

هنر خوب زندگی کردن

آندرهمورا
مترجم: دکتر بیدار



هنر خوب زندگی کردن

آندره موروا

هنر خوب زندگی کردن

ترجمه‌ی دکتر بیدار

ویراستار: محمد شریف

تهران - ۱۳۸۷

سرنامه	موروا؛ آندره؛ ۱۸۸۵ - ۱۹۶۷. Maurois, Andre
عنوان زده پدیدآور	هنر خوب زندگی کردن / آندره موروا؛ پیدار، ویراستار محمد شریف.
مشخصات نشر	تهران: جدمی، ۱۳۸۷.
مشخصات ظاهری	۲۵۶ ص -
شابک	978 - 964 - 2575 - 27 - 2
رضمیت فیورست، نویسن	فپه.
یادداشت	عنوان اصلی: <i>Un art de vivre</i>
موضوع	راه و رسم زندگی.
شماره افزوده	پیدار، الف. مترجم
شماره افزودن	شریف، محمد، ۱۳۳۰ - ویراستار
زده بندی، کنگره	۱۳۸۶ هـ ۸ م / ۱۵۸۲ BJ
زده بندی، دبیری	۱۷۰۱
شماره کتابشناسی منی	۱۰۶۱۳۰۶



انتشارات جامی

تهران - خیابان دانشگاه - خیابان شهید نظری - شماره ۱۶۲

تلفن: ۶۶۴۰۰۲۲۳

هنر خوب زندگی کردن

نوشته‌ی آندره موروا

ترجمه‌ی دکتر پیدار

ویراستار: محمد شریف

چاپ اول: ۱۳۸۷!

شمارگان: ۱۵۰۰ نسخه

حروفچینی: گنجینه

چاپخانه نماد

حق چاپ محفوظ است.

شابک ۲ - ۲۷ - ۲۵۷۵ - ۹۶۴ - ۹۷۸

۳۹۰۰ تومان

حساب نعمت هایت را داشته باش، نه مصیبت ها
حساب داشته هایت را داشته باش، نه باخت ها
حساب خوشی هایت را داشته باش، نه غم ها
حساب دوستانت را داشته باش، نه دشمن ها
حساب سلامتیت را داشته باش، نه ناخوشی ها

گذشته را نمی توان بازیافت
اما می توان از آن درس آموخت.
آینده نیز از آن ما نیست
هرچند که می توان برای آن برنامه ریزی کرد.
زمان واقعی فقط الان است
پس آن را دریاب که امروز از آن ماست.

فهرست

- سخنی درباره نویسنده این کتاب ۱۱
- بخش اول - هنر نیک اندیشیدن ۱۳
- ۱- جهان و فکر ۱۵
- ۲- فکر کردن با جسم ۱۹
- ۳- فکر کردن با لغات و کلمات ۲۲
- ۴- علم منطق و استدلال ۲۷
- ۵- روش دکارت ۳۲
- ۶- روش تجربی ۴۰
- ۷- خلئی که در تجربه است ۴۷
- ۸- فکر و عمل ۵۵
- بخش دوم - هنر دوست داشتن ۶۳
- ۱- انتخاب معشوق ۶۷
- ۲- تولید عشق ۷۲
- ۳- محبوب شدن ۷۸
- ۴- آیین دلبری ۸۲

- ۵- ستایش و تمجید ۸۶
- ۶- فرهنگ و تربیت ۹۰
- ۷- خسته نشدن ۹۳
- ۸- تقدیس ۱۰۱

بخش سوم - هنر کار کردن ۱۰۷

- ۱- طریقه و روش کار ۱۱۰
- ۲- معاونین: قائم مقام‌ها، منشی‌ها ۱۲۲
- ۳- کاردستی و کار فکری - خانه‌داری ۱۲۹
- ۴- کار دانش‌آموز ۱۳۵
- ۵- فن خواندن ۱۳۹
- ۶- کار هنرمند ۱۴۵
- ۷- فن استراحت کردن ۱۴۸
- نتیجه ۱۵۴

بخش چهارم - هنر فرماندهی کردن ۱۵۷

- ۱- چگونه رئیس انتخاب می‌شود؟ ۱۶۱
- ۲- صفات و خصلت رئیس ۱۶۹
- ۳- فهم و ادراک و هوش رئیس ۱۷۷
- ۴- هنر فرماندهی ۱۸۲
- ۵- هنر حکومت کردن ۱۸۹
- ۶- حقوق و وظایف یک رهبر ۱۹۵

بخش پنجم - هنر پیرشدن ۲۰۱

- ۱- خط سایه ۲۰۵
- ۲- شرط طبیعی پیر شدن ۲۱۰
- ۳- معایب و بدی‌های پیری ۲۱۵
- ۴- آیا می‌توان از پیر شدن جلوگیری کرد؟ ۲۲۶
- ۵- آیا می‌توان به نیکویی پیر شد؟ ۲۳۱
- ۶- دوروش مختلف خوب پیر شدن ۲۳۹
- ۷- فن مردن ۲۴۶
- ۸- نامه‌ای به چند مرد جوان ۲۵۰

سخنی درباره نویسنده این کتاب

کتابی که ترجمه آن تقدیم حضور خوانندگان می‌شود، می‌تواند تا حد کافی مؤثر در توسعه ادراک و فهم عموم در جمیع مسائل زندگانی به‌شمار آید - نویسنده این کتاب را اگر بزرگترین نویسنده معاصر فرانسه و دنیای مغرب زمین ندانیم، باید یکی از بزرگترین آنها بشناسیم که شهرت او برخلاف بسیاری از نویسندگان که بعد از مرگ حاصل می‌شود، همزمان با حیات وی بوده است.

آندره موروا در سال ۱۸۸۵ به دنیا آمد و در سال ۱۹۳۸ به افتخار عضویت آکادمی فرانسه نایل شده است، کتاب راهنمای روش زندگانی و یا هنر خوب زندگی کردن معلم یک زندگانی مرقی با تمام خصوصیات جدید آن به‌شمار می‌رود، هنر فکر کردن به‌نظر نویسنده بزرگترین قدرت و بهترین وسیله به‌دست آوردن سعادت است؛ در رمز دوست داشتن راز زندگانی سعادت‌مند و رمز تشکیل عاقله خوشبخت به‌خوبی پدیدار است.

به‌نظر موروا کار بهترین وسیله اعمال قدرت و معرف درجه توانایی و قدرت شخصی است و هیچ هنر و صنعتی برای یک فرمانده ارتش و یا یک وزیر ارزش تقوی و برتری نفسانی که موروا معلم آن است

ندارد. در راه پیر شدن نیز هنری است و این هنر را موروا با قلم سحر خود به رشته تحریر در آورده است.

عظمت مقام موروا در واقع اجازه می دهد که نسبت به همه مردم از کوچک و بزرگ و وزیر و دبیر، معلم و آموزگار باشد.

آندره موروا در این کتاب هیچگاه دنبال تعلیم اصول رایج ترقی امروزی، یعنی خدعه و تزویر و ریا نرفته و مانند فیلسوفی همه جا اصول صداقت و درستی و راستی و نیک نفسی را تعلیم داده است. همان طور که بین شخصیت این مرد بزرگ با نویسندگان جدیدی که نظیر این عنوان کتاب نوشته اند، بسیار فاصله است. و بین اثری که او به وجود آورده با آثار دیگران این اختلاف و مباینت مشهود و آشکار می باشد.

راهنمایی روش و هنر زندگانی، کتابی است که وجود آن در خانه هر روستایی و شهری، هر شاگرد و هر فرمانده لازم و واجب است؛ بر معلمان و رجال دلسوز و مردان مطلع به ضعف اخلاق و فرهنگ لازم است که این کتاب را به منظور راه و روش جدیدی در زندگانی به همه کس و به همه جا ارائه نمایند تا شاید بدین وسیله راه جدیدی در ترقی و جنبش زندگی همگان پدید آید.

بخش نخست

هنر نیک اندیشیدن

۱- جهان و فکر

دیدگان خود را به طرف پنجره اتاق کار خود برمی گردانم، برای لحظه ای فکر و اندیشه من با تصاویر و اشکالی که به نظر می رسد بر روی شیشه پنجره نقاشی و رنگ آمیزی شده است درهم می آمیزد. من از ورای شبکه هندسی سخت و سنگینی که نرده بالکن را تشکیل می دهد سبزی و خرمی مبهم و مجهول جنگل را که در مه تاریک سبک و کم رنگ مایل به آبی بامدادان پاریس فرورفته مشاهده می کنم. در افق خطی از تپه ها که طرفین آن از درختهای مبهم و تیره رنگ تشکیل یافته و بر روی کوهسار والرین کشیده شده و بیمارستانی که صومعه فلورانتین را که از سروهای سیاه احاطه گردیده به خاطر می آورد. در آسمان پریده رنگ که ابرهای شفاف آنرا پوشانیده گروه چلچله ها در گذر هستند. خیلی دور از جهت ورسای هواپیماها چرخ می زنند و صدا می دهند. این هواپیماها تصور و اندیشه جنگ و بمباران های هوایی و سوت های خطری که در دل نیمه شب کشیده می شد را بیاد می آورند.

به مشاهده درختان و شنیدن آواز پرندگان پایان می دهم، فکر و اندیشه من متوجه مرگ و فتای یک تمدن بشری، پایان امپراتوری

روم، ویرانگی این شهر کوچک ساحلی الجزایر که در قرن سوم میلادی شهری مرفعی و آباد و یکصد سال بعد از آن شهری خرابه و ویرانه‌ای حزن‌آور و غیرمسکون بود متوجه می‌شود. از اینجا من به امکان ویرانگی و خرابی که ممکن است یک‌روز بهره و نصیب پایتخت کشور ما (پاریس زیبا و قشنگ) گردد می‌اندیشم.

نه تنها مناظر فعلی جهان بلکه چهره سرزمین‌های دور دست و حوادث و وقایع پیشین و فرضیات مختلف برامکان حوادث نامرئی آینده اساس موضوع و عنصر اصلی تخیلات و افکار و اندیشه مرا تشکیل می‌دهد.

به نظر می‌آید که قوه تخیل و فکر و هوش من دنیای داخلی است که در آنجا دنیای عظیم خارج بدون تحدید حدود زمان و مسافت منعکس می‌گردد و این همان است که فلاسفه گاهی از آن به عالم صغیر تعبیر کرده‌اند و آن را مدل و نمونه‌ای کوچک از عالم کبیر فلکی که ما در مرکز و حد وسط آن زندگانی می‌کنیم و سعی در درک و فهم و شناخت آن داریم می‌شناسند.

«قوه فکر و هوش و تخیل و ادراک تمام اشیاء و موضوعاتی را که در عالم فلکی محدود شده است مانند فرشته‌ای آسمانی به تصرف خود در می‌آورد» این گفته یک کیمیاگر قرون وسطی است. ولی بهتر است گفته باشیم که قوه فکر و هوش و ادراک سعی می‌کند که تمام اشیاء و موضوعات را به تصرف خود درآورد و این دنیا است که در وجود ما منعکس شده و تغییر شکل یافته است. همان‌طور که آسمان و گلها در استخر باغ منعکس شده‌اند.

آنچه که باعث آشفته‌گی و درهم و برهمی خارج از حد خیالات

مبهم و اندیشه و تخیل گوناگون می شود این است که در اینجا آینه مانند خود موضوع؛ دنیای کوچک داخلی ما مانند عالم بزرگ فلکی همیشه و دائم در حرکت و جنبش است. تنها یک تصویر و علامت است که تا اندازه کمی روشن و صریح به نظر می آید و آن تصویر این طارمی، این برگها و این تپه ها و این پرندگانی است که مکان و زمان حاضر و موجود را تشکیل می دهند. اما آنچه که خاطره و یاد بود است، آنچه جنبه سبقت و تجاوز و پیش بینی احتمالی دارد، آنچه که واجد تعقل و استدلال و بررسی مطالب است، بر حسب امواج دریای داخلی وجود ما در حال تموج و حرکت است.

مجهولات و نادانستنی های من، عشق و احساسات من، خطاها و اشتباهات و فراموش کاری های من، همه به اشیاء تغییر شکل می دهند. در حالیکه خود آن اشیاء هم در هر لحظه به شکل نو و تازه و عجیب دیگری در می آیند. - دنیای وسیع در قوه تفکر و تعقل و ابتکار ماست که مانند نقشه ای که خطوط و حدود آن درهم و برهم و نامشخص است خطوط و راه های آن متحرک و ست و بی بنیاد می باشد، و معذک ما باید هر لحظه بر روی این نقشه خم شده و خط هدایتی را برای خویش انتخاب کنیم.

میل تفکر و تعقل و ادراک صحیح و روشن، دقت طولانی و تفحص بی نهایت و پایان را بر ما تحمیل می کند، همچنان که لزوم رفتار و عمل، ما را به عجله و شتاب وادار می سازد.

یکی از فرزندان ما ضعیف و رنجور و مریض است. کالت و رنج او چیست؟ مزاجی یا روحی؟ یا کمی و چه شخصی باید مشورت کنیم؟ طبابت چه ارزشی دارد؟ آیا پزشکی واقعاً یک علم حقیقی

است؟ اگر علم حقیقی است خود علم چیست؟ تحقیق جدی در این

مسائل خود یک عمر طولانی لازم دارد! پس چه باید کرد؟

لازم است که ما فوری بدین سؤالات جواب بدهیم. چه تأمل در

آن به قیمت جان فرزندان تمام خواهد شد. متأسفانه زمان برای

کاوش و اکتشاف دنیای خارج و درک حقیقت کوتاه است.

تنها تصویری که ما می‌توانیم سریعاً با آن مشورت کنیم تصویر

خیلی کوچک و مغشوش و درهمی است که قوه تفکر و تخیل و هوش

و ادراک به ما عرضه می‌دارد.

ما به کوشش بشر برای پیش‌بینی و حدس و فراست دریافت

موضوع با درهم آمیختن و امتزاج علامات و نمونه‌ها و رموز و تصاویر

و اشباح با اثرات و نتایج بارز اعمالش در بین اشیاء و موضوعات

حقیقی نام قوه تفکر و تخیل و اندیشه می‌دهیم.

بعد از این طرح‌ریزی و ترسیم نقشه اختصاری و اولی است که با

اصلاح و غلط‌گیری، نقشه زندگانی ما رنگ‌آمیزی و نقاشی می‌شود.

برای خوب رفتار کردن به قول پاسکال: «باید کار خود را براساس

خوب فکر کردن متکی سازیم» اما خوب فکر کردن چیست؟

خوب فکر کردن عبارت از: آن است که ما از مدل و نمونه کوچک

داخلی دنیای وجود خودمان براساس دنیای بزرگ و واقعی تصویر

صحیح و صریحی که شایسته وجود خود ماست ساخته باشیم.

اگر قواعد و قوانین دنیای کوچک وجودی ما اندکی با قواعد و

قوانین عالم فلکی و دنیای خارج مطابقت و توافق پیدا کرد، اگر نقشه

جغرافیایی ما با تناسب صریح و دقیق، کشوری را که ما باید در آن

خود را راهنمایی و هدایت کنیم مشخص ساخت، آن وقت برای ما

شانس و توفیق آن حاصل است که اعمال خود را بر حسب احتیاجات و تمایلات و در حدود بیم و ترس خود منطبق سازیم.

آیا همان طور که بشر راه و روش اعمال خود را تعیین می‌کند، روشهایی وجود دارد که به انسان طرق هدایت افکار را بیاموزد و فکر بشری قدرت آن را پیدا می‌کند که راه سهل و آسان را بین موجودات و موضوعات و اشیاء به دست آورد؟

آیا ممکن است که بتوان نقشه حقیقی و صحیحی از جهان ترسیم کرد و به مدد آن نقشه، کشتی خود را به طرف مقاصد و اهداف معین هدایت نمود و به محل و بندری که انتخاب شده دسترسی پیدا کرد؟ اینهاست موضوع گفتگوی ما.

۲- فکر کردن با جسم

به نظر می‌آید که افکاری که بهتر از همه با دنیای اشیاء و موضوعات منطبق شده‌اند، آنها هستند که در جسم و پیکر ما تحت شکل غریزه و عادت نقش بسته‌اند. گریه‌ای بر روی میزی که مملو از اشیاء گوناگون است جست می‌زند. اما او به طوری با ظرافت بر روی میز قرار می‌گیرد که بدون هیچ کوشش ظاهری نه فنجانی می‌شکند و نه با گلدان حتی تماس خفیفی حاصل می‌نماید. - مجموعه‌ای از چنین حرکات و ژست‌ها فرضیه و پنداشت یک حساب و تدبیر عملی از جدیت لازم و یک انتخاب و اختیار مشخص از نظر نیل به مقصود را بوجود می‌آورد. اما نه انتخاب و اختیار و نه تدبیر و احتساب جنبه وجدانی نداشته و گریه در اینجا با عضلات و چشمان

خود فکر کرده است. - او تمام حرکات جسمی آینده را در خلال یک تصویر و عکس حاضر و موجودی تصویر نموده و این تصویرها وضعیات مختلفی را که باید هر لحظه پنجه‌های او، پشت او، سر او به خود بگیرد به خاطر و بیاد او سپرده است!

به همین طریق یک بازی کنندهٔ تنیس یا فوتبال، یک شمشیرزن و یا آکروبات با جسم خود فکر می‌کند. - شمشیر باز در مرحلهٔ خطرناک بازی هیچوقت فرصت آن را ندارد که به خود بگوید: «همین که رقیب من دوبار حمله کرد و خود را عقب کشید، من با دو حمله به او جواب می‌دهم و با یکی دیگر به او ضربت می‌زنم» بلکه او با شمشیر خود و با انگشتانش فکر می‌کند. خود در جوانی با آلات ورزشی ژیمناستیک می‌کردم. من می‌دانستم که یک تمرین ورزشی با بارفیکس و یا پارالل نمی‌تواند به وسیلهٔ من خوب اجرا شود، مگر اینکه من آن را با صراحت و وضوح کامل تصور نموده باشم. - اگر من می‌دیدم که جسم من تاب می‌خورد، اگر من وسعت میدان عمل را قبلاً اندازه گرفته بودم، اگر من در جریان این سبقت فکری و پیش‌بینی احتمالی یک صدم ثانیه‌ای که در آن ماهیچه‌ها منقبض می‌شدند یا ساق‌ها برای جست به طرف میله بلند می‌شدند می‌شناختم حرکات ورزشی برای من آن قدر آسان می‌شد که حکم معجزه را پیدا می‌کرد. اما اگر در این قشر نازک تصویرات حتی یک شکاف و ترک نازک پدید می‌گشت، اگر روی چند میلیمتر روشنی و صراحتی پیدا نمی‌شد، آنوقت آهنگ و قاعده و روش شکست پیدا می‌کرد و عمل غیرممکن به نظر می‌رسید. با چنین تهورات و فکر کردن با جسم است که یک مجسمه‌ساز وقتی به خط منحنی تهی‌گاه می‌رسد آن را به میزان لازم تراش می‌دهد.

بین چشمان مجسمه ساز که به مدل نقش بسته است و انگشتانش که مجسمه را لمس می کند، یک نوع ارتباط مستقیم از لحاظ فکری برقرار است. زیرا یک کارگر خوب و صنعتگر ماهر نیز مانند یک نفر ژیمناست با جسم خود فکر می کند. بعضی از حیوانات یافت می شوند که در عوض فکر کردن با جسم خود با جسم دیگران فکر می کند. - یک حیوان گله ای با رمه خود فکر می کند. اگر یک ترس ناگهانی و بی اساس به گوسفندان و اسبان دست دهد هر حیوانی پشت سر آنکه جلو اوست می دود، نه از نظر اینکه به علت و اساس ترس ناگهانی فکر کند و آن را بشناسد، بلکه از آن نظر که تجربه نوعی و جنسی که در غریزه و فطرت آنها نقش بسته است به آنها می آموزد که گوسفندی که رمه را تعقیب نکند و از گله جدا افتد طعمه دشمنان می شود.

مردانی که نزدیک به حالت توحش، یعنی شبه توحش زندگی می کنند همچنین اطفال و دیوانه ها به مانند حیوانات به افکار فطری و غریزی و جمعی خود فوق العاده نزدیکند.

من کودکی را به سن چهار یا پنج سال بر روی کشتی بزرگ تجارتي دیدم که به کاپتن کشتی سپرده شد و تمام اقیانوس آتلانتیک را تنها عبور کرد. هرگز یک فرد بالغ آن اطمینان خاطر کاملی که طفل نسبت به محبت بعضی موجودات می تواند داشته باشد پیدا نمی کند و اندوه و ملالی را که از دیگران به یک کودک الهام می شود نمی تواند دریابد. یک کودک دوست دارد آنهایی را که باید دوست بدارد و دور و منحرف می شود از آنهایی که باید دور و منحرف شود. بدون شک علامات و اشاراتی که برای ما نامرئی هستند حرکات و جنبش های

طفل را راهنمایی می‌کنند. این دلدادگان و عشاق را نظاره کنید که چگونه پس از نزاعی سخت بار دیگر با هم آشتی می‌کنند. این تفسیر و تأویل لفظی و بحث زبانی نیست که خشم آنها را آرام می‌کند و تسکین می‌بخشد، ناگهان آهی از روی درد عشق ایجاد لیبخند و تبم کرده است دو نگاه بهم تلاقی کرده و دو جسم بهم نزدیک شده‌اند و آنگاه یکی در آغوش دیگری آشتی و مصالحه برقرار شده است. واقعاً هم که اینها در آغوش یکدیگر بهتر توانسته‌اند آشتی کنند و دوستی را از سرگیرند تا اینکه بنشینند و به وسیله کلمات و لغات دلایل نزاع را با یکدیگر در میان گذارده و به وسیله حرف و سخن پردازی به مرحله آشتی کنان برسند.

۳- فکر کردن با لغات و کلمات

از بحث پیشین نتیجه گرفتیم که یک نوع فکر جمعی وجود دارد که بعضی اعمال و حرکات ما را با اطمینان کامل و عجیب راهنمایی می‌کند، منتهی پرتو و فروغ تأثیر این فکر کردن با جسم، بزرگ و شگرف نمی‌باشد. - موش کور عموماً با پنجه‌های خود فکر می‌کند، اما شعاع عمل فکری او از حدود پنجه‌هایش تجاوز نمی‌کند، تپه‌های کوچک خاکی متعدد و زشتی را که بر روی چمنزار جوانب لانه او تشکیل شده‌اند نمی‌شناسد و آنها را درک نمی‌کند! نه کینه باغبان و نه، نتایج ناگواری این کینه برای نژاد موش قابل فهم و تشخیص نیست، زیرا حدود فکر کردن با جسم محدود است.

یک خلبان ماهر دارای حرکات غیرارادی صائب و مناسب و

صحیح است که توانسته است او را در لحظه فرود آمدن هواپیما رهنمایی و هدایت کند و این حرکات غیرارادی مناسب است که او را بدون خطر توفیق بر زمین نشتن می دهد. اما دیگر هواپیما بوسیله دستهای خلبان اختراع نشده است، یعنی اگر در راهنمایی و رهبردن هواپیما، فکر کردن با جسم شرط است در امر اختراع هواپیما فکر جمعی ملاک عمل نمی باشد.

رجل دولتی که باید امور مالی یک کشوری را اداره کند نمی تواند به وسیله کالبدش فکر کند و همچنین نمی تواند مانند ژیمناست (استاد ورزشکار) با تصویرات اعمال خود فکر نماید، زیرا عدد تصویرات لازمه ای را که باید به خاطر بیاورد بسیار و متعدد است. اگر او وظیفه دارد که وضع اقتصادی میلیون ها افراد بشر را بهبودی بخشد هیچگاه نمی تواند به خودش بگوید: «من صرفاً برای ملاحظه این تاجر، برای رعایت این دهقان، برای بهتر کردن وضع این کارگر بیکار که من بدبختی و بیچارگی او را می دانم... کار می کنم» او باید برای همه کار کند و این تصویرات مشخص از افراد بشر، از مزارع، از منازل و از کارها، باید جهت تسریع و تندی فکر به وسیله رموز و علاماتی که گاهی به وسیله یک موجود و یا یک موضوع و یا یک شیء و گاهی به وسیله تمام افراد یک طبقه ظاهر می شوند جانشین گردد!

این علامات و رموز چیز دیگری جز کلمات و لغات نمی باشند! مردی که با دست هایش فکر می کند مانند کارگر، تردست، ژیمناست اشیاء مقاوم را جابجا می نماید، آجرها، گلوله ها را از جای خود برمی دارد و جای دیگر می گذارد و یا خود از این طرف به آن طرف در حرکت می باشد. اما مردی که با کلمات و لغات فکر می کند هیچ