

## ضمیر آگاه

راهنمای مختصری بر معمای بنیادین ذهن

Annaka Harris

**Conscious:**

***A Brief Guide to the Fundamental Mystery of the Mind***

HarperCollins, 2019

---

سرشناسه: هریس، آناکا

Harris, Annaka

عنوان و نام پدیدآور: ضمیر آگاه : راهنمای مختصری بر معمای بنیادین ذهن/  
آناکا هریس؛ ترجمه رشید جعفرپور؛ ویراستار: بابک عباسی  
مشخصات نشر: تهران: نشر کرگدن، ۱۴۰۳  
مشخصات ظاهری: ۱۱۶ ص

شابک: 978-622-7765-83-0

موضوع: هشیاری -- عصب پایه‌شناسی شناختی

شناسه افزوده: جعفرپور، رشید، ۱۳۷۲ - ، مترجم

شناسه افزوده: عباسی، بابک، ۱۳۴۸ - ، ویراستار

رده‌بندی کنگره: BF۳۱۱

رده‌بندی دیویی: ۱۲۸/۲

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۹۳۴۴۸۵۲

---

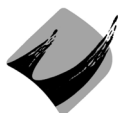
# ضمیر آگاه

راهنمای مختصری بر معمای بنیادین ذهن

آناکا هریس

ترجمه

رشید جعفرپور



نشرکردن

همه حقوق برای نشر کرگدن محفوظ است.

[www.kargadanpub.com](http://www.kargadanpub.com)

[telegram.me/kargadanpub](https://telegram.me/kargadanpub)

[instagram.com/kargadan.pub](https://instagram.com/kargadan.pub)



ضمیر آگاه: راهنمای مختصری بر معمای بنیادین ذهن

نویسنده: آناکا هریس

مترجم: رشید جعفرپور

ویراستار علمی: بابک عباسی

ویراستار زبانی: زهره خرمایی

مدیر هنری: سحر ترهنده

ناظر چاپ: علی محمدپور

لیتوگرافی: نقش سبز

چاپ و صحافی: زعفران

شابک: ۰-۸۳-۷۷۶۵-۶۲۲-۹۷۸

چاپ اول: ۱۴۰۳

تیراژ: ۷۰۰ نسخه

تقدیم به سَم، اِما و وایولت  
آناکا هریس

تقدیم به دکتر بابک عباسی  
رشید جعفرپور



## فهرست

|    |                           |
|----|---------------------------|
| ۱  | ۱. معمایی پنهان در آشکارا |
| ۷  | ۲. شهودها و توهم‌ها       |
| ۱۹ | ۳. آیا آگاهی آزاد است؟    |
| ۲۹ | ۴. صرفاً جهت همراهی       |
| ۳۷ | ۵. ما کیستیم؟             |
| ۵۳ | ۶. آیا آگاهی همه‌جا هست؟  |
| ۷۱ | ۷. فراسوی همه‌جان‌پنداری  |
| ۸۳ | ۸. آگاهی و زمان           |
| ۹۱ | قدردانی                   |
| ۹۵ | یادداشت‌ها                |





## ۱ معمایی پنهان در آشکارا

تجربه ما از آگاهی<sup>۱</sup> آن چنان در تاروپودمان تنیده است که به ندرت درک می‌کنیم چیزی مرموز و معماگونه در حال رخ دادن است. آگاهی «خود تجربه» است. از این رو، پرسش عمیقی را که همواره به ما زل زده است به سادگی نادیده می‌گیریم. پرسش این است: چگونه توده‌ای ماده در این جهان می‌تواند آگاه باشد؟ آن چنان ساده از کنار این معما می‌گذریم که گویی وجود آگاهی بديهی یا نتیجه ناگزیر حیات پیچیده است. با این حال، اگر دقیق‌تر بررسی کنیم، درمی‌یابیم آگاهی یکی از عجیب‌ترین جنبه‌های واقعیت است.

فکر کردن درباره آگاهی می‌تواند لذتی مشابه لذت اندیشیدن به طبیعت زمان یا منشأ ماده را در ما برانگیزد: برانگیختن کنجکاوای عمیق درباره خودمان و دنیای پیرامونمان. به یاد دارم که در دوران جوانی وقتی به آسمان نگاه می‌کردم دریافتم حس متعارف من از اینکه روی زمین هستم و آسمان بالای سرم قرار دارد نمی‌تواند درک چندان دقیقی باشد. اگرچه آموخته بودم جاذبه ما را به سمت زمین می‌کشد و ما هم به دور خورشید می‌چرخیم و اینکه درواقع «بالا» و

---

1. consciousness

«پایینی» وجود ندارد، همچنان «احساس» من از بودن در این پایین روی زمین و زیر آسمان بی‌تغییر باقی مانده بود. برای تغییر نگرشم گاهی در فضای باز دراز می‌کشیدم، دست‌ها و پاهایم را می‌گشودم و، تا جایی که امکان داشت، آسمان و افق را در بر می‌کشیدم. سعی می‌کردم از حس آشنای «این پایین بودن»، درحالی‌که ماه و ستارگان بالای سرم هستند، خلاص شوم. بنابراین، ماهیچه‌هایم را شل می‌کردم - خودم را تسلیم نیرویی می‌کردم که مرا محکم روی سطح سیاره‌مان نگه داشته است - و ذهنم را بر حقیقت موقعیت معطوف می‌کردم: من روی این کرهٔ عظیم در جهان غوطه‌ورم. آویخته به جاذبهٔ زمین و آمادهٔ سواری. درحالی‌که دراز کشیده بودم، حس می‌کردم درواقع دارم برای دیدن آسمان به «بیرون» نگاه می‌کنم نه به «بالا». سرخوشی‌ای را تجربه کردم که از ساکت کردن موقتی شهودی کاذب و نگرستن به حقیقتی عمیق‌تر سرچشمه می‌گرفت: بودن روی زمین ما را از بقیهٔ جهان جدا نمی‌کند؛ یقیناً همیشه در جهان بیرون<sup>۱</sup> بودیم و هستیم.

تلاش این کتاب زیرورو کردن پیش‌فرض‌های رایج ما است. پیش‌فرض‌هایی دربارهٔ جهانی که در آن زندگی می‌کنیم. بعضی واقعیت‌ها آن‌چنان مهم و نامتعارف‌اند (مثلاً، مادهٔ بیشتر از فضای خالی تشکیل شده است، زمین کره‌ای دوار در یکی از میلیاردها منظومهٔ شمسی در کهکشان ما است و ارگانسیم‌های میکروسکوپی بیماری‌زا هستند) که باید بارها و بارها آنها را یادآوری کنیم تا سرانجام در فرهنگ ما نفوذ کنند و بنیان نواندیشی شوند. معمای بنیادین آگاهی، هم برای فلاسفه و هم برای دانشمندان، موضوعی عمیقاً پیچیده است و در میان واقعیت‌های نامتعارف یادشده جایگاه ویژه‌ای دارد. هدف من از نوشتن این کتاب انتقال شعفی است که از کشف شگفتی‌های آگاهی به دست می‌آید.

1. outer space

پیش از طرح هر پرسشی دربارهٔ آگاهی، در ابتدا باید مشخص کنیم دربارهٔ چه صحبت می‌کنیم. مردم از واژهٔ آگاهی به شکل‌هایی گوناگون استفاده می‌کنند. برای مثال، برای اشاره به نوعی بیداری، حس فردیت یا ظرفیتی برای خودکاو. اما، آنگاه که بخواهیم کیفیت معماگونه‌ای را که در قلب آگاهی نهفته است از آن جدا کنیم، باید آن را به ویژگی متمایزکننده‌اش محدود کنیم. پایه‌ای‌ترین تعریف از آگاهی را فیلسوف امریکایی، تامس نیگل<sup>۱</sup>، در مقالهٔ معروفش «خفاش بودن چه کیفیتی دارد؟»<sup>۲</sup> ارائه کرده است و من واژهٔ آگاهی را در این کتاب براساس همین معنا به کار می‌برم. اصل کلام نیگل این است:

ارگانیسم آگاه است اگر آن ارگانیسم بودن کیفیتی داشته باشد.<sup>۳، [۱]</sup>

به عبارت دیگر، آگاهی چیزی است که وقتی دربارهٔ تجربه، در ساده‌ترین حالتش، حرف می‌زنیم به آن اشاره می‌کنیم. آیا در حال حاضر «شما بودن کیفیتی دارد؟» احتمالاً جواب شما مثبت است. آیا صندلی بودن هم کیفیتی دارد؟ جواب شما (به احتمال زیاد) با همان قاطعیت منفی خواهد بود. همین تفاوت ساده است که مقصود ما از «آگاهی» شکل می‌دهد (اینکه تجربه‌ای حضور دارد یا نه) و می‌توانیم از این تعریف به‌منزلهٔ مرجعی برای یکسان کردن تعاریفمان از آگاهی استفاده کنیم. آیا یک دانهٔ ماسه بودن کیفیتی دارد؟ باکتری بودن، درخت بلوط بودن، کرم بودن، حشره بودن، موش بودن یا سگ بودن چطور؟ در نقطه‌ای در این طیف جواب مثبت است و معمای بزرگ این است که چرا برای بعضی از توده‌های ماده در این جهان «چراغ آگاهی روشن می‌شود».

1. Thomas Nagel

2. What Is It Like to Be a Bat?

3. An organism is conscious if there is something that it is like to be that organism.

حتی ممکن است با خود بیندیشیم: در چه مرحله‌ای از رشد انسان آگاهی وارد حیات می‌شود؟ نطفهٔ انسانی را تصور کنید که فقط چند روز از تشکیلش می‌گذرد. در این مرحله، فقط از حدود دویست سلول تشکیل شده است. فرض ما این است که احتمالاً این تودهٔ میکروسکوپی سلول بودن «هیچ کیفیتی ندارد». اما با گذشت زمان این سلول‌ها تکثیر می‌شوند و به تدریج به جنین انسان تبدیل می‌شوند؛ با ذهنی انسانی که قادر است تغییر در نور و صدای مادرش را حتی زمانی که در رحم است تشخیص دهد و برخلاف رایانه - چون رایانه هم می‌تواند نور و صدا را تشخیص دهد - این فرایند همراه با تجربهٔ نور و صدا است. مهم نیست که در چه مرحله‌ای از رشد ذهنی جنین، شهود شما بگوید بسیار خب، اکنون تجربه‌ای در آنجا وجود دارد، بلکه معما در شیوهٔ انتقال است، به طوری که در ابتدا هیچ چیز نیست و سپس ناگهان به صورت معجزه‌آسایی، درست در زمانی مشخص ... «چیزی هست». هرچقدر هم آن چیز اولیه کوچک باشد، ظاهراً تجربه در جهان بی‌جان جرقه می‌زند و به این ترتیب از دل تاریکی خود را به جهان ماده می‌رساند. یادمان نرود که ذرات تشکیل‌دهندهٔ نوزاد از ذرات چرخان موجود در خورشید قابل تمیز نیستند. ذراتی که بدن شما را تشکیل می‌دهند مواد تشکیل‌دهندهٔ ستارگان بی‌شماری در گذشتهٔ جهان بوده‌اند. این ذرات میلیاردها سال سفر کرده‌اند تا اینجا فرود آیند - در این ترکیب خاص که شما باشید - و این کتاب را بخوانند. تصور کنید زندگی این ذرات را تعقیب می‌کنید، از لحظه‌ای که برای اولین بار در فضا-زمان پدیدار شدند تا زمانی که به طریقی در ترکیبی قرار گرفتند که می‌توانند چیزی را «تجربه» کنند.

فیلسوف امریکایی، ربکا گلدستاین،<sup>۱</sup> تصویری واضح و جذاب از این معما ترسیم می‌کند:

1. Rebecca Goldstein

البته، آگاهی با ماده مرتبط است - وقتی همه ما از ماده تشکیل شده‌ایم چه چیز دیگری می‌تواند باشد - اما همچنان این واقعیت که توده‌ای از ماده جهانی درونی داشته باشد ... شبیه هیچ خاصیت دیگری از ماده نیست که تاکنون با آن مواجه شده‌ایم، چه برسد به اینکه آن را بررسی کرده باشیم. آیا قوانین جاری در ماده «این» را به وجود آورده‌اند؟ همه «این» را؟ آیا ناگهان ماده از خواب برمی‌خیزد و جهان را درک می‌کند؟<sup>[۲]</sup>

لحظه‌ای که ماده آگاه می‌شود دست‌کم به اسرارآمیزی لحظه‌ای است که برای اولین بار ماده و انرژی ناگهان به وجود آمدند. معمای آگاهی با یکی از بزرگ‌ترین معماهایی مقایسه می‌شود که تاکنون فکر بشر را به چالش کشیده است: چگونه ممکن است چیزی از هیچ پدیدار شود؟<sup>[۳]</sup> همچنین، چگونه ماده فاقد شعور تجربه را حس می‌کند؟ دیوید چالمرز، فیلسوف استرالیایی، این مسئله را «مسئله سخت» آگاهی نام‌گذاری کرده که بسیار اصطلاح مشهوری شده است.<sup>[۴]</sup> برخلاف «مسائل آسانی» مثل توضیح رفتار حیوانات یا شناخت اینکه کدام فرایندها در مغز به کدام عملکردها می‌انجامند، مسئله سخت درک این نکته است که اصلاً چرا برخی از این فرایندهای فیزیکی تجربه‌ای را همراه با خود به ارمغان می‌آورند.

چرا بعضی از ترکیبات ماده باعث می‌شوند آن ماده به نور آگاهی روشن شود؟