

ربات‌های تلویزیون، آیا کنترل زندگی خود را به دست دارید؟

نویسنده: SIBYL SENDER
مترجم: دکتر آزاده افروز

برگرفته از کتاب:

A STRIGHT WORD TO KIDS AND
PARENTS - HELP FOR TEEN PROBLEMS
BY DAVID TOMA, ANTHONY CAMPOLO,
HROLD HUGHES, MOTHER TERESA, AND OTHERS



مردی که ۱۵ سال در زمینه تبلیغات کار کرده بود، در مورد تلویزیون می‌گفت: "من زیاد گرفته‌ام که امکان‌پذیر است از طریق تلویزیون، رادیو یا مجله مستقیماً با مغز مردم صحبت کرد و بعد مثل یک جادوگر خیره، تصاویری در درون وجود آن‌ها کاشت که باعث شود کارهایی انجام دهند که هرگز فکرش را هم نمی‌کردند. نام این مرد "جری مندر" است. او می‌داند که هزاران مرد و زن کارشان این است که مردم را ناخودآگاه مجبور کنند به دنبال چیزهای خاصی بدونند. وقتی آن‌ها موفق شوند که شما را مثلاً به جای کمی ورزش و پیاده‌روی، به دیدن تلویزیون سرگرم کنند، نسیمی از مبارزه را

بخریم، ... و خشن، قوی و خودخواه باشیم و نیز بسیاری صفات دیگر که ممکن است نخواهیم آن‌ها را داشته باشیم.

شکل دادن به شخصیت مردم توسط نمایش‌های ملی به سال ۱۹۳۰ میلادی باز می‌گردد. امروزه بسیاری از افراد بالغ میان سال هستند که می‌گویند خیلی قبل از اختراع تلویزیون، توسط فیلم‌ها شست و شوی مغزی شده‌اند. این افراد مسن‌تر هنوز کارهایی می‌کنند که ترجیح می‌دهند نکنند و این به علت اثر کنترل از راه دور فیلم‌ها بر روی زندگی آن‌ها در دوران کودکی‌شان است. سیگار کشیدن را در نظر بگیرید، میلیون‌ها آمریکایی آرزو می‌کنند که ای کاش آن را شروع نکرده بودند. اما برای سال‌ها هر فیلمی را می‌دیدند افراد را در حال سیگار کشیدن نشان می‌داد. اکنون چندین نسل، گرفتار عادت‌های شده‌اند که دوست دارند از شر آن خلاص شوند ولی نمی‌توانند.

شاید هر فردی به خودش بگوید: "اما من فرق دارم. من ارزش‌های خودم را دارم و هیچ چیز از آن چه تماشا می‌کنم یا می‌خوانم نمی‌تواند روی من اثر کند. فقط به خاطر این که من دارم داستان قتل مادر بزرگ تو را می‌بینم بدین معنا نیست که من هم سریع بروم و شبیه این عمل را انجام بدهم."

خیلی خوب، درست، اما هر شخصی کارهایی "انجام داده است" که آرزو می‌کند هرگز انجام نداده بود. اثر تلویزیون بر روی ارزش‌های شما خیلی آهسته و موزیانه است و شما حتی نمی‌دانید که رفتارتان خیلی آهسته در حال تغییر است.

بیا بید بگوییم که شما قصد دارید یک فرد خوب، قابل اعتماد، دوست داشتنی و کامل

برده‌اند. وقتی به این وسیله خاص می‌چسبید، شما را مجبور می‌کنند که فکر کنید حتماً لازم است فلان عطر یا فلان نوشیدنی را مصرف کنید و بدین ترتیب شما را مجبور می‌کنند چیزهایی را بخرید که فکر می‌کنید بدون آن‌ها نمی‌توانید زندگی کنید. این فکر که یکی دو نفر از چهارچوب ذهنی ساخته آن‌ها خارج شوند و بدانند که زندگی بدون آن وسایل و کالاها نیز هنوز پربار و کاملاً زیباست، از نظر آن‌ها وحشتناک است.

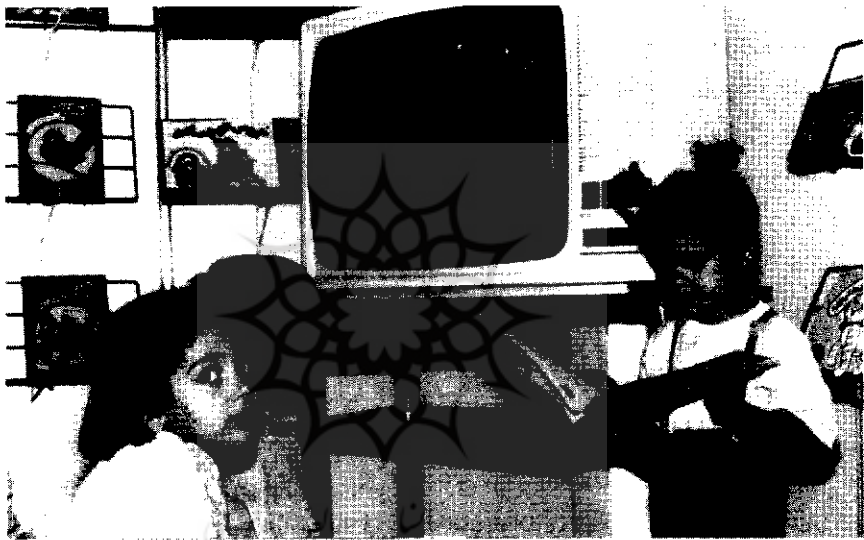
اما بیایید به پله اول بازگردیم. شما را مجبور می‌کنند که بخواهید به تلویزیون نگاه کنید. چگونه این کار را می‌کنند؟ یک جعبه کوچک با تصاویر متحرک. چگونه است که ما ساعت‌ها به آن نگاه می‌کنیم، حال آن که زندگی واقعی از کنار ما می‌گذرد و ما به آن توجه نداریم؟ در هر حال روی ما مطالعه شده است و هر فردی که در امر رسانه‌های جمعی خیره باشد خوب می‌داند چگونه می‌توان مردم و توجه آن‌ها را ساعت‌ها معطوف به این وسایل نگاه داشت: بله با "آکشن". و چه چیزی مؤثرتر از یک خشونت؟ این دلیل وجود فیلم‌های خشن در تلویزیون است. متصدیان تبلیغات، وقت برنامه‌های خشن و فیلم‌های وحشیانه را می‌خرند، چرا که برای مردم قطع ناگهانی آن برنامه‌ها و صبر کردن برای تماشای تبلیغات دشوار است. کسی فکر نمی‌کند که این نوع فیلم روح انسان را به علت دیدن بی‌رحمی و خشونت چگونه جریحه‌دار می‌کند و چگونه پاک‌ی آن را می‌فروشد. بسیاری از مردم فکر می‌کنند که هر دقیقه تماشای تلویزیون نوعی هیپنوتیزم است. مدام به ما و شما برنامه داده می‌شود و القا می‌گردد که بخریم، بخریم،

مورد بسیاری از افراد بالغ، تحصیل کرده و محترم - آن‌ها به تلویزیون معتاد شده‌اند.

فردی که عادت دارد زیاد تلویزیون تماشا کند (مربی زبان یک دانشکده) می‌گوید: "نمی‌توانم در برابر تلویزیون مقاومت کنم. وقتی روشن است نمی‌توانم از آن چشم پوشی کنم. نمی‌توانم آن را خاموش کنم. ساعت‌ها و ساعت‌ها می‌نشینم و آن را نگاه می‌کنم." "ماری وین" که کتابی در مورد اعتیاد کودکان

باشید. حال اگر به شما بورس تحصیل و تمام مخارج آن برای تحصیل در دانشگاه قتل، خشونت و آتش زدن اماکن پیش نهاد شود، آیا آن را قبول می‌کنید؟ البته که نه!

حقیقت آن است که در حال حاضر سیستم رادیو و تلویزیون در آمریکا طوری است که افراد خشونت، خودخواهی و وحشت را می‌آموزند. این جعبه نمایش، مدرسه و مذهب شما بوده است. حتی ممکن است مادر، پدر،



به تلویزیون نوشته است می‌گوید: "کسی که معتاد به تلویزیون است غالباً احساس می‌کند که باید کار دیگری انجام دهد - اما این حقیقت که او مطالعه نمی‌کند و به باغچه منزل نمی‌رسد یا بازی نمی‌کند یا با کسی مکالمه ندارد نشان می‌دهد که دیگر این فعالیت‌ها به اندازه تماشا کردن تلویزیون خواستنی نیستند. به همین علت است که مردم در مورد تماشای تلویزیون با حالت شرمندگی صحبت می‌کنند. آن‌ها می‌دانند که تماشا کردن تلویزیون یک تجربه

خواهر و برادر شما بوده باشد! چرا که به تلویزیون بیش‌تر از آن‌ها توجه دارید و بیش‌تر به آن گوش می‌دهید. پس این جعبه، خانواده شما هم هست!

من لزومی نمی‌بینم که بگویم چه چیزی از این جعبه بیرون می‌آید. همان‌گونه که می‌دانید ارزش‌هایی که تلویزیون القا می‌کند غالباً ارزش‌های شما نیست. اما نمی‌توانید به آن نگاه نکنید. آیا این درست است که آن ابزار از شما قوی‌تر است؟ بله گاهی درست است حتی در



می‌گویند دوستانشان بچه‌هایی‌اند که داخل خانه محبوس شده‌اند و کارهای جالب زیادی انجام نمی‌دهند. این کودکان امروزه تمام وقتشان را خارج خانه می‌گذرانند. مادرشان می‌گوید: "اما این امر خیلی وقت برد. نمی‌توانی تلویزیون را به مدت چند روز خاموش کنی و انتظار داشته باشی تغییرات زیادی ایجاد شود. خیلی زمان گذشت تا تلویزیون به طور کلی از سیستم زندگی ما خارج شد."

مردم کشف کرده‌اند که خواب کافی و طبیعی در طول شب، به کل وجود شخص نیرو و توان می‌بخشد، همان‌طور که خوردن غذا همراه با مکالمه دوستانه با اعضای خانواده این کار را می‌کند. خانواده‌ها وقت دارند که مشکلات یکدیگر را بدانند و در مورد آن‌ها صحبت کنند. برای اولین بار احساس می‌کنند که خودشان کنترل امور را به دست دارند و نه "غریبه‌ای در خانه"

پس نگاه دیگری به زندگی خود بیندازید. آیا تبدیل به یک رویات تلویزیون شده‌اید که

بی‌حاصل است."

"ای کاش می‌توانستم به خود بقبولانم که تماشا کردن تلویزیون تنها "بی‌حاصل" است. اما من فکر می‌کنم و بسیاری دیگر نیز فکر می‌کنند که این کار خیلی هم "با حاصل" است! تماشای تلویزیون چیزهایی در پی دارد که کسی واقعاً نمی‌خواهد: تکالیف شب انجام نمی‌شود، ارتباطات دوستانه افراد از بین می‌رود و زندگی‌ها خالی و تپاه می‌گردد. در برخی موارد تلویزیون باعث ایجاد یا شبه ایجاد رفتارهای جنایی و خشونت می‌شود."

اگر از رام و مطیع بودن خود در برابر تلویزیون خسته شده باشید... کسانی هستند که توانسته‌اند خود را به طریقی از بند تماشای این جعبه رها کنند. داستان‌های زیادی در مورد آن‌ها در کتاب ماری وین نوشته شده است. در هر داستان آزادی از قید تماشای تلویزیون برابر با یک دنیا کشف و تازگی بوده است.

در یک مثال طوفانی وزید و سیستم‌های آنتنی تلویزیون را دچار مشکل کرد. بعد در داخل خانه، چهار کودک در اتاق نشیمن به ردیف نشستند و به مکانی که قبلاً تلویزیون در آن جا بوده خیره شدند. مادر آن‌ها می‌گفت که این صحنه خیلی ترحم‌انگیز بود. برای چند هفته آن‌ها مثل روح‌های گمشده سرگردان بودند. این کودکان در یک خانه بزرگ روستایی که از اطراف توسط جنگل‌ها و مزارع احاطه شده بود در شمال نیویورک زندگی می‌کردند، بهشتی از رودخانه‌های مخصوص ماهی‌گیری، زندگی وحشی و...

والدین آن‌ها هرگز آنتن را درست نکردند امروز این کودکان افرادی متفاوت‌اند. این امر را حتی خودشان نیز متوجه شده‌اند. آن‌ها

برجسته که از نظر کارهای مربوط به هیپنوتیزم معروف بودند خواست که تجربه تماشای تلویزیون را با هیپنوتیزم مقایسه کنند. مانند تماشای معمول تلویزیون را این گونه توصیف کرد: "اتاق تاریک، چشم‌ها بی حرکت، بدن آرام، نگاه کردن به یک نور که در جهات مختلف حرکت می‌کند."

دکتر " فردا موریس " گفت: " مثل این است که از این طریق یک القای هیپنوتیزم انجام می‌شود. " دکتر " ارنست هیلگارد " گفت: وضعیت فوق وضعیت اولیه لازم برای القای هیپنوتیزم است. دکتر " چارلز تارت " مطمئن نبود که آیا می‌توان دقیقاً واژه هیپنوتیزم را برای این امر به کار برد یا نه، ولی معتقد بود که این وضعیت یک نوع حالت تغییر یافته هشیاری ایجاد می‌کند، چرا که طرح کلی آگاهی معمولی را به هم می‌زند و یک سیستم جدید طرح دهنده ایجاد می‌کند که طرح شکسته شده قبلی را دوباره به نحوی دیگر به هم وصل کند. به عبارت دیگر، تصویر تلویزیون یک داروی قوی داخل مغز شما تزریق می‌کند که طرح قبلی فکر را کاملاً به هم می‌ریزد.

خیلی ترسناک است که فکر کنیم اگر تولیدات برنامه‌های تلویزیون به دست افرادی که نیت شیطانی دارند بیفتد چه حادثه‌ای رخ می‌دهد. شاید هم تا به حال این امر روی داده باشد! یک فرد روسی که به آمریکا سفر کرده بود در مورد برنامه‌های تلویزیونی آن چنین گفته بود:

"خیلی ژک می‌گویم که به سختی می‌توانستم چیزهایی را که می‌دیدم باور کنم. اگر این چیزهایی که شما نشان می‌دهید نشاتگر نوع زندگی بی است که شما در این جامعه

همان‌طور که رئیس او دستور می‌دهد می‌خورد، می‌خواهد و نگاه می‌کند؟

حال فرض می‌کنیم که شما می‌خواهید آن ارتباط سخت بین خود و تلویزیون خانه را قطع کنید، چگونه می‌خواهید این کار را انجام دهید؟ به یاد داشته باشید که کافی نیست بگویید: "من تماشا نمی‌کنم،" شما باید از حضور هرگونه سیستم تلویزیونی جلوگیری کنید، زیرا تا زمانی که آن دستگاه کار کند، مثل هیپنوتیزم عمل خواهد کرد.

"جری ماندر" در کتاب خود با عنوان "چهار بحث برای حذف تلویزیون" از سه روان شناس





دارید، خدا کمکتان کند! تمام این قتل‌ها و کشتارها و جنایات، فریب دادن‌ها، دروغ گفتن‌ها، سوگند خوردن‌ها، آدم‌ربایی‌ها و بی‌وجدان بودن‌ها! چگونه می‌توان در مورد چنین ملتی قضاوت کرد؟! اما چیزی که برای من خیلی تکان دهنده بود این است که در مورد آسیبی که این امر به کودکان می‌زند، نظری ندارید. آن‌ها جلوی تلویزیون می‌نشینند، برای ساعت‌ها به تلویزیون نگاه می‌کنند و همه را می‌آموزند. این چه نوع غذایی برای ذهن‌های حساس و جوان است؟ بعد تعجب می‌کنید که چرا آمار بزهکاری نوجوانان بالا رفته است؟

بنابراین لازم است یا خود از این وسیله فرار کنید یا آن را از خود دور نگاه دارید. یکی از موفق‌ترین راه‌های فرار از تماشای تلویزیون، عدم تعمیر آن پس از پیدا شدن نقص فنی در آن است. اگر دستگاه خراب نیست، راه‌های دیگری هم برای رهایی از اعتیاد به آن وجود دارد.

خانواده‌هایی که مثلاً تصمیم گرفتند یک ماه تلویزیون نگاه نکنند، این گونه می‌گفتند که اول کمی احساس سردرگمی و پریشانی برای چند روز وجود داشت، ولی بعد اوقات پر بار و

لذت‌بخش شروع به سرازیر شدن کردند. حال با این اقیانوس وقت که جلوی ما گسترده شده چه باید کرد؟ کسانی که در حومه شهرها یا در روستاها زندگی می‌کنند می‌توانند به سراغ طبیعت بروند یا روی یک بعد خاص آن تمرکز کنند. شهرنشین‌ها می‌توانند به موزه یا به باغ وحش بروند. شما می‌توانید عکاسی کنید؟ مطالعه کنید یا نواختن یک ابزار موسیقی را یاد بگیرید. از آن جا که وقت‌گذراندن رویه‌روی تلویزیون بی‌ثمر و بی‌حاصل بوده است در مورد هدر رفتن وقت جدید خود اصلاً نگران نباشید. شما وقتی تلویزیون نگاه می‌کردید به شما پولی پرداخت نمی‌شد پس لزوماً در اوقات جدید خود نیز که بدون تماشای تلویزیون می‌گذرد، گرفتن دست‌مزد مورد توقع شما نباشد. این امر یک احتمال جالب را مطرح می‌کند. فرض کنیم شما به اتوموبیل علاقه دارید، ممکن است مکانیکی را پیدا کنید که به داستان شما گوش کند و اجازه دهد به طور اختیاری در مغازه‌اش کار کنید. البته گروه‌های خیریه، بیمارستان‌ها یا مراکز مراقبت از سالمندان نیز از کمک شما استقبال می‌کنند.