



با کتاب خودمان را درمان کنیم

در روزگار کرونا که همه چیز رنگ و بوی پزشکی به خود گرفته، بحث کتاب‌درمانی بهترین بحث برای یک صفحه مخصوص کتاب است



هدف‌های خاص را تعقیب می‌کنند. این دوره درمانی چیزی فراتر از اختصاص دادن یک کتاب خاص به فرد است. کتاب‌درمانی، دوره کنکاشی است که نیاز به طرح ریزی دقیق دارد و در آن دو طرف (مددکار و مددجو) باید با کتاب‌درمانی موافق باشند. اگرچه نظریه‌های متعددی درباره مراحل کتاب‌درمانی وجود دارد، لیکن پنج مرحله بین همگان مشترک است: شناسایی، انتخاب نوشتار، ارائه و همانندسازی، پالایش (تخلیه هیجانی) و بصیرت. در طول دو مرحله اول، نیاز مددجو شناسایی شده و کتاب‌های مناسب براساس مسائل او انتخاب می‌شود؛ این انتخاب باید با آگاهی و مهارت صورت گیرد تا موجب ایجاد امید و احساس کاذب در مددجو نشود. تاکنون معیاری برای انتخاب کتاب با هدف درمانی تعیین نشده است، تنها گاه‌گاه کتابداران، پزشکان و سایرین مواردی از کاربرد ادبیات و متون نوشتاری را که مزایا و منافع در درمان بیماران مورد مطالعه آنها داشته است، ذکر کرده‌اند. مرحله همانندسازی، زمانی رخ می‌دهد که خواننده خود را با شخصیت یا شرایطی خاص در کتاب پیوند می‌دهد؛ در مرحله پالایش، مددجویان به صورت شفاهی از طریق شرکت در بخش‌ها یا به صورت نوشتاری یا شیوه‌های هنری نظیر اجرای نقش شخصیت‌ها به تخلیه هیجانی خود می‌پردازند؛ بصیرت، مرحله‌ای است که مددجو به فهم بهتری از شرایط خود، بعد از همانندسازی و پالایش می‌رسد. در این مرحله ممکن است مددجو قادر به دیدن انگیزه‌های پنهان اعمال خود یا قادر به کشف راه‌های جدیدی برای حل مجدد مسائل خود شود. این بینش، ابزاری است که به مددجو امکان کنترل شرایط و پیامدهای خاص را می‌دهد. فرد کتاب‌درمان ممکن است آموزگار، مدرس، کتابدار یا متخصص بهداشت روانی باشد. نکته مهم آن است که کتاب‌درمانی باید با ظرافت بسیار انجام شود و هرکسی نمی‌تواند عهده‌دار اجرای آن باشد. هر فرد علاقه‌مند که دارای ویژگی‌های ثبات و استواری شخصی و علاقه واقعی به کار با دیگران بدون قدرت‌نمایی، تهدید، یا اخلاق‌گرایی باشد، می‌تواند برای این فرآیند توصیه کرد. به علاوه، کار با مراجع و متخصصان حوزه‌های مختلف نیز توصیه می‌شود، مانند گروهی که شامل کتابدار، مشاور یا روانشناس مدرسه است. این همکاری به توازن فرآیند کتاب‌درمانی کمک می‌کند، به طوری که هیچ‌کس مسئول نیست. در حال حاضر، کاربرد کتاب‌درمانی محدود به کتابداران و پزشکان در بیمارستان‌ها و موسسات درمانی نمی‌شود. آموزگاران، روانشناسان، جامعه‌شناسان و مشاوران نیز اصول کتاب‌درمانی را به کار می‌برند. همچنین از آن در حوزه‌های جامعه‌شناسی روانی و زندگی اجتماعی هم استفاده می‌کنند، زیرا امروزه بهداشت روانی خارج از موسسات درمانی، به عنوان مساله‌ای اجتماعی مطرح است. در این زمینه کتاب‌درمانی به مدارس، موسسات تأدیبی و موسسات بیماران کهنه‌دندان راه پیدا کرده است. در حوزه ادبیات کودکان نیز کمیته‌هایی از کتابداران که در زمینه کودکان فعالیت دارند، به‌طور مستمر فهرست کتاب‌هایی را که در شرایط ویژه و خاص کاربرد دارند، گردآوری و تهیه می‌کنند.

استفاده از مطالب خواننده‌ی به‌منظور درمان بیماری‌های جسمی و روانی کتاب‌درمانی نام دارد و به‌عنوان رشته خاصی از کتابداری بیمارستانی و سازمانی به‌شمار می‌رود. اصطلاح کتاب‌درمانی ترکیبی از واژه‌های یونانی بیبلیوس به معنی کتاب‌ها و تراپی به معنی درمان است. کتاب‌درمانی مفهوم جدیدی نیست، برکنه سردر کتابخانه شهر باستانی تیس (در سواحل نیل) نوشته شده است: «شفاخانه روح». ارسطو معتقد بود ادبیات اثر درمانی دارد، همچنین رومیان باستان دریافته بودند میان خواندن و درمان ارتباط وجود دارد. نخستین همکاری بین کتابداری و روانپزشکی در بیمارستان مک‌لین در ویرجینی، ماساچوست آغاز شد. انجمن کتابداران آمریکا، یکی از نخستین سازمان‌های حرفه‌ای بود که فعالانه کتابداری را از طریق ایجاد کتابخانه‌هایی در بیمارستان‌ها یا موسسات، پیش از قرن بیستم، رواج داد. نوشته‌های ای. کتلین جونز نخستین پیشینه‌های کتابداری هستند که با همکاری روانپزشک، نقش موثر در درمان بیماران روانی از طریق کاربرد کتاب‌ها داشته است. اصطلاح کتاب‌درمانی به شکل فعلی در منابع چاپی، نخستین بار در یکی از مقالات ساموئل مک کورد کرادز، در ۱۹۱۶ به کار رفت. گرچه پیش از این روانپزشکان ضمن استفاده از این فن، به ترتیب آن را «خوانش درمانی» و پس از آن «مشاوره از طریق کتاب» نیز می‌نامیدند. در ابتدای این قرن بسیاری از پزشکان [خواندن] کتاب برای حل مشکلات هیجانی بیماران را توصیه کردند. افراد برجسته‌ای نظیر کارل وولپلمن‌مینگر، که هر دو پزشک بودند، ضمن اینکه مطالعات پژوهشی بالینی را درباره اثر بخشی این گونه درمان در مطالعات پنج‌ساله خود طی دهه ۱۹۳۰ هدایت کردند. کاربرد کتاب‌درمانی در کتابخانه‌ها در کلینیک مینگر نیز توسعه دادند. در حوزه تعلیم و تربیت، آموزگاران، کاربرد کتاب‌درمانی را از دهه ۱۹۴۰ آغاز کردند. در طول دهه ۱۹۵۰ مطالعه گروهی به درمان افراد الکلی افزوده شد. در دهه ۱۹۶۰ کتاب‌درمانی در برخی زمینه‌ها نظیر اعتیاد به مواد مخدر، ترس، تغییرات نگرشی، بلوغ اخلاقی، مرگ و همه موارد استثنایی پیشرفت کرد. در ۱۹۶۱، به‌عنوان یک واژه متعارف توسط «واژه‌نامه بین‌المللی ویست» پذیرفته شد. در دهه ۱۹۷۰ یکی از نخستین کلاس‌های اصول نظری کتاب‌درمانی تدریس شد. از این زمان به بعد روانشناسان، مربیان تربیتی و صاحبان مشاغل مرتبط، به کتاب‌درمانی علاقه‌مند شدند تا جایی که طی دهه‌ها سال، مقاله‌های متعددی در این زمینه منتشر شد، اگرچه بسیاری از این مقاله‌ها حاکی از عدم اعتماد به این روش درمانی جدید بود، اما تمایل قطعی برای توسعه آن ابراز می‌شد. هیچ روش ویژه‌ای برای کتاب‌درمانی تدوین نشده است. تشکیل کتابخانه‌هایی توانمندترین بخش این فعالیت باشد. این کتابخانه‌ها با کتابخانه‌های عمومی تفاوت دارند؛ زیرا



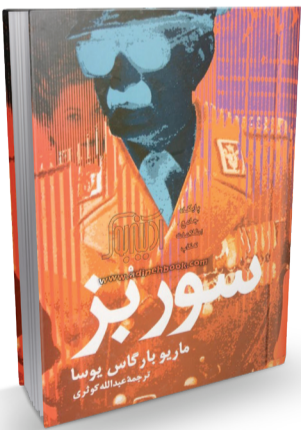
پیمان طالبی
روزنامه‌نگار

قصه خوانی

یوسای تکرانشدنی

رمان «سوربز» اثر ماریو بارگاس یوسا، یکی از مهم‌ترین رمان نویسان و مقاله‌نویسان معاصر آمریکای جنوبی و از معتبرترین نویسندگان نسل خود است. یوسا که نویسنده کتاب‌های بزرگی مانند: سوربز، جنگ آخرالزمان، سال‌های سگی، گفت‌وگو در کاتدرال و... است، در سال ۲۰۱۰ برنده جایزه نوبل ادبیات شد. موسسه نوبل در وصف آثار او چنین نوشته است: «برای نمایش ساختار قدرت و تصویرهای برنده از مقاومت‌ها، شورش‌ها و شکست‌های فردی.»

سوربز یکی از بهترین‌های رمان‌های یوسا است که خود او درباره آن می‌گوید: «فکر نوشتن این رمان



از سال ۱۹۷۵ در سرم بود و ۶ سال قبل نوشتنش را شروع کردم. اما زمانی دراز در این فکر بودم و هرچه را که درباره ترورخو، درباره سی‌ویک سال حکومت او بر جمهوری دومینیکن پیدا می‌کردم، می‌خواندم. به دومینیکن رفتم و بایگانی‌ها را بررسی کردم. به خصوص روزنامه‌ها و مجله‌های آن دوران را - اینها منابع بسیار خوبی بودند. به راستی باور نکردنی بود که مردم دومینیکن در آن ایام چه نوع روزنامه‌هایی می‌خواندند. همچنین با خیلی از افراد گفت‌وگو کردم.»

نشر علم سوربز را با ترجمه عبدالله کوثری چاپ کرده است.

گلچین

رشادتهای یاسمی

رشید یاسمی، شاعر، نویسنده، مورخ و استاد دانشگاه تهران بود که آثار بسیار مفیدی از خود به جای گذاشت. کتاب مقاله‌ها و رساله‌ها شامل مجموعه‌ای از مقاله‌ها و رساله‌های ایشان است که در زمینه پژوهش‌های ایرانی، نقد ادبی و تاریخ و فلسفه نوشته و اغلب در دهه ۱۳۲۰ منتشر شده‌اند و اکنون دسترسی به آنها آسان نیست. برخی موضوعات این مقاله‌ها عبارتند از: چیستی علم تاریخ و نحوه نگارش آن، دورساله به زبان پهلوی، نقد و بررسی آثار شاعرانی چون فردوسی، سعدی، نظامی، نسبت‌روشنفکران و ادبیات معاصر و تعلیم و تربیت در ایران. «تبع و انتقاد احوال و آثار سلمان ساوجی» نیز یکی از رساله‌های مفصل و مهم این مجموعه است.



ایرج افشار درباره رشید یاسمی می‌نویسد: «رشید یاسمی را بارها دیده بودم. مردی خوش‌سخن و سخندان بود. با مصاحب خویش سخن به مهر و لطف می‌گفت. چهره‌ای سرخگون و خوشایند داشت. برای زندگی رنج بسیار برد. ناچار تن خویش را فرسود. کارهایی را که در زمینه‌های مختلف ادب و تاریخ به انجام رسانید برای زمان خود گرانقدر بود و تازگی داشت. پاره‌ای از آثار او نیز تا سالیان دراز با ارزش خواهد بود. ساده‌تر آنکه در بسیاری از کارهای ادبی راهبر آیندگان و چراغی فراراه اخلاف خویش بود. عمری رنج برد و جان فرسود و البته نامش در تاریخ ادب ایران ثبت خواهد ماند.»

عطف

گرخه از زبان امیریان

«این کتاب شیرین و ساد، زندگی و احساس و جهت‌گیری‌های بسیجی را به خوبی تشریح می‌کند. نویسنده که خود یک بسیجی با همه بار فرهنگی این کلمه است، با بیان بعضی از جزئیات به ظاهر کم‌اهمیت، آن امر مهم را تصویر و ترسیم کرده است. با اینکه جوانی کم‌سن و سال است، بسی پخته‌تر از عمر خود می‌نویسد و می‌اندیشد. گاه در نقل حوادث، تسلسل طبیعی و منطقی رعایت نشده است. باری، این یکی از کتاب‌های خیلی خوب در مجموعه



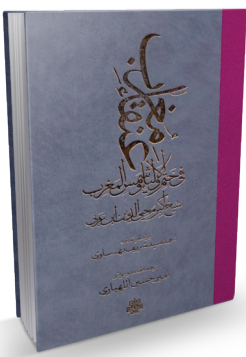
خاطره‌هاست.»

این جملات را رهبر معظم انقلاب درباره کتاب «خدا حافظ گرخه» اثر داوود امیریان گفته‌اند. این کتاب داستانی براساس خاطرات و زندگی بسیجیان هشت سال دفاع مقدس است که حال و هوا و افکار و اندیشه‌های بسیجی آن زمان را به خوبی منعکس می‌کند. هر فصل کتاب به موضوعی خاص می‌پردازد و به‌طور سلسله‌وار داستان‌ها پشت‌سر هم می‌آیند و یک داستان واحد را می‌سازند. ماجراها از جریان اعزام به جنگ شروع می‌شود و سپس به اردوگاه، حملات و عملیات‌ها می‌رسد و به بازگشت به خانه ختم می‌شود. کتاب را انتشارات سوره مهر منتشر کرده است.

از هر دری

یک کتاب سخت اما خواندنی

نشر مولی کتاب «عقفا مغرب فی ختم الاولیا و شمس المغرب» اثر شیخ اکبر محی‌الدین ابن عربی و ترجمه وحاشی امیرحسین الیهیاری را با شمارگان ۵۲۰ نسخه، ۱۹۶ صفحه و بهای ۶۵ هزار تومان منتشر کرد. کتاب براساس نسخه احمد سیدشرف بهنساوی، بازرسی کل دعوت و تبلیغات دینی الزهر مصر، عضو هیات‌علمی و انجمن ادبا ترجمه شده است. این کتاب یکی از دشوارترین متون ابن عربی است که سال‌ها رنگ ترجمه کامل را به خود ندیده بود. برای درک بهتر متن، مترجم در پیشگفتار دوم کتاب یک دوره حکمت اسلامی از منظر ابن عربی را به‌زبان ساده برای مخاطبان شرح داده است. انتهای کتاب نیز متن اصلی نسخه بهنساوی درج شده است. شیخ اکبر «عقفا مغرب» را در اثبات مهدویت نوشته است. برخی شاخه‌های اهل سنت به مساله مهدویت معتقد هستند، اما مهدویت در نظر آنها به معنای ادامه حضور جسمانی امام عصر نیست. یعنی خداوند پایان ولایت را تضمین کرده است، اما نه به معنای در قیامت حیات مانند امام از چند قرن پیش. ابن عربی اما به‌عنوان یک سنی مالکی مذهب اعتقاد دارد که مهدویت هم به معنای مورد قبول اهل سنت رخ می‌دهد و هم به معنای ادامه حضور جسمانی آخرین امام است. بنابراین او هم به اثبات عقاید شیعه در این مقوله می‌پردازد و هم ایده اهل سنت در این موضوع را طرح می‌کند. او در شرح مفهوم ولایت آن را به دو گونه ولایت عامه و ولایت خاصه تقسیم می‌کند. به باور او ولایت خاصه جزئی‌تر در وجود حضرت مهدی (عج) منحصر است و ولایت عامه کلیه در حضرت مسیح (ع) تمام می‌شود.



سخت‌ترین بخش این کتاب می‌کوشد ضمن طرح ابعاد گوناگونی از زندگی امام زمان (عج) چون تولد، غیبت و طول عمر ایشان، گفته‌های ادیان پیشین و نیز دیدگاه‌های کتاب‌های مسلمانان را درباره منجی عالم بشریت بررسی کند. این نوشتار قصد دارد مفهوم متعالی و مسئولیت‌ساز «انتظار» را در زمان غیبت توضیح دهد، که پس از مطالعه آن می‌توان علاوه بر کسب اطلاعاتی در زمینه، زندگی امام زمان (عج) قبل و در زمان غیبت، به مسئولیت‌های اجتماعی و بايدهای دینی یک منتظر حقیقی حضرت قائم (عج) پی برد.

معرفت

شمس المغرب

نویسنده قبلاً کتاب کم‌جمعی در پنجاه‌ویک صفحه و به همین نام نوشته بود. این کتاب گسترش یافته همان کتاب است. استاد حکیمی با ادبیات زیبایی که حد مشترک تمام آثار ایشان است درباره میلاد، شمایل، غیبت، بشارت‌های آن حضرت در کتب پیشینیان، اهل سنت، شیعه، قرآن و اثبات وجودش از نظر علوم عقلی، علوم تجربی، فلسفه تربیتی، بررسی واژه انتظار سخن گفته است. این کتاب با عنوان «شمس المغرب» به عربی ترجمه شده است.

کتاب «خورشید مغرب» در تبیین غیبت حضرت ولیعصر (عج) و ابعاد گوناگون این حرکت و با هدف روشن‌ساختن ابعاد گوناگون غیبت امام‌زمان (عج) و وظایف منتظران واقعی در این زمان، به رشته تحریر درآمده است.



مؤلف این کتاب می‌کوشد ضمن طرح ابعاد گوناگونی از زندگی امام زمان (عج) چون تولد، غیبت و طول عمر ایشان، گفته‌های ادیان پیشین و نیز دیدگاه‌های کتاب‌های مسلمانان را درباره منجی عالم بشریت بررسی کند. این نوشتار قصد دارد مفهوم متعالی و مسئولیت‌ساز «انتظار» را در زمان غیبت توضیح دهد، که پس از مطالعه آن می‌توان علاوه بر کسب اطلاعاتی در زمینه، زندگی امام زمان (عج) قبل و در زمان غیبت، به مسئولیت‌های اجتماعی و بايدهای دینی یک منتظر حقیقی حضرت قائم (عج) پی برد.

گلاب و گل

آوازهای آزادی‌ور برای ذوالجناح

هوشنگ آزادی‌ور شاعر، مترجم و مستندساز ایرانی بود. آزادی‌ور دانش‌آموخته مدرسه عالی سینما بود. «گل‌قالی» از آثار او در مقام یک مستندساز است. او از شاعران شعر دیگرو از ویراستاران موسسه انتشارات فرانکلین بود. نخستین مجموعه شعر او در سال ۱۳۵۰ با نام «پنج آواز برای ذوالجناح» منتشر شد. بیشتر شهرت آزادی‌ور در شعر، به دلیل همراهی او با جریان «شعر دیگرو» و امضای بیانیه «شعر حجج» در سال ۱۳۴۸ با همراهی دیگر شاعرانی چون یدالله رویایی، پرویز اسلام‌پور و بهرام اردبیلی بود. آزادی‌ور درباره جریان «شعر دیگرو» گفته بود: «جریان «شعر دیگرو» حاصل جمع شدن ما گرد یکدیگر بود، جمعی که اساسنامه نداشت و به دنبال اساسنامه هم نبود.» پنج آواز برای ذوالجناح، مجموعه شعری است که عنوان آن از درونمایه‌ای آیینی خیر می‌دهد.



ذوالجناح در عنوان این مجموعه، حاوی پیام است؛ پیامی که مخاطب را در مواجهه با شعر آیینی قرار می‌دهد. شعر آزادی‌ور، فارغ از تصورات شایع و مرسوم پیرامون شعر آیینی عمل کرده است؛ به این صورت که در این مجموعه با گزارش مویه‌مو، آه و زاری و سوگواری آشکار مواجه نیستیم. به‌عبارت دیگر آزادی‌ور در این مجموعه مرتبه‌سرای نمی‌کند. برخورد او کاملاً آوانگارد، پیشرو و متفاوت بوده است.