



پیشنهادهای خواندنی به دانشجویان برای روزهای گرم تابستانی

درس پنجم: کسب جمعیت از آن زلف پریشان

چگونه دور هم جمع شویم و به جای کار بیهوده، کتاب بخوانیم؟



جدید کمک بگیریم. گزارشی از این مطالعه در *Medical Humanities* منتشر شده است. منظور محققان از کتابخوانی گروهی، تجربه خواندن تعاملی با تعدادی از افراد دیگر است که با خواندن داستان‌های کوتاه، شعر و گونه‌های ادبی دیگر با صدای بلند همراه باشد. به گفته محققان دانشگاه لیورپول، کمک گرفتن از ادبیات می‌تواند خاطرات ویژه و جذابی را از دوره‌های گذشته زندگی در ذهن افراد زنده کند و از همین طریق حتی تاثیر بیشتری نسبت به رفتاردرمانی شناختی در تسکین دردهای مزمن داشته باشد. درحالی‌که رفتاردرمانی شناختی به بیماران کمک می‌کند تا روش‌های سازمان‌یافته برای «مدیریت» احساسات خودشان استفاده کنند، کتابخوانی گروهی شرایطی را برای آنان فراهم می‌سازد تا بتوانند احساسات مثبت را جایگزین احساس درد کنند. محققان معتقدند که تداوم کتاب‌خوانی گروهی به مدت دو روز متوالی، شدت درد را کاهش می‌دهد و خلق و خوی افراد را به وضعیت بهتری می‌رساند.

دانشگاه هنگ کنگ در جدیدترین تحقیق خود به تحلیل عادات مطالعه بیش از سه هزار خانواده با زمینه‌های فرهنگی متفاوت پرداخته است. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد کودکانی که در برنامه‌های مطالعه گروهی شرکت می‌کنند، روابط اجتماعی قوی‌تر و مهارت‌های عاطفی، زبانی و رفتاری بهتری نسبت به کودکانی دارند که در این برنامه‌ها شرکت نمی‌کنند. همچنین آنها در یافته‌اند والدینی که همراه کودکان‌شان به مطالعه می‌پردازند استرس، اضطراب و افسردگی کمتر و اعتمادبه‌نفس بیشتری در مهارت‌های مربوط به پدر-مادر بودن‌شان نسبت به آنهایی دارند که مشارکت و تعاملی در کتابخوانی ندارند. به گفته سرپرست این مطالعه «شاید برخی والدین از اهمیت کتابخوانی با صدای بلند برای فرزندان‌شان آگاه‌نباشند یا شاید با وجود آگاهی به این مهم به دلیل کمبود وقت و مضیقه مالی نتوانند برای کودکان‌شان کتاب بخردند یا تکنیک‌های مطالعه تعاملی که بزرگ‌ترین تاثیر را بر رشد و توسعه رفتاری، عاطفی و شناختی دارد، بیگانه‌باشند. اما خواندن کتاب برای کودکان تنها به این معنا نیست که کودکی باهوش تربیت کنیم، بلکه برای این است که کودکی شاد و رابطه فرزند-والدینی مطلوبی داشته‌باشیم.» کارولین کیستین، محقق و متخصص کودکان در دانشگاه بوستون نیز می‌گوید: «هرروز نتایج تازه‌ای در مورد اینکه برنامه‌های یادگیری زودهنگام در سلامت والدین و کودکان صرف‌نظر از نژاد، جنسیت و درآمد خانواده‌ها نقش مهمی دارد، منتشر می‌شود. داشتن تجربیات مشترک، گذراندن زمان با یکدیگر، نشست‌کنار هم و ایجاد ارتباط بین کتاب و زندگی روزمره در مطالعه گروهی حائز اهمیت بسیاری است.»

غالباً این‌طور در عرف جامعه مطرح شده که کتاب مربوط به دوران خلوت و تنهایی انسان است. این فرضیه هرچند درست است، اما می‌توان اجتماعاتی ساخت که در آنها پیرامون یک موضوع که مربوط به خلوت آدمی است، صحبت شود، از جمله این جمع‌ها گروه‌های کتابخوانی جمعی است. اگر چند نفر دوست یا آشنا دارید که کتاب خواندن علاقه دارند و حدس می‌زنید علائق مشترک داشته‌باشید، می‌توانید با هم یک گروه کتابخوانی تشکیل بدهید. در واقع هر جمعی که در کنار هم کتاب می‌خوانند یک گروه کتابخوانی هستند. این گروه می‌تواند خصوصی یا عمومی باشد. در گروه خصوصی افراد محدودند و فضا خصوصی‌تر است، اما حلقه‌های عمومی هم وجود دارد که هر کسی متمایل باشد، می‌تواند در آنها شرکت کند. گروه کتابخوانی لازم نیست فرآیند پیچیده‌ای داشته‌باشد. برای شروع کتابخوانی جمعی و گروهی، لازم است یک کتاب انتخاب و یک زمان را مشخص کنید. همه اعضای گروه، کتاب را از ابتدای زمان مشخص شده تا پایان زمان آن بخوانند و بعد در یک جلسه نقد و بررسی دور هم جمع شوید و درباره کتاب صحبت کنید. خیلی از اوقات در همین گفت‌وگوها هم افزایی اتفاق می‌افتد و جواب خیلی از سوال‌ها معلوم می‌شود. ضمن اینکه خیلی از کتاب‌ها هستند که به تنهایی حوصله خواندن‌شان را ندارند. ما داریم یا خیلی از اوقات نیاز به یک نیروی محرکه برای شروع کتاب خواندن داریم. این گروه می‌تواند نقش محرک را ایفا کند. وقتی در کنار افراد دیگر قرار می‌گیریم، یک انگیزه جدید برای خواندن کتاب پیدا می‌کنیم. در ابتدای راه مهم‌ترین موضوع تشکیل شدن گروه کتابخوانی است. بنابراین با کتابی که همه سران توافق دارند کار را شروع کنید. اما برای ادامه مسیر چند پیشنهاد داریم: توصیه می‌کنیم یک لیست کتاب تهیه کنید و زمان خواندن هر کتاب معلوم باشد. این کار به نظم و ترتیب گروه و تداوم تشکیل آن کمک می‌کند، به عنوان مثال می‌توانید کتاب‌های یک‌سال یا ۶ ماه آینده حلقه را در یک جلسه تعیین کنید. بنابر گفته روانشناسان، کتاب‌خوانی گروهی مزایای زیادی برای خوانندگان دربر دارد و قادر خواهد بود احساسات مثبت را جایگزین احساسات منفی برای افراد کند. میلیون‌ها نفر در سراسر جهان از دردهای مزمن رنج می‌برند و این مشکل می‌تواند فعالیت‌های روزانه آنان را شدیداً مختل کند. با این حال، یکی از مطالعات اخیر نشان می‌دهد که برای مقابله با این مشکل باید از کتابخوانی گروهی به عنوان یک استراتژی درمانی

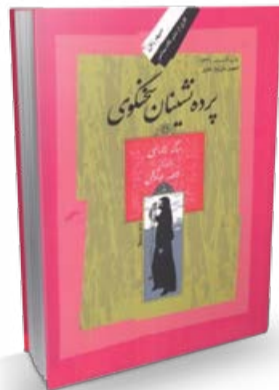


پیمان طالبی
روزنامه‌نگار

عطف

درباب پرده‌نشینان

یکی از حوزه‌های مغفول‌مانده در فرهنگ، هنر و علی‌الخصوص تاریخ ایران، حوزه هنر زنان است. بدون شک در تاریخ ایران از دیروز تا امروز بانوان هنرمندی حضور داشته‌اند که شناخت تاریخ زندگی‌شان بخش بسیار مهمی از تاریخ کشورمان را به تصویر می‌کشد. کتاب «پرده‌نشینان سخنگوی» اثر ماگه رحمانی، در سال ۱۳۲۸ هجری تألیف شده است. رحمانی در مقدمه، انگیزه خود را از نوشتن کتاب این‌طور می‌گوید: «چون خوشبختانه در این اواخر در بین زنان شرق و در آن در بین زنان و دختران وطن عزیز ما جنبش و نهضتی پدید آمده و از طرف دیگر تسلیق و تحریک بزرگان و دانشمندان برای بلند بردن سویی این طبقه به مشاهده می‌رسد، موقع را مساعد شمرده، خواستم زنان سخنگوی عصرهای گذشته را به هموطنان گرامی معرفی نمایم.» کتاب در پنج فصل نگاشته شده است. در هر فصل نویسنده توضیح کوتاهی درباره شرایط تاریخی و ادبی آن دوره می‌دهد و سپس به شرح زندگی و احوال شاعران زن می‌پردازد. فصل اول با عنوان «نظری به ادبیات فارسی از ابتدای اسلام تا آخر قرن ششم» از چهارشاعر زن یاد می‌کند که در این عصر زیسته‌اند. رابعه بلخی، اولین شاعر زنی است که در تذکره‌ها نامش آورده شده و همزمان با رودکی می‌زیسته؛ هم‌عصران وی مهستی گنجوی، سیده بیگم علویه و مطربه کاشغری هستند که رحمانی از آنها یاد می‌کند.



گلچین

حضرت معلم

علی معلم دامغانی، شاعر شگردهای نودر قالب‌های کهن شعر فارسی است. کتاب گزیده اشعار علی معلم دامغانی را محمد کاظم کاملی و ابوطالب مظفری گردآوری کرده‌اند و انتشارات سپیده‌باوران منتشر کرده است. صورت کامل شعر معلم در قالب مثنوی پدیدار شده است. از این روی در این گزیده، تکیه بیشتر بر این قالب است، به گونه‌ای که تقریباً همه مثنوی‌های شاعر را در آن می‌توان یافت. البته رویکرد تازه شاعر به ترانه‌سرایی که حاصل آن ترانه‌های ماندگار است، نیز از نظر دور نمانده است. امتیاز مهم این کتاب، گره‌گشایی‌های بسیاری است که در شعرهای دشوارباب علی معلم صورت گرفته و مهم‌تر اینکه شماری از این گره‌ها به‌مدد خود شاعر و طبق یادداشت‌هایش بر کتاب حاضر، گشوده شده و افزون بر این، همه کتاب به‌رویت ایشان رسیده است. فصل اول کتاب شامل مثنوی‌های شاعر در کتاب «رجعت سرخ ستاره» است، فصل دوم مثنوی‌های پس از «رجعت سرخ ستاره» است، فصل سوم قصیده‌هاست و فصل چهارم ترانه‌ها. همچنین یادداشت‌هایی از گردآورنده و ناشر کتاب و نیز فهرست منابع و واژه‌نامه‌ای مفصل به کتاب افزوده شده است.

استاد یوسف‌فعلی میرشکاک درجایی گفته بود: «به گمان من بعد از بیدل دهلوی بزرگ‌ترین شاعر ادبیات فارسی تا به امروز، استاد علی معلم دامغانی است.»



معرفت

عرفه با شجاعی

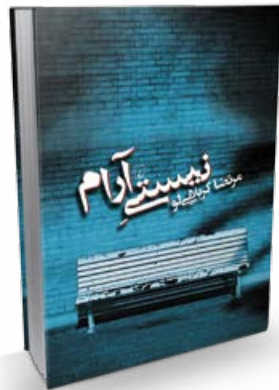
سیدمهدی شجاعی برای علاقه‌مندان هنر و ادبیات امروز نامی بسیار آشناست. بسیاری از کتاب‌های او از جمله کتاب‌هایی هستند که خیلی از ما با آنها کتابخوان شدیم و انگیزه مطالعه پیدا کردیم. کتاب «دعای عرفه» از این قلم توسط انتشارات نیستان به‌چاپ رسیده است و بازنویسی عاشقانه و شاعرانه دعای عرفه به قلم گیرای شجاعی است. در مقدمه کتاب آمده است: «در اینکه دعای عرفه امام حسین علیه‌السلام به لحاظ مضمون و محتوا منحصره‌فرد است، کمترین شبهه و تردیدی نیست. اما اگر در این چندسطر، بر این وجه از دعا، توقف و تمرکز نمی‌شود، دلایل صرفاً عدم صلاحیت نویسنده است. اینکه انسان، در مواجهه با یک پدیده محیرالعقول، دچار اعجاب و شگفتی و حیرت شود، حرفی است و اینکه با عقل ناقص و قاصرش بتواند تمام با بخشی از وجود و ابعاد آن پدیده را ادراک و تحلیل و تشریح کند، حرفی دیگر. پس، این وجه، محول می‌شود به دل‌های نورانی و ذهن و وقاد و درک عمیق مخاطب، من و شما اکنون در فضای مقدمه یا بیرون از صحن و سرای دعا ایستاده‌ایم و هنوز به‌ساحت دعا ورود نکرده‌ایم. بهترین شرح‌ها و تفسیرها و تحلیل‌ها زمانی به کار مخاطب می‌آید که در متن و بطن دعا قرار گرفته‌باشد یا لاقلاً با فضای کلی آن آشنا شده‌باشد. آنچه ما اکنون به‌آن نیاز داریم در میان سطوره مقدمه به‌دنبال آن می‌گردیم، نکات یا ابزار یا عواملی است که بتواند یک تصویر کلی از این کتاب به‌دست دهد و به ارزیابی و تصمیم‌گیری ما برای خواندن یا نخواندن کتاب، کمک کند.»



قصه‌خوانی

نیستی‌ای که هستی است

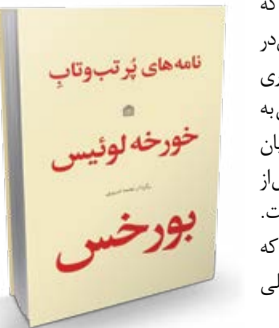
«نیستی آرام» عنوان تازه‌ترین رمان مرتضی کرپلایی لوست که به‌تازگی توسط نشر ققنوس منتشر و راهی بازار نشر شده است. این کتاب صدوچهل و چهارمین داستان ایرانی و نودوسومین رمانی است که این ناشر چاپ کرده است. داستان این کتاب درباره زندگی چهار زن و یک‌مرد است. مرد داستان، مصطفی نام دارد که یک راننده آژانس است، اما زن‌های داستان از این قرارند؛ همسر مصطفی که رابطه عجیبی با او دارد و زنان دیگری که مصطفی با آنها هم‌سخن است و معاشرت دارد. این زنان بناست موتیف‌هایی از ساختار زیستی و فکری حاکم بر محیط پیرامون زندگی خود را به‌نمایش بگذارند. کرپلایی لو «نیستی آرام» را پس از چندسال دوری و فاصله از بازار نشر نوشته و منتشر کرده است. این کتاب تجربه جدید این داستان‌نویس در حوزه ادبیات داستانی و در واقع یک تجربه تلفیقی است. او در «نیستی آرام» چهار زن را به‌عنوان راوی انتخاب کرده و قصه خود را از بازخوانی روایت‌های آنها ساخته است. از این جهت، رمان «نیستی آرام» دربردارنده چندنظرگاه مختلف درباره زندگی است. موضوعات فلسفی و فلسفه ملاصدرا از جمله بنمایه‌های محتوایی و دغدغه‌های کرپلایی لو برای نوشتن داستان هستند. او در کتاب جدید خود هم سراغ پاسخ‌گویی به چنین سوالاتی رفته است: میان انسان و اندوه چه رابطه‌ای وجود دارد؟ چه اتفاقی انسان را به‌سمت نیستی و پاک کردن خود از ذهن و حافظه اطرافیان سوق می‌دهد؟



از هر دری

مخلص تو؛ بورخس!

«نامه‌های پرت‌بوتاب» نامه‌های منتشر نشده نویسنده نامدار آرژانتینی، خورخه لوئیس بورخس است که حدود ۱۰ سال پس از مرگ وی، همسرش آنها را کشف و منتشر کرد. بورخس این نامه‌ها را در جوانی طی حدود سه سال به دو تن از نزدیک‌ترین دوستان آن دوره‌اش؛ خاکو بوئوردو و فرزند پدربوری ادب دوست و مادری هنرمند از خانواده‌های سرشناس مایورکا و موریس آیرامویچ، (هم‌کلاسی دوران دبیرستان بورخس در ژنو) نوشته است. در کتاب حاضر ۷۱ نامه گرد آمده است که ۴۶ نامه خطاب به سسوردو و ۲۵ نامه دیگر خطاب به آیرامویچ است. کتاب با ترجمه نجمه شبیری و توسط نشر مشکی منتشر شده است. در بخشی از این کتاب می‌خوانیم: «آرامش بسیار. آفتاب گویی بابی میلی می‌ناید. هوای آبی‌پرز از ناقوس است... چه می‌کنی دوست من؟ من این‌ها را می‌نویسم مثل یک ماشین کار می‌کنم، به هیچ ذوقی، جدایی ذوق، اما همواره، هر روز سه، چهار صفحه‌ام را سیاه می‌کنم. همان‌طور که می‌بینی چیز بکری وجود ندارد، اما از هیچ بهتر است. شروع سطرهای اول، سخت‌ترین کار است. بعد از آن، تنها مساله اصلاح، حذف عبارات مسجع، کلمات تکراری و فرانسوی‌مآبی که تا این اندازه در نثر اسپانیایی من موجود است، همانند اسپانیایی مآبی در فرانسه‌نویسی من و... خیلی کتاب می‌خوانم. کتاب جهنم هنری باروس را دوباره نصفه‌نیمه خوانده‌ام، این کتاب که تا پیش از این به نظرم فوق‌العاده می‌آمد. اینک در نظرم یابو است؛ کتابی کودکانه، هذیان اسفبار خودبزرگ‌بینی با اطوارهای گنگ در تارک روشن، و البته بیش از حد کلاسیک، بیش از حد فاخر، وضعیت پست در اینجا بسیار بد است. تقریباً بیش از یک‌ماه است که نامه‌ای دریافت نمی‌کنم. ۲۰ پروتایی که برایم فرستادی متأسفانه در راه ماند. کافی است. بخت‌بازت برادر، خیلی مخلص تو؛ خورخه لوئیس بورخس»



گلاب و گل

شاعری جوان از نشری جوان

ستاره جوادزاده عنوان شاعر جوانی است که در حوزه شعر سپید فعالیت می‌کند. کتاب «سرخ‌ی مایل به کوری» از این شاعر توسط نشر آنیما منتشر شده است. جوادزاده از شاعران مستعدی است که عشق، تنهایی و انسان‌ها دغدغه‌های اصلی اشعار او در این کتاب هستند. انتشارات آنیما از سال ۱۳۹۵ فعالیت رسمی خود را در زمینه چاپ آثار ادبی به‌ویژه در زمینه شعر و ترانه آغاز کرد. آنیما با هدف معرفی شاعران و نویسندگان جوان آغاز به کار کرده است. این انتشارات از شاعران جوان برای چاپ آثارشان حمایت می‌کند. این انتشارات از اولین سال فعالیت خود در نمایشگاه کتاب حضور مؤثری داشته و هزاران جلد کتاب ادبی را به‌دست مخاطبان رسانده است. شعر زیر از این کتاب انتخاب شده است: «ومن / که در مرگ‌های زیادی شرکت کرده‌ام / موسولیت‌جنانه‌ام را هر بار تنها به‌دوش کشیده‌ام / تا خانه تاروی تخت / تا خوابی که کسی در آن درست در / لخته‌ای افتادن بیدارم کرده‌باشد / اینهمه مردن / آن‌هم در این تن نحیف / بعید نیست / ایدم نیست / این دست‌ها چندبار گوی خود را افشرده‌اند / و چند بار نبض خود را گرفته‌اند! / مشکوکم! / مشکوکم به آخرین دیدارمان در خواب / وقتی که از آغوشم کیوتور درآوردی / و بچه‌ای که مادرش بودم را برد! / من / چقدر مادرم! / چقدر کیوتور! / چرا هر بار که مرده‌ام / کسی به‌فکر گریه‌نفتاد! / مگر نه اینکه کیوتور رنگ خدا حافظی ست! / او! / کسی که گوی خود را با دست‌های خودش می‌فشرد! / حتماً می‌دانسته برای خدا حافظی باید اول کیوتور شد / کیوتور مایل به زن / کیوتور مایل به رفتن...»

