

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

راهنمای عملی شناخت و درمان
خطرناکترین بیماری تاریخ بشریت

پیشعوری

نویسنده:

دکتر خاویر کرمنت

مترجم:

لیلا حائری مهریزی

مآنده دارابی

انتشارات اسابند دانشگاه

سرشناسه	کرمنت، خاویر Crement, Xavier
عنوان و نام پدیدآور	«بیشعوری»: (راهنمای عملی شناخت و درمان خطرناکترین بیماری تاریخ بشریت)/نویسنده خاویر کرمنت؛ مترجم مانده دارابی.
مشخصات نشر	تهران: اساتید دانشگاه، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	۲۰۰ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۴۹۲-۱۱-۹
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: Asshole no more : a self-help guide for their victims, c۱۹۹۰. recovering assholes-- and
یادداشت ۲	کتاب حاضر با عناوین مختلف توسط مترجمان و ناشران متفاوت در سال‌های مختلف منتشر شده است.
عنوان دیگر	راهنمای عملی شناخت و درمان خطرناکترین بیماری تاریخ بشریت.
موضوع	خودشناسی - Self-perception
موضوع	شخصیت- Personality
موضوع	تلاعات شخصیتی - درمان- Personality disorders -- Treatment
موضوع	رفتار غییر و تعدیل -- دستنامه‌ها
موضوع	Behavior modification -- Handbook, manuals, etc
شناسه افزوده	رابی، مانده - مترجم- Darabi, Maedeh - ۱۳۷۷
رده بندی کنگره	BF ۷۲ / پی ۱۳۰ ۱۳۰۹/خ
رده بندی دیویی	۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی	۵۵۳۹۴۱۷

بیشعوری (خطرناکترین بیماری تاریخ بشریت)

مترجمین: مانده دارابی - لیلیا حائری مهریزی

ناشر: اساتید دانشگاه

ناشر همکار: برگ زیتون

نوبت و سال چاپ: اول / ۱۳۹۸

تیراژ: ۳۵۰۰ جلد

قیمت: ۴۰ هزار تومان حق چاپ برای ناشر محفوظ است.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۲۸۰-۲-۰

تلفن مرکز پخش-۰۹۱۰۰۳۵۸۴۱۲

فهرست

مقدمه نویسنده	۵
فصل ۱: بیشعور کیست و چرا یک نفر بخواهد بیشعور باشد	۱۵
فصل ۲: انواع بیشعورها	۶۷
فصل ۳: وقتی جمع بیشعور می‌شود	۹۷
فصل ۴: راه‌های کاهش بیشعورها	۱۱۳
سخن پایانی	۱۴۳

مقدمه نویسنده

چون دیگران من هم در طول زندگی با بیشعورها سروکار داشته‌ام ولی در اکثر وقت‌ها مانند خیلی از مردم جامعه درگیر فهم تعریف‌های قدیمی بیشعوری بودم. مثل خیلی از مردم بیشعوری را به عنوان یک بیماری نمی‌دانستم و در افکار خودم بیشعوری را یک نوع کمبود شخصیت انسانی می‌دانستم که خود شخص می‌تواند آن را اصلاح از بدن ببرد اما من ماهیت بیشعوری را می‌شناسم. بیشعوری نوعی اعتیاد است و مثل الیگار، بیادها، مثل موادمخدر، الکل اثرات سوء و زیان‌باری برای شخص معتاد و افراطی که در این اجتماع زندگی می‌کنند دارد. بدترین اعتیاد آن است که بیشعورها از بیشعور شدن آگاه نیستند. این امر در مورد خود من هم صدق می‌کند. پیدا کردن ضعف‌ها و اشکالات خود برای هیچ‌کس کار آسانی نیست. من مدت‌ها از نوشتن این کتاب و حتی صحبت کردن درباره موضوع کتاب با کسی ترس داشتم، چون دوست نداشتم که هر یک از آنها من آدم بیشعوری بودم، اما سرانجام اطرافیانم من را راضی کردند که همه بهمیدانند که من بیشعور بودم و نوشتن و ننوشتن در مورد آن بیفایده است. شاید با نوشتن بتوان گذشته خودم و دیگران را بهبود بخشم. به همین خاطر تصمیم گرفتم سرگذشت انسان بود را به بیشعوری و دشواری‌های راه آن برای بهبود خود و دیگران، بر روی کتابت بیاورم. اکنون گذشته خود را می‌نگرم و خود را می‌بینم که چگونه سالها با بیشعوری زندگی کرده‌ام.

به عنوان یک بیشعور درمان شدم و درد و مشقت برای درمان شدن را درک می‌کنم. چیزی که هیچ آدم عاقل و بالغی دوست ندارد تجربه کند. ولی وقتی به دام بیشعوری می‌افتی چاره دیگری برایش وجود ندارد. دیر یا زود سختی‌های زندگی

در برابرت می‌ایستد و می‌گوید تو بیشعوری و شما هم آن را انکار می‌کنید. سرش فریاد می‌کشی، ناسزا می‌گویی، و سعی می‌کنی فراموشش کنی ولی زندگی جا نمی‌زند، و قبل از اینکه زندگی شما را جا بزند خود به حساب خود می‌رسید و یا زندگی شما را از پای درمی‌آورد.

بنابراین من با صداقت و تأسر اقرار می‌کنم که: من بیست سال بیشعور بیشعور بوده‌ام در این مدت دوستان و آشنایانم و خانواده‌ام از بیشعوری من رنج کشیده‌اند و ر من فرار می‌کردند و یا من آنها را از خودم دور می‌کردم، حتی بیمارهای من از بیشعوری من بی‌بسی می‌شدند و اگر من زودتر به بی‌نزاکتی و بیشعوری خود پی می‌بردم و در سن پایین‌تر برای درمان خود می‌کوشیدم، اگرچه همه و یا دست کم خیلی از آن عوامل بیشعوریم قابل درمان و پیشگیری بود.

به نظر من هیچ‌گاه بر من پیشگیری از بیشعوری و عاداتهای بدی که دارم و دوستان و خانواده‌ام را می‌رنجاند دیر است هر چند که خیلی هم زود نیست.

خودم تا سن چهل سالگی ساده‌دل از بیشعوری‌ام را احساس نمی‌کردم مانند بسیاری از بیشعورها از این که آدم برفقده هستم و به هر چیزی که بخواهم می‌توانم برسیم احساس غرور می‌کردم. از همان سن رجوی آموختم که صدای وجدانم را خاموش کنم و هیچ‌گاه احساس گناه نکنم. در دوران کاری‌ام فهمیدم که هر چیزی را که بخواهم می‌توانم با توپ و تشر از بیماران و پرسراران بخرم و با همین شیوه دیگران را مجبور به قبول خواسته‌هایم می‌کردم. تازه بعد از این که به عنوان پزشک متخصص مشغول به کار شدم راه و روشهای فراوانی برای پزشکی و دغل‌بازی‌هایم کسب کردم.

و همیشه فکر می‌کردم اینها نشانه اعتماد به نفس بودن من هستند. به عنوان پزشک باید در جلسات روان‌شناسی و روانکاوای بسیاری شرکت می‌کردم و با خود می‌گفتم که من شخصیت بسیار قوی دارم و اعتماد به نفس من بسیار است و به هیچ عنوان احتیاجی به دیگران ندارم و اختیارم دست خودم است و هیچ‌کس نمی‌تواند با من در بیفتد و اگر کسی با من در بیفتد او را سرچایش بنشانم.