

فصل دوم

سرمایه توجه؛ ارزشمندترین دارایی عصر دیجیتال

هنگامی که از سرمایه سخن می‌گوییم، معمولاً ذهن ما به سوی دارایی‌هایی می‌رود که می‌توان آنها را شمرد، اندازه گرفت، خرید، فروخت، ذخیره کرد یا به نسل بعد سپرد. پول، زمین، خانه، کارخانه، دانش، مهارت، اعتبار و شبکه روابط اجتماعی، هر یک شکلی از سرمایه‌اند، زیرا می‌توانند در آینده ارزش تازه‌ای پدید آورند. سرمایه چیزی بیش از دارایی موجود است؛ ظرفیتی است که اگر درست به کار گرفته شود، امکان تولید، رشد و دگرگونی را فراهم می‌آورد. در این معنا، توجه نیز نوعی سرمایه است، اما سرمایه‌ای چنان نزدیک و طبیعی که انسان غالباً ارزش آن را نمی‌بیند. ما هر روز آن را مصرف می‌کنیم، میان اشخاص و موضوعات تقسیم می‌نماییم، بخشی از آن را آگاهانه سرمایه‌گذاری می‌کنیم و بخش بزرگی را بی‌آنکه بدانیم از دست می‌دهیم، اما کمتر از خود می‌پرسیم که ارزش واقعی این دارایی چیست و آینده ما تا چه اندازه محصول نحوه مصرف آن است.

توجه در اختیار همه انسان‌ها قرار دارد، اما به مقدار نامحدود در دسترس هیچ‌کس نیست. ثروتمند و فقیر، قدرتمند و بی‌قدرت، جوان و سالخورده، همگی با محدودیتی بنیادی روبه‌رو هستند: هیچ انسانی نمی‌تواند در یک لحظه به همه چیز توجه کند و هیچ‌کس نمی‌تواند زمان ازدست‌رفته را بازگرداند. ممکن است فردی ثروت مالی از دست بدهد و دوباره آن را به دست آورد، ممکن است خانه‌ای ویران شود و از نو ساخته شود، حتی دانشی فراموش شده را می‌توان دوباره آموخت؛ اما لحظه‌ای که از توجه انسان گذشته است، دیگر تکرار نمی‌شود. به همین دلیل، توجه از بسیاری سرمایه‌های مادی ارزشمندتر است. پول را می‌توان پس‌انداز کرد، اما توجه را تنها می‌توان در همان لحظه به کار برد. آنچه امروز به آن توجه نمی‌کنیم، ممکن است فردا هنوز در دسترس باشد، اما ظرفیت امروز ما برای دیدن، شنیدن، آموختن، احساس کردن و ساختن، برای همیشه گذشته است.

زندگی هر انسان را می‌توان تا اندازه زیادی تاریخچه مصرف توجه او دانست. شخصیت ما تنها از حوادث بزرگی که بر ما گذشته‌اند ساخته نمی‌شود؛ از هزاران موضوع کوچکی نیز شکل می‌گیرد که بارها در ذهن خود جای داده‌ایم. آنچه خوانده‌ایم، شنیده‌ایم، دیده‌ایم و درباره‌اش اندیشیده‌ایم، به تدریج زبان، ارزش‌ها، ترس‌ها، امیدها و داوری‌های ما را ساخته است. کسی که سال‌ها به دانشی مشخص توجه کرده، در آن دانش توانمند شده است؛ کسی که به هنر، موسیقی یا ادبیات توجه کرده، جهان را با حساسیتی متفاوت می‌بیند؛ کسی که ذهن خود را پیوسته در اختیار خشم، بدگمانی و دشمنی قرار داده، حتی اگر روزی علت اولیه آنها را فراموش کند، آثارشان را در شخصیت خود حفظ خواهد کرد. انسان آن چیزی نیست که تنها یک بار انتخاب کرده است؛ او حاصل چیزهایی است که بارها به آنها توجه کرده است.

از همین رو، توجه را باید یکی از مواد اولیه شکل‌گیری انسان دانست. استعداد بدون توجه به توانایی تبدیل نمی‌شود، دانش بدون توجه در حافظه جای نمی‌گیرد، رابطه بدون توجه عمیق نمی‌شود و آزادی بدون توجه آگاهانه دوام نمی‌آورد. بسیاری از چیزهایی که در زندگی ارزشمند می‌دانیم، در حقیقت شکل‌های مختلفی از توجه انباشته شده‌اند. یک پزشک ماهر، سال‌های طولانی توجه خود را در مطالعه، مشاهده و تجربه سرمایه‌گذاری کرده است. یک نویسنده، بخشی از زندگی خویش را صرف نگاه کردن به جهان، یافتن واژه‌ها و بازسازی تجربه‌های انسانی کرده است. یک رابطه پایدار، محصول هدیه‌های بزرگ و لحظه‌های استثنایی به تنهایی

نیست؛ نتیجه سال‌ها شنیدن، دیدن و حضور داشتن است. حتی اعتماد نیز نوعی سرمایه توجه است که به تدریج و از راه ثبات در رفتار و اهمیت دادن به دیگری ساخته می‌شود.

توجه به هر جا که رود، ارزش ایجاد می‌کند یا دست کم امکان ایجاد ارزش را فراهم می‌آورد. کودکی که به او توجه می‌شود، احساس امنیت و اهمیت می‌کند و با تصویری استوارتر از خویش‌تر شدن رشد می‌یابد. دانش‌آموزی که به درس توجه می‌کند، اطلاعات را به شناخت تبدیل می‌سازد. هنرمندی که به جزئیات جهان توجه می‌کند، می‌تواند چیزی را ببیند که از نگاه دیگران پنهان مانده است. مدیری که به افراد، فرایندها و نشانه‌های کوچک سازمان توجه می‌کند، پیش از آنکه بحران آشکار شود، امکان دیدن آن را پیدا می‌کند. جامعه‌ای که به علم، آموزش و نوآوری توجه می‌کند، به تدریج ظرفیت تولید ثروت و حل مسائل خود را افزایش می‌دهد. در مقابل، هنگامی که توجه از این حوزه‌ها برداشته می‌شود، تنها یک لحظه از دست نمی‌رود؛ زنجیره‌ای از فرصت‌های آینده نیز متوقف می‌شود.

برای فهم بهتر توجه به منزله سرمایه، باید میان «داشتن» و «به کار گرفتن» آن تفاوت گذاشت. همه انسان‌ها به شکلی طبیعی دارای ظرفیت توجه‌اند، اما کیفیت بهره‌برداری از این ظرفیت یکسان نیست. همان‌گونه که داشتن زمین لزوماً به معنای کشاورزی موفق نیست و داشتن پول به تنهایی ثروت پایدار ایجاد نمی‌کند، داشتن زمان و توان ذهنی نیز تضمین نمی‌کند که انسان از آنها به درستی استفاده کند. سرمایه زمانی ارزش‌آفرین می‌شود که با هدف، شناخت و نظم به کار گرفته شود. توجه پراکنده می‌تواند فراوان به نظر برسد، اما نتیجه اندکی بر جای بگذارد؛ در حالی که توجه متمرکز، حتی اگر در زمانی محدود عرضه شود، می‌تواند اثری عمیق و ماندگار ایجاد کند.

میان زمان و توجه رابطه‌ای نزدیک وجود دارد، اما این دو یکسان نیستند. انسان ممکن است ساعت‌ها در جایی حضور داشته باشد، بی‌آنکه واقعاً به آنچه در برابرش می‌گذرد توجه کند. پدر یا مادری ممکن است کنار فرزند خود بنشیند، اما ذهنش در تلفن همراه یا نگرانی‌های روزانه سرگردان باشد. فردی ممکن است کتابی را برای مدت طولانی در دست داشته باشد، اما پس از پایان صفحه چیزی از آن به یاد نیاورد. کارمندی ممکن است تمام روز پشت میز باشد، اما بخش اندکی از توان ذهنی خود را به کار اصلی اختصاص دهد. بنابراین، زمان ظرف توجه است، نه خود آن. ارزش واقعی یک ساعت را نمی‌توان تنها با طول آن سنجید؛ باید دید چه مقدار حضور، تمرکز و آگاهی در آن جریان داشته است.

از این منظر، همه ساعت‌های زندگی ارزش یکسانی ندارند. یک ساعت توجه عمیق می‌تواند بیش از چند روز فعالیت پراکنده نتیجه داشته باشد. لحظه‌ای کوتاه از شنیدن واقعی ممکن است رابطه‌ای را نجات دهد که ساعت‌ها گفت‌وگوی سطحی نتوانسته است به آن کمک کند. چند دقیقه تمرکز بر یک مسئله بنیادین گاه تصمیمی را تغییر می‌دهد که سال‌ها آینده انسان را شکل خواهد داد. در مقابل، ساعت‌های بسیار ممکن است در میان اعلان‌ها، خبرها، گفت‌وگوهای بی‌پایان و جابه‌جایی مداوم میان صفحات مصرف شوند، بی‌آنکه چیزی در حافظه، شخصیت یا جهان بیرونی بر جای بگذارند. مسئله تنها این نیست که انسان چه مقدار وقت دارد؛ مسئله این است که چه مقدار از آن وقت واقعاً در اختیار خود اوست.

توجه سرمایه‌ای است که هم با مصرف کاهش می‌یابد و هم با شیوه مصرف شکل می‌گیرد. این ویژگی آن را از بسیاری دارایی‌های دیگر متمایز می‌سازد. اگر انسان توجه خود را برای مدت طولانی میان موضوعات فراوان تقسیم کند، توان تمرکز عمیق او ممکن

است ضعیف شود. اگر به واکنش‌های سریع عادت کند، تأمل آهسته برایش دشوارتر می‌شود. اگر ذهن دائماً به دریافت پاداش‌های کوتاه و متغیر عادت کند، فعالیت‌هایی که نتیجه آنها دیرتر آشکار می‌شود، خسته‌کننده به نظر خواهند رسید. به این ترتیب، نحوه مصرف توجه تنها موجودی روزانه آن را کاهش نمی‌دهد، بلکه ظرفیت آینده آن را نیز تغییر می‌دهد. ما با شیوه توجه کردن، توانایی توجه کردن خود را می‌سازیم یا فرسوده می‌کنیم.

این واقعیت را می‌توان در تفاوت میان مطالعه یک کتاب و عبور از صدها پیام کوتاه مشاهده کرد. هر دو فعالیت از زمان و چشم و ذهن انسان استفاده می‌کنند، اما نوع توجهی که طلب می‌کنند یکسان نیست. کتاب، به‌ویژه اثری که اندیشه‌ای پیچیده را دنبال می‌کند، از خواننده می‌خواهد که مدتی در یک مسیر بماند، مطالب پیشین را به یاد آورد، رابطه میان بخش‌ها را کشف کند و در برابر ابهام شکیباً باشد. پیام‌های کوتاه و جریان‌های سریع اطلاعاتی، در مقابل، ذهن را به ورود و خروج مداوم از موضوعات عادت می‌دهند. یکی توان ماندن را پرورش می‌دهد و دیگری مهارت تغییر سریع را. هر دو ممکن است در جای خود مفید باشند، اما جامعه‌ای که همه ارتباطات و یادگیری خود را بر شکل دوم بنا کند، به تدریج قدرت اندیشیدن طولانی، خواندن عمیق و دنبال کردن استدلال‌های پیچیده را از دست خواهد داد.

در اینجا باید میان اطلاعات و معرفت تمایز قائل شد. اطلاعات می‌تواند در چند ثانیه به دست آید، اما معرفت به توجهی طولانی نیاز دارد. دانستن اینکه رویدادی اتفاق افتاده است، با فهم علل و پیامدهای آن یکسان نیست. خواندن عنوان یک خبر با شناخت زمینه تاریخی، سیاسی و انسانی آن تفاوت دارد. حفظ کردن چند واژه تخصصی به معنای درک یک علم نیست. عصر دیجیتال، دسترسی به اطلاعات را گسترش داده، اما در همان حال این خطر را نیز ایجاد کرده است که انسان توهم دانستن را با خود دانستن اشتباه بگیرد. او ممکن است درباره صدها موضوع چیزی شنیده باشد، اما در هیچ‌یک به اندازه کافی نمانده باشد که فهمی منسجم پیدا کند.

توجه همان پلی است که اطلاعات را به دانش و دانش را به حکمت تبدیل می‌کند. اطلاعات بدون توجه، از سطح ذهن عبور می‌کند؛ دانش بدون تأمل، پراکنده باقی می‌ماند؛ و تجربه بدون بازنگری، الزاماً به خرد نمی‌انجامد. انسان می‌تواند بارها با حادثه‌ای مشابه روبه‌رو شود، اما اگر به معنا و الگوی آن توجه نکند، چیزی از آن نیاموزد. به همین دلیل، افزایش حجم اطلاعات لزوماً به رشد فهم اجتماعی منجر نمی‌شود. جامعه ممکن است هر لحظه از همه‌چیز باخبر باشد، اما همچنان نتواند میان مهم و بی‌اهمیت، علت و نشانه، حقیقت و تکرار تفاوت بگذارد.

سرمایه توجه تنها در حوزه شناخت عمل نمی‌کند؛ احساسات نیز از آن تغذیه می‌کنند. هر احساسی که بارها مورد توجه قرار گیرد، قدرت بیشتری پیدا می‌کند. نگرانی اگر پیوسته در ذهن مرور شود، می‌تواند به اضطراب تبدیل گردد. رنجش اگر بارها بازسازی شود، به بخشی از هویت انسان راه می‌یابد. در مقابل، قدردانی، امید و محبت نیز بدون توجه دوام نمی‌آورند. بسیاری از روابط نه به دلیل وقوع حادثه‌ای بزرگ، بلکه به سبب کاهش تدریجی توجه فرسوده می‌شوند. انسان‌ها معمولاً یکباره از زندگی یکدیگر بیرون نمی‌روند؛ نخست از مرکز توجه یکدیگر کنار می‌روند و سپس فاصله عاطفی آشکار می‌شود.

شاید یکی از عمیق‌ترین شکل‌های محبت، توجه باشد. هنگامی که به کسی گوش می‌دهیم، در واقع بخشی از زندگی خود را به او اختصاص می‌دهیم. توجه صادقانه می‌گوید: در این لحظه، وجود و سخن تو برای من اهمیت دارد. از همین روست که بی‌توجهی

می‌تواند بیش از مخالفت یا انتقاد دردناک باشد. مخالفت هنوز نوعی به رسمیت شناختن است، اما نادیده گرفتن، حضور دیگری را بی‌اهمیت می‌سازد. کودک پیش از آنکه معنای بسیاری از واژه‌ها را بفهمد، کیفیت توجه والدین را احساس می‌کند. سالمند ممکن است بیش از هر هدیه‌ای به زمانی نیاز داشته باشد که کسی بی‌شتاب کنار او بنشیند. بیمار گاه پیش از دارو به این اطمینان نیاز دارد که رنجش دیده و شنیده شده است.

بازار جدید به‌خوبی این نیاز انسانی را شناخته و آن را به سازوکاری برای نگه داشتن افراد تبدیل کرده است. شبکه‌های اجتماعی نه فقط اطلاعات و سرگرمی، بلکه امکان دیده شدن را عرضه می‌کنند. انسان مطلبی منتشر می‌کند و در انتظار نشانه‌هایی از توجه دیگران می‌ماند؛ پسند، نظر، بازنشر یا افزایش شمار دنبال‌کنندگان، هر یک پیاپی درباره دیده شدن اوست. این سازوکار می‌تواند فرصت ارزشمندی برای ارتباط، بیان خود و یافتن افراد همفکر باشد، اما هم‌زمان می‌تواند ارزش شخصی را به واکنش جمع‌گره بزند. فرد به تدریج به جای آنکه بپرسد آیا سخن یا اثرش حقیقتاً ارزشمند است، می‌پرسد چه اندازه توجه دریافت کرده است.

در این لحظه، سرمایه توجه به سرمایه اعتبار تبدیل می‌شود. کسی که توجه بیشتری گرد آورده است، در بازار فرهنگ و رسانه نفوذ بیشتری پیدا می‌کند. سخن او بیشتر دیده می‌شود، فرصت‌های بیشتری دریافت می‌کند و حتی در موضوعاتی که تخصصی ندارد، صدایش از صدای متخصصان بلندتر شنیده می‌شود. شمار دنبال‌کنندگان می‌تواند جای عمق اندیشه را بگیرد و میزان دیده شدن با ارزش واقعی اشتباه شود. در نتیجه، نه تنها افراد برای جلب توجه رقابت می‌کنند، بلکه محتوا نیز به سوی موضوعاتی حرکت می‌کند که توجه سریع‌تر و بیشتری تولید می‌کنند.

اما توجه و ارزش همیشه هم‌جهت نیستند. گاه کم‌ارزش‌ترین محتوا بیشترین توجه را می‌گیرد، زیرا غریزه، کنجکاوی یا خشم را سریع‌تر برمی‌انگیزد. حادثه، رسوایی، تحقیر، خشونت و درگیری معمولاً توجه فوری بیشتری از گفت‌وگوی آرام، پژوهش دقیق یا طرحی بلندمدت دریافت می‌کنند. ذهن انسان به طور طبیعی به نشانه‌های خطر و تغییر حساس است؛ این حساسیت در گذشته برای بقا ضروری بوده است. اما در محیط رسانه‌ای جدید، همان سازوکار می‌تواند به طور مستمر تحریک شود. هر خبر به صورت «فوری»، هر اختلاف به شکل بحران و هر اظهار نظر به صورت نزاعی سرنوشت‌ساز عرضه می‌شود، زیرا توجهی که با اضطراب و خشم همراه است، اغلب شدیدتر و ماندگارتر است.

در چنین فضایی، انسان ممکن است توجه خود را نه بر اساس اهمیت، بلکه بر اساس شدت محرک تقسیم کند. موضوعی آرام اما بنیادی، مانند فرسایش نظام آموزشی یا کاهش اعتماد اجتماعی، در برابر حادثه‌ای پرهیاهو به حاشیه رانده می‌شود. مسئله‌ای که آینده یک نسل را تغییر می‌دهد، ممکن است کمتر از سخن جنجالی یک چهره شناخته‌شده دیده شود. این جابه‌جایی، تنها مشکل رسانه نیست؛ ساختار تصمیم‌گیری جامعه را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. سیاستمداران به موضوعاتی واکنش نشان می‌دهند که توجه عمومی را در اختیار گرفته‌اند، بودجه‌ها به سوی بحران‌های پرمصدات حرکت می‌کنند و اصلاحات عمیق اما کم‌هیجان به تأخیر می‌افتند.

سرمایه توجه در سطح جامعه نیز مانند سرمایه مالی می‌تواند به شکل نابرابر توزیع شود. برخی افراد، شرکت‌ها و حکومت‌ها ابزارهای عظیمی برای جلب آن دارند، در حالی که دیگران حتی برای دیده شدن مسائل حیاتی خود با دشواری روبه‌رو هستند. شرکتی بزرگ می‌تواند با تبلیغات گسترده، حضور خود را در ذهن میلیون‌ها نفر تثبیت کند. حکومتی می‌تواند رسانه، آموزش، آیین

عمومی و زبان رسمی را در خدمت تکرار روایت خود قرار دهد. گروهی کوچک اما پر قدرت می تواند با تولید سازمان یافته محتوا، موضوعی را مهم تر از اندازه واقعی آن نشان دهد. در مقابل، یک جامعه محلی، یک پژوهشگر مستقل یا خانواده ای گرفتار بحران ممکن است نتواند کمترین سهمی از توجه عمومی به دست آورد.

از همین رو، عدالت در عصر جدید تنها به توزیع ثروت، فرصت و قدرت سیاسی محدود نمی شود؛ مسئله توزیع توجه نیز اهمیت پیدا می کند. چه کسانی دیده می شوند و چه کسانی در حاشیه می مانند؟ کدام رنج ها به خبر تبدیل می شوند و کدام ها بی صدا ادامه می یابند؟ کدام زبان ها، فرهنگ ها و تجربه ها امکان حضور در فضای عمومی را پیدا می کنند؟ توجه جمعی نوعی منبع اجتماعی است و نحوه توزیع آن می تواند بر دسترسی به حمایت، اعتبار و قدرت اثر بگذارد.

با این حال، دیده شدن همواره به معنای عدالت نیست. گاه گروهی تنها هنگامی دیده می شود که به تصویر کلیشه ای مورد انتظار رسانه تبدیل شده باشد. رنج انسان ممکن است به محتوایی برای مصرف سریع تبدیل شود، بی آنکه فهم یا همبستگی پایداری ایجاد کند. جامعه ممکن است برای چند روز به حادثه ای توجه فراوان نشان دهد و سپس، با ظهور موضوعی تازه، آن را به کلی فراموش کند. این نوع توجه گذرا، اگرچه از بی توجهی بهتر به نظر می رسد، الزاماً به مسئولیت یا تغییر منجر نمی شود. سرمایه ای که تنها برای لحظه ای جمع شود و به اقدام، حافظه یا نهاد تبدیل نگردد، به سرعت از میان می رود.

این موضوع تفاوت میان «توجه واکنشی» و «توجه سازنده» را آشکار می کند. توجه واکنشی با محرک بیرونی آغاز می شود؛ حادثه ای رخ می دهد، خبری منتشر می شود، موجی شکل می گیرد و انسان به آن پاسخ می دهد. این نوع توجه در زندگی ضروری است، زیرا ما باید نسبت به خطر، نیاز و رویدادهای مهم واکنش نشان دهیم. اما اگر تمام توجه فرد یا جامعه واکنشی شود، دیگر فرصتی برای تعیین مسیر مستقل باقی نمی ماند. توجه سازنده از پرسشی درونی، هدفی روشن یا انتخابی آگاهانه سرچشمه می گیرد. پژوهشگر سال ها بر مسئله ای کار می کند که هنوز موضوع روز نیست؛ والدین به تربیت فرزند توجه می کنند، حتی زمانی که نتیجه آن آشکار نیست؛ جامعه ای بر ساخت نهادهای پایدار سرمایه گذاری می کند، هرچند دستاوردهایش در کوتاه مدت هیجان رسانه ای ایجاد نکند.

تمدن های پایدار با توجه سازنده شکل می گیرند. دانشگاه، قانون، زیرساخت، هنر، دانش و اعتماد اجتماعی در یک روز ساخته نمی شوند. همه آنها نیازمند آن اند که نسلی از انسان ها توجه خود را برای مدتی طولانی به هدفی مشترک اختصاص دهند. ساختن یک پل تنها به پول و مصالح نیاز ندارد؛ به سال ها توجه مهندسان، کارگران، مدیران و نهادهای گوناگون وابسته است. تدوین یک قانون عادلانه نیازمند توجه به تجربه، زبان، پیامدها و حقوق گروه های مختلف است. ایجاد فرهنگی آزاد نیز بدون توجه مستمر به آموزش، گفت و گو و تحمل تفاوت ممکن نیست.

از این منظر، توسعه را می توان سازمان دهی توجه ملی دانست. کشورهایی که توانسته اند از فقر، بی ثباتی یا ویرانی عبور کنند، تنها منابع مالی بیشتری در اختیار نداشته اند؛ آنها توانسته اند توجه نهادهای، مدیران و مردم را برای مدتی نسبتاً طولانی بر مسائل اصلی متمرکز کنند. آموزش، بهداشت، تولید، زیرساخت، حاکمیت قانون و ظرفیت اداری زمانی رشد می کنند که از نوسان دائمی اولویت ها در امان بمانند. جامعه ای که هر روز با بحرانی تازه از مسیر خود منحرف می شود، حتی اگر منابع طبیعی و انسانی فراوان داشته باشد، نمی تواند سرمایه هایش را به نتیجه ای پایدار تبدیل کند.

تاریخ معاصر ایران را نیز می‌توان از منظر پراکندگی و تصرف توجه ملی بازخوانی کرد. ایران کشوری با نیروی انسانی تحصیل کرده، منابع طبیعی گسترده، موقعیت جغرافیایی مهم و میراث فرهنگی غنی است، اما بخش عظیمی از توان ملی آن طی دهه‌ها در بحران‌های ایدئولوژیک، دشمنی‌های خارجی، منازعات داخلی، سرکوب اجتماعی و تلاش برای بقای حکومت مصرف شده است. نیرویی که می‌توانست صرف آموزش، رفاه، فناوری، محیط زیست و بازسازی زیرساخت شود، بارها به سوی موضوعاتی هدایت شده که اولویت اصلی زندگی مردم نبوده‌اند.

در این میان، هزینه تنها مالی نبوده است. میلیون‌ها ساعت از توجه ایرانیان در صف‌ها، نگرانی‌ها، محدودیت‌ها، پیگیری خبرهای بحران، مهاجرت، تورم، زندان، اعتراض، سانسور و پاسخ دادن به دخالت حکومت در خصوصی‌ترین حوزه‌های زندگی مصرف شده است. زنی که ناچار است هر روز بخشی از توجه خود را صرف مراقبت از پوشش در برابر مأموران حکومت کند، تنها آزادی انتخاب لباس را از دست نداده است؛ بخشی از سرمایه ذهنی او نیز به مسئله‌ای تحمیلی اختصاص یافته است. جوانی که به جای برنامه‌ریزی برای تحصیل، کار یا ساختن آینده، دائماً در اندیشه خروج از کشور، خدمت اجباری، فیلترینگ، سرکوب یا بی‌ثباتی اقتصادی است، سرمایه توجه خود را در مسیری مصرف می‌کند که خود انتخاب نکرده است.

حکومت ایدئولوژیک از این پراکندگی سود می‌برد، زیرا جامعه‌ای که پیوسته درگیر پاسخ دادن به بحران‌های فوری است، فرصت و توان کمتری برای ساختن بدیلی منسجم پیدا می‌کند. هر بحران تازه، توجه را از پرسش‌های بنیادی دور می‌سازد: چرا کشور با وجود این همه ظرفیت به چنین وضعی رسیده است؟ چه نهادهایی باید جایگزین شوند؟ چگونه می‌توان اعتماد عمومی را بازسازی کرد؟ چه نظام آموزشی، اقتصادی و سیاسی می‌تواند ایران را به مسیر توسعه بازگرداند؟ این پرسش‌ها به توجهی طولانی، آرام و مشترک نیاز دارند؛ همان چیزی که فضای بحرانی دائمی از جامعه دریغ می‌کند.

بنابراین، بازسازی ایران در آینده تنها به منابع مالی، مدیران شایسته و برنامه‌های فنی وابسته نخواهد بود. ایران نیازمند بازسازی سرمایه توجه ملی است. جامعه باید بتواند از واکنش دائمی به سوی ساختن حرکت کند، از پاسخ دادن به دستور کار حکومت به تعیین دستور کار خود برسد و از پراکندگی میان صدها بحران به تمرکز بر چند اولویت بنیادین دست یابد. این تغییر آسان نخواهد بود، زیرا الگوهای توجه طی دهه‌ها شکل گرفته‌اند و جامعه به خبر فوری، نگرانی مستمر و انتظار حادثه بعدی عادت کرده است. با این حال، بدون این تغییر، حتی بهترین برنامه‌ها نیز ممکن است در هیاهوی رقابت‌های سیاسی و رسانه‌ای گم شوند.

در سطح فردی نیز بسیاری از انسان‌ها احساس می‌کنند وقت کافی ندارند، در حالی که مشکل همیشه کمبود زمان نیست؛ گاه پراکندگی توجه است. روز از مجموعه‌ای از وقفه‌های کوچک تشکیل می‌شود: پیامی خوانده می‌شود، خبری بررسی می‌گردد، ویدئویی آغاز می‌شود، بحثی در ذهن ادامه پیدا می‌کند و کاری نیمه‌تمام به کار دیگری می‌پیوندد. در پایان روز، فرد خسته است، اما نمی‌تواند به روشنی بگوید انرژی او صرف چه چیزی شده است. این خستگی با خستگی کار عمیق متفاوت است. کار عمیق ممکن است بدن و ذهن را خسته کند، اما حس پیشرفت یا تکمیل بر جای می‌گذارد؛ پراکندگی توجه، خستگی همراه با احساس تهی بودن ایجاد می‌کند.

علت این احساس آن است که هر تغییر توجه هزینه‌ای دارد. ذهن برای ورود به یک موضوع، ساختار و زمینه آن را در حافظه فعال می‌سازد. هنگامی که ناگهان به موضوعی دیگر می‌پردازیم، بخشی از موضوع قبلی همچنان در ذهن باقی می‌ماند و بخشی از

ظرفیت شناختی را اشغال می‌کند. بازگشت دوباره نیز نیازمند زمان و انرژی است. اگر این جابه‌جایی بارها تکرار شود، فرد ممکن است ساعت‌های طولانی کار کند، اما هرگز به عمق لازم برای حل مسئله نرسد. او مشغول است، اما الزاماً پیش نمی‌رود.

فرهنگ معاصر اغلب این مشغول بودن را با بهره‌وری اشتباه می‌گیرد. پاسخ فوری به پیام‌ها، شرکت در جلسات متعدد و آگاهی از همه اتفاقات می‌تواند نشانه مسئولیت‌پذیری به نظر برسد، اما گاه تنها نشان می‌دهد که فرد اختیار برنامه ذهنی خود را به درخواست‌های دیگران سپرده است. مدیرانی که دائماً به بحران‌های کوچک واکنش نشان می‌دهند، ممکن است زمانی برای اندیشیدن به جهت کلی سازمان نداشته باشند. سیاستمدارانی که هر روز پاسخگوی موج تازه‌ای در رسانه‌اند، ممکن است فرصت تدوین سیاست بلندمدت را از دست بدهند. حتی نویسنده یا پژوهشگر نیز اگر پیوسته به واکنش عمومی اثر خود بیندیشد، ممکن است از توجه لازم برای خلق اثر بعدی محروم شود.

سرمایه توجه نیازمند حفاظت است، اما حفاظت از آن به معنای ساختن دیواری کامل در برابر جهان نیست. انسان موجودی اجتماعی است و بخشی از ارزش زندگی از پاسخ دادن به نیاز دیگران، مشارکت در جامعه و حضور در لحظه‌های پیش‌بینی‌نشده به دست می‌آید. مسئله، ایجاد تعادل میان دسترس‌پذیری و استقلال است. همان‌گونه که در خانه‌ای با در و پنجره زندگی می‌کنیم، نه در فضایی کاملاً بسته و نه در مکانی بدون مرز، ذهن نیز به راه‌های ارتباطی و مرزهای روشن نیاز دارد. در باید باز شود، اما نه برای هر کس و در هر لحظه.

از این رو، ارزش توجه تنها در تمرکز بر کارهای بزرگ نیست؛ در توانایی گفتن «نه» نیز آشکار می‌شود. هر انتخاب واقعی مستلزم کنار گذاشتن گزینه‌های دیگر است. انسانی که نمی‌تواند از هیچ درخواست، خبر، دعوت یا بحثی صرف‌نظر کند، در ظاهر زندگی گسترده‌ای دارد، اما در عمل ظرفیت خود را چنان پخش می‌کند که هیچ بخش آن عمق نمی‌یابد. حاکمیت بر توجه مستلزم پذیرفتن این حقیقت است که نمی‌توان همه چیز را دانست، همه رویدادها را دنبال کرد و در همه گفت‌وگوها حضور داشت. محدودیت، دشمن آزادی نیست؛ شرط انتخاب معنادار است.

این اصل در زندگی حرفه‌ای نیز اهمیت دارد. بسیاری از دستاوردهای بزرگ، نتیجه افزودن فعالیت‌های بیشتر نیستند؛ حاصل حذف آن چیزهایی‌اند که توجه را از کار اصلی منحرف می‌کنند. سازمان‌ها اغلب از کمبود ایده یا نیروی انسانی رنج نمی‌برند، بلکه گرفتار تعدد اولویت‌ها هستند. وقتی همه چیز مهم اعلام شود، در حقیقت هیچ چیز مهم نیست. هر برنامه تازه بخشی از توجه مدیریتی را مصرف می‌کند، هر گزارش اضافی زمان تحلیل را کاهش می‌دهد و هر تغییر شتاب‌زده در جهت‌گیری، سرمایه‌ای را که برای یادگیری و اجرای مسیر قبلی صرف شده بود، بی‌اثر می‌سازد.

در مدیریت و رهبری، توجه تنها منبع شخصی رهبر نیست؛ علامتی است که اولویت‌های سازمان را تعیین می‌کند. کارکنان به آنچه رهبر درباره‌اش سخن می‌گوید، می‌پرسد، اندازه می‌گیرد و پاداش می‌دهد توجه می‌کنند. اگر رهبر دائماً بر بحران‌های کوتاه‌مدت تمرکز کند، سازمان نیز واکنشی می‌شود. اگر تنها نتایج عددی مورد توجه قرار گیرند، کیفیت، اخلاق یا یادگیری ممکن است به حاشیه برود. اگر رهبر به افراد گوش ندهد، پیام پنهان آن است که تجربه و دیدگاه آنان ارزش چندانی ندارد. توجه رهبر، حتی پیش از صدور دستور، فرهنگ سازمان را شکل می‌دهد.

این امر در سیاست نیز صادق است. رهبر سیاسی با انتخاب موضوعات سخنرانی، بازدید، بودجه و قانون، به جامعه نشان می‌دهد چه چیزی مهم است. هنگامی که بالاترین مقام‌های یک کشور بخش عمده سخن خود را صرف دشمن، توطئه، جنگ و ایدئولوژی می‌کنند، دستگاه اداری، رسانه‌ها و مردم نیز ناگزیر بخشی از توجه خود را به همان موضوعات اختصاص می‌دهند. حتی اگر زندگی روزمره مردم با مسکن، سلامت، آموزش و اشتغال پیوند داشته باشد، زبان رسمی کشور می‌تواند اولویت‌های دیگری را بر فضای عمومی تحمیل کند.

در نظام‌های سالم، توجه عمومی تنها از بالا تعیین نمی‌شود. رسانه مستقل، جامعه مدنی، دانشگاه، هنر و انتخابات امکان می‌دهند که مسائل گوناگون وارد گفت‌وگو شوند و اولویت‌های رسمی به چالش کشیده شوند. اما در نظام‌های بسته، حکومت می‌کوشد نه تنها پاسخ‌ها، بلکه پرسش‌ها را نیز کنترل کند. برخی موضوعات پیوسته برجسته می‌شوند و برخی دیگر اجازه نام‌گذاری پیدا نمی‌کنند. فقر ممکن است نتیجه تحریم معرفی شود، اما نقش فساد و ناکارآمدی کمتر دیده شود؛ مهاجرت نخبگان ممکن است به انتخاب شخصی آنان تقلیل یابد، اما فضای سیاسی و اقتصادی سازنده آن نادیده بماند؛ اعتراض ممکن است مسئله امنیتی نامیده شود، تا علت اجتماعی و اخلاقی آن از مرکز توجه خارج گردد.

نام‌گذاری نیز شکلی از هدایت توجه است. واژه‌ها مانند قاب عمل می‌کنند؛ بخشی از واقعیت را آشکار و بخش دیگری را پنهان می‌سازند. هنگامی که حکومت معترض را «اغتشاشگر» می‌نامد، توجه را از مطالبه او به اختلال در نظم منتقل می‌کند. وقتی سانسور «صیانت» نامیده می‌شود، محدود کردن دسترسی به صورت حمایت از جامعه بازتعریف می‌گردد. هنگامی که حضور نظامی در کشورهای دیگر «دفاع از عمق راهبردی» خوانده می‌شود، هزینه آن برای زندگی شهروندان از دید دور می‌ماند. زبان تنها واقعیت را توصیف نمی‌کند؛ مسیر نگاه کردن به آن را نیز می‌سازد.

به همین دلیل، پاسداری از سرمایه توجه بدون پاسداری از زبان ممکن نیست. انسان باید بتواند پشت واژه‌هایی را که برای او انتخاب شده‌اند ببیند و از خود پرسد هر نام چه چیزی را برجسته و چه چیزی را پنهان می‌کند. این پرسش ساده می‌تواند بخشی از حاکمیت ذهن را بازگرداند. قدرت‌ها اغلب پیش از آنکه رفتار را کنترل کنند، واژگان را تعیین می‌کنند؛ و هنگامی که واژگان پذیرفته شدند، بسیاری از نتیجه‌گیری‌ها نیز از پیش شکل گرفته‌اند.

سرمایه توجه با حافظه نیز پیوند دارد. آنچه جامعه به یاد می‌آورد و آنچه فراموش می‌کند، نتیجه فرایندی طبیعی و بی‌طرفانه نیست. آیین‌ها، کتاب‌های درسی، رسانه‌ها، بناهای یادبود و مناسبت‌های رسمی تصمیم می‌گیرند کدام بخش گذشته بارها به مرکز توجه بازگردد. حکومت‌های ایدئولوژیک تاریخ را نه تنها بازنویسی، بلکه بازتوزیع می‌کنند؛ برخی دوره‌ها را بزرگ می‌سازند، برخی شخصیت‌ها را حذف می‌کنند و برخی رنج‌ها را مقدس یا نامرئی می‌نمایند. با این کار، سرمایه توجه نسل‌های آینده نیز پیشاپیش جهت می‌گیرد.

حافظه ملی سالم به معنای یادآوری همه چیز به یک اندازه نیست؛ چنین کاری ناممکن است. مسئله، امکان گفت‌وگوی آزاد درباره گذشته و حق جامعه برای بازنگری در روایت‌های رسمی است. ملتی که نتواند به بخش‌های فراموش‌شده تاریخ خود توجه کند، از امکان یادگیری محروم می‌شود. در ایران، بازیابی توجه به تاریخ پیش از اسلام، جنبش مشروطه، تجربه‌های سکولار، نقش زنان،

تنوع قومی و فرهنگی و تلاش‌های متعدد برای آزادی، بخشی از بازیس‌گیری حافظه ملی از روایت محدودکننده حکومت دینی است.

سرمایه توجه همچنین به امید وابسته است. انسان به چیزی توجه می‌کند که آن را ممکن، مهم یا مرتبط با آینده خود می‌داند. هنگامی که امید از میان می‌رود، توجه نیز کوتاه‌مدت می‌شود. فردی که آینده‌ای برای خود نمی‌بیند، کمتر آماده است سال‌ها برای آموزش، پس‌انداز، ساختن نهاد یا اصلاح جامعه تلاش کند. او به بقا، خروج یا لذت فوری روی می‌آورد. جامعه ناامید نمی‌تواند سرمایه توجه خود را برای پروژه‌های بلندمدت بسیج کند، زیرا پیوند میان کوشش امروز و نتیجه فردا برایش گسسته شده است. از همین رو، حکومت‌های ناکارآمد نه تنها منابع مادی را از بین می‌برند؛ افق زمانی جامعه را نیز کوتاه می‌کنند. تورم شدید، بی‌ثباتی، تصمیم‌های ناگهانی و قوانین متغیر، مردم را وادار می‌کنند به امروز و فردا بیندیشند، نه به ده سال آینده. خانواده‌ای که نمی‌داند ارزش درآمدش در چند ماه آینده چه خواهد شد، نمی‌تواند به راحتی برای آموزش یا سرمایه‌گذاری بلندمدت برنامه‌ریزی کند. کارآفرینی که هر روز با مقررات و تهدیدی تازه روبه‌روست، توجه خود را به جای نوآوری صرف بقا و دور زدن موانع می‌کند. این کوتاه شدن افق، یکی از شکل‌های ائتلاف سرمایه توجه ملی است.

در مقابل، اعتماد امکان سرمایه‌گذاری بلندمدت توجه را ایجاد می‌کند. فرد زمانی برای آموزش، رابطه، کار یا جامعه وقت می‌گذارد که باور داشته باشد کوشش او به کلی بی‌نتیجه نخواهد ماند. اعتماد به قانون، نهاد، شریک، همکار یا آینده، ذهن را از مراقبت دائمی آزاد می‌کند. در محیط بی‌اعتماد، بخش بزرگی از توجه صرف کنترل، احتیاط، پنهان‌کاری و پیش‌بینی خیانت می‌شود. معامله ساده پیچیده می‌گردد، همکاری دشوار می‌شود و انرژی‌ای که می‌توانست صرف آفرینش شود، در دفاع و مراقبت مصرف می‌گردد. بنابراین، اعتماد را می‌توان نهادی برای آزادسازی توجه دانست. هنگامی که شهروند اطمینان دارد قانون به طور نسبتاً یکسان اجرا می‌شود، مجبور نیست هر لحظه نگران رابطه، رشوه یا تصمیم سلیقه‌ای باشد. وقتی کارمند به سازمان اعتماد دارد، بخشی از ذهنش از ترس دائمی آزاد می‌شود. وقتی اعضای خانواده به یکدیگر اعتماد دارند، نیازی نیست انرژی خود را صرف بررسی و سوءظن کنند. جوامع با اعتماد بالاتر، نه تنها همکاری آسان‌تری دارند؛ سرمایه توجه بیشتری نیز برای کارهای سازنده در اختیارشان باقی می‌ماند.

این نگاه نشان می‌دهد که توجه موضوعی فردگرایانه و جدا از ساختارهای اجتماعی نیست. نمی‌توان از انسان خواست تنها با اراده شخصی بر توجه خود مسلط شود، در حالی که در محیطی آکنده از ناامنی، فقر، تبعیض و دستکاری زندگی می‌کند. فردی که درگیر تأمین نیازهای اولیه است، ظرفیت کمتری برای مطالعه، هنر یا مشارکت مدنی دارد. کسی که با تبعیض یا تهدید دائمی روبه‌روست، ناگزیر بخش زیادی از ذهن خود را صرف مراقبت از خطر می‌کند. فقر تنها کمبود پول نیست؛ مالیاتی دائمی بر توجه است.

این مالیات پنهان در زندگی روزمره فقرا و گروه‌های آسیب‌پذیر آشکار است. فرد مرفه می‌تواند با پرداخت هزینه، بسیاری از مسائل را از حوزه توجه خود خارج کند: تعمیر، حمل‌ونقل، مراقبت، مشاوره و خدمات حرفه‌ای. فرد کم‌درآمد مجبور است شخصاً و با زمان بیشتری هر مسئله را پیگیری کند. خطای کوچک مالی برای او پیامد بزرگ‌تری دارد و بنابراین ذهنش دائماً درگیر محاسبه،

نگرانی و انتخاب میان نیازهای ضروری است. در نتیجه، همان کسانی که بیش از همه به فرصت‌های رشد نیاز دارند، کمترین سرمایه توجه آزاد را برای استفاده از آن فرصت‌ها در اختیار دارند.

عدالت اجتماعی از این منظر، آزاد کردن ظرفیت ذهنی انسان‌ها نیز هست. آموزش باکیفیت، امنیت اقتصادی، بهداشت عمومی، حمل‌ونقل مناسب و حاکمیت قانون تنها خدماتی رفاهی نیستند؛ آنها از بار توجه روزمره می‌کاهند و امکان می‌دهند انسان‌ها بخشی از نیروی ذهنی خود را به یادگیری، خلاقیت و مشارکت اختصاص دهند. جامعه عادلانه جامعه‌ای نیست که همه در آن تجربه‌ای یکسان دارند، بلکه جامعه‌ای است که انسان‌ها ناچار نیستند بخش نامتناسبی از زندگی ذهنی خود را صرف موانعی کنند که می‌توان با نهادهای بهتر برطرف ساخت.

در آینده، اهمیت سرمایه توجه افزایش خواهد یافت. هوش مصنوعی می‌تواند بسیاری از کارهای محاسباتی، اطلاعاتی و حتی خلاقانه را با سرعتی فراتر از توان انسان انجام دهد. در چنین جهانی، ارزش انسان نه تنها در مقدار اطلاعاتی که در حافظه دارد، بلکه در توانایی انتخاب مسئله، طرح پرسش، داوری اخلاقی و تشخیص آنچه شایسته توجه است آشکار خواهد شد. ماشین می‌تواند پاسخ‌های بسیاری تولید کند، اما این انسان است که باید تصمیم بگیرد کدام پرسش مهم است، کدام پاسخ با واقعیت و ارزش‌های انسانی سازگار است و چه چیزی نباید صرفاً به این دلیل که ممکن است، انجام شود.

هوش مصنوعی از یک سو می‌تواند بار شناختی انسان را کاهش دهد و زمان بیشتری برای اندیشه و خلاقیت فراهم کند، اما از سوی دیگر می‌تواند سیلاب محتوا را چند برابر سازد. هنگامی که تولید متن، تصویر، ویدئو و پیام تقریباً بدون هزینه می‌شود، کمبود اصلی دیگر محتوا نخواهد بود؛ توان تشخیص و توجه خواهد بود. انسان در برابر میلیون‌ها پیام تولیدشده قرار خواهد گرفت و ارزش اصلی در انتخاب، پالایش و مقاومت در برابر انبوهی خواهد بود که می‌کوشد وارد ذهن شود.

در چنین شرایطی، سواد آینده تنها خواندن و نوشتن یا حتی استفاده از فناوری نیست؛ سواد توجه است. انسان باید بداند چگونه منبع را ارزیابی کند، چگونه در برابر تحریک عاطفی مکث نماید، چگونه میان دانستن و فهمیدن تفاوت بگذارد و چگونه از ابزارهای هوشمند بدون واگذاری کامل داوری خود بهره‌گیرد. نسل آینده ممکن است به اطلاعاتی دسترسی داشته باشد که دانشمندان بزرگ گذشته هرگز تصور نمی‌کردند، اما اگر نتواند توجه خود را هدایت کند، این فراوانی به جای آزادی، سردرگمی بیشتری ایجاد خواهد کرد.

حفظ توجه همچنین به معنای حفظ امکان تنهایی و سکوت است. اندیشه‌های مهم اغلب در فاصله میان محرک‌ها شکل می‌گیرند؛ زمانی که ذهن فرصت دارد تجربه‌های پراکنده را به یکدیگر پیوند دهد. اگر هر لحظه سکوت با صفحه، صدا یا پیام پر شود، این فضای درونی از میان می‌رود. انسان ممکن است پیوسته در تماس باشد، اما کمتر با خود روبه‌رو شود. او ممکن است درباره همه چیز واکنش داشته باشد، اما نداند نظر واقعی خودش چیست.

تنهایی آگاهانه با انزوا تفاوت دارد. انزوا جدایی ناخواسته و دردناک از دیگران است، اما تنهایی آگاهانه فرصتی است که انسان در آن صدای خود را از صدای جمع تشخیص می‌دهد. بدون چنین فضایی، خواسته‌های دیگران، تبلیغات و انتظارات اجتماعی

به تدریج جای خواست شخصی را می گیرند. انسان ممکن است مسیری را دنبال کند که موفقیت نامیده شده، بی آنکه از خود بپرسد آیا با استعداد، ارزش و زندگی مورد نظر او هماهنگ است.

سرمایه توجه همچنین پایه اختیار اخلاقی است. تصمیم اخلاقی تنها دانستن قانون یا اصل نیست؛ نیازمند آن است که انسان دیگری را ببیند و پیامد رفتار خود را در نظر گیرد. بی توجهی اخلاقی زمانی رخ می دهد که فرد آن قدر درگیر خواست، سود یا گروه خود است که رنج و حق دیگران از میدان دید او خارج می شود. بسیاری از بی عدالتی ها نه تنها از نفرت، بلکه از نادیده گرفتن آغاز می شوند. مردمی که دیده نمی شوند، آسان تر قربانی سیاست ها و تصمیم ها قرار می گیرند.

از این رو، گسترش دایره توجه یکی از سرچشمه های پیشرفت اخلاقی بشر بوده است. انسان به تدریج آموخته است کسانی را که خارج از خانواده، قبیله، طبقه، قوم، جنسیت یا ملت او هستند نیز صاحب حق و کرامت ببیند. هر گام در این مسیر، مستلزم آن بوده است که جامعه به رنج و تجربه گروهی که پیش تر نادیده گرفته می شد توجه کند. ادبیات، هنر، روزنامه نگاری و شهادت شخصی نقش بزرگی در این گسترش داشته اند، زیرا چهره و داستانی انسانی را به جای عدد و عنوان قرار داده اند.

اما توجه اخلاقی نیز می تواند گزینشی و دستکاری شده باشد. رسانه ممکن است رنج گروهی را با تصاویر مکرر به مرکز توجه بیاورد و رنج گروهی دیگر را پنهان کند. حکومت ها می توانند قربانیان خودی را برجسته و قربانیان سیاست های خود را نامرئی سازند. انسان ها نیز معمولاً با رنج کسانی همدلی بیشتری دارند که شبیه خودشان اند یا داستان شان با باورهای پیشین آنان سازگار است. حاکمیت بر توجه از این رو تنها حفاظت در برابر مزاحمت نیست؛ تلاشی برای دیدن آن چیزی نیز هست که عادت، تعصب یا قدرت از ما پنهان کرده است.

این فصل، توجه را سرمایه نامیده است، اما هیچ استعاره ای تمام حقیقت را در خود جای نمی دهد. توجه تنها کالایی برای مبادله یا ابزاری برای تولید نیست. اگر آن را صرفاً سرمایه بدانیم، ممکن است ارزش هر لحظه را با سود آینده بسنجیم و جنبه های انسانی زندگی را فراموش کنیم. توجه گاه هدیه است، گاه عبادت، گاه همدلی و گاه شیوه ای برای بودن در جهان. انسان به فرزندش توجه نمی کند تا بازده اقتصادی به دست آورد؛ به موسیقی گوش نمی دهد تا الزاماً بهره وری خود را افزایش دهد؛ و در برابر زیبایی طبیعت مکث نمی کند تا چیزی تولید کند. ارزش این تجربه ها در خود آنهاست.

با این حال، زبان سرمایه حقیقتی مهم را آشکار می کند: توجه محدود، ارزشمند و سرنوشت ساز است و نحوه توزیع آن پیامد دارد. هنگامی که انسان این حقیقت را درک کند، به هر درخواست برای ورود به ذهن خود پاسخ مثبت نمی دهد. او می آموزد که برخی موضوعات، هرچند پرصدا، ارزش بخشی از عمرش را ندارند و برخی اشخاص، هرچند آرام، سزاوار حضور عمیق ترند. او درمی یابد که فراموش کردن هر خبر نشانه ناآگاهی نیست و آگاه بودن از همه چیز نیز نشانه خرد نیست.

حکمت توجه در انتخاب نهفته است؛ در توانایی تشخیص اینکه چه چیزی اکنون مهم است، چه چیزی می تواند منتظر بماند، چه چیزی باید به دیگری سپرده شود و چه چیزی اساساً نباید وارد ذهن گردد. این حکمت با یک تصمیم نهایی به دست نمی آید؛ تمرینی دائمی است. زندگی تغییر می کند، مسئولیت ها جابه جا می شوند و موضوعی که امروز شایسته توجه است، ممکن است فردا اهمیت خود را از دست بدهد. حاکمیت بر توجه نه برنامه ای خشک، بلکه توان بازنگری در اولویت هاست.

انسانی که ارزش سرمایه توجه خود را می‌شناسد، از جهان نمی‌گریزد، بلکه رابطه خود را با آن تغییر می‌دهد. او هنوز خبر می‌خواند، گفتگو می‌کند، تفریح می‌کند، کار می‌کند و به دیگران پاسخ می‌دهد، اما میان دعوت و الزام تفاوت می‌گذارد. هر صدای بلند را مهم نمی‌پندارد، هر امر فوری را ضروری نمی‌داند و هر موج جمعی را نشانه حقیقت تلقی نمی‌کند. او گاه آگاهانه تصمیم می‌گیرد به مسئله‌ای دشوار و کم‌جاذبه توجه کند، زیرا می‌داند آینده‌اش به همان مسئله وابسته است.

در سطح ملی نیز جامعه‌ای که ارزش توجه خود را می‌شناسد، اجازه نمی‌دهد همه اولویت‌هایش با حادثه، تبلیغات یا بحران تعیین شوند. چنین جامعه‌ای می‌تواند به رویدادهای فوری پاسخ دهد، اما مسیر بلندمدت خود را فراموش نمی‌کند. می‌تواند اختلاف سیاسی داشته باشد، اما آموزش، علم، قانون و رفاه را قربانی نزاع دائمی نمی‌سازد. می‌تواند گذشته را به یاد آورد، اما تمام زندگی خود را در سوگواری و کینه تاریخی متوقف نمی‌کند. می‌تواند از خطر آگاه باشد، اما اجازه نمی‌دهد ترس، تنها زبان سیاست و فرهنگ شود.

سرمایه توجه، سرمایه‌ای است که آینده از آن ساخته می‌شود. هر طرح بزرگ، پیش از آنکه به بودجه، سازمان یا بنا تبدیل شود، مدتی در ذهن انسان‌ها زندگی کرده است. کسی آن را جدی گرفته، دیگری به آن اندیشیده، گروهی برایش وقت گذاشته و جامعه‌ای پذیرفته است که بخشی از توجه خود را به تحقق آن اختصاص دهد. هیچ آینده‌ای بدون این مرحله نامرئی ساخته نمی‌شود. پیش از هر تحول بیرونی، تغییر در نظم توجه رخ می‌دهد.

به همین دلیل، نخستین نشانه آغاز یک تحول ملی آن نیست که همه پاسخ‌ها آماده شده باشند؛ آن است که جامعه پرسش‌های درست را به مرکز توجه بازگرداند. ایران زمانی مسیر تازه‌ای را آغاز خواهد کرد که توجه عمومی از بقای حکومت به بقای ملت، از ایدئولوژی به زندگی، از دشمن‌سازی به سازندگی، از مرگ به آینده و از واکنش به انتخاب منتقل شود. این جابه‌جایی خود تحول نیست، اما شرط آغاز آن است.

در زندگی فردی نیز تغییر هنگامی آغاز می‌شود که انسان متوجه شود سرمایه‌اش کجا مصرف می‌شود. پیش از آنکه برنامه‌ای تازه بنویسد یا ابزاری را حذف کند، باید نقشه توجه خود را ببیند. چه چیزی نخستین اندیشه صبح اوست؟ چه موضوعی در لحظه‌های سکوت به ذهنش بازمی‌گردد؟ چه کسی بیش از اندازه در جهان درونی او حضور دارد؟ چه کار مهمی به دلیل فوریت‌های کوچک پیوسته به تعویق می‌افتد؟ پاسخ این پرسش‌ها تصویر واقعی‌تری از زندگی او به دست می‌دهد تا فهرست دارایی‌ها، عنوان شغلی یا آنچه درباره خود می‌گوید.

ما با آنچه دوست داریم شناخته نمی‌شویم، بلکه بیشتر با آنچه عملاً به آن توجه می‌کنیم ساخته می‌شویم. ممکن است کسی بگوید خانواده برایش مهم‌ترین است، اما بهترین ساعات روز و بیشترین حضور ذهنی خود را به کار یا صفحه نمایش اختصاص دهد. ممکن است جامعه‌ای علم را ارزش بداند، اما بودجه، احترام و توجه عمومی را به موضوعات دیگری بدهد. فاصله میان ارزش‌های اعلام‌شده و توجه واقعی، یکی از صادقانه‌ترین معیارهای شناخت فرد و جامعه است.

توجه دروغ نمی‌گوید. ممکن است انسان درباره اولویت‌های خود سخنان زیبا بگوید، اما آنچه زمان و ذهنش را اشغال کرده، اولویت عملی او را آشکار می‌سازد. ممکن است حکومتی رفاه مردم را هدف خود بنامد، اما اگر بیشتر انرژی، بودجه و رسانه‌اش به

حفظ ایدئولوژی و مقابله با مخالفان اختصاص یابد، نظم توجه آن حقیقت دیگری را نشان می‌دهد. بررسی اینکه یک فرد، سازمان یا حکومت به چه چیزی توجه می‌کند، گاه از بررسی سخنان رسمی آن آموزنده‌تر است.

فصل نخست، توجه را نخستین قلمرو آزادی انسان دانست. این فصل گام دیگری برداشته و آن را سرمایه‌ای معرفی کرده است که تمام شکل‌های رشد، رابطه، شناخت، اخلاق و تمدن به آن وابسته‌اند. آزادی بدون سرمایه‌ای که با آن بتوان اندیشید و انتخاب کرد، در سطح امکان باقی می‌ماند. توجه همان نیرویی است که آزادی را از حق روی کاغذ به تجربه‌ای زنده تبدیل می‌کند.

اما هر سرمایه ارزشمند، بازاری نیز پیرامون خود ایجاد می‌کند. هنگامی که توجه انسان توان تولید درآمد، اعتبار، نفوذ و قدرت را پیدا می‌کند، دیگر تنها دارایی شخصی او باقی نمی‌ماند؛ شرکت‌ها، رسانه‌ها، سیاستمداران و فناوری‌ها برای به دست آوردن سهمی از آن وارد رقابت می‌شوند. خدماتی عرضه می‌شود که بهای ظاهری ندارند، اما از زمان و ذهن کاربران تغذیه می‌کنند. رفتار انسان اندازه‌گیری، پیش‌بینی و به خریداران فروخته می‌شود. از همین‌جا، توجه از قلمرو آزادی و سرمایه فردی وارد قلمرو بازار می‌شود.

پرسش فصل بعد این خواهد بود که این بازار چگونه شکل گرفته است، چه چیزی در آن خرید و فروش می‌شود و چرا انسانی که خود را استفاده‌کننده یک خدمت می‌داند، ممکن است در واقع محصول اصلی آن باشد. برای پاسخ به این پرسش، باید از ارزش توجه فراتر رویم و سازوکارهایی را ببینیم که این ارزش را استخراج، بسته‌بندی و به ثروت و قدرت تبدیل می‌کنند.

آنچه انسان به آن توجه می‌کند، تنها روز او را پر نمی‌کند؛ زندگی او را می‌سازد. آنچه یک ملت به آن توجه می‌کند، تنها موضوع گفت‌وگوی روزانه‌اش نیست؛ مسیر تاریخش را تعیین می‌کند. سرمایه توجه در سکوت مصرف می‌شود، اما آثار آن در شخصیت انسان، فرهنگ جامعه و سرنوشت کشور آشکار می‌گردد. حفاظت از این سرمایه، حفاظت از همان امکانی است که هر آینده انسانی از آن آغاز می‌شود.