

به خودت توجه کن و مراقب خودت باش



حمزه نوذری

جامعه‌شناس و استاد دانشگاه

به احتمال زیاد عبارت‌هایی مانند به خودت توجه کن، مراقب خودت باش، بهترین خودت باش، خودت را بشناس و خود خودت باش را شنیده‌ایم. این گزاره‌ها چه معنایی دارند. آیا به این معنی است که به جای توجه و مراقبت از دیگران، باید از خود مواظبت کرد و توجه را از جهان باید خود را شناخت؟ آیا این عبارت‌ها به این معنی است که باید اجازه داد خود متجلی شود، خود بیان شود و به معرض نمایش درآید؟ در عرفان و آموزه‌های برخی ادیان چشم‌پوشی از خود رستگاری است. اگر هم بر خودشناسی تأکید می‌شود، در حقیقت برای دل‌مشغول خود نبودن است. در این رویکرد عبارت به خودت توجه کن، موضوعی است مربوط به تزکیه و تربیت نفس، یعنی نوعی مراقبه. به طور کلی در برخی ادیان خودت را بشناسن تا بدانی در مقابل عظمت پروردگار جز موجودی عاجز و ناتوان نیستی. به این معنا بیشترین خطر خودستایی و تلاش برای تجلی و بیان خود در این جهان است.جامعه‌شناسان تلاش کرده‌اند نشان دهند که خود، در مناسبات و تعاملات اجتماعی ساخته می‌شود. این‌گونه نیست که از قبل خودی وجود داشته باشد (یعنی خود فراتاریخی و استعلایی) و سپس این خود برای دستیابی به خواسته‌ها، منافع یا علاقیش وارد کنش متقابل با دیگران شود. درواقع خود، زبان، آگاهی و ذهن در کنش متقابل با دیگران ساخته می‌شود. هربرت مید، جامعه‌شناس مشهور آمریکایی، از دو نوع خود سخن می‌گوید: خود مفعولی و خود فاعلی. خود فاعلی خود واکنشگر و پاسخ‌دهنده به دیگران است. خود در جامعه‌شناسی دگربنیاد است. خود در آینه دیگران هویت می‌یابد. به‌همین دلیل جامعه‌شناسان منتقد خودی هستند که علم اقتصاد، فلسفه و روان‌شناسی معرفی می‌کنند، یعنی فردیت و خود ماقبل مناسبات اجتماعی و خودخواهانه. شاید وقتی برخی افراد عبارت خودت را بشناس یا به خودت توجه کن یا مراقب خودت باش را به کار می‌برند، منظورشان این باشد که به قضاوت و نگاه دیگران بیش از حد اهمیت نده یا طوری رفتار نکن که فقط مطلوب دیگران باشد، یعنی نوعی فاصله‌گیری از امر اجتماعی و تا حدی پناه‌بردن به اندرونی یعنی خود خودت. اما آیا چنین چیزی ممکن است؟ حتی وقتی تنها هستیم و درگیر ذهن هستیم و با ذهن خود گفت‌وگو می‌کنیم، در حقیقت در حال اندیشه درباره مناسبات اجتماعی هستیم. ذهن مملو از دقایق اجتماعی است، یعنی جامعه در ذهن ما در جوش و خروش است و ما درگفت‌وگویی ذهنی با دیگران هستیم اما تصمیم می‌گیریم که کجاها واکنش نشان دهیم، در چه مواقعی بی‌خیال شوییم یا کجاها مخالفت کنیم یا موافقت را نشان دهیم. گاهی عبارت به خودت توجه کن و مراقب خودت باش، بدن‌مند می‌شود، یعنی موضوعی است مربوط به لباس، بهداشت و سلامت. اگر در گذشته به خودت توجه کن و خودت را بشناس، مربوط به مسئله کفّ نفس و مراقبه بوده، امروزه بیشتر امری بدن‌مند است. شاید بتوان گفت غلبه امر پزشکی و سلامت بر امر انسانی و عرفانی، فوکو، اندیشمند مهم حوزه علوم انسانی، ایده جالبی را درباره عبارت به خودت توجه کن و خودت را بشناس، در یونان باستان مطرح کرده است و آن این است که اساسا مسئله بر سرس فعالیت، رفتار و کنش است، نه نفس و نه ضرورتا امر پزشکی. به خودت توجه کن، یعنی توجه و تمرکز بر فعالیت، به خودت توجه کن، برای یک پزشک یعنی تمرکز و توجه به بیمار، برای فرمانروا یعنی توجه و تمرکز و تلاش برای زیست بهتر شهروندان. می‌توان بین ایده یونان باستان درباره توجه به خود با سنت جامعه‌شناسی وجه مشترکی پیدا کرد و آن این است که خودت را بشناس و به خودت توجه کن، یعنی یافتن مبنایی برای عمل اجتماعی، یافتن درون‌مایه مشترک با دیگران، یعنی چگونگی امکان زندگی جمعی، انجمنی و دوستان بر پایه مشترکات و هم‌زمان فهم تفاوت‌ها. در این معنا خودشناسی و مراقبت از خود یعنی نسبت و دغدغه میان خود و سیاست، خود و هنر، خود و آموزش، خود و شبکه روابط، خود و... اندیشه روشانی، که نشانه‌هایی از آن در عصر حاضر نیز وجود دارد. خودشناسی و توجه به خود را به معنای پناه‌بردن به طبیعت و یکی‌شدن با آن و کاهش مناسبات اجتماعی به کار می‌برند. در این رویکرد، فهمیدن رابطه خود با طبیعت و جهان برای کاهش درد و رنج آدمی است. بیعت عبارتی است مانند به خودت توجه کن، خودت را بشناس و مراقب خودت باش را در چند رویکرد می‌توان خلاصه کرد:

رویکرد دینی و عرفانی (تأکید بر تزکیه نفس و نوعی مراقبه)، رویکرد اجتماعی (عمل و کنش) رویکرد پزشکی (بدن‌مندی)
در همین زمینه مسئله خودبیزیوری یا پرورش خود مطرح می‌شود (ادامه بحث را در یادداشت بعدی بخوانید).

دوشنبه ۱۸ فروردین ۱۴۰۴
۸ شوال ۱۴۴۶
۲۷ آوریل ۲۰۲۵
سال بیست‌ویکم
شماره ۵۰۸۰
۳۰ هزار تومان
۱۲ صفحه

روزنامه

در «شرق» امروز می‌خوانید: فاصله پرسپولیس با عصر طلایی؛ شنل قهرمان را سوءمدیریت بُرد! • بیش از ۱۰۰ سایت مشکوک تسلیحات شیمیایی پس از سقوط حکومت اسد باقی مانده است؛ سوریه روی بشکه باروت

گروسی در راه تهران

هم‌زمان با افزایش تعرفه‌های جهانی، تعرفه واردات خودرو به ایران افزایش چشمگیری داشت

ممنوعیت غیررسمی واردات خودرو



این گزارش را در صفحه ۴ بخوانید.عکس: محمود خاوارزجا

یک قاب تجربه

آسیب‌شناسی ناکامی دولت در عبور از بحران‌ها و ناترازی‌ها

تدبیر چیست؟



جلیل سارکارزاد

جدید لبنان و نقش آفرینی ترکیه و عربستان و کاهش نفوذ ایران در سوریه و لبنان و پیامدهای حاصل از آن از جمله عوامل مهمی بود که سیاست خارجی ایران در منطقه را با چالش جدی مواجه کرد که خارج از اراده دولت بود. • وجود شوراها و ساختارهای متصلب تصمیم‌گیری در کشور، دولت را در اجرای انتصابات و برنامه‌های خود زمین‌گیر کرده است. با وجود اینکه رئیس‌جمهور ریاست برخی از شوراها مانند شورای عالی انقلاب فرهنگی، شورای عالی فضای مجازی و… را برعهده دارد، حتی از به‌کارگیری رؤسای دانشگاه‌های کشور و رفع محدودیت‌ها از فضای مجازی (به جز یکی، دو مورد) ناتوان بوده است.

• دو میراث نامبارک خالی‌بودن ذخایر ارزی و مخازن انرژی کشور و عدم سرمایه‌گذاری در دولت‌های گذشته در این بخش‌ها و همچنین وجود نیروی انسانی ناکارآمد حاصل از ورود انبوه افراد فاقد صلاحیت در دولت‌های نهم و دهم به بدنه اداری و مدیریتی کشور که موجب ناکارآمدی و ناترازی‌های

یادداشت

آغاز اجتناب‌ناپذیر مذاکرات ایران و آمریکا



اردوان امیراصلانی

بزرگ‌ترین ذخایر گاز جهان را در اختیار دارد، دوتال ترامپ قصد دارد بر ترکیب انرژی چین تأثیر بگذارد و مانع از آن شود که پکن از منابع ایرانی، به‌ویژه میدان گازی پارس جنوبی، بهره‌برداری کند. در سمت ایران، وضعیت کاملا مبهم است. خبرگزاری جمهوری اسلامی ایران گزارش داد که وزیر امور خارجه کشور به مناسبت نوروز در بیستم ماه مارس بر «تمایل دائمی ایران برای گفت‌وگو و مذاکره» تأکید کرده است، به شرط اینکه مذاکرات بر پایه برابری باشد و منافع ملت ایران را تضمین کند.

رهر انقلاب روزه جمعه ۲۱ مارس به‌شدت از استراتژی رئیس‌جمهور ترامپ انتقاد کرد و آن را «بی‌نتیجه» خواند. وی همچنین افزود: «اگر آنها مرتکب اقدامی خصمانه علیه ملت ایران شوند، پاسخ شدیدی دریافت خواهند کرد». رهبر انقلاب همچنان خاطره تلخ خروج یک‌جانبه ترامپ از برجام در سال ۲۰۱۸ و ترو سردار قاسم سلیمانی در سال ۲۰۲۱ را که توسط دولت او انجام شد، در ذهن دارد. علاوه بر این، مقامات ایرانی به‌تازگی سامانه‌های موشکی را در جزایر استراتژیک تنب بزرگ، تنب کوچک و ابوموسی مستقر کردند. این جزایر که امارات متحده عربی توهم مالکیت بر آنها را در سر می‌پرورانند، در نزدیکی خلیج فارس واقع شده‌اند که نزدیک به ۳۰ درصد از تأمین نفت جهانی از آن عبور می‌کند.

در کپ‌وگفتی با جلال دهقانی فیروزآبادی واکاوی شد

استراتژی ابهام بازی ایران و آمریکا در مسیر مذاکرات یا جنگ؟

صفحه ۳



برای دیدن گفت‌وگو اینجا را اسکن کنید

برگزیده‌ها

کلابه در صحن مجلس از مخالفت مجمع تشخیص مصلحت نظام با کاهش ساعت اداری

تعطیلی شنبه یا پنجشنبه؟ فعلا هیچ کدام

۲

روایت خانواده‌های دارای فرزند اتیسم از ناکاهی، برجسب‌زنی‌ها و نادیده گرفته‌شدن این کودکان

به ما ترحم نکنید

۱۰

روز سیاه قبرستان

۶

بودجه مراقبت از میراث فرهنگی صرف چه کاری شد؟

نگهبانان میراث فرهنگی غایب حجاب بانان حاضر!

۱۲

یادداشت

لزوم بازتعریف صورت‌مسئله مناقشه آبی حوضه زاینده‌رود



سیدمحمودحسینی

وقت آن است که صورت‌مسئله مناقشه آبی به‌وجودآمده بین استان‌های حوضه آبریز زاینده‌رود، درست و جامع تعریف شود. به گونه‌ای که همه ذی‌نفعان بهره‌مند شوند و هیچ ذی‌نفعی احساس غبن و باخت نکند. به اختلافات و رقابت‌ها دامن زده نشود و به جای احساسات، منطق حاکم شود. برای این منظور نباید به مسئله فقط از بعد فنی و مدیریتی نگاه شود، بلکه به جنبه‌های اجتماعی، حقوقی، زیست‌محیطی و حتی تاریخی آن هم باید توجه شود. تاکنون موضوع زاینده‌رود از جنبه‌های حقوقی، زیست‌محیطی و اکولوژیک و از بعد اجتماعی یعنی حفظ ارتقای تعامل و هم‌زیستی باشندگان حوضه آبریز و مشارکت آنان در سرنوشت رودخانه، کمتر مورد توجه و بررسی قرار گرفته است. این در حالی است که در دوران حیات چندین هزارساله ساکنان و جوامع این حوضه، به تجارب ارزشمندی برای استفاده بهینه از نعمت خدادادی آب دست یافته‌اند. به‌علاوه سازوکارهای تعامل حقیابه‌بران و نسق‌بران و نحوه تقسیم آب و حقوق مشترکان را تعریف و به صورت یک منشور همکاری (طومار) درآورده‌اند. با وجود این سرمایه اجتماعی دیرین و عمیق، نیازی به استفاده از زبان تهدید و روش تحمیل نیست، به‌ویژه باید از روش‌های امرانه مدیریتی پرهیز شود.

خوشبختانه قانون توزیع عادلانه آب مصوب ۱۳۶۱ مجلس می‌تواند مبنای خوبی برای حل اختلافات باشد. حقیابه‌های متعلق به کشاورزان طول رودخانه، از جمله بخش‌های میانی و پایاب رودخانه زاینده‌رود مسلم و قطعی است. حتی دولت حق دخل و تصرف در حقیابه‌ها را ندارد. مطابق ماده ۴۴ قانون توزیع عادلانه آب، چنانچه اقدامات دولت موجب نقصان حقیابه‌ها شود، دولت مکلف به جبران آن است و در صورت اقدام‌نکردن دولت، حقیابه‌داران حق دارند دولت را در دادگاه مورد پیگرد قرار دهند. از سوی دیگر اگر کشاورزی در بخش اعظم مسیر رودخانه زاینده‌رود و پایاب که اینک دو دهه است خشک‌کیده، تعطیل شود، اکوسیستم رودخانه و تالاب به هم می‌خورد. کویر پیشروی می‌کند و گاوخونسی به مرکز پخش ریزگردهای مضر به شعاع ۵۰۰ کیلومتر تبدیل می‌شود. به‌علاوه از قدیم، آب ورودی به تالاب گاوخونی قنات‌های بخش‌هایی از استان یزد را تغذیه می‌کرده است. البته نمی‌توان انکار کرد که مدل آبیاری در جلگه زاینده‌رود باید اصلاح و فناوریانه شود. همچنین الگوی کشت باید تغییر کند. این بحث دیگری است، اما اگر کشاورزی در این جلگه تعطیل شود، به ضرر همه است.

ادامه در صفحه ۴

ادامه در صفحه ۴