



در بیان تجلیات حضرت واجب الوجود از عالم غیب الغیب در عالم صفات و ایندای داستان عشق و آغاز آن

سخن سردبیر

به یاد محمدعلی بهمنی

سفری به افکار :

آدمیزاد چیست « به قلم : صغری جوانبخت »
روانشناسی و نظم « به قلم : عاطفه مختاری »
رویکرد روان و رفتاردرمانی « به قلم مرتضی وفادار »

سفری به ادبیات :

اختلاف نظر در تعریف شعر
شعر و تاثیراتش بر انسان و زندگی
قلم :

محمد رضا فردوسی نیا / محمد شرفی فرد / محسن آریاپاد
عاطفه مختاری / سیامک عشقعلی

اشعار :

عاطفه مختاری / عارف ایمانی / سمیه کلهر / مهدی محمودیان
مرضیه رشیدپور / رضا قربانی / احمد مختاری / زانا کوردستانی
سجاد صفری اعظم / مهرداد مانا / سعید روحانی ساعی
قاسم بغلانی / شادیه غفاری

تحلیل و بررسی شعر :

خوانشی بر سروده های امیر تیمور زحمتکش « به قلم : آلاء شریفیان »
معرفی کتاب :

معرفی کتاب نفرین شده و مصاحبه ای کوتاه با مترجم کتاب عادله مخبری
سفری به تاریخ :

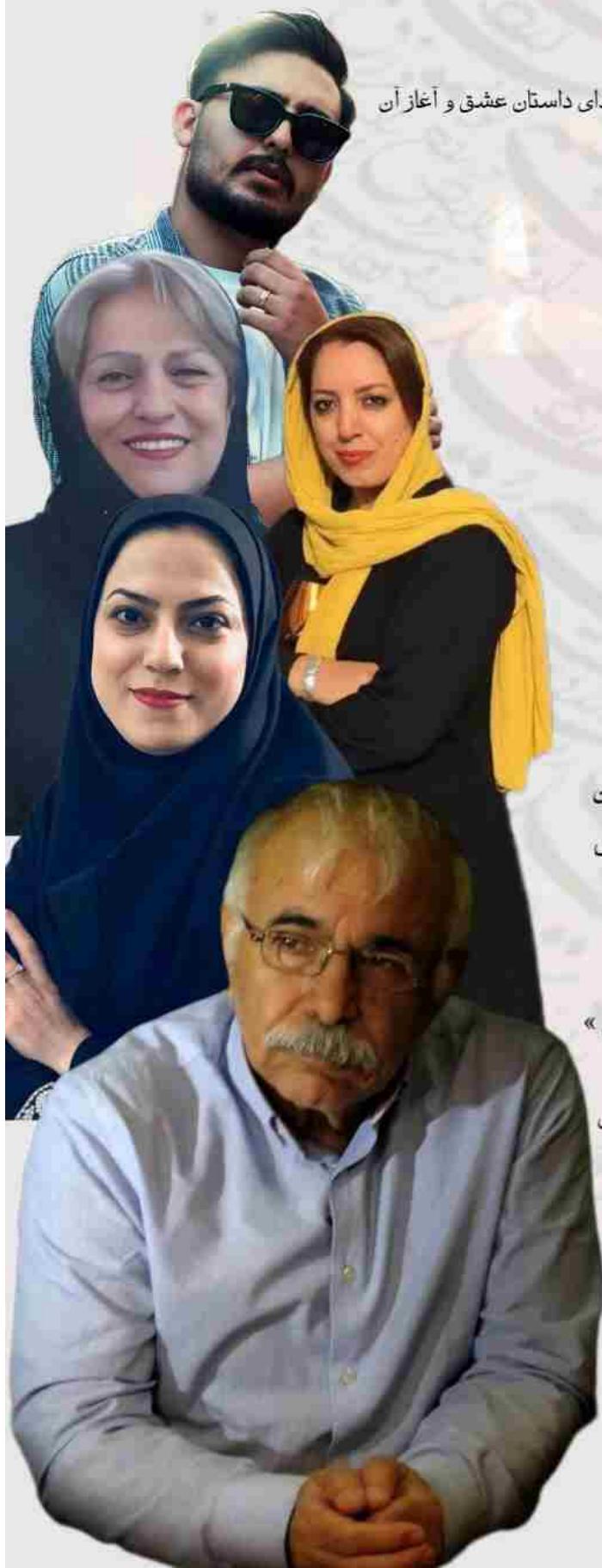
تهران از روستا تا شهر « به قلم : پریسا بکناش »
خداآندگان الموت / چرا پشت سر مسافر آب می ریزند ?

سفری به موسیقی :

بیوگرافی سینا ریوندی

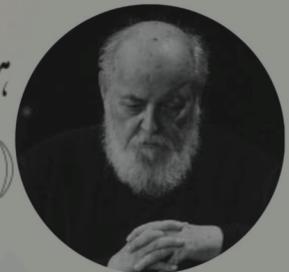
سفری به سینما :

نقد فیلم رستاخیز « به قلم : عارف ایمانی »
صحابه با صبا مرتضوی



به یاد شاعر، و نویسنده، ایرانی، زمینه

هوشنگ لرمناج (۱۳۰۰-۱۳۸۰)، (شاعر و پژوهشگر)
(۱۳۰۶-۱۳۰۱)



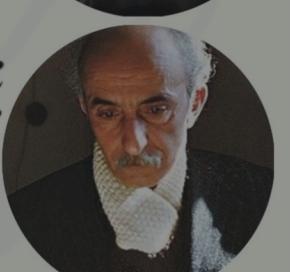
فروغ فخرخوا، (شاعر)
(۱۳۱۲-۱۳۴۵)



فریدوک شیرس، (شاعر)
(۱۳۰۵-۱۳۷۹)



نیایوشج، (علی اخندیارس)، (شاعر)
(۱۳۷۶-۱۳۲۸)

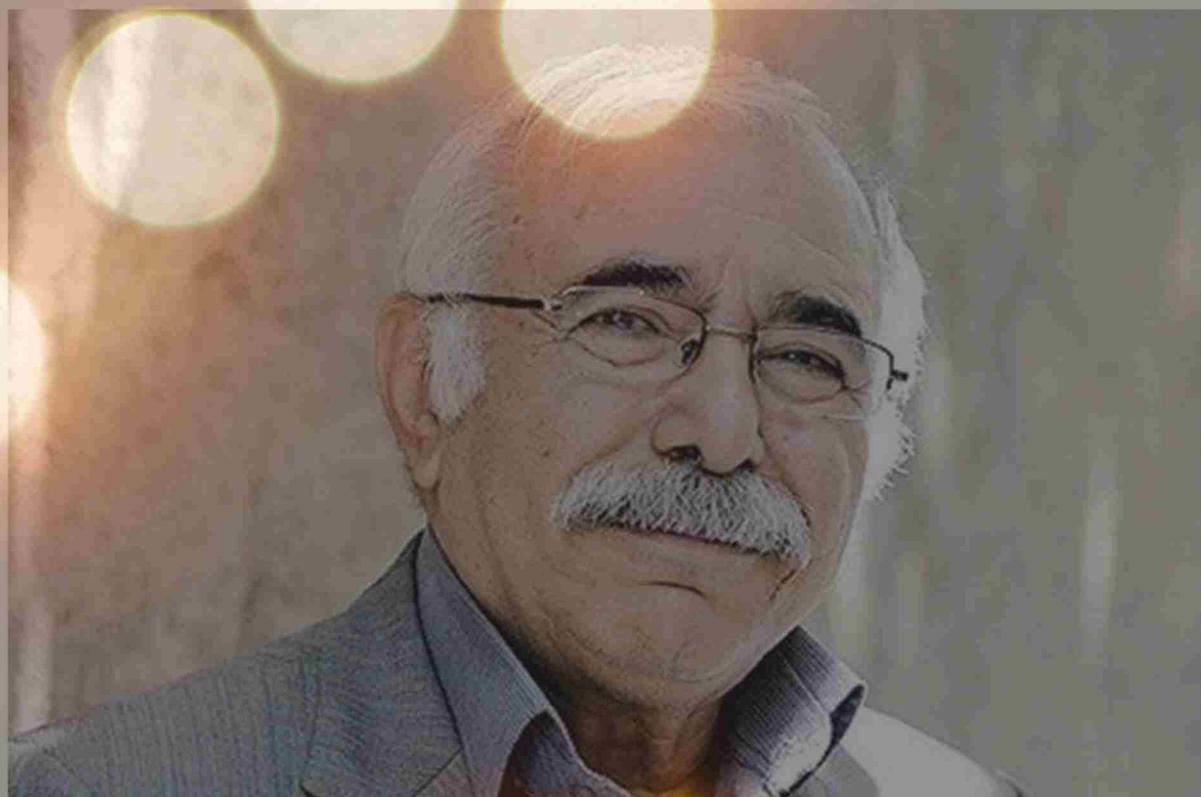


غزله علیززاده، (فاتمه)، (نویسنده)
(۱۳۲۷-۱۳۷۵)



سید عباس معروفی، (نویسنده، شاعر، ناشر و روزنامه‌نگار)
(۱۳۳۶-۱۳۰۱)





تقدیم به

محمد علی بھمنی

۱۴۰۳ - ۱۳۲۱

دریاگه تجلیت حضرت واجب الوجود از عالم

غیب الغیب در عالم صفات و ابتدای داستان

در بیان تجلیات حضرت واجب الوجود از عالم

غیب الغیب در عالم صفات و ابتدای داستان

عشق و آغاز آن

در محفل قرب لایزالی
کس را نرسیده بود دستی
نی منزل و جاه و نی مکان بود
بد هستی و نیستی نهانی
نی بود کسی به غیر الله
جز مظهر طلعت مقدس
انوار تجلیات یزدان
وز کثرت و از دوئی معرا
نی شانه کشیده کس به موش
نی دست بطره اش رسیده
آئینه بر او نگشته محروم
زلفشن نه شمیم مشک دیده
حالی دل او ز هر خیالی
آئینه نمود ما سوی را
مرآت جمال او علی شد
افتداده و عشق شد پدیدار
با خویش قمار عشق می باخت
قانون طریقه نکوئی است

در خلوت خاص ذو الجلالی
آنجا که نشان نبند ز هستی
آن بزم که بزم لامکان بود
از عالم جان نبند نشانی
از رمز کسی نبود آگاه
جز شاهد غیب و ذات اقدس
در پرده غیب بود پنهان
از ماو و منی توئی مبرا
نی آینه دیده بسود رویش
نی باد صبا بر او وزیده
سنبل به گلش نبود همدم
چشمش نه غبار سرمه دیده
بر روی لبس نبود خالی
یک جلوه نمود آشکارا
چون طلعت ذات منجلی شد
در آینه عکس روی دلدار
چون شعله عشق را برافراخت
آنجا که نشان خوب روئی است

ماهnamه زمشار زنی

باید که ز پرده رخ نماید
 کز دیده سه شب بود نهانی
 چون ابروی گلرخان زیبا
 کز بزرن و بام میزند سر
 آراست بساط خود نمائی
 در عالم جسم و جان و انفس
 ظاهر به مظاهر بشر شد
 سرکرد برون ز دامن جیب
 بنمود دوکون را ملمع
 از حجله عروس عشق بیرون
 صدگونه لوای عشق افراشت
 از چهره خود نقاب دلکش
 پس جلوه نمود در مظاهر
 آتش به درون آدم افتاد
 صد خرمن عقل رفت بر باد
 تایید بر آفتاب خاور
 سرگشته شد او بچرخ گردون
 تایید بکار گاه امکان
 چون طلعت یار جلوه گر شد
 پیدا شده صد هزار عشاق
 یک لیلی و صد هزار معجنون

در پرده جمال او نشاید
 بنگر تو به ماه آسمانی
 من بعد سه شب شود هویدا
 این است خواص حسن دلبر
 پس شاهد غیب دلربائی
 زد خیمه ز عالم تقدس
 آئینه ذات جلوه گر شد
 پس جلوه نمود شاهد غیب
 افکند ز روی خویش برقع
 گردید ز جلوه های بیچون
 از چهره نقاب خویش برداشت
 برداشت چو آن عروس مهوش
 چون کرد جمال خویش ظاهر
 زان جلوه شرر بعالم افتاد
 آتش چو بجهان آدم افتاد
 یکدره ز عکس روی دلبر
 از جلوه نور حی بیچون
 یک لمعه ازان فروغ جانان
 امکان همه پر ز شور و شرشد
 صد خیمه چو عشق او در آفاق
 عشاق ز صد و حصر بیرون

ماهnamه زمشار زنی

پروانه بسوخت در دل شمع
 مجنون شده بیقرار لبی
 افتاد بچاه ماه کنعان
 بنمود اثر بسنگ خاره
 کاشانه جان بسوخت عشقش
 شد غرق به بحر همچو قطره
 بیگانه زخویشن شود دوست
 گردید ز خویش عقل زائل
 صد خرمن عاشقی بیک جر
 اندر ره عاشقی قدم زد
 شک نیست که لاله زار عشق است
 چشم از همه ما سوی پوشید
 عشق عاشق عشق آن نکو شد
 دل نیست وزر دل خبر نیست
 ویرانه بخوان و دل مخوانش
 آنجا نه مقام جبرئیل است
 زین بیش دلا مخوان فسانه
 کن در ره عشق جستجوئی
 زینور طه صبا رهی ندارد
 نبود بجز عشق یار هیچم

در شمع چه گشت نور او جمع
 چون کرد در آن عذر میلی
 در چاه فناد عکس جانان
 عشقش بجهان چسوزد شراره
 هرسو که شر رفوت عشقش
 زان عشق هر آنکه برد بپره
 زدخیمه چه عشق در رگ و پوست
 چون عشق به عقل شد مقابل
 زد در دل جان چو عشق پر تو
 خوش آنکه بحرف عشق دم زد
 هر دل که در او شرار عشق است
 از باده عشق هر که نوشید
 هر دل که اسیر عشق او شد
 آن دل که بعشق ره سپر نیست
 چون نیست نشان عشق جانش
 منزل لگه عشق بس طویل است
 این بحر نباشدش کرانه
 دم در کش ازین فسانه گوئی
 این قصه که منتهی ندارد
 آن به که ز عشق سرنه پیچم

حروف دگری مگو در اشعار

ای نطق به غیر عشق دلدار

ای خامه سوای عشق دلبر

نویس ورق مکن بدفتر

سخن سردبیر

عارف ایمانی

(نویسنده، تصحیح کننده و کارگردان)



می‌گویند: اگر می‌خواهی دنیا را تغییر دهی، قلم بردار و شروع به نوشتن کن... و می‌گویند: بدون کلمات، بدون نوشتن و بدون کتاب‌ها، هیچ تاریخچه و هیچ مفهومی از بشریت وجود نخواهد داشت.

پس چرا ننویسیم و چرا نخوانیم کتاب‌ها و مجلاتی را که قرار است دنیا را متحول کنند. دنیا همان درون ماست، که اگر تغییر کند، اگر با تنها یک پرتو نور گوشه‌ای از تاریکی‌ش روشن شود، می‌تواند با انعکاسیش؛ همه را تحت تاثیر قرار دهد. من هم همانند شما، علاقمند به نوشتن و خواندن هستم من هم همانند شما دوست دارم قدمی تاثیرگذار در عرصه هنر بردارم و با آنچه آموخته‌ام، آموخته‌ای به جهان بیافزایم.

هر کدام از ما رسالتمن همین است همین که چیزی به این جهان اضافه کنیم و بدون جاگذاشتن نامی از خود، چشم‌هایمان را نبندیم. پس برخیزید حتی شده یک قدم بیشتر.





به یاد محمد علی بھمنی

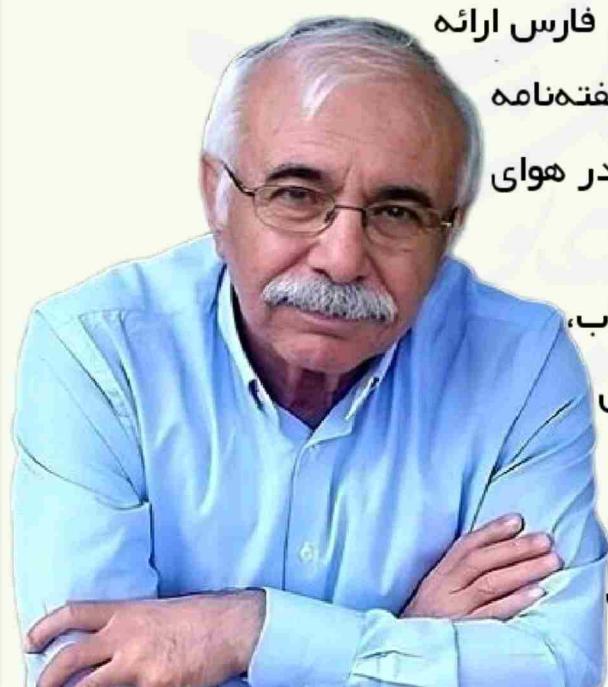
محمد علی بهمنی (۱۴۰۳ - ۱۳۲۱)

محمد علی بهمنی (۱۷ فروردین ۱۳۲۱ - ۹ شهریور ۱۴۰۳) شاعر و غزل‌سرای ایرانی بود. او درباره تولد خود می‌گفت: «دو ماه به زمان تولد مباقی‌مانده بود که برادرم در دزفول بیمار می‌شد. خانواده هم از این فرصت استفاده می‌کنند تا به عیادتش بروند. این است که در قطار به دنیا آمدم و در شناسنامه‌ام درج شد «متولد دزفول»، چون دایی من در ثبت احوال آن منطقه بود، شناسنامه‌ام را همان زمان می‌گیرد. البته زیاد آنجا نبودم، همان زمان ۱۰ روز یا یک‌ماه را در آنجا سپری کردیم، در اصل تهرانی هستیم. پدرم برای ده و نک و مادرم برای اوین است. در اصل ساکن خود بندرعباس بودیم. دوران کودکی را تهران، بخش شمیرانات، شهری، کرج و... به صورت پراکنده چون پدرم شاغل در راه‌آهن بود، مأموریت‌های ایستگاهی داشتند. از سال ۱۳۵۳ به بندرعباس رفتم. »

او در چاپخانه با فریدون مشیری که آن روزها مسئول صفحه شعر و ادب هفتتار چنگ مجله روشنفکر بود، آشنا شد و نخستین شعرش در سال ۱۳۳۳، زمانی که تنها ۹ سال داشت، در مجله روشنفکر به چاپ رسید. شعرهای اوی از همان زمان تاکنون به طور پراکنده در بسیاری از نشریات کشور و مجموعه شعرهای مختلف انتشار یافته است. بهمنی از سال ۱۳۴۵ همکاری خود را با رادیو آغاز

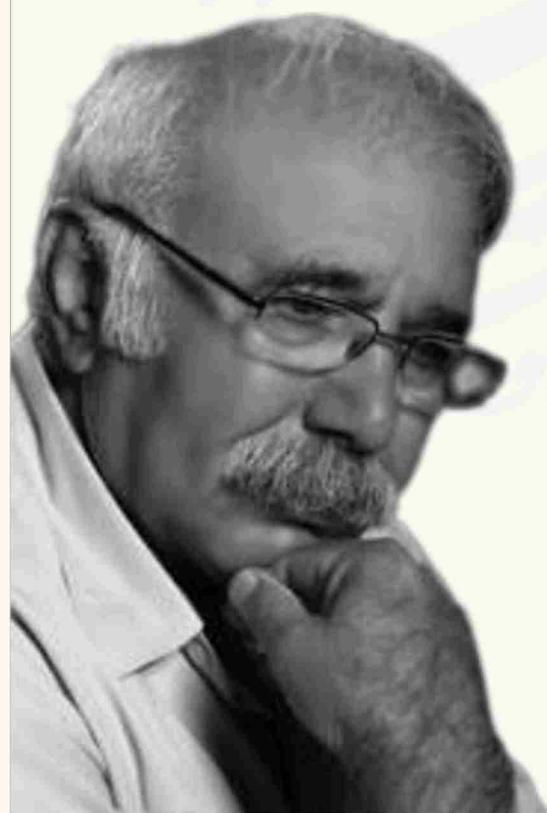
کرد و برنامه صفحه شعر را با همکاری شبکه استانی خلیج فارس ارائه داده است. بهمنی در سال ۱۳۷۴ همکاری خود را با هفته‌نامه ندای هرمزگان آغاز می‌کند و صفحه‌ای تحت عنوان تنفس در هوای شعر را هر هفته در پیشگاه مشتاقان خود قرار می‌دهد.

وی از سال ۱۳۵۳ ساکن بندرعباس شد، پس از پیروزی انقلاب، به تهران آمد و مجدداً در سال ۱۳۶۳ به بندرعباس عزیمت کرد و در آنجا ساکن شد، بهمنی مسئول چاپخانه دنیای چاپ بندرعباس و مدیر انتشارات چی‌چی کا در گویش بندرعباسی به معنی قصه در بندرعباس است



عشق از جمله مضمون غزل‌های اوست. بسیاری بر این عقیده‌اند که غزل‌های او وامدار سبک و سیاق نیما یوشیج است. آنچنان که خود او می‌گوید: «جسم غزل است اما روح همه نیمایی است در آینه تلفیق این چهره تماشایی است.» نخستین شعر بهمنی در سال ۱۳۳۳، یعنی زمانی که او تنها ۹ سال داشت، به چاپ رسید. او برگزیده اولین دوره جشنواره بین‌المللی شعر فجر در بخش شعر کلاسیک بود. محمدعلی بهمنی، ۱۹ خرداد ۱۴۰۳ دچار سکته مغزی شد و بعد از چندی با بیهوی و ضعیتش از بیمارستان مرخص شد.

او بار دیگر، ۳۱ مرداد همان سال در پی سکته مغزی مجدد و خونریزی مغزی شدید در بیمارستان تندیس تهران بستری شد و تحت عمل جراحی قرار گرفت. او سطح هوشیاری مناسبی نداشت و وضعیتش به وخامت کشید. وی سرانجام، حوالی ساعت ۲۳ جمعه ۹ شهریور ۱۴۰۳، در سن ۸۲ سالگی پس از ناموفق بودن عملیات احیای قلب درگذشت.



محمدعلی بهمنی

«۱۳۲۱-۱۴۰۳»

روحش شاد و یادش گرامی



ماهنامه زمشاد زمانی



خوب ترین سرگردانی داشته می باشد
خوب ترین سرگردانی داشته می باشد ؟

حروف نزدیک از مردم باز کننده
دیر زمانی است که بارانی داشت

حروف نزدیک، حروف نزدیک، سال هاست
تشنه یک صحبت طولانی داشت

ها به کجا میکشی داشت خوب منزه
ها نکشانی به پیشانی داشت .



با همه بی سرو سامانی داشت
باز به دنبال پیشانی داشت
طاقت فرسودگی داشت بچ نیست
در پی ویرانگر شدن آن داشت

آمد داشت بلکه متعاهدم کنی
عاشق شد از خط سر طوفانی داشت
دنجوش گرامی کسی نیستم
آمد داشت تا تو بوزانی داشت

آمد داشت با عطش سال ها
تاتو کمی عشق بنوشانی داشت
ماهی برگشته زد ریا شدم
تاتو بکیر سر و بیرانی داشت



سفره افکار

نویسنده: صغریه جوانبخت

(روانشناس)



آدمیزاد چیست؟

مدتی پیش، پیامهای شخصی نویسنده ناشناسی را در صفحه اجتماعی اش می‌خواندم؛ پیام‌هایش سرشار از درد و رنج بود، در واقع انعکاس ناامیدی بود و یاًس نهفته در کلماتش نشان می‌داد که بلور روحش شکسته و خرد و خاکشیر شده بود.

رسیدم به آخرین جمله‌اش که نوشته بود: «من آماده‌ام که آخرین آجرم هم فروبریزد و بعد بلند شوم و دوباره شروع کنم به ساختن.» این جمله، مرا نگه داشت. به نظرم جمله‌ای عمیق و قدرتمند آمد و تا مدت‌ها بعدش، به دیوار ذهنم ضربه می‌زد که چه اتفاقی در درون یک فرد رخ می‌دهد، فردی که خانه وجودش ویران بود و تا مدت‌ها در آن ویرانی محصور بود، چه چیزی موجب شده که به همچین تصمیمی با خودش برسد؟!

برای کسی که روانشناسی شخصیت خوانده، شفای ناامیدی پاس کرده و همچون همه افراد معمولی دیگر، بر پیکر ناامیدی ضربه زده، و بارها و بارها این مسیر را طی کرده است این سوال مرا درگیر خودش کرد که چه اتفاقی در درون همچین فردی رخ داده است که به همچین تصمیمی با خودش رسیده است؟ پاسخ این سوال را میان صفحه‌های کتاب سووشون سیمین دانشور پیدا کردم؛ آنجا که نوشته بود:

«آدمیزاد چیست؟ یک امید کوچک.»



نویسنده: عاطفه مختاری

(شاعر، نویسنده و دانشجوی رشته روانشناسی)



روانشناسی و نظم

تسلط بر دیگران قدرت است؛ اما تسلط بر خود، قدرت واقعی است. انضباط شخصی و یا دیسیپلین چیست؟ چرا نظم و خصوصاً نظم شخصی مهم است؟ مزایا و راهکارهای تقویت نظم چیست؟ ما انسان‌ها در دنیایی پر هیاهو زندگی می‌کنیم و روزمره‌گی‌های ما مملو از وظایف و چالش‌هایی است که برای تحقق یافتن آن باید برنامه‌ریزی و مدیریت زمان را قبل از هر چیز بیاموزیم. که این مهم با نظم بخشیدن به زندگی میسر می‌شود.

نظم شخصی چیست؟

نظم شخصی یک مفهوم روان‌شناسی است که به توانایی فرد برای سازماندهی و مدیریت زمان، فعالیت‌ها و وظایف و منابع شخصی‌اش اشاره دارد. این مفهوم بیانگر توانایی فرد در برقراری سازگاری و هماهنگی میان اهداف و مقاصد خود و فعالیت‌های روزمره او است. نظم شخصی به عنوان یک عنصر مهم در تحقق موفقیت‌ها، تعادل روانی، و ارضای نیازهای روزمره انسانی، در ادبیات روان‌شناسی و مدیریت زمان مورد توجه قرار گرفته است. لازمه نظم شخصی، سازماندهی و انضباط می‌باشد.

سازماندهی به معنی برنامه‌ریزی و مدیریت و استفاده بهینه از زمان و انضباط به معنی پایبندی در اجرای برنامه‌های است. نظم و بلاخض نظم شخصی از اهمیت بسزایی برخوردار است چرا که با نظم از سلامت روانی بهتری برخوردار خواهیم شد و دچار استرس کمتری می‌شویم زیرا مدیریت زمان را آموخته‌ایم و می‌توانیم اهداف و کارهای روزانه خود را به بهترین نحو تقسیم و انجام دهیم و دچار چالش‌های کمتری شویم.

همچنین با داشتن نظم شخصی روابط اجتماعی بهتری خواهیم داشت زیرا در نگاه دیگران می‌توانیم بهترین ورژن خود را نشان دهیم و ارتباطات قوی تری را برقرار کنیم.

همه ما هر روز با افرادی برخورد می‌کنیم که در جمع دوستان و همکاران از احترام بیشتری هستند. چون این افراد با رعایت نظم شخصی به برهه وری و دستاورد بیشتری رسیده‌اند و به



ماهnamه زمشاد

همین علت مورد احترام و تمجید دیگران قرار می‌گیرند.

برای داشتن نظم شخصی و مدیریت زمان بهتر است از روش‌های مختلفی از جمله ماتریس یعنی تقسیم‌بندی زمان به بلوک‌های کوچک استفاده کنیم. مشخص کردن اهداف و نشانه گرفتن هدف اصلی از بین آن‌ها زمانی که اهداف خود را مشخص کنیم و آن را بر روی برگه‌ای بنویسیم و از بین آنها مهمترین‌ها را تیک بزنیم و با برنامه‌ریزی و چشم‌انداز از پیش تعیین شده، در راستای هدف مورد نظر قرار بگیریم بی‌شك از بسیاری از چالش‌ها به خوبی عبور خواهیم کرد و یادتان باشد همه‌ی کارها زمانی به سرانجام می‌رسند که دارای نظم باشند.

سپس چرایی انتخاب خود را مشخص کنید مثلاً چرا من علاقه‌مند به رشته هنر و ادبیات، پزشکی، مهندسی و یا هر چیز دیگری هستم. چرا می‌خواهم پیشرفت کنم و ارتباطات قوی داشته باشم و چراهای دیگر و حالا به پرسش‌ها با چگونه پاسخ دهید و هر زمان که کم‌آورده و مشکلات به شما فشار آورد و خواستید شانه خالی کنید مجدد یاد چراها و چگونه‌های خود بیافتد و دوباره و دوباره شروع کنید که لازمه تحقق هر هدفی داشتن پشتکار و اراده است که بی‌شك با نظم و برنامه‌ریزی زمان، دست یافتنی می‌شود.

ویکتور فرانکل روانپزشک می‌گوید: کسانی که «چرا» بی برای زندگی کردن دارند، می‌توانند تقریباً هر «چگونه» ای را تحمل کنند. چرای انجام کاری به ما انگیزه ادامه دادن و واپس نزدن در آن کار را می‌دهد.

این جمله را به زندگی‌تان سنجاق کنید که، آینه‌ای وجود ندارد که بتواند مارا به خود ما به هیات موجودی خارجی نشان دهد، چرا که آینه‌ای نیست که بتواند ما را از درونمان بیرون بشود. پس روانی دیگر و نظمی دیگر برای نگریستن و اندیشیدن دیگر لازم است.

چند مثال از نظم شخصی:

● مدیریت زمان داشته باشید و از شب قبل کارهای روزانه خود را یادداشت نمایید.



برنامه ریزی دقیق و منظم، پیمودن نیمی از راه است.
«ناپلئون هیل»

- سر وقت بیدار بشوید.
- غذای سالم بخورید.
- ورزش کنید.
- کارها را به موقع انجام بدهید.
- سعی کنید در انجام کارها استمرار داشته باشید و اهمال کاری نکنید.
- عادات خوب ایجاد کنید.
- به بقیه احترام بگذارید.



نویسنده: مرتضی وفادار

(کارشناس ارشد روانشناسی شخصیت)

به نام خالق زیبایی‌ها

در علم روانشناسی در حوزه درمانگری ما به شکل کلی و اصلی با سه رویکرد مهم سر و کار داریم که هر کدام از آنها به زیرشاخه‌های مختلف تقسیم‌بندی می‌شوند که همگی مهم و حیاتی هستند

اول: رویکرد روان‌کاوی

دوم: رویکرد رفتار درمانی

سوم: رویکرد موج سوم یا انسان‌گرایی

درمان مبتنی بر شفقت یا CFT

(Compassion-Focused Therapy - CFT)

رویکرد جدید و امیدبخشی در زمینه درمان اختلالات شناختی است که بر افزایش توانایی فرد در

داشتن شفقت به خود و دیگران تمرکز دارد. یکی از مزایای این درمان در بیماران مبتلا به اختلالات

شناختی، کاهش استرس و اضطراب خیلی کارساز است و در واقع می‌توان گفت یکی از بهترین و

موثرترین رویکرد در بحث توسعه فردی انسان می‌باشد که موجب رشد و تغییر فرد خواهد شد.

درمان متمرکز بر شفقت (CFT) یک سیستم روان‌درمانی است که آقای پل گیلبرت اولین بار

آن را ابداع و تدوین کرده است. این رویکرد از معروف‌ترین روان‌درمانی موسوم به موج سوم یا

انسان‌گرایی یا بشردوستانه است که تکنیک‌هایی را از رفتار‌درمانی شناختی به همراه ایده‌هایی از

روان‌شناسی تکاملی، روان‌شناسی اجتماعی، روان‌شناسی رشد، روان‌شناسی بودیستی و علوم

اعصاب را یکپارچه کرده است.

این رویکرد را می‌توان از جمله‌ها روان‌درمانی‌هایی یکپارچه‌نگری دانست که سعی کرده است تا

پلی بر شکاف سنتی مابین هیجان و شناخت در حوزه رفتار‌درمانی شناختی بزند. یکی از

موضوعات کانونی این رویکرد استفاده از آموزش ذهن مشفق برای یاری رساندن به افراد وايجاد ملایمت

دروني، امنيت و تسکين از طریق شفقت به خود و دیگران است.



تکنیک اصلی درمانی CFT آموزش ذهن مشق است. در این تکنیک به درمانجو مهارت‌ها و خصوصیات شفقت آموخته می‌شود. آموزش ذهن مشق به درمانجویان کمک می‌کند تا الگوهای شناختی و هیجانی مشکل‌ساز مرتبط با اضطراب، خشم، خودانتقادگری، شخصیت‌زدایی و شیدایی خفیف (هایپومنیا) خود را تغییر کند.

تکامل زیستی مبنای CFT را می‌سازد. در وجود انسان‌ها حداقل سه نوع سیستم تنظیم عاطفه تکامل یافته است: سیستم محافظت از خطر، سیستم سائق (جستجوی منبع) و سیستم تسکین. تاکید CFT بر ارتباط بین الگوهای شناختی و این سه سیستم تنظیم هیجان تاکید می‌شود. از طریق استفاده از تکنیک‌های نظری آموزش ذهن مشق و تکنیک‌های رفتاردرمانی شناختی به درمانجویان آموخته می‌شود که به طور موثری هر کدام از این سیستم‌ها را به طور موثری مدیریت کرده و به طور مناسب‌تری به موقعیت‌ها و شرایط پاسخ بدهند. در طول سالیان اخیر مقالات پژوهشی فرازینده‌ای اهمیت شفقت به عنوان راهی برای هدایت رفتار در شرایط مقابله با خطر و حل تعارض را نشان داده‌اند.

درمان متمرکز بر شفقت مخصوصاً برای درمان افرادی که شرم و خودانتقادگری زیادی دارند و نیز کسانی که در احساس ملایمت و مهربانی با خود یا دیگران مشکل دارند مناسب است. این مشکلات مرتبط با شرم و خودانتقادگری اغلب ریشه در آزار دیدگی، مورد قللری قرار گرفتن، نادیده‌گرفته شدن و یا کمبود محبت در خانواده دارد. با استفاده از CFT می‌توان به چنین افرادی آموخت تا در تعامل با خود و دیگران احساس امنیت و ملایمت بیشتری داشته باشند.

همیشه خاطرمان باشد که زندگی همه انسان‌ها را می‌آزاد چه ثروتمند چه فقیر چه باسواند چه بی‌سود و همه ما را با طعم تلخ درد آشنا می‌کند. همه ما به طور مکرر در زندگی فردی و اجتماعی خودمان، ناکامی، نامیدی، شکست، طرد شدن، بیماری، آسیب، تعارض، خصومت، سوگ، ترس، اضطراب، خشم، غصه، احساس گناه، عذاب و جدان، فقدان، احساس تنهایی، مشکلات سلامتی، اقتصادی



ماهnamه زمشار

و ارتباطی را تجربه میکنیم . متأسفانه وقتی درد عظیمی را حس میکنیم با خود به خوبی رفتار نمیکنیم شفقت به خود شامل تصدیق درد خود و پاسخ دادن مهربانانه به آن است . به عبارت دیگر معنای شفقت به خود رفتار با خود با همان ملایمت ، مراقبت و مهربانی است که وقتی کسی که دوستش دارد همان درد را میکشد به او ابراز میکنید .

واما مطلب آخر :

با یک دوست چگونه رفتار میکنید ؟ لطفاً یک برگه کاغذ و خودکار بردارید و به سؤالات زیر جواب بدھید :

۱. اول به آن مواقعي فکر کنید که یک دوست صمیمی احساس بسیار بدی نسبت به خودش دارد و دچار کشمکش درونی شدیدی از این بابت است . در این شرایط چطور با دوست خود رفتار میکنید (مخصوصاً اگر در بهترین حالت خود باشد) ؟ لطفاً آنچه انجام می دهید یا می گویید را نوشه و مخصوصاً به لحن صدای خود هنگام صحبت با دوستتان اشاره کنید .

۲. حالا به آن زمانهایی فکر کنید که در مورد خودتان احساس بدی دارید یا در حال کشمکش با خودتان احساس بدی دارید یا در حال کشمکش با خودتان هستید . معمولاً در این شرایط چطور با خودتان رفتار می کنید ؟ لطفاً آنچه انجام می دهید یا می گویید را نوشه و مخصوصاً به لحن صدای خود هنگام صحبت با خود اشاره کنید .

۳. آیا متوجه تفاوتی شدید ؟ اگر بله از خودتان بپرسید که چرا این تفاوت وجود دارد ؟ چه عوامل یا ترسهایی منجر به این می شود با خودتان و دیگران این قدر متفاوت رفتار کنید ؟

۴. لطفاً بنویسید که اگر با خودتان هم به هنگام بدحالی و رنج کشیدن همان طور رفتار می کردید با دوست خودتان به هنگام بدحالی او رفتار می کنید اوضاع چه تغییری می کرد ؟ چرا با خودتان مثل یک

دوست صمیمی رفتار نمی کنید و نتیجه آن را مشاهده نمی کنید ؟

پس

مرتضی وفادر



سفره‌ایت

اختلاف نظر در تعریف شعر

در حقیقت باید گفت که تعاریف بسیاری در این زمینه وجود دارد که از همان گذشته‌های دور گاه با هم در تضادند و یکدیگر را نقض می‌کنند. افلاطون، شعر را از جهت اخلاقی زبان آور و ویران گر میدانست و از دیدگاه معرفت شناسانه آن را دور از حقیقت و فاقد ارزش علمی می‌پنداشت.

او ارزش زیبایی شناسانی ادبیات را در نظر نمی‌گرفت یا ناچیز می‌شمرد و به جای آن از دیدگاه ارزش اخلاقی به ادبیات نگاه می‌کرد. ارسسطو برای پاسخ دادن به این شبیهات و انتقادات، رساله‌فن شعر را به رشته تحریر در آورد. از دید ارسسطو ادبیات، اعم از نثر و نظم و شعر، همچون سایر هنرهای دیگر، بر مبنای دو شالوده اساسی بنیان گرفته است. یکی از این شالوده‌ها طبیعت تقلید گر ذهن و روح انسان است و دیگری نیاز طبیعی اش به توازن، هماهنگی و ریتم است. ارسسطو عقیده دارد که تکامل هجوسرایی منجر به پیدایش سبک و اوزان خاصی در ادبیات شد که آن را اوزان ایامبیک نامیدند و تکامل بعدی آن سبب پیدایش کمدی در ادبیات شد؛ تکامل ستایش سرایی منجر به اوزان هروبیک شد که تکامل بعدی آن به پیدایش حماسه انجامید و سپس شاخه‌ای از حماسه سرایی به گونه‌ای خاص رشد کرد و به پیدایش تراژدی منجر شد.

همانطور که اشاره شد، در هر دوره‌ای شاعران و منتقدان و پژوهش‌گران سعی در ارائه تعریفی از شعر بوده‌اند و با این همه تفاوتی کلی بر سر تعریف شعر وجود ندارد. کوروش صفوی در گفتگویی به دشواری برای تعریفی برای شعر اشاره کرد و می‌گوید: سقراط و افلاطون هر دو شعر را نتیجه الهام می‌دانستند، اما ارسسطو نخستین کسی بود که سعی کرد قواعدی برای ادب و شعر و آفرینش‌های ادبی کشف کند. بر اساس تعاریف سنتی شعر کالمی است مخیل و موزون و از دید آنها که حضور وزن را در شعر ضروری نمیدانند و اصل موزون بودن را از شعر حذف می‌کنند، شعر کالم مخیلی است که متن‌من هنجار گریزی‌های شاعرانه است. اما واقعیت این است که امروز دیگر نمی‌توان شعر را به درستی تعریف کرد تا جایی که شاعری چون احمد شاملو معتقد است: نمی‌توان یک تعریف کلی از شعر

به دست داد . تعریفی که بر اساس آن ائیر الدین احسبکتب و صائب تبریزی و عارف قزوینی و مهدی حمیدی و مهدی اخوان ثالث و نیما یوشیج یکجا شاعر شناخته شوند .

تعریفهای سنتی درباره شعر اگر چه شرط الزم حداقل شعر را در بردارند . اما شرط کافی حداکثر را در بر نمی‌گیرد . یعنی بیشتر ناظر به عناصر صوری و فیزیکی شعر هستند . نه جوهره درونی و متافیزیکی آن ، حقیقت درونی شعر ، نه تعریف پذیر ، نه ترجمه پذیر و نه تقدیر پذیر است . به این معنی بیشتر ناظر به عناصر صوری و فیزیکی شعر هستند . نه جوهره درونی و متافیزیکی آن ، حقیقت درونی شعر ، نه تعریف پذیر ، نه ترجمه پذیر و نه تقدیر پذیر است .

به این معنی شعر خود زندگی یعنی تجربه زیستن است . پس مانند خود زندگی ، مقول به تشکیک و دارای مراتب و مدارج عالی و سافل است ، شعر هم شور محض است مثل ترانه‌های فایز دشستانی ، هم شعور محض مانند قصاید ناصر خسرو و هم آمیزهای از شور و شعور مانند شعر حافظ اما باید دانست که همین کوششها در راستای تعریف و توصیف شعر ، خود باعث پدیدار شدن مکتبهای گوناگون ادبی شده است . بدیع و بیان ، معانی و بالغت از درون گفتگوهای ادبی سر برون آورده‌اند .

برگرفته از کتاب شعر کهن پارسی

قالیف : عارف ایمانی



نویسنده: یامک عشقعلی

(شاعر و نویسنده)



شعر و تاثیر آتش بر انسان و زندگی

شعر یک راه عالی برای یادگیری است: از آنجا که مهارت‌های نوشتاری و شفاهی کودکان و نوجوانان در عصر ما تقریباً افت کرده است. شعر می‌تواند به آن‌ها کمک کند که با ریتم یاد بگیرند و کلمات را با وزن و آهنگ کنار یکدیگر قرار دهند. در نتیجه لذت و اشتیاق به یادگیری در آن‌ها افزایش پیدا می‌کند و روحیه خلاقانه آن‌ها نیز بالا می‌رود که تاثیر بسیار زیادی در پروسه یادگیری دارد. در نتیجه شعر به آن‌ها کمک می‌کند تا توانمندی‌های خودشان را ارتقا دهند.

شعر برای ارتقای مهارت‌ها مفید است: نوشتن، صحبت کردن و فهمیدن، همگی تحت تاثیر استفاده از شعر است. قانون‌های یادگیری برای نوشتن و شکستن این قوانین با شعر یک نوع زیبایی را به نوشتار می‌دهد. خواندن شعر با صدای بلند با ریتم و وزن، به حرکت بهتر زبان و سخنوری بهتر افراد کمک می‌کند. در نتیجه مهارت ارتباط شفاهی آن‌ها بهبود پیدا خواهد کرد. از طرفی تلاش برای فهمیدن شعر، ذهن را به چالش می‌کشد و آن را فعال نگه می‌دارد.

شعر لذت بخش است:

حقیقت این است که ما انسان‌ها خیلی از کارهارا برای این انجام می‌دهیم که لذت بخش هستند. شاید هر کس از ما بپرسد که چرا کار مورد نظر را انجام می‌دهی، در جواب برای او دلایلی بیاوریم. اما این دلایل حقیقتاً نوعی لایوشانی است برای واقعیت که ما از آن کار لذت می‌بریم. واقعاً چرا باید لذت بردن را پنهان کنیم؟! آدم با خواندن شعر لذت می‌برد. هیچ دلیلی هم شاید نتوان برای آن شمرد. برخی از کارها برای انسان لذت بخش است. یکی از لذت بخش‌ترین کارها برای اغلب انسان‌ها شعر خواندن است.

شعر خواندن زمان زیادی نمی‌خواهد:

اگر وقت زیادی برای تمام کتاب‌های بلند ندارید، شعر بخوانید. خیلی از اشعار شاعران ما بلند نیستند و به راحتی می‌توانید در زمان کوتاه شعر بخوانید.



ماهنامه زمینه زبان

با خواندن شعر جهان را از دریچه دیگر ببینید :

شعر کمک می کند جهان بهتری داشته باشیم. شاعران نگاه ما به جهان و پیرامون آن را عوض کرده و جزم و جمود گرفته ما نسبت به جهان را با ذکاوت و ظرافت به چالش می کشند و به ما با زبان شعر می فهمانند که می توان طور دیگر دید و نگریست.

شعر زبان و روان آدمی را تلطیف می کند :

شاعران دلنشیں سخن می گویند به صورتی که آدمی می تواند ساعت ها به صحبت های آن ها گوش دهد، بدون اینکه به ذهنش فشار بیاید.

شعر به بہبود ایده ها کمک می کند :

آیا تا به حال برایتان پیش آمد که یک جانشسته باشید و ندانید چه چیزی می خواهید بنویسید؟ انتخاب کردن یک شعر و خواندن قسمت های مختلف آن از شعرهای کلاسیک گرفته تا شعرهای نو، ایده های زیادی را در سر شما ایجاد می کند. خواندن و نوشتمن شعر باعث می شود در مورد ایده های جدید فکر کنید و از ایده های قدیمی خود نیز استفاده کنید. در واقع یک نوع تجربه در اختیار شما قرار می دهد.

شعر برای نویسنده اش یک راه درمانی است :

شعر نوشتمن یکی از درمان های هنری خلاقانه است که از فهم کلمات نوشته شده و ارتباط برقرار کردن و بیان احساسات و افکار استفاده می کند. معمولاً شعر کوتاه است اما احساسات زیادی در آن گنجانده شده است. نویسنده گان با بیت های مختلف در شعرها ارتباط برقرار می کنند. افسردگی و اضطراب دو مورد از مهم ترین بیماری های ذهنی هستند و می توانند با شعرخوانی تحت درمان قرار بگیرند. در واقع با شعر می توان به عمیق ترین ابعاد روحی یک نفر پی برد. این که بخواهیم احساسات خود را بیان کنیم، کار راحتی نیست اما شعر به شدت در این کار به ما کمک می کند.

شعر راهکار های فلسفی به زبان ساده است :



ماهنامه زمینه زنی

شاعران اصطلاحات پیچیده اندیشه‌های خود را درباره معنا و مفهوم زندگی را با زبان ساده بیان می‌کنند
شما می‌توانید نظریه فلسفی را که فقط افراد خاصی آن را می‌فهمند، در قالب شعر یاد بگیرید.

شعر قدرت بیان آدم را بالا می‌برد :

دایره واژگان خیلی از ما خیلی وسیع است. اما شاید ما نتوانیم در زندگی روزمره خیلی از این لغات را به کار ببریم، اما می‌توانیم با شعر خواندن ذهنمان را تمرین دهیم که با آن لغات غریبه نشود.

انسان در زندگی امروز خیلی از زور بازوی خود استفاده نمی‌کند. برای همین برای اینکه دچار ضعف عضلانی نشویم خود را مجبور به تحرک می‌کنیم. چگونه؟ باورزش کردن. دایره واژگان خیلی از ما خیلی وسیع است. اما وقتی از یک خزینه استفاده نشود، می‌گندد. به همین راحتی. شاید ما نتوانیم در زندگی روزمره خیلی از این لغات را به کار ببریم، اما می‌توانیم ذهنمان را تمرین دهیم که با آن غریبه نشود.

شعر احساس مردان را بیدار می‌کند :

شعر نگاه جامد مارا نسبت به دنیا عوض می‌کند و به حرکت در می‌آورد و مردان با خواندن شعر می‌توانند با عواطف و احساسات خود آشنا کرده و جهان را طور دیگر ببینند.

شعر برای خواننده یک درمان است :

افرادی که در ابراز احساساتشان مشکل دارند، باید شعر بخوانند تا تاثیر مثبتش را ببینند. خواندن شعر به فرد اجازه می‌دهد که وارد عمق ترین ابعاد روحی خودش یا شخص دیگر شود.

همچنین بتواند به قلب و ذهن خود رجوع کند و درهای احساسات خود را بگشاید و اجازه ندهد که احساساتش سرکوب گردد. خواندن شعر یک نوری را در وجود شما روشن می‌کند که می‌توانید به راحتی آن را ابراز کنید.

با شعر از راه‌های محدود رها می‌شویم :

شعر شما را از راه‌های محدودی که می‌بینید و حس می‌کنید رها می‌کند. شعر، در ذهن تصویری



ماهنامه زمشار

غیر قابل انکار ایجاد می کند که راه های جدیدی برای تجربه کردن جهان و بیان افکار را پیش روی شما می گذارد.

شاعران میان منطق آشنای اذهان و منطق ناشناخته تخیل شاعرانه پیوند برقرار می کنند و مخاطبان خود را از دنیای عادی و مأنوس و تکراری جدا کرده و راه های جدید در برابر آنها می گذارند.

شعر کمک می کند که اهمیت کلمات را متوجه شوید :

شعر کوتاه است اما جملات به صورت استراتژیک در آن به کار رفته است. نوشتن و خواندن، اهمیت هر کدام از کلمات را به تنهایی نشان می دهد. گاهی اوقات بدون یک کلمه جداگانه، کل ریتم شعر به هم می خورد و معنی آن نیز کاملاً از بین می رود. نوشتن شعر یک فرد را مجاب به فکر کردن و بازبینی می کند. کلمات در شعر مانند معجزه عمل می کنند.

شعر ایده های جدید به شما می دهد :

خواندن شعر دریچه های جدیدی را رو به ذهن شما باز می کند. با خواندن شعرهای شاعران مختلف با تفاوت دیدگاه ها و سبک آنها آشنا شده و می توانید چیزهایی که در ناخودآگاه شما وجود دارند و یا دور از واقعیت های عقلی هستند را به رشتہ کلمات درآورید و تصاویر و استعاره های ناب و بکر خلق کنید.

شعر کمک می کند که انسان های اطرافتان را درک کنید :

یکی از مشکلاتی که افراد در طول زندگی آن را تجربه می کنند، توانایی درک کردن است. چنانچه در نمناک عنوان شده است درک نکردن و یا کج فهمی در مورد دیگران قطعاً نامید کننده خواهد بود. خواندن و نوشتن شعر این توانایی را به افراد می دهد تا یکدیگر را درک کنند.

با خواندن شعر می توانید دیدگاه نویسنده را متوجه شوید. در نتیجه ماهیت واقعی شعر به یک خواننده ناشناس انتقال پیدا می کند. پس کم کم توانایی درک شما افزایش پیدا کرده و مburی شما برای فهم و همدلی با دیگران نیز بالا می رود.



ماهنامه زمشاد

شعر کمک می کند که خودتان را بشناسید :

آیا تا به حال شده است که خودتان را درک نکنید؟ در مورد احساسی که دارید تعجب کنید و ندانید که چه چیزی می خواهید؟ قطعا از این حسی که دارید نامید شده اید. افراد دیگر نیز شما را نمی فهمند. یکی از بهترین راه ها برای حل این مشکل، شعر نوشتمن است. در واقع شعر نوشتمن آشتفتگی های جهان اطراف شما را آرام می کند. شعر نوعی کنایه است و از بیان جملات مستقیم خودداری می کند و در نتیجه راهی برای کاهش اضطراب و خشم است، شما را وادار به فکر کردن می کند و نقطه نظرات مختلف را پیش روی شما قرار می دهد و باعث می شود که دیدگاه گستردگی تری داشته باشد. شعر باعث می شود که ارزش واقعی خود را بفهمید و به نیروی درونی خود پی ببرید.

شعر، قسمتی از دانش بشری است :

این جمله در واقع سخنی از فرانسیس بیکن نویسنده و فیلسوف انگلیسی است. سخن او بخش مهم و بزرگی از هدف شعرهای زیبا را به تصویر می کشد. تصور جهان بدون شعر مانند دنیا بدون خورشید است. نوری که به کمک شعر به اندیشه و قلب انسان ها تابیده می شود، در واقع نشر و بیان تمامی مواردی است که شاید با نگارش صد جلد کتاب بتوان به آن دست یافت. مزیت خواندن شعر این است که در حد چند خط (بسته به قالب آن) می تواند اطلاعات و مفاهیم مهمی را به ما منتقل کند. شاید به همین علت است که می توان اظهار کرد؛ شعر گفتن کار هر کسی نیست.

خواندن شعر زیبا حافظه را تقویت می کند :

حفظ کردن شعر یا خواندن دائمی آن در عین حال که زود در ذهن نقش می بندد، باعث تقویت حافظه می شود. شعر مانند یک زبان جدید به شما اجازه نمی دهد تا به راحتی دچار فراموشی و از یاد بردن اطلاعات مهم شوید. در واقع می توان گفت که شعر مانند تصاویر عمل می کند. از آنجایی تصویر ها بهتر از متن ها در ذهن مخاطب ثبت می شوند، شعر با داشتن حالتی موزون یا اشاره به نکات

کوچک، یکپارچه و مفهومی سریعتر در ذهن نقش می‌بندد.

به عنوان مثال می‌توان به سادگی شعری که چندین سال پیش خوانده اید را حتی در حالت دست و پا شکسته به یاد آورید؛ اما به یاد آوردن پاراگراف یک متن چندان عادی نخواهد بود. خواندن شعرهای زیبا این امکان را به شما می‌دهد تا بدون نیاز به هیچگونه ابزار یا روش روتین و تکراری خاصی ذهن و حافظه بلندمدت خود را تقویت کنید.

رابطهٔ خواندن شعرهای زیبا و پرورش خلاقیت:

اگر به دنبال راهی برای پرورش خلاقیت و تفکر عمیق هستید، یک کتاب شعر عاشقانه کوتاه یا شعر نو در دسترس می‌تواند، بهترین چیزی باشد که تنها با روخوانی آن می‌توانید، شاهد جرقه‌ای نور ذهن تان باشید. هر شاعر با نوشتن یک شعر جدید یا باقی‌گذاشتن آثار قدیمی‌اش برای دیگران، مانند یک تلنگر عمل می‌کند. تلنگری که در طول زمان فرسوده نمی‌شود و تمام مردم یک منطقه (حتی مردمی با فرهنگی متفاوت) می‌توانند به آن تمسک بجوینند.

حال ارائه نصیحت و تجربه‌های زیستی در برخی از شعرهای خود می‌تواند الگویی برای افرادی باشد که نیازمند دسترسی آسان به تفکرات نازه هستند. این تفکرات اگرچه می‌توانند مربوط به یکسال پیش یا چندین قرن پیش باشند، اما پایدار ماندن آنها در طی زمان نشان دهنده این است که عصر ماشینی هنوز نتوانسته است ابزاری مانند شعر برای تفکری نازه خلق کند؛ و این یعنی انسان همیشه به کمک شعر، یک گام جلوتر است.

خواندن شعر و یافتن لغات جدید:

حتی کلماتی که ممکن است در برخی اشعار نامفهوم باشد شمارا به آن وامی دارد تا به سراغ فرهنگ لغت رفته و به دنبال معنای آن باشید. بسیاری از افرادی که از کلمات خاص و کمتر شنیده شده استفاده می‌کنند عموماً کسانی هستند که نه رسمای مدرک عالی از یک دانشگاه معتبر دارند و نه مقالات



علمی می نویسند. راه دستیابی به این مقوله تنها با خواندن شعر و مطالعه داشتن میسر می شود. به کمک شعر حتی در گفتگوهای روزانه ، شما می توانید عمق سخنان خود را بالاتر برده و با جملات کوتاه اما کاملاً رسا ، مفهوم سخن خود را به افراد مختلف بیان کنید . به کمک خواندن شعرهای زیبا شما نفوذ کلامی خود را بالاتر برده و بر اساس آنچه که در بخش قبلی گفته شد می توانید حافظه بهتری نیز در بیان جملات مختلف ، داشته باشید . خواندن شعرهای زیبا به شما قدرت تحلیل بیشتری از مسائل می دهد. به لطف وجود موضوعات مختلف در شعرها ، شما می توانید در تمامی جنبه های زندگی و ارتباطات اجتماعی از آنها استفاده نمایید و الگوهای ذهنی را به آسانی پیدا کنید .

روانکاوی با کمک شعرهای زیبا :

خواندن شعر به مثابه مراجعه به یک پزشک روانشناس می ماند . شعرها می توانند با توجه به ارائه انگیزه ، به اشتراک گذاری تجربیات و ارتقا سطح فکری فرد ، باعث بهبود حال وی و به دست گرفتن کنترل اوضاع شوند. شما در هنگام خواندن شعرهای زیبا حتی به صورت ناخودآگاه می توانید این مزایا را کسب کنید. شعر خوانی اگر چه به صورت گفتگو میان دو نفر انجام نمی گیرد پیدا کردن شعری که مناسب و مرتبط با حال و روحیه یک شخص نوشته شده باشد، مانند پیدا کردن یک دوست آشنا در جمع افراد غریبه است .

خواندن شعر به شما این امکان را می دهد تا اگر افسرده و غمگین هستید یک روزنه امید برای تسکین ناراحتی و اندوه خود بیابید . در اختیار داشتن یک کتاب شعر مانند پنجره ای رو به تمام جهان است . با پرداخت هزینه ای محدود شما می توانید یک گفت و شنود میان خود و کتاب شعری داشته باشید که عملأ نصیحت تان نمی کند؛ بلکه اجازه می دهد تا با منطق و استدلال خود به طور روزانه از پیرامون امن بیرون آمد و روان سالم تری داشته باشید .

شعر خواندن زمان زیادی نمی خواهد :



ماهنامه زمشاد زمان

شاید شما هم دوست داشته باشید کتاب بخوانید، اما می‌ترسید باز هم کتابی را بخرید و آن را تمام نکنید. مانند دفعه قبل که رمان برنده جایزه نوبل را از نمایشگاه کتاب خریدید و بعد از خواندن مقدمه، آن را به سرنوشت دیگر کتاب‌های کتابخوانه‌یتان دچار کردید.

توصیه می‌شود که اگر وقت خواندن رمان‌های بلند را ندارید شعر بخوانید. خیلی از اشعار شاعران ما بلند نیستند و به راحتی می‌توانید در موقع انتظار برای مترو، انتظار برای ویزیت دکتر یا ... شعر بخوانید.

دیدن جهان از دریچه دیگر :

جهان با همه اجزایش شاید به جای اینکه جامد باشد، مایعی باشد که می‌تواند به شکل مظروفش درآید. چرا باید همیشه مفاهیم و پدیده‌هارا به یک شکل خواند و دید؟! شاعران نگاه جزم و جمود گرفته ما نسبت به جهان را با ذکاوت و ظرافت به چالش می‌کشند و به ما تذکر می‌دهند که می‌توان به گونه دیگر هم دید و نگریست. دلایل زیادی وجود دارد که به شما می‌گوید چگونه.

شعر زبان و روان آدمی را تلطیف می‌کند :

واقعات به حال به سخنرانی‌های افرادی که با شاعران گذشته ما آشنایی دارند گوش نداده‌اید که چقدر دلنشیں سخن می‌گویند. طوری که آدمی می‌تواند ساعت‌ها به صحبت‌های آن‌ها گوش دهد. بدون اینکه به ذهنش فشار بیاید. واقعاتصور می‌کنید که زبانی به این شیرینی از یک روان لطیف نشات نمی‌گیرید؟!

شعر راهکارهای فلسفی است به زبان ساده :

مگر می‌شود کسی تا به حال از خودش نپرسیده باشد که چرا زنده است و هدف جهان چیست؟ معنای زندگی چیست و چرا باید آن را زیست احتمالا همه ما فارسی زبانان نام خیام را شنیده‌ایم؛ و خیلی از ما بدون اینکه بدانیم با در زندگی روزمره با افکار او انس گرفته‌ایم.

ماهنامه زمستانی

می‌دانیم که به جای سعی و تلاش بی‌خود و بی‌جهت برای این دنیای فانی باید نشست و دم را به شادمانی گذران که هر چه داریم همین دم است و بقیه چیزها در قالب همین دم معنی پیدا می‌کنند. کتاب رایگان ریاضیات خیام را دریافت کنید.

شاعرانی مانند عمر خیام به جای اینکه در قالب کتاب‌های فلسفی با اصطلاحات پیچیده اندیشه‌های خود را درباره معنا و مفهوم زندگی بیان کنند، با زبان ساده مردم کوچه و بازار حرف می‌زنند. حقیقتاً یک مشت نظریه فلسفی که فقط افراد خاصی آن را می‌فهمند به چه درد می‌خورد وقتی دردی از بشر دوا نمی‌کنند و او را در پاسخ بنیادی‌ترین پرسش‌های زندگی‌شیاری نمی‌کنند.

شعر زنانگی مردان را بیدار می‌کند:

اگر زن هستید می‌توانید از روی این شماره بپرید! شاید بشود گفت شعر زنانگی است. شعر همانطور که در بالا گفته شد نگاه جامد ما را نسبت به دنیا عوض می‌کند و به حرکت در می‌آورد. از این نظر شاید بشود گفت مردان با خواندن شعر بازن درون خود آشتنی کرده و البته جهان را جای بهتری خواهند کرد. درباره این قسمت می‌توان زیاد سخن راند. اما گفته‌اند زنان را نمی‌شود فهمید که بهترش این است آن‌ها را نباید فهمید باید مانند شعر آن‌ها را خواند و گذر کرد. واقعاً غیر حرفه‌ای است که بپرسیم معنی شعر چیست. چرا غیر حرفه‌ای نباشد که بخواهیم زن‌ها را بفهمیم؟!





محمد رضا فردوسی نیا

(نویسنده)

مغض مریض

پیکره‌ای تراشیده از سنگ‌ها ...
اما آیا سنگ، رخم بر نمی‌دارد؟!
روحی که از او انتظار لطافت می‌رود
حال سنگی است که نقش و نگارهای بسیار دارد
در نگاه اول آثاری ماندگار
که مسئول خیرگی چشم‌هاست
عزیز جان!
سنگ هم رخم بر نمی‌دارد ...
سنگی که در روزگاری دور
ریشه در لطافت داشته ...

رخمهای عمیقی که گاهها
بوی عفونت برخاسته از دلتنگی
در زیر خاکستر ظاهر سازی،
مشام پایه و بنیان وجود را پُرمی‌کند ...
عفونتی که به استخوان وجود احساس بر سد
زنگ خطر عقل و منطق را به صدا در می‌آورد
قلب و احساس به تلش بیبودهی عقل و منطق
لبخند می‌زند ...
بعد از گذشت ساعتها از مرگِ تن،
کدام ولتاژی قادر به تداوم جریان می‌باشد؟!

محمد رضا فردوسی نیا

(نویسنده)



من برای دروغ‌هایم پدر ژپتو
و برای تاکسی‌های رگ‌هایم تا کسی خون نخواهد
راه نمی‌افتم!

تاک، سی معنی هم داشته باشد باز انگور را
به یاد می‌آورد و از دوست داشتن
به جز چشم، چیزی به چشم می‌آید؟
من از آجر به آجر وابستگی می‌ترسم
از سیمانی که بالبها بی آمیخته می‌شود
واز آغوشی که گرمایی را به ارمغان می‌آورد
تو در پس کدام عقربه، عقرب مذهب قلبم شدی
که عق رب العالمین، طعنهای به قبله است!

آخ که مرا آتشیست این منظومه کرده‌ای
و من در پس کوچه‌های نثرهایم
ضجهای از احساس می‌زنم
به شعر من چه کسی خیره می‌شود؟
یک نقطه‌اش را می‌زند و
خبره‌ی پارادوکس در ایهان نگاه می‌شود؟
کیست که به قافیه‌هایم دوست دارم می‌گوید؟
آخ که وزن مرا از بین برده‌ای و

محمد رضا فردوسی نیا
به جرم عاشقی، جرم مرا به نوشهای دادی ...
پی نوشت: بعضی دروغ‌ها بخشیده نمی‌شن ... مثل جمله‌ی دوست دارم.
رها معصوم

نویسنده: محمد شرف فرد



تلاطم

ساعات کاری ادارات تمام شده و مترو مثل همیشه مملو از جمعیتی بود که برای رفتن به خانه لحظه شماری می‌کردند، صدای زنی از بلندگوهای ایستگاه شنیده شد که گفت: «لطفا از خطوط زرد رنگ فاصله بگیرید قطار نایک دقیقه دیگر وارد ایستگاه می‌شود .»

تمامی مسافرانی که در محوطه ایستگاه منتظر ورود قطار بودند همچون افراد مسخ شده به سمت چپ خیره شدند انگار با آمدن این جعبه فلزی پر سرعت از بند مقرراتی که در محیط کار گربیان آنها را گرفته خلاص شده و می‌توانند خود واقعی شان باشند، قطار با به صدا در آوردن بوق کوتاهی ورودش به ایستگاه را اعلام کرد و در واگن‌ها بعد از چند ثانیه باز شد . اما کسی از جایش تکان نخورد ، همگی با چشمانی که از تعجب گرد شده به واگن‌های خالی چشم دوخته بودند و در ذهن‌شان فقط یک سوال تکرار می‌شد . «پس بقیه مسافرها کجا نیستند؟»

در افکار خودشان غوطه‌ورند که صدای پایی آنها را به خود آورد ، پسری جوان با موهای مشکی کوتاه و چشمان کهربایی رنگ جلویشان نمایان شد، صدای مامور اعلام حرکت قطار از بلندگوها شنیده شد که گفت: «مسافرین محترم لطفا سوار شوید .»

با شنیدن این حرف همگی مانند مورچه‌هایی که در لانه آنها آب ریخته باشند به سمت واگن‌ها هجوم آوردند و در کسری از ثانیه دیگر جایی برای سوزن انداختن نبود. در آخرین لحظات قبل از بسته شدن در واگن گربه‌ای سیاه با چشمانی فیروزه‌ای رنگ از میان جمعیت بیرون آمد و با پرشی خودش را به شانه پسر رساند .



- خیلی از من دور نشو لونا ، ما هنوز نمی دونیم توی این شهر چه خبره !

گربه ریز نقش چشمانش را کمی تنگ کرد و با بدخلقی به اطرافش چشم دوخت، صدایی در ذهن سر طنین انداز شد . « از اینجا اصلا خوشم نمیاد بهزاد! صدای زیادی رو می‌شنوم! میشه کاری بکنی که این صدایها قطع بشن ! ».

بهزاد نگاهی به ساعت مچی اش انداخت تنهای چند دقیقه به غروب خورشید مانده بود و در حالی که به دنبال خروجی ایستگاه می‌گشت گفت: « من که نمی‌تونم همه آدمای اینجا رو متوقف کنم! ». لونا پنجه کوچکش را مشت کرد و به پس کله او کوبید. « منظورم صدای دیگهای هست ! ». بهزاد نیشخندی زد و گفت: « آها افکارشون رو میگی! »

لونا سری تکان داد و با حالتی نامیدانه به او نگاه کرد . « آره افکار همه باهم قاتی شده اینجا خیلی پر سر و صداس ! ».

بهزاد بیشکنی زد و کلمه‌ای را بر زبان آورد : « سیلن سیو! »

به یک باره صدای افکار تمامی کسانی که در ایستگاه مترو بودند خاموش شد و همراه لونا به طرف خروجی به راه افتادند . هنگامی که بهزاد قدم بر روی اولین پله گذاشت حس کرد که نیرویی خبیث و شیطانی به دور گلویش حلقه میزند و گره آن همچون طنابِ دار تنگتر می‌شود . وقتی به خیابان شلوغ و پرسرو صدای رسید، نفس عمیقی کشید و هوای خنک و سرد پاییزی را به درون ریه‌هایش کشید . « مثل اینکه واقعاً توی این شهرن اطلاعاتی که رئیس بهمن داده درست بوده! »

لونا از روی شانه بهزاد پایین پرید و شروع به بو کشیدن کرد اما بویی لذیذ حواسش را پرت کرد و به سمت مغازه‌ای که پر از ماهی‌های سوخاری بود کشیده شد . جلوی ویترین‌شیشه‌اش ایستاد و با چشمانی که از هیجان برق می‌زد به ماهی‌های سوخاری خوشمزه و خوش آب و رنگ چشم دوخته بود . بهزاد به کنارش آمد و با دیدن هیجان لونا لبخندی ریز روی چهره‌اش نشست و گفت: « به نظر خوشمزه میان ! ».

کارتش را به مرد میانسال مغازه‌دار داد و یکی از آنها را خرید . لونا منتظر ماند که ماهی را به او



ماهnamه زمشاد

بدهد . اما بهزاد به سمت نیمکت قدیمی و کنهای که کمی دورتر از مغازه قرار داشت رفت، کاغذ دور ماهی را باز کرد و آنرا جلوی لونا گذاشت . بهزاد لرزشی را در جیب شلوار لیسیاه رنگش حس کرد موبایلش را بیرون آورد و به اسمی که بر روی صفحه ظاهر شده بود نگاهی انداخت "مینا راد" لونا با دهانی پُر پرسید . « کیه !

بهزاد نفسی را که در سینه‌اش حبس کرده بود از بینی‌اش بیرون داد . « رئیس !

صدای زنانه‌لطیف و آرامی از آن طرف گفت: « به شهر رسیدین ؟ »

بهزاد جواب داد : « بله خانو^m بدون هیچ دردسری به مقصدموں رسیدیم ! »

صدای گذاشته شدن فنجانی روی میز از پشت گوشی شنیده شد و مینا پرسید . « خب اونا واقعاتوی این شهرن ! »

بهزاد روی نیمکت چوبی لم داده و به افق سرخ رنگ آسمان شهر خیره شده، خورشید در حال پایین بود و آخرین بارقه‌های نورش مانند نخی نازک همه سعی‌شان را می‌کردند که همچنان گرمای خودشان را به این شهر سرد و یخ زده بتابانند . اما گویا شخصی با یک قیچی تیز این نخ نازک را بُرید و شب همچون هیولایی گرسنه که می‌خواهد شهر را ببلعد بر خیابان‌ها حکم‌فرماشد .

موبایل را با شانه‌اش گرفت و دستانش را در جیب کاپشنش فرو بُرد و گفت: « به محض ورود متوجه حضورشون توی این شهر شدم ! »

مینا نفس عمیقی کشید و صدای کشیده شدن خودکار روی کاغذ به گوش رسید . « پس یکی از شیاطین دنیای خلا واقعاتوی این شهره، تو یکی از بهترین افراد انجمن نیلوفر آبی هستی اما مراقب خودت باش و اگه کمکی نیاز داشتی میدونی که به سراغ کی بری ؟ و تماس بدون گفتن کلمه‌ای دیگر قطع شد .

بهزاد دستی در موهای مشکی کوناهعش کشید ، برای چند لحظه در افکارش گم شده بود که با صدای لونا به خودش آمد . « این دنیای خلا چطور جائیه ؟ »

بهزاد لبخندی زد و گفت : « یه دنیای تاریکه بین زمین و آسمون جایی که قدرت اهریمن محدود



ماهنامه زمشاد

زنگنه

شده بود و نمی‌تونسته به تنهایی از اونجا بیرون بیاد!»

لونا با کنجکاوی پرسید: «پس چطوری از اونجا فرار کرد؟»

بهزاد عینک روی چشمانش را کمی جابه‌جا کرد. «وقتی اهریمن به دنیای خلا تبعید شد موجوداتی شیطانی به اسم شبگیر بوجود آورد که می‌توانست از اونجا خارج بشن و انرژی‌های منفی آدم را جذب بکنن و برای اون ببرن و با اینکار توانست بعد از مدت‌ها از دنیای خلا بیرون بیاد». .

لونا آخرین تکه ماهی سوخاری را خورد و گفت: «یعنی فقط با جمع کردن انرژی منفی توانست از اونجا خارج بشه!».

بهزاد برای لحظه‌ای چشمانش را بست و ادامه داد. «نه اهریمن یه تیکه از چوب درخت زقوم رو با خودش داشت و با ترکیب کردن انرژی منفی با اون توانست قوی‌ترین چوب جادویی رو بسازه و با کمک اون از دنیای خلافرار کرد ولی چوب رو اونجا رها کرد!»

لونا با تعجب پرسید: «چرا؟»

بهزاد از داخل جیب کاپشنش آدامسی با طعم دارچین بیرون آورد و یکی از آنها را در دهانش گذاشت و گفت: «نمیدونم شاید می‌خواسته اون چوب جادویی رو برای کسی بزاره!» و از نیمکت سرد و یخ زده جدا شد و شروع به قدم زدن در امتداد خیابان کرد.

لونا هم به دنبالش به راه افتاد و پرسید. «خب اول کجا بریم؟»

بهزاد جعبه مربع شکل کوچکی که بدنه‌اش از چوب گرد و ساخته شده را از جیب کاپشنش بیرون آورد و درش را باز کرد شبیه به قطب‌نما بود با صفحه‌ای سفید که عقربه‌ای چوبی در وسطش دیده می‌شد. روی آن تصاویر متفاوتی از موجودات جادویی حکاکی شده، از تصویر یک پری کوچک تا اسب تک شاخ و اژدهایی بزرگ که در راس آن قرار داشت. قطب‌نما را در کف دستش گذاشت و دور و برش را زیرنظر گرفت تا مطمئن شود که کسی او را نمی‌بیند و زمزمه‌کنان گفت: «موجودات مخفی شده در سایه‌های شب رو به من نشون بده!»



ماهnamه زمشاد

عقربه چوبی شروع به چرخیدن کرد و روی تصویر پری ایستاد، خط زرد کم رنگی پدیدار شد اما فقط بهزاد و لونا قادرند بودند این خط را که از میان ساختمان‌ها می‌گذشت ببینند.

خیابان‌های شلوغ شهر را یکی پس از دیگری پشت سر می‌گذاشتند تا اینکه به حومه شهر و خروجی یکی از فضلاب‌ها رسیدند. بهزاد قطب‌نما را بست و از پله‌های فلزی خزه بسته‌ای پایین رفت، به دری فلزی رسید و انگشت اشاره‌اش را روی بدنه قفلی که در ورودی با آن بسته شده بود گذاشت و کلمه‌ای را بر زبان آورد. «آبرتو!

حلقه آهنی قفل شکست و در را باز کرد. تاریکی مثل لحافی ضخیم همه‌جا را فرا گرفته بود برای لحظه‌ای نیروی عظیم و قدرتمند را حس کرد، موهای پشت گردنش سیخ شد و از جیب کاپشن‌ش چوب جادوی اش را بیرون آورد چوبی سفید رنگ که در انتهای آن حکاکی چهره یک ققنوس به چشم می‌خورد.

دستگیره روشن کردن لامپ‌های سقف کنار در بود بهزاد آنرا پایین کشید ولی چراغی روشن نشد چوب دستی اش را بالا گرفت و کلمه‌ای را بر زبان آورد. «لومنوس!» و نوری سفید رنگ از نوک چوب محیط اطرافش را مثل یک چراغ قوه روشن کرد.

- فکر کنم به غیر از اون پری‌ها چیز دیگه‌ای هم این پایین باشه!

لونا گفت: «من که چیزی خاصی حس نمی‌کنم!»

بهزاد چندبار دیگر دستگیره برق را امتحان کرد اما باز هم چراغی روشن نشد و در همین حین رو به لونا کرد و گفت: «بعضی‌ها می‌توانن انرژی خودشون رو طوری مخفی بکنن که تا لحظه آخر متوجه حضورشون نشی!».

خط زرد رنگ همچنان قابل دیدن بود و راهش را از میان تاریکی باز می‌کرد حسی عجیب بهزاد را آزار می‌داد انگار موجوداتی تشنگ به خون از درون تاریکی به هر دو نفرشان زل زده بودند ولی آنها وقتی برای تلف کردند نداشتند و به دنبال نور زرد رنگ به راه افتادند. به هیچ گونه موجود موذی در طول راه بربور نکرد، تا حالا فاضلابی بدون موش در عمرش ندیده، در همین



ماهنامه زمینه زنی

افکار بود که بویی ناخوشایند به دماغش خورد. بویی که برایش آشناتر از هر رایحه دیگری بود. کلمه‌ی «نُکس» را بر زبان آورد و نور چوب خاموش شد، کمی جلوتر شیب رو به بالایی توجهش را جلب کرد، بوی تعفن گوشت فاسد شده از آنجا به مشام میرسید، صدایی شبیه بال زدن به گوشش خورد و به لونا اشاره کرد که پشت سرش بباید.

با احتیاط طوری که کمترین صدا شنیده شود از شبیب بالا آمد، منظره‌ای را که می‌دید باور نمی‌کرد در اتفاقی گنبدی شکل با چندین راهروی بزرگ برای تخلیه آب و توربین عظیم خاموشی که در سقف برای تهویه هوا قرار داشت، کوهی از اجسام روی هم انباشته شده و پری‌های خاکستری رنگی که شمایلی مثل انسان داشتند در حال پرواز بر فراز این کوه که بوی تعفنش همه‌جا را گرفته بودند. تعدادی از پری‌ها به سمت جسدی رفتند و دندان‌های باقی مانده در دهانش را بیرون کشیدند و مشغول خوردنشان شدند.

بهزاد با دقت به پیرامونش نگاه کرد اجسام در همه‌جا به چشم می‌خورند انگار اینجا سالن غذا خوری این پری‌های کوچک به ظاهر بی‌آزار زیبا بود که حالا به قاتلانی خونسرد بدل شده‌اند. ولی چیزی درباره آنها ذهن بهزاد را به خودش مشغول کرده، این موجودات پری‌های دنیای خلا بودند اما چه کسی آنها را به این دنیا آورده. بهزاد که غرق در افکارش بود متوجه شد که لونا چند باری به پای او ضربه می‌زند و به کوه اجسامی که روبروی آنهاست نگاه می‌کند با کلافگی از او پرسید. «چیه لونا!»

لونا آب دهانش را قورت داد و با چهره‌ای رنگ پریده گفت: «قلب همه این آدم‌ها برداشته شده! فکر کنم می‌دونی این یعنی چی؟!»

هنوز حرف لونا تمام نشده بود که انعکاس صدایی مردانه و بم توجه آنها را جلب کرد.

- هر چقدر م که اینجا رو از موجودات موذی پاک بکنی بازم همیشه چندتایی پیدا میشن!

چشمان کهربایی بهزاد در جستجوی صدایی بود که شنیده و کمی دورتر روبروی یکی از کانال‌ها



ماهnamه زمشاد زنگنه

شخصی را که ردای سیاهی بر تن داشت دید. چهره غریبه در زیر باشلق رداش مخفی شده بود و فقط دستان لاغر و استخوانی اش که همچون شاخه خشکیده‌ای به نظر میرسید را میشد دید. بهزاد که پشت چندین جسد مخفی شده بود بیرون آمد و گفت: «پس گم شدن آدمای این شهر و استفاده از پری‌های دنیای خلاکار تو بوده!».

غریبه رداپوش چند قدمی جلو آمد و یکی از پری‌ها روی شانه‌اش نشست و شروع به نوازشش کرد و گفت: «دیگه وقتی که این موجودات دو پای نفرت انگیز از بین برم!» بهزاد چوب دستی اش را به سمت مرد غریبه گرفت و گفت: «به نظرم زیادی آدم خشنی هستی» مرد غریبه دستش را درون آستین رداش برد و چوبی دستی مشکی رنگی که چهره یک مار در انتهای آن حک شده را بیرون آورد.

بهزاد با دیدن آن شوکه شد و گفت: «این چوب دستی رو چطوری پیدا کردی؟» غریبه رداپوش نگاهی به چوب جادویی اش انداشت و نیشخندی زد. «زمانی که من رو به دنیای خلا تبعید کردن این چوب جادویی رو پیدا شدم که هدیه از طرف اون چوبی که توانایی تغییر ذات هر موجود جادویی رو داره!» مرد قهقهه ریزی سر داد و گفت ازت یه سوالی دارم. «تو هم حسش کردی نه! میدونم که تا به این شهر رسیدی تو هم حسش کردی!»

بهزاد به اجسامی که در کنارش بودند و بخار سیاه رنگی از بدنشان خارج میشد نگاه کرد و گفت: «منظورت انرژی منفی آدم است!»

غریبه رداپوش شروع به تشویق بهزاد کرد و با صدایی که خوشحالی در آن موج میزد ادامه داد: «دقیقاً می‌دونستم که تو آدم باهوشی هستی، بخاطر انرژی منفی این موجودات نفرت انگیز روح زمین داره زجر می‌کشه!»

بهزاد که سعی می‌کرد خودش را خونسرد جلوه دهد در جواب مرد گفت: «یعنی می‌خوای بخاطر همچین موضوعی نسل همه آدم را از بین ببری!»



ماهنامه زمشاد زمان

غريبه با نااميدی سري تکان داد و نفس عميقى کشید. «اين اصلا موضوع ساده‌اي نیست حرص، طمع، درويي، دروغ و هزار حس منفي ديگه اين آدماء باعث شده که روح طبيعت آلوده بشه!»

چند ثانيه‌اي سکوت برقرار بود که غريبه رداپوش با صدای بلندتری ادامه داد. «وقتی که همه اين موجودات کريه المنظر از بين برن روح طبيعت دوباره به آرامش ميرسه»

عرق سردی از پيشانی بهزاد به پايین سر خورد باورش نميشد که اين مرد چنین نقشه ديوان‌واری را در سر دارد، آب دهانش را قورت داد و گفت: «انرژی‌های مثبت و منفي در کنار همديگه باعث تعادل اين دنيا ميشن اگه يكى از اونها رو به کلى از بين بيري توازن طبيعت بهم می‌خوره!»

غريبه رداپوش چوب جادويي اش را به سمت بهزاد گرفت و با نيشخند گفت: «اين اصلا مهم نیست بعد از نابودی شما آدماء روح طبيعت درباره اينکه با شما چکار بکنه تصميم می‌گيره!»

چوب دستي اش را حرکت داد و تمامي پري‌هایي که در آنجا بودند دست از خوردن دندان‌های اجسام کشيدند و مانند دسته‌های زنبور به دور مرد غريبه جمع شدند.

دو دسته از پري‌ها از او جدا شده و به سمت بهزاد حمله‌ور شدند. بهزاد، لونارا از روی زمين برداشت و شروع به دويدن به سمت يكى از راهروها کرد، سرعت پري‌ها بيشتر بود و درست در يك قدمي آنها قرار داشتند که بهزاد چوب جادويي اش را به سمت شان گرفت و کلمه‌اي را بر زبان آورد "بومباردو" و انفجاری بزرگ در دل توده پري‌هایي که به دنبالشان بودند شکل گرفت و دسته آنها از بين رفت.

مرد غريبه با ديدن اين اتفاق قهقهه‌اي سر داد و با صدای بلندی گفت: «فکر نکن که به همین راحتی می‌تونی از دست من فرار بکنی!» و چندين دسته دیگر از پري‌ها به سمت بهزاد بورش برداشت بهزاد چندين بار دیگر از طسم "بومباردو" استفاده کرد ولی فقط موفق شد يكى از توده‌های پري را از بين ببرد. در اين مكان گنبدی شكل فرار از دست اين موجودات کوچک واقعا سخت بود، نگاهش به توربيين خاموش روی سقف افتاد و اين بار کلمه "ديساپيريت" را بر زبان آورد و در يك لحظه



ماهنامه زمشاد

از آن طرف توربین سر در آورد. غریبه رداپوش چوب دستی اش را به سمت اجساد پری‌ها گرفت و کلمه‌ای را بر زبان آورد: "فِروئلا"

بهزاد زیر لب گفت: «لعنی! حواسم به این طسم نبود باید پری‌ها رو پودر می‌کردم!»
رخم بدن پری‌ها مدوا شد و همگی دوباره به دور مرد غریبه جمع شدند. چوب دستی اش را بالا گرفت و گفت: «خب بچه‌های عزیز من وقتی که به این آدمای نفرت انگیز نشون بدیم که روح طبیعت چقدر از دستشون عصبانیه!»

پری‌ها با سرعت زیادی به سمت توربین حرکت کردند، صدای انفجاری عظیم در سطح شهر پیچید و همه کسانی که در آن نزدیکی بودند به سمت جایی که صدا را شنیده‌اند نگاه کردند. توده بزرگی از گرد و خاک آسمان شهر را فرا گرفته بود و بیشتر مردم از روی کنجکاوی به آن خیره شده بودند که ناگهان توربین بزرگ روی رستورانی که کمی دورتر از آنها بود افتاد و همگی وحشت‌زده شروع به فرار کردند.

مردی چاق که هم برگر نیمه خورده‌ای در دستش بود با ترس به خرابه‌های رستوران نزدیک شد پری‌ها با دیدن او به سمتی هجوم برندند و چندین دندان را از دهانش بیرون کشیدند. مرد از شدت درد به خودش می‌پیچید و سعی داشت از دستشان فرار کند اما پری‌ها فرصتی به او ندادند و باقی دندان‌هایش را هم از دهانش بیرون آورده و مشغول خوردن آنها شدند.

چندین نفر که شاهد این اتفاق بودند با وحشت از آنجا فرار کردند اما دیگر دیر شده بود، توده بزرگی از پری‌ها در آسمان شهر دیده می‌شد و مثل بارانی ناگهانی بر سر مردم شهر فرود آمدند. بهزاد به میان جمعیت رفت و با طسم‌های مختلف سعی می‌کرد که پری‌ها را از مردم عادی دور کند، اما کارش فایده چندانی نداشت صدای ساییده شدن دندان‌هایش از عصبانیت به وضوح شنیده می‌شد که صدای مرد غریبه توجهش را جلب کرد.

- بعد از قرن‌ها تحقیق متوجه یه موضوعی شدم انرژی‌های مثبت و منفی برای موجودات جادویی مثل یه رایحه خوشبو هستن و به سمت اوها جذب می‌شن، انرژی‌های منفی تاثیر بیشتری دارن و

ماهnamه زمشاد زنی

موندگاری این انرژی‌ها روی اعضای بدن آدمابیشتره ا

بهزاد که سعی می‌کرد خودش را آرام نشان دهد گفت: «منظورت از این حرف‌چیه؟!»

غريبه ردپوش به مردمی که در حال فرار بودند نگاهی کرد و ادامه داد: «بزار یه مثال برات بزنم گناه دروغ رو در نظر بگيرم، گناهی که خیلی‌ها به راحتی اون رو به زبون میارن، این گناه هم مثل بقیه یه رایحه خاص داره که تا مدت‌ها روی دندون‌های آدم باقی می‌مونه و من ذات پری‌ها رو تغییر دادم تا به این رایحه جذب بشن»

بهزاد گفت: «پس قصد داری همین بlarو سر بقیه موجودات جادویی دیگه هم بیاری!»

مرد غريبه باشلاق شنلش را کنار زد و گفت: «البته بعد از اينکه کارم با این شهر و مردمش تموم شد!»

بهزاد با چشماني که از تعجب گرد شده بود گفت: «امکان نداره ا تو چطور هنوز زنده‌ای!»

چهره پیرمرد لاغر و استخوانی بود با گونه‌هایی گود افتاده، موهای بلند سفیدش در باد تکان می‌خورد و با لبخندی کریبی که بر لب داشت بالذت کشته شدن بقیه را نگاه می‌کرد. چوب جادویی‌اش را به سمت بهزاد گرفت و کلمه‌ای را بر زبان آورد "رداکتو"

اما بهزاد با عکس‌العملی سریع از این طلسم فرار کرد و چراغ راهنمایی پشت سرش پودر شد. پیرمرد دوباره خنديد و شروع به حمله کرد و پشت سر هم از همان طلسم استفاده می‌کرد، بهزاد فرصت چندانی برای اجرای طلسم نداشت با اينکه حریفش مردی سالخورده بود اما سرعت اجرای جادوی بالایی را داشت و او فقط می‌توانست آنها را دفع کند.

پیرمرد نگاهی به آسمان بالای سرش انداخت، قرص کامل ماه در آن خودنمایی می‌کرد، لبخندی زد و گفت: «خب مثل اينکه امشب می‌تونم از شبگیرها استفاده کنم!»

بهزاد که پشت دیواری پناه گرفته بود باشنيدين اين اسم به سرعت بیرون آمد و چوبش را به سمت جايی که پیرمرد بود نشانه گرفت اما او در آنجا نبود. ناگهان حس کرد به زمين دوخته شده و به پاهایش نگاه کرد، دستانی سیاه رنگ آنها را گرفته بودند و اجازه نمی‌دادند که بهزاد حرکت کند.

صدای پیرمرد را از پشت سرش شنید که گفت: «به رئیست بگو "هوش تانه" به سراغ شما جادوگران

ماهnamه زمشاد زنی

خائن هم میاد البته اگه زنده موندی و کلمه "رداکتو" را بر زبان آورد و بدن بهزاد را زخم‌هایی عمیق فراگرفت و روی زمین افتاد.

به سختی نفس می‌کشید و در خون خودش که حالا مثل مردابی دورش را گرفته درحال غرق شدن بود، چوب دستی اش در دستش بود اگر می‌توانست آنرا بلند کند و طلسه "فروئلا" استفاده کند زخم‌هایش خوب میشد اما توانی برای بهزاد نمانده بود، لونا با نگرانی به کنارش آمد، نمی‌دانست که چکار کند. صدای ضربان قلب بهزاد رفته، رفتہ ضعیفتر میشد که صدای زنانه ولی نامفهوم را شنید دیگر نمی‌توانست چشمانش را باز نگه دارد و در آسمان بالای سرش نوری آبی رنگ را دید که تمامی پری‌ها را از آنها دور کرد و بیهوش شد.

درد همچون ماری در تمام استخوان‌های بدنش در حال خزیدن بود، حتی نمی‌توانست یکی از انگشتانش را حرکت بدهد. مثل یک مردۀ روی تخت دراز کشیده، بلاخره جرأت به خرج داد و پلک‌هایش را به آرامی باز کرد اما انگار نخم چشمان کهربایی رنگش در کوره آجر پزی درحال کباب شدن بود. اتاق در تاریکی مطلق فرو رفته و این احساس را به بهزاد میداد که انگار در چاهی عمیق افتاده و تنها کور سوی شب‌نماهای ستاره شکل سبز رنگی‌اند که به سقف اتاق چسبیده بودند.

هر طوری بود خودش را از تخت جدا کرد، تمام بدنش درد می‌کرد انگار در یک لحظه هزاران سوزن وارد بدنش می‌شدند. هنوز گیج بود و چشمانش به درستی محیط اطرافش را نمی‌دید، تنها صدایی که به گوشش میرسید آوای آزیر ماشین‌ها بود. چشمانش را به آرامی چرخاند و نگاهش به ساعت دیواری افتاد که چهار و سی دقیقه بعد از نیمه شب را نشان می‌داد.

صداهای دیگری توجهش را جلب کرد آوای آزیر ماشین‌ها و گریه و جیغ‌هایی که انعکاس آنها تا اینجا می‌آمد. در اتاق باز شد و باریکه نوری مشخص شد به آن سمت چرخید و لونارا در آستانه آن دید. با دیدن بهزاد که بیدار شده خودش را در آغوشش انداخت و بهزاد هم کمی او را نوازش کرد نفس عمیقی کشید اما دردی شدید در قفسه سینه‌اش حس کرد و پرسید. «چه اتفاقی افتاد انا جایی که یادم‌ه طلسه هوش‌تانه بهم خورد و من دیگه چیزی متوجه نشدم»

ماهنامه زمستانی

لونا که هنوز نگرانی در چشمانش موج میزد گفت: «شانس آور دیم که روناک پیدامون کرد!» صدایی لطیف و زنانه را از آستانه در شنید که گفت: «امیدوار حالت بهتر شده باشه! خدمات خیلی عمیق بودن!»

بهزاد به سمت صدایی که از سمت در اتاق شنیده بود چرخید چهره زن در تاریکی اتاق معلوم نبود و او فقط کاپشن مشکی و شلوار لی آبی او را تشخیص داد.

زن گفت: «همون طور که لونا بہت گفت اسم من روناکها چرا قبل از اینکه به این وضعیت نیوفتی با من تماس نگرفتی!» و به طرف اتاقی که چراغ‌هایش روشن بود رفت.

بهزاد که حالا احساس می‌کرد انرژی به درون بدنش برگشته از تخت جدا شد و از اتاق تاریک خارج شد. لونا هم در کنارش به آرامی حرکت می‌کرد ولی هنوز در نگاهش نگرانی به چشم می‌خورد بهزاد لبخندی به او زد تا نشان دهد که حالت بهتر شده.

نور زیاد اتاق چشمانش را اذیت می‌کرد اما بعد از گذشت چند ثانیه به آن عادت کرد، خانه روناک خیلی بزرگ نبود. دو مبل در اتاق نشیمن قرار داشتند که بهزاد روی مبل تک نفره نشست، فرشی کوچک در کف اتاق پهن شده و تلویزیون به دیوار روبرو که در آپارتمان کمی دورتر از آن دیده می‌شد نصب بود روناک همراه با لیوانی آب و قرصی در دست از آشپزخانه بیرون آمد و آنها را به بهزاد داد موهای بلند خرمایی رنگ و چشمانی سبز به زیبایی یاقوت داشت.

بهزاد قرص را در دهانش گذاشت و لیوان آب را یک نفس نوشید، نگاهی به اطرافش انداخت و روی سنگ آشپزخانه آکواریوم کوچکی توجهش را جلب کرد.

روناک که تا حالا ساکت بود پرسید. «خب نگفتشی چرا تنهایی ماموریت رو ادامه دادی!»

با شنیدن صدای روناک بهزاد به خودش آمد و گفت: «همه چیز خیلی سریع اتفاق افتاد! ما جایی رو که اون پری‌ها بودن پیدا کردیم، اما یه و اون پیرمرد جادوگر ظاهر شد و همه چیز بهم ریخت!» روناک به سمت کتابخانه کوچکی که در گنج سمت راست اتاق بود رفت و کتابی قطرور با جلد سبز یشمی از میان باقی کتاب‌ها بیرون آورد. «قبل از اینکه اون اتفاق برات بیوفته شنیدم که اون



ماهنامه زمستانی

پیرمرد اسمش رو به تو گفت یادت میاد چی بود؟!»

هنوز سردردی شدید بهزاد را آزار میداد با انگشتان شستش شروع به ماساز دادن شقیقه هایش کرد و

گفت: «خودش رو "هوش تانه" معرفی کرد، نمیدونم که این اسم رو کجا شنیدم!»

روناک شروع به ورق زدن صفحات کتاب کرد و بعد از گشتن چندین صفحه دست از ورق زدن کشید و

چند ثانیه‌ای سکوت کرد و بالاخره گفت: «خبر خوب اینکه فهمیدم که اون کیه و خبر بد اینکه اون

قویترین جادوگر تاریخه»

بهزاد با تعجب گفت: «منظورت چیه؟»

روناک شروع به خواندن صفحه‌ای که جلویش بود کرد. «هوش تانه جادوگری خردمند و بزرگ از

زمان یونان باستان، زمانی که می‌بیند مردم سرزمینش با دروغ گفتن و وارد کردن انرژی منفی، حیات روح

زمین را به خطر می‌اندازند به آنها هشدار میدهد که از اینکار دست بکشند. اما مردم به جای پیروی از

حرف او، هوش تانه را به چوبی بسته و او را زنده، زنده می‌سوزانند. ولی روح او به جای رفتن به دنیا دیگر

سر از دنیا خلا در می‌آورد و قسم می‌خورد تا راهی پیدا کند که تمامی انسان‌های روی زمین را

نابود سازد. «روناک کتاب را بست و آنرا در کتابخانه گذاشت و گفت: «خب حالا متوجه شدیم که

اون کیه؟»

لونا که در حال نگاه کردن به ماهی‌های درون اکواریوم بود گفت: «پس باید با انجمن نیلوفر آبی تماس

بگیریم تا برآمون نیروی کمکی بفرستن!»

بهزاد از روی مبل بلند شد و کمی بدنش را نرمش داد و پرسید. «راستی عینکم کجاست؟»

روناک بیشکنی زد و عینک در گف دستش ظاهر شد و آنرا به بهزاد داد و گفت: «خب می‌خوای چکار کنیم!»

بهزاد عینکش را روی صورتش گذاشت و نفس حبس شده‌اش را بیرون داد. «اینکه پرسیدن

نداره خودمون دوتا باید این موضوع رو حل کنیم!»

روناک لبخندی زد و گفت: «شنیده بودم یه دیوونه تمام عیار هستی ولی نه تا این حد!»



بهزاد کاپشنش را که به چوب لباسی دیواری آویزان بود برداشت و تنش کرد. «بلاخره توی هر انجمنی یه نفر شبیه من باید باشه!» و به سمت در آپارتمان رفت.

لونا با صدای بلندی گفت: «دیونه شدی همین چند ساعت پیش داشتی میمیردی! حالا دوباره میخوای بری باهاش بجنگی!»

بهزاد بدون اینکه به لونا نگاه کند گفت: «چون به غیر از من کسی نمی‌تونه اون پیرمرد خرفت و لجیاز رو متوقف بکنه و تو هم بهتره که اینجا بموనی!» چوب دستی اش را به سمت لونا گرفت و کلمه‌ای را بر زبان آورد "ایموبولوس" لونا سر جایش خشکش زد و نمی‌توانست حرکتی کند. بهزاد به روناک اشاره کرد و هر دواز خانه بیرون رفتند.

روناک به بهزاد گفت: «خیلی از دستت عصبانی میشه! لونا فقط نگرانست بود!»

بهزاد نگاهی به آپارتمان کرد و گفت: «جای لونا توی خونه تو امن‌تر از این بیرون، نگران نباش بعداً از دلش در میارم فعلاً بهتره زودتر راه بیوفتیم!»

شهر در آشوب بود و از هر گوشه آن صدای جیغ و فریاد یا آوای دوری از آژیر ماشین‌های پلیس، آمبولانس یا آتش‌نشانی به گوش می‌رسید.

بهزاد و روناک نیرویی عظیم را از سمت میدان اصلی شهر حس کردند. بهزاد چوب دستی اش را به سمت پاهایش گرفت و کلمه "دیسپریت" روناک هم همین کلمه را گفت و هردو با سرعت زیادی به سمت میدان اصلی حرکت کردند. در میانه راه پری‌ها متوجه آنها شدند و شروع به تعقیب‌شان کردند. روناک نگاهی به پشت سرش انداخت و به بهزاد گفت: «تو جلوتر برو، پری‌ها رو بسپار به من!»

چرخید و چوب دستی اش را سمت پری‌ها گرفت و کلمه‌ای را بر زبان آورد "اکسپکتو پاترونوم" تصویر ققنوس بزرگ آبی رنگی پدیدار شد و به سمت پری‌ها هجوم بُرد و آنها را چندین متر به عقب پرتاب کرد. بهزاد که شاهد این طلسم قدرتمند بود با خودش گفت: «حواسم باشه که روناک رو عصبانی نکنم!»



ماهnamه زمشاد زسته

کمی جلوتر ساختمان بلندی را دید از سرعتش کم کرد و روی سقف آن فرود آمد، چوب دستی اش را به حالت تهاجمی گرفت و شروع به قدم زدن روی پشت باش کرد. تنها نوری که جلوی پای بهزاد را روشن می کرد نور کم سوی لامپی زرد رنگ بود و سایه های زیادی مثل یک شکارچی در اطراف آن نور کمین کرده بودند. چند قدمی به جلو برداشت که ناگهان از میان سایه ها موجوداتی که ردای سیاهی بر تن داشتند بیرون آمدند و در دست هر کدام از آنها داس هایی بزرگ به چشم می خورد.

بهزاد به آنها خیره شد و گفت: «پس شبگیرها شما هستین!» هنوز حرفش تمام نشده بود که آنها به سمتش حملهور شدند.

یک حرکت اشتباه از بهزاد مساوی بود با مرگش، شبگیرها بدون لحظه ای مکث به او بیوش می برندند اما بهزاد هم با طلسم های مختلف آنها را از بین می برد، خستگی نبرد قبلی هنوز در تن بهزاد بود ولی بلاخره این موجودات تشنه به خون را شکست داد.

صدای آشنايی به گوشش خورد که گفت: «همون طور که از نفر شماره یک انجمن نیلوفر آبی انتظار داشتم! تو خیلی سخت جونی!»

بهزاد به سرعت برگشت و کلمه "بومباردو" را بر زبان آورد، اما هوش تانه با ایجاد سپری جلوی آن را گرفت و کلمه "کروشیو" را بر زبان آورد که بهزاد از آن جا خالی داد و فرار کرد. هردو با دققی زیاد جادوها را دفع و با بی رحمی طلسم های مرگباری به سمت یکدیگر پرتاب می کردند. هوش تانه طلسم بهزاد را دفع کرد و گفت: «فکر کردی اگه منو شکست بدی همه چیز تمام میشه! یه نفر دیگه پیدا میشه! یه نفر دیگه پیدا میشه که راه منو ادامه بده!»

بهزاد که از نفس افتاده بود این فرصت را غنیمت شمرد تا نفسی تازه کند و گفت: «چیزی که الان برای من مهمه اینکه تو رو شکست بدم، بعدش رو می سپارم به نفر بعدی!» و نیشندی زد.

هوش تانه با شنیدن این حرف عصبانی شد و کلمه "امپریو" را بر زبان آورد، بهزاد اولین طلسم را دفع کرد ولی هوش تانه دوباره از این طلسم استفاده کرد و این بار طلسم به پای بهزاد برخورد کرد و از حرکت ایستاد.



ماهنامه زمانی زندگانی

تاخال

هوشتانه قبهای سر داد و گفت: «دیگه کارت تمومه نمی‌تونی از این یکی طلسم فرار بکنی!»

و کلمه "آوادا کداورا" بهزاد این طلسم را به خوبی می‌شناخت طلسم مرگ، نوری قرمز رنگ به او نزدیک و نزدیکتر می‌شد. اما کاری از دستش برنمی‌آمد که ناگهان صدای روناک را شنید که کلمه‌ای را بر زبان آورد "دیفیندو" پای طلسم شده بهزاد قطع شد اما همین باعث شد که هوشتانه برای لحظه‌ای تمرکزش را از دست بدهد. بهزاد چوب دستی اش را به سمت او گرفت و کلمه‌ای را بر زبان آورد "سرپن سوریتا" و ماری سیاه رنگ از نوک چوب دستی بیرون آمد و دور بدن هوشتانه پیچید و گلویش را نیش زد و او را نقش بر زمین کرد. بهزاد نفس حبس شده در سینه‌اش را بیرون داد و به روناک نگاهی کرد و گفت: «واقعاً به موقع رسیدی! یکی طلبت!»

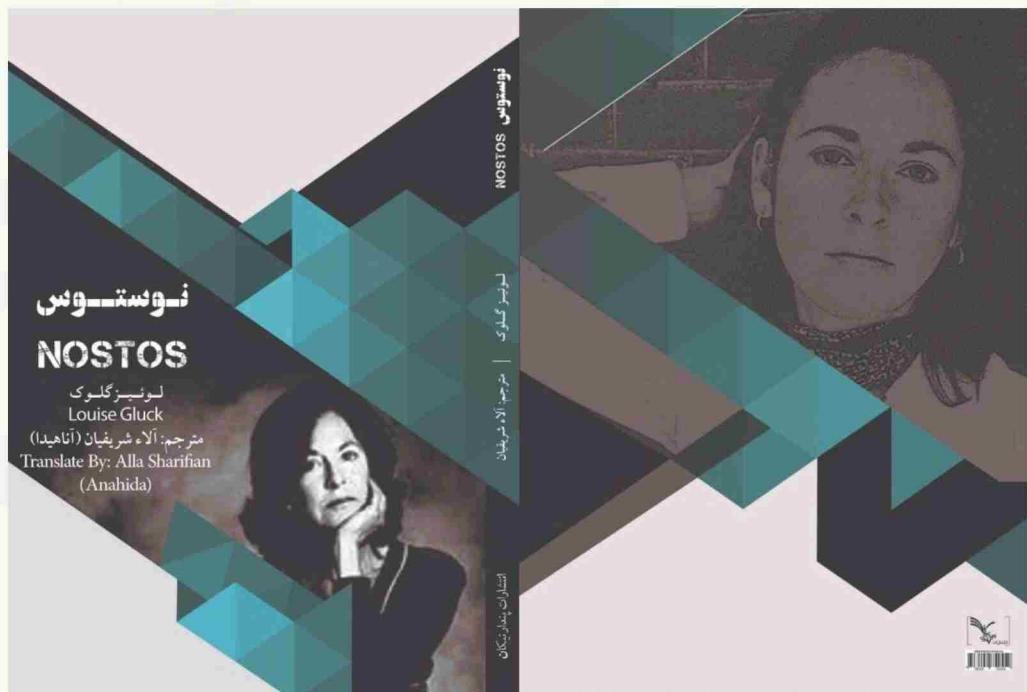
روناک با پشت دستش عرق روی پیشانی اش را پاک کرد و خودش را به بهزاد رساند و چوب دستی اش را سمت پای قطع شده او گرفت و کلمه "فرؤئلا" را بر زبان آورد و جای زخم به مرور خوب شد بهزاد به کمک روناک به بالای سر هوشتانه آمد و چوب دستی اش را به سمت او گرفت.

نگاه هر دو به یکدیگر گره خورد ولی هوشتانه فقط قبه میزد، بهزاد کلمه را بر زبان آورد آوادا کداورا" و بدن هوشتانه همچون شن‌های یک بیابان همراه با نسیم‌صبحگاهی محو شد.

خطی سرخ رنگ در افق آسمان شهر پدیدار شد و اولین بار قبه‌های گرمابخش خورشید شروع به نوازش سطح سرد، بیخ زده و عاری از زندگی شهر کرد.

روناک رو به بهزاد که لبه ساختمان نشسته بود گرد و گفت: «خب بعد این ماموریت دوست داری چکار کنی!»

بهزاد کمی به فکر فرورفت و گفت: «فعلاً دوست دارم به یه تعطیلات طولانی مدت برم». 



عنوان: نوستوس « Nostos »

نویسنده: لوئیز گلوك

مترجم: آلا شریفیان (آناهیدا)

مشخصات نشر: ساری، پندار نیکان، ۱۴۰۰

تعداد صفحات: ۱۷۸ صفحه

موضوع: شعر آمریکایی، قرن ۲۰

لوییز الیزابت گلوك و بازتاب جایزه ادبی نوبل ۲۰۲۰ میلادی

به قلم: محسن آربیاباد

مجموعه پیش رو، رویکرد تازه‌ای از شاعر منتقد مترجم "آلا شریفیان (آناهیدا)" است که به ترجمه شعرهای شاعر نامدار جهانی "لوییز الیزابت گلوك"، برنده جایزه نوبل سال ۲۰۲۰ میلادی، همت ورزید و برازشی دیگر به پیشینه تلاش‌های چشمگیر فرهنگی اش افزود. به پاسگزاری این کوشش شایان، بایسته دانستم پیش سخن زیر به این مجموعه پیوست



ماهنامه زمشاد نستان

شود : گوناگونی آفرینه‌های "آلا شریفیان" در حوزه سرایش و ترجمه‌گری و نقدنگاری، در برگ‌های پایانی همین مجموعه، با نمایه‌ای قابل درنگ و فراتر از معیار تصور که در کوتاه‌ترین بازه‌ی زمانی، منتشر شده‌اند، درج و نشانگرست که تحرک پی‌گیرش، ایستایی ندارد و پویایی‌اش تحسین تحسین آفرین است و نگارنده این سطور، بر پایه‌ی پویش‌های ادب پژوهانه مترجم یادشده، می‌تواند در عبارت کوتاه زیر، شفاف بنویسد : "آلا شریفیان" ، آفرینش‌گری است که آرامش او، و نیروی خلاق‌اش، در خستگی‌های فیزیکی ناشی از دلبستگی بی‌مانند سلام و بی‌وقفه فعالیت‌های فرهنگی ، ادبی‌اش خلاصه می‌شود و با شتابی بی‌سابقه پیوستگی دارد و در زمانه اکنون ، که روزگار پرآشوب سنتی‌ها و غفلت‌ها و پریش نویسی‌های افاده‌محور همه جانبه است ، با تولید انباسته‌های ادبی آگاهی بخش ، در بهاگذاری به ادبیات تطبیقی ترجمه محور خواستاران مقایسه هم‌گفتمانی زبان‌های پردازش‌گر با زبان فارسی را هم‌رسانی می‌نماید و نه تنها هیچ مجالی را در این روند از دست نمی‌دهد بلکه بیش از توان متعارف، رسانگی‌های ممکن ادبی را از جای‌جای جهان، با میانجی ترجمه، به دوایر زیست‌جهان‌گرای تاریخی فارسی، پیوند بین اذهانی می‌زند .

پرسونای سبب‌ساز این مجموعه ، شاعر "لوییز الیزابت گلوك" آمریکایی (برخی اورا "گلیک" می‌نویسند)، دارای ۱۲ کتاب شعر مورد پسند و برنده چندین جایزه‌ی شاخص ادبی، در بیش از دو دهه گذشته تا کنون است و در سال ۲۰۰۳ میلادی ، به عنوان دوازدهمین شاعر ماندگار آمریکایی برگزیده شد و در سال‌های بعد به روال پیوسته، جوایز گوناگون معروف



ماهنامه زمشاد نستان

و مهم آکادمی‌های ادبی جهان را نصیب خود کرد اما با وجود همه افتخارآفرینی‌های پی‌در‌پی، به وجه کافی به حافظه جوامع ادبی ایران و برخی از کشورهای جهان، معرفی نشد و شان انتظار بر دara بودن شرایط اخذ جایزه نوبل را پیدا نکرد و حتی تا آستانه اعلام نتیجه جایزه نوبل ۲۰۲۰ میلادی، ناماش، در لیست ذهن گمانهزن‌های نظرمند، وجود نداشت و محور تصویر اکتساب این جایزه، بر دوش یکی از عناصر مطرح از چهار گوشهٔ جهان، با فهرست زیر، در جراید، سوتیتر می‌شد:

- ۱ - "هاروکی مورامی" از ژاپن
- ۲ - "ماریز کنده" از گوادولوب
- ۳ - "مارگارت اتوود" از کانادا
- ۴ - "لودمیلا اولیتسکایا" از روسیه.

اما چرخه شناخت، طوق پربار جایزه نوبل ۲۰۲۰ را به گردن بانو "لوبیز گلوک" شاعر آمریکایی، آویخت جایزه نوبل در سال ۱۸۹۵ میلادی، با وصیت مهندس "آلفرد نوبل" شیمی‌دان معروف و سازندهٔ دینامیت، بنیان‌گذاری شد و پس از شش سال بررسی‌های طرح‌واره‌ای مربوط، در سال ۱۹۰۱ از سوی آکادمی سلطنتی سوئد به مرحله‌ی اجرا درآمد و هر سال به شماری از نخبگان و برجستگانِ واجد شرایط علمی و اقتصادی و صلح‌جوی جهان با دقت نظر و گزینش داوران جهانی، اهدا می‌شود جایزه ادبی نوبل یکی از جوایز پنج‌گانه آن است که اعتبار علمی و شخصیتی آن، بیش از ارزش نقدی قابل ملاحظه‌اش، در ذهن جهانیان، اهمیت دارد در مورد تاثیر شعرهایش، نگرمندانی مانند "کولم توبین" (شاعر، منتقد و نمایشنامه



ماهنامه زمینه

نویس و روزنامه‌نگار ایرلندی)، "دبورا گاریسون"، "نیکلاس کریستوفر"، "وندی لسر"، "رابرت هاس"، "هلن وندرلر"، "اوان بولند" و شماری از منتقدان جراید خارجی از جمله صاحبان آراء ادبی-اجتماعی (نیویورک تایمز) و دیگرنگرهای درکمند نشر یافته که کوتاهی از تجمعیع آن تراوش‌ها، در پی، نگاشته می‌شود : زبان شعری "گلوک" بسیار نزدیک به زبان گفتار عادی و روزمره گویش‌وران جامعه، دارای ویژگی‌های برجسته‌ای است که در ذات آن، استواری موتیف‌ها، و تقارن و ریتم و وزن و ایهام و آرایه‌های شاعرانه، از گفتمان تکمعنایی، پرهیز دارند و نیرومندی لحن‌اش، از مخاطب‌پذیری ویژه‌ای نشات می‌گیرد .

شعرهای "گلوک" معناهایی را در لایه دارند که تفکرزایی‌های حاشیه‌مند را در انواع مخاطب فراهم می‌آورد . "گلوک" در کتاب (زنبق وحشی)، شبامت و استعداد درخشنان و بی‌مانند خود را در عالی‌ترین نمایه تاثیر و التذاذ مخاطب نشان می‌دهد که چگونه با زیبایی صدای ساده‌اش، جریان زندگی را همه‌شمول و جهان‌فهم می‌نماید و در کتاب (سرزمین گلهای وحشی)، با حس‌پردازی و رهنمون‌پذیری از شخصیت‌های اساطیری یونان و روم باستان ، مانند (اویدیوس)ی "هومر" و (پنه‌لوپه)، الهام می‌گیرد و بهره‌بخشی اجتماعی دارد . "گلوک" از نامورترین شاعران تغزلي معاصر آمریکا است و در نخستین کتاب‌اش (فرزند ارشد)، به علت داشتن سبک پیش‌رفته، و روایت‌های کشش‌مند و ژرف مرتبه با گوش‌گیری و انزوا و کاستی‌ها و کمبودهای اجتماعی در انواع پدیده‌های مشکل‌ساز انسانی حاصل از نارسایی‌ها ، حافظه جوامع ادبی را به خود جلب نمود و



ماهنامه زمشاد نستان

معروفیت یافت. روایت‌های روایت‌های رمزآمیز شعرهای "گلوک"، مخاطب را به مشارکت فرامی‌خواند و در وسعت معنا، به بازنمایی لایه‌های پنهان در پرده‌های زیرین متن، وادرار می‌نماید و زمینه‌ی کشف و زایش‌های سویه مند را، فراهم می‌آورد. "گلوک"، در گستره‌ی اندیشه‌هاییش، به دنبال جهان‌شمول‌سازی انسان آگاه است. انسانی‌که پیرامون ژرف‌ساخت ادراک ناخودآگاه جمعی، (آرکی تایپ)، تکانه‌ورزی دارد و جوانب پی‌آمد‌های تنش زا و شادی‌آفرین را برابر با الگوهایی که میراثی بودن کنش‌ها را در متن حادثه‌های ناشی از هر دو حالت خودآفرین و جبری، تحمل می‌کند نشان می‌دهد. از دو دهه گذشته تا کنون، تلاش "گلوک"، در سروdon با عنوان پرتره شاعری که گوناگونی سازه‌های روایت‌اش، در جلوه پردازش حرفه‌ای نمودن سخن، شناساًشده است، با ساده‌ترین واژه‌ها و جمله‌ها بستر سفید‌خوانی‌هایی را می‌گشاید که مخاطب حس می‌کند باید در ساختواره پازل شعرش جاهای ساخته‌نشده را بسازد و به سفرهای درونی متن بپردازد و از یکی‌شدن و ایجاد حسن‌گیزی و هم‌حسی مولف و مخاطب لذت بیشتری ببرد. همه‌پسند بودن آثارش، به شهرت او افزود تا جایی که در سال ۱۵ میلادی، "باراک اوباما"، رییس جمهور وقت آمریکا، مدال علمی علوم انسانی کشورش را به گردن او آویخت.

آنچه که پیشینه‌ی "گلوک" را شناخت‌شناسانه، مورد توجه خاص و عام جامعه و خواستاران اش از طیف‌های گوناگون قرار داد و بر حسیات منتقدان و ادب‌آگاهان و داوران آکادمی نوبل اثر گذاشت، مکاشفه‌های تراویده متفاوت از محتواهای آفرینه‌های اوست که نه فقط به معنای انواع (یافتن)‌ها،



بلکه در راستای رسیدن به استحاله در مکشوفها و نمادهای تراوش شده تخیل‌های نشات‌گرفته از کهن‌باور داشتهای تمثیلی است که به محتوای آثارش غنای پذیرندگی در ذهنیت همگانی را می‌بخشد که از جمله می‌توان به کتاب مشهورش (آورنو)، که نام جزیره‌ای در ایتالیا است، اشاره نمود که با تاثیر کهن‌یادمان‌های (روم باستان) هستی یافته است. "گلوک" را شاعر زندگی‌نامه‌ای شناسا نموده‌اند و روش ملاحظه بر تاریخ گرایی نوین آثارش را در بافت منسجم شعرهایش، تمایز و تفاوت رونمودهای زیست‌طبقاتی جهان می‌دانند که در چیدمانی درخور و حاوی رویدادهای چند وجهی اجتماعی و شخصی با زبانی بی‌آلایش و همه فهم، رسانا شده‌اند. "گلوگ"، هنگام مصاحبه، در پرسش به این که شیوه سرایش او چگونه است؟، پاسخ داد که به دو روش، شعر می‌سراید:

۱. روش هنرمندانه، که واژه‌ها با دقیق و سواس و زحمت، برچین و جاگذاری می‌شوند که روشنی بسیار ارزشمند است و به شاعر احساس پویا بودن دست می‌دهد.

۲. شیوه‌ای که خیلی سریع، شعر می‌سراید و حس نمی‌کند که در حال آفرینش شعر هست و در پایان هم با خوانش آفرینه، احساس نمی‌کند که شعر سروده شده از آن اوست و در حقیقت می‌توان گفت متن تولید شده، "حرفی برای گفتن نداشت" است و پدیده‌ای از انبوه ایده‌ها که از آرایش واژه‌ها و جمله‌های آنی سرازیر شده از ذهن، شکل می‌گیرد که اگر به روش اول، تحقق می‌یافتد، اقبال نوآوری‌های پدیدآمده را نداشت.

شمار زیادی از مخاطبان و منتقدان ادبی عالم و خاص آمریکا که با هم در



ماهنامه زمشاد نستان

پسند و پذیرش شعر، تضاد آراء و افکار دارند ، به اتفاق، "گلوک" را از با استعدادترین شاعر کشورشان می‌دانند و این، نشانه‌ایست که او ، از شخصیت‌های کاریزماتیک جامعه است "گلوک" شاعری با ژست‌های کلاسیک محسوب می‌شود که گرایش و سمت و سوی سروده‌هایش ، با شخصیت‌های (دیمیتر) خدابانوی غلات و تغذیه، و پرسفون)، دختر شاد و پرجنب و جوش (دیمیتر)، سازگاری دارد و به موجودیت (فردی) ، بها می‌بخشد بر اساس اعلام کوتاه "آندرس اولسون" رئیس کمیته جایزه نوبل ۲۰۲۰ میلادی، "لوییز گلوک" ، به دلیل دارا بودن صدای صریح و محکم و سرشار از شوخ طبعی و زبان نیش‌دار، در بافت آفرینه‌هایش ، شایسته برخورداری از جایزه نوبل شده است آخرین کتاباش (شب پاکدامن و وفادار) است که "گلوک" مخاطبان اش را ترغیب می‌کند که خواندن و پیگیری آثارش، با آن، آغاز شود . برابر با نظریه متخصصان تبارشناسی سبک و سیاق ادبی ، آثار "گلوک" ، بیش از هرکسی، نزدیک به نوع آفرینش‌های ادبی "امیلی دکنسون" است و فرازهای اگزیستانسیالی دارد کارنامه‌ی پربار "گلوک" ، و برگزیدگی اش به عنوان برنده‌ی جایزه نوبل ، تلنگری بود که هشدار بدهد هنوز شعرهای همنوع سروده‌های "گلوک" که توصیف‌اش در این متن، آمد و پراغماتیسم کاربردی و تاثیرگذار دارد، می‌تواند حرف اول را برای دیده شدن و کسب امتیاز جایزه آکادمی نوبل، داشته باشد انتخاب "گلوک" ، در جایگاه مکتبه ، پیامهای شایسته و بایسته‌ی خود را به جهانیان صادر نمود که پایه‌ی استوارش، مردود کردن و بی‌اعتبار نمودن تکانه‌ها و جنبش‌هایی است که در پوشش



مانیفست‌های غیرجامع، آشفته‌بازارهای پریشنگاری را داغ و به هستی زبان و ادبیات و فرهنگ، آسیب می‌رسانند و تخریب معنا را رواج می‌دهند اهدای عنوان ملک‌الشعراًی "گلوک"، متکی بر ویژگی پرهیز از افراط و تفریط او است که هر دو قشر کلاسیک‌سرا و آوانگارد سنت‌شکن، رویه اش را پذیرفته و بهره‌ور تشخص داده‌اند در گذشته، مترجمانی مانند "اسداله امرایی" و "میثم کیانی" شماری از شعرهای "گلوک" را در مطبوعات، ترجمه و نشر دادند و "فریده حسن‌زاده"، سال ۱۳۹۸، در مجموعه‌ی (رد پای عشق در شعر زنان جهان از هزاره‌های قبل از میلاد تا امروز)، به زیور ترجمه عرضه نمود.

ارج موقعیت‌سنجی و سختکوشی بانو "آلا شریفیان"، در این آفرینه، از آن‌جهت بیشتر چشمگیر و پاسمندست که نخستین بار، کتاب شعر مستقلی از "گلوک" با ترجمه‌ی فارسی ایشان، به جوامع ادبی فرهنگی فارسی‌زبانان پیشکش می‌گردد.

پس

محسن آریماو



چکونه بنویسیم و چکونه غلط ننویسیم

پرانتز کدام است و کجا از آن استفاده می‌شود؟

پرانتز واژه‌ای فرانسوی است و در زبان انگلیسی : parenthesis , bracket parentheses : گفته می‌شود . معادل فارسی که برای این واژه در نظر گرفته شده کمانک و یا دو هلال است .

پرانتز در واقع دو نیم‌دایره عمودی است که جمله و یا کلمه معتبرضه را در خود جای می‌دهد . جمله معتبرضه یا میان‌جمله به جمله یا عبارتی گفته می‌شود که حذف آن به ساختار جمله آسیبی نمی‌زند و مراد از آن توضیحی تکمیلی و دادن اطلاعات بیشتری در مورد جمله اصلی است .

در مورد کاربرد پرانتز یا کمانک در نگارش می‌توان گفت که در واقع پرانتز محتوى توضیحی درباره کلمه و یا کلمات پیش از خود است .

واگویه چیست؟

آهسته با خود صحبت کردن را "واگویه" می‌گویند . واگویه‌ها اثرات عمیقی بر روی فرد گوینده دارند .

در دانشگاه MIT امریکا ، پژوهشی انجام شده که طی آن متوجه شدند ، اگر شما به خودتان فقط یک بار بگویید :

"فلان کار را نمی‌توانم انجام دهم "

باید یک نفر دیگر ۱۷ مرتبه به شما بگوید که "شما می‌توانید آن کار را انجام دهید تا اثر همان یک بار را خنثی کند ! خیلی مراقب واگویه‌های خود باشید .

قدرت نفوذ کلام شما برای خودتان هفده مرتبه از قدرت کلام دیگران نسبت به شما قوی‌تر است !

هر گاه حرفهای «ب»، «م»، «ن» بر سر فعلهای مصدر به همراه (آ) درآید ، همزه در کتابت به «ی» تبدیل می شود ، اصل فعل (مصدر) به ترتیب : افگندن ، افروختن ، افتادن ، افزودن ، انداختن ، اندوختن ، آزرن .

- بنویسیم / ننویسیم
- بیفگند / بیافگند
- بیفروز / بیافروز
- بیافتاد / بیافتاد
- بیفزود / بیافزود
- نینداخت / نیانداخت
- بیندوخت / بیاندوخت
- میازار / مهآزار / مازار

تنها در موردی که فعل با همزه و مصوّت بلند «ای» آغاز شده باشد، این قاعده مصداق پیدا نمی کند ، مانند : فعل مصدر «ایستادن» که «بایستاد» نوشته می شود .





سیامک عشقعلی

(شاعر و نویسنده)

. می ترسم فتح الله اتوان داره بیچاره نشیم؟

. تو فکر می کنی من قلبنا راضی هستم؟ نه به پیرانه به
پیغمبر آخه نمی بینی مگه؟ سی و خردایی سن داریم
هنوز چوپون میرزا هستیم! اگه الان تمومش نکنیم
یه روز هم باید گوسفندای سلیمان رو ببریم چرا!
دیروز باع کنار زمین کلbulی حسین رو به نام اون
زده، فردا خونه رو تقدیمش می کنه! سلیمان به خودم
رفته! سلیمان از همه تون سره! سلیمان چنین!
بعد نفس عمیقی کشید و ادامه داد: نترس داداشم
گاهی وقتا کار غلط، درستترین کار ممکن هست!
کریم سرش را بین دو دستانش گرفته بود، آهسته گفت:

اگه بفهمن کار ما بوده چی؟ جواب مادر رو چی بدیم؟ بلقیس اون دختر تازه عروسه فتح الله گفت: متوجه
نمی شن امی گیم سر قرق بودیم، و سلیمان کنار رود اعقاب، لاکپشت رو انداخت روی سرش؛ افتاد تو
رودخونه! بعد چند قدم آمد جلوتر و در گوش کریم گفت: وا بده کریم! روز قیامت و جواب خدا با
من! حالا هم بیا بریم تا دیر نشده. کریم بلند شد، کلاهش را روی سرش گذاشت، چوب
چوب دستی اش را برداشت و راه افتاد... فتح الله و کریم رسیدند سر قرق، سلیمان روی تخته سنگی
نشسته و مراقب گله بود. فتح الله با پوز خند زد به پهلوی کریم و گفت: یعنی تو میگی این یه الف،
نفسش از نفس من قوی تره؟ عمراء کریم که انگار تازه یادش آمده بود چه باید بگوید با دست
پاچه‌گی و کمی لکنت گفت: آ... آ... آره خب! اصلاح شرط می‌بندم! سلیمان با خنده گفت: ها آق داداش اچی
شده؟ فتح الله با لحن کمی جدی گفت: بیا حالا بہت میگم... فتح الله و سلیمان با شماره‌ی سمهی کریم،
سرشان را در آب رودخانه فرو کردند؛ چند لحظه نگذشته بود که فتح الله سرش را بیرون آورد و



سیامک عشقعلی

(شاعر و نویسنده)

و دم دستترین سنگ را محکم به سر سلیمان کوبید
سنگ دوم! و بعد؛ سنگ سوم... جسد سلیمان روی قاطر بود و
موهایش مثل شاخهای بیدمجنون در غروب روز جمعه داشت
می‌رقصید به سوز نسیم و خون از سرش می‌چکید...
وارد روستا شدند افتحالله افسار قاطر را گرفته بود و
کریم عقبتر از قاطر، سرش پایین بود و انگار پاهایش
همراهی اش نمی‌کردند! هوای ظهر می‌سوخت! حتماً میرزا
نماز می‌خواند.... و بلقیس برای سلیمان، جوراب پشمی
می‌بافت....



ماهنامه زمشار



شعار

ماهنامه زمینه زن

عارف ایمانی

(نویسنده و کارگردان)



در دلمان خلوت بیکانه حرام است
هر چه دلتنگ می شوم
خلوت این دل برایم حرام است
این دل برایت بسی امید داشت
نمی دانستم که آن عشق برایم حرام است
ما چه خواستیم در این ره و در این عشق
که گفتند نفس در ره این عشق حرام است
در آغوش بودیم که گفتند
این عشق در آغوش شما بس حرام است
در نکاه هم بودیم که گفتند
این نکاه و این عشق دل انگیز حرام است
اگر آن عشق، آن آغوش و نکاه حرام است
پس بکویید آن چیست که حلال است؟
ما هیچ نخواستیم جز آن عشق دل انگیز
به زبان آمدید و گفتید
که این عشق دل انگیز بس حرام است.

عاطفه محترمی

(شاعر و نویسنده)



مرا از عشق ترساندند
از جمله دوست دارم
از اینکه با آمدن یک نفر چه چیزهایی خواهد رفت
مرا از بودن در نبودن ها
مگر می شود
یک نفر که نیست
باشد
دست ببرد به خوابها
و مرا عجین کند
با عاشقانهای آرام
مگر می شود
کبوچهای تو را بگیرند
و از آنچه که قرار نیست اتفاق بیافتد
مرا بگریزانند؟
حضور تو در خوابهایم قانونیست
مجال کن!
بیا و در گوش هایم
«اسمع افهم یا فلان این فلان إن الموت حق» بخوان
می خواهم بمیرم
و در فرصتی دیگر با تو متولد شوم.



ماهنامه زمشاد زمستان

مهدی محمودیان



(شاعر و نقاش)

۱

این خود تنهایی دیگریست
اگر به تو بگوییم از پیله هم که رها شوم
پروانه نمی شوم
تو شانه ات شانه های بهار
و دستافت شاخمه های پر شکوفه
تو سایه ات بر ماه افتاده
و ماه در ابگیرهای کوچک
نهایی حق ندارد مرا باکسی آشنا کند
وقتی تو نیستی .

۲

حیاط را پر از شکوفه کرده ای
تبیریک می گوییم تنهایی ات را درخت گیلاس ام .

۳

چقدر دلم می خواهد پاییز باشم
در این روزهای مانده به زمستان
وقتی آفتاب حرفی نمی زند
در آسمان نگاهت .

سمیه کمر
(شاعر)



پروانگی کن قلب بیمارم
پروانه بودن کار هر کس نیست
با دوستی بنشین کنار گل
شوری و مستی کار هر کس نیست
زنجیر دل را پاره کن برخیز
مرهم برای عشق نایاب است
قلبی که روزی از تپش پر بود
دیگر برایش این ستم بس نیست ؟
دردی که دیری در دلم جاریست
محصول شاعر بودنست انگار
سر بر کدامین شانه بگذارم
در پوش عشقی که فارس نیست
من سرسپرد همی رسم اینک
با شور و ذوقی این چنین شیدا
بیهوده پریر میزفی ای دل
اینجا هوای عاشقی پس نیست
در پیج و قابیم همچو پروانه
دنیا برایم مات و دلگیرست
ماندیدم به راه عشق او آری
پروانه بودن کار هر کس نیست .



گداخت ناگریزی این آتش
اندام بی هراس باد را
و چشمۀ رود
ارغوانی از رابطه به سریزی شد
گفتی؛ "جنگل"
سهم شمعدانی ها شدم به ایوان
واز لادن ها
سارها
دلم گذشت به آفتاب!
رقسان و پریده رنگ
گل بنفسۀ اضطراب
ریخته ام در جام شعر
گفتی؛ "جنگل"
جوانه شد چکه چکه آفتاب
از دریچۀ صبح
به پناه آخرین لحظه
زیباتر
پیش آمدی تاروزنه ها
قا دستی که به نور خواهم داد.

مرضیه رسیدپور
(شاعر)



گفتی؛ "جنگل"
از بستگی صدایت به صید ماهی ها
در گودی دستانم
دریا رانکه داشتم به لمس
یک نفس با چهره های سکوت از خوشحالی
به فصل های رودخانه ای ریختم
در پروانگی

گفتی؛ "جنگل"
فروریز نسیم صبحگاهی
بر انتظار دشتی به اندک باران
و من تابستان گیسوان
بر پاره ای از خورشید رویایی
چنان هوایی قازه از سفر
به سبز سبز تاکستان درون
به دمادم تو شدن

کشیده شدم
گفتی؛ "جنگل"
دوست تر ات لمیده ام بر سبزه ها
و دوخته ام چشم
صدای شکفتن
به دمیدن بی کرانگی

ماهنامه زمستان زمان

احمد مختاری

(شاعر)



نگاه میکنم به در ، نگاه میکنم به تو
به راه رفنت فقط ، به تو نگاه میکنم
اگر به سیل اشک غم ، فتاده ام مرا بین !!
میان این دعای شب ، بین گناه میکنم
بزرگ تر ز داغ تو ، مرا که جان پناه نیست
به حزن این غم نهان ، تو را پناه میکنم
طواف از دو چشم تو مرا که چاره ای نشد
مثال یوسفی ، دگر ، طواف چاه میکنم
نگاه میکنم به در ، دری که باز بسته شد
به هر دری که شد زدم ، عمر قیا میکنم .

رضا قربانی
(شاعر)



مثل آندوه که در فصل زمستان جاری است
عططر تو در تن این خانه ویران جاری است
زندگی چیست به جز دیدن هر روزه تو
در هوایی که در آن عطر تو عربان جاری است

میروی شهر بدون تو فرو میریزد
و فقط مرگ در این شهر هراسان جاری است

عطrer شاعر کش تو مثل غزل شهر به شهر
از ری و قونیه تابلخ و خراسان جاری است

سیل بنیان کن عشق است که در موهایت
مثل یک رود که سر داده به طغیان ، جاری است

«زلف آشفته و خوی کرده و خندان لب و مست»
آخرین عکس تو در خاطرم این سان جاری است

می روی ، جای تو خالی است ولی یاد تو باز
هر کجا میروم انکار کماکان جاری است .



۴

زمستان سُرسره می‌سازد
گوسفند از گلوي گرگ می‌لغزد !

نشد که نشد
حالا با عدد
با حروف ، یا ایما و اشاره
دارم فکر می‌کنم :
دیگر به چه حربه‌ای متول بشوم ؟ !
قا به چشمت بیایم ! ?

۵

چگونه باور کنم
هجرت فلامینگوها را
با پر و پرواز است ؟ !
قا دل در گوشهاي گلویش گیر نباشد
پیمودن این مسافت
ناممکن است .

۱

(شاعر)



انتظار م

بوی سیگارهای زر گرفته ...
و روزهای تلخ نیمه سوخته
میان بعض خاموشت وول می خورد
خط خطیهای من
حزن بی‌بایان خانهست !

۲

پُر از هراسم !
نه هراس از مرگ خفته
در لوله تنگ !
یا

عبور شبِ یک سایه بر دیوار !
تمام ترس من
سقوط از چشمانت هست
نه
هراس افتادن از دلت !

۳

خون را برف دیدی
چه جای گریه !
کودکی که بردهارا دوست می‌داری ؟

ماهنامه زمستانه



۲

وقتی که مطلع غزل می شود سکوت
یعنی پر است ذهن من از تار عنکبوت
غمگینم و به هر غزلی فکر میکنم
هی می رسد به پنجه و رفت و سقوط
مبهوت مرگ خویشم و راه گریز نیست
عشق آتش است و زندگی ام جنگل بلوط
جان از شب نبودن تو در نمی برم
چون نشنه ایی که گم شده در ریگ های لوت
مرگ است این که در غزل راه می رود
پاییز رخنه کرده گمانم در این خطوط
دیگر نفس نمانده برایم مگر خیال
انکشت هام را بر ساند به تار موت .



(شاعر)

سجاد صفر راعظم



۱

آرامم و فریاد هایم در دهان مرد
حالا تصور کن که یک آنسفشن مرد
غمگین تر از آنم که فکر زندگی باشم
در من تمام ذوق و شوق این جهان مرد
من یک پلنگ زخمی ام که در شبی ابری
با چشم هایی باز رو به آسمان مرد
غم می چکد از خست خست جان مجروح
من خانه ایی هستم که در آن یک جوان مرد
تو چیزی از رنج فراموشی نمیدانی
از قهرمانی که شروع داستان مرد
از خودکشی آدمی غمگین که مدت هاست
حس کرده حتی در دل اطرافیان مرد
درماندگی یعنی همین حالی که می بینی
مردی که پشت بغض هایی بی امان مرد
حال مرا پرسیده بودی ، راستش خوبم
من مینویسم زنده ام ، اما بخوان مرد .

ماهnamه زمشار زمان

یقه ات را باز می کنم
نکه ای از آسمان را
جایی چال کرده بودم که حالا نمی دانم کجاست ؟
این سالها هر مردی که به من دست داد
سایه اش را از چراغ های خیابان پنهان می کرد
هر زنی که مرا بوسید
سایه ام را به خورشید فروخت
این سالها دل به هر کس دادم
روی جکرم خطی به خون ارغوان نوشت
یقه ات را باز می کنم
زندگی به گربه های من بدھکار است
زیبایی به خنده های تو.... .



مرد لاد مانا
(شاعر)



به من گفته ای پر تعال را دوست داری
برای همین بارها
از نر دبام تخیل بالا رفته ام
قاما را برایت بیاورم
مردها برای همین به دنیا می آیند
تا از شاخه ی شب ، پر تعال بچینند !
تو زیبایی
این قدر که یادم می رود
در همین حوالی بی حال
خورشید هر بار که طلوع می کند
جنازه ی جوانه ای را به گورستان پاییز می برند
یادم می رود زیبایی را یک شب
سنگی به دریاچه ی زیبایی انداختند
که هنوز چهره ی آبها چروک است !
آه اگر مردی
یک لحظه زن باش
بی خورشید نگاه زن ،
زیبایی ، تنها توهمنی تاریک است



سیاه

و من غسل دادم
زبانم را
از گفتن دوست دارم
برای آخرین بار
گوش بسپار
به این وصیت شاعرانه
خاکستر
این تن غریب مانده
از نوازش ات را
در رود گنگ رها کن
تا هرگز دلتونگ آغوشت نشود.



سعید روحانی ساعی

(شاعر)



۱

پاشیده اند
سبز مقدس را در چشم ات
برف در حال رقابت است
با پوست تن تو
و لبافت دشت شقایق
گویی رنگ های پرچم وطن را
از تو نقلید کرده اند.

۲

از تومی گویی
و کلماتم
به نت های پرستش پرندگان
بدل می شود
زنگی

چون خون سبز برگ
در من جریان می یابد
و ابلیس در فریب این عبادت سبز
شکست می خورد.

۳

خاموش شد
معجزه عشق ات

ماهنامه زمستانی



سرم را می چرخاند
اما قلبم ایستاده بود
تو لب هایت را برده ای !
قرص هارا قورت داده ام
و ماه از چشمانم می تابید
تا شب ها
این شب ها
تو قلبم را از ایستگاه فضایی
برگردانی !



قاسم بغلانی
(شاعر)



۱ خواب را روی خودم گشیدم
پلک ها که برافراشتگی خود را
از دست دادند

بانگاهیوهای سپید و سیاه
تورا ظاهر کردند
اما صبح
که زیپ شب را گشید
و سر گشید
نوبت قرص هایم بود !

۲ شاخ گاو در سینه رود
تعییر این همه درد
از خود به خواب زدن پدر
مگسی چسبیده به چشمم !

کاش ذهنم را مثل لامپ
می توانستم خاموش کنم
گور بابای ادیسون !

۳ لب های ما دور می شدند
چرخش زمین



۲

و رسم،
نرسیده به بلوغ سیب
می گندد در پنجه‌های دیو ...
ترمیم باش تا جراحت ماه
ینکه‌ها / سوگوارند ذبح کبوتر را

۳

در استریپتیز استخوان‌های متن
برک‌های رنگپریده را دیالیز باش و
لوله‌تراسه حرف را، مجال !
نفس کم آورده شعر
در بازیوری نازک کاران سخت



(شاعر)

۱

شادیه غفاری



گریخته‌ای از تومورهای عریض رمل
از لامبانین هکاته‌ی کوز
در گورستانی از استخوان‌های نذر ...
من / نه جادوی هاتن تالم
نه از بومیان تامپسن
من / منم
صبور سمج،
جدای از جنبل مدوسا،
حالی از اصرار خطرها ...
نه تهدیدم نه تعویذ
شن‌های از پا افتاده‌ی تبعید را
و تو باز می‌آیی !
در ظاهراتِ مریض وضع
بدون هیچ جراحتی از کوارتزهای رُک،
در غیابِ ترکش‌های متباوز به عذر ،
می‌آیی !
بیگانه با همدلانگی عود و دود
عمیق‌تر از میخ‌های قابو تم
در نگاهبانی عشق....



تحلیل و بررسی شعر

نویسنده: آلاء شریفیان (آناهیدا)



خوانشی بر سروده‌های امیر تیمور زحمتکش

«خواننده‌ی متن به "دوگونه خواندن" نیاز دارد و هر متن دوگانه است و همیشه دو متن در یک منم وجود دارد . . . "ژاک دریدا"

" نقطه معینی در ذهن وجود دارد که از آن نقطه به بعد ، مرگ و زندگی ، واقعیت و خیال ، گذشته و آینده تناقض خود را از دست می‌دهد . محرك فعالیت سوررئالیسم ، امید به بازشناسی دیواری است که میان جنون و عقل حائل شده است .

مکتب فراواقع گرایی (سوررئالیسم) بر پایه نظریه‌های فروید درباره ناخودآگاه ، رؤیا و واپس زدگی بنا نهاده شد . آندره برتون و لویی آراگون دو شخصیت ادبی فرانسوی (رمان‌نویس و شاعر) از تحقیق‌های فروید الهام گرفته ، پایه مکتب جدید سوررئالیسم (Surrealism) را بر فعالیت ضمیر ناخودآگاه بنا نهادند . واژه سوررئال به ماورای واقعیت یا فراتر از واقعیت اشاره دارد . این مکتب ادبی و هنری بر پایه اصالت خیال ، رؤیا و تداعی آزاد (جريان سیال ذهن) و تصورات ضمیر ناخودآگاه ... بنیان نهاده شده است .

می‌توان گفت: [برخوردی روانی با ادبیات] در ادبیات . "گیوم آپولینر"

مکتب سوررئالیسم به خیال پردازی در خلق آثار ادبی و هنری اصالت داده و سیر و گذار در عرصه و سرزمین خیال را اساس فعالیت هنری و ادبی خود



ماهنامه زمیستان

قرار می‌دهد. در آثار شاعران و هنرمندان فراواقع گرا، اتفاقات و برداشت‌های غیرقابل پیش‌بینی، تصادفی و ابداعات نامتعارف جریان دارد. شاعر در کاربرد کلمات، تصاویر و جملات خود را رهانیده و جریان وقایع را در اختیار بعد ناهشیار ذهن و می‌نند و میدان عمل و فعالیت ضمیر خودآگاه محدود و نه کاملاً مسدود می‌گردد. گرایش شاعر در ثبت آنچه در ناخودآگاه فرمان می‌راند، استوار خواهد بود. صحنه‌ها و حوادثی که هیچ شباهت به اتفاقات واقعی نداشته و مبنای آن تصورات غیر عقلائی و عدول از جهان واقعی است. چنین می‌نماید که آثار ادبی و هنری واقعی است. چنین می‌نماید که آثار ادبی و هنری سوررئال برای مخاطب جنون‌آمیز، غیر واقعی غیر منطقی و گیج کننده جلوه‌گری خواهد داشت.

با بیان این مقدمه به شعرهای شاعر گرامی جناب "امیر تیمور زحمتکش" ورود می‌نماییم.

شاعر امیر تیمور زحمتکش از شاعران نوادریش و نوپرداز معاصر است که در سروده‌هایش نشان داده با ادبیات و مکاتب و سبک‌های ادبی از جمله مکاتب غرب آشنایی وافی داشته و در لایه‌های پنهان سروده‌های او عرفان و شهوتیت شرق نیز هویداست. نگاه فلسفی شاعر به هستی و محیط پیرامون که بر پایه پدیدارشناسی استوار است سروده‌هایش را به بعد فلسفی متمایل می‌سازد.

[به خود چیزها برگردید .]
"ادموند هوسرل"

و شاعر بر می‌گردد به درون اشیاء و شعرش را رها از هر پیش فرضی در اصالت اشیاء در بی پیراستگی و حفظ فاصله از حشو و زواید مُخل به سرایش می‌پردازد. او ناب می‌سراید چرا که باورش است سروده‌ها در



ماهنامه زمیستان

آراستگی از زلالیت بی بهره اند. از بُعد فلسفی، از دیدگاه او شعر به عنوان یک پدیده در نظر می آید . پدیده شعر بی واسطه در جهان هستی بنیان اش نباده و نهادینه است. شاعر باید در کشف آن از تللش باز نماید. شاعر شعر را نمی سراید ، بلکه در لحظه های ناب و خلسمه و سُکر بر شاعر سرریز می گردد چونان هنر بر هنرمند .

سروده ای از شاعر می خوانیم :

از آنجا که اسب را خوردی

سر فرود توام ا

نگاهم کن ...

حالا دیگر چهره‌ی سیاهش

به سندیکای صخره ساییده است

جُم نمی خورد

در تعليقی می تازد اما

می تازد

اما ...

از آنجا که جادو از دهان آلوده ات

مثل قیر می چکد

و هزار خیابان را می شناسی

هزار اسم را می دانی

که خدا را شکر و خدا را شکر ا

کالبد تازیانه اما دعایی مبهم است

اما آلوده است



ماهنامه زمینه زندگانی

کورس پاییزه
 آنجا که باد ته می‌گیرد
 اجسادِ آسمان بیرون می‌زند
 ماهیگیر یک آن می‌خندد
 کپور
 در اسمِ رودخانه
 آفریده می‌شود ا
 و اما شکلم کو ؟
 تو اسب را تمام کردی
 نگاهم کن
 اتاق را سم می‌کوفت
 یا از پرده ابر محو می‌شد
 نگاهم کن
 اسکلت صدایش را چون ابلهان
 فرو بلعیدی ؟
 آری ...
 شبیه‌اش را نشخوار کردم ...
 سرفرو در تو
 و خدا را شکر
 و خدا را شکر .

شعرهای "امیر تیمور زحمتکش" هم به لحاظ زبان خاص و هم به لحاظ مضمون شباهت به شعر دیگری نیست. امضاء غیر قابل کپی شاعر سندیت تام و تمام است بر سبک و زبان خاص سروده هایش. در شعرهای او تنوع واژگان و



ماهنامه زمینه

و کارکرد آن‌ها و نحوه بیان متفاوت و یکتاست. ابزار و آرایه‌هایی که او در خدمت شعر در بیان مضامین موجود در ذهن، در ایجاد تنوع بکار گرفته چون ایهام و کنایه و استعاره در خدمت مفاهیم انتزاعی و تجریدی قابل انتقال مفاهیم و معانی شعر می‌باشد. البته دسترسی به مفاهیم در عمق سروده‌های اندازه‌ای و نه بیش قابل حصول خواهد بود.

در شعرها، هنر است که سرریز می‌شود. هنر در شعرهای شاعر بسیار برجستگی و جلوه‌گری دارد. ایهام خصیصه اصلی سروده‌هاست. و از برجستگی‌های دیگر شعرهایش نماد است. بهتر است گفته شود: (نماد در نماد). خصلتی که به شعر وجوه مختلف معنایی را تزریق می‌نماید. چون او ... نمادها را در معناهای دیگر نیز به کار گرفته است. چیزی که در شعر او اهمیت دارد، چیره دستی و ابتکارش در چینش (Arranging) هنرمندانه واژه‌هاست. آمیزشی از واقعیت و فراواقعیت و در هم آمیزی حقیقت و رویا در پرداخت شعرها تصاویر زیبا و بی‌بدیل آفریده است.

در سروده‌های شاعر "امیر تیمور زحتمکش" ما با اثری مواجه ایم که تحت تاثیر دانش ناخودآگاه و ضمیر پنهان اوست. شاعر در خلق آثار تجلیات روحی خویش را به مخاطب عرضه می‌دارد. آنچه اصل است و بدان اصالت داده می‌شود ذهن و محتویات ذهن شاعر است که در میدان گستران شاعر به نقش آفرینی وارد عمل می‌شود. او در عدم حضور و غیبت عقلانیت و و هوشمندی (البته نه در حد هیچ بلکه می‌توان حدودی را در حضور در الہامات و شبهود، تصاویر پنهان بُعد ناخودآگاهرا به مخاطب ارائه می‌دهد. سروده‌ها در ساختار تجربه و آگاهی شاعرند، که هر تجربه در خود حقیقتی را حامل. شاعر سعی دارد "به اشیاء ورود نموده" تا آنگونه که جهان پیرامون است را با تجربیات شخصی کشف نماید.



ماهنامه زمینه

در برخی سروده‌های نگاه و نقش اجتماعی و... پررنگ است و دغدغه‌مندی شاعر از اوضاع جامعه و جهان، که پیوند واقعیات در آمیزش جهان انتزاعی شاعر را رقم می‌زند. گرچه به ظاهر در سروده‌ها جریان سیال ذهن حکفرماست، اما جهان متن به روی واقعیت‌ها (Ban) بن نمی‌باشد و پویایی حرکت و جنبش (movement) در بسیاری از شعرهای زنگ هشدارهای است هم به خود شاعر و هم به مخاطب. البته به هیچ وجه نمی‌توان صرفاً به دلیل کارکردهای اجتماعی سروده‌ها، از بعد زیبایی شناسانه شعرها غافل ماند. شعر در مسیر رو به جلو به دنبال یک وضعیت آرمانشبری و تغییر وضعیت موجود موضعگیری اش شفاف است. شاعر در تصویر سروده‌ها یش تبعیت از منطق خاص ننموده و پیرو شیوه منفردی نیست، بلکه بر اساس جریان سیال ذهن و بیان روایت بر پایه گفتگومندی با خویش (Monologue)، هدایت شعر را بر عهده دارد. گرچه گاه‌آین تگ‌گویی‌ها به (Dialogue) دیالوگ نیز کشیده می‌شود. در برخی شعرها نیز زنگ (Polyphony) پلی فونیک یا چند صدایی نواخته می‌شود. و گاهی نیز صدای "خطابه" به گوش مخاطب رساست.

در اغلب سروده‌ها پرش و (pause) یا وقفه، در مسیر مستقیم سروده‌ها (dam) مانع ایجاد کرده و زاویه‌ای در نگاه مخاطب اتفاق می‌افتد. دقیقاً (jump cut) جامپ کات‌هایی در ارائه تصاویر بیانی شکل می‌گیرد که بر نقطه‌ای ثابت و پایدار نمی‌ماند.

کابوسِ خدایان

برخیز هی چکاوکِ خونین بال

در ناقوس این کلیسا

و شبانگاه در آگوست / ...

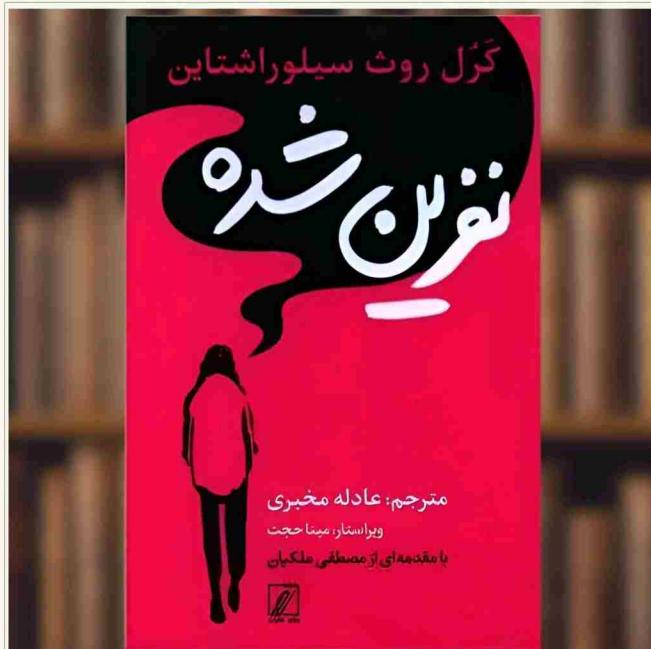


من از چهچههی این چاه
 و آب انباشه در خواب
 کشته می‌شدم
 چون مردی
 که دینارهایش را دفن می‌کرد
 و در تاریکی می‌گریست
 بیدار شدم آه‌ای گوسفند قربانی
 از پله‌هایی که می‌ترسم
 از مردی که فولاد را می‌کوبد
 و تراشیده سرش را سودایش را ،
 من تاجر مرگ هستم
 چند دینار را هلاک
 و پایم دراز در زنبق‌هاست
 مسیح شب
 صلیب چهار سو
 شراب سرخ در پاره‌های چوب
 استخوان برخیز
 کابوسی که از خدایان دیده‌ای
 بیدار کن . «امیر تیمور زحمتکش»
 گرچه در خوانش سروده‌های این شاعر قلم از حرکت باز نمی‌ایستد
 و فصل‌هایی را در سفید خوانی‌ها می‌توان نگاشت. اما عنان قلم را در همین
 جا در دست، به پایان می‌برم و به این مختصر بسنده می‌کنم . در پایان برای
 این شاعر نوآندیش آینده‌ای درخشان‌تر آرزو دارم .



سری کتب

معرفی کتاب نفرین شده و مصاحبه‌ای کوتاه با مترجم کتاب عادله مخبری



نویسنده: کرل روٹ سیلوراشتاین

مترجم: عادله مخبری

ویراستار: مینا حجت

نوبت چاپ: چاپ اول 1402

«با مقدمه‌ای از مصطفی ملکیان»

آغاز:

خواندن کتاب «نفرین شده» برای همه رده‌های سنی پیشنهاد می‌شود چرا که زندگی بی‌رنج وجود

نداشت. هر چند کتاب‌هایی که مترجم خانم مخبری برای ترجمه انتخاب می‌کند، قهرمان داستان همیشه با یک نوع معلولیتی دست و پنجه نرم می‌کند. اما آیا کسی از شما خواننده‌های عزیز هست که در زندگی رنجی نکشیده باشد؟ بله حق با شماست در زندگی همه ما رنج به شکل خاصی وجود دارد. در واقع این کتاب «نفرین شده» به شما شیوه‌ی پذیرش رنج را می‌آموزد و با خواندن آن می‌آموزید که چگونه قهرمان زندگی خود باشید.

«نفرین شده» داستان اریکا بلوم دختر نوجوانی است که در سن ۱۴ سالگی مبتلا به رماتیسم شده، حادثه‌ای که رابطه او را با اطرافیانش و از همه مهمتر با خودش تحت تاثیر قرار داده. قهرمان داستان با وجود تحمل درد جسمانی زیاد، برای آنکه کسی متوجه بیماری اش نشود تلاش می‌کند دردهایش را پنهان کند؛ اما در مسیر داستان با کسب مهارت‌هایی که از عشق و آگاهی حاصل شده‌اند به پذیرش رنج می‌رسد و موفق می‌شود به کنشگری و شادمانی دست یابد و این پیام را به ما منتقل کند که در مسائل مختلف زندگی، امکان تغییر نگرش وجود دارد.

آنچه این داستان را خواندنی‌تر می‌کند سیر رشد قهرمان در گذار از این "بی‌خودی" و "انفعال" به "استقلال" و "کنشگری" است. در این مسیر موفق می‌شود از رنجهای خود پله‌هایی به سوی

ماهنامه زمینه زنی

شکوفایی و رشد بسازد بخش هایی از این کتاب را با هم بخوانیم:

« از این اصلاً متعجب نمی‌شوم که همه به من زل می‌زنند. تمام روز همین وضع بوده. در دنمه و سط زنگ دوم کمی آرام گرفت، بنابراین الان تقریباً مثل یک آدم معمولی راه می‌روم اما در هر صورت همه دارند نگاه‌می‌کنند. »

« بابا دکتر بر در اتفاقم تقهای می‌زند که مرا از جامی پراند می‌پرسد: « نمی‌خوای کمی کباب دیگی و سبب زمینی بخوری؟ تا ده دقیقه‌ی دیگه حاضر می‌شه. »

« دقیقاً هر وقت فکر می‌کنم امکان ندارد عالی‌تر از این نصیبم شود.... یک چیز عالی‌تر در راه است. »

« دیگر هیچ چیز من، حتی دندان‌هایم بی‌نقص نیست، اما پدرم، یعنی دندان‌پزشکم، می‌گوید دندان‌هایم هنوز فوق العاده بی‌نظیر است. »

« قبل افکر می‌کردم نفرین شده هستم. دیگر آن گونه فکر نمی‌کنم. حتی یک ذره. »

۱) کتاب نفرین شده با الهام از زندگی نویسنده (کرل روث سیلوراشتاین) نوشته شده.

۲) مترجم کتاب "عادله مخبری" نیز چار معلولیت (cp) است و این کتاب متناسب با رشته دانشگاهی وی یعنی روانشناسی کودکان استثنایی انتخاب شده است.

۳) این کتاب دومین ترجمه‌ی خانم مخبری و در حال حاضر تنها ترجمه کتاب در ایران است.

۴) پرسش پنهانی « چرا من؟؟ » اولین مواجهه‌ی قهرمان داستان با بیماری مزمن به شکل فورانی از خشم بروز می‌کند. اولین گام در مسیر برای رسیدن به پذیرش از جایی آغاز می‌شود که قهرمان بارنج در وجود آدمهای دیگر رو به رو می‌شود و می‌فهمد هر کسی رنجی دارد و او از این جهت با دیگران متفاوت نیست.

۵) کتاب نفرین شده در سال ۲۰۱۹ چاپ و در سال ۲۰۲۰ برنده جایزه اشنایدر شده که به کتابهایی تعلق

می‌گیرد که شخصیت اصلی آن به نوعی معلولیت دچار باشد.

۶) از نظر مترجم این کتاب نمونه‌ی موفق عبور از رنج است. رنج جزءِ جدایی ناپذیر زندگی ما است و هر کس در زندگی اش به ناچار با نوعی رنج دست و پنجه نرم می‌کند. برای عبور از رنج به مهارت‌هایی نیازمندیم که این کتاب آن‌ها را در قالب رمان بیان می‌کند، پس برای همه‌ی سینین مناسب است.

«گفت و گو با عادله مخبری مترجم کتاب «نفرین شده» و کتاب «شگفتی»

لطفاً خودتان را برای خوانندگان ماهنامه معرفی بفرمایید و بفرمایید چطور شد به ترجمه کتاب علاقه‌مند شدید؟ رشته تحصیلی و هدف نهایی شما برای قدم‌گذاشتن در این راه چه بود؟

● من متولد سال ۱۳۶۷ در تهران هستم. از بدو تولد مبتلا به معلولیتی مادرزادی بودم که در نتیجه آن پا و دست راستم کارایی مورد انتظار را ندارند. همین امر باعث ایجاد همدلی و درک بالا بین من و قهرمان‌های اصلی کتاب شده است. در تمام دوران ۱۲ ساله تحصیل به مدرسه عادی رفته‌ام که هر سال با توجه به اینکه این مدارس عادی، تاب و توان تحمل افراد دارای معلولیت را نداشتند از مدرسه‌ای به مدرسه دیگر می‌رفتم و چالش‌های نازه برایم اتفاق می‌افتد؛ اما حاضر به عقب نشینی نبودم. خیال داشتم در دانشگاه، تاریخ بخوانم تا با عبرت گرفتن از آن و دیدن راه‌های رفته‌ی دیگران، زندگی بهتری برای خود بسازم اما به پیشنهاد استاد مصطفی ملکیان تصمیم گرفتم بجای تاریخ، وارد رشته روانشناسی شوم؛ چرا که از دید ایشان روانشناسی، هم می‌توانست یاریگر شخص من در شرایط خاص و سخت زندگی‌ام باشد هم توانایی این را به من می‌داد که با استفاده از آن، یاری رسان دیگران باشم. (اما تاریخ چنین نبود) من از دانشگاه الزهرا و در رشته روانشناسی کودکان استثنایی فارغ التحصیل شدم. بعد از پایان تحصیلات، برای بالا سطح توانایی‌هایم به کانون زبان ایران رفتم و پس از چهار سال با نمره عالی از آن فارغ التحصیل شدم. من به دنبال شغلی می‌گشتم تا بتوانم با استفاده از تمام قابلیت‌ها و با در نظر گرفتن تمام محدودیت‌هایم، در آن بهترین خودم باشم. پس بار دیگر با راهنمایی استاد ملکیان و حمایت بسیار

ماهنامه زمینه زنی

ایشان وارد عرصه مترجمی شدم و حوزه افراد دارای معلولیت را انتخاب کردم؛ جایی که هم مرتبط با رشته دانشگاهیم بود و هم در آنجا می توانستم تجربه های زندگی ام را با دیگرانی به اشتراک بگذارم که می دانند تنها راه زندگی در صلح و آرامش، پذیرش تفاوت ها در عرصه های گوناگون زندگی است.

هدف من از ورود به این حوزه این است که به جای نفرین بر تاریکی های زندگی، خود شمعی روشن کنم و به افراد جامعه بگویم آنکه با ما تفاوت دارد لزوماً بد نیست و فقط تفاوت دارد شاید با پذیرش بیشتر تفاوت ها بتوانیم از قابلیت های ناشناخته افراد دارای معلولیت سود ببریم.

در بخش پایانی معرفی کتاب «نفرین شده» می خواهم برای شما خوانندگان عزیز مختصراً در مورد بیماری ^{cp} توضیح بدهم تا متوجه شوید مترجم با توجه به چه معلولیتی توانست رسالت خود را پیدا کند و بدانیم معلولیت محدودیت نیست بلکه می شود از عمق درد رشد کرد و به بالندگی رسید.

«فلج مغزی (cerebral palsy)، فلج مغزی یا ^{cp}»

این اختلال مجموعه ای از اختلالات حرکتی مزمن است که روی توانایی حرکت و حفظ تعادل و وضعیت بدن اثر می گذارد. ^{CP} شایع ترین ناتوانی و معلولیت حرکتی در دوران کودکی به شمار می آید که به نواحی از مغز آسیب رسانده که مسئول کنترل حرکت و عملکرد عضلات بدن هستند. اکثر افرادی که با فلج مغزی مواجه هستند، تجربه و نیازهای منحصر به فردی دارند. این افراد امور روزمره خود را به سختی و به آهستگی انجام می دهند.

در اینجا باید بیان کنم که بانو عادله مخبری مترجم عزیز ما، از لحاظ ذهنی هیچ مشکلی ندارند و بیماری ^{cp} بر روی توانایی حرکتی و وضعیت تعادل ایشان اثر گذاشته است.

این نکات را بیان کردم تا بگوییم چگونه می شود که یک نفر با



توجه به تمام این مشکلات مرزها را می‌شکند و نه تنها به خود کمک می‌کند بلکه نگرش جهانی را تغییر می‌دهد.

«من هیچ را قطعی و مسلم نمی‌دانم؛ اما به نظر من معلولیت واقعی را افرادی دارند که تلاخ هستند و نمی‌توانند در زندگی شادی پیدا کنند..» «هلن کلر»
برای ایشان بهترین هارا آرزو دارم.

پیشنهاد می‌کنم این کتاب را تهیه فرمایید. امروز ۱۴۰۳/۶/۲۸ شهریور کتاب «نفرین شده» و «شگفتی» که خریداری کرده بودم به دستم رسید.

حتماً در شماره‌های آینده نظر خودم را در مورد کتابها و ترجمه‌های خانم مخبری بیان می‌کنم.





سفرنامه



نویسنده: پریسا بکتاش

تهران، از روستا تا شهر

تهران، پایتخت کنونی ایران، یکی از پر جمعیت ترین و شلوغ ترین شهرهای جهان به شمار می‌آید. این کلانشهر در عین حال دارای ارزش فرهنگی بالایی است که در خود داستانها و وقایعی رو جا داده است. امروزه شاید با شنیدن کلمه "تهران" شلوغی و ترافیک آن به ذهن خطور کند و کمتر کسی از تهران وقتی روستا بود یاد کند. اما شنیدن آنچه بر تهران گذشت از روستا تا شهر، خالی از لطف نیست.

تهران از نظر جغرافیایی در دامنه جنوبی رشته کوههای البرز قرار دارد. این شهر دارای آب و هوایی نیمه خشک می‌باشد که بارش در آن کم است. در گذشته تهران روستایی کوچک در حومه شهری با باغها و بستانهای زیاد و درختان میوه بسیار بود که گویا میوه انار آن هم معروف بوده است.

علامه محمد قزوینی در کتاب آثار البلاط نوشته است: "خانه‌های اهالی طهران در زیرزمین ساخته شده به مانند لانه مورچگان است. هرگاه دشمنانی به آنان حمله ور شوند ساکنان طهران فوراً در خانه‌های زیرزمینی خود پنهان می‌شوند."

با حمله مغول به ایران و پیران کردن بسیاری از شهرها، شهری هم بی نصیب نماند و همین امر زمینه مهاجرت گروه زیادی از اهالی این شهر به روستاهای اطراف از جمله تهران را فراهم کرد و به این ترتیب تهران کوچک نخستین قدم را در راه توسعه و گسترش خود برداشت. تهران رنگ و بوی شهری خود را از زمان سلطنت شاه طهماسب اول بدست آورد.

به قول اعتماد السلطنه : " تهران به سبب نزدیکی به قزوین (پایتخت شاه طهماسب)، داشتن دار و درخت بسیار، برخورداری از شکارگاههای مناسب و مخصوصاً نزدیکی به حضرت حمزه (جد بزرگ صفویه مدفون در شاه عبدالعظیم شهر ری) توجه شاه طهماسب را جلب کرد ."

وی دستور داد گردآگرد تهران حصاری بکشند که به حصار صفوی معروف شد . این حصار دارای برج و بارو بود . تعداد برجها ۱۱۴ تابه اندازه تعداد سوره‌های قرآن کریم بود که هر برج را به سوره‌ای از قرآن مزین کرد و چهار دروازه برای شهر ساختند .

چهار دروازه عبارتند از :

دروازه حضرت عبدالعظیم / دروازه دولاب

دروازه شمیران / دروازه قزوین

در دروان شاه طهماسب بناهای دیگری هم در تهران ساخته شدند .

بعد از شاه طهماسب ، شاه عباس کبیر باع بزرگی در تهران بنا کرد که در این باع ساختمانی برای سکونت احداث نمود . وی ضمناً در تهران درختان چنار بسیاری کاشت که به دلیل وفور درخت چنار تهران را چنارستان نیز می‌گفتند . بعد از سلاطین صفوی ، نادرشاه افشار بر تخت سلطنت نشست . نادر طی اقامت خود در تهران دست به اقداماتی زد که آوردن دسته‌ای از کلیمیها به تهران و اسکان آنان در بیرون حصار شهر از آن جمله است . بعد از سلسله افشاریه با روی کار آمدن سلسله زندیه ، کریم خان زند دستور داد تا در عمارت سلطنتی ارگ تهران دیوانخانه و حرمخانه بسازند و تهران را برای مقابله با محمد حسن خان قاجار مرکز سپاه خود قرار داد . بعد از مرگ کریم خان ، آغا محمد خان قاجار

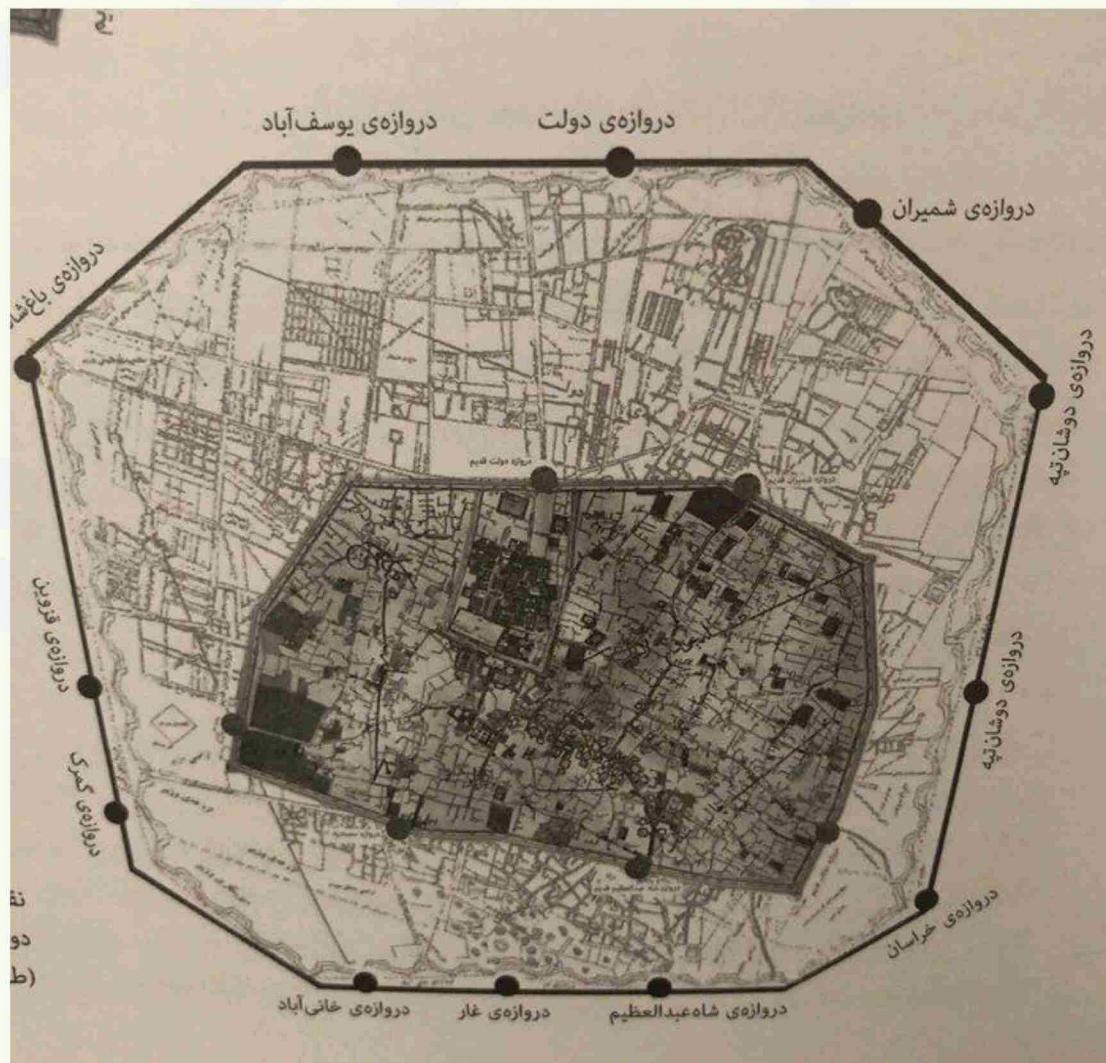
در روز یکشنبه ۱۱ جمادی الثانی سال ۱۲۰۰ هجری قمری که مصادف با نوروز بود بر اریکه سلطنت نشست. وی تهران را پایتخت قرار داد و آنرا "دارالخلافه" نامید. در دوره فتحعلیشاه و محمدشاه توسعه و آبادانی تهران همچنان ادامه داشت.

وقتی ناصرالدین شاه به قدرت رسید، جمعیت تهران چنان افزایش یافته بود که دیگر آن حصار صفوی و برج و بارو جوابگو نبود و ناصرالدین شاه به فکر توسعه شهر افتاد. در سال ۱۲۸۴ق. ایده ایجاد خندق و دروازه‌هایی جدید در دارالخلافه ناصری به دستور ناصرالدین شاه و به دستیاری مستوفی‌الممالک، در روز یکشنبه ۱۱ شعبان در بیرون حصار شاه طهماسب به وقوع پیوست. با ایجاد حصار حصار ناصری، اراضی وسیعی داخل محدوده پایتخت قرار گرفت و تعداد دروازه‌ها از شش عدد به ۱۲ عدد رسید.

در داخل این محدوده چندین محله و بخش قرار گرفت که مهمترین آنها عبارت بودند از: چاله میدان، عودلجان، سنگلاج، ارگ و بازار. باروی کار آمدن رژیم پهلوی، یکی از اقداماتی که رضا شاه انجام داد توسعه شهر بود. با خراب کردن دروازه‌های قاجاری سعی در توسعه جغرافیایی شهر داشت. به این ترتیب، با رشد و گسترش شهر، طرح جدید توسعه شهری به صورت احداث خیابان‌هایی در بافت قدیمی شهر و کشیدن خیابان‌های اصلی و فرعی شطرنجی شکل جدید، افکنده شد. در دوره پهلوی دوم و بعد از آن دوره جمهوری اسلامی همچنان با افزایش جمعیت، با احداث خیابان‌ها اتوبانها، برجها، ساختمانهای مسکونی و اداری، بوستانها و غیره تهران به یک کلانشهر تبدیل شده است که همچنان سعی داشته اصالت خود را حفظ کند.



«دروازه شاه عبدالعظیم»



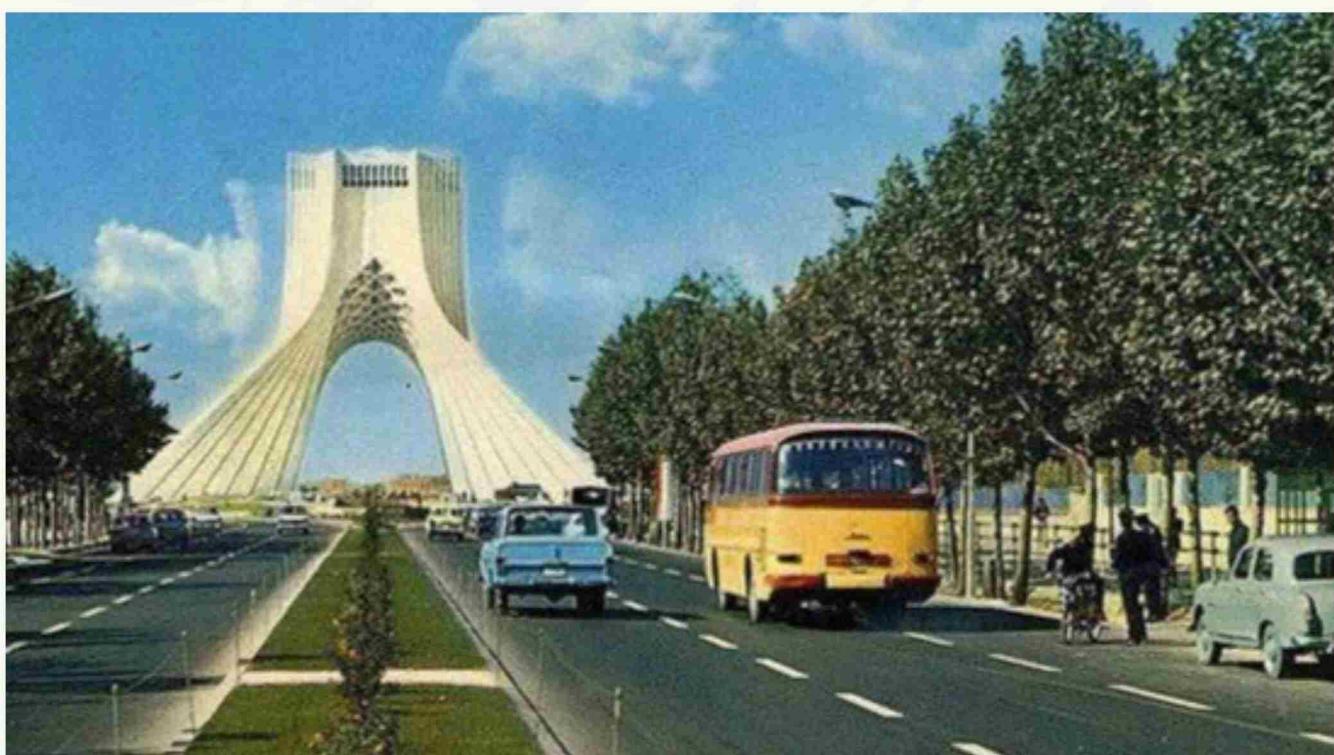
«حدود ۱۲ دروازه ناصری در نقشه»



ماهنامه زمینه



«میدان توپخانه»



«تهران پھلوے»

خداوندکان‌الموت

دولت اسماعیلی‌های الموت، حکومتی است که در سال ۱۴۸۳ ه. ق با تصرف قلعه‌الموت توسط داعی اسماعیلی، حسن صباح پایه‌گذاری شد، و دوره فرمانروایی آن‌ها تا ۱۴۶۵ ه. ق ادامه یافت. پایتخت این دولت در قلعه‌الموت بود و بیشتر فعالیت آن‌ها، مبارزه با خلافت عباسی، دولت سلجوقی و مغول‌ها بود. حسن صباح با تصرف دژهایی در سراسر ایران، عراق و شام، و با انجام تبلیغات گستردگی در میان کشاورزان و بینوایان توانست حوزه قدرت خود را گسترش دهد. سرانجام این دولت پس از ۲۰۰ سال حکومت، با حمله هو لاکو خان از بین رفت. اما سلسله امامت نزاری بعد از سقوط الموت همچنان تا امروز ادامه دارد.

اسماعیلیه یا باطنیه فرقه‌ای از شیعه امامیه است که معتقدان آن، محمد بن اسماعیل برادرزاده امام موسی کاظم را آخرین می‌دانستند. ظبور این فرقه اصلانه انتیجه اختلاف در امامت اسماعیل بن جعفر صادق با برادرش موسی بن جعفر بوده است. اسماعیلیان معتقدند که پس از مرگ جعفر صادق (در قرن هشتم میلادی) امامت به پسر بزرگتر اوی می‌رسید؛ اما چون پسرش اسماعیل پیش از پدر درگذشت بود، امامت به محمد بن اسماعیل منتقل شد که سابع تام است و دور هفت با او تمام می‌شود و پس از او امامت در خاندان اوی باقی ماند. آنها در میان اهل سنت به «باطنیان» مشهورند و شیعه هفت امامی نیز نامیده می‌شوند. اسماعیلیه به دو فرقه مستعلوی و نزاری تقسیم می‌شوند.

اسماعیلیان در نقاط مختلف اصفهان از جمله قلعه‌های لنجان، شاهدز، کوه‌های غربی و جنوبی اصفهان ساکن بودند. آنان با این که با حکومت وقت مشکلاتی داشتند اما فعالیت‌هایی به دور از



ذهن در طول تاریخ به آن‌ها نسبت داده شده است. مثل این که افرادی که از کوچه‌های خلوت و باریک در حال گذر بودند را دستگیر کرده و به قتل می‌رسانند. آنان به خاطر اعمالی که داشتند تحت فشار حکومت قرار گرفتند که به دنبال آن سلجوقیان عبدالملک بن عطاش را به طرز فجیعی در این زمان به قتل رسانیدند و دیگر افراد مشکوک به باطنی‌گری هم در خرمن‌ها آتش زندند.

اسماعیلیان هم که از این اوضاع به شدت خشمگین بودند در ربیع الاول ۵۱۵ ه.ق مسجد جامع و کتابخانه آن را به آتش کشیدند. به گفته ابن اثیر در ۵۱۵ ه.ق، یک هفته پیش از آتش‌سوزی، قصری سلطنتی در اصفهان سوخت که از بزرگ‌ترین و باشکوه‌ترین قصرها بوده است، وی همچنین اضافه می‌کند این حريق توسط باطنیان انجام شده است.

قلعه‌ها:

قلعه آتشگاه / قلعه الموت
کوه قلعه، فردوس / قلعه کل حسن صباح
قلعه دختر، فردوس / قلعه دختر، بردارود
قلعه لمبسر / قلعه کوه قائن
قلعه میمون دژ / قلعه گرد کوه
قلعه مصیاف / قلعه شاهدز
قلعه کوه زردان و در مجموع حدود دویست قلعه.

داعی‌هایی که رهبری در الموت را بر عهد داشتند :

داعی حسن صباح (۱۱۲۴-۱۰۹۰) / داعی کیا بزرگ‌امید (۱۱۳۸-۱۱۲۴)

داعی محمد بزرگ‌امید (۱۱۶۲-۱۱۳۸)

امامان غائب در الموت :

امام علی الہادی بن نزار / امام المہتدی بن الہادی (محمد یکم)

امام حسن القاهر بن المہتدی بقوۃ اللہ (حسن یکم)

امام‌هایی که رهبری الموت را بر عهد داشتند :

امام حسن علی ذکرہ السلام (حسن دوم) (۱۱۶۲-۱۱۶۶)

امام نورالدین محمد (محمد دوم) (۱۲۱۰-۱۱۶۶)

امام جلال الدین حسن (حسن سوم) (۱۲۲۱-۱۲۱۰)

امام علاء الدین محمد (محمد سوم) (۱۲۵۵-۱۲۲۱)

امام رکن الدین خورشاد (۱۲۵۵-۱۲۵۶)

برگرفته از کتاب ها و مقالات موجود

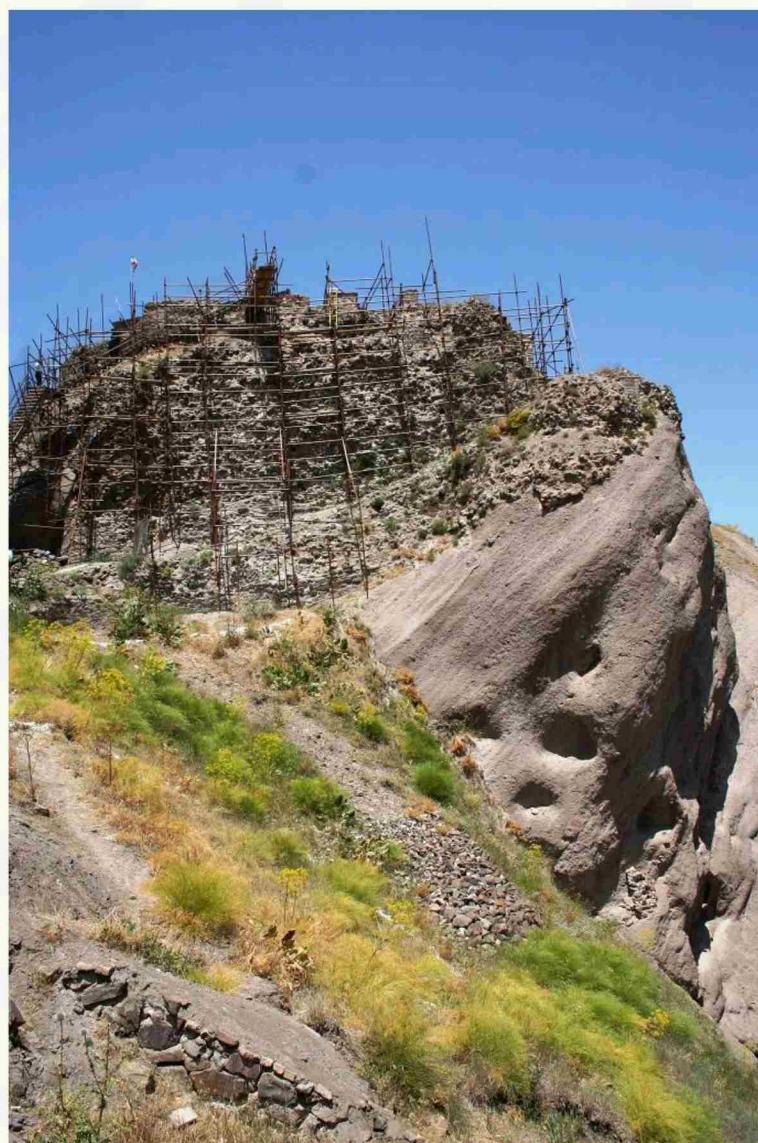




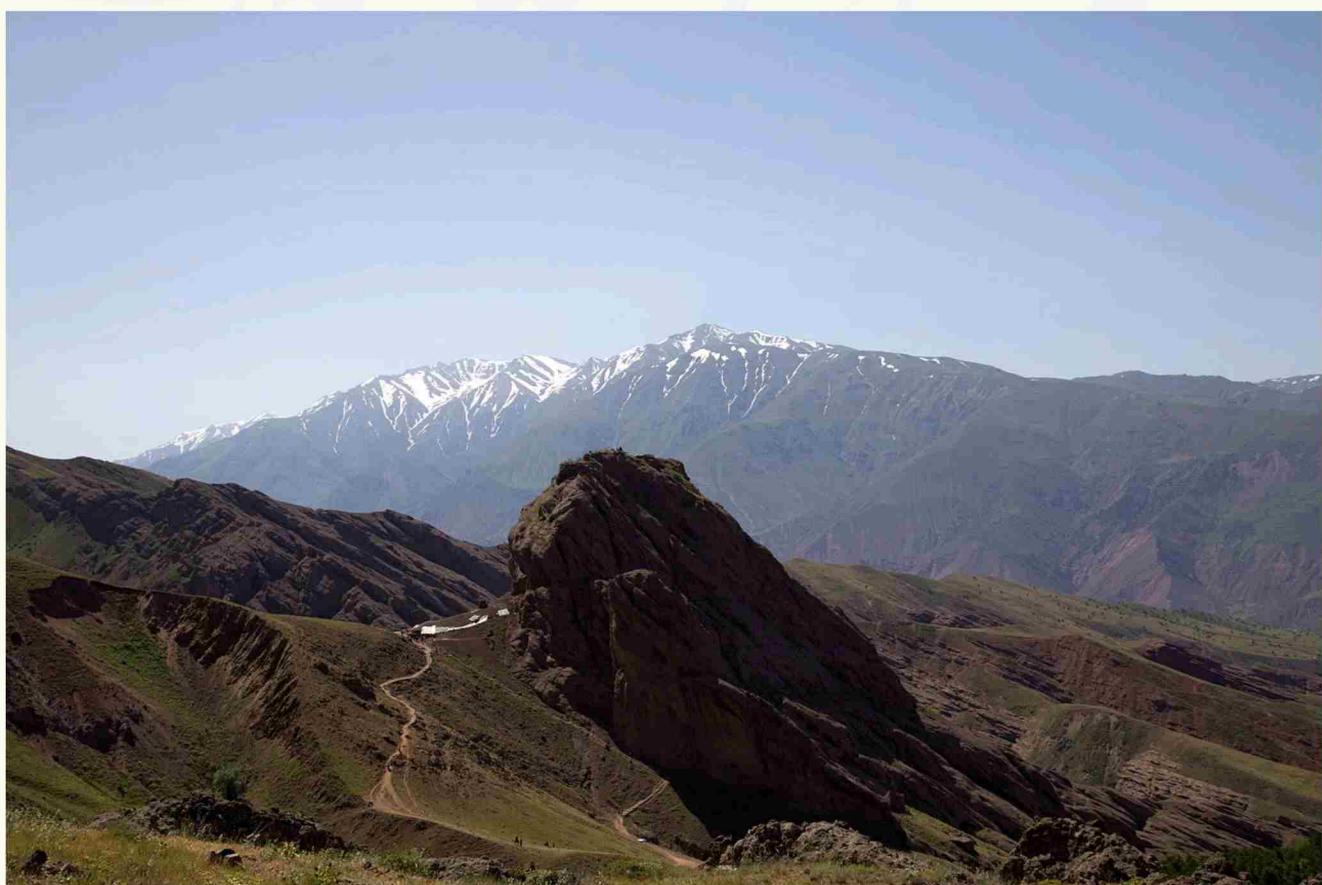
«بقایای قلعه الموت»



« درب ورودی قلعه آلموت »



«بقایای قلعه آلموت»



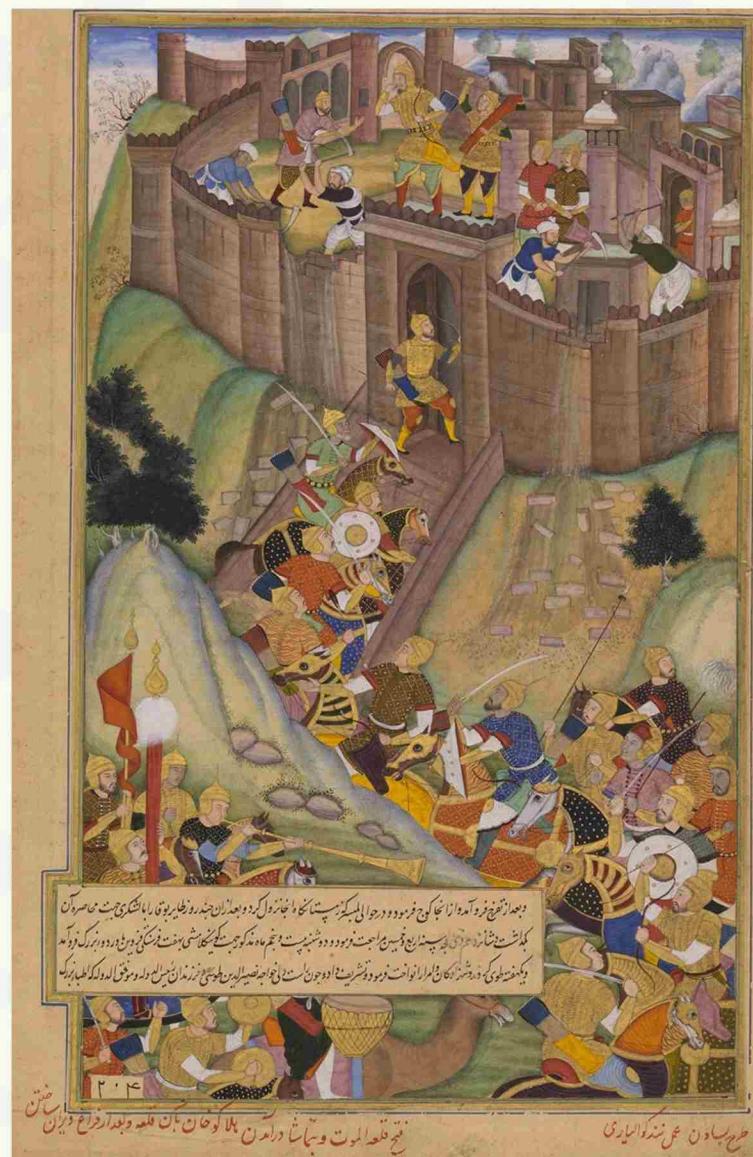
«دژ آلموت»



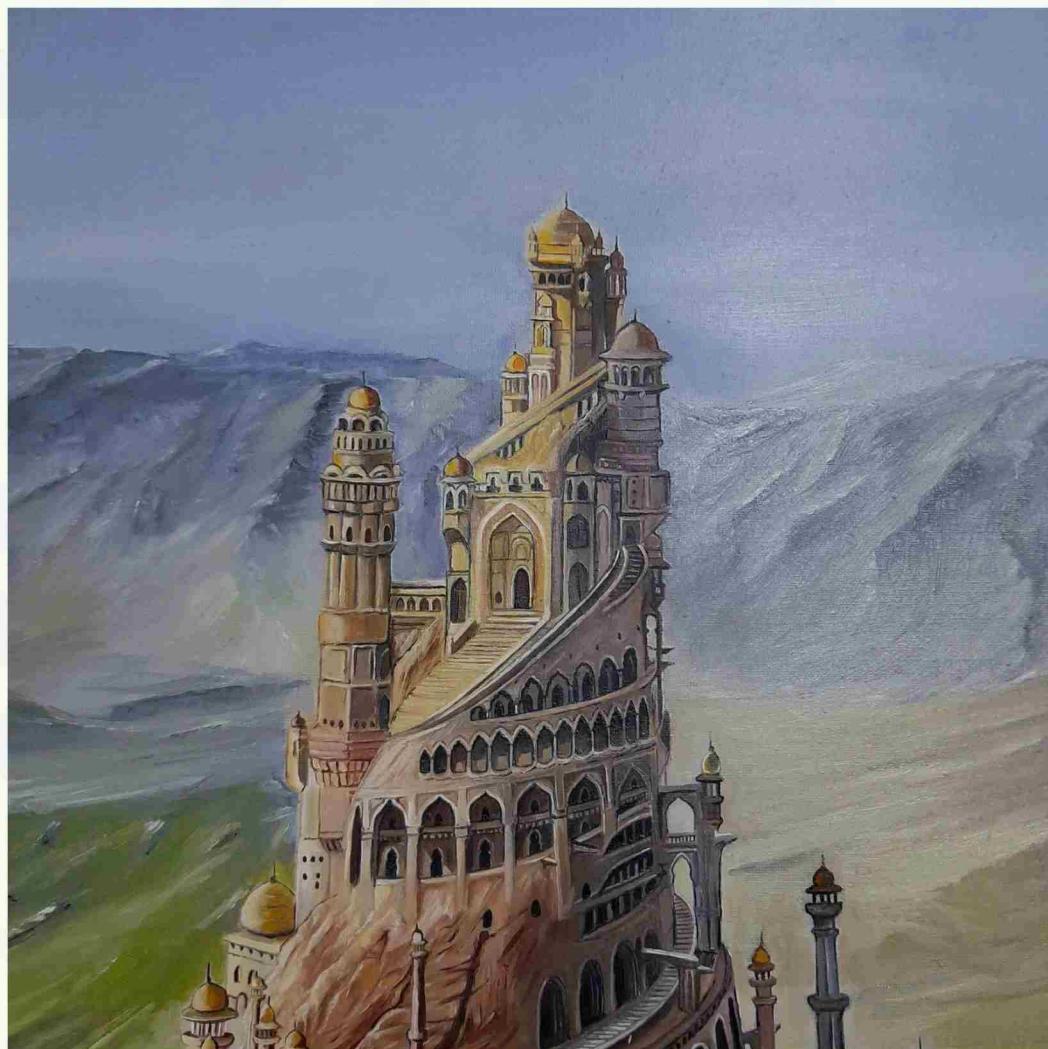
ماهنامه زمستان

«موقعیت آلموت در زمان علیان طبرستان»





«دژ آلموت، مینیاتور سده ۱۵ میلادی»



« طرحی از قلعه آلموت »

چرا پشت سر مسافر آب می‌ریزند ؟
«فلسفه ریختن آب پشت سر مسافر»



ایران کشوری کهن و با فرهنگ و آئین‌های قدیمی و بسیاری بوده که از گذشته به یادگار مانده و همچنان نیز برخی از آنها به همان سبک گذشته انجام می‌شود. هر کدام از فرهنگ‌ها، رسوم و عادت‌های امروزی ایرانیان ریشه در تاریخ و سرگذشت مردمان این کشور داشته و هر کدام از این آئین‌ها به یک دلیل مشخص برای اولین بار صورت گرفته و سبب شده تا به یک امری ماندگار در میان مردمان این مرز و بوم بدل شود. ریختن آب پشت سر مسافر نیز یکی از این فرهنگ‌ها، آداب و رسوم بجای مانده از تاریخ ایران بوده و فلسفه و تاریخچه‌ای خاص را در خود نهان دارد.

گفته می‌شود در زمان حکومت یزدگرد سوم، آخرین پادشاه ساسانی، فردی به نام هرمزان که یکی از سرداران بنام ایرانی بوده، لشگر ایران در خوزستان را در جریان جنگ‌ها و حمله اعراب به ایران فرماندهی می‌کرد. خاندان هرمزان یکی از خانواده‌های بنام و سرشناس در دولت ساسانی بوده و به عنوان یکی از هفت خاندان برتر ساسانی شناخته می‌شدند. این سردار ایرانی در جنگ‌های زیادی فرماندهی لشکریان را بر عهده داشته و فتح‌های بی شماری را نیز به ارمغان آورده و همچنین هرمزان به داشتن هوش ذکاوت بالا نیز شهرت داشت.

تا اینکه سرانجام در زمان حمله اعراب به ایران و محاصره اشغال شوستر به دلیل خیانت یکی از نزدیکان خود در جنگ شکست خورده و با موافقت ابوموسی اشعری مبنی بر در امان بودن وی، خود را تسلیم سپاه اعراب کرد. پس از اسارت، وی به مدینه منتقل شده تا عمر بن الخطاب که در آن زمان خلافت را بر عهده داشت در خصوص هرمان تصمیم‌گیری کند. بنابر نوشته‌های تاریخی گفته‌می‌شود در زمان حضور هرمان در مقابل عمر، رادیی زرباف و فاخر برتن داشته که هیچ یک از اعراب تاکنون به چشم ندیده بودند. هرمان در زمان ملاقات با عمر وی را تنها در گوش مسجد دید که خفته است و از عمر اینگونه سوال کرده که پس امیرالمؤمنین کجاست؟ عمر پس از مدتی گفت و گو با هرمان دستور قتل وی را صادر کرده وامر کرد که او را به دار بیاویزید.

در زمان اجرای حکم اعدام هرمان طلب مقداری آب کرده و از عمر خواست که پیش از مرگ به او مقداری آب دهند. وقتی این خواسته هرمان اجابت شد، وی در نوشیدن آب تعلل کرده و عمر دلیل این کار او را جویا شده و هرمان جواب داده که می‌ترسد در هنگام نوشیدن آب وی را بکشد. عمر با شنیدن حرف هرمان به او قول داد تا اینکه تمام آب را ننوشد اورا نکشته و تا تمام شدن آب به او امان می‌دهد. هرمان با شنیدن و گرفتن این قول از عمر، در حرکتی زیرکانه و هوشمندانه کاسه آب را بر زمین انداخته و آب را روی زمین ریخت. عمر نیز به سبب وفا به عهد و قولی که به هرمان داده مجبور شد از قتل او درگذشته و مغلوب هوش و سیاست ایرانیان شود. این کار و اقدام هرمان سبب به وجود آمدن فلسفه ریختن آب پشت سر مسافر شده و معنی بخشیدن زندگی دوباره به شخص را گرفت.

از این رو از آن زمان ایرانیان پشت سر مسافران خود آب ریخته تا سفر فرد به سلامت و بی خطر

انجام شده و مسافر در سلامت کامل باشد.

برگرفته از تمدن کهن ایرانیان

در تمدن‌های بسیار کهن ایرانیان یعنی زمانی که البه آب را می‌پرستیدند از البه مادر آب‌ها در خواست می‌کردند سپاهیان را حفاظت کرده و از سفرهای جنگی به سلامت باز گردانند. عیلامی‌ها آناهیتا را می‌پرستیدند و وقتی سربازان راهی جنگ می‌شدند، مادران در خانه یک کوزه پر از آب می‌کردند و پشت سر آن‌ها می‌ریختند تا به سلامت به خانه باز گردند. اعتقاد داشتند مادر آب‌ها، سربازان را از بلایا حفاظت خواهند کرد. همچنین هخامنشیان و زرتشتی‌ها آب را مقدس می‌شمردند و عقیده داشتند نباید به هیچ شکلی آب را آلوده کرد. شاید بسیار شنیده باشید که آب روشنی است. آن‌ها هم برای متبرک کردن مسافران و کاروان‌ها از کوزه‌های آب استفاده می‌کردند.

سخن آخر

شاید تمام این تئوری‌هایی که در اختیار شما قرار دادیم صحیح باشند اما ربطی به رسم آبریختن پشت سر مسافر نداشته باشند. به هر حال ما به رسم دیرینه نیاکان خود باور داریم.

«گردآوری شده از مقالات بایدها و نبایدهای سفر»





سفره موسيقى

بیوگرافی سینا ریوندی

زمینه تخصصی : خوانندگی ، آهنگساز

ژانر کاری : پاپ

سینا ریوندی متولد ۳۰ آذر ۱۳۷۶ خواننده نسل جوان و موسیقی پاپ می باشد .

او از سال ۱۳۹۴ فعالیت حرفه‌ای خود را آغاز کرده است . از سنین کودکی خوانندگی را شروع کرده و به گفته خودش به آرزوهای کودکی خود کماکان رسیده است . او همچنان در حوزه موسیقی و خوانندگی فعالیت می کند .

او می گوید : اتفاقی با یکی از دوستان برای عکاسی یک آلبوم موسیقی به استودیو رفته بودم و همراه یکی از دوستان اجرای زنده‌ای با گیتار اجرا کردیم و همانجا استارت اولین کار ما به نام «بگو با من » رقم خورد .

الگوی خود را شادمهر عقیلی می داند و معتقد است موسیقی به دو جبهه قبل از شادمهر عقیلی و بعد از شادمهر عقیلی با دو فصل متفاوت بر می گردد . ایشان در زمینه آهنگسازی هم فعالیت می کند .

اولین کار رسمی او با نام «ماه من » در زمستان ۱۳۹۹ منتشر شد .

سابقه داوری در جشنواره موسیقی را دارد و به عنوان مهمان در جشنواره موسیقی را دارد و به عنوان مهمان در برنامه تلویزیونی ماه نشین "حضور داشته است .

سابقه همکاری با هنرمندانی همچون :

آرش آزاد / یوسف زمانی

میلاد بابایی / علی ایلیا

حسین قربانیور / اسماعیل باشا / احسان نی زن را در کارنامه هنری خود دارد .

قطعات منتشر شده از او :

ماه من / بعد از تو



از وقتی رفتی / نگو که نمیدونی / دریاچه.

از بین تمام آهنگها ، علاقه بیشتری به قطعه «نگو که نمیدونی» دارد و می‌گوید اولین ترک حرفهای اش می‌باشد که از لحاظ کوالیتی و برنده کاری برتر است و از همه مهمتر آهنگی خاطره انگیز و پر از احساس می‌باشد زیرا که در مراسم ازدواجش به صورت زنده اجرا شده است.

او تصمیم انتشار آلبوم و همکاری با خوانندگان دیگر را دارد .

موفقیت‌های روز افزون را برای خواننده نسل جوان "سینا ریوندی" آرزومندیم .





سفره سینما و تئاتر



نقد فیلم سینمایی رستاخیز

فیلم سینمایی رستاخیز که در طی چند سال به نویسنده‌ی و کارگردانی احمد رضا درویش ساخته شد.

فیلمی نه چندان خوب و نه چندان با کیفیت که در سی و دومین دوره جشنواره بین‌المللی فیلم فجر به اکران درآمد و در ۱۱ بخش نامزد دریافت سیمرغ بلورین شد.

این فیلم در دو نسخه ۱۶۰ دقیقه‌ایی که نسخه کامل این فیلم است و ۱۳۰ دقیقه‌ایی که نسخه کوتاه شده آن است به اکران درآمد.

حال این فیلم را مورد بررسی قرار می‌دهیم:

فیلم رستاخیز، فیلمی که نه انتخاب بازیگر خوبی دارد و نه فیلم‌نامه‌ایی خوب که مخاطب بتواند با آن ارتباطی برقرار کند. فیلمی که حاصل زحمات چند ساله کارگردان خود را به دنبال دارد نتیجه مطلوبی نداشته است.

تحریف تاریخ که در تیتراژ ابتدایی این فیلم است به خوبی قابل مشاهده است که در آن گفته شده فیلمی در باب نہضت امام حسین (ع)، امامی توان گفت نہضتی



ماهنامه زمشاد زمان

در کار نبوده و حسین بن علی به انتخاب و نامه‌های مردم به کوفه رهسپار شد. در جای دیگری از فیلم مشاهده می‌کنید که حسین بن علی، خطاب به مردم می‌گوید: من برای اصلاح دین امّت رسول خدا برخاستم. و این هم جزو تحریف تاریخ حساب می‌شود لذا حسین بن علی قصد نهضت یا یک انقلاب را نداشته است. گویا هر چه در کتاب‌های درسی دوران ابتدایی و راهنمایی نوشته شده است منبع کارگردان این اثر بوده است.

به بخش بازیگری می‌رویم:

می‌توان گفت تفاوت زیادی دارد که چه کسی چنین اثرهایی را کارگردانی کند، کارگردانی که برای هر نقش بازیگر همان نقش را انتخاب کند و بداند گزینه خوبی را انتخاب کرده است اما در فیلم رستاخیز انتخاب خوبی نداریم، حسن پور شیرازی در نقش عمر بن سعد که یک بازی معمولی را از او می‌بینیم که هیچ حسی از عمر بن سعد را به مخاطب نمی‌دهد.

پوریا پورسرخ که نقش فرزند عمر بن سعد را بر عهده دارد همانند بازی‌های دیگرش یک بازی به شدت مصنوعی را به همراه خود دارد که بیشتر از این نمی‌توان در باب این موضوع صحبتی کرد. شاید بتوان کمی از بازی فرهاد قائمیان که در نقش حر بن یزید ریاحی بازی کرده است دفاع کرد. مهتاب کرامتی که نقش کنیز را بر عهده دارد که نمی‌دانم چرا از یک بازیگر نامدار برای یک نقش بیست دقیقه ای استفاده شد. بابک حمیدیان که در دو نقش یزید و ابن زیاد به ایفای نقش پرداخته است می‌توان گفت بزرگترین اشتباه کارگردان بود که این بازیگر را در دو نقش کلیدی فیلم قرار داد.

استفاده از بازیگران عرب و دوبله صدای آن‌ها و دلیل استفاده از این بازیگران مبهم است که چرا از این بازیگران استفاده شده و صدای آن‌ها دوبله شده و چرا به جای آن از بازیگران ایرانی استفاده نشده است.



در کل می‌توان گفت فیلم رستاخیز، یک فیلم نیمه حرفه‌ایی به همراه تحریف تاریخ و بازیگران نه چندان خوب در این چند سال ساخته و به اکران درآمدواز اکران عمومی آن جلوگیری شد و همان بهتر که جلوگیری از اکران آن شکل گرفت. ای کاش احمد رضا درویش کمی به مطالعه کتاب‌های تاریخی بیشتری برای این پروژه می‌پرداخت، از دیالوگ‌های پوچ و غیر قابل تحمل، تحریف تاریخ، قصه‌گویی حادثه کربلا از نگاه دیگری که به هیچ وجه یک درصد هم به حادثه کربلا از نگاه دیگری که به هیچ وجه یک درصد هم به حادثه کربلا شبیه نبوده و نیست.

در سکانسی از فیلم عمر بن سعد می‌گوید: حاضریم بر خشم خلافت حسین بن علی بورش بریم.

حال مخاطب و کسانی که تاریخ را دنبال می‌کنند نمی‌دانند او از کدام خشم خلافت سخن می‌گوید. در تاریخ نامی از فرزند حر بن یزید ریاحی دیده اما در کمال ناباوری در فیلم رستاخیز او به همراه پدرش به اردوی حسین بن علی می‌رود. در سکانسی از فیلم که حُر و فرزندش به اردوی حسین بن علی می‌روند و زانو می‌زنند، دوربین نیم رخ از حسین بن علی می‌گیرد که بخوبی چشمان و دماغ آن بازیگر پیداست. سکانس‌های شهادت عباس بن علی که حتی نمی‌توان چیزی در مورد آن گفت. نبرد حسین بن علی بالشکر عمر بن سعد که همانند یک دعوای خیابانی است.

به نظر بندۀ فیلم رستاخیز با این نگاه به حادثه کربلا و انتخاب بازیگر و فیلم‌نامه پوچ، هیچ وقت نباید به اکران عمومی درآید.

سپاس
عارف ایمانی

مصاحبه با سرکار خانم صبا مرتضوی (نویسنده و کارگردان)

- کمی از خودتان برایمان بگویید.
- صبا مرتضوی . متولد ۱۳۶۹ در اصفهان . در حال حاضر عروسک ساز ، بازی دهندهی عروسک و کارگردان تئاتر عروسکی سایه در اصفهان هستم . ۱۳۸۸-۱۳۹۶ در حیطه‌ی روانشناسی فعالیت داشته‌ام . لیسانس رشته‌ی روانشناسی بالینی دارم و ۱۵۰۰ ساعت ورک شاپ در حیطه‌ی روانشناسی فیک و لیدرشیپ را گذرانده‌ام . پس از گذراندن دو ترم از مقطع فوق لیسانس روانشناسی بالینی ، با هدف شرکت در کنکور وزارت بهداشت از دانشگاه انصراف دادم . اگر چه به دروس تخصصی روانشناسی بالینی مسلط بودم و هنر به عنوان یک مفهوم انتزاعی که در قالب خلاقیت در اناق مشاوره و گروه‌های فرزندپروری نمود یافته بود ، به تنها یعنی نیاز مرا تغذیه نمیکرد و به دنبال راهی که برایم مبهم بود مرا سوق میداد . همانطور که جیمز مارسیا از هویت می‌گوید ، از کودکی به دنبال پیدا کردن هویت درونی ام بوده‌ام ، به سراغ فعالیت‌های مختلفی میرفتم ، شامل نقاشی ، خبرنگاری افتخاری ، سمینار برگزار کردن ، تئاتر ، ساختن فیلم‌های کوتاه ، خطاطی ، ماقول سازی ، مجری گری و نوشتن ... در ۲۶ سالگی شبیه رویای که در کودکی داشتم ، به دنبال یک فانتزی زیبا بودم .

کتاب‌های روانشناسی رشد و شخصیت محور علاوه‌مندی من شده بود درباره‌ی کودکان و تحقیقات طولی مقطعی آن مطالعه میکردم ، ابتدا به دنبال خلق ایده و ایجاد حال خوب برای خود بودم ، مدتی برایجاد کتاب‌های مایندم پ در روانشناسی متمرکز بودم ، همه‌ی نقشه‌های ذهنی من از مسیر روانشناسی می‌گذشت که پس از محبویت در روانشناسی به هنر برگردم ، تصویرسازی و طرح‌های مایند مپی که نظریات و رویکردهای روانشناسی را به صورت استوری برد به خواننده معرفی میکرد ، یادآور پرونده‌های نیمه باز کودکی ام بود . آن روزها به مرکز





مشاوره‌ی دانشگاه اصفهان زیر نظر دکتر محمد رضا عابدی می‌رفتم، و آرزوی روانشناس رسمی و دارای جایگاه شدن در حال تحقق یافتن بود. ناگهان این سوال درونم مرا از ادامه‌ی مسیر متوقف کرد: آیا دوست داری که ۱۰ سال دیگر دکتر صبا مرتضوی (متخصص کودک و نوجوان) به عنوان یک فرد معروف معرفی شوی؟ اگر بمیری و تابوت بر شانه‌ی آدم‌ها باشد دلت می‌خواهد بگویند که تو کیستی؟ یک متخصص روانشناس؟ این‌ها سوالاتی بود که باعث شد از ارشد روانشناسی انصراف دهم. دو تابستان را با نوشتن کارهایی که از کودکی انجام میدادم و زیر تکراری هایش خط می‌کشیدم بگذرانم، نقاشی و خلاقیت از میان آن‌ها شاخص‌تر بود. عروسک دغدغه‌ام شده بود، کتاب‌های مایندمپ، راهگشایی فکر کردن به دنیای گسترده‌ی نمایش عروسکی بود که از آن هیچ نمی‌دانستم. از افرادی زیادی که در حیطه‌ی تئاتر عروسکی فعالیت داشتند سوال می‌پرسیدم و همه‌ی آن‌ها مرا طرد و نامید می‌کردند. میدانستم که ناخودآگاه جدید در حال خودنمایی است، روش‌نایی بیشتر زمانی بود که در کتابخانه مرکزی شهرداری اصفهان مثل همیشه سرچ می‌کردم و کتاب نمایش عروسکی گام به گام استاد بهروز غریب پور بزرگ را یافتیم. روانشناس بودن را به آینده موقول کردم و در ۱۳۹۷ به تهران رفتم. اگرچه پیدا کردن استاد بهروز غریب پور بزرگ و کلاس‌های مکتب آران تهران کار ساده‌ای نبود. در حال حاضر مدرک دوره‌ی پیشرفت‌هی نمایش عروسکی از بنیاد رودکی تهران، دوره‌ی مقدماتی و پیشرفت‌هی هنر اپرا، نمایشنامه نویسی و اقتباس، یک قرن تئاتر زیر نظر استاد غریب عزیز را دارم و باعث افتخار است که موهبت شرکت در این کلاس‌ها، ورودم به کلاس‌های دف، پیانو، صداسازی و آشنایی با دستگاه‌های آوازی بود.... .

● چند سال است که در این حرفه سخت و نفس‌گیر، مشغول به کار هستید؟

● اکنون در اصفهان تاریکخانه‌ی عروسک‌های سایه دارم، شب‌ها و روزهای عمرم را در کنار قاب‌های سایه و عروسک‌هایی می‌گذرانم، عروسک می‌سازم، نمایش سایه خلق می‌کنم. از نظر من سایه‌ها

ماهنامه زمینه



نامحدود و خیال انگیزند. از خلق تابلوهای زیبای سایه‌ای تابلوهای زیبای سایه‌ای لذت می‌برم. با وجود جست و جوگری‌هایم در گذشته که باعث می‌شد مسیر زندگی‌ام را به خاطر آن تغییر دهم، از سال ۹۷ بر تئاتر عروسکی سایه متمرکز بوده‌ام و از مطالعه و شرکت در کلسس‌های تئاتر و دنیای گسترده‌ی نمایش عروسکی نیز دریغ نکرده‌ام.

● بريم به سراغ اولين کار اجرائي شما.

● اولين کار اجرائي من کپي کردن از آثار کمدی ریچارد برداش او بود که با مکانيزم‌های خاصی که عروسک‌های سایه داشتند، مخاطبین را غافلگیر می‌کرد. برداش او در استرالیا تاریکخانه‌ی تئاتر سایه دارد که این روزها به دليل کهولت سن نمی‌تواند فعالیتی داشته باشد.

به طور کلي اولين کارهای اجرائي من در قالب نمایش‌های کوتاه سایه‌ای بوده‌اند، شامل نمایش‌های سایه کمدی، عشق کولی، صندوقچه‌ی مادر بزرگ و ... در نمایش رویای قطره در ۱۴۰۰ به سفارش موزه‌ی هنرهای تزیینی اصفهان که شناس این را داشتم که یک ماه برای مخاطبین اجرای موفقی داشته باشم.

از ۱۴۰۰ تا به حال برای تولید نمایش عروسکی سایه‌زال و سیمرغ تلاش جدی داشته‌ام، کلسس‌های هنر اپرای استاد غریب پور راهگشای تکمیل نمایشنامه‌ام بوده است و همواره همایند با آهنگسازی آن مشغول عروسک سازی و ساخت پروژه‌ی نوری آن هستم. به نقل از استاد غریب پور عزیز، تئاتر بدون گروه بی معناست و خوشالم که گروه تئاتر عروسکی سایه صبا را با بازی دهندگان، تصویرگران، مسئول فنی نور و یک پایگاه دائمی سایه را در اختیار دارم. از عروسکسازی و کارگردانی پروژه‌هایم لذت می‌برم و آرزو دارم که روزی گروه ساخت عروسک سایه را نیز در اصفهان داشته باشم. آرزوی بزرگ و زیبای من، داشتن تماشاخانه تئاتر سایه صبا برای عموم



ماهنامه زمشاد نستان

است.

● از اپرای عروسکی برایمان بگویید، از استاد بهروز غریب پور.

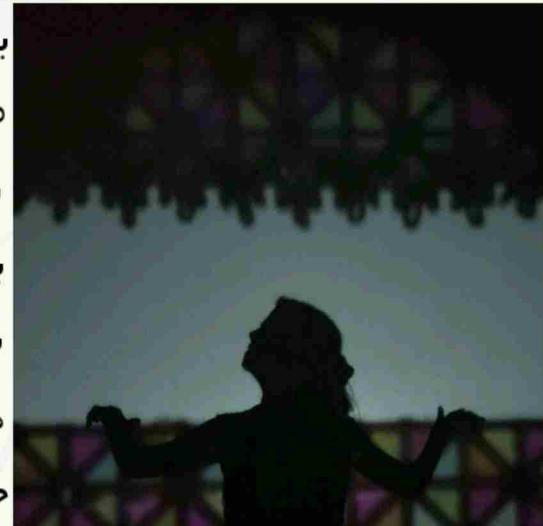
● نقل می‌کنند که اپرا دختر ایتالیا است، اپرا از آنجا منشا گرفته است و به شیوهٔ خواندن در اپراهای بل کانتو می‌گویند. در ایران استاد بهروز غریب پور مبدع اپرای عروسکی به شیوهٔ کاملاً ایالیستی هستند، عروسک‌های ماریونت که در موزهٔ اپرای عروسکی واقع در تالار فردوسی وجود دارند، یک سند گویا و تا ابد جاودان در جهان خواهد بود.

اپراهای عروسکی استاد بهروز غریب پور به زندگی و تفکر شاعران فارسی می‌پردازد. شخصیت و منش استاد غریب پور عزیز در حضور و سمع و رهایی و خلomen، شبیه همان پیشنهاد خردمندی است که ایشان آثارشان را در قالب اپرای عروسکی آفریده‌اند. ایشان خالق اپرای ملی هستند، اپراهایی که براساس موسیقی ایرانی و خواندن در دستگاه‌ها و ردیف‌های آوازی ایرانی و مختصات فرهنگ ایرانی است. به گفتهٔ ایشان تعزیز اپرای ملی ایران است که باید به داشتن افتخار کنیم. اپرا ترکیبی است از شعر، موسیقی و آواگری و آواگری یعنی خواننده بازیگری.. انتخاب اشعار زیبا، طراحی و کارگردانی شگفت‌انگیز و وجود استاد غریب پور بی‌همتا باعث می‌شود که عروسک‌های حرفه‌ای ماریونت صحنه را به جهان شگفت‌انگیز تبدیل کنند. آنچه محرز است هر آنچه از اپرای عروسکی ملی ایران خلق شده است به خاطر وجود فقط عروسک‌ها، نورها و صحنه‌ها و امکانات نیست. گروهی عظیم در سایهٔ استاد غریب پور خردمند می‌تواند این چنین شگفتی بیافریند.

در ابتدای ورود به کلاس‌های مکتب آران، فکر می‌کردم که می‌توانم در راستای روانشناسی از تئاتر عروسکی بهره‌مند شوم و روانشناسی برایم شاخص بود، زمانی که از نزدیک شاگرد استاد غریب پور شدم و نظم اساتیدی چون استاد علی پاکدست، استاد علی ابوالخیریان و استاد مریم اقبالی و گروه حرفة‌ای تئاتر عروسکی آران را مشاهده می‌کردم که همه در سایهٔ استاد بهروز غریب پور بزرگ معنا پیدا می‌کردند. اقیانوسی که هر کس به اندازهٔ ظرفیتش می‌تواند از ایشان بیاموزد، بودن به

بهانه‌ی روانشناسی اشتباه بود و این شبیه روایی پاک کودکی نبود
من از نو متولد شدم، از نو خود را ساختم، با اصول و نظم و
ساختار یک استاد که تماشای آثارشان و یادگیری از ایشان
برای عمر مفید داشتن بس بود و در نتیجه راه تئاتر عروسکی
سایه توسط اساتیدم تشویق شدم.

در ۱۴۰۱ در اپرای عروسکی عاشورا (تالار وحدت) به ایشان
خدمت کردم. همچنین خوشحالم که توانستم نمایش



عروسکی سایه‌ای شش جوجه کلاع و یک روباه به نویسنده‌ی استاد غریب پور را به صحنه برم،
وزارت ارشاد اصفهان نیز رتبه‌ی الویت الف را به این نمایش نامنها ده و در شهر آوازه اش پیچیده است.
تا ابد مدیون و سپاسگذار راهنمایی‌های پیوسته‌ی استاد غریب پور عزیز هستم. در حال حاضر اجازه
دارم که در گروه بین‌المللی و بی‌نظیر آران و اکنون در اپرای عروسکی مولوی به استاد غریب پور
عزیز خدمت کنم، چمدان‌ها را یک هفت‌ای است که بسته‌ام و از رفتن و باز شاگردی کردن در
حضور استاد در پوست خود نمی‌گنجم.

● زیباترین اپرای عروسکی که به تماشای آن نشستید.

● همه‌ی اپراهای عروسکی ایشان زیبا و بی‌نظیر هستند. با این
وجود، به دلیل اینکه اپرای عشق، خیام و مولوی را در اولین
بارهای مواجهه با گروه آران در صحنه‌ی زنده تماشا و از
شکوه صحنه حیرت زده‌ام، همیشه آغازگر یادآوری
اپراهای جهان برای من هستند.

● سخنی برای هنردوستان.

● خود را خوب بشناسید و آن وقت به سمت هنرها بروید.



از کودکی و خاطراتتان سوال کنید. آن هاراه را برای شماروشن ترمی سازند. زمانی به هویت می رسید که در نقطه انتخاب و آگاهی بین ارزش ها و فیوزن های ذهنی تان ارزش ها را انتخاب کنید. راهی که بزرگان می روند جز با حضور در لحظه و آگاهی محقق نمی شود. عکس استاد بهروز غریب پور پور همیشه بر دیوار اتاق من است، یک نقطه و یک پروانه کاغذی بر یک دایره نیز بر دیوار، آن دایره و پروانه کاغذی ارزش من است (ارزش زیبایی شناسی) و استاد بزرگم نیز الگوی خردمندی برای برای بنده شاگرد.. دنبال موفقیت ندوید، آنقدر خوب شوید تا جهان به دنبال شما بگردد. استاد غریب پور عزیز همیشه به شاگردانشان می آموزند که فتوت نامه‌ی سلطانی را بخوانید. هر کسی هنر و تئاتر را انتخاب میکند، لازم است که فتوت نامه .. را بخواند.

● و سخن پایانی.

- سپاس از زحمات آقای عارف ایمانی عزیز و ماهنامه‌ی الکترونیکی ایشان. در راستای معرفی فعالیت‌های هنری و در زندگی، برایتان آرزوی پیوستگی و تعالی دارم.
- با آرزوی موفقیت‌های روزافزون برای هنرمند عزیز کشورمان، سرکار خانم صبا مرتضوی.





ماهنامه زمشار زنان





عوامل ماهنامه زمانی

نویسنگان شماره هشتم:

صغر حوالخت

عاطفه محترم

محمد رضا فردوسی نیا

مرتضی وفادار

محمد شرمن فرد

عارف یمانی

محسن آرمایاد

آزاده شریفیان

سیامک عشقعلی

پریسا بکتاش



شاعر شماره هشتم:

عاطفه مختار

عارف ایجانی

رضاقربانی

احمد مختار

مرضیه رسیدپور

زنگلکور دستانی

سعید روحانی ساعی

سجاد صفر سلطان عظیم

قاسم بغلی

مرد ادمان

شادی غفار



سردیرو صاحب امتیاز:
عارف ایرانی

صفحه آرایی:
فرزاد ایرانی

مدیر، نشریه
عاطفه مختاری



ماهنامه زمشار

مهرماه سال یکهزار و چهارصد و سه هجری شمسی

هر که شد محرم دل در حرم یار بگاند
و لگ که این سر کار نداشت در انکار بگاند
لگر لذ پرده برو که شد دل من عجب گنر
صوفیا که ولستند لذگر و می همه رخت
دلق ما بود که در خانه خمار بگاند

ماهnamه زمستان ، مجلهای الکترونیکی است که ماهانه در وبسایت های ادبی کشور  و کانال های تلگرامی منتشر خواهد شد . هدف ماهnamه زمستان حمایت از نویسندها و شاعران و دوستداران شعر و ادبیات می باشد . همچنین با انتشار این مجله الکترونیکی در تلاش هستیم ، در ترویج خواندن کتاب و کتاب خوانی قدمی هر چند ناچیز برداشته شود . امید آن که با خواندن و انتشار این مجله الکترونیکی ، ما را به اهداف مشترکمان نزدیک تر نماییم .

کر بخواهی و صفحه آرم در حلب کشف لاله سلام شود هفتاد کتاب

