

کمبود

سرشناسه: مولائناثان، سندھیل	Mullainathan, Sendhil
عنوان و نام پدیدآور: کمبود: نگاهی به کمیوهای فردی و اجتماعی/سندھیل مولائناثان و الدار سفیر؛ ترجمه حسین علیجانی رنانی.	
مشخصات نشر: تهران: ققنوس، ۱۳۹۷.	
مشخصات ظاهری: ۳۰۹ ص.	
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۷۸-۴۰۵-۶	
وضعیت فهرست نویسی: فیبا	
یادداشت: عنوان اصلی: Scarcity: why having too little means so much.	
موضوع: عرضه و تقاضا	
موضوع: Supply and demand	
موضوع: تصمیم گیری	
موضوع: Decision making	
شناسه افزوده: شافر، الدار	
موضوع: Shafir, Eldar	
شناسه افزوده: علیجانی رنانی، حسین، ۱۳۶۸ -، مترجم	
رده بندی کنگره: ۱۳۹۷ ک۸/م۸/۸۰۱ HB	
رده بندی دیویی: ۳۳۸/۵۲۱	
شماره کتاب شناسی ملی: ۵۰۷۸۸۵	

کمبود

نگاهی به کمبودهای فردی و اجتماعی

سندھیل مولای ناتان

و

الدار سفیر

ترجمہ حسین علیجانی رنانی



این کتاب ترجمه‌ای است از:

Scarcity

The True Cost of Not Having Enough

Sendhil Mullainathan and Eldar Shafir

Penguin Books, 2014



انتشارات قنوس

تهران، خیابان انقلاب، خیابان شهدای ژاندارمری،

شماره ۱۱۱، تلفن ۴۰ ۸۶ ۴۰ ۶۶

ویرایش، آماده‌سازی و امور فنی:

تحریریه انتشارات قنوس

سندھیل مولای ناتان و الدار سفیر

کمبود

نگاهی به کمبودهای فردی و اجتماعی

ترجمه حسین علیجانی‌رنانی

چاپ اول

۱۱۰۰ نسخه

۱۳۹۷

چاپ رسام

حق چاپ محفوظ است

شابک: ۶ - ۴۰۵ - ۲۷۸ - ۶۰۰ - ۹۷۸

ISSN: 978-600-278-405-6

www.qoqnoos.ir

Printed in Iran

۲۵۰۰۰ تومان

فهرست

یادداشت مترجم	۷
مقدمه	۱۱

بخش یکم: ذهنیت کمبود

۱. تمرکز و تونل‌بینی	۳۵
۲. مالیات بر پهنای باند	۶۵

بخش دوم: کمبود کمبود می‌آورد

۳. بسته‌بندی و فراخی	۱۰۵
۴. تخصص	۱۲۹
۵. قرض گرفتن و نزدیک‌بینی	۱۵۱
۶. دام کمبود	۱۷۱
۷. فقر	۱۹۹

بخش سوم: طرحی برای کمبود

۸. بهبودبخشی به زندگی فقیران	۲۲۳
۹. مدیریت کمبود در سازمان‌ها	۲۴۱

۲۶۷	 ۱۰. کمبود در زندگی روزمره
۲۹۱	 نتیجه گیری
۳۰۱	 واژه نامه انگلیسی به فارسی
۳۰۵	 نمایه

یادداشت مترجم

کمبود معنای گسترده‌ای دارد و می‌توان آن را به چیزهای بسیاری نسبت داد. اما در نگاه کلی، کمبود یعنی کم داشتن، یعنی پیشی گرفتن نیازها و خواسته‌ها بر داشته‌ها. همه ما درگیر کمبودهای گوناگونی هستیم؛ این کمبودها دست ما را می‌بندند و نمی‌گذارند به آنچه می‌خواهیم دست یابیم. هر کمبود با خود محدودیت‌هایی می‌آورد. انسان فقیری که دچار کم‌پولی است نمی‌تواند هر چیزی را که نیاز دارد بخرد. انسان گرفتاری که دچار کم‌وقتی است نمی‌تواند کارهایش را سر وقت تمام کند. اما آیا اثرهای کمبود به همین محدودیت‌های ظاهری خلاصه می‌شود؟ گستره و عمق اثرهای کمبود تا کجاست؟ کمبود چگونه بر تصمیم‌های ما اثر می‌گذارد و به چه رفتارهایی می‌انجامد؟ کمبود با ذهن فرد چه می‌کند؟ با ذهن جمع چه می‌کند؟ این کتاب به ما نشان می‌دهد که اثرهای کمبود بسیار فراتر از آنی است که ما تاکنون می‌پنداشته‌ایم.

ذهن انسان توانایی‌های شگرفی دارد. شما می‌توانید هر روز اطلاعات بسیاری را وارد حافظه خود کنید، می‌توانید بارها این اطلاعات را فرابخوانید، و می‌توانید آن‌ها را با هم بیامیزید و ایده‌ها و اندیشه‌های نو بسازید. اما ذهن در کنار توانایی‌های شگرفش، کاستی‌ها و محدودیت‌هایی هم دارد. برای مثال، توجه همزمان به بیش از یک چیز معمولاً دشوار و حتی ناممکن است. شما نمی‌توانید همزمان به حرف‌های دو نفر گوش کنید، نمی‌توانید هنگام گفتگو با تلفن همراه به درستی رانندگی کنید، و نمی‌توانید همزمان که می‌دوید مسئله ریاضی حل

کنید. همه ما تا اندازه‌ای از ظرفیت محدود توجه خود آگاهییم و می‌دانیم تمرکز بر یک کار معمولاً ما را از کارهای دیگر بازمی‌دارد. اگر هم بخواهیم چند کار جداگانه را با هم انجام دهیم، یا از دقتمان کاسته می‌شود یا مجبوریم هر دم بر یک کار تمرکز کنیم و یک‌به‌یک انجامشان دهیم. به گفته دانشمندان، برخلاف حافظه بلندمدت، ظرفیت توجه ما «ثابت» است و با تلاش و تمرین هم بیشتر نمی‌شود. با نظر به این محدودیت دستگاه شناخت انسان، چه می‌شود اگر انسان دچار کمبود شود؟ این پرسشی است که این کتاب می‌خواهد به آن پاسخ بدهد. کمبودها بسیارند. اما فراگیرترین کمبود فقر است. انسان بی‌پولی را تصور کنید که کار ثابتی ندارد، قسط وام‌هایش عقب افتاده، به چند نفر بدهکار است، پول مدرسه بچه‌اش را ندارد، همسرش بیمار است، و چندین مشکل ریز و درشت دیگر که هرچه زودتر باید برای حل آن‌ها چاره‌ای بیندیشد. تمام این مشکلات بنا بر اهمیت و فوریتشان بخشی از ظرفیت ذهن او را می‌گیرند و بر فکر او سنگینی می‌کنند. وضعیت این فرد به گونه‌ای است که باید به همه این مشکلات توجه کند، اما این به دلیل محدودیت ذهن شدنی نیست. او ناچار می‌شود بر فوری‌ترین، و نه لزوماً مهم‌ترین، مشکلات تمرکز کند. بنابراین از مشکلات دیگر غافل می‌ماند و چه بسا زمانی متوجه آن‌ها شود که کار از کار گذشته باشد. انسان بی‌پول باید تمام فکر و ذکرش جور کردن خرج روزانه‌اش باشد. کمبودهای وی به قدری توجه محدود او را گرفته‌اند که او فرصتی برای خلاقیت، برنامه‌ریزی و دوراندیشی ندارد؛ اگر حتی وقتش را هم داشته باشد، حوصله‌ای برایش نمی‌ماند که با خانواده‌اش به تفریح برود، ورزشی بکند، یا کتابی بخواند. همه این‌ها ذهنی می‌خواهند که دست‌کم تا اندازه‌ای آزاد باشد. اما چنین فردی از چنین نعمتی محروم است. او از نظر مادی محدودیت‌های بسیاری دارد، اما، به عقیده مؤلفان این کتاب، شاید مهم‌تر از محدودیت‌های مادی او این باشد که کمبود تمام ذهن او را می‌گیرد و از قدرت برنامه‌ریزی و دوراندیشی محرومش می‌کند؛ به همین دلیل است که رهایی از فقر بس دشوار می‌شود.

تصور رایج بر این است که فقیران چون تنبل و «بی‌عرضه»‌اند، چون تربیت و آموزش درستی ندارند، چون برنامه‌ریزی ندارند، و چون کم‌هوش و کوتاه‌بین‌اند فقیرند. اما نویسندگان این کتاب نگاه تازه و متفاوتی دارند؛ فقیران چون در دام

فقرند، چون دچار کمبودند، کوتاه‌بین می‌شوند و نمی‌توانند برنامه‌ریزی کنند. اما فقر یگانه کمبود نیست. نویسندگان در این کتاب کمبودهای گوناگونی را بررسی کرده‌اند، از کمبودهای کلان گرفته — همچون فقر و بیکاری — تا کمبودهای شخصی‌تر — همچون کمبود زمان و کمبود دوست. در نگاه اول، شاید به نظر برسد که میان این‌ها شباهت چندانی وجود ندارد، اما نکتهٔ چشمگیری که نویسندگان کتاب با آزمایش‌ها و یافته‌های بسیار می‌خواهند ثابت کنند این است که همهٔ این کمبودها نتایج کمابیش مشابهی دارند و به رفتارهای پیش‌بینی‌پذیری می‌انجامند؛ رفتارهایی که، فارغ از نوع کمبود، برآمده از «ذهنیت کمبود»ند؛ برای مثال، انسان گرفتاری که کارهای بسیاری بر سرش ریخته و وقت کمی دارد دچار کمبود زمان است و از او هم رفتارهایی شبیه به رفتار فقیران سر می‌زند.

نکتهٔ بسیار مهم دیگر که تاکنون کمتر به آن توجه شده این است که چنین رفتارهایی را می‌توان در گروه‌های بزرگ‌تر انسانی — سازمان‌ها، دولت، جامعه و ... — نیز مشاهده کرد. هر یک از این گروه‌ها افزون بر ظرفیت مادی محدودشان، ظرفیت ذهنی محدودی هم دارند. بنابراین، برای مثال، اگر ذهن جامعه‌ای درگیر حاشیه‌ها و کمبودهای گوناگون (فقر، بیکاری، رکود و ...) باشد، ظرفیت بس کمتری برای نوآوری و خلاقیت و پیشرفت خواهد داشت؛ یا اگر سازمان یا دولتی بودجهٔ کمی داشته باشد یا آن را به تناسب هزینه نکند، در بسیاری از بخش‌ها دچار کمبودهای بیشتر و رفتارهایی خواهد شد که بسیار به رفتارهای انسان کمبودزده شبیه‌اند؛ رفتارهایی همچون نزدیک‌بینی، شتاب‌زدگی، روی آوردن به راه‌حل‌های سطحی و موقتی، و البته غفلت. سازمان‌ها و دولت‌هایی که در دام کمبودها می‌افتند، همچون انسان کمبودزده، بسیار دچار غفلت می‌شوند؛ آن‌هم غفلت از مواردی همچون تربیت و آموزش یا محیط زیست یا زیرساخت‌ها که شاید فوریت چندانی نداشته باشند و امروز به چشم نیایند، اما بسیار مهم‌اند و غفلت امروز از آن‌ها بعدها به مشکلات فزاینده‌ای می‌انجامد.

برای مبارزه با کمبود و آثار آن چه باید کرد؟ اولین گام شناخت است. برای شناخت کمبود و عمق و گستردگی آن این کتاب راهگشاست و نشان می‌دهد اثرهای کمبود بسیار فراتر از آنی است که تاکنون می‌پنداشته‌ایم. گام بعدی یافتن راهکارهایی است برای مبارزه با کمبودهای فردی و اجتماعی، که در این گام

نیز کتاب راهکارهای چندی به ما نشان می‌دهد. نویسندگان در کتاب از طیف گسترده‌ای از پژوهش‌ها و یافته‌ها استفاده کرده‌اند که از پژوهش‌ها و مقاله‌های خود و همکارانشان — به‌خصوص مقاله چشمگیری به نام «فقر کارکرد شناختی را مختل می‌کند»^۱ — تا پژوهش‌های متنوع دیگر بهره برده‌اند. با وجود این، چنین نگاه فراگیری به کمبودها نگاهی نو است و هنوز فرصت برای اندیشیدن و پژوهیدن بسیار است.

این کتاب افزون بر آنچه ارائه کرده، خاطره‌های بسیاری از زندگی فردی و اجتماعی به یاد ما می‌آورد، ایده‌های بسیاری به ما می‌دهد، و می‌تواند جرقه اندیشه‌های بسیاری را بزند؛ نگاه متفاوت آن می‌تواند ما را به درک عمیق‌تری از کمبودهای اقتصادی و اجتماعی و حتی سیاسی و فرهنگی برساند. بنابراین چه خوب خواهد بود اگر خواننده هوشیار خود را محدود به یافته‌ها و کمبودهای ارائه‌شده در این کتاب نکند. به دلیل تازگی مباحث، نویسندگان سخن خود را به زبانی ساده بیان کرده‌اند تا هم متخصصان و سیاست‌گذاران بتوانند از آن استفاده کنند و هم دیگر مردمان کنجکاو. امید است که هر دو گروه توجه لازم را به مسئله کمبود بکنند.

1. A. Mani, S. Mullainathan, E. Shafir & J. Zhao, "Poverty Impedes Cognitive Function", *Science* (New York, N.Y.), vol. 341(6149), 2013, 976-80.

مقدمه

اگر مورچه‌ها بسیار گرفتارند، پس چگونه وقت رفتن به آن‌همه گشت‌وگذار را دارند؟^(۱)

— ماری درسلر،
برندهٔ اسکار بهترین بازیگر زن

ما این کتاب را نوشتیم چون چنان گرفتار بودیم که چاره‌ای نبود. سندهیل مدام در گوشِ الدار غُرولند می‌کرد. او آن‌قدر کارِ نکرده داشت که وقت انجامِ دانشان را نداشت. مهلتِ کارها نه‌تنها به سر رسیده بود، بلکه به طرز وحشتناکی دیر شده بود. او مجبور بود با شرمندگیِ زمانِ جلسه‌ها را عوض کند. صندوقش مدام پُر می‌شد از پیام‌هایی که به توجه او نیاز داشتند. می‌توانست مادرش را تصور کند که از دستش آزرده شده است؛ چون حتی گاهی هم به او تلفن نمی‌زد. از وقت شماره‌گذاریِ خودروش نیز گذشته بود و اوضاع روزبه‌روز بدتر می‌شد. شش ماه پیش، آن کنفرانس از راه دور ایدهٔ خوبی به نظر می‌رسید؛ اما دیگر نه. افتاده بود در دور باطلی که مدام عقب و عقب‌تر می‌افتاد. اکنون، باز شماره‌گذاریِ خودرو هم کاری شده بود بر کارهای دیگر. پروژه‌ای فقط به دلیل این‌که در پاسخ به یک ایمیل سستی کرده بود، به بیراهه رفته بود و حال باید دوچندان کار می‌کرد تا درستش کند. زندگی‌اش شده بود یک خروار کارهای عقب‌افتاده که کم مانده بود روی سرش خراب شود.

البته طنز رفتار کسی که وقتش را صرف نالیدن از بی‌وقتی‌اش می‌کند از چشم

الدار پوشیده نمانده بود؛ اما سندهیل چندان متوجه تناقض رفتارش نبود و یکریز از برنامه‌اش برای خلاصی می‌گفت.

او اول باید جلو این موج را می‌گرفت. چاره‌ای جز انجام دادن تعهدهای پیشین نبود، اما می‌توان تعهد تازه‌ای نپذیرفت. او می‌خواست به هر درخواست تازه نه بگوید. می‌خواست با تمام نیرو بنشیند سر پروژه‌های پیشین تا تأخیر آن‌ها بیش از این نشود. این سختگیری‌ها سرانجام نتیجه خواهد داد و انبوه کارهای نکرده تا سطح مدیریت‌پذیری کم خواهد شد. فقط آن‌گاه است که به خود اجازه فکر کردن به پروژه‌های تازه را خواهد داد و صد البته با احتیاط بیشتری این کار را خواهد کرد. کمتر «بله» خواهد گفت و البته آن هم پس از بررسی دقیق خواهد بود. چنین تصمیمی آسان نیست، اما ضروری است.

با ریختن این برنامه احساس خوبی داشت. البته که داشت. همان‌گونه که ولتر مدت‌ها پیش گفته، «توهم سرآمد همه لذت‌هاست.»^(۲)

یک هفته پیش، سندهیل باز تلفن زد: دو نفر از همکارانش می‌خواستند با هم کتابی درباره زندگی آمریکایی‌های کم‌درآمد بنویسند. او گفت: «این فرصت بسیار خوبی است. ما هم باید یک فصل بنویسیم.» الدار خوب به یاد دارد که در صدای او هیچ نشانی از شوخی نبود.

مطابق انتظار، نوشتن آن فصل کتاب «فرصت خوبی بود که نمی‌شد از دستش داد» و ما هم نوشتنش را پذیرفتیم و باز مطابق انتظار، این کار اشتباه بود و ما با عجله و دیرتر از برنامه تمامش کردیم. اما برخلاف انتظار، این اشتباه ارزشش را داشت، چون باعث پیوندی غیرمنتظره شد که سرانجام به نوشتن این کتاب انجامید.

نوشته زیر بخشی از یادداشت‌های ما برای آن فصل است:

شاون، مدیر دفتری در کلیولند، به‌سختی روزگار می‌گذراند. او چندین صورت‌حساب را هنوز نپرداخته بود و کارت‌های اعتباری‌اش هم خالی شده بود. حقوقش در چشم‌به‌هم‌زدنی تمام می‌شد. می‌گفت: «همیشه ماه بیشتر از پولم دوام می‌آورد.» روزی تصادفاً یکی از چک‌هایش برگشت خورد، چون خیال می‌کرد در حسابش پول دارد؛ آن خرید ۲۲ دلاری پاک از یادش رفته بود. تلفن هر بار که زنگ می‌خورد دلواپس می‌شد: نکند وام‌دهنده دیگری زنگ زده

تا باز به او «یادآوری» کند؟ بی پولی بر زندگی شخصی اش هم سنگینی می کرد. گاهی در رستوران برای غذا کمتر از سهمش پول می داد، چون کم آورده بود. دوستانش درکش می کردند، اما وضع خوبی نبود.

افق روشنی در پیش رویش نمی دید. یک پخش کننده بلوری را قسطی خریده بود و در شش ماه اول لازم نبود پولی برایش بپردازد؛ اما این مال پنج ماه پیش بود. صورت حساب ماه بعدش را چگونه پرداخت کند؟ هرچه می گذشت، باید پول بیشتری برای بدهی های پیشین کنار می گذاشت. بابت آن چک برگشت خورده مجبور شد جریمه سنگینی بپردازد. با گذشتن از موعد صورت حساب ها، کارمزدهای دیرکرد هم بیشتر می شد. اوضاع مالی اش فاجعه بود. او تا خرخره در باتلاق بدهی فرو رفته بود و به سختی می توانست نفس بکشد.

همچون مردم دیگری که در چنین موقعیتی هستند، شاوون هم از افراد بسیاری مشاوره مالی گرفت که البته همگی شان یک چیز می گفتند:

بیش از این خودت را گرفتار نکن. دیگر قرض نگیر. تا می توانی کمتر خرج کن. برخی هزینه ها را به سختی بتوانی حذف کنی، اما باید راهش را پیدا کنی. هرچه زودتر بدهی های پیشین را صاف کن. اگر بدهی تازه ای برای خودت نتراشی، آخرش می توانی پرداخت هایت را جمع و جور کنی. پس از آن، همیشه هوشیار باش تا باز در چنین دامی نیفتی. عاقلانه خرج کن و عاقلانه قرض بگیر. از تجمعات گراف پرهیز کن. اگر مجبور به قرض گرفتن شدی، اول برای خودت روشن کن چگونه می خواهی بازپرداختش کنی.

این نصیحت در نظر بیشتر به کار شاوون آمد تا در عمل. ایستادگی در برابر یک وسوسه دشوار است؛ اما ایستادگی در برابر چندین وسوسه بس دشوارتر. نمی شد حراج کتی چرمی را که از مدت ها پیش چشمش را گرفته بود از دست بدهد. تولد دخترش هم نزدیک بود و هرچه فکر می کرد می دید نمی تواند در خرید هدیه برای او کم بگذارد. وسوسه های خرج کردن بسیار بودند و این با برنامه ای که ریخته بود جور در نمی آمد. سرانجام، شاوون دوباره در باتلاق بدهی فرو رفت.

دیری نپایید که ما پی بردیم رفتار سندهیل بسیار به رفتار شاوون شبیه است. مهلت های ازدست رفته بسیار شبیه به صورت حساب های دیر شده اند. تعیین

زمان جدید برای جلسه‌های تشکیل نشده (برنامه‌ریزی برای زمانی که ندارید) و کشیدن چک‌های بی‌محل (خرج کردن پولی که ندارید) هم بسیار مانند هم‌اند. هرچه گرفتارتر، نیاز به نه گفتن بیشتر. هرچه بدهکارتر، نیاز به نخریدن بیشتر. برای رها شدن از چنین وضعیتی برنامه‌هایی وجود دارند که منطقی به نظر می‌رسند؛ اما ثابت شده که اجرای آن‌ها دشوار است. برای اجرای آن برنامه‌ها لازم است همواره هوشیار باشید — هوشیار به این‌که چه چیز را بخرید و چه چیز را بپذیرید. اما به محض این‌که هوشیاری کم شد — با کوچک‌ترین وسوسه زمانی یا پولی روبه‌رو شدید — بیشتر در باتلاق فرومی‌روید. دست‌آخر، شاون ماند و انبوه بدهی‌ها؛ سندهیل ماند و انبوه تعهدها.

شباهت این دو حیرت‌انگیز است؛ چون اوضاع بسیار متفاوت‌اند. ما معمولاً مدیریت زمان و مدیریت پول را دو مسئله جدا می‌پنداریم. پیامدهای ناکامی در این دو بسیار متفاوت‌اند: مدیریت بد زمان به شرمندگی یا عملکرد کاری بد می‌انجامد، مدیریت بد پول به جریمه شدن و مصادره اموال. زمینه فرهنگی این دو با هم فرق دارند: عقب افتادن و تمام نکردن به موقع کار برای متخصص گرفتار یک معنا دارد؛ عقب افتادن و نپرداختن به موقع بدهی برای کارگر کم‌درآمد شهری معنایی دیگر. محیط‌ها با هم فرق دارند. سطح سوادها با هم فرق دارند. و حتی آرمان‌ها نیز با هم فرق دارند. اما عجیب این‌که با وجود این تفاوت‌ها، رفتار نهایی آنان بسیار به هم شبیه است.

سندھیل و شاون در یک ویژگی همسان‌اند: هر دوی آنان آثار کمبود را احساس می‌کردند. در نگاه ما، کمبود یعنی از آنچه حس می‌کنید نیاز دارید کمتر داشته باشید.^(۳) شاون احساس تنگدستی می‌کرد، او می‌دید برای تمام صورت‌حساب‌هایی که نیاز است بپردازد پول خیلی کمی دارد. سندھیل احساس تنگ‌وقتی می‌کرد، او می‌دید برای کارهایی که نیاز است انجام دهد زمان بسیار اندکی دارد. آیا بنا بر این رابطه مشترک، می‌توان رفتار آنان را توضیح داد؟ آیا ممکن است خود کمبود باعث شده باشد سندھیل و شاون مشابه یکدیگر رفتار کنند؟

کشف منطق مشترکی برای کمبود پیامدهای بزرگی در پی خواهد داشت. کمبود مفهوم گسترده‌ای است که از این حکایت‌های شخصی بسیار فراتر می‌رود.

برای مثال، مشکل بیکاری مشکل کمبود مالی نیز محسوب می‌شود. از دست دادن شغل باعث می‌شود خانوار ناگهان از نظر مالی در تنگنا قرار بگیرد — درآمد چنان کم شود که نتوان پول وام خانه، خرج‌های خودرو و هزینه‌های روزمره را تأمین کرد. مشکل روبه‌فزونی انزوای اجتماعی — «تنهانشینی» — نیز نوعی کمبود اجتماعی است که مردمانی با روابط اجتماعی خیلی کم به آن دچارند.^(۴) مشکل چاقی نیز، شاید برخلاف انتظار، مشکل کمبود است. برای پیروی از هر رژیم غذایی باید به دشواری خوردن کمتر از عادت تن داد — باید با کاهش بودجه کالری یا کمبود کالری کنار آمد. مسئله جهانی فقر — مصیبت بی‌شمار مردمان دنیای ما که مجبورند با روزی یک یا دو دلار سر کنند — نوع دیگری از کمبود مالی است. برخلاف شخصی که با از دست دادن کارش دچار کاهش بودجه ناگهانی و احتمالاً گذرایی می‌شود، فقر یعنی زندگی دایم با بودجه‌ای ناچیز. کمبود فقط مشکلات شاون و سندهیل را به هم پیوند نمی‌دهد، بلکه نخ تسبیحی است که بسیاری از مشکلات جامعه را به هم مرتبط می‌کند. این مشکلات ممکن است در فرهنگ‌ها و وضعیت‌های اقتصادی و نظام‌های سیاسی گوناگون رخ دهند، اما همه آن‌ها در یک واقعیت مشترک‌اند و آن کمبود است. آیا ممکن است در پس کمبود منطقی مشترک وجود داشته باشد، منطقی که در تمام این پس‌زمینه‌های گوناگون دست دارد؟

ما باید به این پرسش پاسخ می‌دادیم چون چنان گرفتار بودیم که چاره‌ای نبود.

کمبود ذهن را می‌گیرد

علاقه ما به کمبود ما را به پژوهشی چشمگیر رساند که به بیش از نیم قرن پیش برمی‌گردد. محققان آن پژوهش کار خود را مطالعه‌ای درباره کمبود نمی‌دانستند؛ اما از نظر ما، آنان نوع بسیار شدیدی از کمبود را مطالعه می‌کردند — قحطی. در اواخر جنگ جهانی دوم، متفکرین دریافتند که به مشکلی برخوردند.^(۵) آن‌ها همچنان که در قلمروهای اشغال‌شده به دست آلمان‌ها پیش می‌رفتند، به مردمان بسیاری برمی‌خوردند که به مرز قحطی رسیده بودند. البته مشکل غذا نبود، آمریکایی‌ها و انگلیسی‌ها برای زندانیان و شهروندانی که نجات می‌دادند به اندازه کافی غذا

داشتند. مشکل آن‌ها پیچیده‌تر بود: غذا دادن به مردمی که مدت‌ها در مرز قحطی بوده‌اند چگونه باید آغاز شود؟ آیا باید به آنان وعده‌های غذایی کامل داد؟ آیا باید به آنان اجازه داد هر چقدر می‌خواهند بخورند؟ آیا باید در شروع به آنان غذای کمی داد و به مرور بر جیره آنان افزود؟ ایمن‌ترین راه برای احیای مردمی که در قحطی بوده‌اند چیست؟

در آن زمان، کارشناسان برای این پرسش‌ها پاسخ‌های چندانی نداشتند. بنابراین گروهی از دانشگاه مینه‌سوتا تصمیم گرفتند آزمایشی انجام دهند تا پاسخ را بیابند.^(۶) برای فهم این که چگونه باید به مردم غذا داد، اول باید به آنان گرسنگی داد. آزمایش با چند داوطلب مرد سالم شروع شد؛ در محیطی کنترل‌شده، کالری دریافتی آنان را پیوسته کاهش دادند تا زمانی که غذای دریافتی‌شان فقط به قدری بود که دچار صدمه‌ای دایمی نشوند. پس از چند ماه، آزمایش اصلی شروع شد. هدف این بود که دریابند بدن داوطلبان به رژیم‌های غذایی متفاوت چه واکنشی نشان می‌دهد. البته که داوطلب شدن برای چنین آزمایشی آسان نیست، اما به آن جنگ می‌گفتند «جنگ خوب»، و معترضان با وجدانی که به خط مقدم جبهه نرفته بودند هم می‌خواستند کمک کنند.

در این پژوهش، سی و شش سوژه را در خوابگاهی مستقر کرده بودند و آنان را به دقت می‌پاییدند و هر رفتار را به دقت ثبت می‌کردند. گرچه محققان بیشتر به جنبه غذا دادن پژوهش علاقه داشتند، تأثیر قحطی را نیز اندازه گرفتند. بیشتر آنچه بر سر بدن‌های قحطی‌زده آنان آمد جلوه آشکاری داشت. سوژه‌ها به قدری چربی از دست دادند که نشستن بر نشیمنگاه برایشان زجرآور شد و آنان مجبور می‌شدند از بالشت استفاده کنند. افزون بر کاهش وزن، ورم مفاصل هم مشکل دیگری بود — به دلیل قحطی، حدود هفت کیلو مایع اضافه در بدن آنان انباشته شده بود. سوخت‌وساز بدنشان تا چهل درصد کاهش یافت. آنان قدرت و شکیبایی‌شان را از دست دادند؛ چنان‌که یکی از سوژه‌ها گفت: «من زمانی متوجه ضعف بازوهایم شدم که دایم موهایم را زیر دوش می‌شستم. در طول چنین کار ساده‌ای، بازوهایم کاملاً فرسوده شدند.»

آن‌ها نه تنها بدنشان ضعیف شد، بلکه ذهنشان هم دگرگون شد. شارمان آپت راسل در کتابش، گرسنگی، یکی از صحنه‌های شام این افراد را شرح داده است:

آنان هنگام ایستادن در صف اگر دیر نوبتشان می‌شد بی‌طاقت می‌شدند. هوای غذایشان را خیلی داشتند و برخی روی سینی‌هایشان خم می‌شدند و با دست‌ها دور آن را می‌گرفتند تا از غذایشان محافظت کنند. بیشتر ساکت بودند و به‌تمامی بر خوردن تمرکز می‌کردند. ... بی‌میلی به خوردن برخی غذاهای خاص، مانند شلغم زرد، به‌کلی ناپدید شد. همهٔ غذاها را تا آخرین لقمه می‌خوردند، سپس بشقاب‌ها را هم لیس می‌زدند.^(۷)

این شرح بسیار به آنچه شاید از مردم قحطی‌زده انتظار داشته باشید شبیه است. اما پاره‌ای تغییرات روانی هم ظاهر شدند که بیشتر غیرمنتظره بودند:

دلمشغولی آنان شد کتاب‌های آشپزی و صورت‌غذای رستوران‌های محلی. برخی از افراد ممکن بود ساعت‌ها وقت بگذارند و قیمت‌های میوه و سبزیجات هر روزنامه را با دیگر روزنامه‌ها مقایسه کنند. برخی همان‌جا تصمیم گرفتند کشاورز شوند. آنان رؤیای شغل‌های تازه‌ای همچون رستوران‌داری را در سر می‌پروراندند. ... علاقه‌شان را به مشکلات علمی از دست دادند و بسیار بیشتر به کتاب‌های آشپزی علاقه‌مند شدند. ... وقتی به تماشای فیلمی می‌نشستند، فقط صحنه‌های غذا توجهشان را جلب می‌کرد.

آنان بر غذا تمرکز کرده بودند. صد البته اگر انسان دچار قحطی شود، اولویتش باید به دست آوردن غذای بیشتر باشد. اما ذهن آنان چنان بر غذا متمرکز شده بود که از فایده‌های عملی غذا نیز فراتر رفته بود. توهم‌هایی مانند راه‌اندازی رستوران، مقایسهٔ قیمت‌های غذا، و جستجو در کتاب‌های آشپزی درد شکم را آرام نمی‌کند. در واقع، تمام این فکر کردن‌ها به غذا — که تقریباً وسواسی فکری شده بود — به‌یقین رنج گرسنگی را بیشتر می‌کرد. آنان خود انتخاب نکردند که چنین باشند. یکی از داوطلبان حاضر در پژوهش مینه‌سوتا درماندگی ناشی از فکر کردن دم‌به‌دم به غذا را چنین بازگو کرده است:

من در تمام زندگی‌ام بیشتر از چند چیز به یاد نمی‌آورم که به اندازهٔ این آزمایش برای تمام شدنشان لحظه‌شماری کرده باشم. و این چندان ربطی به ناراحتی جسمی ما نداشت، بلکه به این دلیل بود که مهم‌ترین چیز در زندگی ما شده بود غذا ... اصلی‌ترین و یگانه چیز در زندگی ما غذا بود. و اگر غذا یگانه هدف شخص باشد، زندگی دیگر چندان مزه‌ای ندارد. منظورم این است که اگر به تماشای فیلمی می‌رفتیم، صحنه‌های عاشقانه هم توجه‌مان را جلب نمی‌کردند،

اما هر زمان که در فیلم چیزی می‌خوردند با چشمانی گرد دقت می‌کردیم که چه می‌خورند.

این مردان گرسنه خود نخواستہ بودند که داستان فیلم را رها کنند و به صحنه‌های غذا بچسبند، خود نخواستہ بودند که غذا اولویت ذهنشان بشود، بلکه گرسنگی فکر آنان و توجهشان را گرفته بود. این رفتارها را فقط در پانویس پژوهش مینه‌سوتا آورده بودند، که نشان می‌داد این مسئله دغدغه آن محققان نبوده است؛ اما این رفتارها به ما نشان می‌دهند که کمبود چگونه دگرگونمان می‌کند.

کمبود ذهن را می‌گیرد؛ همان‌گونه که غذا ذهن سوژه‌های قحطی‌زده را گرفته بود. ما نیز اگر دچار نوعی کمبود شویم، مجذوب آن می‌شویم. ذهن به صورت خودکار و شدید به سمت نیازهای برآورده‌نشده کشیده می‌شود. برای گرسنگان، این نیاز غذاست؛ برای گرفتاران، ممکن است پروژه‌ای باشد که باید تماش کنند؛ برای پول‌لازم‌ها، ممکن است اجاره این ماه باشد؛ و برای افراد تنها، نبود همنشین. کمبود صرفاً ناخشنودی از کم داشتن شدید نیست، بلکه فراتر از آن است. کمبود شیوه فکر کردن ما را دگرگون می‌کند. کمبود خود را بر ذهن‌های ما تحمیل می‌کند.

این‌همه را از فقط یک پژوهش نتیجه گرفتن شاید زیاده‌روی باشد. قحطی نمونه‌ای حاد است: کمبود نیز در آن نقش دارد؛ اما بسیاری از تغییرهای روان‌شناختی دیگر هم در آن مؤثرند. این پژوهش را فقط با سی و شش سوژه انجام دادند. شواهدی که ما برشمردیم بیشتر شکایت‌های مردانی گرسنه بود، نه عددی‌هایی موثق. اما پژوهش‌های بی‌شمار و بسیار دقیق‌تر دیگر نیز همین نتایج را نشان داده‌اند؛ و افزون بر این‌ها، به‌دقت روشن کرده‌اند که کمبود چگونه ذهن‌های ما را می‌گیرد.

در پژوهشی تازه، از سوژه‌ها خواستند در زمان ناهار به آزمایشگاه بیایند و سه تا چهار ساعت پیش از آن چیزی نخورند.^(۸) به نیمی از سوژه‌ها گفتند که بروند و ناهارشان را بخورند، و نیمی دیگر را نگه داشتند؛ بنابراین نیمی سیر بودند و نیمی گرسنه. تکلیف آنان در این پژوهش ساده بود: «به نمایشگر خیره شوید. یک واژه لحظه‌ای نمایان می‌شود. بی‌درنگ بگویید چه واژه‌ای دیدید.» پس، برای مثال،

اگر واژه دیدار نمایان می‌شد، سوژه‌ها باید می‌گفتند که آیا اکنون واژه دیدار را دیدند یا واژه بیدار را. تکلیف ساده‌ای به نظر می‌رسد و همین‌طور هم بود، مگر این‌که همه‌چیز سریع رخ می‌داد، بسیار سریع. هر واژه به مدت ۳۳ میلی‌ثانیه — یک سی‌ام ثانیه — نمایان می‌شد.

شاید فکر کنید سوژه‌های گرسنه، با وجود خستگی و بی‌تمرکزی برآمده از گرسنگی، عملکرد بدتری داشتند. اما در این تکلیف خاص، آنان به خوبی سوژه‌های سیر عمل کردند، مگر در یک مورد. گرسنه‌ها در تشخیص واژه‌های مرتبط با غذا بسیار بهتر عمل کردند. بسیار بیشتر احتمال داشت که آنان واژه یک را به‌درستی تشخیص دهند. تکالیفی همچون این مورد را برای این طراحی می‌کنند که بفهمند اولویت ذهن شخص چیست. وقتی مفهومی ذهن‌های ما را فرامی‌گیرد، واژه‌های مرتبط با آن را زودتر تشخیص می‌دهیم. پس وقتی گرسنه‌ها یک را زودتر تشخیص می‌دهند، بی‌درنگ درمی‌یابیم که غذا اولویت ذهن آنان شده است. در این‌جا ما وسواس فکری سوژه‌ها را با تکیه بر رفتارهای عجیبی همچون خواندن کتاب‌های آشپزی یا نقشه کشیدن برای راه‌اندازی رستوران نتیجه نگرفتیم، بلکه سرعت و درستی پاسخ‌های آنان بی‌درنگ به ما نشان داد که کمبود ذهن سوژه‌های گرسنه را فرا گرفته است.

و چنین رویدادی در لایه نیمه‌آگاه ذهن رخ داد. بازه زمانی این تکلیف را اندک گرفتند — نتایج به میلی‌ثانیه اندازه گرفته می‌شد — تا به پردازش سریع افراد دست یابند، پردازشی که سرعتش و رای کنترل خودآگاهانه است.^(۹) اکنون ما آن‌قدر درباره مغز می‌دانیم که معنای این بازه‌های زمانی را بدانیم. محاسبات پیچیده سطح بالا بیش از ۳۰۰ میلی‌ثانیه زمان می‌برند. واکنش‌های سریع‌تر بر پردازش‌های نیمه‌آگاهانه خودکارتر استوارند. بنابراین، وقتی افراد گرسنه واژه یک را سریع‌تر تشخیص می‌دهند، به این دلیل نیست که آنان تمرکز بیشتر بر این واژه را انتخاب کرده‌اند؛ زیرا این فرایند سریع‌تر از آن بود که آنان بتوانند انتخابی نکنند. به همین دلیل است که وقتی می‌خواهیم بگوییم کمبود باعث تمرکز ذهن می‌شود، از فعل گرفتن استفاده می‌کنیم.

این پدیده منحصر به گرسنگی نیست. پژوهشی دریافت که وقتی سوژه‌ها تشنه‌اند، سریع‌تر واژه آب را تشخیص می‌دهند (البته باز منظور از سریع‌تر چنده

میلی ثانیه است).^(۱۰) در همه این نمونه‌ها، کمبود به شکل نیمه‌آگاه عمل می‌کند؛ در نتیجه، توجه را می‌گیرد، چه مالک ذهن بخواهد چه نخواهد.

گرسنگی و تشنگی، هر دو، میل‌هایی فیزیکی‌اند. دیگر گونه‌های کمتر غریزی کمبود نیز ذهن را می‌گیرند. در پژوهشی، از کودکان خواستند با کم و زیاد کردن ابزاری فیزیکی، اندازه سکه‌های پول — از یک پنی تا نیم دلار — را تخمین بزنند.^(۱۱) در نظر کودکان فقیر، این سکه‌ها «جلوه» بزرگ‌تری داشتند؛ چون آنان اندازه‌های سکه‌ها را بسیار بیشتر از مقدار درست تخمین زدند.^(۱۲) هرچه هم سکه باارزش‌تر بود — ربع دلاری یا نیم دلاری — خطای آنان نیز بیشتر می‌شد. به همان شکلی که غذا ذهن گرسنگان را می‌گیرد، سکه‌ها نیز تمرکز کودکان فقیر را گرفت.^(۱۳) تمرکز بسیار آنان به این سکه‌ها «جلوه»ی بزرگ‌تری داد. محققان گفتند شاید کودکان فقیر در به یاد آوردن اندازه‌ها مهارت لازم را ندارند. پس در تکلیفی حتی ساده‌تر، سکه‌ها را روبه‌روی چشمان کودکان گذاشتند و از آنان خواستند اندازه سکه‌ها را تخمین بزنند. این بار خطای کودکان فقیر در تخمین سکه‌هایی که روبه‌رویشان بود حتی شدیدتر شد. سکه‌های واقعی حتی از سکه‌های خیالی موجود در حافظه هم بیشتر تمرکز آنان را به خود جلب کرد. (اما زمانی که سکه‌های واقعی را از جلو چشمان کودکان برداشتند و مقواهای دایره‌ای با اندازه‌ای مشابه به کودکان نشان دادند، آنان بسیار دقیق تخمین زدند.)

وقتی توجه گرفته شود، تجربه نیز ممکن است تغییر کند. در طول رویدادهای کوتاه و بسیار متمرکز، همچون تصادف جاده‌ای و دزدی، افزایش درگیر شدن توجه باعث شکل گرفتن احساسی می‌شود که پژوهشگران به آن می‌گویند «انبساط ذهنی زمان»،^(۱۴) احساسی که در آن چنین رویدادهایی بیشتر طول می‌کشند، زیرا حجم اطلاعات پردازشی بسیار است. به طور مشابه، کمبود نیز با گرفتن توجه، نه فقط بر آن چیزی که می‌بینیم یا سرعت دیده شدن آن چیز اثر می‌گذارد بلکه بر تفسیر ما از جهان نیز مؤثر است. در پژوهشی درباره افراد تنها، تصویر چهره‌هایی را برای یک ثانیه به آنان نشان می‌دادند و از سوژه‌ها می‌پرسیدند که در هر چهره چه هیجانی را مشاهده کردند.^(۱۵) آیا چهره‌ها خشمگین بودند یا ترسان یا شاد یا غمگین؟ هدف از این تکلیف ساده اندازه‌گیری یک مهارت اجتماعی کلیدی بود: توانایی فهم این‌که

دیگران چه احساسی دارند. جالب این که افرادِ تنها در پاسخ به این تکلیف بهتر بودند. شاید فکر کرده بودید آنان بدتر عمل کرده‌اند — مگر نه این که تنهایی ممکن است نشان‌دهندهٔ بی‌تجربگی یا بی‌عرضگی اجتماعی باشد؟^(۱۶) اما این عملکرد بهتر زمانی با عقل جور درمی‌آید که با روان‌شناسی کمبود بررسی‌اش کنید. در این صورت، شما هم همین پیش‌بینی را می‌کردید؛ زیرا افرادِ تنها در مدیریت روابط اجتماعی خود دچار کمبودند و این کمبود نقطهٔ تمرکز آنان می‌شود. آنان باید هم به‌خصوص در پی بردن به هیجان‌های دیگران حساس‌تر باشند.

افرادِ تنها در به یاد آوردن اطلاعات اجتماعی نیز بهترند. در پژوهشی از مردم خواستند که دفتر خاطرات کسی را بخوانند و بگویند چه برداشتی از آن می‌کنند.^(۱۷) سپس از آنان خواستند جزئیات خاطرات نوشته‌شده را به یاد آورند. در این مورد، عملکرد افرادِ تنها به خوبیِ دیگران بود؛ اما تفاوتی وجود داشت: آنان در به یاد آوردن خاطراتی با زمینهٔ اجتماعی، همچون رابطه با دیگران، بسیار بهتر عمل کردند.

محققان این پژوهش در حکایتی کوتاه بیان می‌کنند که تنهایی چگونه تمرکز را دگرگون می‌کند: بردلی اسمیت، کسی که در عشق ناکام بوده و دوستان نزدیکی ندارد، درمی‌یابد که پس از طلاق، ادراکش دگرگون شده است:

ناگهان، بردلی دیگر نمی‌توانست از توجه وسواس‌گونه و زجرآور به روابط مردم — زن و شوهرها و خانواده‌ها — چشم‌پوشد. شاید بسیاری از ما روزی در محضهٔ بردلی بیفتیم. چه‌بسا، همچون بردلی، در رابطهٔ عشقی خود شکست بخوریم و به‌ناگاه دریابیم که به دو دلداهٔ دست در دست‌نشسته در پارک خیره شده‌ایم. یا روزهای اولی که به محل کار یا مدرسهٔ جدیدی می‌رویم، خود را در میان انبوهی از غریبه‌ها بیابیم و هر لب‌خند، هر اخم، و هر نگاه کوتاه به سمت ما رنگ دیگری به خود بگیرد.^(۱۸)

شاید بتوان گفت که بردلی مثال اجتماعی همان مردان قحطی‌زده‌ای است که دلمشغولی‌شان ورق زدن کتاب‌های آشپزی بود.

نسخهٔ اصلی علم کمبود

زمانی ما به فردی اقتصاددان گفتیم که دربارهٔ کمبود پژوهش می‌کنیم، او پاسخ

داد: «همین حالا هم علم کمبود وجود دارد. شاید اسمش به گوشتان خورده باشد. به آن می‌گویند علم اقتصاد»^۱ او البته درست می‌گفت. علم اقتصاد پژوهشی است درباره‌ی این که چگونه از داشته‌های محدودمان استفاده کنیم تا به خواسته‌های نامحدودمان برسیم؛ یا مردم و جوامع چگونه کمبود فیزیکی را مدیریت کنند. اگر شما پولتان را برای خرید یک دست کت و شلوار نو هزینه کنید، آن وقت پول کمتری برای شام خوردن در بیرون دارید. اگر دولت پولش را خرج پژوهش درباره‌ی سرطان پروستات کند، آن وقت پول کمتری برای ایمنی بزرگراه‌ها خواهد داشت. نکته‌ی جالب توجه این است که چه بسیار بحث‌هایی که از جنبه‌های دیگر هوشمندانه‌اند، اما به بده‌بستان‌ها که می‌رسند، اغلب از آن‌ها چشم می‌پوشند (نظریه‌ی ما به توضیح چرایی این چشمپوشی کمک می‌کند). دیگر بینش‌های اقتصادی نیز برآمده از این شناخت‌اند که کمبود فیزیکی به تغییر قیمت‌ها واکنش نشان می‌دهد، آن هم گاهی از راه‌های غیرمنتظره. برای آموختن این نکته، دیرینه‌شناسان اروپایی در چین قرن نوزدهم هزینه‌ی سنگینی پرداختند.^(۹) آنان به دنبال استخوان‌های کمیاب دایناسورها، به روستا‌نشینانی که تکه‌استخوانی پیدا می‌کردند پاداش می‌دادند. نتیجه؟ عرضه بیشتر شد. تکه‌های استخوان بیشتری پیدا شدند. وقتی روستاییان استخوانی پیدا می‌کردند، آن را با ضربه خرد می‌کردند تا تعداد تکه‌هایی که می‌توانستند بفروشند بیشتر شود. اما این دقیقاً آن چیزی نبود که دیرینه‌شناسان می‌خواستند.

رویکرد ما به کمبود متفاوت است. در علم اقتصاد، کمبود همه‌جا حضور دارد. همه‌ی ما مقدار محدودی پول داریم. حتی ثروتمندترین مردمان هم نمی‌توانند همه‌چیز بخرند. اما ما می‌گوییم اگرچه کمبود فیزیکی همه‌جا هست، احساس کمبود چنین نیست. یک روز کاری را تصور کنید که این‌جا و آن‌جا چند جلسه دارید و فهرست کارهایتان طوری نیست که نشود مدیریتش کرد. شما زمان بی‌برنامه‌تان را صرف ناهار یا پرسه زدن در جلسه‌ای می‌کنید یا به یک همکار زنگ می‌زنید تا خبری بگیرید. اکنون، روز کاری دیگری را تصور کنید که تقویمتان کاملاً پر از جلسه‌های جورواجور است. آن اندک زمانی را هم که

۱. واژه scarcity را در اقتصاد «کمیابی» و «نایابی» نیز ترجمه کرده‌اند. اما در این کتاب بهتر دیده شد که از معادل «کمبود» استفاده شود. — م.

برایتان مانده باید صرف پروژه‌ای کنید که از وقتش گذشته است. در هر دو مورد، زمان از نظر فیزیکی کم است و، باز در هر دو، تعداد ساعت‌های یکسانی سر کارید و این زمان را می‌توانید با فعالیت‌های بی‌شماری پر کنید. اما در یک مورد، کمبود و محدود بودن زمان به شدت به چشم می‌آید، و در دیگری حقیقتی است مبهم که چه‌بسا اصلاً به چشمتان نیاید. احساس کمبود با حقیقت فیزیکی آن فرق دارد.

احساس کمبود از کجا می‌آید؟ محدودیت‌های فیزیکی — پول موجود در حساب پس‌انداز، بدهی‌هایتان، کارهایی که باید تمامشان کنید — به یقین نقشی دارند. اما ادراک ذهنی ما دربارهٔ این که چه چیزی اهمیت دارد هم نقش دارد: ما باید به چه دست یابیم؟ آن خرید چقدر مهم است؟ چنین خواسته‌هایی بر پایهٔ فرهنگ، تربیت و حتی وراثت شکل می‌گیرند. ممکن است ما خواستار چیزی باشیم که اگر عمیقاً آن را واکاویم دلیلش فیزیولوژی ما باشد یا صرفاً این باشد که همسایه‌مان هم آن چیز را دارد. همان‌گونه که احساس سردی ما نه فقط به دمای مطلق محیط بلکه به سوخت‌وساز بدنمان هم بستگی دارد، احساس کمبود نیز هم به آنچه فراهم است بستگی دارد و هم به امیال ما.^(۲۰) بسیاری از پژوهندگان — جامعه‌شناسان، روان‌شناسان، انسان‌شناسان، عصب‌شناسان، روانپزشکان و حتی بازاریابان — تلاش کرده‌اند تا با واشکافی این میل‌ها، پرده از رازهای آن‌ها بردارند. در این کتاب، ما عمدتاً از این بحث پرهیز کرده‌ایم. ما اجازه دادیم که ترجیح‌ها همانی باشند که هستند و، در عوض، بر منطق کمبود و پیامدهای آن تمرکز کرده‌ایم: هنگامی که احساس می‌کنیم خیلی کم داریم، در ذهن ما چه رخ می‌دهد، و این چگونه به انتخاب‌ها و رفتارهای ما شکل می‌دهد؟

شاید در نگاهی کلی بتوان گفت که بیشتر رشته‌ها، از جمله اقتصاد، به این پرسش پاسخ یکسانی می‌دهند. کمتر از آنچه می‌خواهیم داشتن، پیامد روشنی دارد: ناخرسندی.^(۲۱) هرچه فقیرتر باشیم، چیزهای دلپذیر کمتری می‌توانیم بخریم — خواه آن چیز خانه‌ای باشد که به مدرسه‌ای خوب نزدیک است، خواه چیزی ناچیز همچون نمک یا شکری باشد که به غذایمان مزه می‌دهد. هرچه گرفتارتر باشیم، زمان فراغت کمتری برای لذت بردن داریم — خواه زمان

تماشای تلویزیون باشد، خواه زمانی که در کنار خانواده‌هایمان هستیم. هرچه مجبور باشیم کالری کمتری مصرف کنیم، غذاهای کمتری را می‌توانیم بجشیم و ... کمتر داشتن ناخوشایند است. و چه‌بسا دربارهٔ چیزهای گوناگونی چون سلامت، ایمنی، یا آموزش عواقب منفی داشته باشد. کمبود با خود نارضایتی و دردسر می‌آورد.^(۲۲)

به‌یقین این حرف‌ها درست‌اند، اما ما فکر می‌کنیم در آن‌ها نکته‌ای بسیار حیاتی نادیده گرفته شده است. کمبود صرفاً محدودیت فیزیکی نیست، بلکه نوعی ذهنیت هم هست. وقتی کمبود توجه ما را می‌گیرد، نحوهٔ فکر کردن ما را هم دگرگون می‌کند — چه این فکر کردن از نوع چند میلی‌ثانیه‌ای باشد، چه چند ساعتی، چند روزی، یا چند هفته‌ای. کمبود با نشستن بر بالای ذهن، بر این‌که به چه چیز توجه می‌کنیم اثر می‌گذارد، و نیز بر این‌که چگونه انتخاب‌های خود را سبک و سنگین می‌کنیم، چگونه می‌اندیشیم، و نهایتاً چگونه تصمیم می‌گیریم و چگونه رفتار می‌کنیم. وقتی در زیر سلطهٔ کمبود عمل می‌کنیم، دیدمان به مشکلات، مدیریت آن‌ها، و واکنشی که به آن‌ها نشان می‌دهیم دگرگون می‌شود. در برخی رشته‌ها به بررسی ذهنیت‌هایی پرداخته‌اند که نمونه‌های خاصی از کمبود آن‌ها را پدید می‌آورند.^(۲۳) برای مثال، رژیم گرفتن چه اثری بر حال افراد می‌گذارد، یا یک زمینهٔ فرهنگی خاص چگونه ممکن است بر نگرش فقیران آن فرهنگ اثر بگذارد. حرف ما بسیار جهان‌شمول‌تر است: کمبود، از هر نوعی که باشد، ذهنیت یکسانی پدید می‌آورد. و این ذهنیت می‌تواند به ما در تبیین بسیاری از رفتارها و پیامدهای کمبود کمک کند.

وقتی کمبود ذهن را می‌گیرد، کارآمدی و توجه ما افزایش می‌یابد. در زندگی موقعیت‌های بسیاری رخ می‌دهند که حفظ تمرکز در آن‌ها دشوار است. ما سرِ کار سستی می‌کنیم، چون مدام حواسمان پرت می‌شود. از مغازه جنس‌های گران می‌خریم، چون ذهنمان جای دیگری است. بی‌پولی یا مهلت کم باعث می‌شوند بر کار پیش رو تمرکز کنیم. ذهن قفل کرده بر یک چیز ما را از خطاهای سهل‌انگارانه باز می‌دارد. این حرف بسیار با عقل جور درمی‌آید: کمبود چون مهم است، چون ارزش توجه دارد، ذهن ما را می‌گیرد.

اما زمانی که ذهن ما بر یک چیز قفل کرد، نمی‌توانیم انتخاب تام‌وتمامی

بکنیم. بنابراین نه فقط هنگام انجام دادن پروژه‌ای فوری فکرمان درگیر آن است، بلکه وقتی در خانه‌ایم و می‌خواهیم به فرزندانمان در نوشتن مشق‌هایش کمک کنیم نیز درگیر آنیم. همین درگیری خودکار که کمکمان می‌کند تا بر یک چیز تمرکز کنیم باری می‌شود بر دوش بقیه زندگی. چون درگیر کمبود شده‌ایم و چون ذهنمان هر دم و هر ساعت گرفتار آن شد، برای بقیه زندگی‌مان ذهن کمتری باقی می‌ماند. این حرف را نباید استعاره محض دانست. ما می‌توانیم مستقیماً ظرفیت ذهنی، یا به بیان ما پهنای باند، را اندازه بگیریم. می‌توانیم هوش سیال را اندازه بگیریم، منبعی مهم که بر چگونگی پردازش اطلاعات و تصمیم‌گیری ما اثر می‌گذارد. می‌توانیم کنترل اجرایی را اندازه بگیریم، که این نیز منبعی مهم است و میزان تکانشی بودن رفتار ما را تعیین می‌کند. ما فهمیدیم که کمبود باعث می‌شود همه این منابع پهنای باند کاهش یابند — در نتیجه آن، از تیزبینی و آینده‌بینی ما کم می‌شود و در کنترل خود ضعیف‌تر می‌شویم. آثار کمبود فراگیرند. برای مثال، فقیر بودن بیش از نخوابیدن در تمام شب از ظرفیت شناختی شخص می‌کاهد. نکته مهم این است که نمی‌توان فقیران را افرادی در نظر گرفت که ذاتاً پهنای باند کمتری دارند، بلکه افتادن در دام فقر است که پهنای باند آنان را کم می‌کند. هنگامی که ما به فقیران فکر می‌کنیم، طبیعتاً فکرمان می‌رود به سمت کم‌پولی. هنگامی هم که به گرفتاران یا افراد تنها فکر می‌کنیم، فکرمان می‌رود به سمت نداشتن زمان یا نداشتن دوست. اما نتایج ما نشان می‌دهند که کمبود از هر نوعی که باشد، به کاهش پهنای باند می‌انجامد و از آنجایی که پهنای باند بر تمام جنبه‌های رفتار اثر می‌گذارد، این کاستی پیامدهای مشکل‌سازی در پی دارد. پیش‌تر این را در ماجرای سندهیل و شاوون دیدیم. سختی‌های پیروزی کامل از برنامه‌ای که ریخته‌ایم، ناتوانی در ایستادگی در برابر خرید کتی چرمی یا پذیرش پروژه‌های تازه، فراموشی‌ها (شماره‌گذاری خودرو، برقراری تماسی تلفنی، پرداخت یک صورت‌حساب) و لغزش‌های فکری و شناختی (اشتباه در تخمین موجودی حساب یا فراموش کردن یک دیدار) همگی به دلیل کاستی در پهنای باند رخ می‌دهند. اما پیامد به‌خصوص مهم این کاستی این است که باعث می‌شود کمبود ماندگار شود. اتفاقی نبود که سندهیل و شاوون در دام مشکلشان افتادند و در آن ماندگار شدند. زیرا خود کمبود نیز دام است.

با این نکته پاسخ برخی پرسش‌ها بسیار متفاوت می‌شود، پرسش‌هایی همچون این که چرا فقیران فقیر می‌مانند، چرا گرفتاران گرفتار می‌مانند، چرا تنهایان تنها می‌مانند، و چرا رژیم‌گرفته‌ها ناکام می‌مانند. نظریه‌های موجود، برای فهم این مشکلات، رو می‌کنند به فرهنگ، شخصیت، ترجیح‌ها، یا نهادهای اجتماعی. افراد بدهکار چه برخوردی با پول و اعتبار مالی دارند؟ عادت‌های کاری افراد بسیار گرفتار چیست؟ چه هنجارهای فرهنگی و ترجیح‌های شکل‌گرفته‌ای به انتخاب‌های غذایی افراد چاق جهت می‌دهند؟ نتایج پژوهش‌های ما از ایده‌ای بسیار اساسی‌تر خبر می‌دهند: ریشه بیشتر این مشکلات را می‌توان در ذهنیت کمبود یافت. البته منظور ما این نیست که فرهنگ، نیروهای اقتصادی و شخصیت اثری ندارند؛ شکی نیست که اثر دارند. اما کمبود منطق خاص خود را دارد که کارکردش ورای تمام این نیروهاست.

اگر ما همه دام‌های کمبود را با هم تحلیل می‌کنیم به معنای این نیست که تمام گونه‌های کمبود پیامدهایی به یک اندازه گسترده دارند. ذهنیت کمبود ممکن است در یک زمینه نسبت به زمینه‌ای دیگر نقش بسیار پررنگ‌تری داشته باشد. برای مثال، با استفاده از ساختار حافظه انسان می‌توان بسیاری از پدیده‌ها را، از بی‌اهمیت (گم کردن کلیدها) گرفته تا مهم (اعتمادپذیری شاهدان عینی) و دلخراش (پیشرفت بیماری آلزایمر)، درک کرد.^(۲۴) به گونه مشابه، اگرچه منطق کمبود در قلمروهای متفاوت ممکن است یکسان باشد، تأثیر آن چه‌بسا کاملاً متفاوت باشد. این نکته به‌خصوص در هنگام تحلیل فقر درستی خود را بیشتر نشان می‌دهد. وضعیت‌های فقر ممکن است بسیار با هم تفاوت داشته باشند و این تفاوت اغلب به زمینه‌هایی چالش‌برانگیزتر و جبران‌ناپذیرتر ربط دارد. برای مثال، درگیری پهنای باند در فقیران بیش از گرفتاران یا افراد رژیم‌گرفته است. به همین دلیل، در بخش‌های بعدی توجه ویژه‌ای به فقیران می‌کنیم.

استدلال ما در این کتاب، از یک نظر، بسیار ساده است. کمبود توجه ما را می‌گیرد و در عوض، فایده محدودی برای ما دارد که همانا افزایش توانایی‌مان در مدیریت نیازهای فوری است. اما در گستره‌ای وسیع‌تر، کمبود هزینه‌هایی بر ما تحمیل می‌کند؛ چنان‌که از دیگر نگرانی‌ها غافل می‌شویم، و کارآمدی‌مان در بقیه امور زندگی کاهش می‌یابد. این استدلال نه تنها به ما کمک می‌کند که توضیح

دهیم کمبود چگونه به رفتارهای ما شکل می‌دهد، بلکه نتایج شگفت‌انگیزی به بار می‌آورد و راه را برای فهم چگونگی مدیریت کمبودهایمان باز می‌کند.

دعوتی به کاوش

این کتاب درباره «علمی در حال شدن» است؛ تلاشی است برای کاوش در بنیادهای روان‌شناسی کمبود و به‌کارگیری این کاوش در فهم گستره وسیعی از پدیده‌های اجتماعی و رفتاری. بیشتر این کتاب بر پایه پژوهشی اصیل است که در موقعیت‌های گوناگون انجام گرفته، از آزمایشگاه دانشگاه، مراکز خرید و ایستگاه‌های قطار گرفته تا نوانخانه‌های نیوجرسی و مزرعه‌های نیشکر در هند. همچنین، ما پژوهش‌های قدیمی‌تر (همچون آن پژوهشی که درباره گرسنگی بود) را نیز از زاویه دید فرضیه جدیدمان بازبینی و آن‌ها را به صورت‌هایی بازتفسیر کردیم که شاید به فکر مؤلفان اصلی آن‌ها هم نرسیده باشد. ما تمامی این شواهد را گرد آوردیم تا برهان خود را بسازیم و نگاه تازه‌ای پیش نهیم.

یکی از فواید کار روی موضوعی چنین تازه این است که می‌توان آن را با قالبی یکسان به کارشناسان و غیرکارشناسان ارائه کرد. گرچه استدلال ما بر پایه رشته‌های گوناگون، از علوم شناختی گرفته تا اقتصاد توسعه، بنا شده است، مردم کمی در همه این رشته‌ها کارشناس‌اند، و بیشتر افراد، دست‌کم در برخی از مطالبی که ما ارائه می‌کنیم، تازه‌کارند. بنابراین بسیار تلاش کردیم که تمام کتاب، حتی بخش‌های فنی‌تر آن، برای بیشتر افراد به‌راحتی فهم‌پذیر باشد. همچنین از حکایت‌ها و کوتاه‌نگاشت‌ها هم بسیار بهره بردیم. صد البته، این چیزها را نمی‌توان جایگزینی برای شواهد دقیق دانست، اما دلیل به‌کارگیری آن‌ها ملموس‌تر کردن مفاهیم و جان بخشیدن به ایده‌هاست. در نهایت، طبیعی است که قدرت استدلال ما به شواهدی بستگی دارد که ارائه می‌کنیم. برای خوانندگانی که علاقه دارند با جزئیات فنی‌تر آشنا شوند، یادداشت‌های مفصلی در آخر هر فصل آورده‌ایم. این یادداشت‌ها بیش از یک مرجع‌شناسی ساده‌اند و افزون بر این که در آن‌ها جزئیات پژوهش‌های عرضه‌شده آمده، به دیگر پژوهش‌هایی هم که به‌نظر حاشیه‌ای بودند اشاره شده است؛ این کار به شما اجازه می‌دهد که اگر به مورد خاصی علاقه‌مند شدید، بتوانید بیشتر آن را بکاوید.

این کتاب قرار نیست حرف آخر را بزند. بلکه قرار است مسئله‌ای بسیار قدیمی را در نگاهی تازه و اشکافی کند، چرا که این مسئله هنوز جای تأمل بسیاری دارد. هر زمان که راه تازه‌ای برای فکر کردن گشوده می‌شود، می‌توان معنای تازه‌ای از آن برون کشید، می‌توان ابعاد دست‌نخورده‌ای گشود، و می‌توان پیامدهای نویی کشف کرد. در این زمینه هنوز جا برای کار بسیار است و از این نظر کتاب ما دعوتی است به کاوش — دعوتی است به همراهی در ماجرای اکتشافی.

یادداشت‌ها

۱. این سخن منتسب به ماری درسلر است. برای نمونه، بنگرید به Marie Dressler—Biography. IMDb. Retrieved November 6, 2012, from <http://www.imdb.com/name/nm0237597/bio>.
 2. T. Smollett and J. Morley, eds., *The Works of Voltaire: The Maid of Orleans (La Pucelle d'Orléans)*, vol. 41 (New York: E. R. DuMont, 1901), 90.
 ۳. این تعریف از کمبود اساساً تعریفی ذهنی است. شخصی با ثروتی هنگفت و خواسته‌های بسیار نیز اصولاً ممکن است همان کمبودی را تجربه کند که شخصی کم‌ثروت‌تر (و با خواسته‌های کمتر) تجربه می‌کند. این تعریف ذهنی از کمبود برای فهم روان‌شناسی آن ضروری است. البته پیامدهای آن هم به روان‌شناسی آن و هم به حقیقت مادی آن بستگی دارد. ما در هنگام تحلیل مسائل — برای مثال، مسئله فقر در فصل ۷ — ذهنی و عینی را با هم ترکیب می‌کنیم.
 ۴. رابرت پاتنم در کتاب پربار خود با گستره گوناگونی از داده‌ها گرایش آمریکایی‌ها را به شرکت در نهادهای مدنی نشان می‌دهد. بنگرید به Robert D. Putnam, *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community* (New York: Simon & Schuster, 2000).
- از آن زمان، این حوزه با داده‌های بسیار زیادی که درباره برهم‌کنش اجتماعی ارائه شده متحول گشته است. بنگرید به Jim Giles, "Computational Social Science: Making the Links," *Nature* 488 (August 23, 2012): 448–50.
- البته امروزه درباره اهمیت سرمایه اجتماعی — که برعکس کمبود اجتماعی است — در گستره گوناگونی از مسائل، از توسعه اقتصادی گرفته تا ارزش شهرها، بحث می‌شود.
5. Todd Tucker, *The Great Starvation Experiment: Ancel Keys and the Men Who Starved for Science* (Minneapolis: University of Minnesota Press, 2008).
 6. A. Keys, J. Brožek, A. Henschel, O. Mickelson, and H. L. Taylor, *The*

Biology of Human Starvation, 2 vols. (Oxford: University of Minnesota Press, 1950).

7. S. A. Russell, *Hunger: An Unnatural History* (New York: Basic Books, 2006).
8. R. Radel and C. Clement-Guillotin, "Evidence of Motivational Influences in Early Visual Perception: Hunger Modulates Conscious Access," *Psychological Science* 23, no. 3 (2012): 232–34. doi:10.1177/0956797611427920.
9. B. Libet, C. A. Gleason, E. W. Wright, and D. K. Pearl, "Time of Conscious Intention to Act in Relation to Onset of Cerebral Activity (Readiness-Potential): The Unconscious Initiation of a Freely Voluntary Act," *Brain* 106, no. 3 (1983): 623–42.
10. H. Aarts, A. Dijksterhuis, and P. de Vries, "On the Psychology of Drinking: Being Thirsty and Perceptually Ready," *British Journal of Psychology* 92, no. 4 (2001): 631–42. doi:10.1348/000712601162383.
11. P. Saugstad and P. Schioldborg, "Value and Size Perception," *Scandinavian Journal of Psychology* 7, no. 1 (1966): 102–14. doi:10.1111/j.1467-9450.1966.tb01344.x.

۱۲. در ادراک دیداری، تمرکز بیشتر لزوماً به معنای دقت بیشتر نیست. چندین پژوهش دریافته‌اند که هم انگیزه و هم توجه ممکن است نقش داشته باشند و پردازش دیداری اولیه را راهنمایی کنند. شواهد روان-فیزیکی، عصب-فیزیولوژیکی، و رفتاری نشان می‌دهند که توجه، قدرت یک محرک را با افزایش برجستگی آن افزایش می‌دهد، و بنابراین می‌تواند بازنمایی ادراکی آن را بهتر کند، و نیز جنبه‌های گوناگون عملکرد دیداری را بهبود بخشد یا تضعیف کند. برای مثال، مشاهده‌گران می‌گویند که محرک مورد توجه پررنگ‌تر از آنچه در حقیقت هست به نظر می‌رسد.

Marisa Carrasco, Sam Ling, and Sarah Read, "Attention Alters Appearance," *Nature Neuroscience* 7 (2004), 308–13; Yaffa Yeshurun and Marisa Carrasco, "Attention Improves or Impairs Visual Performance by Enhancing Spatial Resolution," *Nature* 396 (Nov. 5, 1998), 72–75; Rémi Radel and Corentin Clément Guillotin, "Evidence of Motivational Influences in Early Visual Perception: Hunger Modulates Conscious Access," *Psychological Science* 23, no. 3 (2012), 232–34.

۱۳. در این پژوهش، کودکان فقیر ارزشی بیش از کودکان ثروتمند به سکه‌ها نسبت دادند. البته بسیاری از ویژگی‌های دیگر نیز میان کودکان فقیر و ثروتمند متغیر بود. در پژوهشی تازه‌تر، به جای این که تفاوت‌های سطح جمعیت دربارهٔ ارزش را در نظر بگیرند، به صورت آزمایشگاهی ارزش را القا کردند. برای مشاهدهٔ یکی از مقاله‌های تازه‌ای که از این رویکرد استفاده کرده نگاه کنید به

Brian A. Anderson, Patryk A. Laurent, and Steven Yantis, "Value-driven Attentional Capture," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 108, no. 25 (2011): 10367–71.

14. P. U. Tse, J. Intriligator, J. Rivest, and P. Cavanagh, "Attention and the Subjective Expansion of Time," *Attention, Perception, and Psychophysics* 66, no. 7 (2004): 1171–89.

15. W. L. Gardner, Valerie Pickett, and Megan Knowles, "On the Outside Looking In: Loneliness and Social Monitoring," *Personality and Social Psychology Bulletin* 31, no. 11 (2005): 1549–60. doi:10.1177/0146167205277208.
۱۶. منظور این نیست که افراد تنها در کل مهارت‌های اجتماعی بیشتری دارند. بلکه برعکس. ما باید روشن کنیم که منظورمان از «مهارت‌های اجتماعی» دقیقاً چیست. این پژوهش ظرفیت واکاوی سرنخ‌های اجتماعی را اندازه گرفته است. از طرف دیگر، پژوهش‌های بسیار نشان داده‌اند که افراد تنها در موقعیت‌های اجتماعی ظرفیت کمتری در تنظیم رفتار خود دارند. در فصل ۶، خواهیم گفت که این عملکرد کاهش یافته در تنظیم رفتار آن‌ها در موقعیت‌های اجتماعی یکی از پیامدهای پیش‌بینی‌پذیر کمبود نیز هست. در این باره کتابی عالی وجود دارد که با موشکافی بیشتر آن را می‌کاود: John T. Cacioppo and William Patrick, *Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection* (New York: W. W. Norton, 2008).
۱۷. بنگرید به W. L. Gardner, C. L. Pickett, and M. B. Brewer, "Social Exclusion and Selective Memory: How the Need to Belong Influences Memory for Social Events," *Personality and Social Psychology Bulletin* 26, no. 4 (2000): 486–96. doi:10.1177/0146167200266007.
18. W. L. Gardner, Valerie Pickett, and Megan Knowles, "On the Outside Looking In: Loneliness and Social Monitoring," *Personality and Social Psychology Bulletin* 31, no. 11 (2005): 1549–60.
19. K. Vitasek, M. Ledyard, and K. Manrodt, *Vested Outsourcing: Five Rules That Will Transform Outsourcing* (New York: Palgrave Macmillan, 2010).
20. A. F. Bennett, "Structural and Functional Determinates of Metabolic Rate," *American Zoologist* 28, no. 2 (1988): 699–708.
۲۱. واژه کمبود برای توصیف اثر دیگری در روان‌شناسی هم به کار می‌رود. اصل کمبود، بنا بر آنچه اغلب گفته می‌شود، به این ایده نظر دارد که اگر مردم چیزی را کمتر داشته باشند، بیشتر خواهان آن خواهند بود. بازاربایان بسیار از این ایده استفاده می‌کنند: برای مثال، در پیشنهادهایی با محدودیت زمانی، یا با عرضه کم در فروش اینترنتی و اعلام این که «فقط ۳ عدد باقی مانده». برای توضیح بهتر اصل کمبود به فصل ۷ این کتاب بنگرید: Robert B. Cialdini, *Influence: Science and Practice*, vol. 4 (Boston, Mass.: Allyn and Bacon, 2001).
۲۲. در علم اقتصاد، این همان اصل مطلوبیت فزاینده است. داشتن بیشتر از چیزی یعنی مطلوبیت یا بهروزی بیشتر. در گستره وسیعی از تحلیل‌های اقتصادی — همچون کار ما — این ترجیح‌ها، یا کارکردهای مطلوبیت، به اصطلاح، همچنان که دانی هستند گرفتنی هم هستند.
۲۳. یکی از پژوهش‌هایی که درباره رژیم گرفتن و حال و احوال است این مورد است: Peter J. Rogers, "A Healthy Body, a Healthy Mind: Long-Term Impact of Diet on Mood and Cognitive Function," *Proceedings—Nutrition Society of London* 60, no. 1 (CABI Publishing, 1999, 2001).