

رهایی

آزادی، مسئولیت و بازسازی ایران
در جنبش شیر و خورشید

دکتر پیمان بخشایش

MD, PhD, MBA

کتابچهٔ فارسی مصور | ٦ نوامبر ٢٠٢٦

فهرست مطالب

پیشگفتار؛ زندگی به‌مثابه کوشش برای رهایی ۳

۱. فلسفهٔ رهایی؛ حق پرسیدن و توان خودفرمانی ۴

۲. اقتصاد رهایی؛ تبدیل ظرفیت انسان به فرصت ۷

۳. سیاست رهایی؛ قدرتی که بتوان آن را اصلاح کرد ۹

۴. روان‌شناسی رهایی؛ امنیتِ سخن‌گفتن و توانِ زیستن ۱۱

۵. از آرمان رهایی تا رفتار و نهاد ۱۳

سخن پایانی؛ رهایی برای زندگی ۱۴

منابع و یادداشت روش ۱۵

رهایی برای زندگی

تأملی در حق نقد، خودفرمانی، اقتصاد نوآور، قدرت پاسخ‌گو و امنیت روانی؛ بر پایهٔ روایت و دیدگاه‌های دکتر پیمان بخشایش.

این نسخه شامل پیشگفتار، چهار فصل اصلی، بخش کاربردی، سخن پایانی و نه منبع است. ارجاعات درون متن و فهرست مطالب پیوند دارند.

نسخهٔ نخست ۶۰ نوامبر ۲۰۲۶

seculardemocraticiran.world

پیشگفتار؛ زندگی به‌مثابه کوشش برای رهایی

به زندگی خود که می‌نگرم، می‌بینم بخش بزرگی از آن جنگی پیاپی برای رهایی بوده است: رهایی از زیر بار فشار، رهایی از قیدوبندهای دست‌وپاگیر و رهایی از مناسباتی که می‌کوشند انسان را کوچک‌تر از ظرفیت واقعی او نگه دارند. منظور من انضباطی نیست که به شخصیت، دانش و توانایی انسان شکل می‌دهد. من پزشک و جراحم؛ زندگی حرفه‌ای من بدون دقت، تمرین، مسئولیت و پذیرش قواعدی که از جان انسان حفاظت می‌کنند معنا ندارد. آنچه با آن سر ناسازگاری دارم، قاعده‌ای است که پرسیدن را ممنوع، خلاقیت را مشکوک و جسارت اندیشیدن را جرم می‌کند.

من در آبادان به دنیا آمدم. خاطرهٔ کودکی‌ام با انقلاب ۱۳۵۷، تغییر ناگهانی مناسبات اجتماعی و تجربهٔ جنگ پیوند دارد. پدرم افسر نیروی دریایی بود و شغل او، خانوادهٔ ما را در سال‌های جنگ با زندگی در مناطق جنگی همراه کرد. پیش از آن، در حدود هفت‌سالگی، امکان مهاجرت خانوادگی به آمریکا مطرح شده بود؛ سفری که انجام نشد. در حافظهٔ من، این رویدادها تصویرهایی از فاصلهٔ میان آرزوی زندگی و قدرت شرایط‌اند. کودک، تصمیم‌گیر آن شرایط نیست؛ اما باید پیامدهایشان را زندگی کند.

بعدها تحصیل پزشکی، خروج از ایران در سال ۱۹۹۸، مهاجرت و ساختن زندگی حرفه‌ای، میدان‌های تازه‌ای از همین کوشش را پیش روی من گذاشت. بیرون آمدن از یک جغرافیا پایان رهایی نیست. انسان ممکن است مرز کشور را پشت سر بگذارد، اما عادت به ترس، نیاز به تأیید دائمی و شیوه‌های بستهٔ فکرکردن را با خود حمل کند. آزادی بیرونی باید با کار دشوارِ بازسازی درون همراه شود؛ و آزادی درونی نیز جای امنیت حقوقی و اجتماعی را نمی‌گیرد.

اعتمادبه‌نفس برای من چیزی نیست که بتوان آن را مانند یک نشان افتخار از دیگری گرفت. بخش استوار آن از توانایی‌هایی می‌آید که ساخته‌ایم: آموختن، کارکردن، حل مسئله، پذیرفتن اشتباه و دوباره برخاستن. البته تحقیر، سرکوب و خشونت می‌توانند احساس توانمندی انسان را آسیب بزنند. مقصود من انکار این آسیب نیست؛ تأکید بر این است که نباید ارزش و امکان رشد خود را یکسره به داوری صاحبان قدرت واگذار کنیم. اعتمادبه‌نفسِ بالغ هم به کوشش شخصی نیاز دارد، هم به محیطی که انسان را پیوسته در هم نشکند.

ما انسان‌های خردمند، هوموساپینس، موجوداتی ابزارساز، متفکر، خلاق و اجتماعی هستیم. با دیگران زبان مشترک می‌سازیم، دانش را منتقل می‌کنیم و از تجربه می‌آموزیم. ممکن است باعث‌وبانی مشکلی نباشیم؛ اما شیوهٔ مواجهه با آن، چیزی دربارهٔ ما آشکار می‌کند. این سخن به معنای مقصرشناختن قربانی نیست. مسئولیتِ ایجاد ستم بر دوش ستمگر می‌ماند؛ مسئولیت ما در برابر زندگی خویش، جست‌وجوی امکان عمل در محدودهٔ واقعیِ توان و شرایطمان است.

خرد خلاق به معنای داشتن پاسخ جادویی برای هر بن‌بست نیست. گاهی راه‌حل، کمک‌خواستن است؛ گاهی تغییر مسیر، آموختن مهارتی تازه یا یافتن همراهانی که به‌تنهایی نمی‌توانستیم جای آنان را پر کنیم. دیالوگ، گردآوردن نیروهای همسو و ساختن اعتماد، بخشی از توان حل مسئله‌اند. رهایی در بسیاری از موقعیت‌ها با یافتن دیگری آغاز می‌شود: انسانی که بتوان با او سخن گفت، اختلاف داشت و همچنان کاری مشترک پیش برد.

از همین تجربه به موضوع این کتابچه می‌رسم. رهایی در دل جنبش شیر و خورشید برای من صرفاً تغییر نام حکومت نیست. مقصد، ایرانی است که در آن شهروند بتواند فکر کند، دوست بدارد، بیافریند، کار کند و در تصمیم‌های عمومی سهم داشته باشد. حمایت من از شاهزاده رضا پهلوی و پادشاهی مشروطه در خدمت چنین مقصدی است. در نوشته‌های پیشینم دربارهٔ «پهلوی پلاس» و «پیروزی پارلمانی» نیز بر همین پیوند میان نوسازی، رأی مردم و حقِ حضورِ مخالف تأکید کرده‌ام. [۱، ۲]

۱. فلسفهٔ رهایی؛ حق پرسیدن و توان خودفرمانی

رهایی از چه، و برای چه؟

رهایی دو سوی به‌هم‌پیوسته دارد. یک سوی آن کنارزدن اجبارهایی است که انسان را از اندیشیدن و انتخاب‌کردن بازمی‌دارند: تهدید، سانسور، تبعیض، سلطهٔ خودسرانه و اجبار عقیدتی. سوی دیگر، ساختن توان استفاده از آزادی است: آموزش، مهارت، استقلال رأی، امکان مشارکت و دسترسی به فرصت. انسانی که اجازهٔ حرف‌زدن دارد اما از ترس ازدست‌دادن نان یا امنیت خانواده خاموش می‌ماند، هنوز با موانع جدی آزادی روبه‌روست. رهایی را باید در زندگی واقعی سنجید.

در برداشت من، آزادی حق انسان است؛ پاداش فرمان‌برداری، مدرک دانشگاهی یا عضویت در یک جریان سیاسی نیست. با این حال، استفادهٔ سنجیده از آزادی نیازمند پرورش است. باید بتوانیم میان خواستن و توانستن، میان شجاعت و بی‌احتیاطی، و میان استقلال رأی و بی‌اعتنایی به شواهد فرق بگذاریم. کسی که از هر قید بیرونی می‌گریزد اما اسیر تعصب خویش می‌ماند، هنوز کار رهایی را به پایان نرسانده است.

هیچ اندیشه‌ای نباید از نقد مصون باشد

فلسفهٔ رهایی از این پرسش آغاز می‌شود: چرا باید دربارهٔ چیزی نتوان حرف زد؟ اگر یک عقیده، رسم، روایت تاریخی یا ساختار سیاسی درست و سودمند است، باید بتواند در برابر پرسش و استدلال حاضر شود. آنجا که پاسخ پرسش، تهدید است، مسئله دیگر اعتبار استدلال نیست؛ مسئله حفظ قدرت است. کتاب باید نوشته شود، فکر باید بیان شود و هیچ مقام مذهبی یا سیاسی نباید حق بستن درِ بحث را به نام منزلت خود تصاحب کند.

وقتی می‌گویم هیچ امر مقدسی نباید بر گلوی اندیشه فشار آورد، مقصودم مصونیت حقوقیِ عقاید از نقد است. انسان‌ها حق دارند چیزی را برای خود مقدس بدانند، عبادت کنند یا نکنند و باورشان را تغییر دهند. اما تقدس شخصی نمی‌تواند برای دیگری الزام سکوت بسازد. آزادی وجدانِ مؤمن و آزادی نقدِ بی‌دین باید در یک نظم مشترک حفاظت شوند. دولت سکولار درستی یک ایمان را تعیین نمی‌کند و به هیچ ایمان یا بی‌ایمانی امتیاز شهروندی نمی‌دهد.

کمیتهٔ حقوق بشر سازمان ملل در تفسیر عمومی شمارهٔ ۳۴، نقد مقامات عمومی و نهادها را بخشی از آزادی بیان می‌داند و دربارهٔ قوانین منع بی‌احترامی به ادیان، از جمله ممنوعیت کفرگویی، محدودیت‌های روشنی بیان می‌کند. این سند همچنین میان نقد دین و تحریک به تبعیض، خصومت یا خشونت تمایز می‌گذارد. [۶] از نگاه من، این تمایز برای رهایی اساسی است: می‌توان یک آموزه را سخت و بی‌پرده نقد کرد و در همان حال از امنیت و حقوق برابر پیروانش دفاع کرد.

حق نقد تنها متوجه جمهوری اسلامی، اسلام سیاسی یا ایدئولوژی‌های رقیب نیست. پادشاهی، تاریخ پهلوی، رهبران محبوب ما، برنامه‌های اقتصادی ما و همین کتابچه نیز باید نقدپذیر بمانند. اگر برای باور خود استثنا بسازیم، همان دری را باز کرده‌ایم که از ورود استبداد از آن شکایت داریم. وفاداریِ سیاسی هنگامی بالغ می‌شود که اجازه دهد خطا را ببینیم و بگوییم.

رهایی از دگماتیسم؛ شجاعتِ اصلاح خود

دگماتیسم صرفاً داشتن عقیده‌ای محکم نیست. انسان می‌تواند با استدلال از موضعی قاطع دفاع کند و همچنان آمادهٔ تغییر باشد. دگماتیسم هنگامی پدیدار می‌شود که نتیجه از پیش قطعی است و هر شاهد مخالف، نشانهٔ دشمنی یا خیانت شمرده می‌شود. در این وضعیت، اندیشه دیگر ابزار شناخت نیست؛ نگهبان هویت و منزلت ماست.

من با آن نگاه‌های اسلام‌گرا و انقلابیِ بسته مخالفم که دشمنی با غرب، سرمایه‌داری، سکولاریسم یا آزادی زنان را جایگزین برنامه‌ای برای زندگی بهتر می‌کنند. نقد من متوجه منطق و رفتار مشخص است؛ همهٔ دین‌داران، همهٔ چپ‌گرایان یا همهٔ منتقدان سرمایه‌داری را نمی‌توان یکسان دانست. نقد نابرابری، دفاع از کارگر و مطالبهٔ رفاه اجتماعی می‌تواند درون یک نظم آزاد و سازنده مطرح شود. پرسش من این است: پیشنهاد شما چه امکانی برای آزادی، تولید، صلح و بهبود زندگی فراهم می‌آورد؟

داوری من دربارهٔ تجربهٔ انقلاب ۱۳۵۷ این است که دشمنی مشترک با نظم موجود، برای ساختن آزادی کافی نبود. امروز نیز «نه» گفتن به جمهوری اسلامی باید با پاسخ روشن به «پس از آن چه؟» همراه شود. رهایی اگر برنامه‌ای برای قانون، معیشت، حقوق مخالف و مهار قدرت نداشته باشد، در معرض مصادره است. شکستن یک قید، به‌خودی‌خود مانع بسته‌شدن قیدی دیگر نمی‌شود.

خرد انتقادی از تحقیر انسان‌ها نیرو نمی‌گیرد. کم‌سوادی، فقر یا پایبندی به سنت، هیچ‌کس را از کرامت برابر محروم نمی‌کند. می‌توان یک اندیشه را عقب‌مانده، زیان‌بار یا ناسازگار با آزادی دانست؛ اما نباید صاحبان آن اندیشه را از حق شهروندی ساقط کرد. برتری یک استدلال باید در گفت‌وگو و نتیجهٔ عمل آشکار شود، نه در اعلام برتری ذاتی گروهی از انسان‌ها.

انضباطِ انتخابی و قانونِ نقدپذیر

رهایی با ولنگاری تفاوت دارد. پایبندی به تعهد، رعایت حق دیگران، احترام به قرارداد و پذیرش مسئولیتِ پیامدها از لوازم زندگی آزادند. بااین‌حال، انضباط انتخابی به این معنا نیست که هر فرد فقط قانونی را رعایت کند که شخصاً پسندیده است. قواعد عمومی باید از فرایندی مشروع پدید آیند، برای همگان روشن و برابر باشند و راه اعتراض و اصلاحشان باز بماند.

قانون هنگامی خدمتگزار آزادی است که از انسان در برابر خودسری حفاظت کند. قانونِ مبهمی که هر پرسش را «اخلال» بنامد، آزادی را خفه می‌کند؛ بی‌قانونی نیز شهروند را در برابر زورمند بی‌پناه می‌گذارد. معیار من این است: آیا قاعده به حفاظت از حقوق برابر و زندگی مشترک کمک می‌کند؟ آیا ضرورت و تناسب آن قابل بررسی است؟ آیا قدرتِ اجرای آن پاسخ‌گوست؟

مردم، قدرت و افسانهٔ «لیاقت»

این عبارت که «هر ملتی مطابق لیاقتش زندگی می‌کند»، زیر سایهٔ تفنگ و اختناق توضیحی ناعادلانه است. وقتی انتخاب آزاد، رسانهٔ مستقل، سازمان‌یابی و امکان جابه‌جایی قدرت محدود شده‌اند، وضع موجود را نمی‌توان رأی آزادانهٔ مردم دانست. کودکی که در فقر به دنیا می‌آید یا شهروندی که برای اعتراض مجازات می‌شود، با سرنوشت تحمیل‌شده روبه‌روست؛ آن سرنوشت گواه بی‌ارزشی او نیست.

بهبود سطح دانش، تعقل و درک عمومی برای کیفیت زندگی سیاسی ضروری است، اما کافی نیست. جامعه به نهادهایی هم نیاز دارد که تصمیم درست را ممکن و سوءاستفاده را دشوار کنند. شهروند آگاه بدون امکان عمل، محصور می‌ماند؛ نهاد انتخابی بدون اطلاعات آزاد، تهی می‌شود. رهایی از پیوند توان فکری و امکان نهادی پدید می‌آید.

در اقتصادهای متکی به منابع طبیعی، یک خطر قابل تصور این است که صاحبان قدرت بتوانند درآمد عمومی را بدون پاسخ‌گویی کافی در اختیار شبکه‌های وفاداری و اجبار بگذارند. این خطر سرنوشت قطعی همهٔ کشورهای دارای نفت و گاز نیست؛ کیفیت نهادها تعیین‌کننده است. پیشنهاد من انتشار شفاف درآمدها و قراردادها، نظارت پارلمانی و حسابرسی مستقل است تا ثروت ملی پشتوانهٔ شهروند باشد، نه ابزار خریدن سکوت او.

پادشاهی مشروطه در خدمت رهایی

من از پادشاهی مشروطه‌ای دفاع می‌کنم که مشروعیتش به انتخاب آزاد مردم و قانون اساسی وابسته باشد. همهٔ قدرتِ تصمیم‌گیر دربارهٔ زندگی عمومی باید مستقیم یا غیرمستقیم از رأی مردم سرچشمه بگیرد، محدود و پاسخ‌گو باشد و امکان اصلاح و تغییر آن وجود داشته باشد. هیچ نهاد یا شخصی نباید با ادعای حق تاریخی، دینی یا نجات‌بخشی، خود را بالاتر از شهروند و قانون قرار دهد.

برای دقت باید میان «انتخاب مردم دربارهٔ شکل نظام» و «انتخاب دوره‌ای همهٔ منصب‌ها» فرق گذاشت. در نمونهٔ سوئد، مقام پادشاه بر قواعد جانشینی استوار است، اما وظایفی نمایندگی دارد و فاقد قدرت سیاسی است؛ دولت و پارلمان در سازوکار دموکراتیک عمل می‌کنند. [۷] این مثال توضیح یک امکان نهادی است، نه نسخه‌ای که بتوان بی‌بحث به ایران منتقل کرد.

اگر مقصود از انتخابی‌بودنِ سراسر نظام، انتخاب خودِ پادشاه نیز باشد، آن صورت‌بندی باید صریحاً در پیشنهاد قانون اساسی تعریف شود. قواعد انتخاب یا جانشینی، مدت و حدود نقش، بودجه، نظارت و شیوهٔ تغییر نهاد پادشاهی باید موضوع تصمیم آزاد مردم و نمایندگان مؤسس آنان باشد. در هر صورت، جوهر خواست من روشن است: تاج نمی‌تواند راه بازگشت فرمانروایی خودسرانه شود.

جنبش شیر و خورشید، در تلقی من، زمانی به آرمان رهایی وفادار می‌ماند که جمهوری‌خواه، منتقد پادشاهی و مخالف سیاسی نیز در ایران آینده صاحب حق باشند. پشتیبانی من از شاهزاده رضا پهلوی، حمایت از فرصتی برای همگرایی و گذار است؛ جایگزین رضایت مردم نیست. رهایی باید نهادی بسازد که حتی محبوب‌ترین رهبر نیز نتواند حق پرسیدن را از شهروند بگیرد. [۱، ۲، ۵]

۲. اقتصاد رهایی؛ تبدیل ظرفیت انسان به فرصت

آزادیِ آغازکردن

اقتصاد رهایی از پرسشی ساده آغاز می‌شود: آیا انسان می‌تواند ایدهٔ خود را به کار، خدمت، محصول و درآمد تبدیل کند؟ جوانی که طرحی برای یک شرکت دارد، پژوهشگری که می‌خواهد یافته‌اش را کاربردی کند و زنی که قصد تأسیس کسب‌وکار دارد، باید با معیارهای روشن و برابر روبه‌رو شوند. وابستگی سیاسی، تأیید عقیدتی یا رابطه با صاحب قدرت نباید دروازهٔ ورود به اقتصاد باشد.

من از اقتصاد رقابتی و رو به جهان دفاع می‌کنم؛ اقتصادی که در آن تلاش، دانش، مدیریت و خلاقیت مجال نتیجه‌دادن داشته باشند. استارتاپ فقط یک واژهٔ مد روز نیست. می‌تواند صورت تازه‌ای از حل مسئله باشد: بهبود یک خدمت، کاهش اتلاف، یافتن بازار و پیوند مهارت‌های پراکنده. اما هر ایده‌ای موفق نمی‌شود. آزادی اقتصادی باید هم امکان آغاز بدهد و هم راه شکستِ قانونی، آموختن و آغاز دوباره را باز بگذارد.

آزادی تأسیس شرکت نیز به معنای معافیت از استاندارد نیست. در حوزه‌ای مانند درمان، ایمنی بیمار؛ در تولید، سلامت کارگر و محیط‌زیست؛ و در خدمات مالی، حقوق مشتری اهمیت دارد. قاعدهٔ خوب، خطری مشخص را با هزینه‌ای متناسب مهار می‌کند. قاعدهٔ بد، تنها رانت و امتیاز می‌سازد. رهایی اقتصادی به پالایش مقررات نیاز دارد، نه ستایش خودکارِ هر مقررات‌زدایی.

رقابت با مسئولیت اجتماعی

جامعه باید تمامیت و انسجام خود را حفظ کند. اقتصادی که امکان رشد را به گروهی محدود می‌دهد و بخش بزرگی از مردم را از آموزش، درمان و زندگی شرافتمندانه محروم می‌کند، زمینهٔ همکاری پایدار را فرسوده می‌سازد. در مقابل، اقتصادی که ابتکار و موفقیت را مجازات کند نیز توان تولید و بهبود زندگی را کاهش می‌دهد. مسئله، ساختن رابطه‌ای سازنده میان آزادیِ فعالیت و مسئولیتِ مشترک است.

در پیشنهاد من، مالکیتِ امن، قراردادِ قابل اجرا، رقابت منصفانه، مالیات روشن و خدمات عمومیِ قابل اتکا باید کنار هم قرار گیرند. حمایت از فرد آسیب‌پذیر نباید به وابسته‌کردن سیاسی او تبدیل شود؛ حمایت از بنگاه نیز نباید پوششی برای حفظ انحصار باشد. یاری عمومی باید با معیارهای قابل دفاع، هزینهٔ آشکار و امکان ارزیابی همراه باشد.

حقوق کارگر، آزادی تشکل، ایمنی محیط کار و دسترسی به دادخواهی، موانع ذاتیِ تولید نیستند؛ بخشی از نظم مورد نظر من برای یک اقتصاد آزادند. کارفرما نیز باید با قانونِ قابل پیش‌بینی و دستگاه اداری پاسخ‌گو روبه‌رو باشد. وقتی اختلاف کار و سرمایه از راه گفت‌وگو، قرارداد و داوری حل شود، جامعه کمتر ناچار است هر اختلافی را به نبردی برای بقای یک طرف تبدیل کند.

واژهٔ «انسجام» نباید بهانهٔ خاموش‌کردن اعتراض اقتصادی شود. اعتراض به دستمزد، فساد یا تخریب محیط‌زیست می‌تواند به اصلاح کمک کند. حفظ جامعه یعنی حفظ ظرفیت حل اختلاف؛ نه جلوگیری از آشکارشدن اختلاف. هیچ گروهی، چه دولتی و چه خصوصی، نباید سود خود را با انتقالِ پنهان هزینه به دیگران تضمین کند.

سرمایه‌داریِ نقدپذیر و دولتِ محدود به وظیفه

مخالفت من با سرمایه‌داری‌ستیزیِ دگم از آن روست که نفیِ تولید ثروت، پاسخِ توزیع عادلانهٔ فرصت نیست. در عین حال، دفاع از اقتصاد بازار به معنای مقدس‌کردن هر نتیجهٔ بازار نیست. انحصار، فساد، آلودگی و دسترسی نابرابر به فرصت باید نقد شوند و برایشان راه‌حل ارائه شود. هر سیاست، چه دولتی و چه بازاری، باید با پیامدهایش برای زندگی انسان سنجیده شود.

دولت باید امنیت حقوقی، زیرساخت، آموزش و قواعد عمومی را جدی بگیرد و دربارهٔ مداخله‌های خود پاسخ بدهد. از سوی دیگر، جامعه باید بتواند از دولت بپرسد چرا یک مجوز لازم است، چرا یک امتیاز به شرکتی خاص داده شده و چرا بودجه‌ای بی‌نتیجه هزینه می‌شود. شفافیت فقط فضیلتی اخلاقی نیست؛ برای من بخشی از حق شهروند بر منابع و تصمیم‌های عمومی است.

ثروت طبیعی نیز باید به افزایش توان جامعه تبدیل شود: توان آموزش، پژوهش، سلامت، زیرساخت و حفاظت از محیط‌زیست. تبدیل درآمد نفت به ابزارِ وفادارسازی، با اقتصاد رهایی ناسازگار است. معیار پیشنهاد من آن است که نسل آینده نیز از سرمایهٔ ملی سهم داشته باشد و امروز بتوان دربارهٔ شیوهٔ مصرف آن پرسش کرد.

ژاپنیزاسیون و اسرائیلیزاسیون؛ آموختن، نه تقلید

وقتی از «ژاپنیزاسیون» و «اسرائیلیزاسیون» ایران سخن می‌گویم، این تعبیرها را نامِ یک آرزوی توسعه‌ای به کار می‌برم: جدی‌گرفتن دانش و کیفیت، پیوند پژوهش با کاربرد، ابتکار اقتصادی، همکاری حرفه‌ای و تعامل با جهان. اینها در این کتابچه اصطلاح‌های تحلیلیِ من‌اند؛ ادعای وجود یک الگوی یگانه یا بی‌نقص در آن کشورها نیستند.

ایران نباید نسخهٔ بدلِ هیچ سرزمینی شود. تاریخ، جمعیت، منابع، محیط‌زیست و نیازهای آن ویژگی‌های خود را دارند. باید بتوانیم از تجربه‌های سودمند بیاموزیم، هزینه‌ها و خطاهایشان را نیز ببینیم و راه‌حل را با واقعیت خود بسنجیم. نگاه به جهان وقتی رهایی‌بخش است که از دشمنیِ خودکار و شیفتگیِ بی‌پرسش هر دو عبور کند.

تصور من از ایران آینده، کشوری است که پزشک، مهندس، کارگر ماهر، هنرمند و پژوهشگرش بتوانند با همتایان جهانی خود کار کنند. همکاری با آمریکا، اروپا، اسرائیل، همسایگان و دیگر کشورها باید با منافع روشن، احترام متقابل و استقلال تصمیم همراه باشد. ملی‌گراییِ رو به آینده، از یادگیری نمی‌ترسد و شأن خود را در انزوای دائمی جست‌وجو نمی‌کند.

رهایی را چگونه در اقتصاد بسنجیم؟

برای ارزیابی این مسیر، باید از شعار به پرسش‌های قابل پاسخ برسیم: آغاز یک فعالیت قانونی چقدر دشوار است؟ آیا مقررات برای همه یکسان اجرا می‌شوند؟ آیا خانواده می‌تواند برای آینده برنامه بریزد؟ آیا شکست کسب‌وکار به سقوطِ بی‌بازگشتِ فرد تبدیل می‌شود؟ آیا کارگر و کارفرما راهِ منصفانه‌ای برای حل اختلاف دارند؟

این پرسش‌ها پیشنهادِ معیارند، نه گزارش آمار امروز ایران. پاسخ دقیق به داده نیاز دارد. اقتصاد رهایی در نگاه من اقتصادی است که انسان در آن فقط نیروی مصرف یا موضوعِ فرمان نباشد؛ صاحب ابتکار، شریکِ تولید و برخوردار از حقی روشن در زندگی مشترک باشد.

۳. سیاست رهایی؛ قدرتی که بتوان آن را اصلاح کرد

آزادیِ تصمیم و مسئولیتِ بازبینی

انسان رها می‌تواند تصمیم بگیرد، از تصمیم خود دفاع کند و هنگامی که شواهد یا پیامدها خطا را نشان دادند، آن را بازبینی کند. این توانایی در سیاست اهمیت دوچندان دارد؛ زیرا هزینهٔ اشتباهِ صاحب قدرت را دیگران نیز می‌پردازند. سیاستمداری که تغییر نظر را همیشه شکست حیثیتی بداند، ممکن است جامعه را برای حفظ تصویر خویش در مسیر خطا نگه دارد.

آزادی تضمین نمی‌کند که هر تصمیمی درست باشد. ارزش آن در گشودن امکانِ رقابتِ نظرها، آشکارشدن خطا و اصلاح تصمیم است. آزادی رسانه، دسترسی به اطلاعات، مخالفت قانونی و گردش قدرت ابزارهایی برای همین کارند. جامعه نباید برای اصلاح یک سیاست، هر بار ناچار شود تمام نظم سیاسی را بشکند.

در نوشتهٔ پیشینم دربارهٔ پیروزی پارلمانی، معیار را حقِ باقی‌ماندنِ مخالف در میدان سیاست قرار داده‌ام. [۲] همین معیار در اینجا نیز راهنماست: پیروزی من زمانی متمدنانه است که شکست‌خوردهٔ امروز بتواند فردا با برنامه‌ای بهتر دوباره رقابت کند. هیچ اکثریتی حق ندارد راهِ تبدیل‌شدن به اقلیت را برای خود ببندد.

بیشترین دوست، کمترین دشمنِ غیرضروری

سیاست رهایی باید عمل‌گرا، برخوردار از چارچوب نظری و حساس به واقعیت باشد. من از گسترش دوستی‌ها و کاهش دشمنی‌های غیرضروری دفاع می‌کنم. اختلاف نظر، رقابت اقتصادی، نقد تاریخی و دشمنیِ فعال یک چیز نیستند. اگر همه را دشمن بنامیم، هم توان همکاری را از دست می‌دهیم و هم تشخیص تهدیدِ واقعی دشوارتر می‌شود. [۴]

گفت‌وگو به معنای نادیده‌گرفتن خطر نیست. در برابر بازیگری که به حقوق دیگران تعرض می‌کند، باید توان حفاظت، مستندسازی، پاسخ‌گویی و بازدارندگیِ متناسب وجود داشته باشد. تعبیرِ «گرفتن زهرِ دشمنی» در زبان من یعنی کاهش توان آسیب‌رسانی و ایجاد شرایطی که رفتار خصمانه امکان یا انگیزهٔ کمتری پیدا کند؛ نه تحقیر انسان، انتقام شخصی یا بیرون‌راندن گروهی از حیات اجتماعی.

سیاستی که پیوسته دشمن تازه می‌آفریند، باید بررسی شود: آیا واقعاً تهدیدی را کاهش داده یا فقط انزوای ما را بیشتر کرده است؟ بااین‌حال، رضایتِ همه نیز معیار درستیِ سیاست نیست. دفاع از آزادی زنان یا برابری شهروندان ممکن است مخالفتِ صاحبان امتیاز را برانگیزد. هدف، حذف اختلاف نیست؛ جلوگیری از تبدیلِ بی‌دلیلِ اختلاف به خصومت و خشونت است.

انقلاب در مناسبات، استمرار در زندگی

جنبش شیر و خورشید را جنبشی انقلابی می‌دانم، زیرا خواهان عبور بنیادین از مناسباتی است که دین و ایدئولوژیِ حاکم را بر حقِ شهروند مقدم می‌گذارند. انقلابِ مطلوب من باید راهِ آزادی و قانون را باز کند. هر اندازه تغییر سیاسی عمیق باشد، بیمارستان، آب، برق، مدرسه و زندگی روزمره همچنان به اداره و مراقبت نیاز دارند.

از این رو، آمادگی برای گذار بخشی از آرمان رهایی است. باید دربارهٔ استمرار خدمات عمومی، حفاظت از اسناد و اموال عمومی، پاسخ‌گویی نهادهای مسلح، استقلال دادگستری و امنیتِ همهٔ شهروندان اندیشید. این موارد در اینجا پیشنهادهای من‌اند، نه گزارش توافقی نهایی یا برنامه‌ای که به نام دیگران تصویب شده باشد.

خشمِ دادخواهانه را نباید با انتقامِ جمعی یکی گرفت. مسئولیت کیفری باید فردی، مبتنی بر شواهد و همراه با حق دفاع باشد. وابستگانِ یک متهم، هم‌مذهبان او یا مردمی که زمانی برداشت سیاسی دیگری داشته‌اند، به صرف این نسبت‌ها مجرم نیستند. رهایی یعنی پایان‌دادن به منطقی که ابتدا برچسب می‌زند و سپس انسان را از حق محروم می‌کند.

رهبری، سازمان و رأی مردم

حمایت من از شاهزاده رضا پهلوی با انتظارِ همگرایی، مسئولیت و حرکت به سوی انتخاب آزاد مردم همراه است. رهبریِ مؤثر باید امکان کارِ مشترک را بیشتر کند: اختلاف‌ها را بشنود، از تخصص استفاده کند، تقسیم کار بسازد و مسئولیت تصمیم‌ها را روشن نگه دارد. محبوبیت زمانی به آینده خدمت می‌کند که به نهاد و اعتمادِ قابل دوام تبدیل شود.

جنبش ملی نمی‌تواند از همه بخواهد پیش از همکاری، دربارهٔ همهٔ مسائل یکسان فکر کنند. یک جمهوری‌خواهِ دموکرات می‌تواند با یک پادشاهی‌خواهِ مشروطه برای حق انتخاب آزاد همکاری کند و در همه‌پرسی به گزینه‌ای متفاوت رأی دهد. این اختلاف، شکستِ همبستگی نیست؛ بخشی از همان آزادی است که همکاری برای آن شکل گرفته است. [۱، ۲، ۵]

اصلِ تمامیت ارضی و تعلق ملی نیز باید با حقوق برابر و مشارکت واقعی معنا پیدا کند. ایران خانهٔ مشترک مردمی با زبان‌ها، باورها و سبک‌های زندگی متفاوت است. وحدت، زمانی پایدار می‌شود که شهروند احساس کند صدایش شنیده می‌شود و حقوقش در هیچ منطقه و با هیچ هویتی کوچک‌تر نیست. ملت‌شدن، تمرینِ زندگی مشترک در عین تفاوت است.

سیاست خارجی برای زندگی بهتر

در سیاست خارجی، منافع ملی را با دشمنیِ دائمی تعریف نمی‌کنم. کشور باید بتواند همکاری کند، اختلاف را از راه مذاکره مدیریت کند و در برابر تهدید واقعی از شهروندانش حفاظت کند. اعتبار تعهدات، زبان روشن و شناخت منافع طرف مقابل، بخشی از توان سیاسی‌اند. دوستی با جهان باید در امنیت، دانش، فرصت و رفاه مردم بازتاب پیدا کند.

نقد من به غرب‌ستیزی و صدور دشمنی از همین معیار برمی‌خیزد. سیاست خارجی نباید شهروند را به هزینه‌ای فرعی برای آرمانِ ایدئولوژیک حاکمان تبدیل کند. ایرانیِ رها باید بتواند با مردم جهان رابطه داشته باشد، سفر کند، بیاموزد، تجارت کند و بی‌آنکه هویت ملی‌اش را کنار بگذارد، شریکِ ساختن آینده‌ای مشترک شود.

۴. روان‌شناسی رهایی؛ امنیتِ سخن‌گفتن و توانِ زیستن

وقتی زندگی صرفِ پیش‌بینیِ مجازات می‌شود

یکی از سنگین‌ترین صورت‌های فشار، ترسی است که پیش از هر جمله از انسان می‌پرسد: اگر این حرف را بزنم چه خواهد شد؟ فرد ممکن است در جمع حاضر باشد اما امکانِ بیانِ خود نداشته باشد. ممکن است گفت‌وگو کند، اما پیوسته بخشی از تجربه و دغدغهٔ خویش را پنهان نگه دارد. در چنین وضعی، انرژی‌ای که می‌توانست صرف آموختن و آفریدن شود، به مراقبت دائمی از خطر اختصاص می‌یابد.

این توصیفِ اجتماعی را نباید به تشخیص بالینیِ همهٔ شهروندان تبدیل کرد. ترس در شرایط تهدید واقعی می‌تواند واکنشی قابل فهم باشد. واژه‌هایی مانند اضطراب، افسردگی یا پارانویا معنای بالینی دارند و با مشاهدهٔ مخالفت سیاسی یا نگرانیِ یک فرد نمی‌توان برای او تشخیص گذاشت. رهایی، در این بحث، مطالبهٔ شرایطی است که فشار و تهدیدِ قابلِ پیشگیری را کمتر کند.

سازمان جهانی بهداشت سلامت روان را حاصلِ تعامل عوامل فردی، خانوادگی، اجتماعی و ساختاری می‌داند؛ فقر، خشونت و نابرابری می‌توانند از عوامل خطر باشند و روابط حمایتی، آموزش و کارِ شایسته از عوامل محافظت‌کننده. هیچ عامل واحدی سرنوشت روانیِ همهٔ افراد را تعیین نمی‌کند. [۸] بنابراین آزادیِ اجتماعی برای من ارزشی بنیادی دارد، اما آن را درمانِ خودکارِ همهٔ رنج‌های روانی نمی‌نامم.

خودفرمانی همراه با رابطه

روان‌شناسی رهایی بر آزادی و مسئولیت‌پذیری استوار است. انسان باید بتواند دربارهٔ زندگی خویش تصمیم بگیرد و در عین حال بداند که با دیگران در ارتباط است. استقلال، انکار نیاز به دیگری نیست. کمک‌خواستن، دوستی، همکاری و پذیرفتنِ حمایت می‌توانند بخشی از توانمندی باشند، نه نشانهٔ شکست آن.

خودفرمانی در زندگی روزانه تمرین می‌شود: توان گفتنِ «نمی‌دانم»، امکان مخالفت بدون تحقیر، حقِ انتخاب مسیر حرفه‌ای و آزادیِ اصلاح یک تصمیم. خانواده، مدرسه، محل کار و گروه سیاسی هر یک می‌توانند این توان را پرورش دهند یا تضعیف کنند. جنبشی که از آزادی سخن می‌گوید، باید در روابط درونیِ خود نیز به انسان اجازهٔ پرسیدن و نفس‌کشیدن بدهد.

اعتمادبه‌نفسِ مسئولانه با ادعای شکست‌ناپذیری فرق دارد. می‌توانم توانایی‌های خود را بشناسم و محدودیت‌هایم را نیز بپذیرم. می‌توانم از حق خود دفاع کنم و در همان حال از متخصص، دوست یا همکار کمک بگیرم. انسانی که مجبور نیست برای حفظ منزلت، همیشه تظاهر به قدرت کند، فرصت بیشتری برای یادگیری و بازسازی دارد.

تنهایی، فشار و مصرف مواد

در بیان رنج اجتماعی باید از رابطه‌های ساده و قطعی پرهیز کرد. اختناق می‌تواند به انزوا و فشار دامن بزند، اما همهٔ افرادی که تنها یا تحت فشارند به مصرف زیان‌بارِ مواد روی نمی‌آورند؛ و همهٔ مشکلاتِ مصرف نیز یک علت سیاسی یا اجتماعی واحد ندارند. سازمان جهانی بهداشت توضیح می‌دهد که استرس مزمن ممکن است مصرف الکل، دخانیات و دیگر مواد را افزایش دهد و مشکلات سلامت را تشدید کند. [۹]

نتیجهٔ سیاسیِ مورد نظر من، سرزنش فردِ درگیرِ مصرف نیست. جامعه باید امکان شنیده‌شدن، حمایت اجتماعی و دسترسی به مراقبت را گسترش دهد. اگر انسانی برای تحمل درد به راهی زیان‌بار پناه برده است، تحقیر او درد را توضیح نمی‌دهد و راهِ بازگشت نمی‌سازد. رهایی باید برای فردِ آسیب‌دیده نیز افق داشته باشد.

در نوشته‌ام دربارهٔ فشار اجتماعی نیز تأکید کرده‌ام که همبستگی می‌تواند پشتیبان باشد، اما مشارکت سیاسی درمان تضمین‌شده نیست. [۳] فعالیت زیر تهدید ممکن است خود با آسیب، اضطراب و سوگ همراه شود. مسئولیتِ جمع، توجه به ظرفیت واقعی انسان‌هاست؛ هیچ‌کس نباید برای اثباتِ وفاداری، خستگی یا نیاز به مراقبت خود را پنهان کند.

شادی، بدن و زندگی عمومی

جامعهٔ رها باید بتواند جشن بگیرد، موسیقی بشنود، ورزش کند، برقصد و فضای عمومی را محلِ ملاقات بداند. شادی امتیازی نیست که حکومت برای فرمان‌برداران توزیع کند. حق انتخاب پوشش، رابطه، تفریح و بیان هنری بخشی از کرامت انسان است؛ تا جایی که حقوق و رضایت دیگران رعایت می‌شود.

در عین حال، شادیِ اجباری نیز بیگانه با رهایی است. انسانِ سوگوار، تنها یا خسته حق دارد حالِ دیگری داشته باشد. جامعهٔ سالم فقط برای چهرهٔ خندان جا ندارد؛ باید بتوان در آن از درد سخن گفت و بی‌شرم کمک گرفت. جشن و دادخواهی، امید و سوگ، می‌توانند در زندگی یک ملت کنار هم باشند.

زنانی که می‌خواهند آزادانه در جامعه حاضر شوند، جوانانی که موسیقی و هنر می‌آفرینند و شهروندانی که شکلِ زندگی خویش را برمی‌گزینند، موضوعِ فرعیِ سیاست نیستند. زندگیِ آنان همان جایی است که آزادی باید تحقق یابد. دولتی که مدعی عظمت ملی است اما از شادی و اختیارِ شهروند می‌ترسد، هنوز انسان را در خدمت تصویرِ قدرت می‌بیند.

شجاعت، سوگ و ارزش جان

ایستادن در برابر سرکوب می‌تواند برای انسان معنای اخلاقیِ عمیقی داشته باشد. آن «نه» بزرگ به تحجر و خودکامگی، اعلامِ این است که شهروند، خود را فقط موضوعِ فرمان نمی‌داند. من شجاعتِ کسانی را که برای آزادی هزینه داده‌اند، بخش مهمی از حافظهٔ ملی می‌دانم. اما گلوله و زخم را نباید زیبا کرد؛ آسیب، درد دارد و ازدست‌رفتنِ جان، فقدانی جبران‌ناپذیر است.

ارزشِ آرمان رهایی در ارزشی است که برای زندگی انسان قائل می‌شود. مسئولیتِ ما حفظِ جان، حمایت از بازماندگان، مراقبت از مجروحان و ادامهٔ دادخواهی است. زنده‌ماندن، درمان‌شدن، استراحت‌کردن و دوباره ساختن، همگی می‌توانند صورت‌هایی از وفاداری به آزادی باشند. شجاعت را نباید با بی‌اعتنایی به زندگی اشتباه گرفت.

آزادیِ پایدار زمانی معنا پیدا می‌کند که دیگر هیچ شهروندی برای گفتنِ اندیشه‌اش ناچار نباشد میان خاموشی و خطرِ مرگ انتخاب کند. مقصدِ مبارزه، جامعه‌ای است که در آن توانِ زیستن از توانِ تحملِ درد مهم‌تر شود؛ جامعه‌ای که قهرمانانش نیز فرصتِ زندگی معمولی داشته باشند.

۵. از آرمان رهایی تا رفتار و نهاد

چهار بُعد این کتابچه از هم جدا نیستند. فلسفهٔ نقدپذیر به سیاستِ اصلاح‌پذیر نیاز دارد؛ اقتصادِ خلاق به امنیت حقوقی و آموزش؛ و سلامت روان به روابط و شرایطی که انسان را پیوسته تهدید نکنند. اگر یکی را به بهای نابودی دیگری بخواهیم، رهایی ناقص می‌ماند.

در سطح فردی، می‌توان از پرسش‌هایی نزدیک آغاز کرد: کدام باور من از بررسیِ دوباره مصون مانده است؟ در برابر کدام مسئله فقط خشم نشان می‌دهم و هنوز پیشنهادی ندارم؟ با چه کسی می‌توانم، با وجود اختلاف، همکاری کنم؟ چه مهارتی باید بیاموزم و در کجا باید کمک بخواهم؟ این پرسش‌ها جای تغییر سیاسی را نمی‌گیرند؛ بخشی از آمادگیِ انسانی برای آن‌اند.

در سطحِ جمعی، گروهِ آزادی‌خواه باید هدف روشن، تقسیم مسئولیت، حساب مالی شفاف و راهِ حل اختلاف داشته باشد. نقد اعضا نباید به پرونده‌سازی تبدیل شود. کسی که مسئولیتی می‌پذیرد باید دربارهٔ نتیجه پاسخ بدهد؛ کسی که اشتباه می‌کند باید امکان اصلاح داشته باشد. جنبشِ خواهانِ فردای آزاد، از امروز کیفیتِ روابط خود را تمرین می‌کند.

در سطح ملی، معیارهای پیشنهادیِ زیر می‌توانند فاصلهٔ شعار و عمل را آشکار کنند. این جدول برنامهٔ رسمی هیچ شخص یا سازمانی نیست؛ صورت‌بندیِ من از پرسش‌هایی است که باید در برابر هر مدعیِ قدرت قرار گیرند.

عرصه	معنای رهایی	آزمونِ عملی
اندیشه	حق پرسیدن و تغییر باور	آیا منتقدِ دین، حکومت و رهبر محبوب ما امنیت و حق انتشار دارد؟
سیاست	قدرت محدود و اصلاح‌پذیر	آیا انتخابات واقعی، حق مخالفت و انتقال مسالمت‌آمیز قدرت تضمین می‌شود؟
اقتصاد	امکان آغاز و رقابت منصفانه	آیا فرد بدون رابطه و تأیید عقیدتی می‌تواند کار کند و دادخواهی داشته باشد؟
جامعه	تعلق ملی همراه با برابری	آیا حقوق شهروند مستقل از جنسیت، باور، زبان و سبک زندگی حفاظت می‌شود؟
روان و زندگی	امنیت، ارتباط و امکان مراقبت	آیا انسان می‌تواند حرف بزند، کمک بگیرد، شادی کند و از آسیب بهبود یابد؟

این معیارها باید دربارهٔ خودِ ما نیز اجرا شوند. اگر آزادی فقط هنگامی پسندیده باشد که به سود جریانِ ما تمام می‌شود، هنوز به رهایی نرسیده‌ایم. اگر قانون تنها بر مخالف سخت بگیرد، هنوز از خودسری عبور نکرده‌ایم. اگر رشد اقتصادی با تحقیرِ محروم همراه شود، هنوز جامعه را خانهٔ مشترک ندانسته‌ایم.

«پهلوی پلاس» در تداومِ نوشته‌های من، نامِ پیوندِ تجربهٔ نوسازی با تضمین‌های بیشترِ آزادی، تکثر و حاکمیت مردم است. [۱، ۵] این تعبیر زمانی ارزش دارد که به رفتار و نهاد تبدیل شود. نام‌ها می‌توانند الهام‌بخش باشند؛ اما کیفیتِ فردا را قواعدِ قدرت، کارِ پیوسته و مسئولیتِ شهروندان تعیین می‌کنند.

سخن پایانی؛ رهایی برای زندگی

برای من، رهایی آرمانی مرکزی در زندگی انسان است: توانِ اندیشیدن بدون ترس، سخن‌گفتن بدون خفگی، کارکردن بدون تحقیر، دوست‌داشتن بدون اجبار و مشارکت در سرنوشتی که به زندگی ما شکل می‌دهد. این آرمان با کوششِ شخصی آغاز می‌شود، اما در تنهایی به ثمر نمی‌رسد. به دیگران، به قانون، به فرصت و به نهادهای قابل اعتماد نیاز دارد.

جنبش شیر و خورشید را از این دریچه می‌فهمم: حرکتی برای پس‌گرفتن حقِ زندگی از مناسباتِ بسته و ساختنِ ایرانی که ظرفیت انسان‌هایش را آزاد کند. حمایت من از شاهزاده رضا پهلوی و پادشاهی مشروطه، در همین چشم‌انداز قرار دارد؛ ایرانِ مستقل، سکولار، آزاد، مرفه و متصل به جهان، با رأی مردم و حقوق برابرِ همهٔ شهروندان.

اقتدارِ مطلوب من، توانِ حفاظت و ادارهٔ کشور در چارچوب قانون است. احترامِ مطلوب من، احترامی است که از کار و مسئولیت برمی‌خیزد. وحدتِ مطلوب من، همکاریِ انسان‌های متفاوت در یک خانهٔ مشترک است. چنین ایرانی به جسارت نیاز دارد، اما جسارتی که بتواند بیاموزد؛ به انضباط نیاز دارد، اما انضباطی که خلاقیت را نکشد؛ و به امید نیاز دارد، اما امیدی که مسئولیتِ ساختن را بر دوش بگیرد.

ما حق داریم از آنچه بر ما گذشته است خشمگین باشیم. حق داریم نقدی تند و روشن داشته باشیم و در برابر خودکامگی استوار بایستیم. اما آینده را تنها با نفی نمی‌توان ساخت. باید نشان دهیم چگونه می‌خواهیم اختلاف را مدیریت کنیم، اقتصاد را زنده کنیم، زخم را درمان کنیم و قدرت را پاسخ‌گو نگه داریم.

اگر از رهایی سخن می‌گویم، برای آن است که انسان بتواند زندگی کند؛ با تمام ظرفیتِ فکر، آفرینش، دوستی و عشقش. ایرانِ رها را باید چنان ساخت که شهروند برای یک زندگی شرافتمندانه، ناچار به قهرمانیِ دائمی نباشد. آزادی زمانی به خانه رسیده است که بتوان آن را در روزمرگیِ آرام و امیدوارِ مردم دید.

دکتر پیمان بخشایش

منابع و یادداشت روش

این کتابچه بر پایهٔ گفتار و دیدگاه‌های ارائه‌شدهٔ نویسنده در ۶ نوامبر ۲۰۲۶ تدوین شده است. پیشگفتار، روایت شخصی است. تفسیرهای سیاسی و اقتصادی و معیارهای پیشنهادی، موضعِ نویسنده‌اند و به‌عنوان نتیجهٔ یک پژوهش تجربی یا برنامهٔ رسمیِ دیگران ارائه نشده‌اند. برای پیوستگیِ فکری، متن آثار مرتبط در گوگل‌درایو و وب‌سایت نویسنده خوانده شد؛ برای گزاره‌های حقوقی و سلامت روان، منابع زیر بررسی شدند. ارجاعات حقوقی، مبنای مقایسهٔ هنجاری‌اند و جایگزین تدوین قانون اساسی ایران نیستند.

۱. پیمان بخشایش. «پهلوی پلاس؛ راهی برای عبور از گذشته و ساختن آینده»، با سرعنوان «اَشِدّاءُ عَلَی جمهوری اسلامی و رُحَماءُ بَینَ اپوزیسیون». نسخهٔ Word در آرشیو شخصی گوگل‌درایو؛ فایل «F1092__مقاله_پهلوی_پلاس_پیمان_بخشایش.docx». متن برای تداومِ دیدگاه نویسنده دربارهٔ نوسازی، تکثر و همکاری بررسی شد. پیوند خصوصیِ فایل در نسخهٔ عمومی درج نشده است.

۲. پیمان بخشایش. «مفهوم پیروزی در عصر جدید سیاسی ایران؛ از پیروزی قهری تا پیروزی پارلمانی». تاریخ درج‌شده در متن: ۷ ژوئن ۲۰۲۶. نسخهٔ Word در آرشیو گوگل‌درایو؛ برای حقِ حضورِ مخالف، انتقال قدرت و پیروزیِ قانون‌مدار. پیوند خصوصی در نسخهٔ عمومی درج نشده است.

۳. پیمان بخشایش. «فشار اجتماعی و سیاسی». ۵ نوامبر ۲۰۲۶. مقالهٔ فارسی مصور؛ به‌ویژه بحث فشار، همبستگی، مراقبت و حدودِ استنباط روان‌شناختی. متن عمومی مقاله

۴. پیمان بخشایش. «دشمنی؛ دوستیِ گسترده و مسئولیتِ ساختن آینده». ۵ نوامبر ۲۰۲۶. برای تمایز مخالفت و دشمنی، گسترش همکاری و پیوستگیِ روایت زندگی. متن عمومی مقاله

۵. Peyman Bakhshayesh. «Nation Building: Pahlavi Plus, equal citizenship and the constitutional reconstruction of Iran». ۱۵ اکتبر ۲۰۲۶. برای پیوند نوسازی، حقوق برابر و محدودیت قدرت. متن عمومی مقاله

۶. کمیتهٔ حقوق بشر سازمان ملل. «تفسیر عمومی شمارهٔ ۳۴؛ مادهٔ ۱۹: آزادی عقیده و بیان». سند ۱۲ CCPR/C/GC/34، سپتامبر ۲۰۱۱؛ به‌ویژه بندهای ۳۸ و ۴۸. برای نقد مقامات، نقد آموزه‌های دینی و حدودِ متمایزِ تحریک به تبعیض، خصومت یا خشونت. متن سند

۷. پارلمان سوئد، Sveriges riksdag. «The Constitution». برای منشأ مردمیِ قدرت، نقش پارلمان و دولت، وظایف نمادینِ پادشاه و قواعد جانشینی. نمونهٔ تطبیقی است و به معنای یکسان‌بودن همهٔ پادشاهی‌های مشروطه نیست. صفحهٔ رسمی

۸. سازمان جهانی بهداشت. «Mental health». برای تعاملِ عوامل فردی، اجتماعی و ساختاری، عوامل خطر و محافظت و پرهیز از توضیحِ تک‌علتی. صفحهٔ رسمی

۹. سازمان جهانی بهداشت. «Stress: Questions and answers». برای آثار عمومی استرس، تفاوت واکنش افراد و رابطهٔ احتمالیِ استرس مزمن با افزایش مصرف مواد. صفحهٔ رسمی

تاریخ بررسی منابع: ۶ نوامبر ۲۰۲۶. تصویر جلد، تصویرسازی نمادینِ تولیدشده با هوش مصنوعی است و رویداد یا اشخاص واقعی را بازنمایی نمی‌کند.