

جاذبه‌ی قهر و عشق به زندگی



اریک فروم

برگردان: هما همایون

به راستی ما هنوز زندگی را دوست می‌داریم؟ این پرسش را بعضی‌ها - اگر یکسره بی معنی ندانند دستکم گمراه کننده می‌دانند. مگر همه زندگی را دوست ندارند؟ و مگر عشق به زندگی انگیزه‌ی همه‌ی اعمال ما نیست؟ اگر زندگی را دوست نمی‌داشتیم و برای نگهداری و بهبود آن این همه تلاش نمی‌کردیم، می‌توانستیم زنده بمانیم؟ تفاهم میان آنان که چنین می‌اندیشند و من که چنین پرسشی را مطرح می‌کنم، با اندکی تلاش، شاید چندان دشوار نباشد.

تفاهم با دیگران ممکن است دشوارتر باشد. منظورم این جا آنهایی هستند که به پرسش من با گونه‌ای خشم واکنش نشان می‌دهند. خشمگینانه می‌پرسند چگونه جرات می‌کنم به این که زندگی را دوست داریم شک کنم؟ آیا تمامی تمدن ما، شیوه‌ی زندگی‌مان، احساس‌های مذهبی‌مان و باورهای سیاسی‌مان، از همین عشق به زندگی ریشه نمی‌گیرد؟ آیا کسی که چنین چیزی را زیر علامت سوال می‌برد بنیاد فرهنگ ما را متزلزل نمی‌کند؟ رسیدن به تفاهم، با کسی که به خشم می‌آید بسیار دشوارتر است، چرا که ماهیت خشم همواره مخلوطی از عصبی شدن و حق به جانب بودن است، که هرگونه تفاهمی را دشوار می‌کند. به انسانی که می‌رنجد، آسان‌تر می‌توان با کلماتی خردمندانه و دوستانه نزدیک شد، تا به کسی که به خشم می‌آید. زیرا این یکی رنجش‌اش را با باوری که به حقانیت‌اش دارد می‌پوشاند. آنهایی که به پرسش آغازین من با خشم واکنش نشان می‌دهند، اگر بدانند با طرح این پرسش نمی‌خواهم به کسی حمله کنم، بلکه می‌خواهم خطری را گوشزد کنم که تنها با طرح چنین پرسشی قابل اجتناب است، شاید بهتر با آن پرسش کنار بیایند.

تردیدی نیست که بدون کمی عشق به زندگی نه هیچ بشری می‌تواند وجود داشته باشد و نه هیچ فرهنگی. می‌بینیم انسان‌هایی که حداقل علاقه به زندگی را از دست می‌دهند دیوانه می‌شوند، خودکشی می‌کنند و یا بدون امیدی به بازگشت، به دام الکل و اعتیاد می‌افتند. جامعه‌هایی را هم می‌شناسیم که چنان از هرگونه عشق به زندگی تهی و از ویرانگری سرشار می‌شوند که از هم می‌پاشند و فرومی‌ریزند یا در لبه‌ی پرتگاه قرار دارند. نمونه‌اش آرتک‌ها، که قدرت‌شان در برابر گروه کوچکی از اسپانیایی‌ها چون غبار فروریخت. یا آلمان نازی را بخاطر آوریم که اگر به میل هیتلر پیش می‌رفت در جریان یک خودکشی همگانی قربانی می‌شد. ما در دنیای غرب هنوز در حال متلاشی شدن نیستیم، اما به گواهی نشانه‌های موجود، امکان این حادثه وجود دارد.

اگر بخواهیم در باره‌ی عشق به زندگی سخن بگوئیم، باید نخست ببینیم که از زندگی چه می‌فهمیم. پاسخ به نظر ساده می‌آید. می‌توان گفت زندگی ضد مرگ است. انسان و یا حیوان زنده می‌تواند حرکت کند و در برابر تحریک واکنش نشان دهد. این از یک پیکر مرده برنمی‌آید. پیکر مرده زوال می‌یابد و حتا وجودی چونان سنگ و چوب هم ندارد. آری در اساس می‌توان زندگی را این گونه تعریف کرد. اما من مایل‌ام ویژگی زندگی را کمی دقیق‌تر مشخص کنم: زندگی همیشه گرایش به کمال و یگانگی دارد. به بیان دیگر زندگی به ناچار روندی از رشد و دگرگونی همیشگی است. با پایان یافتن روند رشد و دگرگونی، مرگ فرامی‌رسد. اما زندگی به شکلی وحشی و بی ساختار رشد نمی‌کند. هر موجود زنده باید شکل و ساختاری را به خود بگیرد که در کروموزم‌اش نهفته است. می‌تواند کامل‌تر و بهتر رشد کند، اما نمی‌تواند به چیز دیگری بدل شود که در ذات او نیست.

زندگی همیشه یک روند است؛ روند دگرگونی و شکوفائی و نیز روند همواره‌ی کنش متقابل میان ساختار موجود و محیطی که در آن چیزی زاده می‌شود. هرگز از یک درخت سیب درخت گیلاس بوجود نمی‌آید، اما درخت‌های سیب یا گیلاس، متناسب با عوامل اساسی و شرایط محیط زیست‌شان، می‌توانند زشت‌تر یا زیباتر شوند. رطوبت هوا و تابش نور خورشید، که برای یک گیاه زندگی بخش است، می‌تواند سبب تباهی گیاه دیگری شود. در مورد انسان هم جزاین نیست؛ اما افسوس که آگاهی بسیاری از پدران، مادران و آموزگاران، از آنچه برای انسان سودمند است، از آگاهی یک باغبان درباره‌ی گیاهان‌اش، بسیار کمتر است.

این ادعا که رشد زندگی به گونه‌ای وحشی و غیرقابل پیش‌بینی نیست، بلکه بر اساس یک الگوی ساختاری پیشینی است، به هیچ رو به این معنی نیست. مگر به مفهومی بسیار دور – که جنبه‌های بسیارویژه‌ی یک موجود زنده قابل پیش‌بینی باشد. این یکی از پارادکس‌های بزرگ هر چیز زنده است: قابل پیش‌بینی هست و نیست. با توجه به خطوط کلی، کم و بیش می‌دانیم از یک موجود زنده چه بوجود خواهد آمد. اما زندگی پر از رویدادهای غیرقابل پیش‌بینی است. در مقایسه با نظمی که در قلمرو موجودات غیرزنده حاکم است، هرچیز زنده «بی‌نظم» است. کسی که با همه‌ی وجود خواهان نظم باشد (که نباید فراموش کرد «نظم» همواره مقوله‌ای است از ذهن خود انسان)، بدانسان که در همه‌ی موجودات زنده انتظار وجود یک نظم را داشته باشد، سرخورده خواهد شد. اگر میل او به نظم بیش از اندازه باشد، خواهد کوشید زندگی را تحت نظم درآورد تا بهتر بتواند بر آن سلطه ورزد. و اگر آشکار شود که زندگی کنترل او را نمی‌پذیرد، چه بسا کار به چنان سرخوردگی و خشمی بکشد، که سرانجام بکوشد زندگی را خفه کند و بکشد. او دیگر از زندگی بیزار است، چرا که نتوانسته است خود را از میل

شدید به مهار کردن زندگی رها کند. او در عشق به زندگی شکست خورده است، چرا که همانگونه که یک ترانه ی فرانسوی می‌گوید «عشق فرزند آزادی است».

آنچه گفته شد نه تنها در برخورد با زندگی دیگران، که در مورد زندگی درون خودمان نیز صادق است. همه ی ما آدم هائی را می‌شناسیم که نمی‌توانند خود انگیخته باشند و خود را آزاد حس کنند. چرا که اصرار دارند احساس‌ها، اندیشه‌ها و رفتارشان را کنترل کنند. آن‌ها قادر به انجام هیچ کاری نیستند مگر این که از نتیجه‌ی آن مطمئن باشند. دائم از تردید در رنج‌اند. سخت در تلاش بدست آوردن اطمینان‌اند و اگر نتوانند به این اطمینان دست یابند، تردید بازهم بیشتر آزارشان خواهد داد. آدم‌هائی که اینچنین از بیماری میل به کنترل رنج می‌برند، ممکن است مهربان باشند یا بی‌رحم، ولی یک شرط باید همیشه برآورده شود: موضوع مورد علاقه‌شان باید قابل کنترل باشد. اگر میل به کنترل از اندازه‌ی معینی بیشترشود، می‌گویند شخص به وسواس و سادیسیم شدید دچار شده است. این گونه نام گذاری‌ها برای طبقه‌بندی بیماری‌های روانی سودمند است، از دید دیگری، می‌توان گفت شخص توانایی دوست داشتن زندگی را ندارد؛ از زندگی می‌ترسد، چرا که از هرچه که نتواند کنترل‌اش کند می‌ترسد.

یک قاعده‌ی کلی در مورد هرگونه عشقی وجود دارد، چه عشق به زندگی باشد، چه عشق به یک انسان دیگر، به یک حیوان، و یا یک گل: من هنگامی می‌توانم دوست بدارم که عشق من درخور معشوق باشد و با نیازها و طبیعت او همخوانی داشته باشد. عشق من به گیاهی که به آب کم نیاز دارد، خود را در این نشان می‌دهد که تنها همانقدر که نیاز دارد به آن آب بدهم. اگر درباره‌ی «آنچه که برای گیاهان سودمند است» یک پیش‌باوری دارم، مثلاً این که همه‌ی گیاهان به آب فراوان نیاز دارند، گیاه

را خراب خواهم کرد و از بین خواهم برد، چون نمی‌توانم آن را چنان که بایسته‌ی اوست دوست بدارم . پس فقط دوست داشتن و «بهترین آرزوها» را برای یک موجود زنده‌ی دیگر داشتن، کافی نیست. تا ندانم نیاز یک گیاه، یک حیوان، یک کودک، یک مرد، و یا یک زن چیست، و تا نتوانم خود را از پیش فرض‌ام در این باره که بهترین چیز برای دیگران چیست و از میل‌ام به کنترل دیگران، رها کنم، عشق من ویرانگر است بوسه‌ی مرگ است .

بسیاری از آدم‌ها نمی‌توانند دریابند چرا از عهده‌ی جلب محبت کسی، که او را بشدت و با شورو حرارت فراوان هم دوست دارند، بر نمی‌آیند. یا حتا او را می‌رمانند. آن‌ها از سرنوشت بی‌رحم خود شکایت می‌کنند. و نمی‌توانند بفهمند چرا عشقشان در دیگری عشقی را بیدار نمی‌کند. اینان اگر بتوانند دست از شکایت از زندگی و دلسوزی برای خود بردارند، شاید این نکته کمک‌شان کند و شاید حتا بتواند جریان غم‌انگیز رویدادها را تغییر دهد. بشرط این که از خود بپرسند آیا عشقشان با نیازهای معشوق همخوان است یا پی‌آمد پندار پابرجایشان، از آن چیزی است که برای دیگری بهترین می‌دانند.

از کنترل تا بکارگرفتن زور فاصله تنها یک گام کوتاه است. آنچه در مورد کنترل زندگی معتبر است، در مورد بکارگرفتن زور هم اعتبار دارد: عشق و قهر دو برابر نهاد آشتی ناپذیراند . در کنش انسان شاید هیچ دوگانگی بیش‌تر از دوگانگی عشق و قهر نباشد. هردو در طبیعت ما ریشه‌های ژرف دارند. هردو در اساس راه‌های ممکن برخورد با واقعیت و چیره شدن بر آن‌اند. هنگامی که من اینجا از قهر سخن می‌گویم نباید فوری به خشونت، تهاجم، حمله، و جنگ اندیشید؛ این‌ها شیوه‌های بروز شدیدتر قهر هستند، ولی با اصل قهر مساوی نیستند. بیشتر انسان‌ها اصل قهر را چنان طبیعی و بدیهی می‌دانند که

اساساً هیچ احساس خاصی نسبت به آن ندارند. اما قهر به عنوان یک اصل، به هیچوجه پاره‌ای از «طبیعت انسانی» ما نیست.

خیلی‌ها اصل زور را ساده‌ترین و مناسب‌ترین راه گشودن یک مشکل می‌دانند. هنگامی که کودکی از انجام کاری که به عهده دارد خودداری می‌کند، برای مادر بهترین و سریع‌ترین راه این است که کودک را با زور به آن کار وادار کند. مادر قدرت دارد، پس کودک باید تسلیم شود. چرا مادر نباید از قدرتش استفاده کند؟ البته شیوه‌های گوناگونی برای بکار بردن زور وجود دارد - شیوه‌های دوستانه‌تر و یا ناخوشایندتر. میتوان بدون تهدید به خشونت، که به عنوان آخرین تیر ترکش باقی می‌ماند، به اقناع کودک کوشید. اما میتوان هم فوری دست به تهدید زد. میتوان تناسب را رعایت کرد، و فقط به همان اندازه زور بکار برد که برای رسیدن به هدف لازم است. کسی که گرایش به سادیسم دارد، فوری خشونت می‌ورزد، و آن‌هم با شدتی به مراتب بیش از آنچه وضعیت ایجاب می‌کند.

قهر الزاماً به معنی تهدید بدنی نیست؛ می‌تواند جنبه‌ی روانی داشته باشد، بدینسان که آدم با استفاده از تاثیرپذیری و نادانی یک کودک، او را گول بزند، به اشتباه بیاندازد، و یا او را به فورم مورد علاقه‌ی خود در آورد. قهر تنها بر هدف معین اثر نمی‌گذارد، در کسی هم که آن را به کار می‌گیرد رضایت شدیدی ایجاد می‌کند، بشرطی که طرف مقابل نتواند بدرستی از خود دفاع کند. قهر، با نیرو، چیرگی و اقتدارش مشروع می‌شود. اما چه مشروعیت فریبنده‌ای! در واقع چنین انسانی تنها به این دلیل برتر است که از کودک بزرگ‌تر و نیرومندتر است. در برابر مردی هفت‌تیر بدست، او، این آدم قدرتمند، همچون یک کودک است.

چنین موضعی در برابر کودکان، تنها یکی از جلوه‌های ممکن زور است. در زندگی شخصی و اجتماعی بزرگسالان هم می‌توان آن را دید، و تازه بیشتر، چرا که احساس مهربانی، که بیشتر ما در برابر کودکان داریم، و می‌تواند موضع‌مان را نرم‌تر کند، کمتر ممکن است در برابر همسالان داشته باشیم؛ و از آن کمتر در برابر بیگانگان. در بیشتر مناسبات میان انسان‌ها، قوانین هستند که از بکاربردن زور جلوگیری می‌کنند. نمونه‌های بسیاری وجود دارد که قوانین کسی را که کوشیده است با بکاربردن زور دیگری را وادار به اجرای خواسته‌های خود کند، محدود کرده‌اند. با این همه قوانین تنها حداقلی از ایمنی را در برابر زور ایجاد می‌کنند. در بسیاری از مناسبات شخصی قوانین نمی‌توانند به گونه‌ای موثر از زور جلوگیری کنند. پدری که از پذیرفتن شغل مورد پسند پسر جوانش سرباز می‌زند، زور بکار می‌برد؛ مادری که اشکریزان دست به دامان شفقت پسرش می‌شود تا او را از ازدواج با دختر مورد پسندش باز دارد، زور بکار می‌برد. کارفرمایی که تهدید به اخراج می‌کند، آموزگاری که شاگردانش را به پذیرش نظرات‌اش وامی‌دارد، و اگر راضی به پذیرش آن نشوند، نمره بد به آنان می‌دهد، همه‌ی این‌ها زور بکار می‌برند. خواه آگاه باشند، خواه نباشند.

مناسبات میان دولت‌ها بوسیله‌ی یک قانون بین‌المللی، که کاربرد قهر را محدود کند، تنظیم نمی‌شود. اصل حاکمیت، که همه‌ی ملت‌ها از آن سود می‌جویند، به دولت اجازه می‌دهد منافع‌اش را به هروسیله‌ای که مناسب می‌داند، اعمال کند؛ از آن جمله، و بویژه، بوسیله‌ی قدرت نظامی یا اقتصادی. ما همیشه بهانه می‌آوریم که قهر را فقط برای دفاع بکار می‌بریم، اما از این که مرگ و ویرانی بی‌امان را برای رسیدن به هدف بپذیریم، خم به ابرو نمی‌آوریم. چنان حساسیت خود را از دست داده‌ایم که

می‌توانیم در همان حال که در روزنامه می‌خوانیم چه شماری از مرد و زن و کودک کشته یا معلول شده‌اند، صبحانه‌مان را با لذت بخوریم.

تردیدی نیست که کاربرد قهر تنها تا زمانی خردمندانه است که آدم نیرومندتر از حریف‌اش باشد. و منطقی هم بنظر می‌رسد که آدم به همین سبب تلاش کند به قدرت قهاره اش بیافزاید. و هر کاری که می‌تواند بکند که دیگری در این پهنه به پای او نرسد. اما در تاریخ، به مراتب موثرتر از زندگی شخصی، می‌شود دید که هرگونه تلاش برای تضمین همیشگی برتری از راه کاربرد قهر، بی‌شک تلاشی است بیهوده. آن چه در سرمستی پیروزی چونان زمینه‌ی ثباتی تغییرناپذیر برای دورانی صدساله می‌نماید، و ریشه در برتری قدرت قهاره دارد، بی‌شک پس از تنها چند دهه در برابر قدرتی دیگر و یا در اثر ضعف درونی متلاشی می‌شود. امپراطوری هزارساله‌ی هیتلر، که تنها پانزده سال پایید، نمونه‌ای است برای پیروزی‌هایی که در درجه‌ی نخست بر پایه‌ی زور بنا شده‌اند.

حتا آن هنگام هم که پنداشته می‌شود زور می‌تواند ثمر دلخواه را ببار آورد، دارویی است با عوارض جانبی خطرناک. در سطح ملی، در نیروهای بازنده میلی شدید به تلافی بجا می‌گذارد، و همزمان به آن‌ها نیز حقانیت اخلاقی می‌دهد که هر آن که شرایط اجازه داد، از زور استفاده کنند. بکارگرفتن زور، روی انسان‌هایی هم که آن را به کار می‌برند عوارض جانبی خطرناک می‌گذارد. کسی که از زور استفاده می‌کند خیلی زود نیروی ابزار زور را (ثروت‌اش را، مقام‌اش را، اعتبارش را، توپ و تانک‌اش را) با قدرت خودش اشتباه می‌گیرد. او در واقع هیچ تلاش نمی‌کند خودش: روح‌اش، عشق‌اش و نیروی زندگی در خودش، را نیرومندتر کند، بلکه همه‌ی انرژی‌اش را صرف تلاش برای کارا تر کردن

ابزارش می‌کند. همچنان که ظرفیت او در بکارگیری خشونت بالا می‌رود، خود او ضعیف‌تر می‌شود و از یک نقطه‌ی معین دیگر راهی برای بازگشت وجود ندارد. او راه دیگری ندارد جز این که با واقعیت به گونه‌ای قهرآمیز برخورد کند و همه چیزش را داو پیروزی روش‌هایش بگذارد. زندگی در درونش نمی‌جوشد، دلبستگی‌اش کمتر است و کمتر کسی به او دل می‌بندد؛ البته او هراس بیشتری را برمی‌انگیزد و طبیعی است که بسیاری را هم به شگفتی وامی‌دارد.

راه عشق از راه بکارگرفتن زور جدا است. عشق کوشش می‌کند بفهمد، ایمان بدهد و جان بدمد. این است که عاشق، خود نیز، همواره در حال دگرگون شدن است. بهتر حس می‌کند، ژرف‌تر می‌بیند، سازنده‌تر است و با خود یگانه‌تر. عشق نه به معنای احساساتی‌گری است و نه سستی، بلکه روش تاثیر گذاردن و دگرگون کردن است، بدون عوارض جانبی خطرناکی که در بکارگرفتن زور وجود دارد. عشق، برخلاف قهر، به بردباری، کوشش درونی و بیش از همه به جرات نیاز دارد. کسی که می‌خواهد به یاری عشق بر مشکلی چیره شود، باید جرات تحمل سرخوردگی را داشته باشد و برغم زمین خوردن‌ها بردبار بماند. او نیازمند به ایمان به قدرت خودش است و نه به انحراف از آن: یعنی زور

آنچه تا کنون نوشته‌ام چیزی نبوده است که کسی نداند. باوجود این نوشتن آن بیهوده نیست. چرا که این‌ها را می‌دانیم و نمی‌دانیم. با توضیحات‌ام در باره‌ی خشونت و عشق، به مثابه‌ی دو موضع اصلی در برابر زندگی، بویژه می‌خواهم آگاهی‌مان را بر آنچه می‌دانیم ولی آگاهانه نمی‌دانیم، برانگیزم. باید واکنش‌مان را در برابر کودک‌مان، یک سگ، همسایه، یک فروشنده، یک حریف سیاسی و یا حتی دشمن سیاسی به دقت مشاهده کنیم؛ باید بدانیم که چگونه با کمترین سرخوردگی بدمان منقبض

می‌شود و به قهرروی‌آور می‌شویم، و اگر ابزاری برای قهر نیافتیم و یا این ابزار در دسترس‌مان نبود، چگونه احساس شکست می‌کنیم. چه بسیارند لحظه‌هایی که احساسی چونان شاه داستان «آلیس در سرزمین عجایب» داشته‌ایم: «گردن بزنیید»!

اگر می‌خواهیم گرایش‌مان را به برخورد قهرآمیز ناگهانی بشناسیم، باید خیلی به دقت خود را زیر نظر بگیریم و گوش به زنگ واکنش‌هایی باشیم که کمتر از آن آگاهیم. پس از آن باید به فکر راه بهتری بود؛ از آمادگی به رویکرد قهرآمیز باید دست برداشت و بجای آن هشیار و بردبار بود. آدم بجای این که هر دم بپرسد که حاصل این کار چیست، باید هرچه بیشتر دل به روند کار بسپارد و مشاهده کند که چگونه آرامش می‌یابد و انقباض‌ها و اضطراب‌ها از میان می‌روند.

بکارگیری قهر تنها یکی از راه‌های حل مشکل بشر است. ولی انتخاب این راه تنها برای کسی ممکن است که به ابزار قدرت دسترسی دارد. و تازه هنگامی هم که کاربرد قهر برای حل مشکلات زندگی باشد، راهی رضایت‌بخش نیست. چرا که انسان را به ابزار قدرت خود وابسته می‌کند. آدم را تنها و ترسو می‌کند. قهر، اگر هم پاسخی ممکن به زندگی باشد، پاسخی است پوچ، نه تنها به دلیل غیرقابل اعتماد بودن قدرت، بلکه بویژه از آن رو که در برابر مهمترین مشکل زندگی بشر، گریزناپذیر بودن مرگ، کاری از قدرت ساخته نیست. قدرت‌مندترین انسان‌ها هم همانگونه از مرگ شکست می‌خورند که ناتوان‌ترین آن‌ها. نیش این شکست ناگزیر اصل قهر را به پدیده‌ای مسخره بدل می‌کند، اگرچه ممکن است کسی براین امر آگاه نباشد.

عشق، همیشه با علاقه‌ی فعالانه به رشد و نیروی زندگی در آنچه که دوست‌اش می‌داریم، همراه است. جز این نیز نمی‌تواند باشد، چرا که زندگی روند شدن، یگانگی و کمال است. عشق به هرچیز زنده، در شوق یاری رساندن به این رشد خود را بروز می‌دهد. چنانکه پیش‌تر نشان دادم، میل به کنترل و میل به کاربرد قهر با طبیعت عشق ناسازگار است، و تحقق و تکوین آن را سد می‌کند.

شاید بعضی بی‌صبرانه بپرسند چرا این جا سخن از عشق به زندگی است، حال آن که تا کنون من بیش از هرچه از عشق به انسان‌ها، جانوران و یا گیاهان سخن گفته‌ام؟ آیا در اساس پدیده‌ی «عشق به زندگی» وجود دارد؟ و با توجه به این که موضوع واقعی عشق پدیده‌های منفرد و مشخصی مانند انسان‌ها هستند، آیا این (عشق به زندگی) یک پدیده‌ی انتزاعی نیست؟ هنگامی که زندگی به تبع ماهیت‌اش روند رشد و کمال است، و نمی‌توان با توسل به کنترل و خشونت محبوب شد، پس عشق به زندگی هسته‌ی درونی هرگونه عشقی است. عشق به زندگی در یک انسان، در یک حیوان و در یک گیاه است. عشق به زندگی نه تنها پدیده‌ای انتزاعی نیست، بلکه هسته‌ی واقعی و مشخص هرگونه عشقی است. آنکس که می‌پندارد دیگری را دوست می‌دارد، بدون این که زندگی را دوست بدارد، شاید به شدت به آن شخص وابسته باشد - ولی دوست‌اش نمی‌دارد. می‌دانیم، اگرچه بیشتر در ناخودآگاهمان، که چنین است.

وقتی کسی در باره‌ی انسانی می‌گوید «او کسی است که زندگی را براستی دوست می‌دارد»، بیشتر مردم می‌فهمند منظور چیست. در این هنگام ما انسانی را پیش چشم می‌آوریم که هرچه را رشد می‌کند و زنده است دوست می‌دارد. کسی را مجسم می‌کنیم که مجذوب رشد یک کودک، بالندگی، ایده‌ای که شکل می‌پذیرد، و سازمانی است که در حال گسترش است. برای چنین کسی حتا یک چیز جامد، مثل سنگ و آب هم به چیزی زنده بدل می‌شود. هرچیز زنده جذباش می‌کند، نه بخاطر این که بزرگ و قدرتمند است، بلکه برای این که زنده است. بیشتر وقت‌ها می‌توان کسی را که زندگی را دوست دارد از حالت چهره‌اش شناخت. چشم‌ها و پوست‌اش می‌درخشند، درون‌اش و پیرامون‌اش نورانی است. هنگامی که انسان‌ها عاشق می‌شوند، زندگی را دوست دارند. این عشق به زندگی زمینه‌ی کشش آن‌ها به یکدیگر است. اگر عشق‌شان به زندگی سست باشد، دلدادگی‌شان هم از بین می‌رود و نمی‌توانند دریابند چرا چهره‌هایشان، با این که تفاوتی نکرده‌است، دیگر همانی نیست که بود.

آیا عشق به زندگی، بیش و کم، ویژگی همه‌ی انسان‌هاست؟ چه خوب بود اگر چنین بود، اما افسوس انسان‌هایی هم هستند که زندگی را دوست نمی‌دارند، بلکه مرگ، نابودی، بیماری، ویرانی و پراکندگی را «دوست دارند». رویکرد آنان به رشد و زندگی، تنها همراه با نفرت و با آرزوی خفه کردن هردویشان است. آن‌ها از زندگی بیزارند، زیرا نمی‌توانند از آن لذت ببرند و یا بر آن کنترل داشته باشند. آن‌ها دچار بدترین انحراف ممکن هستند، یعنی به مردگان کشش دارند. این آدم‌ها را من «نکروفیل» نامیده‌ام، «مرده پرست»، [مراجعه‌کنید به نوشته‌ای از اریش فروم که خانم گیتی خوشدل با نام «دل آدمی و گرایشش به خیر و شر» به فارسی برگردانده‌اند] و توضیح داده‌ام که گرایش به نکروفیل، در شکل نهادینه شده‌اش از دیدگاه روانپزشکی نشانه‌ی یک بیماری شدید روانی است.

آدم اگر به پیرامون‌اش نگاه کند خواهد دید که همانگونه که کسانی را می‌شناسد که عاشق زندگی هستند، آدم‌هایی را هم می‌شناسد که مرده پرستند، هرچند جرات نکند به این طبقه بندی بیاندیشد؛ چرا که در ظاهر - همه «خوب» و «مهربان» هستند. هنگامی هم که برآستی میل به آدم کشی در کسی چیره شد، دوست داریم شانه بالا بیاندازیم، روی از او بگردانیم و او را «بیمار» بنامیم. شاید هم او بیمار باشد، اما از کجا معلوم که خود ما هم به همان بیماری دچار نباشیم؟ چه چیز بما اطمینان می‌دهد که دوستدار زندگی هستیم، و نه مرده پرست؟

و برآستی هم در فرهنگ معاصر ما، نشانه‌هایی بارز حکایت از این دارند که ما هم اکنون نیز به کششی پنهانی بسوی هرچیز بی‌جان مبتلا هستیم. نمودهای آن را به اندازه‌ی کافی میتوان دید: خشونت ویرانگر و سلطه جونی در سطح بین‌المللی، جنایت و بی‌رحمی در سطح ملی؛ گسترده‌ی فشار و ترس که در میزان فروش داروهای روانی خود را نشان می‌دهد؛ و مصرف مواد مخدر، که می‌خواهد هیجان و تحریک روانی را جایگزین عشق راستین به زندگی کند. برای باور کردن ابعاد واقعه نیازی به آمار نداریم. در هریک از ما، کم و بیش، عارضه‌ی بیماری پیداست. کدامیک از ما می‌تواند بدون یک گیلان مشروب در جمع احساس سرخوشی کند؟ هرگاه بنظر برسد موقعیت ایجاب می‌کند، کوشش نمی‌کنیم برای خود شادی یا نگرانی مصنوعی بوجود آوریم؟ بجای حس می‌خواهیم از راه فکر دریابیم چه چیز در خور یک مناسبت (عروسی، تدفین، اثر خوب یک هنرمند) است. سکس تنها به معنی بدست آوردن «رابطه‌ی جنسی» و هیجان است، بدون این که به دیگری، سوای تنها همین تمنا، احساس دیگری داشته باشیم.

نشانه‌ی دیگر ترس و فشاری که دستخوش آنیم، اعتیاد به سیگار است. هرکس که یکبار خواسته باشد سیگار را ترک کند میداند، که در جمع و یا در هنگام ترس و هیجان، بیشتر وسوسه می‌شود دست به سوی سیگار ببرد. آزمایش زیر را هم هرکس می‌تواند بکند: هرکس سعی کند فقط آرام بنشیند، هیچ حرکتی نکند، چشمش را ببندد و به هیچ چیز نیاندیشد، یکجور ناآرامی را احساس می‌کند، به فکر هزار چیز می‌افتد و منتظر است هرچه زودتر آزمایش به پایان برسد.

این فشار و ترس، تا اندازه‌ای مشکلاتی شخصی هستند و دلیل‌های فردی دارند. ولی بخش گسترده‌ای از آن نتیجه‌ی شیوه‌ی زندگی ما مردم جامعه‌ی صنعتی هستند. بهترین نشانه‌ی آن این که ما به نتیجه بیش از روندی که به آن می‌انجامد علاقه داریم. در بخش تولید صنعتی، ماشین‌ها و دستگاه‌ها هستند که نتیجه را بدست می‌دهند. این، کار را به جایی می‌کشاند که ما خودمان را هم ماشین می‌انگاریم، می‌خواهیم سرعت به نتیجه‌ای برسیم و در جستجوی ابزاری هستیم که بتواند اثر دلخواه را ایجاد کند.

اما ما ماشین نیستیم. زندگی وسیله‌ی رسیدن به هدف نیست، بلکه خود هدف است. روند زندگی، یعنی دگرگونی، رشد، تکامل، آگاه‌تر و هوشیارتر شدن، مهم‌تر از هرگونه ساختن و پرداختن مکانیکی است، به شرط آن که زندگی را دوست بداریم و این توانایی بزرگی است. می‌شود تصور کرد کسی که در پاسخ به این پرسش که چرا کسی را دوست دارد، می‌گوید برای این که موفق، مشهور و ثروتمند است، دچار احساسی ناخوشایند باشد؛ چرا که میداند این‌ها همه برآستی با دوست داشتن ارتباطی ندارند. ولی

اگر گفت دیگری را برای این دوست می‌دارد که سرشار از زندگی است و برای این که لبخندش را، صدایش را، دستهایش را، چشمهایش را دوست می‌دارد، چرا که از آن‌ها زندگی می‌تراوند، در این صورت او برآستی یک دلیل ارائه داده است. همین‌طور است در رابطه با خود شخص. کسی که علاقه‌مند است، مورد علاقه است و آدمی که میتواند دوست بدارد و زندگی را در وجود خود و دیگران دوست می‌دارد، دوست داشتنی است.

بدیهی است دوست داشتن زندگی رویکردی است که در فرهنگی که نتیجه را مهمتر از روند بدست آمدن آن، و اشیاء را مهمتر از زندگی می‌داند، وسیله را جانشین هدف می‌کند، و از ما انتظار دارد جایی که به قلبمان نیاز است فهمان را بکار گیریم، چندان آسان دست‌یافتنی نباشد. عشق به دیگری و به زندگی را نمی‌توان در برابر بهایی معین بدست آورد. رابطه‌ی جنسی را می‌توان اما عشق را نه. عشق، بدون لذت بردن از آرامش وجود ندارد. عشق، توانایی لذت بردن از بودن است، نه از داشتن یا مصرف چیزی یا انجام کاری.

یک علت دیگر دشواری دوست داشتن زندگی برای ما، اشتیهای فزاینده و سیری ناپذیر ما به چیزهاست. تردیدی نیست که چیزها می‌توانند و باید در خدمت انسان باشند. اما اگر در جستجوی آن‌ها، نه به عنوان وسیله‌ی کمکی، که بخاطر خودشان باشیم، می‌توانند کم‌کم عشق و علاقه به زندگی از میان ببرند و انسان را به زایده‌ی ماشین، یعنی به یک شیئی بدل کنند. اشیاء خیلی کارها می‌توانند بکنند، اما نمی‌توانند یک انسان و یا زندگی را دوست بدارند. پیوسته به ما، در مقام مصرف‌کننده، می‌باوراند که شادیمان تنها هنگامی کامل است که چیزی بخریم. چیزی را که تا چند نسل پیش بدیهی

بود، دیگر فراموش کرده‌ایم: این که آدم برای بدست آوردن زیباترین شادی‌های زندگی به هیچ اسبابی نیاز ندارد. پیش شرط بدست آوردن این شادی‌ها، توانایی آرام بودن است، توانایی «خود را به دست چیزی سپردن» و تمرکز کردن.

سفر به ماه تخیل ملیون ها انسان را بر می‌انگیزد، و برای بسیار کسان مسحور کننده تر از تماشای یک انسان ، یک گل، یک رود و یا خودش است. بی‌تردید سفر به ماه شگفت انگیز است چرا که به هوش، بردباری، دلیری و جرات بستگی دارد؛ نه به عشق . از این رو سفر به ماه سمبل زندگی با دستگاه‌های مکانیکی، احساس شگفتی به آن‌ها و به کاربریشان است. دنیای چیزهای ساخته شده بدست انسان، غرورما را برمی‌انگیزد و در همین حال، تهدیدمان می‌کند. هرچه جنبه‌ی چیزبودگی واقعیت برجسته‌تر شود، بکار بردن چیزها برایمان جالب‌تر می‌شود. هرچه ویژگی زندگی را کمتر بشناسیم، کمتر می‌توانیم زندگی را دوست بداریم. قبول کنیم که دل‌بستگی ما به شگفتی‌های تکنیک، که می‌تواند زندگی را به ویرانی بکشاند، بیش از خود زندگی است. آیا اینچنین نیست که برای ما مردم جامعه‌ی صنعتی از بین بردن سلاح اتمی، به گونه‌ای موثر، از آن رو ناممکن شده است، که زندگی برایمان بسیاری از جذابیت‌هایش را از دست داده است؟ و در عوض اشیاء شیفتگی ما را بر می‌انگیزند؟

یک مانع دیگر در راه دوست داشتن زندگی را می‌توان در بوروکراسی رشدیابنده در هرکارمان دید. ما به انگیزه‌ی سودآوری بیشتر دوست داریم فرد را به قالب مناسب «عضوی از جمع» در آوریم، نامیدن این کار با نام‌های گوشنوازتر «کارگروهی» یا «روح جمعی» و جز آن، تغییری در اصل واقعیت

نمی‌دهد. با این ترفند فرد نظم می‌پذیرد و کارکرد او افزایش می‌یابد، اما دیگر او خودش نیست؛ آنچنان که باید از زندگی سرشار نیست، و از دوست داشتن زندگی ناتوان است.

بجاست اگر پرسیده شود آیا این وضع قابل تغییر است؟ آیا باید سیستم تولید انبوه و دست‌آوردهای تکنیکی‌مان را کنار بگذاریم تا بتوانیم دوباره زندگی را دوست بداریم؟ من براین باور نیستم. اما باید از خطر آگاه بود و به چیزهای مادی جایگاه مناسب خودشان را داد و از تبدیل شدن به اشیاء و ایفا کردن نقش جانشین برای آنان دست برداشت. اگر موجود زنده را، بجای این که بخواهیم به میل خود تغییر دهیم، دوست بداریم، آنگاه یک چیز- مثلاً یک شیشه- هم می‌تواند، در اثر کار زندگی بخش بروی آن، مثل کاری که یک هنرمند می‌کند، به چیزی زنده بدل شود. آنگاه می‌آموزیم که کافی است مدتی به تماشای چیز یا کسی بنشینیم تا از آن خوشمان بیاید. اما باید برآستی آن را تماشا کرد، و دنبال بدست آوردن چیزی از آن نبود. آدم باید بتواند آرام باشد. احساساتی که باید با کلماتی پرهیجان مانند: «فوق‌العاده نیست؟» یا : «می‌میرم از این حسرت که باز ببینم‌اش!» بیان شود، چندان ژرف نیست. کسی که می‌تواند یک درخت را چنان تماشا کند که گویی درخت هم او را نگاه می‌کند، کمتر ممکن است که بخواهد پس از آن کلامی بر زبان آرد.

نمی‌توان برای دوست داشتن زندگی نسخه داد، با این همه بسی چیزها میتوان آموخت. کسی که بتواند دست از خیال پردازی بردارد، کسی که بتواند خود و دیگران را چنانکه هست و هستند ببیند، کسی که بتواند بجای گریختن به بیرون با خود خلوت کند، کسی که بتواند تفاوت میان زندگی و چیزها، خوشبختی و هیجان، وسیله و هدف، و بویژه میان عشق و قهر را حس کند، نخستین گام‌ها را در راه

دوست داشتن زندگی برداشته است. پس از نخستین گام‌ها آدم باید دوباره به طرح پرسش‌ها بپردازد. پاسخ‌های پر معنی را در یک سری از کتاب‌ها، اما بیشتر وقت‌ها در خود، میتوان یافت.

یک مسئله نباید فراموش شود: هرچه انسان زندگی را بیشتر دوست بدارد، از این که حقیقت، زیبایی و سلامت زندگی مورد تهدید قرار بگیرد بیشتر باید رنج ببرد. این، آن هم در این روزگار، یک واقعیت است. اما کسی که نسبت به زندگی بی تفاوت می‌شود، تا خود را از این رنج دور نگه‌دارد، رنج بزرگتری را برای خود به ارمغان می‌آورد. هر انسانی که افسردگی شدید داشته باشد، تایید خواهد کرد که احساس اندوه به معنی رهائی از رنج هیچ حس نکردن است. مهمترین چیز در زندگی خوشبخت بودن نیست، زنده بودن است. و بدترین چیز در زندگی رنج بردن نیست، بدترین چیز بی‌تفاوتی است. اگر رنج ببریم می‌توانیم برای از بین بردن سبب رنج بکوشیم. اما اگر هیچ حس نکنیم، افسوس داریم. تاکنون، در تاریخ زندگی بشر، رنج زاینده‌ی دگرگونی بوده است. آیا اکنون باید بی‌تفاوتی همه‌ی توانائی انسان را در تغییر سرنوشت‌اش، از بین ببرد؟