

دوران پرت اندیشی آیا انسان‌ها، پر مشغله، حواس‌پرت و بی‌توجه شده‌اند؟

سرگذشت انسان حداقل از سال ۱۷۱۰ این‌گونه بوده است و فلاسفه می‌خواهند آن را اثبات کنند نویسنده: فرانک فوردی

مترجم: ابوالفضل ایمانی راغب

پیدایش اینترنت و حضور فراگیر فناوری دیجیتال، ما را در محاصره منابع بی‌پایان پرت‌اندیشی قرار داده است. متون، رایانامه‌ها و اینستاگرام‌های دوستان، سیل موسیقی و فیلم، قیمت اجناس و اخبار بی‌پایان ما را احاطه کرده‌اند. برای انجام کارمان می‌توانیم این جریان دیجیتال را قطع کنیم، اما زمانی که طاعون مدرن ترس از محرومیت و پشیمانی به جان ما می‌افتد، این کار مشکل می‌شود. برخی تصور می‌کنند قدرت اراده ما بسیار ضعیف است، زیرا عامل مخل دیجیتال به مغزمان صدمه زده است. اما سرزنش کردن فناوری به خاطر افزایش بی‌توجهی، درست نیست. تاریخ نشان می‌دهد یک پدیده جدید، مسبب تشویش نیست، بلکه خطر آن - با هر ماهیتی - برای اقتدار اخلاقی عصر خودش، عامل این تشویش است.

کلیدواژگان: پرت‌اندیشی، اخلاق، اینترنت، بی‌توجهی، روشنگری

در اروپای قرن هجدهم و در خلال عصر روشنگری، یعنی زمانی که منطق و علم در تقابل با دین و اسطوره بود، بی‌توجهی، برای اولین بار به عنوان یک تهدید اجتماعی مطرح شد. فرهنگ لغت انگلیسی آکسفورد مدخلی را به تاریخ ۱۷۱۰ از مجله تاتلر به عنوان اولین ارجاع خود به این واژه ذکر کرده است و آن را در کنار واژه «سستی» آورده و هر دو واژه را رذائل اخلاقی معرفی کرده است که برای جامعه خطر جدی در پی دارند.

فلاسفه و اخلاق‌گرایان پیشگام ساختار فرهنگی، «عادت بی‌توجهی» را قصور اخلاقی صرف تعریف نکرده‌اند، بلکه آن را سرچشمه دیگر رذائل دانسته‌اند. فیلسوف اخلاقی اسکاتلند، جیمز بی‌تی، که به دلیل ابراز نگرانی‌های اخلاقی عصر خود، مشهور شد. در اثرش با عنوان رساله‌ای در باب حقیقت (۱۷۷۰) بی‌توجهی را سرچشمه «عادات جنائی» می‌داند که «قوه اخلاقی را بی‌مقدار می‌کند». وی تصریح می‌کند: «ما عادات بد زیادی کسب کرده‌ایم که با توجه مناسب، امکان پرهیز از آنها وجود داشت». بی‌تی بی‌توجهی را با «نامهربانی و نارضایتی» مرتبط می‌داند و هشدار می‌دهد که اگر اجازه رشد به این رذیلت بدهیم، نظم اجتماعی آسیب خواهد دید. در انگلستان، مفسران ادبی قرن هجدهم مانند ریچارد استیل، مؤسس نشریه گاردین، و مقاله‌نویس و اخلاق‌گرای آن زمان، یعنی ساموئل جانسون، بی‌توجهی را عارضه «شیوه تفکر نامعین» به شمار می‌آورد و توصیه‌هایی برای مقابله با این تعجیل ذهن که تعدادی از ذهن‌های مشغول در معرض آن قرار دارند، ارائه کرده‌اند.

اثری با عنوان «ارکان تعلیم و تربیت معرفت‌زا: منتخب دقیقی از نامه‌های فیلیپ دورمر استن هوپ محترم، گُنت فقید چسترفیلد، به پسرش (۱۷۷۴)» یکی از منابع قرن هجدهم درباره توصیه‌های مربوط به مشکل بی‌توجهی است که بیشترین استنادها به آن شده است. وی طی نامه‌ای در مارس ۱۷۴۶ آورده بود: «هیچ عامل دیگری را به اندازه بی‌توجهی و بداندیشی برای یک جمع، مضر نمی‌دانم». در نامه دیگری که در ژانویه ۱۷۵۲ نوشته بود: بی‌توجهی را با «سستی ذهن» برابر می‌داند و اظهار می‌دارد هر دوی اینها «دشمن معرفت هستند». مضمون وحدت‌بخش عقاید چسترفیلد در باب رذیلت فوق این است که عدم توجه، سلسله مراتب اجتماعی و نظم اخلاقی را به تدریج از بین می‌برد.

در واقع، فرهنگ روشنگری از قدرت توجه به عنوان مهم‌ترین قوه ذهنی برای استدلال تجلیل کرد. مورخی به نام مایکل هاگنر در اثر خود با عنوان «به سمت یک تاریخ مملو از توجه در فرهنگ و علم» (۲۰۰۳) چنین استدلال می‌کند که «در پایان قرن هجدهم، توجه به چیزی بیش از یک استعاره مناسب برای جاه طلبیهای روشنگرانه تبدیل شد». و ابزار تعلیم و تربیت و رشد معنوی و

اخلاقی نیز تلقی گردید.

فیلسوف فرانسوی، کلود آدرین هلوسیوس، توجه را یکی از منابع مهم روشننگری می‌داند. وی در اثر خود با عنوان «روح، یا رسالاتی در باب ذهن و قوه‌های گوناگون آن» (۱۷۵۸) «توجه مداوم» را با «عقول برتر» مرتبط می‌داند. اما، این متفکر رادیکال ملحد، برخلاف اکثر ستایشگران توجه، از گرایش جامعه به محکوم کردن بی‌توجهی به عنوان یک ردیلت اخلاقی انتقاد کرد. وی قبل رد این آیین کنترل اخلاقی، می‌پرسد: «معرفی بی‌وقفه بی‌توجهی آنان به عنوان یک جرم، چه اهمیتی دارد؟» مبتلایان به این وضعیت تضعیف کننده، نام خاصی برای نوع احساسات خود دارند: آنان می‌گویند «دچار بی‌قراری شده‌اند.» توجه به عنوان یک کمال اخلاقی لازم برای پرورش شخصیت سالم مورد تأکید قرار گرفت. توماس رید، فیلسوف اسکاتلندی و سرشناس ترین مبلغ ایده اسکاتلندی «عقل سلیم» در قرن هجدهم در اثر خود با عنوان «رسالاتی در باب قدرتهای فعال ذهن بشری (۱۷۸۸)» چنین استدلال می‌کند که «در حوزه اخلاق قوانینی برای احترام به توجه وجود دارد که به اندازه اصول مسلم ریاضی بدیهی هستند.» این قوانین مستلزم پرورش و آموزش هستند و مربیان باید از جوانان در مقابل کسب «عادات بی‌توجهی» مراقبت نمایند.» در آن زمان، بی‌توجهی بیش از پیش یکی از موانع جامعه پذیری جوانان تلقی می‌شد. مقابله با عادت بی‌توجهی در میان کودکان و نوجوانان به کانون تعلیم و تربیت در قرن هجدهم تبدیل شد. مربیان همواره نگران جلب توجه کودکان بوده‌اند، اما این نگرانی در قرن هجدهم اهمیت بی‌سابقه‌ای یافت. اندیشمندان توجه را برای پرورش ذهن استدلالی و همچنین رشد معنوی و اخلاقی مهم دانستند. کتب مشورتی برای والدین نگاشته شد، به عنوان مثال ماریا اجورت در کتاب خود با عنوان «تعلیم و تربیت عملی» (۱۷۹۸) بر این امر تأکید داشت که پرورش تمرکز و توجه، مستلزم تلاش و مهارت است.

در بحبوحه تحلیل از توجه به عنوان یک فضیلت، مربیان، مفسرین دینی و متخصصین پزشکی دایم نگرانی خود را از آسیب‌های اخلاقی بی‌توجهی ابراز کردند. از اواخر قرن هجدهم به بعد، نگرانی از «عادت بی‌توجهی» بیش از پیش به عنوان یک بیماری اخلاقی معرفی شد. پزشک آلمانی، ملشویر آدام ویکارد این بیماری را در کتاب پزشکی خود در سال ۱۷۷۵، معرفی کرد و آن را «فقدان توجه (نقص توجه)» نامید. توصیف وی از این بیماری دایم بین نقص پزشکی و نقص اخلاقی در نوسان بود. بر اساس دیدگاه ویکارد، افراد بی‌توجه، ثابت و عزم اخلاقی لازم برای تمرکز ندارند. آنان افرادی «بی‌احتیاط، بی‌دقت، دمدمی مزاج، عیاش، نسبتاً نابالغ، بی‌مسئولیت و غیرقابل اعتماد توصیف شدند.»

ویکارد بر این عقیده بود که روش‌های نامناسب تربیت فرزند، سرچشمه بیماری بی‌توجهی است و این بیماری بیشتر در میان نوجوانان رایج است تا میان سالان. وی برای معالجه ذهن بی‌توجه، یک روش تربیت قرن هجدهمی را توصیه کرد. او شیر ترشیده، پودر فولاد و اسب سواری را تجویز نمود.

اولین کتاب انگلیسی درباره بیماری بی‌توجهی، اثر الکساندر کریچتون با عنوان جستاری در باب ماهیت و خاستگاه آشفتگی روانی (۱۷۸۹) است. وی در این کتاب اختلال بی‌توجهی را «موضوع حوزه پزشکی» اما متأثر از عوامل اجتماعی و فرهنگی می‌داند. وی اظهار می‌دارد تعلیم و تربیت نادرست، نداشتن انگیزه و تأثیرات خانوادگی می‌توانند بر توجه اثر بدی بگذارند. هم بی‌توجهی ناشی از عادت و هم توجه مفرط، می‌تواند توانایی تمرکز کردن را تا اندازه‌ای تضعیف کند که به بیماری پزشکی تبدیل شود. کریچتون تصریح می‌کند «میزان غیرطبیعی ناآرامی روانی» باعث آشفتگی افراد مبتلا به نقص توجه می‌شود. وی می‌نویسد: «مبتلایان به این بیماری نام خاصی برای این وضعیت احساسات خود دارند. آنان می‌گویند به بی‌قراری مبتلا هستند.»

در خلال قرن نوزدهم، حالت بی‌توجهی، جنبه کاملاً اخلاقی به خود گرفت. بی‌توجهی تهدیدی برای پیشرفت صنعتی و شکوفایی پیشرفت علمی تلقی شد. اقتصاددان سیاسی اسکاتلند، ویلیام پلیفیر، اجماع رایج آن زمان درباره این موضوع را به طور خلاصه این‌گونه بیان داشته است: «انحطاط منش اخلاقی، بی‌توجهی به اصول اولیه که شکوفایی و امنیت جامعه مدیون آنهاست و هردوی اینها با ثروت توأم هستند، قدرتمندترین عوامل فروپاشی ملت‌ها هستند.»

وی حتی اظهار می‌دارد که «بی‌توجهی اشراف به وظیفه خود، یکی از علل انقلاب فرانسه بود.»

در پایان قرن نوزدهم، بی‌توجهی نشانه انحطاط نژادی تلقی شد. منتقد اجتماعی، ماکس نوردو، در اثر کلاسیک خود در پایان قرن با عنوان انحطاط (۱۸۹۵) هشدار می‌دهد که «فعالیت مغز افراد منحط و هیستریک بوالهوسانه و بدون هدف و مقصود است، زیرا به وسیله توجه، مهار و جهت‌دهی نمی‌شود.»

در واقع، تا دهه ۱۹۷۰ بیماری اجتماعی شایع بی‌توجهی بیشتر یک بیماری مهار اخلاقی ناقص معرفی می‌شد. در این دهه بود که تشخیص پزشکی و معقول اختلال نقص توجه (ADD) وارد زبان محلی جریان غالب شد و برای درک یک گروه فرعی مبتلا به یک ناتوانی واقعی به کار رفت. سخنرانی‌های نوآورانه جورج استیل، با عنوان «چند بیماری روانی غیرطبیعی در کودکان» (۱۹۰۲) بر خصوصیات شخصیتی منفی مانند «کینه‌توزی - سنگدلی، حسادت، تمرّد، خیانت، شرارت - ویرانگری مغرضانه، بی‌شرمی - بی‌حیایی، بی‌اخلاقی جنسی، و خباثت» تأکید داشت. نفوذ و تأثیر این گرایش هرگز از بین نرفته است. در واقع، این گرایش بن‌مایه اثر مگی جکسون، با عنوان حواس پرت: نابودی توجه و ظهور عصر تاریکی (۲۰۰۸) است که در آن اظهار می‌دارد «توجه ویژگی حیوانی درون ما را رام می‌کند و برای رشد وجدان ضروری است.»

در دهه‌های اخیر یک دگرگونی چشمگیر در مفهوم‌سازی بی‌توجهی روی داده است. برخلاف قرن هجدهم که بی‌توجهی یک ناهنجاری بود، امروزه این مسئله اغلب یک حالت طبیعی معرفی می‌شود. بیشتر صاحب‌نظران عصر حاضر را دوره حواس‌پرتی می‌نامند و بی‌توجهی دیگر یک بیماری توصیف نمی‌شود که تعداد معدودی را مبتلا می‌کند. امروزه، نابودی توانایی بشر در توجه کردن یک مشکل وجودی مرتبط با تأثیرات ظاهراً تباه‌کننده سیلاب اطلاعات دیجیتال توصیف می‌شود که دایم پیش روی ما قرار دارند. نیکولاس کار در اثر خود با عنوان امور بی‌مایه: «چگونه اینترنت نحوه خواندن، فکر کردن و یادآوری ما را تغییر می‌دهد» (۲۰۱۰) اظهار می‌دارد: «اینترنت توجه ما را به خود جلب می‌کند تا فقط آن را پریشان کند.» طبق نظر عصب‌شناس آمریکایی، دانیل لویتین، پرت اندیشی‌های دنیای مدرن، واقعاً می‌توانند به مغز ما آسیب برسانند. با این حال، نگرانی‌های اخلاقی که همواره مبنای دلمشغولی جامعه به بی‌توجهی بوده، همچنان در کمین نشسته است. منتقد ادبی آمریکا، سون بیرکرتس، اذعان می‌کند: «آنچه که می‌دانم این است که کلمات توجه و اخلاقی از نظر من رابطه مستقیم شگفت‌انگیزی با هم دارند.»

این مطلب برای هر مورخی معنا دارد. بی‌توجهی در طول تاریخ خود یک کانون متعالی برای ادراکات مربوط به اقتدار اخلاقی بوده است. کشف این مطلب در قرن هجدهم، تعجب برانگیز نیست. گرایش فکری عصر خرد، حقایق مقدس سنت را رد کرد و بر ابتدای استدلال‌ها بر شواهد و خرد تأکید نمود.

معلم‌ان در طول تاریخ متوجه شده‌اند، جلب توجه نوجوانان همواره مشکل بوده است. اما پس از بروز کشمکش بر سر اقتدار اخلاقی بر نوجوانان، مسئله بسیار مهم این بود که چه کسی باید توجه آنان را به خود جلب کند و این امر یکی از دلایل توجه فلاسفه اخلاقی به مسئله بی‌توجهی است. جان دیویی در اثر خود با عنوان «روانشناسی تلاش» (۱۸۹۷) بر این نکته تأکید کرده است و اظهار می‌دارد زمانی به مسئله توجه آگاه می‌شویم که جامعه با مدعیان جلب آن، مواجه می‌شود. بنابراین، بی‌توجهی نقطه کاملاً متضاد توجه معرفی می‌شود، اما سودمندتر آن است که موضوع حواس‌پرتی را نگرانی از بی‌توجهی مردم به آنچه که کانون معقول توجه معرفی شده است، استنباط کنیم. افزون بر این، چنین استنباطی بیانگر ترس از احتمال توجه بیش از حد افراد بی‌توجه به متون و عادات فرهنگی نادرست است. شری ترکل، از مؤسسه فناوری ماساچوست که رابطه انسان با دنیای برخط را مطالعه می‌کند، بر این مسئله تأکید کرده است. وی در اثر خود با عنوان اصلاح گفت‌وگو: قدرت گفت‌وگو در عصر دیجیتال (۲۰۱۵) می‌نویسد: «مسائل زیادی در توجه مطرح هستند، زیرا کانون توجه ما چگونگی بیان ارزش‌هایمان را نشان می‌دهد.»

درک عصر حواس‌پرتی به تردید ما درباره پاسخ این سؤال مربوط می‌شود که «به چه چیزی یا چه کسی توجه کنیم؟». والایش نگرانی‌های موجود درباره اقتدار اخلاقی به دلیل بیماری حواس‌پرتی ملهم از فناوری، به مسائل آسیب‌شناسی کودکان و نوجوانان نیز راه یافته است. با این حال، همانطور که ناظران کاملاً فهمیده نیز می‌دانند، کودکان بی‌توجه به معلم‌ان خود، اغلب به طور

وسواسی به پیامهای متنی که دریافت می‌کنند، توجه دارند. تأسف دایمی درباره نوجوانان بی‌توجه در دنیای انگلیسی- امریکایی را می‌توان عارضه مشکلات مرتبط با اعمال اقتدار بزرگسالان تعبیر کرد.

تقصیر ناکامی در تحریک و جلب قدرت تخیل نوجوانان، اغلب به گردن اذهان بی‌توجه آنان انداخته می‌شود. مربیان اغلب با پیش گرفتن یک رویکرد جزمی، یعنی سازگاری با روش‌های مطالعه فرضاً مغفولانه نسل دیجیتال، به این شرایط واکنش نشان داده‌اند. این الگو در آموزش عالی مشهود است. در آموزش عالی فرض بر این است که دیگر نمی‌توان از دانشجویان انتظار داشت متون طولانی و دشوار را بخوانند یا به سخنرانی‌های مهم توجه کنند و این فرض سبب سازگاری مواد درسی با ذهنیت بی‌توجه نسل دیجیتال شده است. درخواست‌هایی مبنی بر تغییر فضای آموزشی برای «انطباق آن با وضعیت دانشجویان» رواج یافته است. مطلب فوق با واکنش فلاسفه اخلاقی نظیر دوگالد استوارت، که به مسئله دانشجویان بی‌توجه نیز پرداخته است، تفاوت فاحشی دارد. وی در اثر خود با عنوان رئیس کلی فلسفه اخلاقی: برای استفاده دانشجویان دانشگاه ادینبورگ (۱۷۹۳) بر این عقیده است که می‌توان با آموزش اخلاقی بر مشکل بی‌توجهی پیروز شد. وی برخلاف برخی از دانشگاهیان معاصر، «عادت اولیه بی‌توجهی» را مشکلی می‌داند که باید حل شود، نه اینکه یک واقعیت تغییرناپذیر هستی تلقی گردد. هلوسیوس عمیقاً معتقد بود که هر فردی استعداد کسب «توجه مداوم و غلبه بر سستی» را دارد.

متأسفانه، خوشبینی هلوسیوس جای خود را به خلق و خوی انزوا و تسلیم داده است. توجه هنوز هم مطلوب اما تقریباً دست‌نیافتنی تلقی می‌شود. در یکی از این هشدارهای جنجالی (به بخش‌های قبلی مراجعه کنید) آمده است: «نابودی فراگیر توجه، نشانه قطعی عصر تاریکی قریب‌الوقوع است». هلوسیوس از شنیدن این جزمی‌نگری مشهود در این نقل قول تأسف بار، افسرده‌خاطر می‌شد.

-
۱. The ages of distraction .Busy, distracted, inattentive? Everybody has been since at least ۱۷۱۰ and here are the philosophers to prove it. <https://aeon.co/essays/busy-and-distracted-everybody-has-been-since-at-least-۱۷۱۰>.
 ۲. Frank Furedi. since-at-least-۱۷۱۰. وی استاد پیشین جامعه‌شناسی در دانشگاه کنت در کانتربری در انگستان و مؤلف ۱۷ جلد کتاب است که آخرین آنها قدرت خواندن (۲۰۱۵) است. ۳. کارشناس ارشد آموزش زبان انگلیسی imaniragheb@gmail.com.
 ۴. FOMO= Fear Of Missing Out. ۵. James ۶. Tatler.
 ۷. An Essay on Truth. Beattie. ۸. Richard Steele. ۹. Samuel Johnson. ۱۰. Philip Dormer Stanhope.
 ۱۱. Maria ۱۲. Michael Hagner. Chesterfield. ۱۳. Claude Adrien Helvetius. ۱۴. Thomas Reid. ۱۵.
 ۱۶. Melchior Adam Weikard. Edgeworth. ۱۷. Alexander Crichton. ۱۸. William Playfair. ۱۹. Max
 ۲۰. ADD= Attention Deficit Disorder. Nordau. ۲۱. George Still. ۲۲. Maggie Jackson. ۲۳. Nicholas
 ۲۴. Daniel Levitin. Carr. ۲۵. Sven Birkerts. ۲۶. Sherry Turkle. ۲۷. Dugald Stewart.