

می گفت همه جا پر شده از این کتاب های روانشناسی زرد! بی علت هم نیست! خوب می فروشند و مشتری دارد و بعد به فروشنده اعتراض کرد که چرا نام این بخش را گذاشته اند روانشناسی؟

آشنایی با شاعری از عهد قاجار

بررسی زندگی شاعری که شعرهای تند و تیزی داشت

ریحانه میرحسینی
کارشناس ارشد ادبیات

میرزا رحیم پسر حاجی ابراهیم قلی در سال ۱۱۹۶ هجری در دهکده خور بیابانک از توابع جندق به دنیا آمد. خب شاید پرسید که چی؟ او کیست؟ شخصی که هم در نثر دستی بر آتش دارد و هم در شعر و شاعری و او یغمای جندقی شاعر قرن سیزدهم است. در سن ۶ سالگی با فقر روبه رو شد و در نتیجه برای گرداندن زندگی خود و خانواده اش به شترچرانی مشغول شد ولی در یکی از همین روزهای عمرش خوشبختانه شانس به سمت میرزا آمد و شخصی به نام امیر اسماعیل خان عرب عامری او را در بیابان می بیند و با یکدیگر همکلام می شوند، امیر اسماعیل از میرزا سؤالاتی می پرسد و از جواب های او خوشش می آید پس به فرزندش او را قبول کرده و تعلیمش می دهد. میرزا هم از موقعیت موجود استفاده کرده و خودی نشان می دهد و سرانجام منشی پدرخوانده اش می شود. البته در این ایام زندگی اش با تخلص مجنون شعر می سرود ولی عمر خوشی هایش کوتاه بود و اسماعیل خان مضروب دولت و فراری می شود و یغما هم به دست حاکم



جدیدی به نام جعفر سلطان افتاد. در اینجا با هم بخت یا یغما برگشت و بقیه که چشم دیدن او را نداشتند باعث شدند این حاکم جدید او را به چوب بسته و به سیاهچال بپندارد.

میرزای داستان ما وقتی از زندان آزاد شد نام را به ابوالحسن و تخلصش را به یغما تغییر داد، درویش شد و راه بیابان و صحرا گرفت و از آن روزگاری که داشت به آوارگی رسید. هم به بغداد و گبرودار دوتا سفر معلوم شد که بی گناه است و به زادگاه خودش برگشت. ولی داستان اینجا تمام نمی شود، او به تهران می آید و با کمک میرزا آغاسی به وزیری کاشان منصوب می شود ولی بدبختی پشت بدبختی می آورد و مورد تهمت قرار گرفته و به وطن خودش بازمی گردد و در آنجا در سن ۸۰ سالگی فوت می کند.

یغمای جندقی شعر و نثر را خوب می نوشت و می توان گفت نسبت به روزگار خودش مردی روشن فکر بود که با خشونت به وضع موجود جامعه حمله کرده و طنزهای سیاسی زیادی سروده است. از او هم دیوان اشعار و هم مجموعه نامه های به دوستان و پسرانش در دسترس است. بیستی از یغما که پیشنهاد می شود بروید و کامل آن را بخوانید! نه شیخ می دهم توبه و نه پیر ز بس که توبه نمودم ز بس که توبه شکستم

نوبل ادبیات اهدا می شود به...

بررسی آرزوی نویسنده ها در «ایران جمعه»

قسمت اول

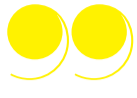
شما جایزه دوست دارید؟ من هم دوست دارم. فکر می کنم نویسنده ها هم جایزه دوست داشته باشند. البته در عالم ادبیات جایزه لزوماً به معنی بهتر بودن نیست، جایزه ملی کتاب سال آمریکا در سال ۱۹۵۲ را «از اینجا تا ابدیت» به دست آورد اما از همانجا تا ابدیت که پیش بروید ناظردشت در تاریخ ادبیات باقی اساساً «جیمز جونز» را نمی شناسند.

با این حال و با تمام نقدهایی که به رویکرد جایزه محور در ادبیات داستانی وارد است، جایزه چیزی خوب و دلچسب برای تمام نویسندگان است. این از این! حالا شما چند جایزه می شناسید؟ نوبل؟ بوکر؟ پولیتزر؟ جایزه های انجمن قلم؟ کتاب سال ایران؟ جایزه جلال و احمد محمود؟ تا همین جا را هم اگر بشناسید کار بزرگی کرده اید اما اینها بخش کوچکی از جوایز مهم ادبیات هستند. جایزه سروانتس برای ادبیات اسپانیایی زبان. جایزه پوشکین برای زبان روسی. جایزه بوکر عربی برای آثار عربی، گنکور فرانسه، جایزه های نریش بل برای آلمانی زبان ها و جایزه لوئیس دکاموش برای ادبیات پرتغالی بخشی از جوایز مهم ادبی در سراسر جهان هستند که کم و بیش مطمئنم اسم حتی یکی از آنها به گوش شما نخورده است.

خبر خوب این است که ما در گروه کتاب «ایران جمعه» تصمیم گرفتیم تا این جوایز را یکی یکی به شما معرفی کنیم. شماره اول را اختصاص داده ام به ورودی کلی و اجمالی به جوایز و برای شماره های بعد من یا دیگر همکاران به نوبت و بر اساس حس و حال هر جایزه مهم را به شما معرفی خواهیم کرد.

جوایز ادبی بر خلاف فضایی که در مورد بزرگ هایشان ساخته شده هنوز بسیار معتبر هستند. بله، مواردی در هر جایزه وجود دارد که به هیچ وجه نمی توان از انتخاب داوران دفاع کرد اما به صورت کلی جوایز بزرگ دقیقاً به خاطر دقت و اعتبارشان هستند که بزرگ شدند. اگر جایزه ای مهم نباشد به طور کلی نیاز به طول و تفصیل در موردش نیست که «سیاسی و بی ارزش است». مهم ترین جایزه هر سال سیاسی هم جایزه نوبل است که منتقدانش در سراسر دنیا اگر نگویند سیاسی است اصلاً خوابشان نمی برد. بله، در نوبل مانند هر جایزه دیگری که توسط آدمیزاد داوری می شود سلیق و علایق و رویکردهای سیاسی شخصی هم دخیل است اما این جایزه به شکل متمرکز و ساختارمند و از پیش تعیین شده سیاسی نیست. همین حرف را می توان برای جایزه بوکر هم استفاده کرد. البته بوکر در سال های اخیر به قدری انتخاب های عجیب و غریب داشته است که دفاع از برخی برندگانش از دفاع در برابر لیونل مسی هم سخت تر است. به هر حال! منتظر «جایزه بازی» باشید!

جوایز ادبی بر خلاف فضایی که در مورد بزرگ هایشان ساخته شده هنوز بسیار معتبر هستند. بله، مواردی در هر جایزه وجود دارد که به هیچ وجه نمی توان از انتخاب داوران دفاع کرد اما به صورت کلی جوایز بزرگ دقیقاً به خاطر دقت و اعتبارشان هستند که بزرگ شدند



«هفته چهل و چندم» پروژه پدری»

این کتاب ها و دیگر کتاب های روایت محور که به صورت غیرمستقیم به شما کمک می کنند گره های کوچک کلاف ذهن تان را بکشاید یا بینش جدیدی نسبت به یک مسأله پیدا کنید، این کتاب ها را می توانید از هر بخش دیگر کتابفروشی پیدا کنید، مهم این است که هر کتاب، آینه ای رو به روی ماست.



«زندگی خود را دوباره بیافرینیم»

این کتاب، یک روان درمانی فردی بر اساس رویکرد طرحواره درمانی است. رویکرد طرحواره درمانی یک چیزی بین روانکاوی و درمان شناختی-رفتاری است، یعنی ترکیبی از جراحی سبک و دارو! این کتاب، یک کتاب خودیاری علمی است! در صفحات اول توضیحات و آزمون هایی وجود دارد تا بتوانید انتخاب کنید که کدام بخش از کتاب برای شما مناسب است! هشدار: اگر فکر می کنید در حال حاضر مسأله ای ندارید که بخواهید به سراغ روان درمانی بروید، سراغ این کتاب هم نروید!



«چگونه فریاد بخوانیم؟» و «چگونه یونگ بخوانیم؟»

اگر دانشجو یا علاقه مند به مطالعه جدی در حوزه روانشناسی هستید، این کتاب ها برای شروع خوب هستند، چون اصطلاحات را به خوبی توضیح می دهند و می توانند راه تان را برای مطالعات بعدی روشن کنند.

ماهگیری در کتابفروشی

چطور در دریای کتاب های روانشناسی غرق یا خورده نشویم؟



چگونه در دریای نامراد کتاب های روانشناسی غرق نشویم؟

خب حالا تصور کنیم که شما مادر یا پدری هستید که می خواهید برای نوجوان تان در مورد اضطراب هایش کتاب تهیه کنید. برای این منظور کتاب های دسته اول و دوم در اغلب موارد مناسب نیستند. گام اول برای انتخاب کتابی که در نهایت بتواند اطلاعات درستی به شما بدهد و مؤثر واقع شود، انتخاب رویکرد مناسب است. این کار مثل انتخاب درمان مناسب برای کمردرد است. آیا شما ترجیح می دهید کمردرد را با اصلاح سبک زندگی درمان کنید، یا برایش دارو مصرف کنید یا آن را جراحی کنید؟ رویکردهای روانشناسی هم از جهات مختلف با یکدیگر متفاوت هستند. من اینجا به همان مثال درمان های کمردرد سعی می کنم سرخ های در مورد هر رویکرد نشان بدهم. خوب رویکرد روانکاوی که با فروید و آن صندلی معروفش شناخته شده، شبیه جراحی است. این رویکرد معتقد است تا گره های قدیمی باز نشوند، نمی توان مسائل کنونی را حل کرد، پس با تیغ گفت و گو و تداعی آزاد خیلی تدریجی به یک جراحی عمیق در روان دست می زنند. مصرف دارو و انجام حرکات اصلاحی برای کمردرد هم شبیه رویکردهای رفتاری و شناختی- رفتاری است، این رویکردها معتقدند که اگر بلند شوید و همین الان دست به کاری بزنید، مثلاً از امروز به بعد مدام به خودتان نگوید که من ضعیفم یا... می توانید مشکلات تان را رفع کنید و در نهایت رویکردهایی مثل ذهن آگاهی هم شبیه به اصلاح سبک زندگی برای درمان کمردرد است و درمان بیشتر بر آرام سازی ذهنی و بدنی طی زندگی روزمره مبتنی است. البته رویکردهای روانشناسی از این تعداد بیشتر و از این مثال ها پیچیده ترند و در صورت علاقه مندی می توانید در کتاب نظریه های روان درمانی نوشته پروچسکا، از نشر رشد، بیشتر در مورد آن ها بخوانید. پس از انتخاب رویکرد مناسب با توجه به شخصیت، مشکل و شرایط کنونی زندگی تان می توانید کتابی را در آن حوزه انتخاب کنید.

دسته آخر هم کتاب های اروین یالوم است که من ترجیح می دهم آن ها را از بقیه کتاب های روانشناسی جدا کنم. کتاب های یالوم عمدتاً روایت یک مجموعه گفت و گوهای درمانی، با رویکرد اگزیستانسیالیسم و معنادرمانی است که روانشناسان را به درمان و مراجعین را به ایجاد تغییر در خود امیدوار می کند. در نهایت در جعبه های کوچولوی این متن، کتاب هایی معرفی می کنم که رسالت این ۹۶۰ کلمه را به پایان برسانم!

دانشجویان روانشناسی یا کسانی باشند که می خواهند مواجهه بی واسطه با علم روانشناسی داشته باشند. این مواجهه بی واسطه خودش دو نوع است، کتاب های دسته اول یا دیگر کتاب ها. کتاب دسته اول کتابی است که خود صاحب نظریه آن را نوشته است. مثلاً اگر شما می خواهید در مورد فروید و روانکاوی بدانید می توانید کتاب هایی را بخوانید که نویسنده شان خود فروید است یا می توانید کتاب هایی که دیگر کارشناسان در مورد فروید و نظریه اش نوشته اند، انتخاب کنید. مزیت کتاب های دسته اول همان دسته اول بودن شان است و مزیت کتاب هایی که دیگران در مورد نظریه پردازان و نظریه شان نوشته اند این است که در اکثر مواقع خلاصه تر، ساده تر و به روزتر هستند و اغلب با نقد همراه شده اند. دسته سوم، کتاب هایی است که مثل دسته اول از علم روانشناسی فاصله نگرفته و مثل دسته دوم هم عصا قورت نداده است. در نتیجه می تواند با مخاطب غیر حرفه ای از حیطه های مختلف روانشناسی حرف بزند. این دسته برای همه سنین و نقش ها کتاب دارد: برای کودکان، والدین، بزرگسالان و نوجوانان. این کتاب ها با اطلاعاتی کلی در مورد علم روانشناسی به شما می دهند مثل کتاب های رشد کودک و کتاب های تربیتی یا مسأله محور هستند که ابتدا اطلاعاتی در مورد مسأله می دهند و سپس راه حل ها یا سرخ هایی برای درمان معرفی می کنند.

به جای معرفی کردن کتاب ها و در واقع ماهی سبدتان، ترجیح می دهم این کلمه ها را به آموزش ماهگیری اختصاص دهم تا در بخش کتاب های روانشناسی ماهی های بزرگ تری بگیرید

زهرا بزرگ زاده روانشناس کودک

خب در فرصتی استثنایی، می توانم ۹۶۰ کلمه در مورد کتاب های روانشناسی با شما حرف بزنم اما به جای معرفی کردن کتاب ها و در واقع ماهی انداختن در سبدتان، ترجیح می دهم این کلمه ها را به آموزش ماهگیری اختصاص دهم تا در بخش کتاب های روانشناسی ماهی های بزرگ تری بگیرید. برای شروع، باید بگویم تنوع کتاب های روانشناسی که همگی با هم در یک گوشه کتابفروشی یا بخش مشخصی از ایلکیشن های کتابخوان قرار گرفته اند، بسیار زیاد است! تا آن جایی که به سختی می توان روی همه آن ها برجسب روانشناسی زد! در این نوشتار سعی می کنم راهنمای شما در بخش روانشناسی کتابفروشی ها باشم و کتاب های موجود در این بخش را به چند دسته مشخص تقسیم بندی کنم. یک بار که در کتابفروشی دنبال کتابی می گشتم، گفت و گوی خانمی با دوستش را شنیدم که می گفت همه جا پر شده از این کتاب های روانشناسی زرد! بی علت هم نیست! خوب می فروشند و مشتری دارد و بعد به فروشنده اعتراض کرد که چرا نام این بخش را گذاشته اند روانشناسی؟ در اینجا کتاب ها هرچه هست جزء روانشناسی!

چند دسته کتاب روانشناسی داریم اصلاً؟

درست است! دسته اول کتاب ها همین کتاب های روانشناسی عامیانه است که البته نام های متفاوتی می شود روی آن ها گذاشت، روانشناسی موفقیت، کتاب های خودیاری، روانشناسی زرد و... اما من به آن ها می گویم روانشناسی عامیانه چون هم روانشناسی است، هم مثل متونی که به زبان عامیانه نوشته می شوند، گهگاهی شکستگی دارد. در واقع من موافق نیستم که این کتاب ها هرچه هستند جزء روانشناسی اما موافق هم نیستم که دروازه ورود ما به علم روانشناسی محسوب می شوند. البته که نمی توان این برجسب را روی همه کتاب ها زد. «خودت باش دختر!»، «باشگاه پنج صبحی ها» و «برنامه ریزی به روش بولت زورنال» همگی کنار هم در کتابفروشی نشسته اند اما از یک خانواده نیستند. دسته دوم کتاب ها، مختص نشرهایی است که مطالب روانشناسی را برای مخاطبان حرفه ای منتشر می کنند. این مخاطبان حرفه ای می توانند