلنگری باشد برای سیاست‌گذاران و سیاست‌مداران کشورمان تا فراموش نکنند که توجه کردن و ارجاع دادن به شاخص‌های عینی نیک‌زیستی، گرچه لازم است، به‌هیچ‌وجه کافی نیست. اگر شادکامی جمعی شهروندان در ارزیابی عملکرد دولت‌ها و در سنجش کیفیت برنامه‌ها و دستاوردهای حکومت نادیده گرفته شود، طبق آخرین استانداردها، ارزیابی و سنجش ناتمام و بی‌اهمیتی است، و اگر طبق آن سنججه‌ها و استانداردها شادکامی جمعی شهروندان به حد رضایت‌بخش

نرسیده باشد آن حکومت به رسالت و وظیفهٔ اساسی خود عمل نکرده است، و برای رفع این ایراد بزرگ باید سنجه‌ها و استانداردهای مربوط به شادکامی را، به عنوان خطوط راهنما، وارد برنامه‌ها و اسناد بالادستی کند.

نکاتی دربارهٔ ترجمهٔ این کتاب

برای استفادهٔ بهتر از ترجمهٔ فارسی این کتاب شاید بهتر باشد به نکاتی توجه کنیم. در واقع، برخی اصطلاحات کلیدی در این کتاب برابر نهادهای مختلفی در زبان فارسی دارد و، بنابراین، خواننده بهتر است نیم‌نگاهی به این اصطلاحات در زبان و متن مبدأ (انگلیسی) داشته باشد. یکی از آن‌ها واژهٔ happiness است. از بین «خوشبختی»، «سعادت»، «خوشی»، «خوشحالی»، «خوش‌روانی»، «شادی»، «شادمانی»، «کامروایی»، «کامرانی»، و «شادکامی»، من آخرین گزینه را برگزیده‌ام و مهم‌ترین دلیل نیز جاافتادگی و توافق نسبی است که به خصوص در دو دههٔ اخیر در ترجمهٔ کتاب‌های مشابه به چشم می‌خورد. البته، متداول شدن و مصطلح شدن نباید تنها دلیل ما باشد، به خصوص اگر متضمن خطایی فاحش باشد. دو برابر نهاده نخست، یعنی «خوشبختی» و «سعادت»، متضمن نوعی تقدیرگرایی اند و برای متنی که برای مدیریت زندگی و نیل به نیک‌زیستی نوشته شده است چندان مناسب به نظر نمی‌رسند. تعابیر دیگر مثل «شادی»، «خوشی»، و «شادمانی» نیز بیشتر معادل joy و مترادفات آن است: احساس لذت شدید از یک امر جزئی مثل شنیدن یک خبر خوب که اغلب همراه با ظهور و بروز هیجانی مثل لبخند، خنده، یا پایکوبی است. در حالی که happiness در این کتاب بیشتر بر آن وضعیت درونی دلالت دارد که اولاً، افزون بر وجه عاطفی، وجه شناختی نیز دارد و این وجه شناختی، اگر نگوییم مهم‌تر است، دست‌کم به اندازهٔ وجه عاطفی اهمیت دارد. ثانیاً، بیش از عواطف و هیجانات کوتاه‌مدت و مقطعی شدید، بر وجه عاطفی و شناختی پایدار

آدمی دلالت دارد، و ثالثاً، بیش از آنکه درباره یک امر جزئی باشد، ناظر بر کلیت زندگی است. به نظر می‌رسد از بین برابرنهاده‌های مختلفی که برشمردیم «شادکامی» کمتر از بقیه گزینه‌ها بر این سه مؤلفه happiness دلالت ندارد. بنابراین، در چنین شرایطی، ارجاع و استناد به جافتادگی و متداول شدن آن («شادکامی») در ترجمه‌های اخیر موجه به نظر می‌رسد.

دومین و سومین کلیدواژه مهم در این کتاب دو لفظ «subjective» و «objective» است. اغلب مترجمان آن‌ها را به ترتیب «ذهنی» و «عینی» ترجمه می‌کنند که در بسیاری از متون برابرنهاده‌های مناسبی به نظر می‌رسند. اما در بافتار این کتاب بهتر است از تعبیر «درونی» و «بیرونی» استفاده کنیم. در حقیقت، مشکل اصلی در اینجا ترجمه subjective است و، بنا بر دلایلی که خواهم گفت، ترجمه subjective happiness به «شادکامی ذهنی» غلط‌انداز است. این غلط‌اندازی درباره برابرنهاده «عینی» برای objective احساس نمی‌شود و بنابراین در اینجا می‌شد از تعبیر «شادکامی عینی» استفاده کرد. اما، برای حفظ تقارن لفظی با «شادکامی درونی»، آن را نیز باید «شادکامی بیرونی» تعبیر کنیم تا در مقابل «درونی» خوش بنشیند. و اما لفظ «subjective»، که از کلیدی‌ترین الفاظ این کتاب است، بر یکی از پیچیده‌ترین مفاهیم فلسفی دلالت دارد. این مفهوم در زبان فارسی بسیار بالاتکلیف مانده و برابرنهاده‌های مختلفی برای آن پیشنهاد شده است: شخصی (علی‌اکبر سیاسی)، ذهنی (صناعی)، درونی (آریان‌پور)، درون‌ذاتی (فروغی)، درون‌خودی (مصاحب)، درون‌آختی (ادیب‌سلطانی)، انفسی (داریوش)، فاعلی (منصور)، اعتباری (مجتبوی)، بعضی از مترجمان نیز «سابجکتیو» را به همه این‌ها ترجیح داده‌اند. از بین تعبیری که اشاره شد، دو تعبیر متداول‌تر عبارت‌اند از: «ذهنی» و «شخصی». در برخی متون، انتخاب یکی از این‌ها کار را برای خواننده ایرانی راحت‌تر می‌کند اما گاهی این کار گمراه‌کننده می‌شود، از جمله در

این کتاب؛ چون لفظ «ذهنی» گاهی، و از جمله در این کتاب، بیشتر معادل «mental» است تا «subjective». لفظ «شخصی» نیز با امر شخصی^۱ به معنای امر «خصوصی»^۲ و در مقابل امر «عمومی»^۳ خلط خواهد شد. به همین ترتیب، حتی برابر نهاده «درونی» نیز با مفاهیم مشابه، مثل «internal» یا حتی «innate» (درون‌زاد)، ممکن است در اینجا مشتبه شود. با توجه به تقابل امر بیرونی آبجکتیو و امر درونی سابجکتیو و با توجه به نقش subject (سوژه، فاعل شناسا) در شناخت و تشخیص ارزش زندگی، شاید بهتر بود از لفظ «شناسندگانی» استفاده کنیم اما، از آنجایی که طیف متنوعی از افراد متخصص و غیرمتخصص ممکن است مخاطب کتاب باشند و برای پرهیز از شلوغ‌تر کردن جنگل برابر نهادهای نامأنوس، آن را نیز کنار می‌گذاریم. در نهایت، به نظر می‌رسد اگر بخواهیم از یک سو به ایده اصلی نویسنده و صاحب نظران که تمایز نوعی نیک‌زیستی که شخص در درون خود احساس می‌کند از نوع دیگر نیک‌زیستی که از بیرون قابل تشخیص و مشاهده است متعهد بمانیم و از سوی دیگر از زبان متعارف چندان دور نشویم از پیشنهاد آریان‌پور استقبال می‌کنیم: «درونی». بنا را بر همین می‌گذاریم، مگر در موارد خاص که ناگزیر شویم به سایر معادل‌ها نیز اشاره کنیم.

یکی دیگر از کلمات کلیدی در این کتاب appreciation است که متأسفانه برابر نهاده ساده و رضایت‌بخشی در زبان فارسی ندارد. در اینجا، به نظر می‌رسد که از میان معانی متعدد آن «ارج‌گذاری» یا «ارج‌نهادن» مناسب‌ترین است. «قدرشناسی» نیز برابر نهاده نسبتاً مترادفی است و، گرچه رایج‌تر و مأنوس‌تر از «ارج‌گذاری» است، در مجموع بهتر از آن نیست. «قدرشناسی» برای کاربر زبان فارسی، اغلب، وقتی به کار می‌رود که شخصی خود را به جهتی و امدار یا مدیون شخص دیگری تشخیص

1. personal

2. private

3. public

می‌دهد یا احساس می‌کند (سپاس‌مندی) یا این احساس و تشخیصش را، اغلب، از باب تکلیف یا احترام، ابراز یا وانمود می‌کند (سپاس‌گزاری) بدون اینکه لزوماً این احساس و تشخیص همراه با نوعی ارزیابی و تحسین و نوعی احساس لذت و بهره‌مندی باشد. بنابراین، فرق اول این است که «قدرشناسی» گویا لزوماً جنبه اجتماعی دارد و قرار است فقط از شخص (انسان، خدا، یا هر موجودی که شخصانیت دارد) باشد نه شیء، اثر، وضعیت، یا هر امر نامتشخص دیگری. بنابراین، برای ما، در زبان فارسی، کمی عجیب است اگر کسی بگوید:

I appreciate this movie.

اما تعجب نمی‌کنیم اگر بگوید:

I appreciate this movie maker.

چون این دومی یعنی «من قدردان (سپاس‌مند، سپاس‌گزار) این فیلم‌ساز هستم»، اما اولی را باید با کمی تکلف این‌گونه بفهمیم که «من قدر این فیلم را می‌دانم». حتی با همین تدبیر نیز ترکیب اضافی «-appreciation of movie» را باید «قدردانی از فیلم» ترجمه کنیم که نه معنای معقولی دارد و نه منظور انگلیسی زبان است. این ترجمه‌ناپذیری از این روست که appreciation برای کاربر انگلیسی تقریباً یعنی «تشخیص یا احساس مطلوبیت یا ارزشمندی کسی یا کاری یا وضعیتی یا چیزی، همراه با احساس لذت و بهره‌مندی از آن، که اغلب منجر به تحسین آن می‌شود». و این مؤلفه‌ها در قدرشناسی غایب یا خیلی کم‌رنگ‌اند و این تفاوت دوم قدرشناسی با appreciation است. البته، شباهت‌های appreciation و قدرشناسی (یا قدردانی) نیز کم نیست؛ از جمله اینکه هر دو بر یک امر مرکب از مؤلفه شناختی مشابه (تشخیص و پذیرش ارزشمندی) و مؤلفه عاطفی مثبت مشابه (ستایش) دلالت می‌کنند. تعریف appreciation در لغت‌نامه آکسفورد و مریام وبستر:

Oxford Dictionary: recognition and enjoyment of the good qualities of someone or something

Merriam Webster: a feeling or expression of admiration, approval, or gratitude.

پیشنهاد استاد مصطفی ملکیان برای این واژه «ارج‌گذاری» است که به نظر می‌رسد مشکل اول «قدرشناسی» را ندارد؛ یعنی متعلق ارج‌گذاری، علاوه بر شخص، می‌تواند آثار و کارها و چیزها و از جمله خود زندگی هم باشد: ارج‌گذاری به فیلم، ارج‌گذاری به زندگی. گرچه همچنان مشکل دوم، یعنی غیاب یا کم‌رنگی برخی مؤلفه‌های معنایی در appreciation (نوعی ارزیابی و به خصوص همراه با نوعی «احساس لذت و بهره‌مندی»)، تا حدودی احساس می‌شود، گویا چاره‌ای نیست و باید به این مقدار از جبر ترجمه تن دهیم؛ زیرا سایر برابر نهاده‌ها اوضاع بهتری ندارند؛ مثلاً «خرسندی» و «خشنودی» نیز با appreciation قرابت معنایی دارد اما اولاً فاقد مؤلفه ارزیابی است و ثانیاً معلوم نمی‌شود که چرا نویسندگان از satisfaction یا contentment استفاده نکرده است.

لفظ emotion و مشتقات آن، مثل emotions و emotional، نیز در این کتاب کلیدی است. من، طبق متعارف‌ترین معادل، آن را «هیجان» ترجمه کرده‌ام و تا جایی که متن اصلی اجازه می‌داد حساب آن را از «احساس»^۱ و «عاطفه»^۲ جدا کرده‌ام؛ مگر جاهایی که خود نویسندگان آن‌ها را به جای هم به کار برده است. رعایت وحدت رویه در این مواقع سخت و تقریباً ناممکن بود.

افزون بر این‌ها، لفظ peculiarities نیز به معنای اصطلاحی به کار رفته است. این لفظ معانی مختلف دارد، از جمله «ویژگی‌ها یا عادت‌های عجیب و غریب». اما، من آن را «ویژه‌عادت» ترجمه کرده‌ام و به نظر

1. feeling
2. affect

می‌رسد دلیل آن در متن روشن است. در انتخاب واژگان برای الفاظی که بار فرهنگی زبان مبدأ را دارند نیز سعی کرده‌ام از ترجمه تحت‌اللفظی فراتر روم؛ مثلاً rat-race یک اصطلاح در فرهنگ انگلیسی است شبیه به «سگ‌دوزدن» اما متضمن نوعی رقابت بی‌حاصل بر سر ثروت و جایگاه اجتماعی است. اما برخی دیگر را ترجیح دادم عیناً ترجمه کنم؛ مثلاً «همپایی با جونزها» یا «چشم و هم‌چشمی با جونزها»^۱ اصطلاحی است که در جهان انگلیسی‌زبان به حس رقابت با همپایان دلالت دارد. در این مسابقه نابخردانه، وضعیت همسایه، به‌عنوان یک استاندارد، طبقه اجتماعی مسابقه‌دهنده را مشخص می‌کند و منجر به رفتارهای اقتصادی نابخردانه در او می‌شود؛ مثل خریدن و انبارکردن کالاهای به‌دردنخور. این اصطلاح از کمیک مصوری به همین نام گرفته شده است. در این کمیک مصور (۱۹۱۳)، جاه‌طلبی خانواده مک‌گینیز^۲ در رقابت با جونزها^۳ به‌تصویر کشیده شده است. جونزها، البته، شخصیت‌های نادیده‌ای در طول اجرای استریپ‌اند که اغلب از آن‌ها صحبت می‌شود اما هرگز نشان داده نمی‌شوند. البته، استفاده از نام جونز برای اشاره به همسایگان یا دوستان استعاری در بحث‌های مقایسه اجتماعی، پیش از کمیک استریپ موماند، هم رایج بوده است؛ از جهتی، شبیه به رقابت حیدری‌ها و نعمتی‌ها در ایران.

1. keeping up with the Joneses
 2. McGinis
 3. Joneses

پیش‌گفتار

سردرگمی درباره معنای شادکامی (۱) و نیک‌زیستی^۱ می‌تواند بازاندیشی‌ها، رایزنی‌ها (مذاکرات)، و گفت‌وگوها را نامیدکننده و بی‌ثمر کند؛ و این مایه تأسف است. زیرا شادکامی و نیک‌زیستی، چه در بحث‌های روزمره و چه در علم سیاست، ازجمله موضوعات مهم و گریزناپذیر به‌شمار می‌روند. شادکامی یعنی نیک‌زیستی درونی^۲؛ یا به عبارت دیگر، شادکامی همان نیک‌زیستی است آنچنان که در خود افراد تجربه می‌شود. نوع دیگر نیک‌زیستی عبارت است از نیک‌زیستی بیرونی^۳؛ یا نیک‌زیستی آنچنان که در نزد کارشناسانی مثل اقتصاددانان، زیست‌شناسان، پزشکان، و روان‌شناسان تعریف و ارزیابی می‌شود. اگر بخواهیم نیک‌زیستی را بفهمیم، باید به هر دو نوع آن و به روابط متقابل بین آن‌ها توجه کنیم.

شادکامی، به عنوان ارج‌گذاری درونی به زندگی^۴، بر پذیرش و به‌کارگیری استانداردهایی استوار است. انسان‌ها آزادند، آگاهانه یا ناآگاهانه، هر استانداردی را که ترجیح می‌دهند بپذیرند. آن‌ها می‌توانند استانداردهای

1. well-being

2. subjective well-being

3. objective well-being

4. the subjective appreciation of life

بسیار مختلف و حتی ناسازگار یا ضد اخلاقی را بپذیرند و هر زمانی هم که بخواهند تغییرشان دهند.

این آزادی، گرچه باید رعایت شود، ممکن است منشأ سردرگمی‌هایی هم باشد. از جمله اینکه اگر افراد استانداردهای بسیار متفاوتی داشته باشند شادکامی آن‌ها مقایسه‌ناپذیر خواهد شد؛ و اگر استانداردهای ناسازگاری را به کار گیرند، شادکامی‌شان پیچیده خواهد شد؛ و مردم، اگر استانداردهای خود را مدام تغییر دهند، شادکامی‌شان ناپایدار خواهد بود؛ و اگر استانداردهای ضد اخلاقی را بپذیرند، شادکامی‌شان حتی ممکن است ضد اخلاقی شود و از این روی چنین استنادی، به عنوان یک استاندارد عمومی، نامناسب محسوب خواهد شد. گرچه، طبق پژوهش‌های انجام‌شده، می‌دانیم که افراد معمولاً استانداردهای سازگار، مقایسه‌پذیر، و اخلاقاً پذیرفتنی را برمی‌گزینند و نیز آن‌ها را مدام تغییر نمی‌دهند، در هر حال، چنین سردرگمی بنیادینی درباره این موضوع وجود دارد.

یکی دیگر از سرچشمه‌های این سردرگمی رابطه بین شادکامی فراگیر^۱، ساحت شناخت^۲، و ساحت هیجان‌ها^۳ است. تشخیص و تفکیک شادکامی شناختی^۴ از شادکامی هیجانی یا عاطفی^۵ با سازوکارهای مختلف چه به عنوان مؤلفه‌های شادکامی فراگیر و چه به عنوان گونه‌های مختلف شادکامی، کار رایجی است. هر دو حالت (۲) پذیرفتنی است، اما شادکامی فراگیر را نباید به عنوان بسامد بالای هیجانات مثبت^۶ یا بسامد پایین هیجانات منفی^۷ تعریف کنیم. اگر افراد استانداردهای متفاوتی را به کار گیرند، به طرق مختلفی هیجانات مثبت و منفی را ارزش‌گذاری خواهند کرد. هیجانات

1. overall happiness

2. cognition

3. emotions

4. cognitive happiness

5. emotional or affective happiness

6. positive emotions

7. negative emotions