

# کتاب درمانی

جلد ۳



## فهرست

- ۷..... چرا کتاب نمی خوانیم؟ ( ۲۰ پاسخ به یک پرسش)
- ۳۵..... زنان، مردان و کتاب‌هایی در میان
- ۴۰..... کتاب خوب بخوانید تا مغزتان بهتر کار کند!
- ۴۲..... خواندن یک رمان و تاثیرش روی مغز
- ۴۴..... تاثیر مطالعه بر کارکرد مغز
- ۴۶..... ۱۱ فایده ی کتاب خواندن در زندگی روزمره
- ۴۹..... چند دلیل محکم علمی، برای کتاب‌خوانی
- ۵۲..... تأثیر مطالعه داستان بر عملکرد ذهن
- ۵۶..... تاثیر رمان خواندن روی مغز چیست؟ تغییر یا تقویت؟
- ۶۱..... تاثیر مطالعه کتاب خوب بر مغز انسان
- ۶۲..... تاثیر کتاب بر مغز کودکان
- ۶۳..... کتاب‌نخوان عزیز! لطفاً این حرف‌ها را ننزید
- ۶۸..... کتاب ، دشمن دیکتاتوری!
- ۷۰..... معایب کتاب‌خوانی
- ۷۲..... روایت سروش صحت از کتابی که دزدید و پس داد
- ۷۴..... آخرین توصیه‌های یک نویسنده بزرگ در آستانه شصت سالگی
- ۷۹..... اگر سر به سر تن به کشتن دهیم محال است که کتاب بخوانیم
- ۸۲..... اتحاد ملی کتاب نخواندن!
- ۸۳..... چه زمانی مطالعه کتاب جرات می خواهد؟
- ۸۴..... آیا میان نانوائی که خود هم نان می خورد و کتاب فروشی که خودش کتاب نمی خواند، تفاوتی هست؟



- ۸۵..... مطالعه نسبتاً جامع در مقابل مطالعه جزئی
- ۸۸..... انشاء با موضوع کتاب!
- ۹۴..... کودکان کتابخوان، در بزرگسالی ثروتمندتر می شوند!
- ۱۰۲..... فواید کتابخوانی از نظر روزنامه‌ی فرانسوی فیگارو
- ۱۰۵..... ما بی نظیریم
- ۱۰۷..... کوچ علم از دانشگاه
- ۱۰۹..... شصت کتاب از نویسندگان زن که هر مردی باید بخواند
- ۱۳۲..... ۲۵ کتاب تأثیرگذار با موضوع کسب و کار
- ۱۴۷..... آشنایی با مهارت‌های کتابخوانی برای کودکان
- ۱۵۱..... کتابخوانی سریالی و مصائبش
- ۱۵۴..... چگونه کتابخوان شویم
- ۱۵۶..... کتابخوان‌ها در ایران، عزیزم کجایی، دقیقاً کجایی
- ۱۶۱..... منابع

### بنام خداوند دانا و توانا

با سلام و سپاس از دوستان عزیزم

**بخشی از نامه فرانتس کافکا به دوستش اسکار پولاک:** «... فکر می‌کنم اصولاً آدم باید کتاب‌هایی بخواند که گزش می‌گیرند و نیشش می‌زنند. اگر کتابی که می‌خوانیم مثل یک مشت نخورد به مجسمه‌مان و بیدارمان نکند، پس چرا می‌خوانیمش؟ که به قول تو حال مان خوش بشود؟ بدون کتاب هم که می‌شود خوش حال بود. تازه لازم باشد، خودمان می‌توانیم از این کتاب‌هایی بنویسیم که حال مان را خوش می‌کند. ما اما نیاز به کتاب‌هایی داریم که مثل یک ناخوش حالی سخت دردناک متاثرمان کند؛ مثل مرگ کسی که از خودمان بیشتر دوستش داشتیم؛ مثل زمانی که در جنگل‌ها پیش می‌رویم، دور از همه آدم‌ها؛ مثل یک خودکشی. کتاب باید مثل تبری باشد برای دریای یخزده درونمان...»



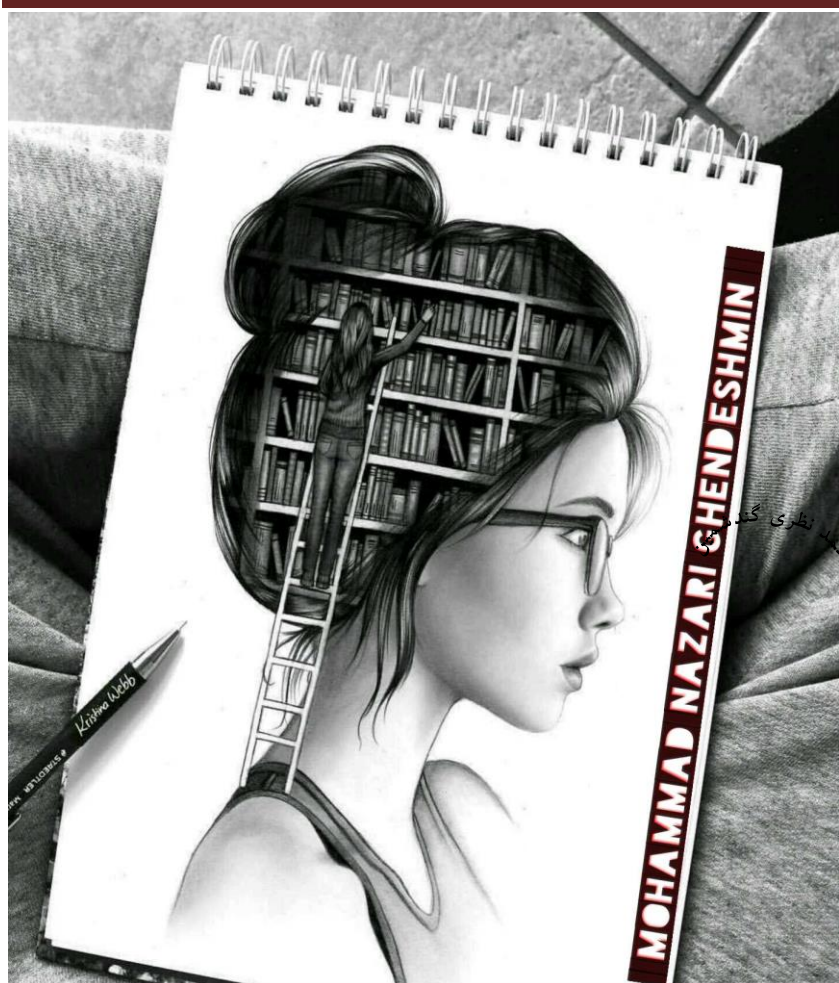


## اگر خواستی چیزی را پنهان کنی، لای یک کتاب بگذار! این ملت کتاب نمی خوانند! احمد شاملو

( به نظرم منظور آقای شاملو از مخفی کردن چیزها در لای کتاب ، صرفا اشیاء نبوده باشد ، بلکه می توان گفت حقایق و واقعیت های زیادی نیز لای کتاب ها مخفی هستند ولی خیلی ها از اینکه کتاب نمی خوانند ، متوجه آن حقایق مخفی نمی شوند یا اینکه آن طور که باید بخوانند ، نمی خوانند ! ) **کتاب ها مزارع واقعیت ها و حقایق هستند !**

مطالعه کتاب می تواند به آنهایی که به درستی قادر به مشاهده محیط نیستند ، کمک کند و آنها را با حقایق پنهان محیط و طبیعت آشنا سازند و به قول معروف بتوانند ، نادیدنی ها را ببینند !

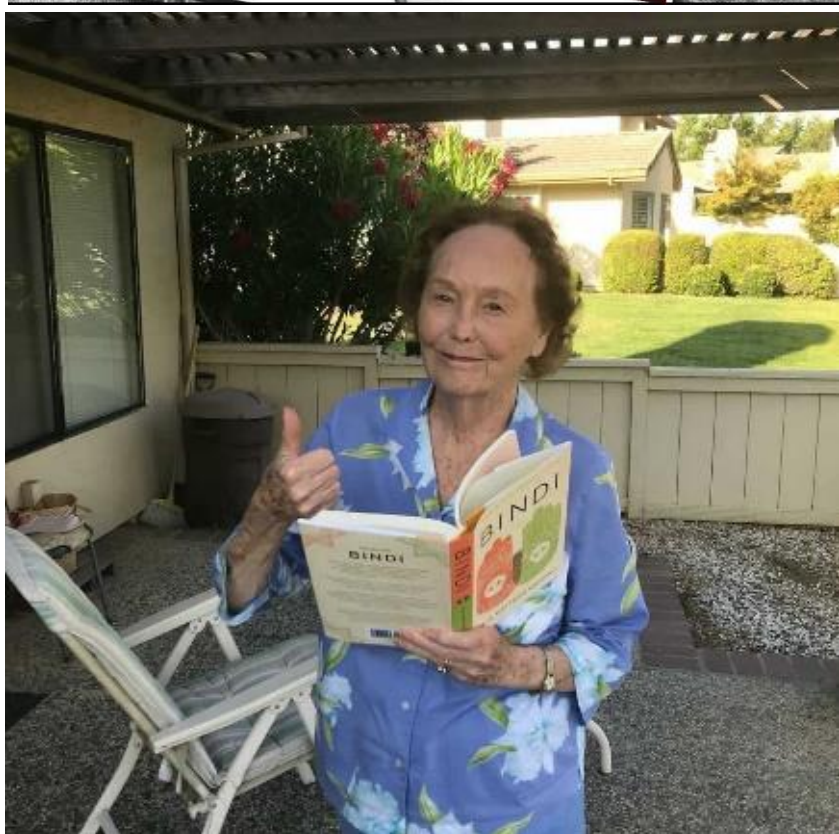




جهل هم برای خودش اقسامی دارد: **جهل عامیانه** که پیش از تحصیل دانش وجود دارد و **جهل عالمانه** که بعد از کسب دانش گریبان گیر انسان می شود. اولی مربوط به کسانی است که کلا بی سوادند و کتاب نمی خوانند. دومی جهل کسانی است که کتاب های فراوانی را بد می خوانند. این آدمها فاقد بینش هستند و مغزشان انباشته از کتابهایی است که سودی به حالشان ندارد. **آدلر چارلزون**

**برخی از زنان روستایی که تنها انجیلی دارند؛ بهتر از آن ثروتمند نازپرورده با کتابخانه ای ارزشمند، می توانند از این کتاب علم؛ تسلی و شادی بیاموزند.**

📖 **هرمان هسه**





## چرا کتاب نمی خوانیم؟ ( ۲۰ پاسخ به یک پرسش)



یکی از ویژگی های جامعه ایرانی که واجد نتایج منفی در عرصه های فردی و جمعی است، میزان بسیار پایین مطالعه است. به واقع جامعه ی ایران را می توان جامعه ی بی مطالعه نام نهاد.

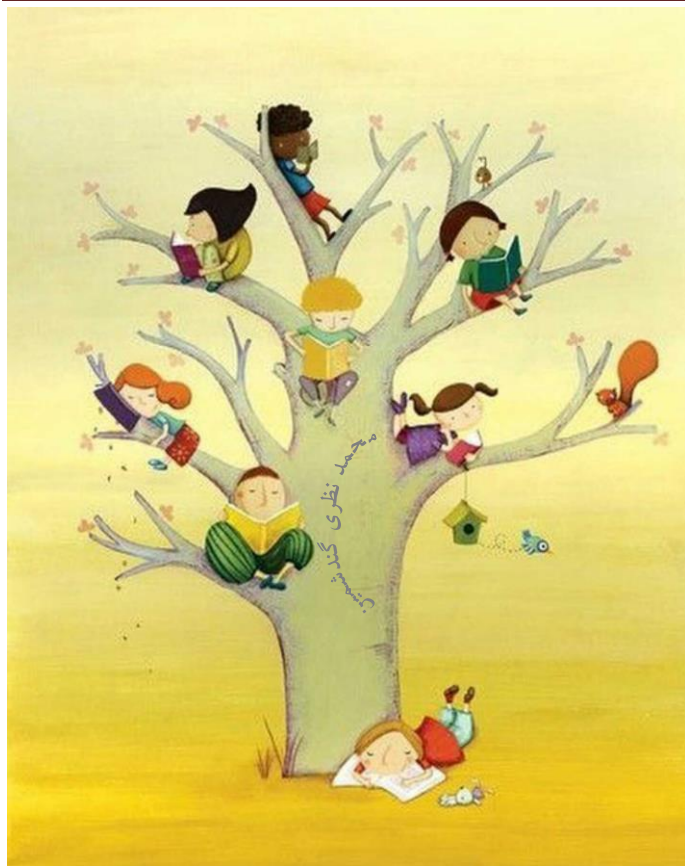
جامعه ای که با کتاب قهر است . مردمی که ترجیح می دهند به جای خواندن، بشنوند. سرانه پایین مطالعه در ایران چیزی در حد فاجعه است ! جامعه ی ایرانی با کتاب و خط قهر است ، این را آمارهای تایید شده و نشده گواهی می دهند. سهم هر ایرانی را از مطالعه از ۳ تا ۳۰ دقیقه برشمرده اند. مطالعه و نشر ، شرایط ناگوار و دل آزاری دارد ، این را از شمارگان کتاب می توان فهمید. کتاب هایی با هزار ، دوهزار و در نهایت سه هزار شمارگان، وضعیت نگران کننده ای را نشان می دهند. ( در این اواخر کتاب هایی حتی با شمارگانی زیر صد و دویست هم وجود دارند ! ) همین کتاب هایی که با شمارگان اندک چاپ می شوند ، سال ها طول می کشد تا به فروش برسند.. از این که بگذریم ، آیا کتاب های فروش رفته ، مطالعه می شوند؟



فکری باید کرد و تاملی، که چرا **پاییز معرفت و خشکسالی اندیشه**، از این دیار رخت بر نمی بندد. تاملی باید کرد که چرا **شمع لرزان عقلانیت**، بی فروغ و بی نور شده است. به راستی کدام طوفان، چراغ خرد و معرفت را خاموش نموده و **شمع تفکر** را کشته است. و چگونه است که تاریکی، سیطره یافته و زوایای زندگی ها را در نور دیده است. با این همه، آیا راه نجاتی هست؟ چنین می نماید که نجات، جز از مسیر کتاب ممکن نیست. ملتی که با کتاب قهر است، همواره محکوم است در تاریکی و ظلمت گام بردارد و کورمال کورمال دست بر دیوار سرنوشت، راه برود و چون راه پیش روی را نمی داند و نمی بیند، مجبور است چشم بر شبخ هایی خیره کند که در حرکتند و ناچار است حقیرانه و ترسناک به دنبال سایه هایی بگردد تا به منزله ی راهنما، آنها را از آن وادی خوفناک برهاند. راز تبعیت و پیروی های غیر عقلانی و برده وار، این گونه بر ملا می شود. در **غیبت کتاب و خسوف معرفت**، چاره یی جز بردگی ذلیلانه و پیروی حقیرانه، باقی نمی ماند. از این روست که اربابان قدرت، شمع هایی را که گاه به گاه در این سرزمین روشن می شوند، خاموش می کنند.

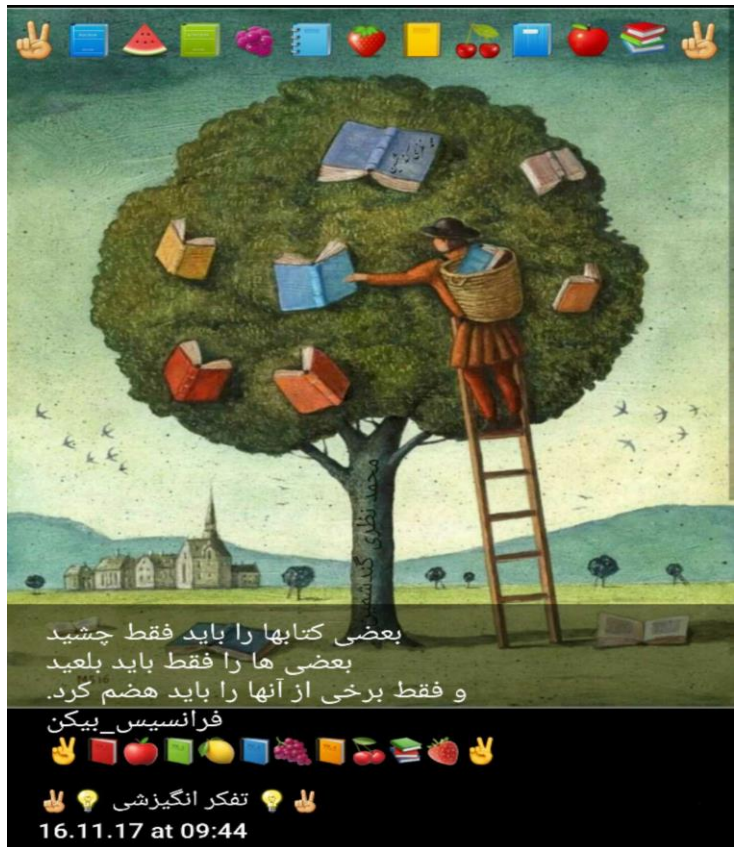






درخت زندگی بی برگ و بار اندیشه، به چوب خشکی می ماند که سرنوشتی جز سوختن در آتشدان تلخ روزگار، چاره یی دیگر ندارد. نسبت و رابطه یی میان میزان عقب افتادگی یک ملت با فاصله اش از کتاب، وجود دارد. به زبان آماری می توان نشان داد که هر چه فاصله با کتاب بیشتر باشد میزان عقب ماندگی و زیستن در فلاکت، بیشتر است. ملتی که از کتاب دورتر باشد، سیه روزی و ناکامی اش، نزدیک تر است. **بالندگی فرهنگی** به مدد

رشد تفکر و معرفت ممکن می شود. رشد معرفت نیز در گرو تابیدن **خورشید کتاب** بر ذهن های تاریک و خاک گرفته ای است که دیری است در جهل مرکب گرفتار آمده اند. از این رو، بالندگی و شکوفایی فرهنگ، بدون کتاب میسر نخواهد بود. شمیم دلنواز معرفت در سرزمینی استشمام می شود که کتاب را جدی گرفته باشند. هر جا فرهنگی بارور دیدیم، بدانیم که آن درخت تنومند فرهنگ را با کتاب و چشمه های خرد و دانایی، آبیاری کرده اند که چنین گل های تر و میوه های مفرح و شیرین دارد.



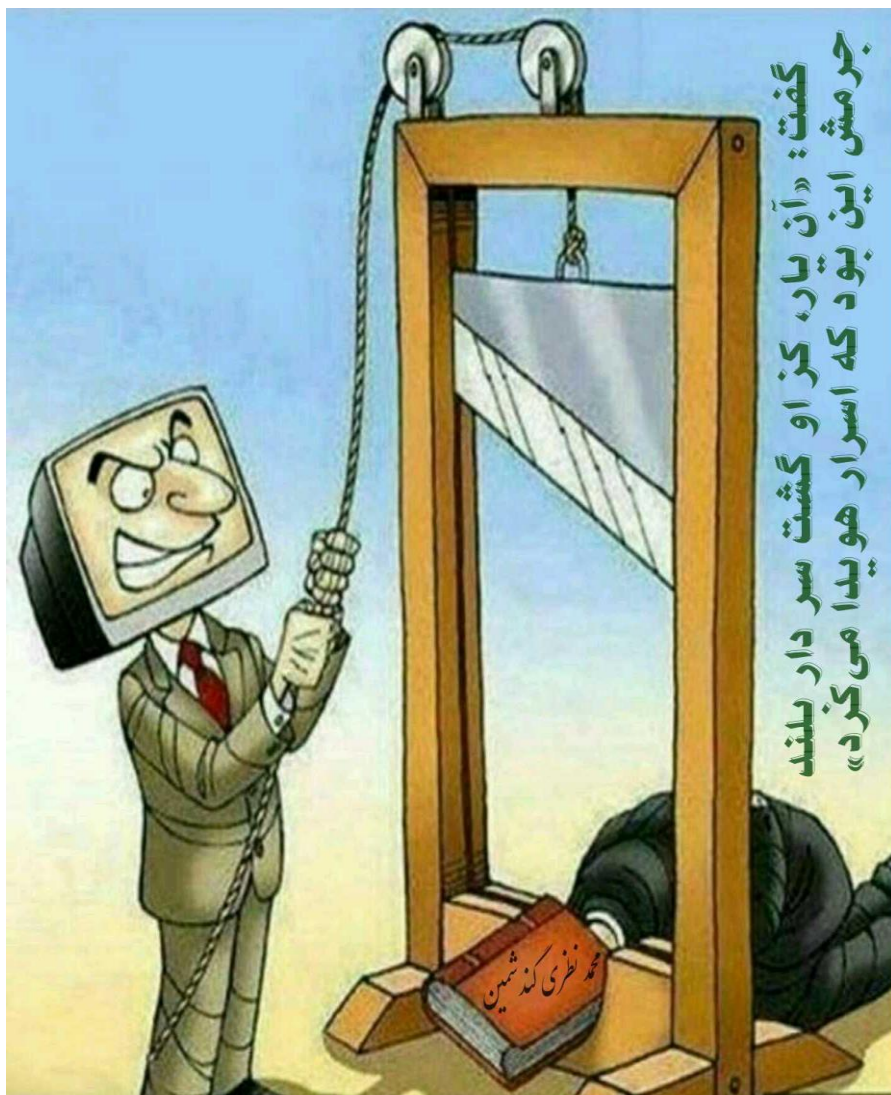
بعضی کتابها را باید فقط چشید  
بعضی ها را فقط باید بلعید  
و فقط برخی از آنها را باید هضم کرد.

فرانسیس بیکن

تفکر انگیزی 🕊️💡

16.11.17 at 09:44

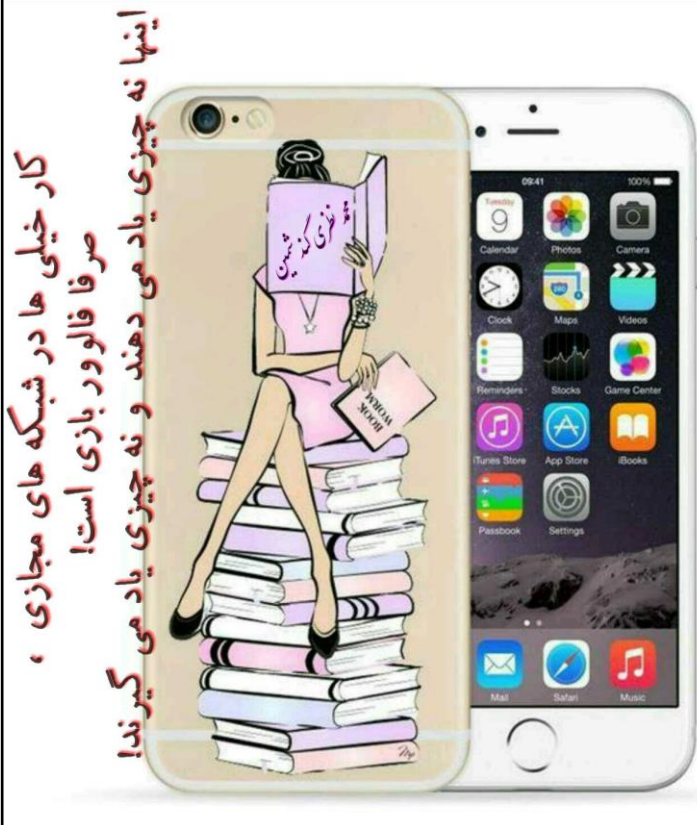




لحظه ای بیندیشیم که جامعه ی ایران، چگونه نگرشی به کتاب دارد و چرا از آن فاصله یی دردناک یافته است؟ خزان بوستان معرفت و **پاییز خرد**، واقعیتی است که به هیچ حيله قابل چشم پوشیدن نیست. پرسش از چرایی **خسوف کتاب در ایران**، پرسش سرنوشت سازی است. به تعبیر دیگر، طرح پرسش و تامل در باره ی آن، می تواند آغاز راهی روشن تلقی شود. به شرطی که پرسش را جدی بگیریم. (و

البته نخواهیم گرفت). در این سرزمین، کتاب، کالای متروکه ای است که سال ها و سالها است در انبار تاریخی خاک می خورد و خریداری نمی یابد. درخت پژمرده ای است که فصل خزان و برگ ریزانش را گویی پایانی نیست. افسوس که در این باغ خزان دیده، دست زمخت سیاست، کار را از این که هست خراب تر و درد را از این که هست افزون تر کرده است. به راستی چرا کتاب در سرزمین ما مهجور افتاده است؟ آیا وقت آن نرسیده است که در سوگ کتاب، اندوهناک شویم و پرسشی سرنوشت ساز را در میان بنهیم که به چه دلیل و علت، چراغ **دانایی** و معرفت، چنین کم سو گشته است؟ و چرا با کتاب قهر کرده ایم؟ چرا مطالعه در ایران وضعیت ناامید کننده ای پیش رو دارد؟





اینها نه چیزی یاد می دهند و نه چیزی یاد می گیرند!  
 کار خیلی ها در شبکه های مجازی ،  
 صرفا فالوور بازی است!

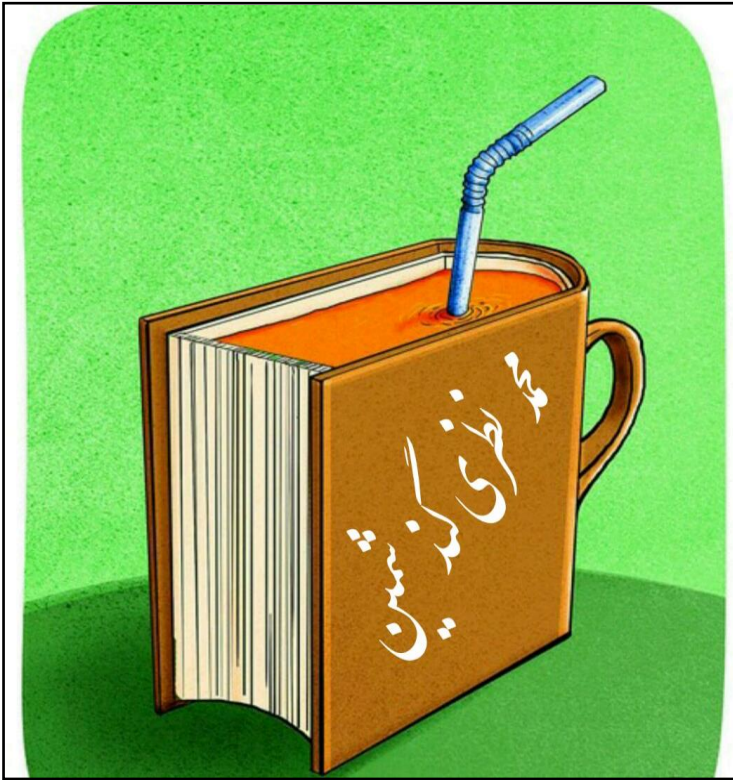
در شرح وضعیت ناامید کننده مطالعه ، علی را بیان کرده اند. از آن جمله : گران بودن کتاب، فقدان وقت کافی برای مطالعه، سرگرم شدن به مسایل جانبی و یا نبود کتاب مناسب برای سلیقه های مختلف. همه ی اینها هست اما مسئله، این ها نیست. بسیار جوانانی را در فضای عمومی ( شبکه های مجازی مانند تلگرام و اینستاگرام و... ) می توان مشاهده

کرد که ساعت ها سرگرم ارسال پیامک به این و آن هستند و فراوانند افرادی که وقتشان را به تماشای تلویزیون اختصاص داده اند. البته بطالت ، برای افراد فرصتی نخواهد گذاشت. قیمت بالای کتاب یا کمبود وقت و یا سختی دسترسی به کتاب نمی تواند توضیح دهنده ی خوبی برای میزان پایین مطالعه در ایران باشد. حقیقتا دلایلی را که عموما برای وضع مطالعه در ایران برمی شمردند، نمی توان دلیل محسوب کرد بلکه بیشتر خرده گیری و بهانه جویی است!

عوامل متعددی برای توصیف و تشریح وضعیت اسفبار مطالعه در ایران می توان برشمرد، مجموعه ی عوامل در هم پیچیده و غامض و پنهان شده در هزار توی فرهنگ ایرانی، که تحلیل را سخت و شناخت را با مانع رویرو می کند. باید علل واقعی را جستجو کرد و آنها را در کنار هم نشانند، روابطشان را معلوم کرد و تاثیر هر یک را مشخص نمود. در این نوشته ی کوتاه تلاش خواهد شد علی را که عموما مورد غفلت بوده است، به بحث گذاشته شود.



۱- کتاب نمی خوانیم زیرا نیازی به کتاب احساس نمی کنیم.



مطالعه و خواندن ، در پی برآوردن نیازی و یافتن پاسخ برای پرسشی است که ذهن را به خود مشغول کرده و خواب را در ربنوده است. چونان تشنه ای که جویای آب است و یک دم، یاد و نام آب او را ترک نمی کند و تا یافتن جرعه ای از پای نخواهد نشست. اگر تشنگی

نباشد ، آب خواهی و آب خواری چه معنایی دارد؟ از این رو مولانا توصیه می کند:

**آب کم جو تشنگی آور بدست      تا بجوشد آبت از بالا و پست**

جستن آب را عطش نیاز است و خواستن ، مقدمه ی طلبیدن است. آن چه نیاز شد دیگر به توصیه و هشدار، نیازی نیست. آدم که عاشق شد، دوان دوان به سوی محبوب و معشوق خویش می دود و کسی را توان سنگ اندازی و ممانعت نیست. نیازی به کتاب نداریم، چون درون بی پرسش داریم. پرسش گشودگی درون به سوی معرفت است. انسان بی پرسش، گویی از ویژگی ذاتی انسان، کم گذاشته است، انسانی است که درونش را به سوی هستی و رازها بسته است. انسان بی سؤال، ظاهرا آرام است اما آرامشش از جنس جهل است. معطل گذاشتن خرد و اندیشه ای است که وجه ممیزه آدمی از سایر موجودات است. آدمی با پرسش هایش معنا می شود و هر انسانی به دغدغه های فکری و اندیشه هایش سنجیده می شود. پرسیدن، خواندن و کاوش های معرفتی، همگی نشانه ی ذهن بیدار و حساس در برابر هستی است.





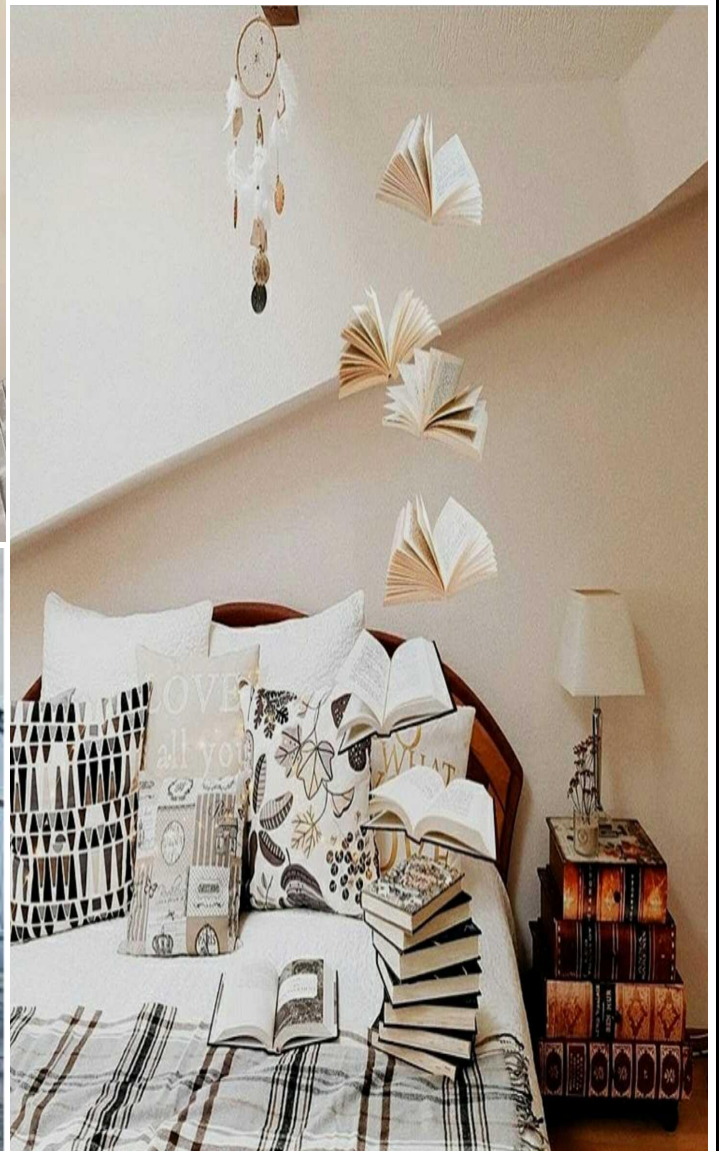
ملتی که تشنه  
ی معرفت و  
آگاهی است،  
مردمی که  
"دانستن" را  
لازمه ی  
زندگی و بودن  
خود می داند،  
البته تمهید  
مقدمه می  
کند. اما ملتی  
که در خود  
نیازی به  
آگاهی نمی  
بیند و  
هیچشش  
تشنه ی  
معرفت و  
آگاهی نیست،

از در و دیوار هم کتاب ببارد لختی چشم بر کتاب نخواهد دوخت. هر کاری باید کرد تا تشنگی در کام اشباع شده اما کاذب این ملت، بیدار شود. اما چرا ما تشنه نیستیم. واکاوی این پرسش می تواند بخشی از واقعیت را روشن کند.

**اگر از در و دیوار ایران من، کتاب ببارد، باز محال است این ملت، کتاب بخوانند.**



**اگر از در و دیوار ایران  
من، کتاب بیارد، باز  
محال است این  
ملت، کتاب بخوانند!**



**تصویر روبرو: خیابان شریعتی تهران**





مهمترین علت این که چرا ما تشنه ی دانستن نیستیم، در این است که درون ما از پرسش و سؤال خالی است. مقدمه ی دانستن و شوق رسیدن به آگاهی، همانا وجود پرسش هایی است که روح و جان را بی تاب می کند و یک دم آدمی را رها نمی کند. قرار نمی یابند و خود را به در و دیوار ذهن و ضمیر می زنند تا پاسخی بیابند و آرام گیرند. شاخک های معرفت آدمی

هنگامی حساس می شود که پرسش را حق خود و بلکه مولفه ی وجودی خویش تلقی کند. آنان که صندوق خانه ی ذهن خود را در برابر هر سئوالی بسته اند و شک و پرسش را شبهه و تردید در دینداری تصور می کنند، هیچ نیازی به جستجو و کاوش در خود احساس نمی کنند. و باز این که چرا درون ما خالی از سؤال است؟ چرا طلب و خواهشی در ما شکل نمی گیرد و نمی دانیم که نمی دانیم؟





## ۲- کتاب نمی خوانیم زیرا دچار خود شیفتگی فرهنگی شده ایم.

خود شیفتگی فرهنگی و قومی سبب شده است نوعی احساس سیری و اشباع شدگی کاذب درون ما را فرا بگیرد. ما از همه برتریم. این را تاریخ و انقلاب مان به ما حُقه (اماله) کرده است. شکوه تاریخی پارتیان و هخامنشیان ما را به وجد

می آورد تا به خود بگوییم: هنر نزد ایرانیان است و بس. وقتی علم و هنر نزد ما است، دیگر چه جای خواندن مکتوبات دیگران و توجه کردن به آثار و هنرهای سایر ملل است. شکوه تمدن اسلامی قرن سوم به بعد چنان افتخاری در ما ایجاد می کند که سرفرازانه و البته با تفاخر دیگران را می نگریم و جهان را ریزه خواران خود می دانیم. کم نیستند کسانی که معتقدند کشورهای پیشرفته، علوم جدید را همگی از مسلمین و تمدن اسلامی به عاریت گرفته اند. وقتی چنین است دیگر چه جای روی آوردن به علوم دیار غرب. دانستن و خواندن از آن کسانی است که هنوز خود را محتاج می دانند. ما که ابن سینا و فارابی و رازی و ملاصدرا و محمد نظری گندشمین ... داریم دیگر نیازی به پژوهش و مطالعه و تحقیق و تامل علمی نداریم. به تعبیری دیگر آن چه خوبان همه





دارند ما یکجا داریم. وقتی گلی را گم کرده باشیم، به هر گل که برسیم آن را می بوییم. اما آن هنگام که بوستان حقیقت جملگی در اختیار ما باشد، جستن و بوییدن و پرسش کردن و بی تابی و خود را به در و دیوار زدن، دیگر معنایی ندارد. کسی در جستجوی "آواز حقیقت" می دود که آن را نیافته باشد. اما اصلین به سرزمین آرامش، سر بر زمین می گذارند و خواب چشمانشان را می ربایند، گویی در آرامش ابدی فرو رفته اند. یا به تعبیری دیگر سرخوشانه تعطیلات تاریخی شان را شادمانه می گذارند.

### ۳- کتاب نمی خوانیم زیرا از شک کردن در پایه های نظری مان می ترسیم.

ترس از شک و پرسش در ما ریشه دوانده است. چنین می اندیشیم که شک می تواند ایمانمان را برباید. ما نمی پرسیم و طلب درونی نداریم زیرا آموزش ندیده ایم باورهای



مان را با رویکردهای انتقادی بررسی کنیم. از پرسش فرار می کنیم زیرا می ترسیم پذیرش هر سؤالی مجموعه ی اعتقاداتمان را در هم ریزد و نظم سنتی و گذشته مان را از هم بپاشد. می ترسیم هندسی معرفتی و چهارچوب باورهای مان شکسته شود. ما از تغییرات هراسانیم به ویژه اگر با خواندن کتاب مجبور به تغییرات درونی شویم. مطالعه هم برای پاسخ یافتن است و هم شروع پرسش های جدید.

## ۴- کتاب نمی خوانیم زیرا احساس می کنیم به قله های یقین رسیده ایم

کسانی که به یقین معرفتی رسیده اند، محتاج جستجو و خواندن و مطالعه نیستند. به خورشید رسیدگان حقیقت و به یقین واصل شدگان معرفت - البته چیزی برای دانستن نمی یابند و سخن ناخوانده ای برای خواندن نمی بینند. روحیه ی حقیقت طلبی با احساس سیری معرفتی از دست می رود. در این میان، نگرش دینی نقش اسای بازی می کند. دیندارانی که معتقدند هر آن چه لازم بوده است توسط دین به آنها داده شده است و باقی همه علم نیست و بلکه "لاشه ی علم" است، دروازه معرفتی شان را به روی دیگر علوم و معارف می بندند و به تاریک خانه ی



ذهنشان و دارایی های خاک گرفته شان افتخار می کنند. آموختن برای رسیدن به یقین است و کسی که به خورشید حقیقت رسیده است و غبار از آسمان ذهنش رخت بر بسته است، نیاز و طلبی در خود احساس نمی کند. درون به آرامش رسیده راه به پرسش نخواهد داد. وقتی احساس می کنیم، حقیقت مطلق، در تملک و تصاحب ما است. هنگامی که دچار همه چیزدانی شده ایم، هر اتفاقی که بیفتد گو بیفتد، کاخ (به ظاهر) مستحکم اعتقادات و باورهای سخت ما تکان نمی خورد و بر او هیچ اثر نمی نهد.



## ۵- کتاب نمی خوانیم زیرا فکر می کنیم مسئله ی مبهمی وجود ندارد.

پاسخ همه ی آن چیزهایی  
که می خواستیم بدانیم،  
اکنون می دانیم. پرسش  
های ما تماما به فرجام پاسخ  
رسیده اند و به این ترتیب  
محتاج کاوش عقلی و  
جستجوی معرفتی نیستیم.

"دنیل کلاک و ریمون مارتین" نوشته اند: "در دوران کودکی یکپارچه سؤال بودیم و جهان، شگفتی ما را بر می انگیخت. بعد که بزرگ شدیم، تمام کنجکاوی کودکانه مان را دور ریختیم و زندان پاسخ هایی گرفتار شدیم که پرسش های اساسی ما را سرکوب کرد. حالا دیگر این پرسش ها نمی تواند در ما انگیزه ای ایجاد کنند. ما پاسخ ها را یافتیم، اما در عوض راز را از دست داده ایم." زندانی پاسخ های کلیشه ای شدن و در بند چهارچوب های منجمد تاریخی گشتن، با ما کاری کرده است که "آگاهی" را به حاشیه ی بودن مان رانده ایم و راه های نفوذ پرسش را به اندیشه مان سد کرده ایم. پاسخ، مرگ تفکر است. مهر پایان زدن بر اندیشه و پژوهش های عقلانی است. برای ما پاسخ مهمتر از پرسش است از این رو "خود را متقاعد می کنیم که دیدگاه ما، تنها دریچه ی مطمئن به روی واقعیت راستین است". به این جهت است که "**دگر اندیشی**"، اتهام و گناه نابخشودنی تلقی می شود، زیرا در مقابل پاسخ های عرفی و جاافتاده ای که همه عمر را با آنها سرکرده ایم، سرکشی می کند و آنها را به مبارزه می طلبد.





## ۶- کتاب نمی خوانیم چون کتاب خواندن کار سختی است.

مطالعه کاری است دشوار (برخلاف برداشت عمومی). حروف در کنار هم قرار می گیرد تا واژه ساخته شود. سپس کلمه و آنگاه جمله. و... خواندن مستلزم صبر و شکیبایی در برابر جملاتی است که به راحتی تن به فهم شدن نمی دهند. **تنبلی ذهنی و بی**

حوصله گی های ناشی از حجم کار و مشغله های کثیری که برای گذران زندگی روزمره، بدان مشغولیم، سبب می شود مطالعه را وقت گیر و حتی بیهوده تلقی کنیم. چشم های ما به حروف عادت ندارند. به راحتی ساعت ها و ساعت ها حرف می زنیم و فیلم می بینیم و در کنار یکدیگر تخمه می شکنیم، اما دقایقی مطالعه، ما را خسته می کند. مطالعه، کار دشواری است، به ویژه برای فرهنگ ایرانی که هنوز در زمانه ی فرهنگ شفاهی به سر می برد. با کتاب بیگانه ایم اما با بیگانگانی که همه ی وقتمان را می ربایند در صلح و دوستی هستیم. جامعه ی ایرانی جامعه ی شفاهی است. برای آنان که تحمل تامل، اندیشه، تفکر و مطالعه ندارند، خواندن چه عذاب آور است!





## ۷- کتاب نمی خوانیم چون دچار تنبلی و بی حالی شده ایم .

تنبلی تاریخی، ما را به " امتناع در اندیشه " کشانده است. ما دچار کرختی شده ایم. بی حالی و تن آسایی در همه ی منافذ زندگی ما جریان یافته است. تنبلی و راحت طلبی باعث شده است اقتصاد و سامان اجتماعی مان با انواع آسیب ها روبرو شود. کافی است میانگین کار سودمند ایران را با کشورهای دیگر مقایسه کنیم تا این ادعا ثابت

شود. وضع اداری و نظام بورکراسی بیمارگون، نشان می دهد که میزان کار مفید به شدت پایین است. جایی که سخت کوشی در افواه عمومی کار خوشایندی نیست.

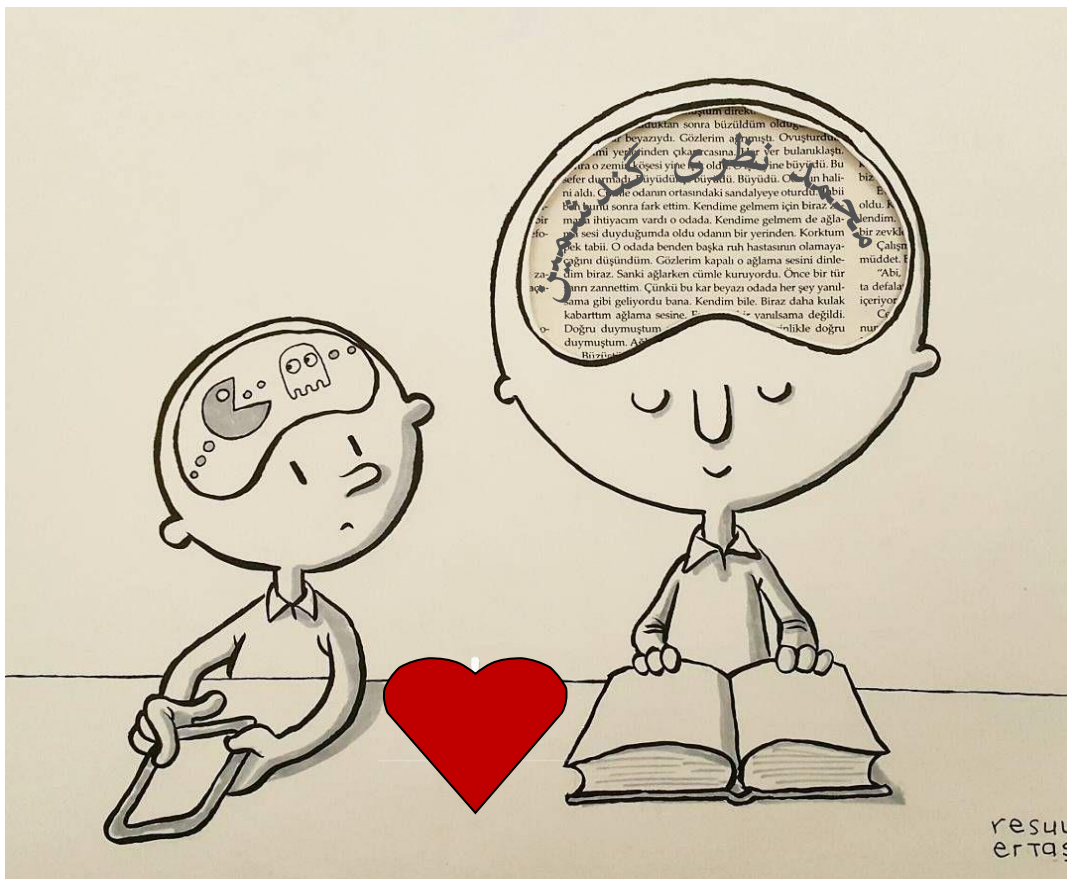
### گفت بر خود گیر آسان کارها کز روی طبع سخت می گیرد جهان بر مردمان سختکوش

لابد همه ی ما زمان دانش آموزی و دانشجویی مان را به یاد داریم ، و به یاد داریم کسانی را که درس خواندن را جدی می گرفتند و تمام سعی و تلاششان را در خواندن می گذاشتند، به چه القابی شناخته می شدند.



## ۸- کتاب نمی خوانیم زیرا بیش از حد ساده انگاریم و ذهن بسیط داریم.

" جنبش ساده سازی " امور چون خوره همه ی ساحت های



**زندگی فکری و عملی** مان را از درون پوسانده است. فقط کافی است به سیاست ورزی ، دینداری و سایر عرصه های زندگی ایرانی، نظری بیفکنید. گویی در چشم ما ایرانیان همه چیز بیش از اندازه ساده شده است. سیاست به سخنرانی ، دینداری به ریش و شله و پیراهن سیاه و علم به برخی حفظیات تقلیل یافته است. ذهن بسیط، همه چیز را ساده می کند تا بتواند آن را فهم کند زیرا اساسا قادر به درک پیچیدگی ها نیست، از این رو است که از " **اهل تحلیل** " به تمسخر یاد می شود و روشنفکران به منزله ی برهم زندگان نظم ساده ی زندگی و مزاحم هایی شناخته می شوند. آنان که خواب ها را می ربایند و تشویش و اضطراب را بر جان آدمی می نشانند؛ از این رو مستحق طعن و لعن و برخوردهای شدید هستند. یکی از متهمان اصلی بیان کننده ی پیچیدگی ها ، کتاب است. کتاب ، تفکر و اندیشه را به کشمکش و آشوب می کشاند و جهان ساده شده را پیچیده می کند. کتاب، آموخته ها و دارایی های ذهنی را به جدال و پیکار می کشاند.



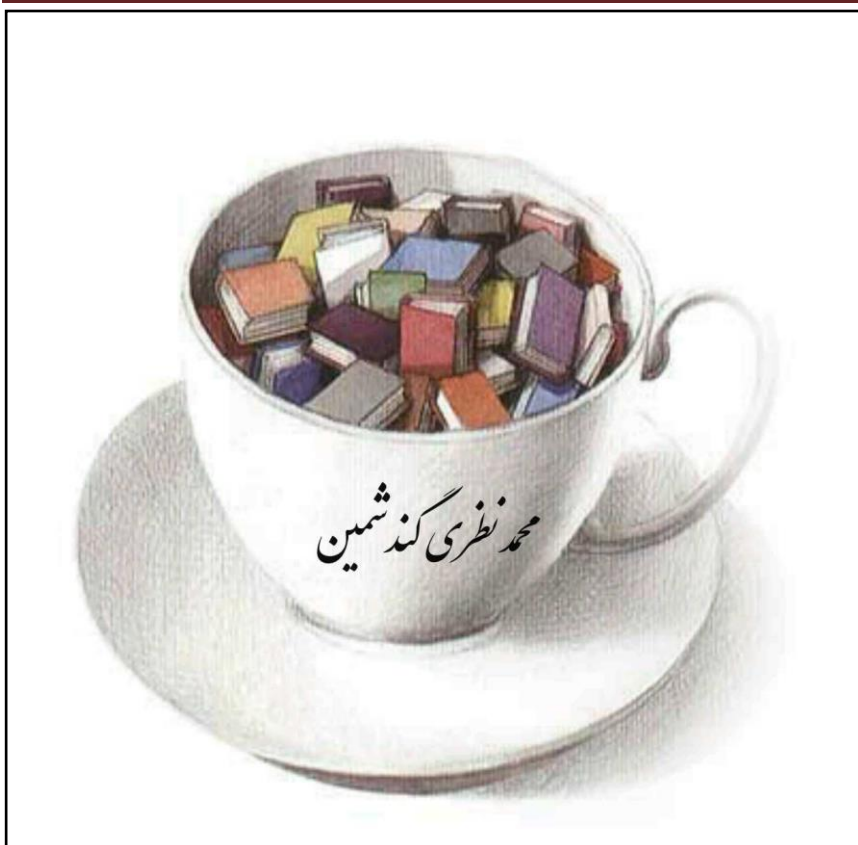
۹- کتاب نمی خوانیم زیرا هیچ چیز برای ما جدی نیست.

" جنبش غیر جدی سازی "

نیز به نحو تاریخی بنیان سست اندیشی های ما را فراهم کرده است. گویی در این دنیا هیچ چیز آن قدر جدی نیست که بخاطر آن خود را به تعب و سختی بیفکنیم. جهانی غیر جدی که باید بر لب جوی آن

بنشینیم و گذر عمر را ببینیم. زیرا جهان سخت گیرد بر کسانی که زندگی را سخت می گیرند. این نیز بگذرد، پس خوش باش و دم غنیمت شمار. روحیه ی غیر جدی گرفتن امور، زهر تلخ و کشنده ای بود که صوفیان بر دهان فرهنگ ایرانی چکانند و آن را چنان مسموم کردند که دیگر هیچش چاره نیست. نشانه ای از این واضح تر که جدی ترین مسایل و حتی مقدس ترین باورهای مان را به مسلخ شوخی و لودگی می کشانیم. و معلوم است که امور غیر جدی سزاوار پرسش و تحقیق نیستند و تفکر و تعمق در مسایل غیر جدی روا نیست. کتاب هنگامی بر صدر می نشیند و قدر می بیند که همه چیز به قدر کافی جدی قلمداد شود. آن چنان جدی که ذهن را به تامل و پرسش وا دارد و تفکر را به فهمش فراخواند. کتاب از آن فرهنگی است که برخوردی فعال و کاملاً جدی با جهان دارد و خود را نیازمند شناخت آن می داند.





## ۱۰- کتاب نمی خوانیم زیرا به تدریج، پیمانه ی معرفتی مان ظرفیت خود را از دست داده است.

پیمانه ی معرفتی ما چندان کوچک شده است که با خواندن چند سطر از یک کتاب، احساس می کنیم مملو از علم شده ایم، می پنداریم **قله های علم** را فتح کرده ایم. با نوشیدن یک جرعه می، بد مستی می کنیم و به اندک شرری جانمان را می سوزانیم. نقل می کنند طلبه ای تازه وارد به حوزه ی علمیه، پس از چند ماه تلاش، صرف افعال را حفظ کرده بود. روزی جلوی آینه ایستاده بود و می خواند: ضرب، ضرب، ضربا، ضربوا..... سپس با حالت اعجاب برانگیر و بهت آور به خود اشاره می نمود و زمزمه می کرد: یک سینه و این همه علم؟





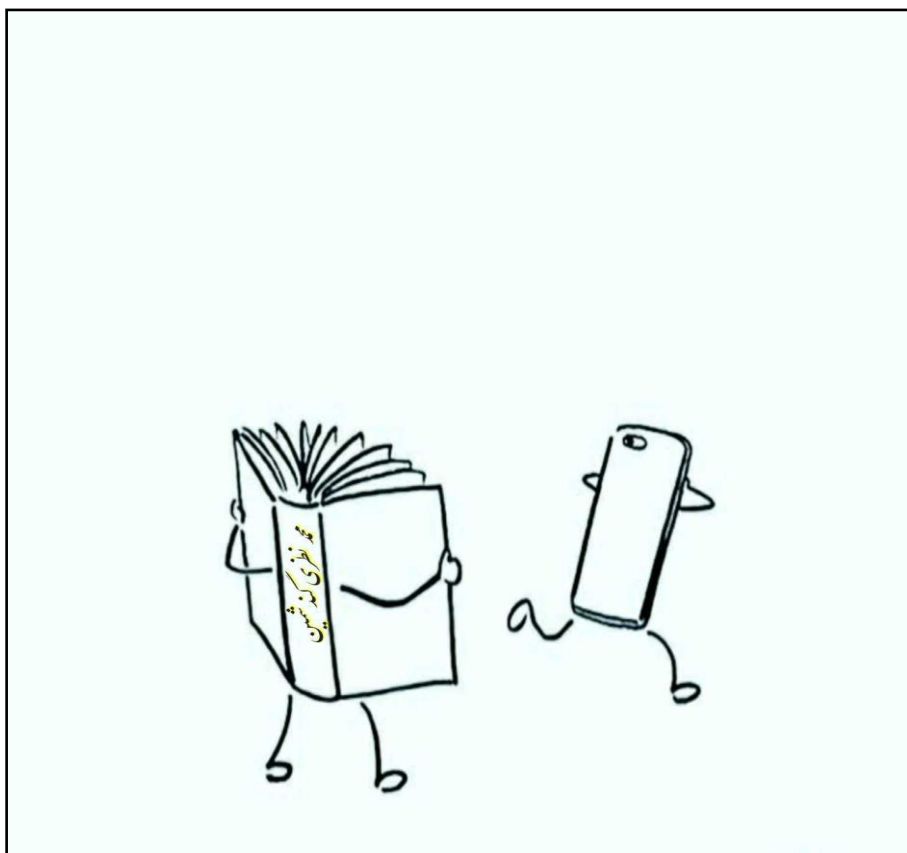
## ۱۱- کتاب نمی خوانیم زیرا به تناقضات درونی مان آگاه نیستیم.



به تناقضات  
درونی مان  
آگاه نیستیم و  
یا حل این  
تعارضات برای  
ما اهمیتی  
ندارد. هر یک  
از ما اگر لحظه  
ای به خود  
بیندیشیم  
خواهیم دید  
که سرزمین  
باورها و  
اعتقاداتمان

مملو از تناقضات و ناسازگاری هاست. پاره هایی از باورها با پاره های دیگر نمی خوانند و هم دیگر را طرد و نفی می کنند. اما ما به همه ی آنها هم چنان پایبندیم و گاه حاضریم حتی جان خود و جان دیگران را در پای این تناقضات، قربانی کنیم. عموماً نمی دانیم چرا واجد باورهای ناسازگار هستیم و به این جهت است که فاقد تکاپوی لازم معرفتی برای بسامان کردن ناسازه ها درونی مان هستیم. کتاب نمی خوانیم زیرا می ترسیم با کنار زدن رویه به ظاهر آرام اعتقاداتمان، گندآبها و ناسازگاری ها و آشوب های زیرین و پنهان شده، عیان شود و به سطح آگاهی کشانده شوند.

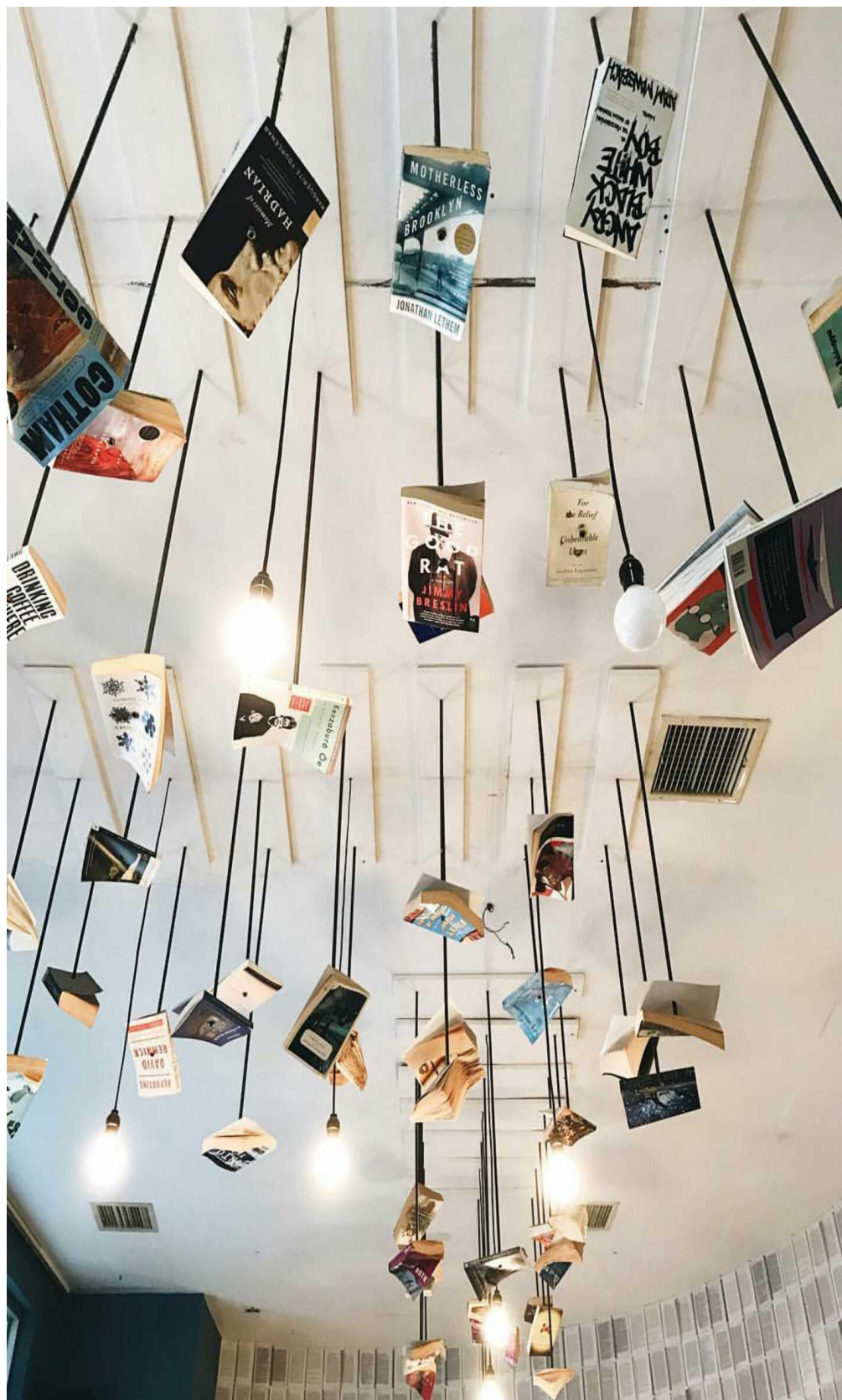
## ۱۲- کتاب نمی خوانیم زیرا ملتی توده وار هستیم.



مشی و مرام ملت توده وار، پیروی و تبعیت و تقلید از دیگران است. از این رو کمتر می شود مسئولیت باورها و پنداشت های مان را بر دوش بگیریم. **مسئولیت گریزی** (و به تعبیر اریک فروم)، **گریز از آزادی، نشانه ی روشن جامعه ی توده وار است.** انسان توده وار از خود می

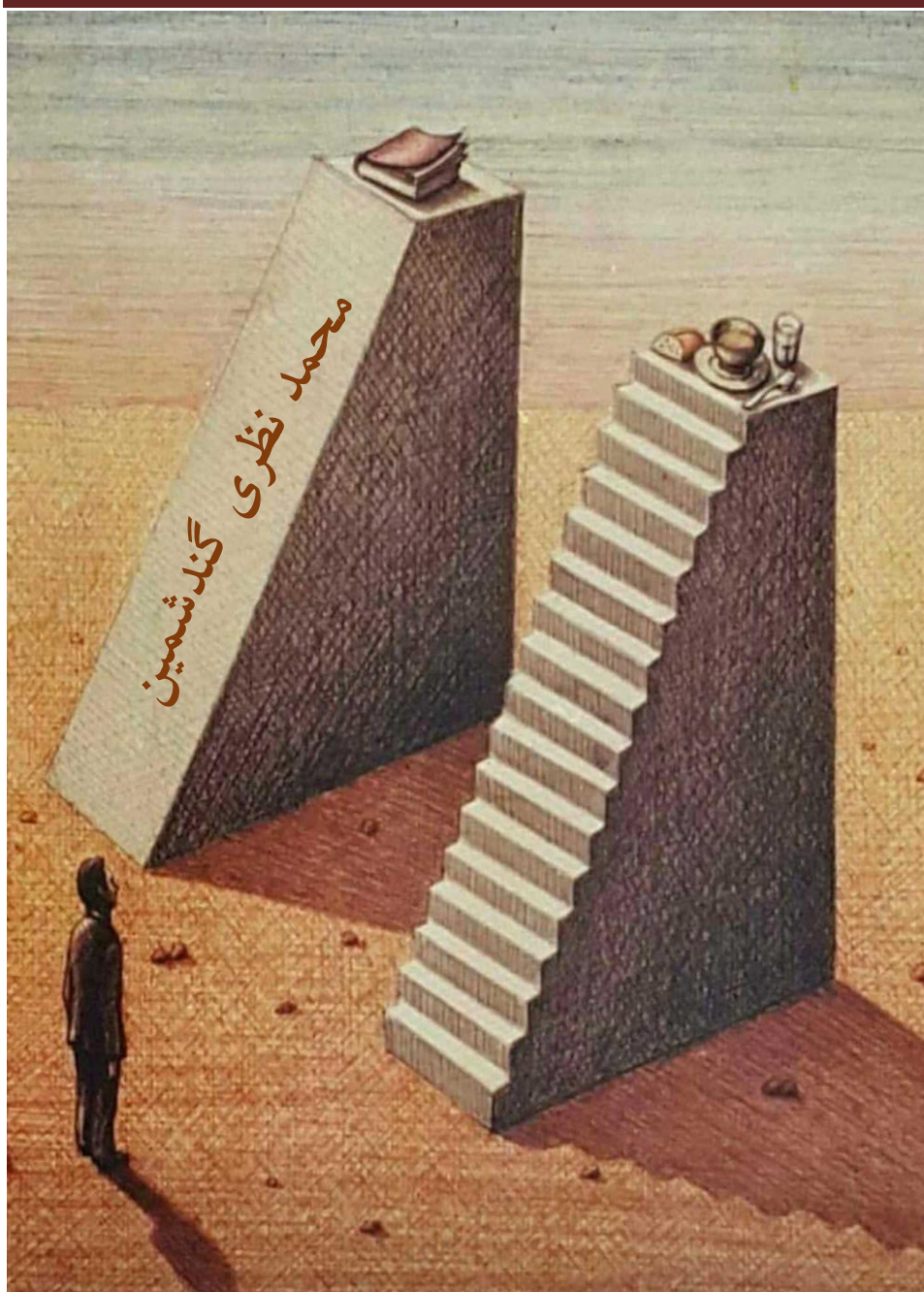
گریزد، فردیتش را قربانی می کند تا امنیت به دست آورد. انسان توده وار عقلانیت خویش را فرو می نهد و (به تعبیر اریک هوفر) مرید راستین رهبرانش می شود. مسلم است که برای پیروی و تقلید، نیازی به تامل، تفکر، اندیشه، خردورزی و جستجوهای عقلانی نیست. و درست برعکس، این دسته از فعالیت های خردورزانه محل پیروی و مریدی است. کتاب، آدمی را از پیروی باز می دارد و اندیشه ی انتقادی را بر جای آن می نشاند. انسان توده وار از **کتاب گریزان** است زیرا او را به اندیشه و ارزیابی فرا می خواند. پذیرش کتاب، به معنای پایان یافتن دنباله روی توده ها از رهبران است. کتاب، مسئولیت فهمیدن را به شخص خواننده کتاب وا می نهد. در حالی که پیش از این، ادراک و فهم خویش را به دیگری واگذار کرده بود. نتیجه آن که کتاب، پیش نیاز آزادی است. ملتی که با کتاب قهر باشند گریز و گزیری از اسارت ندارند.

### ۱۳- کتاب نمی خوانیم زیرا ارزش دانایی و آگاهی را نمی دانیم.



کتاب نمی خوانیم زیرا دانایی و آگاهی را کالایی فانتزی و غیر ضروری می دانیم. کمی توجه به مناسبات اجتماعی، این نکته را یادآوری می کند که **عنصر دانایی** مولفه ی قدرتمندی محسوب نمی شود. گویی برای تنظیم روابط و مناسبات و حل منازعات، به اندک دانایی قناعت کرده ایم و به کاربرد آن در زندگی باور نداریم. شاید هم زندگی را آن گونه سامان داده ایم که دیگر نیازی به دانایی و آگاهی نداریم.





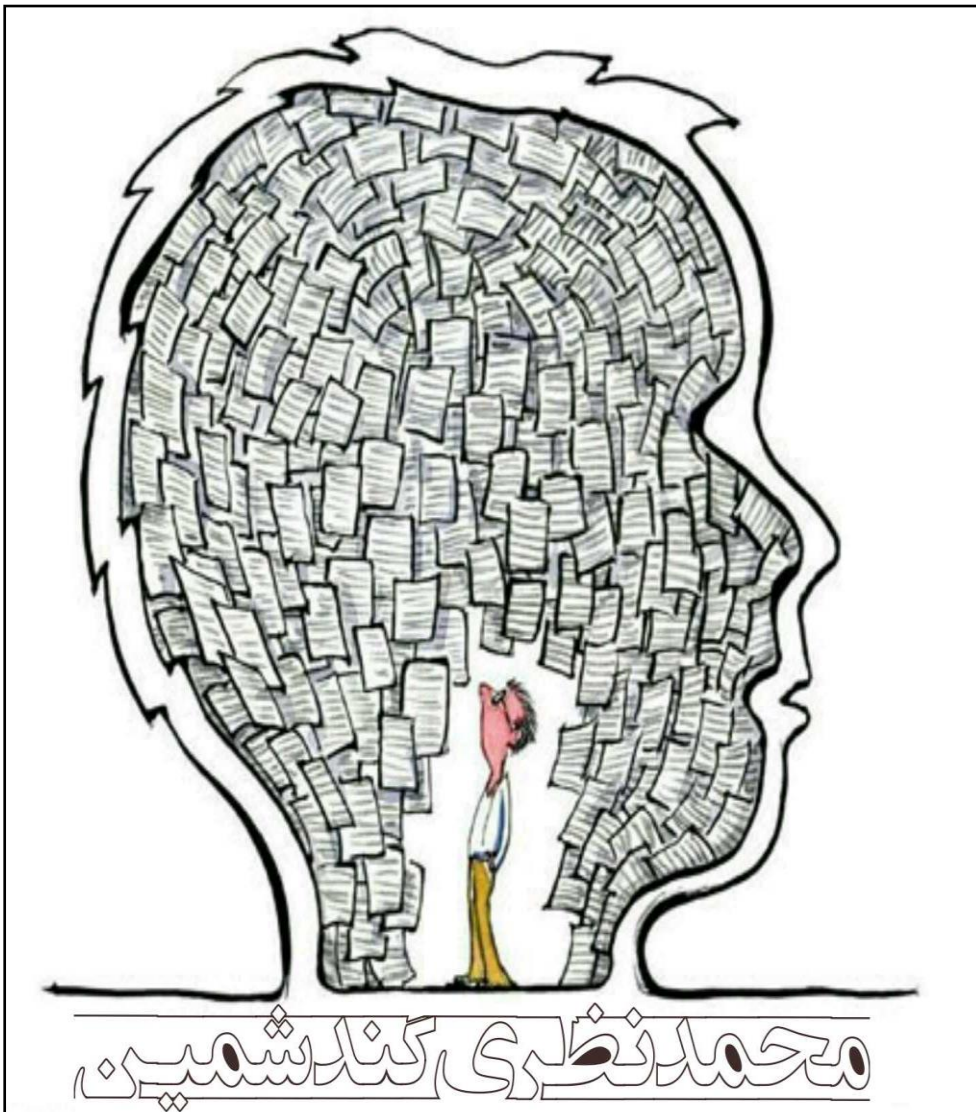
۱۴- کتاب نمی خوانیم  
**زیرا: سطح**  
**خوشایندهای ما به نحو**  
**رقت آمیزی نزول**  
**کرده است.**

ایده آل های ما در سطوح  
 پایین خود قرار دارد.  
 فرهیختگی که از میان  
 برود، البته، آرزوها و  
 خوش آیندی ها نیز سقوط  
 می کند و به دلخوشی  
 های دم دستی و تهوع آور  
 تبدیل می گردد. ساعات و  
 روزهای بی حاصل را  
 احساس نمی کنیم. بی  
 حاصلی روزمره، آزارمان

نمی دهد. به همین جوک ها و خیابان گردی ها و سرگشتگی ها عادت کرده ایم. ما کجا و  
 ارتفاع عقلانیت، کجا؟ ما کجا و بلندی خرد کجا؟ به کودکی می مانیم که به اسباب بازی  
 سرگرم می شود و با دیدن عروسکی و یا ماشین پلاستیکی، فریاد شوق سر بر می آورد.  
 وجودی که نتوانسته است ارتفاع گیرد، البته به همین امور حقیر هم سر می کند و هیچ  
 احساس ناخوشایندی هم از گذران عمر نمی یابد. شوق دانستن و لذت یادگرفتن در  
 ساحت معرفت و خرد، کام نافرهیخته را شیرین نمی کند.

۱۵- کتاب نمی خوانیم زیرا: نمی دانیم و نمی دانیم که نمی دانیم. همان چیزی که با عنوان جهل مرکب از آن نام می برند.

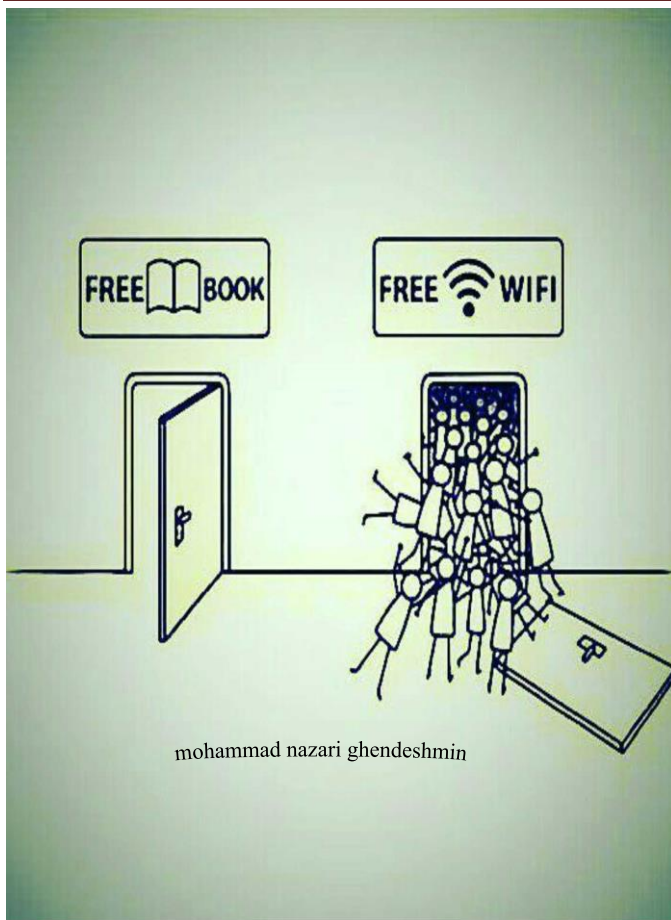
از آن رو که چشمان مان به تاریکی عادت کرده است، حتی نمی دانیم که در تاریکی به سر می بریم. فکر می کنیم



پاسخ هر پاسخی را داریم و از این رو با خود می اندیشیم که چرا باید کتاب بخوانیم. کتاب را برای دیگران گذاشته ایم تا راه خوشبختی و سعادت را پیدا کنند. تا پاسخ پرسش های شان را بیابند. ما که راه سعادت را یافته ایم و پاسخ همه ی سوالات را در آستین مان داریم، ما چرا باید کتاب بخوانیم؟ کتاب نمی خوانیم زیرا به پاسخ کهنه برای پرسش های نو عادت کرده ایم. همان گونه که در زندگی روزمره به همین وضعیت فلاکت بار و سطحی رضایت داده ایم، به پاسخ های تکرار شونده و بی خاصیت هم رضایت می دهیم. ما اصولا انسان هایی هستیم که در ساحت معرفت و اندیشه به نحو نگران کننده ای قانع هستیم. اما در ساحت مادی زندگی، به نحو آزاردهنده، حریص و زیاده خواهیم.

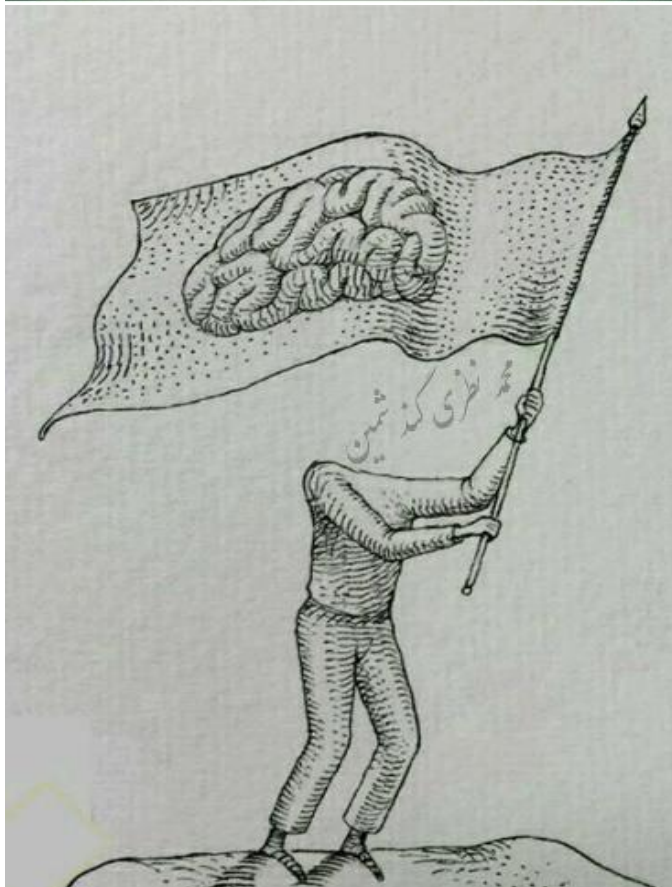


## ۱۶- کتاب نمی خوانیم زیرا: راه تقلید و پیروی و تبعیت را راحت تر یافته ایم.



mohammad nazari ghendeshmin

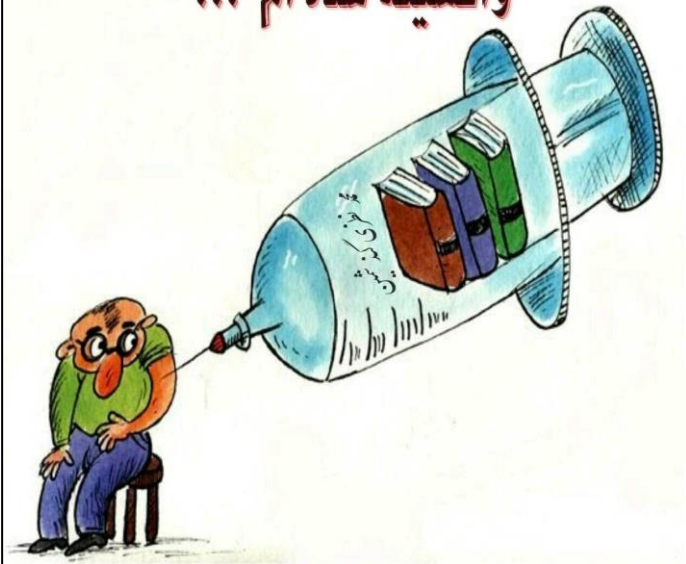
تقلید خانمان برانداز و خرد سوزی که تاریخ تفکر ما را به سرزمین سوخته و پژمرده تبدیل کرده است. ما به پیروی عادت کرده ایم. عنان اختیارمان را به این و آن می دهیم و سر بر آستان این و آن می نهیم تا رنج انتخاب را و درد فهمیدن را از خود دور کنیم. از این رو است که چنین سرود قهرمانان را سر می دهیم. قهرمان خواهی ما نتیجه ی گریز از مسئولیت هایی است که به عنوان انسان بر دوش داریم. گویا زندگی برده وار و وابسته را چندان هم قبیح و ناساز نمی دانیم. ما به اختیار، اختیار مان را از دست داده ایم و بندگی این و آن را انتخاب کرده ایم. دیگری را برگزیده ایم تا به جای ما بیندیشد و به جای ما تصمیم بگیرد. از این رو است که **پرچم عقل** را پایین کشیده ایم و **علم تبعیت** را بلند کرده ایم. **بادهای مسموم خرافات** که از سو در جریان است، نتیجه ی چاره ناپذیر تبعیت های بی خردانه است.



۱۷- کتاب نمی خوانیم زیرا: تن به تحقیر ندانستن داده ایم و به این تحقیر هم عادت کرده ایم.

حقارت جهل، آزارمان نمی دهد. نادانی را عیب نمی دانیم. در مقایسه ی میان خود و ملل دیگر که رشد یافته اند، احساس ناخوشایند و تاسف بار عقب ماندگی نمی کنیم. ما نه تنها چراغ خود را کم سو کرده ایم، گویا احساس مان نیز چندان کار نمی کند. مانند آن کسی می مانیم که حس

من یک ایرانی ام  
و افتخارم این است که کتاب نمی خوانم !!!  
و سالهاست در برابر بیماری کتاب خواندن ،  
واکسینه شده ام !!!



شامه ی خود را از دست داده است و بوی تند سوختن و آتش گرفتن خانه اش را احساس نمی کند. تا این که همه ی سرمایه اش از دست می رود. چه کسی است که تعفن ندانستن و نادانی، آزارش می دهد؟ چه کسی است که غیبت دانایی و خورد را می

فهمد؟ آن که به این وضع عادت نکرده باشد. و چه کار سختی دارد آن کس که بخواهد ما را از عادت های تاریخی مان بیرون آورد و نشان دهد که در کجا ایستاده ایم.



## ۱۸- کتاب نمی خوانیم زیرا: در فرهنگ جاری مان، گفت و گو را کنشی فضیلت مندانه نمی دانیم و مهارت گفت و گو نداریم.

گفت و گو، داد و ستد عقلانی با دیگران است. اما آن که ضرورت این داد و ستد را نمی



داند و آن را عملی فضیلت مندانه تلقی نمی کند، چگونه می تواند کتاب بخواند. کتاب، یکی از مصادیق روشن و تام جریان گفت و گو در جامعه محسوب می شود. جامعه ی ایران به راستی جامعه ی بدون گفت و گو است. مناسبات اجتماعی نشان از این دارد که گفت و گو را فراموش کرده ایم و به جای آن تخصص و نزاع و پرخاشگری را نهاده ایم.



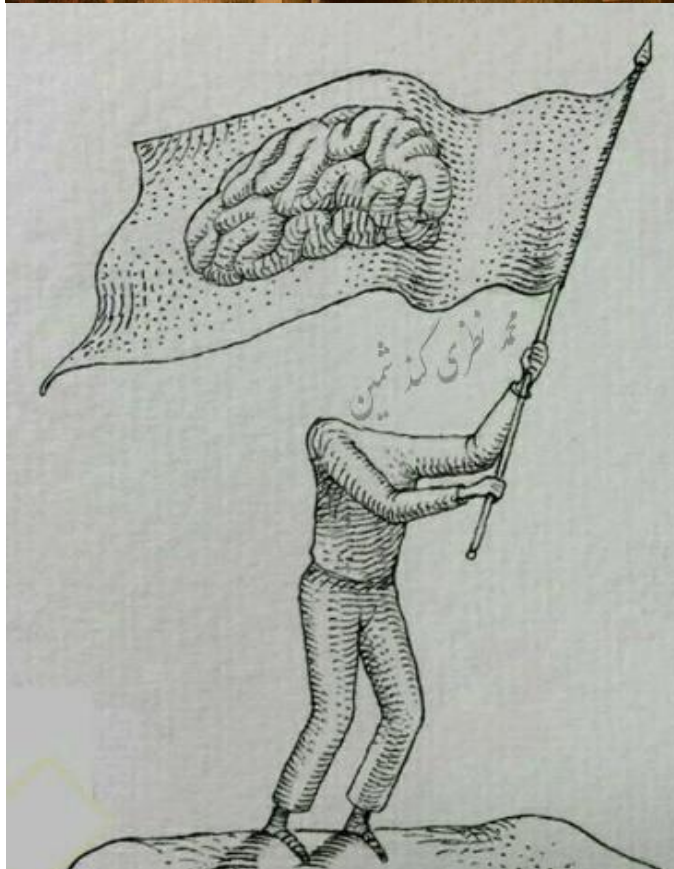


**۱۹- کتاب نمی خوانیم زیرا:  
زندگی پر هیاهو و نمایشی  
را برگزیده ایم.**

ما دچار وضعیت اسف باری گشته ایم. دین داری و سیاست ورزی و زندگی های مان، جملگی، نمایشی و پر سر و صدا شده است. به جای آن که ایمان داشته باشیم، در معابر و خیابان ها فریاد می زنیم. به جای آن که سیاست ورزی عقلانی داشته باشیم، تمایل داریم که در خیابان ها و معابر فریاد بزنیم. آرامش را از دست

داده ایم. گل های رنگارنگ کتاب در سرزمینی رشد می کند که آرامش و آسایش را تجربه کرده باشند. در آن جا که آدمیان را به خود و تامل در باره ی خویشتن فرامی خواند. در آن جا که سکوت، فضیلتی فرهنگی محسوب می شود. **سکوت، مقدمه ی خواندن و دانستن است.** کتاب در زندگی های متلاطم و امواج فریادها و ناآرامی های درونی، از دست می رود و می میرد. گرایش به هیاهو یعنی مرگ کتاب. برای آشتی کردن با کتاب و تامل ورزیدن در باره ی پرسش های مان، محتاج سکوت، سکون و آرامش و تنهایی هستیم. **نمایشی زندگی کردن، به تعطیل شدن خرد منجر می گردد.**





۲۰- و بالاخره، کتاب نمی خوانیم زیرا، در مجموعه ی زندگی اجتماعی مان، دانا شدن و خردمندانه زیستن، جایی ندارد و دردی از ما دوا نمی کند.

وقتی می یابیم که دانایی فضیلتی محسوب نمی شود و دانایی و خردمندی، در عدالت توزیعی جایی ندارد و اساسا معیاری برای دسترسی به امتیازات و فرصت ها به حساب نمی آید، چگونه می توانیم انتظار داشته باشیم که گرایش به سوی کتاب، به عنوان منبع خردمندی، افزایش یابد. در سرزمینی که خردمندانه سخن گفتن و اخلاقی زیستن، به مراتب، هزینه ای بالاتر از بلاهت و غیر اخلاقی بودن دارد، در سرزمینی که دانش و دانایی، جرم نابخشودنی است، در سرزمینی که دست تطاول سیاست، بر گلزار نخبگان اندیشگی گشوده می شود و اربابان قدرت بی مهابا آن را لگدمال می کند، در سرزمینی که صاحبان معرفت از هر سو تار و مار می شوند، نباید انتظار ترویج کتاب و کتاب خوانی داشت.



## زنان، مردان و کتاب‌هایی در میان



زن پرسیده بود که چرا دوستم داری؟ مرد به جز نام او که سحرش می‌کرد و زیبایی چشمانش که نفس‌گیر بود، چیزی درباره زن نمی‌دانست؛ چیزی به جز اینکه کتاب می‌خواند. ( زنی که کتاب می‌خواند ! ) پس روزی به سراغ کاغذ و قلم رفت و برایش نامه‌ای به این شرح نوشت:

«می‌دانم که به گمان تو عشقی که در قلب من است مبنایی در واقعیت ندارد، چون ناشی از شناخت نیست. انکار نمی‌کنم که چیزهای بسیاری را درباره‌ات نمی‌دانم، نکاتی که برای زندگی عادی مهم است. مثلاً نمی‌دانم برای امرار معاش چه می‌کنی یا تحصیلات چیست؛ با این همه می‌دانم که کتاب می‌خوانی. هر بار که تو را دیده‌ام کتابی در دست داشته‌ای و من پس از تماشای چشمانت، نگاهی هم به اسم کتابی انداخته‌ام که در دستانت بوده است. می‌دانم که سلیقه دقیق و درستی در خواندن داری و این ما را در هر حال به هم نزدیک می‌کند. ممکن است برایت سخت باشد باور کنی که **عشاق کتاب چه**





وجوه مشترک پررنگی دارند اما واقعیت این است که وقتی ما به سراغ کتابی می‌رویم صرفاً کلمات چاپ شده بر روی کاغذ را نمی‌خوانیم بلکه در **سفری درونی** مشارکت می‌کنیم؛ سفری به جهان خلق شده توسط آن نویسنده، سفری که به ما اجازه می‌دهد شریک رویاها و هراس‌های شخصیت‌های کتاب شویم، خویش را در آنها بیابیم، به همراهشان رنج ببریم یا به شوق بیاییم و سرانجام از سرنوشت‌شان شاد یا اندوهگین شویم. کتاب‌های مشترک خبر از تجربیات مشترک درونی می‌دهند. من و تو تا همین جا هم بارها به فضایی

یکسان سفر کرده و حسی مشابه داشته‌ایم، این احساس ما را به هم نزدیک می‌کند. وقتی تو از هلیا نام می‌بری من تردید و حسرت او را در قلبم بازتکرار می‌کنم؛ وقتی من به گل محمد اشاره می‌کنم تو دعوت‌م به جسارت و طغیان را درک می‌کنی. کتاب‌ها پیوندی میان‌مان پدید می‌آورند که ما را در زمان پیش می‌برد، زمانی که کنار هم نبوده و بوده‌ایم. کتاب‌ها هم راویان خاطرات پیشین آدمیانند و هم نشان‌دهنده رویاهای فردای آنان. خواندن، ایستادن در اکنون و حضور در گذشته و آینده است. با چنین نگاهی زمان دیگر آن ساختار خطی رایجش را ندارد؛ برای همین من در دلهره تو بابت زمان کمی که با هم گذرانده‌ایم شریک نیستم، ما به برکت خواندن چنان در زمان دایره‌وار ازلی غوطه‌ور شده‌ایم که گویی عمری را کنار هم سپری ساخته‌ایم. خواندن این قابلیت را به



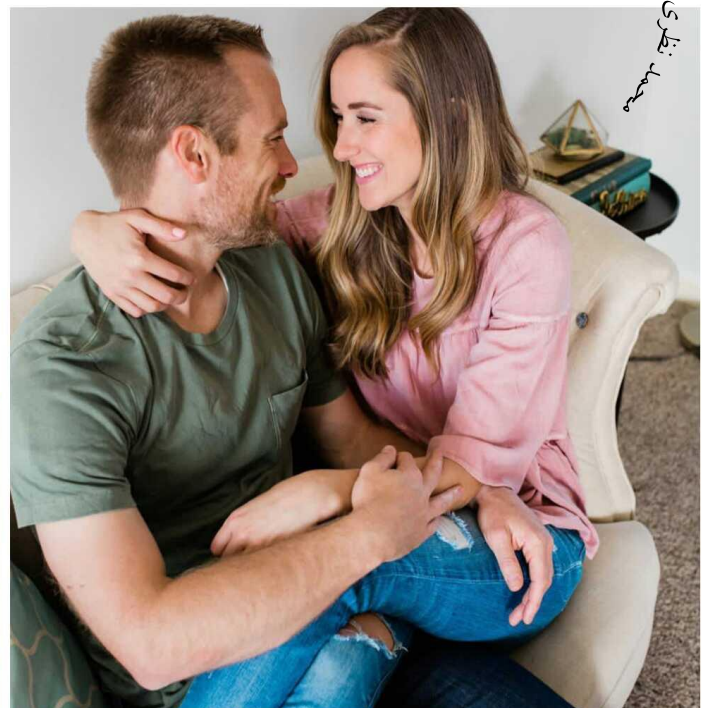
آدمی می‌بخشاید که بیشتر از زمان زیسته‌اش تجربه زندگی داشته باشد؛ تجربه‌هایی مشترک که خواه ناخواه تو و من را به هم نزدیک کرده است. کتاب‌ها کمک‌مان می‌کنند که به جای قهرمان‌هایشان هم زندگی کنیم. ما میان کلمه و کاغذ شاید چندباری تا همین حال به هم رسیده و از هم دور شده‌ایم. ما کنار هم جنگیده‌ایم، مغلوب و فاتح شده و بر مرگ آن دیگری مویه کرده‌ایم. تو این همه را نادیده می‌گیری؟ می‌دانم که رویاپرداز و خیال‌پروری. نمی‌شود آدمی اهل قبیله خواندن باشد اما کارش به رویا و خیال نکشد. کتاب‌ها به ما بابت رویایی داشتن جرات می‌دهند و برای خیال بافتن مجالی مهیا می‌کنند. تو و من بارها از مرز واقعیت گذشته‌ایم و جهانی را باور کرده‌ایم که جز در ذهن نویسنده و در قلب ما وجود نداشته است، پس نباید برای چندان دشوار باشد که اکنون مرا باور کنی وقتی که از طلوع و غروب چشمانت می‌نویسم. شاید گمان می‌کنی این کلمات را به کار گرفته‌ام تا برای پذیرش این رابطه اغوایت کنم. انکارش نمی‌کنم اما این چه اشکالی دارد؟ به واسطه کتاب‌ها ما با کلمات خود می‌گیریم و به تدریج به کلمه تبدیل می‌شویم، کلماتی که ساختن جهانی دگرگونه را ممکن می‌کنند، دنیایی سرشار از همدلی، همبستگی و همزیستی. آدم‌های کلمه، آن را به جا و درست به کار می‌برند و قادرند روی احساس‌شان نام درستی بگذارند. آنها می‌دانند که میان خوش آمدن، خواستن و شیدایی، تفاوت بسیار است. می‌دانم که عاشقت هستم؛ هر بار که به تو فکر می‌کنم کلمه عشق در قلبم شکل می‌بندد، هویت می‌یابد، من به عشق تبدیل می‌شوم و بر تو می‌وزم. همین تندباد است که تو را ترسانده و رمانده؛ نمی‌خواهم که مرا باور کنی به جایش می‌خواهم که کلمات مرا بخوانی و بعد ببینی که آیا این حروف در دلت به شکل دوست داشتن درمی‌آیند؟».

نامه که تمام شد مرد آن را میان صفحات کتابی گذاشت و منتظر ماند تا آن را به زن بدهد و منتظر ماند تا زن کتاب را بخواند و منتظر ماند تا نامه را بیابد و منتظر ماند تا پاسخی بدهد (اگر خواستی چیزی را پنهان کنی، لای یک کتاب بگذار! این ملت کتاب



**نمی خوانند!؛ احمد شاملو** ) زیرا می دانست که برای هر چیز زیر آسمان خدا زمانی است، زمانی برای دل بستن و زمانی برای دل بریدن... مرد این را هم از کتابها آموخته بود.

امیرحسین کامیار ؛ مجله کرگدن 📖 دو کلمه حرف حساب

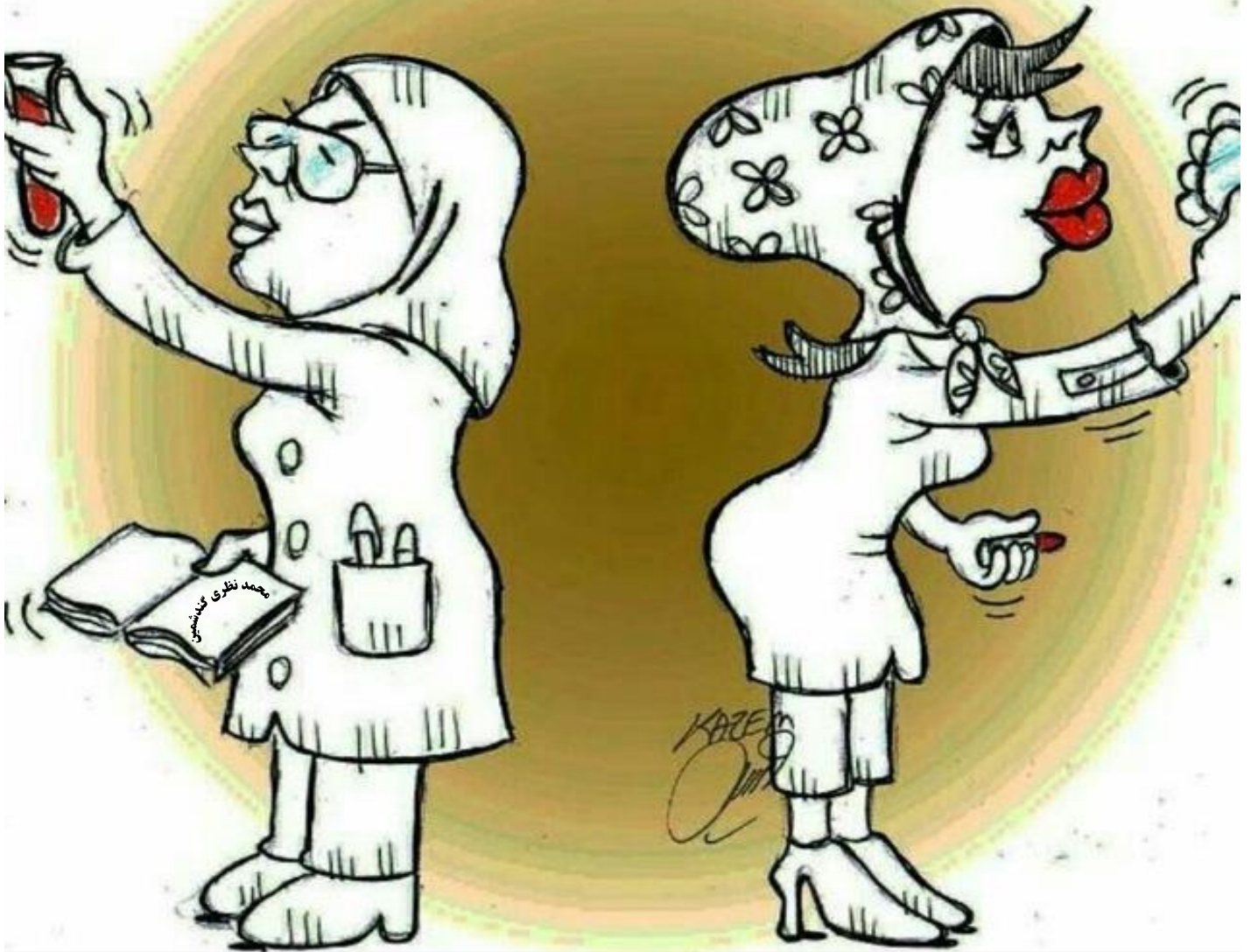


گلدشتین  
محمد نظری



درد قوی تر می کند. گریستن شجاع تر می کند. دل شکستگی  
خردمندتر می کند. اما کتاب از تمام چیزهای بی معنی دورتر می کند.

## علم بهتر است یا صورت



**کتاب بهتر است یا صورت!؟**

## کتاب خوب بخوانید تا مغزتان بهتر کار کند!



محققان دانشگاه ایموری آمریکا می‌گویند که خواندن یک کتاب خوب می‌تواند اتصالات موجود در مغز و تغییرات عصبی را افزایش داده و عملکرد مغز را به مدت حداقل ۵ روز افزایش دهد. به گزارش ایرنا، دانشمندان می‌گویند: پس از خواندن یک کتاب، عملکرد مغز به مدت حداقل ۵ روز افزایش می‌یابد. این تحقیق جدید که توسط محققان

دانشگاه ایموری آمریکا انجام شده است، نشان می‌دهد که خواندن یک کتاب خوب می‌تواند اتصالات موجود در مغز و تغییرات عصبی را افزایش دهد. به گفته دانشمندان این تغییرات در قشر سمت چپ مغز، یعنی منطقه ای که با گیرنده های زبان در ارتباط بوده و منطقه اصلی احساس در مغز است، ثبت می‌شوند.

پروفسور گئورگی برنز عصب شناس و سرپرست این گروه تحقیقاتی در این باره گفت: ما تغییرات عصبی را که با سیستم احساس های فیزیکی و سیستم حرکتی همراه است، در مغز پیدا کردیم. این تغییرات نشان می‌دهد که خواندن یک کتاب می‌تواند سبب همزاد پنداری انسان با شخصیت اصلی داستان شود. پیش از این تحقیقات دانشمندان نشان داده بود که داستان های خوب می‌تواند انسان را به صورت مجازی در شخصیت قهرمان داستان فرو ببرد.





اما تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که این اتفاق دلیل علمی داشته و تغییرات بیولوژیکی در مغز انسان دلیل آن است. در این پژوهش از ۲۱ دانش‌آموز خواسته شد همگی کتاب 'شهر پمپی' را بخوانند. این کتاب یک روایت خطی دارد و از این نظر مورد توجه دانشمندان بود. در مدت ۱۹ روز، دانش‌آموزان هر بعد از ظهر بخشی از این کتاب را می‌خوانند و صبح روز بعد فعالیت مغزی آنها با استفاده از اسکن fMRI مورد بررسی قرار می‌گرفت.

همچنین پس از اتمام کتاب نیز فعالیت مغزی آنها به مدت پنج روز تجزیه و تحلیل شد. نتایج بررسی‌ها نشان داد تغییرات عصبی به وجود آمده در مغز تا پنج روز پس از اتمام کتاب ادامه دارد. همچنین مشخص شد کتاب تاثیر فوری بر مغز ندارد، بلکه تاثیر آن در دراز مدت و به صورت پایدار است.



محمد نظری کتابداری



## خواندن یک رمان و تاثیرش روی مغز



عمل خواندن کلمات، شگفت‌انگیز است. باور کنید اما نتایجی که پزشکان به آن دست یافته‌اند از خواندن هم شگفت‌انگیزتر است.

میلیون‌ها سال است اجداد و نیاکانمان، چنان تکامل یافته‌اند که ما امروز با چشمانمان می‌خوانیم و مغز یاری‌مان می‌کند. ما اما ۵ هزار سال

است چنان پیچیدگی‌هایی یافته‌ایم که مطالعه کنیم. مهارت مطالعه هنوز در حال تکامل و تحول است. دانشمندان علوم طبیعی توانسته‌اند با استفاده از برخی از پیچیده‌ترین ابزارها نکات جالبی را در رابطه با کارکرد داخل مغز انسان را در حین مطالعه استخراج کنند:



- خواندن یک عمل بسیار پیچیده است که چند نقطه مختلف از مغز را با خود درگیر می کند.

- شگفت آور این است که مغز از مدارهای عصبی مشابهی برای خواندن در گذر عمر استفاده نمی کند و این مدارها با گذر زمان و عمر جابجا می شوند و تغییر می کنند.

- این طور که به نظر می آید خواندن می تواند موجب بهبودی اتصال های بین مدارهای مختلف مغزی شود و از این راه درک کلمه نوشته شده را بهتر کند.

- شواهد اخیر نشان داده اند که خواندن یک رمان ساده می تواند باعث باقی ماندن اتصال های مفید حتی چند روز بعد از تمام شدن کتاب باشد.

دانشمندان علوم اعصاب در دانشگاه اموری، می گویند به این موضوع دست پیدا کرده اند که فقط خواندن یک رمان هم می تواند تغییراتی را در نوع ارتباط های مغزی ایجاد کند که پاداشی بیشتر از مطالعه یک رمان به حساب می آید و اثری درازمدت خواهد داشت.

- مطالعه و خواندن تنها یکی از حس ها مانند دیدن یا شنیدن یا استعدادی ذاتی نیست.

این یک «**اختراع فرهنگی**» است که اخیرا یکی از محققان آن را مورد بررسی قرار داده و به این نتیجه رسیده که اولین بار چند هزار سال پیش بود که برخی از انسان های خلاق نمادهایی را روی دیوارهای غار حک کردند و پیدایش مطالعه را رقم زدند. اما زمان زیادی طول کشید تا توانست از این خلاقیت به شکل کنونی خواندن و نوشتن برسد. مدت ها تلاش صورت گرفته تا از ابزاری قدیمی مثل دیدن، توانایی «خواندن» بیرون بیاید.

دانشمندان علوم اعصاب در دانشگاه اموری، می گویند به این موضوع دست پیدا کرده اند که فقط خواندن یک رمان هم می تواند تغییراتی را در نوع ارتباط های مغزی ایجاد کند که پاداشی بیشتر از مطالعه یک رمان به حساب می آید و اثری درازمدت خواهد داشت. این نتایج با استفاده از یک آزمایش بر روی ۱۲ زن و ۹ مرد استخراج شده است که هر کدام از آن ها به مدت ۱۹ روز و هر روز ۳۰ دقیقه، مورد مطالعه مغزی قرار گرفته اند.



رمانی که به آنان داده شد تا بخوانند رمان «پومپی» نوشته «رابرت هریس» بود. مغز این افراد از ۵ روز قبل از مطالعه تا ۵ روز پس از آن مورد بررسی و اسکن قرار گرفت و هر ۹ روز یک فصل از کتاب را قبل از اسکن شبانه مغز مطالعه می کردند. اسکنرهای مغزی، در این آزمایش نشان دادند که پس از اولین فصل خوانده شده، افزایش شدیدی در شبکه های عصبی مغز رخ داده است که تا ۵ روز بعد از تمام شدن کتاب هم باقی مانده اند. این رمان سال ۲۰۰۳ در انگلیس منتشر شده و ۳۵۲ صفحه دارد.

### تأثیر مطالعه بر کارکرد مغز

مطالعه فرصتی مناسب را برای غرق شدن یک فرد در افکار و احساسات فردی دیگر فراهم می کند. به همین دلیل تاثیری که خواندن یک داستان یا رمان بر ذهن شما



می گذارد، تا مدت ها همراهتان باقی می ماند.

با مطالعه، در تجربه ای جدید زندگی می کنید و خود را در محیطی نو احساس می کنید. مطالعه می تواند باعث شود تا بخشی از هوش انسان تقویت شود. مطالعه تخیل را تقویت کرده و موجب می شود برخلاف تلویزیون و



رسانه‌های دیداری دیگر، بخشی از کارکرد مغز که به جزئیات می‌پردازد قوی‌تر شود. گفته می‌شود که مطالعه بخش‌های عصب‌شناختی در مغز را تحریک می‌کند. به‌عنوان مثال، پژوهشگران در اسپانیا طی یک مطالعه دریافتند که خواندن کلمه «دارچین» بخش‌های وابسته به حس بویایی در مغز را فعال می‌کند. به‌طور مشابه، مطالعه‌ای دیگر در فرانسه نشان داد که مطالعه درباره اقدامات (به‌عنوان مثال، فوتبالیست توپ را شوت کرد) قشر حرکتی مغز را تحریک می‌کند. مطالعات علمی نشان داده‌اند محرک‌های ذهنی در حین مطالعه فعال می‌شوند و می‌توانند پیشرفت کنند. از آلازایمر و ضایعات مغزی جلوگیری می‌شود و زوال عقل را به تاخیر می‌اندازد. مغز هم مانند بدن نیاز به ورزش کردن و فعالیت دارد تا بتواند در سالیان پیری به‌خوبی کارکرد خود را حفظ کند. از این‌رو است که توصیه شده تا می‌توان باید مطالعه کرد و مرتب این کار را انجام داد. مطالعه کردن کارکردی مشابه با شطرنج بازی کردن یا حل یک پازل دارد. همچنین مطالعه در کاهش استرس و اضطراب موثر است. مهم نیست چقدر مضطرب باشید یا فضای کاری پر تنش را تجربه کنید. وقتی یک صفحه از یک کتاب خوب را جلوی خود می‌گذارید و شروع به خواندن می‌کنید، همه آن‌ها رنگ می‌بازند و به تمدد اعصاب می‌انجامد. عادت به مطالعه حتی در عصر دیجیتال و دنیای تکنولوژی کماکان در میان مردم دیده می‌شود. هرچند آمار به‌درستی نمی‌توانند تفاوت میان میزان مطالعه داستان در دهه اخیر را با دهه‌های گذشته مقایسه کنند، اما به‌طور حتم می‌توان ادعا کرد که گرایش به مطالعه داستان و رمان در دنیای کنونی بیشتر از مطالعه متون علمی، پژوهشی و مطبوعاتی است. علاوه‌بر تمامی آنچه گفته شد، مطالعه قادر است به افزایش و بهبود توانایی اجتماعی منجر شود. رفتار و گفتار فردی که هر روز زمان مشخصی را برای مطالعه در نظر می‌گیرد با فردی که هیچ وقتی را در شبانه‌روز به خواندن کتاب اختصاص نداده، قابل قیاس نیست.



## ۱۱ فایده ی کتاب خواندن در زندگی روزمره



خیلی از آدمها از فواید خواندن یه کتاب خوب خبر ندارند. با روزی ۱۰ دقیقه کتاب خواندن، شما میتونید وارد یک دنیای جدید بشید، و با یاد گرفتن چیزهای جدید از این دنیا، زندگی خودتون رو بهبود ببخشین. پس با هم ۱۱ تا فایده ی کتاب خواندن که باعث بهتر شدن زندگی میشه رو بخونیم:

### ۱- خواندن باعث جلوگیری از آلزایمر میشه

تحقیقات خیلی وقته که نشون داده کسانی که زمان مطالعه مرتب ندارند، دو و نیم برابر بیشتر از کسانی که به طور مرتب مطالعه می کنند در معرض بیماری آلزایمر قرار دارند. این به این معنی نیست که تنها با خواندن کتاب میشه از این بیماری پیشگیری کرد، اما نشون میده که قطعاً رابطه ای بین خواندن و پیشگیری از این بیماری وجود داره!

### ۲- همیشه در حال یاد گرفتن چیزهای جدید هستید

اگه تا حالا نمیدونستید، از الان دیگه بدونید! کتاب خواندن مغزتون رو با اطلاعات جدید پر میکنه. اطلاعاتی که نمیدونیم کی و کجا، اما قطعاً به موقع به یادمون میان و کارهامون



رو راه میندازن. خوندن آدمها رو باهوش میکنه، چون نه تنها اطلاعات جدیدی به مغز اضافه میکنه، بلکه باعث میشه بتونیم اونها رو به راحتی به خاطر بیاریم.

**۳- کسانی که کتاب میخونن به احتمال زیاد ورزش میکنن، رای میدن، و اجتماعی تر هستن**

آمارگیری ها نشون داده کسانی که زیاد مطالعه میکنن، از لحاظ مدنی و اجتماعی موقعیت های بهتری دارن. این به تنهایی نشون میده که کتاب خوندن باعث میشه توی زندگی برنده شی.

**۴- کتاب خوندن استرس رو از بین میبره و حالت رو خوب می کنه**

وقتی که کتاب میخونی، خودت و ذهن نگرانت رو به یه دنیای دیگه منقل می کنی، برای اینکه سختی های زندگی رو برای دقایقی از زندگیت حذف کنی. تحقیقت نشون داده که فقط ۶ دقیقه کتاب خوندن میتونه تا ۶۸٪ استرس رو کاهش بده!

**۵- کتاب درمانی کنید!**

کتاب خوندن - مثل فیلم دیدن یا گوش دادن به یه موزیک خوب - میتونه باعث بشه که تجربیات گذشته رو دوباره زندگی کنیم، و از یه بعد جدید بهشون نگاه کنیم. مثلاً وقتی داری کتابی میخونی که توش مشکلات شخصیت داستانتان به مشکلات خودت شباهت داره، میتونی کلی از این فرصت استفاده کنی تا تصمیم های بهتری توی زندگیت بگیری.

**۶- خوندن باعث میشه شما فرد جذاب تری به نظر برسید!**

آمار ها یه بار دیگه نشون دادن که یکی از معیارهای مهم موقع جذب شدن به جنس مخالف، میزان هوش اون هست. کیه که از آدمی که پر از اطلاعاته و همیشه حرفهای جدید برای گفتن داره خوشش نیاد؟ پس بهتره سرتون رو بکنید توی کتاب، تا اطرافیان خودشون رو به تکاپو بندازن تا حواستون رو پرت کنن!



## ۷- کتاب خوندن قدرت آنالیز کردن رو بالا میبره

درسته! دکترها، مهندسين، و وکلای آینده! هر چقدر بیشتر بخونید، قابلیت تشخیص دادن الگوها و آنالیز کردن روابط براتون راحت تر میشه!

## ۸- خوندن دایره ی لغاتون رو وسیع تر میکنه، بنابراین باسواد تر به نظر میرسین

هرچی کتاب های بیشتری باز کرده باشی، با کلمات بیشتری درگیر شدی. این کلمات بالاخره یه روزی جاشون رو توی ادبیات روزمره تون پیدا می کنند. و به خاطر اینکه همه ی ما بالاخره توی یه مرحله ای از شغلمون به کلمات و قوه ی تکلم احتیاج داریم، احتمالش هست که باعث موفقیت های کاریمون هم بشه.

## ۹- باز کردن کتاب شما رو نویسنده ی بهتری می کنه

باز هم تحقیقات نشون داده که خوندن یه کتاب خوب میتونه باعث بشه که مهارت های نوشتن اون نویسنده روی مهارت های خودتون تاثیر بذاره. درست مثل وقتی که گوش دادن به موزیک خوب میتونه به سلیقه ی موسیقایی تون جهت بده.

## ۱۰- کتاب خوندن باعث میشه دیگران رو بهتر درک کنید

با خوندن کتاب های داستان، شما این قابلیت رو پیدا میکنید که زندگی ای به غیر از زندگی خودتون، با قابلیت های خیلی بالاتر رو تجربه کنید. مثلا ممکنه که هیچوقت توی زندگیتون پیش نیاد که به اروپا سفر کنید، اما با خوندن راجع به فرهنگ و زندگی مردم این کشور، شما میتونید احساس نزدیکی بیشتری به مردم جهان بکنید.

## ۱۱- در کل کسانی که بیشتر مطالعه میکنند، شغل و زندگی بهتری نسبت به بقیه دارند!

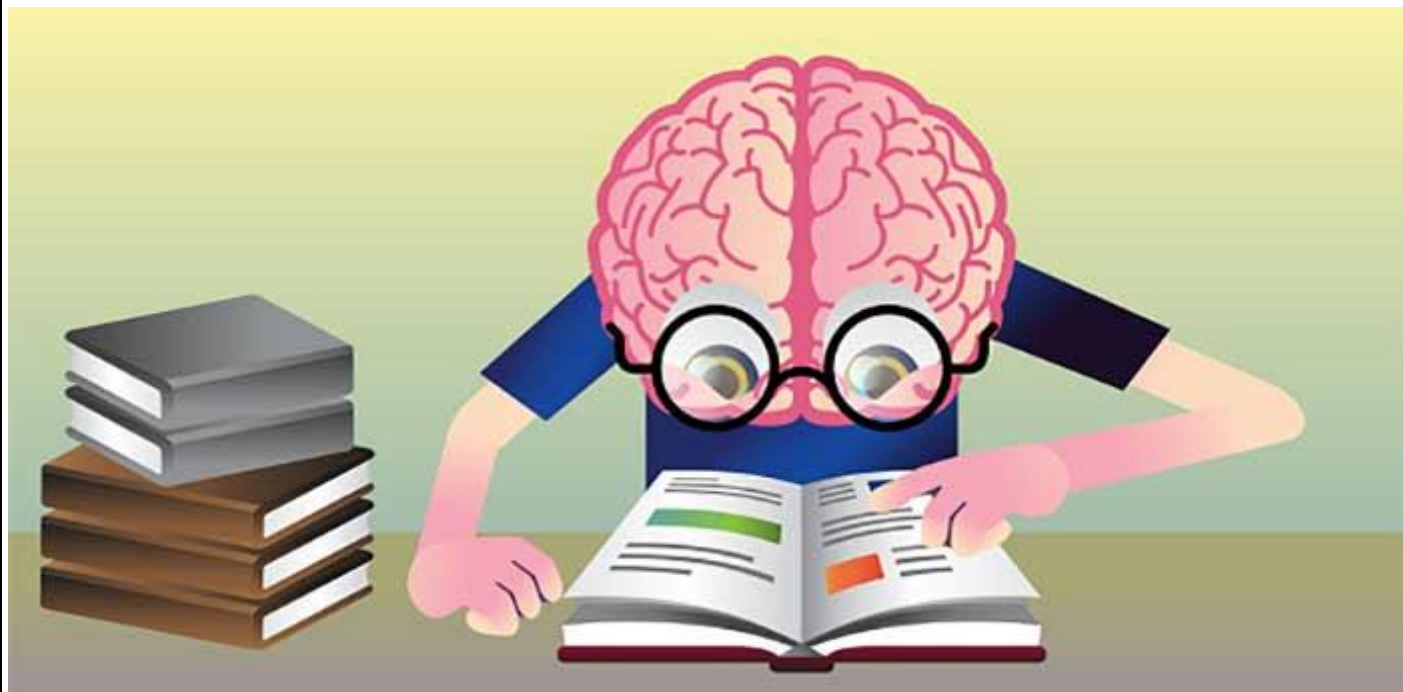
ویلسون فلچر، کارگردان معروف، گفته: "خوندن درهای زیادی رو برای آدم باز میکنه و زندگی رو راحت تر می کنه. در آخر روز نمیفهمی چطور، اما کتاب خوندن کلی حالت رو بهتر میکنه!"

**پس همه بهتره به فکر یه برنامه ی مرتب مطالعه روزانه باشیم! از همین امروز!**





## چند دلیل محکم علمی، برای کتاب خوانی



آخرین مطالعه در روزهای پیش را به یاد می آورید؟ هر روز عادت دارید به شبکه‌های اجتماعی رفته و مطالبی را در آن فضاها بخوانید؟ برای اطلاع از مزایای مطالعه مرتب، به فهرستی از آن‌ها می پردازیم:

مطالعات علمی نشان داده‌اند محرک‌های ذهنی در حین مطالعه فعال می‌شوند و می‌توانند پیشرفت کنند. از **آلزایمر** جلوگیری می‌شود و زوال عقل را به تاخیر می‌اندازد. مغز هم مانند بدن نیاز به **ورزش** کردن و فعالیت دارد تا بتواند در سالیان پیری به خوبی کارکرد خود را حفظ نماید. از این روی است که توصیه شده تا می‌توان باید مطالعه کرد و مرتب این کار را انجام داد. مطالعه کردن کارکردی مشابه با شطرنج بازی کردن و یا حل یک پازل دارد.

مطالعه می‌تواند باعث شود تا بخشی از هوش انسان تقویت شود. مطالعه **تخیل** را تقویت کرده و موجب می‌شود برخلاف تلویزیون و رسانه‌های دیداری دیگر، بخشی از کارکرد مغز که به جزئیات می‌پردازد قوی تر گردد.



مطالعه در کاهش **استرس** و اضطراب موثر است. مهم نیست چقدر مضطرب باشید یا فضای کاری پر تنشی را تجربه کنید. وقتی یک صفحه از یک کتاب خوب را جلوی خود می‌گذارید و شروع به خواندن می‌کنید همه آن‌ها رنگ می‌بازند و به تمدد اعصاب می‌انجامد.

گفتن ندارد که وقتی مطالعه می‌کنیم همواره و منظم مشغول یادگیری هستیم و اطلاعات ما بیشتر می‌شود. این اطلاعات می‌تواند منجر به افزایش **دانش** شود و اگر این خواندن آگاهانه صورت گیرد، منجر به افزایش خرد شخص گردد.

**توسعه دایره لغات** فرد در گروه مطالعه بیشتر است. علاوه بر این که مطالعه کردن دانش را بالا برده و به توانایی‌های مغز مدد می‌رساند، باعث می‌شود چشم ما در دیدن واژگان بیشتری قرار گیرد و از این راه، **سرعت پردازش ذهنی** هم به تدریج بالاتر می‌رود. می‌توانیم در حین گفتگو و اندیشیدن درباره مسائل دیگر هم بازتر ببانندیشیم و برای توصیف حالات مختلف از لغات بیشتری بهره جوییم.

وقتی کتابی خوانده می‌شود، مجموعه‌ای از کاراکترها، سوابق، تاریخ، تفاوت‌های لغات و ماجراهای مختلف در ذهن نقش می‌بندد. مغز در عملیات پیچیده‌ای، مسیرهای مغزی را تقویت کرده و از این طریق **حافظه کوتاه‌مدت** قوی‌تر می‌شود.

خواندن کتاب‌های متنوع موجب شده افراد بتوانند حس **عدالت‌جویی** خود را تقویت کرده و خود را به جای شخصیت‌های گوناگون قرار دهند. از این طریق حس همدردی در انسان کتاب‌خوان نسبت به آن‌هایی که لای کتاب را باز نمی‌کنند تقویت می‌شود.

**مهارت فکر تحلیلی** افزایش می‌یابد. ثابت شده است که با مطالعه بیشتر، امکان تطبیق منطقی مطالب و استدلال‌ها افزایش پیدا می‌کند. یک خواننده دائمی می‌تواند صحت و سقم را بیشتر تشخیص دهد و از مطالب بی‌پایه و اساس دوری کند.



در دنیای دیوانه‌ای به سر می‌بریم که تمرکز در آن دست نیافتنی به نظر می‌رسد. هر چند دقیقه مشغول بررسی پست الکترونیک یا اظهارنظر در شبکه‌های اینترنتی هستیم. در چنین فضایی داشتن تمرکز امری محال به نظر می‌آید. اما با خواندن یک کتاب، تمام **تمرکز** فرد مطالعه‌کننده بر روی یک موضوع است و مابقی دنیا برای مدتی کنار می‌رود. به لحاظ علمی توصیه شده است که ۱۵ تا ۲۰ دقیقه قبل از کار کردن، مثل وقتی که در اتوبوس در حال رفتن به سر کار هستیم یا صبح قبل از خروج از خانه مطالعه صورت گیرد.

مطالعه از جهتی دیگر **توانایی نوشتن** را افزایش می‌دهد. کتاب‌خوانی می‌تواند موجب شود که راحت‌تر و صحیح‌تر بنویسیم. نثر پخته‌تری داشته باشیم و نوشته‌هایمان اعتماد و تاثیرگذاری بیشتری را شاهد باشند.

جدای همه مسائل گفته‌شده، مطالعه **سرگرمی رایگانی** است. همیشه کتاب‌هایی هستند که می‌توان به رایگان از کتابخانه‌ها یا اینترنت تهیه کرد و مطالعه کرد. حتی اگر بخواهیم کتاب هم بخریم، با قیمت‌های افزایش یافته کتاب هم مطالعه از هر سرگرمی



دیگری ارزان‌تر محسوب می‌شود.

سبک خود را در خواندن پیدا کنیم و آهسته آهسته شروع به خواندن کتاب کنیم. کتاب‌خواندن زودتر از آن‌چه فکر کنید راه خود را به روزمرگی‌هایمان باز خواهد کرد و با آن خداحافظی خواهد کرد.



## تأثیر مطالعه داستان بر عملکرد ذهن



نتایج اسکن‌هایی که از مغز انسان با فاصله‌ی ۵ روز پس از خواندن یک کتاب شده است به خوبی نشان داده‌اند که تأثیری که یک داستان بر ذهن می‌گذارد تا مدت‌ها همراه با فرد باقی می‌ماند. از این رو بهتر است در انتخاب کتابی که می‌خواهیم برای مدتی در میان صفحاتش زندگی کنیم بیشتر تأمل کنیم.

متخصصان اعصاب با توجه به تحقیقات علمی در دهه‌ی اخیر به این نتیجه رسیدند که خواندن داستان می‌تواند بر عملکرد ذهن در سطوح متفاوت تأثیرگذار باشد. جدیدترین پژوهش در حوزه‌ی یافتن ارتباط میان مطالعه‌ی داستان و عملکرد ذهن در دانشگاه اموری<sup>۱</sup> انجام گرفت. عنوان اصلی این تحقیق اثر کوتاه مدت و بلند مدت خواندن رمان بر ارتباط پذیری ذهن است.

<sup>۱</sup> - Emory



نتایج تحقیق بیان کننده‌ی این مهم بود که تماماً مجذوب یک رمان شدن و غرق شدن در داستان اصلی آن می‌تواند ارتباط پذیری ذهن را افزایش داده و در نتیجه بر عملکرد مغز تأثیر مثبت بگذارد. نکته‌ی جالب به دست آمده این بود که خواندن داستان می‌تواند ذهن یک خواننده را برای **اوج گرفتن تخیل** آماده کند به طوری که فرد به راحتی می‌تواند خود را به جای شخصیت اصلی داستان بگذارد و به وقایع از دریچه‌ی نگاه او بنگرد.

عادت به مطالعه حتی در عصر دیجیتال و دنیای تکنولوژی کماکان در میان مردم دیده می‌شود. هرچند آمار به درستی نمی‌تواند تفاوت میان میزان مطالعه‌ی داستان در دهه‌ی اخیر را با دهه‌های گذشته مقایسه کنند اما به طور حتم می‌توان ادعا کرد که گرایش به مطالعه‌ی داستان و رمان در دنیای کنونی بیشتر از مطالعه‌ی متون علمی، پژوهشی و مطبوعاتی است. برای نمونه در سال ۲۰۱۲ تنها چهار کتاب از بیست کتاب مطرح و پرفروش کتاب‌های غیرداستانی بودند. (برگلد، ۲۰۱۴)

کارول فیتزجرالد در شبکه گزارش کتاب در باب علاقه‌ی مردم به مطالعه‌ی داستان می‌گوید: «مردم به گریختن علاقه‌مند هستند. در یک کتاب میان صفحات محدودی داستانی آغاز می‌شود، رشد و پرورش پیدا می‌کند و در نهایت به پایان می‌رسد. این در حالی است که آنچه در دنیای واقعی اتفاق می‌افتد به این شکل نیست. این همان گریختن کپسوله شده در کتاب است که می‌توانیم از آن لذت ببریم.»

اینکه با مطالعه‌ی داستان فرد این توانایی را پیدا می‌کند که فراتر از خود حقیقی‌اش در دنیای واقع حرکت کند و خود را به عنوان شخصیت‌های اصلی داستان قرار بدهد به این معنی است که توانسته است عملکرد ذهنش را افزایش داده و قوه‌ی تخیلش را بیشتر از همیشه زنده کند.



در موسسه تحقیقاتی پیو در سال ۲۰۱۲ یک پیمایشی انجام گرفت که بر اساس نتایج به دست آمده در آن، انگیزش و هدف اصلی برای خواندن داستان به صورت کلی غنی تر کردن شخصیت افراد بود. یکی از شرکت کنندگان در این پیمایش علت علاقه‌ی خود به خواندن داستان را این طور توصیف کرد: «من دوست دارم که خودم را در معرض ایده‌های گوناگون قرار بدهم و زمان‌ها، مکان‌ها و وقایع گوناگون را در دل کتاب تجربه کنم.» یکی دیگر از شرکت کنندگان نگاه خودش به خواندن داستان را این طور بیان کرد: «من به آن به عنوان یک **محرک ذهنی** و آرامش بخش نگاه می‌کنم.» دیگری از زندگی نیابتی در دل شخصیت داستان و بهره بردن از یک زندگی ذهنی متفاوت در دنیای کتاب، یاد کرد.

بر اساس همین پژوهش، مطالعه‌ی کتاب به صورت کلی یک سبک زندگی است که در آن فرد می‌تواند برای مدتی هرچند کوتاه خودش را از جریان سریع اطلاعات بصری در دنیای کنونی (خصوصاً تلویزیون) جدا کند. افرادی که علاقه‌ی زیاد به خواندن کتاب داشتند این طور علت این علاقه‌ی خود را توضیح دادند: «این برای من دلپذیرتر است که در ذهن خودم خیال‌پردازی کنم تا اینکه تصویر آن را در تلویزیون تماشا کنم. مطالعه بهتر از هرچیز الکترونیک است.»

اینکه با مطالعه‌ی داستان فرد این توانایی را پیدا می‌کند که فراتر از خود حقیقی‌اش در دنیای واقع حرکت کند و خود را به عنوان شخصیت‌های اصلی داستان قرار بدهد به این معنی است که توانسته است عملکرد ذهنش را افزایش داده و قوه‌ی تخیلش را بیشتر از همیشه زنده کند. تغییراتی که با خواندن یک رمان در ذهن ایجاد می‌شود مربوط به قسمت قشرخاکستری لب گیجگاهی مخ است که وظیفه‌ی پردازش اطلاعات زبانی را دارد. نورو‌هایی که در این قسمت مغز هستند، این قابلیت را دارند که برای فرد این تصور دروغین را به وجود بیاورند که او مشغول انجام کاری است که در دنیای واقع آن را



انجام نمی دهد. این همان چیزی است که از آن تحت عنوان شناخت **تجسم** یافته یاد می شود. وجود این قابلیت در ذهن افراد به آنها این توانایی را می دهد که با خواندن یک داستان تصور کنند که هم چون شخصیت اصلی می توانند رفتار کنند. خودشان را در شرایط او قرار بدهند و به این فکر کنند که کدام راه را انتخاب می کردند. خواندن داستان در حقیقت این قابلیت ذهن را افزایش می دهد.

### نتیجه گیری

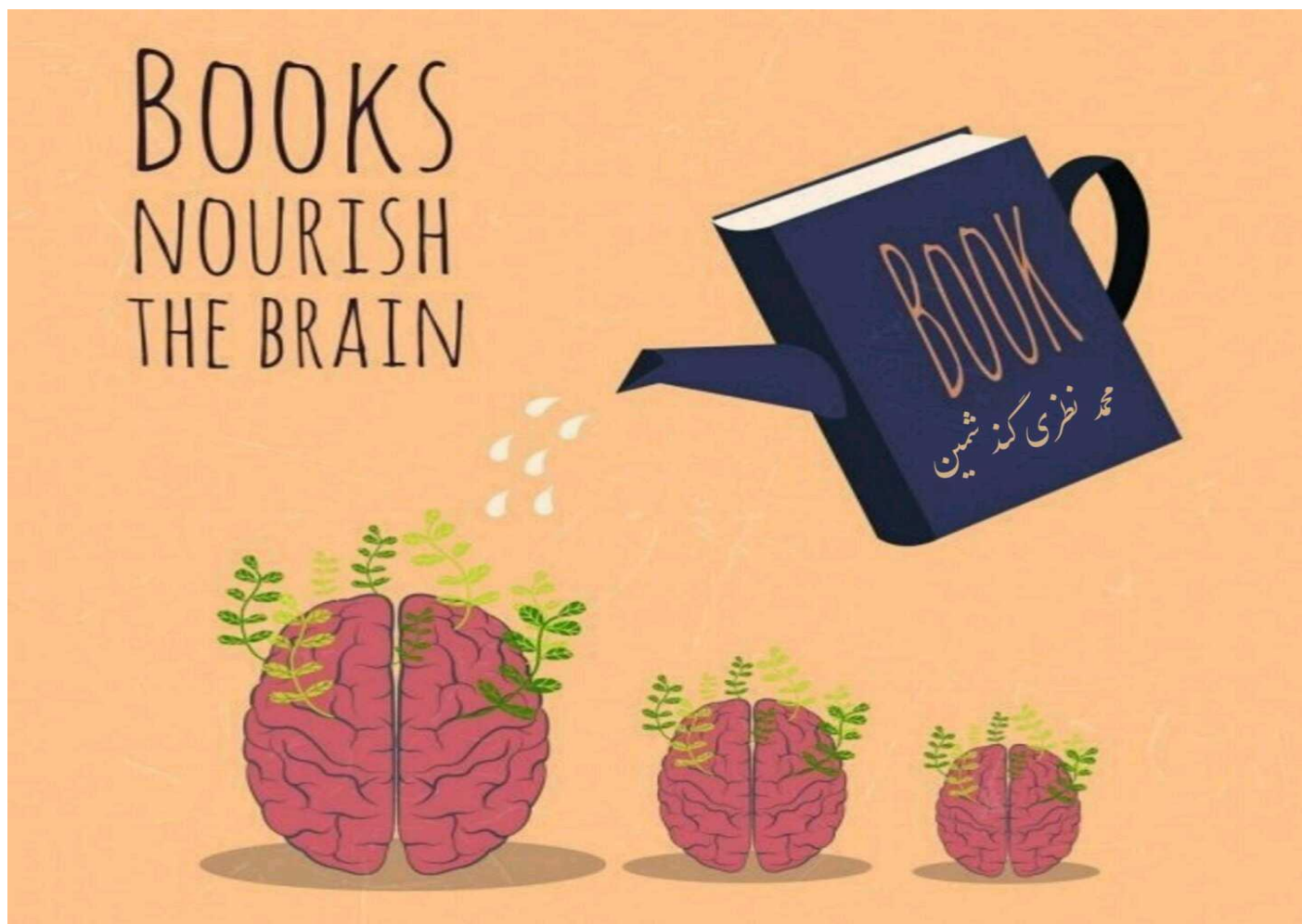
خواندن داستان ذهن را در عالم خیال پردازی به اوج می رساند. مطالعه به انسان این قابلیت را می دهد که از روند عادی روزمره ی خود جدا شود و خود را در عالم فانتزی که البته برای مخاطب یک دنیای باور کردنی است قرار بدهد. کمتر دیده می شود که فیلمی که از یک کتاب ساخته شده است به اندازه ی خود کتاب مخاطب را تحت تأثیر قرار



بدهد. علت این است که ذهن در پردازش تخیل قدرتی فراتر از جلوه های ویژه ی یک فیلم سینمایی دارد. نتایج اسکن هایی که از مغز انسان با فاصله ی ۵ روز پس از خواندن یک کتاب شده است به خوبی نشان داده اند که تأثیری که یک داستان بر ذهن می گذارد تا مدت ها همراه با فرد باقی می ماند. از این رو بهتر است در انتخاب کتابی که می خواهیم برای مدتی در میان صفحاتش زندگی کنیم بیشتر تأمل کنیم.



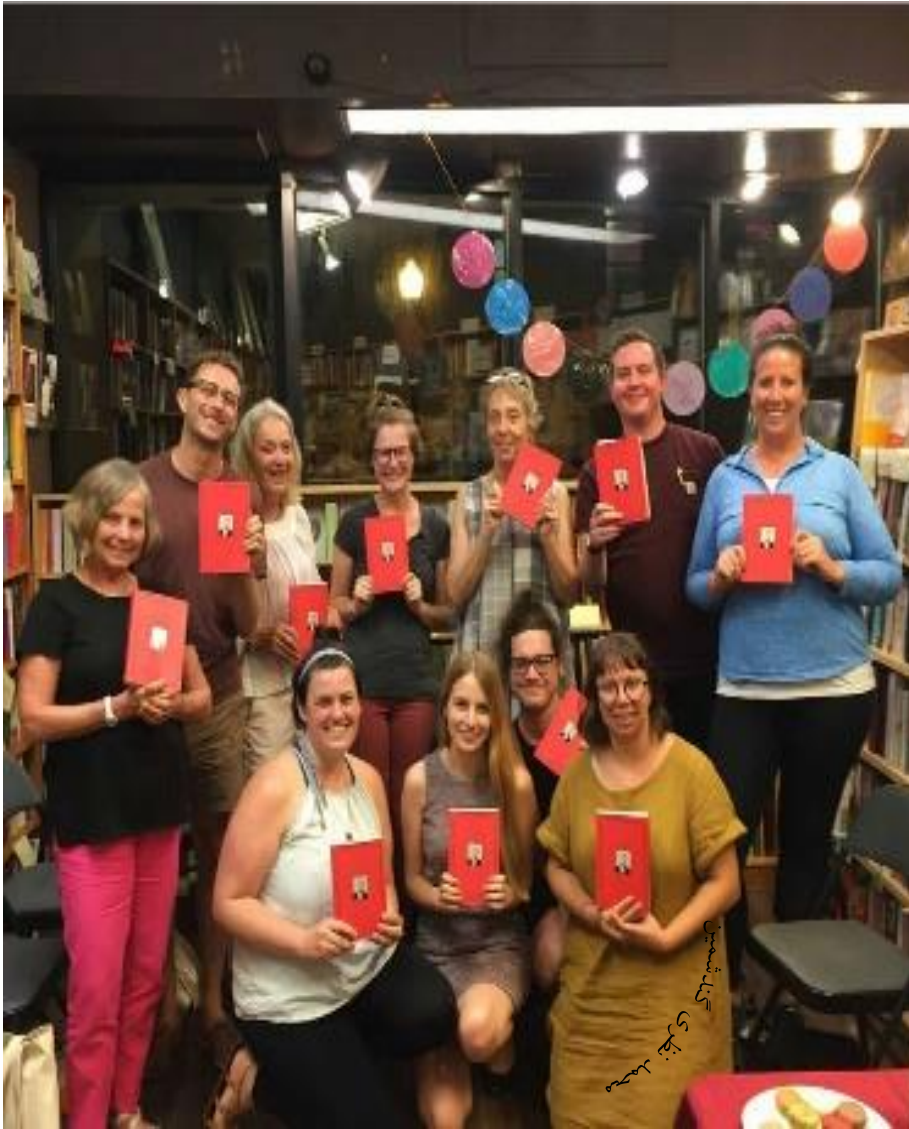
## تأثیر رمان خواندن روی مغز چیست؟ تغییر یا تقویت؟



یک تیم تحقیقاتی سال گذشته طی یک آزمایش علمی و با استفاده از اسکن مغز، نحوه تأثیر رمان خواندن روی مغز انسان را بررسی کرده اند. البته موضوع و نتایج این آزمایش جای تعجب ندارد؛ چون مغز ما مرتب در حال تغییر است و تقریباً هر کاری که می کنیم روی این تغییرات تأثیر می گذارد. اگر کسی فقط یک رمان کوتاه هم در عمرش خوانده باشد، بخوبی قدرت این نوع کتاب را درک کرده است. با خواندن رمان، مغز درگیر داستان، شخصیت ها و رویدادها می شود و قطعاً این درگیری روی مغز تأثیر می گذارد. این تحقیق سر و صدای زیادی راه انداخت و هنوز هم از نتایج آن صحبت می شود. در این ساختنی به بررسی نتایج این آزمایش علمی می پردازیم و سعی می کنیم تفسیر درستی از نحوه تأثیر کتاب خواندن روی مغز ارائه کنیم.



## فکر می کنید با رمان خواندن مغزتان تغییر می کند یا تقویت می شود؟



تیم تحقیقاتی برای انجام بررسی ها از روشی به نام " حالت استراحت " Fmri استفاده کرده است. در این روش شرکت کنندگان بدون اینکه کاری کنند در دستگاه اسکن دراز می کشند. نحوه آزمایش هم به این شکل بود که فعالیت های مغزی هر ۱۹ داوطلب ( که ۱۲ نفرشان زن بودند) بصورت روزانه و به مدت ۱۹ روز با این روش اسکن میشد. در پنج روز اول آزمایش، داوطلبان باید فقط برای اسکن مراجعه می

کردند. در نه روز میانی باید شب قبل از اسکن را صرف خواندن یک فصل از رمان پمپئی اثر رابرت هریس می کردند. در این روزها داوطلبان قبل از آماده شدن برای اسکن، آزمونی درباره محتوای کتاب و احساس شان درباره آن پر می دادند. پنج روز نهایی آزمایش هم داوطلبان فقط برای اسکن به آزمایشگاه مراجعه می کردند؛ بدون اینکه کتابی بخوانند یا در آزمونی شرکت کنند. این پنج روز نهایی با این هدف در آزمایش گنجانده شده بود که اثرات باقیمانده از مطالعه کتاب روی داوطلبان هم مشخص شود.

برای اینکه درک درستی از نتایج این آزمایش داشته باشیم، باید نگاهی به تکنیک مورد استفاده در این آزمایش بیاندازیم: حالت استراحت Fmri در بیشتر مطالعاتی که برمبنای اسکن مغزی انجام می شوند، از داوطلبان خواسته می شود کار خاصی را در دستگاه اسکن انجام دهند تا مشخص شود کدام الگوهای فعالیت مغزی با آن کار بخصوص در ارتباط است. تکنیک حالت استراحت Fmri یک روش غیر معمول است چون داوطلبان نباید در حین اسکن کار خاصی بکنند (در این آزمایش داوطلبان باید با چشمان بسته در دستگاه دراز می کشیدند). مطالعات حالت استراحت قبلی نشان داده اند که نواحی از فعالیت مغز انسان پشت سر هم تغییر می کنند. این مشاهدات این فرضیه را مطرح کرده است که بین مناطق همبسته مغز اتصالات عملکردی وجود دارد. این الگوهای متصل کننده در طول زمان تغییر می کنند و شواهدی مبنی بر تغییرات غیر عادی آنها در اثر شرایطی نظیر اسکیزوفرنی و زوال عقل وجود دارد. هدف اصلی این تحقیق هم روی تغییرات همین الگوهای متصل کننده متمرکز بوده است. در واقع محققان می خواستند بدانند این الگوها طی دوره ۱۹ روزه آزمایش چه تغییری می کنند.

طبق گفته محققان، مهمترین نتیجه آزمایش این بود که مشخص شد میانگین الگوهای متصل کننده مغزی شرکت کنندگان در اثر خواندن رمان تغییر کرده است. با بررسی های بیشتر مشخص شد که سه مرکز فعالیت در مغز، بطور خاص تغییراتی در واکنش به فازهای خاصی از مطالعه داشته اند. این سه مرکز در ناحیه پیشانی چپ - درگیر در فعالیت های زبانی و تبیین دیدگاه های دیگران - و در نزدیکی شیار مرکزی - درگیر در کنترل بدن و پردازش حس لامسه - قرار داشتند. این تغییرات تا پنج روز بعد از اتمام دوره مطالعاتی رمان در مغز داوطلبان دوام داشتند.

توجه به این نکته بسیار مهم است که محققان بعد از مطالعه کتاب، از داوطلبان تست های روانشناسی نگرفتند و به همین خاطر داوطلبان در جریان این اهمیت کارکردی این



تغییرات مغزی نبودند. مسائل دیگری هم هست که باید به آنها توجه کرد: اینکه محققان نمی دانند وقتی یک داوطلب داخل دستگاه است، دقیقاً به چیزی فکر می کند (بیشترین انتقادهای به این تکنیک آزمایشی مربوط به همین نکته است)، محققان نمی دانند در دوره ۱۹ روزه آزمایش چه اتفاقاتی برای داوطلبان افتاده است. با در نظر گرفتن این نکات، سخت است بگوییم چه تاثیری در اتصالات مغزی در اثر مطالعه رمان ایجاد شده است. محققان برای حل این مشکل، آزمون هایی که قبلاً به آن اشاره کردیم را طراحی کردند.

گذشته از این، در مقاله به اندازه و حجم تغییرات اتصال مغزی اشاره نشده است. یکی دیگر از اشکالات این آزمایش، نبودن گروه کنترل است که باعث می شود نتوان تاثیر فعالیت های داوطلبان - بجز مطالعه رمان - در شب قبل از اسکن را مشخص کرد. همچنین باید از سابقه کتابخوانی - بویژه رمان - داوطلبان هم اطلاعاتی تهیه میشد تا تاثیر آن روی نتایج مشخص شود.

علیرغم تمام این مجهولات، محققان گمان می کنند تغییراتی که در مغز داوطلبان مشاهده کرده اند توانایی درک رمان و دیدگاه های دیگران را بهبود می بخشد. این نتیجه گیری قابل قبول است (در واقع سایر تحقیقات هم بخوبی تاثیر مطالعه روی توانایی های مغزی افراد را نشان داده اند) اما روشن و واضح نیست. ما می دانیم که تمرین هر کاری - از جمله مطالعه - باعث رشد مغزی می شود. بهبود توانایی های داوطلبان زمانی مهم و غیرعادی محسوب میشد که با تغییرات اتصالات مغز همراه نبود.

چیزی که در این آزمایش اهمیت بیشتری دارد، تغییر مرکز عملکردی لامسه و کنترل است. محققان بر این باورند که این تغییرات نشان دهنده این واقعیت است که مطالعه رمان فعالیت های مغزی مرتبط با حواس بدن را تحریک می کند. وقتی یک رمان می خوانیم خودمان را جای شخصیت های خیالی می گذاریم و با استعاره های لمسی متن کتاب درگیر می شویم. به این ترتیب مسیرهای مغزی مربوط به کنترل و بروز حواس



بدنی خودمان هم فعال می شود. مثلاً وقتی در رمانی که می خوانید نوک انگشت یکی از شخصیت ها لای در گیر میکند و نویسنده حس کاراکتر را توصیف میکند، نواحی مرتبط با این حس در مغز ما فعال می شود. این نتیجه بسیار شگفت انگیز است و حتی باعث شده عده ای گمان کنند می توانند با خواندن رمانی که خط داستانی سریعی دارد، وزن کم کنند! اما نمی توان به معنای دقیق هیچیک از این تغییرات اتصالات مغزی بدون آزمایش های رفتاری پی برد.

در بازتاب های خبری این تحقیق به مزایای رمان خواندن برای مغز اشاره زیادی شده است. اما همانطور که خودتان هم متوجه شدید این مطالعه هیچ مزیت عملکردی را ثابت نکرده است. جالب است بدانید که برخی از الگوهای اتصال مغز بعد از مطالعه کاهش می یابد. گذشته از این، برخی از تغییرات مغزی در فازهای آخر مطالعه رمان بشدت کاهش می یابند.

اگر بخواهیم دستاوردهای این تحقیق را بررسی کنیم، باید به استفاده صحیح و موثر از روش اسکن در حالت استراحت به عنوان یک ابزار تشخیصی اشاره کنیم. در واقع این مطالعه هیچ چیزی را درباره تقویت فعالیت های مغزی ثابت نکرده است. استفاده از اسکن مغزی با این روش، نتایج پایدار و قابل اعتمادی را در اختیار محققان قرار می دهد. با تهیه تصویری از اتصالات حالت استراحت مغزی یک نفر می توانید تصویر خوبی از حالت مغزی بلند آن فرد در بلند مدت داشته باشید. در واقع هدف این گروه تحقیقاتی این بوده که نشان دهند الگوهای اتصال حالت استراحت در مغز ۱۹ روز دوام دارند و فعالیت هایی مثل خواندن رمان روی آنها تاثیر میگذارد.

بله؛ رمان خواندن روی مغز ما تاثیر میگذارد و برخی از الگوهای آن را تغییر می دهد اما توانایی ها و عملکردهای مغزی ما را تقویت نمی کند. اگر هم این تاثیرات منجر به تقویت مغز شوند - که احتمالاً می شوند - هنوز هیچ تحقیق علمی نتوانسته این بهبودها را نشان دهد.



## تأثیر مطالعه کتاب خوب بر مغز انسان

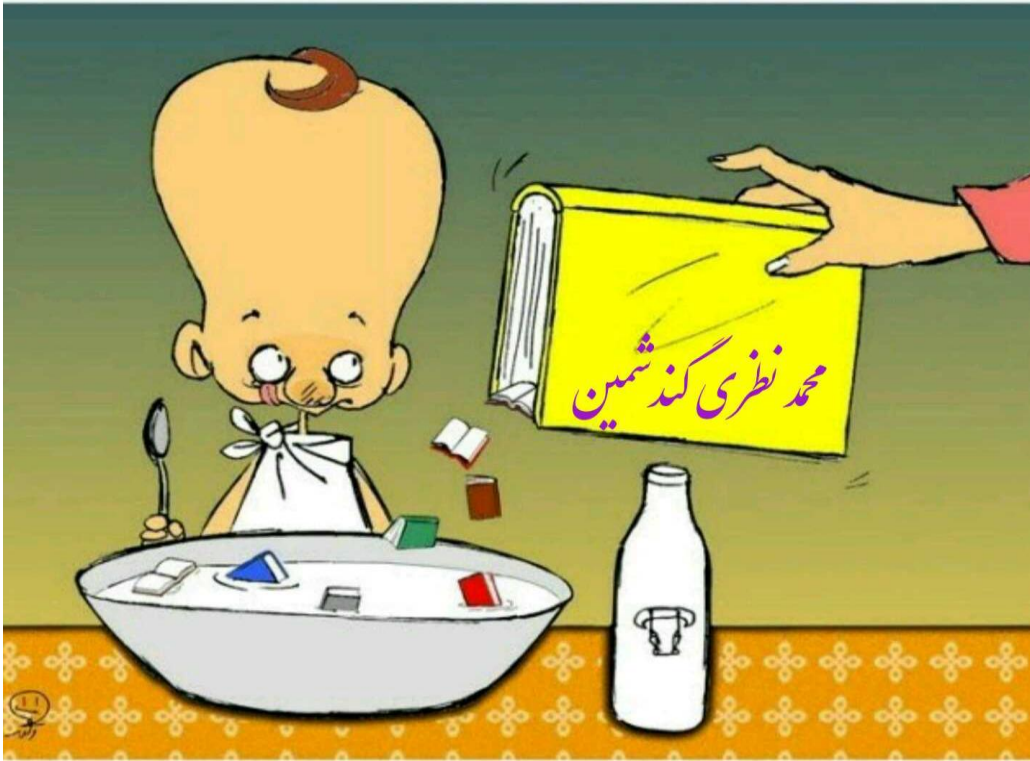


اغلب ما می خوانیم تا بیشتر بدانیم و گاه می خوانیم تنها به این هدف که از آنچه می خوانیم، لذت ببریم! در هر حال مطالعه کتاب و مقاله و هر نوشته ای خالی از لطف نیست البته منظور

این نیست که هر نوشته ای ارزش خواندن دارد! این جمله که هر کتابی ارزش یکبار خواندن را دارد، این روزها اصلا درست نیست! زیرا با نسخه های چاپی و اینترنتی بسیاری مواجه هستیم که اتفاقا خواندن برخی از آنها نه تنها سودی ندارد که زیان هم دارد! از سوی دیگر زمان نیز محدود است پس چاره ای نداریم جز اینکه از بین این همه کتاب و نوشته آنهایی را انتخاب کنیم که برایمان مفیدتر هستند. دانشمندان نیز انتخاب کتاب مناسب را توصیه می کنند. بر اساس پژوهش های اخیر، داستان خوب، خواننده را در شخصیت قهرمان داستان فرو می برد و از این طریق تأثیرگذار است. اخیرا نیز پروفیسور گئورگی به اتفاق همکارانش در دانشگاه ایمروری ایالات متحده، پس از تحقیقات بسیار دلیل این تأثیر را اعلام کردند. به عقیده این دانشمند، مطالعه باعث تغییرات بیولوژیکی در مغز انسان می شود، به این ترتیب مطالعه کتاب خوب، اتصالات مغز و تغییرات عصبی را افزایش می دهد. این تغییرات در قشر سمت چپ مغز، یعنی منطقه ای که با گیرنده های زبان در ارتباط بوده و منطقه اصلی احساس در مغز است، ثبت می شوند. براساس این پژوهش، مطالعه کتاب روی مغز تأثیر فوری نمی گذارد بلکه تأثیر درازمدتی دارد و عملکرد مغز را تا ۵ روز تحت تأثیر قرار می دهد.



## تاثیر کتاب بر مغز کودکان



مطالعات نشان می دهد که خواندن کتاب و داستان برای کودکان می تواند به تقویت بخش هایی از مغز آنها بیانجامد. خواندن کتاب برای کودکان یکی از توصیه های همیشگی متخصصان روانپزشکی و

روانشناسی بوده است. این کار علاوه بر تقویت پیوند بین والدین و فرزند، می تواند به افزایش توان ذهنی و رشد توانایی زبانی آنها بیانجامد. با این حال تاکنون مطالعه خاصی که به بررسی مستقیم تاثیر این کار بر مغز کودکان پرداخته باشد به انجام نرسیده بود. در این مطالعه ۱۹ کودک خردسال ۳ تا ۵ سال مورد بررسی قرار گرفتند. ۳۷ درصد از این کودکان از خانواده های کم درآمد بودند. پدر و مادر هر یک از این کودکان به پرسشنامه ای که برای ارزیابی میزان محرک های شناختی در خانه طراحی شده بود پاسخ دادند. این پرسشنامه به سه حوزه مهم می پرداخت: کتاب خواندن والد و کودک (دسترسی به کتاب، تعداد دفعات کتابخوانی و نوع کتابها)، تعامل والد و کودک (صحبت و بازی میان آنها) و نیز آموزش مهارت های خاص نظیر شمارش و یا اشکال هندسی به کودکان. سپس فعالیت مغزی این کودکان توسط شیوه fMRI مورد بررسی قرار گرفت. در واقع وقتی کودکان داشتند به داستان هایی مناسب سن آنها از طریق هدفون گوش

می دادند، فعالیت مغزی آنها بررسی شد. گفتنی است در این مدت هیچ گونه محرک دیداری برای آنها وجود نداشت. هدف از این آزمایش، بررسی تفاوت های مغزی موجود در درک داستان در بخش های مرتبط با زبان در مغز بود. نتیجه نهایی نشان داد که هر قدر کودک در خانه بیشتر با کتابخوانی روبرو می شد، فعالیت بخش های خاصی از مغز که به پردازش معنایی (دریافت معنا از زبان) مربوط می شد بیشتر بود. این بخش ها نقش مهمی در زبان شفاهی برای خواندن دارند. همچنین بخش هایی از مغز که به تصور مربوط می شد در این مطالعه به شدت فعال بودند و این نشان می داد که تصویرسازی ذهنی نقش مهمی در درک داستان دارد و در واقع کودکان می توانند در ذهن خود، داستان را «بینند». این امر در فرآیند رشد اهمیت زیادی دارد، زیرا به تدریج تصاویر از کتاب های آنها حذف می شود. یکی دیگر از یافته های این پژوهش این بود که این فعالیت مغزی هیچ ربطی به وضعیت اقتصادی خانواده ها نداشت.

## کتابخوان عزیز! لطفاً این حرفها را نزنید

پانزده سؤالی که نباید از کتابخوانها پرسید

کارولین کیوچی | برگردان علیرضا شه میرزادیان

اشاره: ماریو بارگاس یوسا در مقدمه ی کتاب «چرا ادبیات» نوشته است در اغلب تورهایی که برای معرفی کتابهای جدیدش می رود، یا حتی در جلسه های امضا و کتابخوانی، همیشه مردانی با سرووضع مرتب سراغش می آیند و از او می خواهند کتابشان را برای همسر، مادر یا دختر مرد امضا کند. یوسا می نویسد: «اغلبشان می گویند اوه ما خیلی مشغله داریم، سرمان حسابی شلوغ است و وقتی برای رمان خواندن بر ایمان نمی ماند، اما خب می دانید که زن ها خیلی رمان دوست دارند.» یوسا می گوید هنوز بسیاری باور دارند رمان خواندن یک امر زنانه است. او از این جواب های همیشگی سرگیجه می گیرد و معتقد است این باور غلط به این زودی ها



درست نمی‌شود. کارولین کیوچی در یادداشتی با امضای یک کتابخوان جان‌به‌لب‌رسیده سوال‌هایی که خون هر کتابخوانی را به جوش می‌آورد، نوشته است.



آنهایی که کتاب می‌خوانند اسب تک‌شاخ نیستند. فکر نکنید آنها که خیلی کتاب می‌خوانند آدم‌های افسرده‌ای هستند که باید خودشان را به دکتر نشان

بدهند، یا اینکه مترصد اولین فرصت هستند تا شما را دک کنند و به سمت کتاب‌هایشان هجوم ببرند. البته خیلی هم بدشان نمی‌آید از دست شما دربروند و به سؤال‌های عجیب و غریبتان جواب ندهند. اما اگر شما هم در دسته‌ی آدم‌هایی هستید که به هر دلیلی کتاب نمی‌خوانید برای خاطر آبروداری در معاشرت یا نیاززدن کتابخوان‌ها در گفت‌وگوهای اتفاقی بهتر است این سؤال‌ها را از کتابخوان‌ها نپرسید. اینها جمله‌هایی است که اگر می‌خواهید با یک آدم کتابخوان هم کلام بشوید بهتر است بر زبان نیاورید:

**یک. توی کتابخونه‌ات چندتا کتاب داری؟** این سؤالی است که جوابش را خود ما هم نمی‌دانیم. پس لطفاً سؤال بعد.

**دو.** فکر نکنید ما از قطع شدن یک‌باره‌ی چیزی که داریم می‌خوانیم خوشحال می‌شویم و منتظر هستیم که کسی از عالم غیب برسد و ما را از دست کتابی که داریم می‌خوانیم نجات بدهد. فکر نکنید چون طرف دارد کتاب می‌خواند، نه کار دیگری، می‌توانید بروید





سروقتش؛ کتاب خواندن معنی‌اش این نیست که پس هیچ کاری ندارد و می‌شود رفت سراغش.

**سه.** نپرسید، نپرسید، بله تکرار می‌کنم مدام سؤال نکنید «برای چی این قدر کتاب می‌خونی؟ که چی بشه؟» سعی کنید این مسأله را درک کنید، چون در غیر این صورت ما هم می‌توانیم از شما پرسیم چه لذتی دارد اینکه یک ساعت به تماشای ۲۲ نفر که دنبال یک توپ می‌دوند، می‌نشینید یا اصلاً هر بازی دیگری که یک مشت آدم توی یک زمین دنبالش می‌دوند. بپذیرید که کتابخوان از کتاب خواندن لذت می‌برد.

**چهار.** «راستش من وقت برای کتاب خواندن ندارم.» بله، بله، درست می‌گویید شما از آن دسته بزرگسالانی هستید که درگیر زندگی واقعی و تعهداتش شده‌اید، اما کتابخوان‌ها وقت اضافی دارند و کار درست و حسابی و مشغله نداشته‌اند که کتاب خواندن یادشان برود. به هر حال آنها هم یک روز درگیر زندگی واقعی می‌شوند و خودشان را درست می‌کنند، بله کتاب خواندن یعنی اینکه طرف دلش خوش است و بیکار.

**پنج.** «کار بهتری برای انجام دادن نداری؟» امان از این سؤال، چرا دارم، الآن برایتان می‌گویم، اینکه یک جواب دندان‌شکن کف دست جنابعالی بگذارم. واقعاً چرا از این سؤال خسته نمی‌شوید؟ رها کنید دوست من، ما از کتاب خواندن خوشمان می‌آید، دنبال دلیل دیگری نگردید.

**شش.** «اوه اوه پس تو مدرسه چه خرخونی بودی.» بله خیالتان را راحت کنم من یکی که بودم، اما این فرض که همه‌ی کتابخوان‌ها در دوره‌ی مدرسه هم نابغه بودند از بیخ غلط است.

**هفت.** «چرا این قدر کتاب می‌خونی، از مردم خوشتر نمی‌آید؟» واقعاً به سؤالتان دوباره فکر کنید و بعد تکرارش کنید. خوب با این سؤالی که می‌کنید معلوم است که دوست ندارم با شما معاشرت کنم.



**هشت.** ای همه‌ی مقدسات، کمک کن تا درک کنند از سر بدبختی و تنها ماندن نیست که کتاب خواندن عادت عده‌ای می‌شود.

**نه.** نگویند که «چطور دلت می‌اد این قدر پول پای کتاب خریدن بدی؟» این یکی دیگر از آن سؤال‌هایی است که خون آدم را به جوش می‌آورد، جالب است که اگر کسی خیلی بیشتر از اینها پول پای رخت و لباس و وسایل الکترونیک بدهد این سؤال را از او نمی‌پرسند، عوضش به او غبطه می‌خورند!

**ده.** «عضو کتابخونه بودن تو این دوره‌زمونه به چه دردی می‌خوره، اون هم برای تو که تو خونه‌ات این قدر کتاب داری؟» دلیلش را می‌دانید چون شما هم ماهواره دارید، هم دی‌وی‌دی می‌خرید و هم سینما می‌روید.

**یازده.** «یعنی همه‌ی کتاب‌های توی کتابخونه‌ات رو خوندی که کتاب جدید می‌خری؟» خوب لابد جواب‌ها را هم خودتان می‌دانید. چون هر روز کلی کتاب تازه منتشر می‌شود؟ چون کتاب‌های کلاسیکی که صد سال است مدام تجدید چاپ می‌شوند ممکن است تمام بشوند و دیگر در بازار نباشند؟ چون ما مشکل داریم و دست خودمان نیست؟  
**دوازده.** هر کدام از جواب‌های سؤال بالا که دوباره به شکل سؤال پرسیده شوند.

**سیزده.** کتاب‌خوان‌ها از تماشای تلویزیون بیزار نیستند، اتفاقاً بدشان نمی‌آید عصر یک اقتباس تمیز، از رمانی که خوانده‌اند، تماشا کنند.

**چهارده.** «یعنی این کتاب رو قبلاً نخونده بودی؟» خوانده بودم، خب که چه؟

**پانزده.** خب ما خیلی کاری به کار خلاصه‌ی رمان‌های بزرگ و زندگی مینی‌مالیستی نداریم، بفرمایید و اجازه بدهید ما به کتابمان همین‌طور بیکار و بی‌عبار بمانیم.

ارادتمند

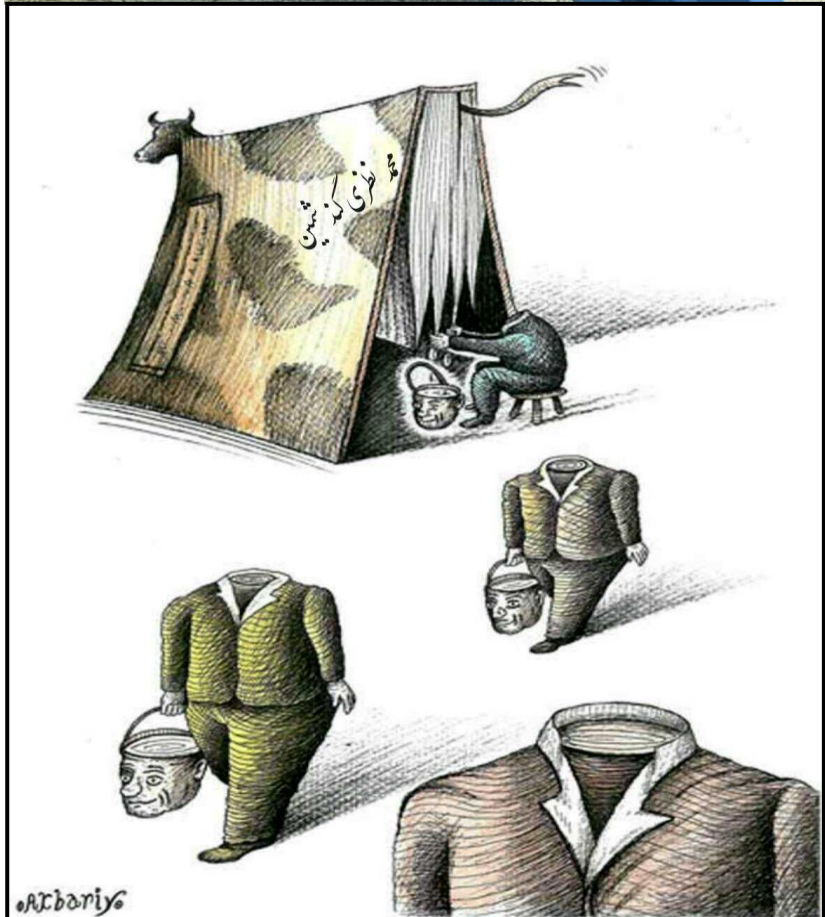
کتابخوان جان‌به‌لب‌رسیده





**فرهنگ**، همیشه  
وحشتناک‌ترین چیز برای  
یک **دیکتاتور** است، زیرا  
مردمی که **کتاب**  
بخوانند، هرگز **برده**  
نخواهند شد... "آنتونیو  
لوبو آنتونس"

اگر مثل **گاو** گنده باشی  
"میدوشنت"، اگر مثل  
**خر** قوی باشی "بارت می  
کنند"، اگر مثل **اسب**  
دونده باشی "سوارت  
می شوند" **فقط از**  
**فهمیدن تو می ترسند.**  
دکتر علی شریعتی



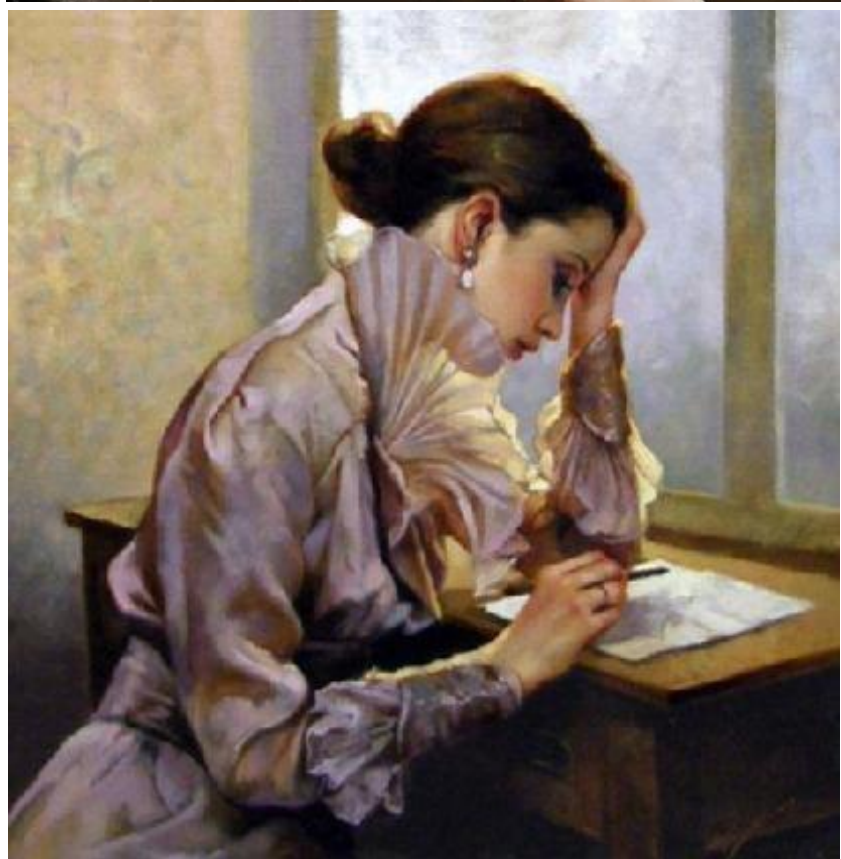
# کتاب ، دشمن دیکتاتوری !



ادبیات دشمن طبیعی همه دیکتاتوری هاست. ادبیات نارضایتی را در جهان رشد می دهد و خواندن حس امید و آرزوی داشتن جامعه ای بهتر را در درون شهروندان به وجود می آورد . جایی که مردم بتوانند رویاهای خود را آزادانه دنبال کنند. وقتی یک نفر مطالعه می کند رویکردی انتقادی پیدا می کند تا واقعیت را به دنیای کتاب ها نزدیک کند . ادبیات میل درونی برای تغییر دادن و ایستادن مقابل سلطه را که از گهواره تا گور سعی در کنترل ما دارد. بیدار می کند. کتاب خوب خواندن راهی برای مجهز شدن در بحبوحه اعتقادات و روبه رو شدن با هرچه نادرستی در جهانی است که در آن زندگی می کنیم . راهی که از آن طریق بتوانیم در جهت تغییر جهان بکوشیم و آن را به دنیای تخیلاتی که با وجود کاستی ها و محدودیت های مان خلق کرده ایم. نزدیک کنیم.

**ماریو بارگاس یوسا**





نامه ای که نوشتی  
هرگز نگرانم نکرد...  
گفته ای بعد از این  
مرا دوست نخواهی داشت!  
اما...

نامه ات  
چرا آنقدر طولانی است؟  
تمیز نوشته ای...  
پشت و رو دوازده برگ!  
این خودش یک کتاب کوچک  
است!

هیچ کس برای خدا حافظی  
نامه ای چنین نمی نویسد!  
نامه ات  
نگرانم نکرد...

« هاینریش هاینه »



## معایب کتابخوانی



در بخش اول نوشتیم کتاب خوانی یک ایراد بزرگ دارد. ایرادی که به این ایراد وارد است تا حدودی درست است و تا حدودی هم نه. ادله کافی برای اثبات ندارم مگر این که خواننده حاذق به از سر وقت و حوصله به تجربه این مورد

را فکورانه نگاه کند یا آن را بر اساس گذر زمان لمس کند یا شاهدهی عینی باشد بر ادله ای که در زیر می نویسم. حالا این ادله می تواند درست و یا غلط باشد اما میزان درستی و غلطی ادله هم بسته به این است که از کجا به آن موضوع نگاه می کنید. چیزی به مانند فلسفه زیبایی است که بسته به موضوع مورد بحث نیست بلکه بسته به این است که شما با چه میزانی به آن فکر می کنید یا به آن احتیاج دارید و نگاه می کنید.

از معایبی که کتاب خواندن به میزان زیاد دارد این است که آدم را از همه چیز و همه کس جدا می کند و چون کتاب انسان و طرز تلقی او از بسیاری از موضوعات اطرافش را می تراشد و شکلی جدید می دهد آدم نمی تواند با بسیاری هم کلام شود و بتواند ارتباطی طولانی با دیگری برقرار کند. اگر از سنین نوجوانی شروع به خواندن کنید و غرق در عوالم مطلوب خود بشوید شما را از دوستانتان جدا می کند به نحوی که در حالی که همه دور یکدیگر هستند فرد کتابخوان در خانه دراز کشیده است و دارد کتابی



را می خواند که در دست دارد . این جدا شدن باعث کم شدن ارتباط می شود که بسیاری در هر دورانی از عمر به آن نیاز دارند . این امر مختص به سنین نوجوانی نیست و وقتی که حتی در شرایط میان سالی قرار گرفته اید باز هم نمی توانید ارتباطی موثر و پایدار برقرار کنید و این به معنی نخواستن و نتوانستن نیست بلکه به این معنی است که حرفی برای گفتن با آدم های دور و اطرافتان ندارید چرا که وجه مشترک شما چیزی است که بسیاری حال و حوصله آن را ندارند و وقتی شما شروع به صحبت می کنید و ناخودآگاه چون کتابی که خوانداید به موضوع می پردازید و درباره آن صحبت می کنید ، بسیاری یا حرف شما را نمی فهمند و یا وجه غالب اشراف شما به موضوع را نمی پسندند.

این دو دلیل که جدا شدن از دوستان و تراش خوردن طرز تلقی تان از موضوعات اطراف شما و سایرین است پر رنگ ترین و غالب ترین وجه عیب کتاب خواندن است ، آن هم به میزان زیاد .

این تصویر را شاید آدم های کتاب خوان درک کرده باشند که در مسیر رفت و آمد روزانه به محل کار یا درس و یا هر جای دیگر از ایستگاهشان عبور کرده اند و مقداری از مسافت را پیاده گز کرده اند یا این که مسیرشان را خوب نمی بینند چرا که دائم مشغول خواندن هستند .

ایراد پر رنگتر دیگری که باید بنویسم و به همین دلیل آن را با دو دلیل دیگر همراه نکردم و اگر کسی تا آخر این نوشته را بخواند شاید متوجه باشد که دارد هزینه تجربه گزاف صاحب این صفحه را میخواند این است که آدم را از خواندن کتب درسی غافل می کند و عالمی می سازد انتزاعی . عالمی که با عالم محسوسات همخوانی ندارد و به جای این که سکوی پرتابی باشد به سمت و سوی جایگاه اجتماعی بالاتر در ایران امروز آن را از آدم می گیرد با اعتراف به این موضوع که البته به جایش فردی با سواد تحویل اجتماع می دهد . فردی که از اطرافیان خودش جلوتر را می بیند .



## روایت سروش صحت از کتابی که دزدید و پس داد

سروش صحت که مهمان نشست «جهان و کتاب من» نمایشگاه کتاب تهران بود ماجرای دزدیدن یک کتاب و پس دادن آن را برای حاضران تعریف کرد.

خبر آنلاین: او گفت: وقتی ۱۶ ساله بودم. از کتابخانه‌ای، کتاب «راه رشد غیر سرمایه‌داری» را دزدیدم. بعد هم فهمیدم در حوزه‌ی علاقه‌ی من نیست و کتاب را برگرداندم. همچنان پس از چند سال معنای اسم این کتاب را نمی‌دانم.

سروش صحت با بیان این که نخستین بار دایی‌ام من را با کتاب آشنا کرد، ادامه داد: از همان نوجوانی کتاب‌خوانی را به طور جدی آغاز کردم و هر روز بیش‌تر از قبل کتاب می‌خواندم. او افزود: در سال‌های نوجوانی من و هم‌نسل‌هایم به دلیل این که ماهواره و موبایل و اینترنت نبود، نوجوان‌های خیلی بیش‌تر کتاب می‌خواندند و ما گاهی بر سر کتاب خواندن با هم رقابت داشتیم. کم کم با کانون پرورش فکری کودکان و نوجوان آشنا شدم و از آن طریق کتاب‌های داستان را تهیه می‌کردم و می‌خواندم.

سروش صحت درباره‌ی نویسندگی‌های محبوبش نیز گفت: از میان نویسندگی‌های فارسی داستان‌های جلال آل‌احمد، احمد محمود و جعفر مدرس صادقی بسیار علاقه‌مند هستم و آثار نویسندگان متعددی از ادبیات جهان هم دوست دارم و دنبال می‌کنم. بیش‌تر از همه فتودرداستا یوسف‌سکی را دوست دارم. به نظرم او نویسنده‌ی بسیار خلاق و تاثیرگذاری است. علاوه بر رمان و ادبیات، آثار حوزه‌های فلسفه، جامعه‌شناسی، تاریخ و روانشناسی هم علاقه دارم و آثار متعددی هم در این حوزه خوانده‌ام و می‌خوانم.

سروش صحت در طی این نشست خاطره‌ای از دوران نوجوانی‌اش و کتابخوانی تعریف





کرد و گفت: وقتی شانزده ساله بودم. از کتابخانه‌ای، کتاب «راه رشد غیرسرمایه‌داری» را دزدیدم. بعد هم فهمیدم در حوزه‌ی علاقه من نیست و بعد کتاب را برگرداندم. همچنان پس از چند سال معنای اسم این کتاب را نمی‌دانم.



وی در زمینه فرهنگ کتابخوانی نیز گفت: فرهنگ کتابخوانی باید به موازات هم در همه جا ترویج شود. مثلاً می‌بینیم در مترو همه بیکارند ولی کتاب نمی‌خوانند. او سال‌هایی که در تهران زندگی کرده همواره در نمایشگاه کتاب حضور داشته است

و معتقد است همیشه خیلی زیاد کتاب هدیه می‌دهد ولی نمی‌شود کتاب خواندن را به دیگران تحمیل کنیم. این بازیگر در ادامه این نشست شخصیت‌های محبوب خود را در چند رمان که دوست داشت برای مخاطبان بازگو کرد و از اکبر عبدی و اصغر فرهادی به عنوان هنرمندان ایرانی مورد علاقه‌اش یاد کرد.

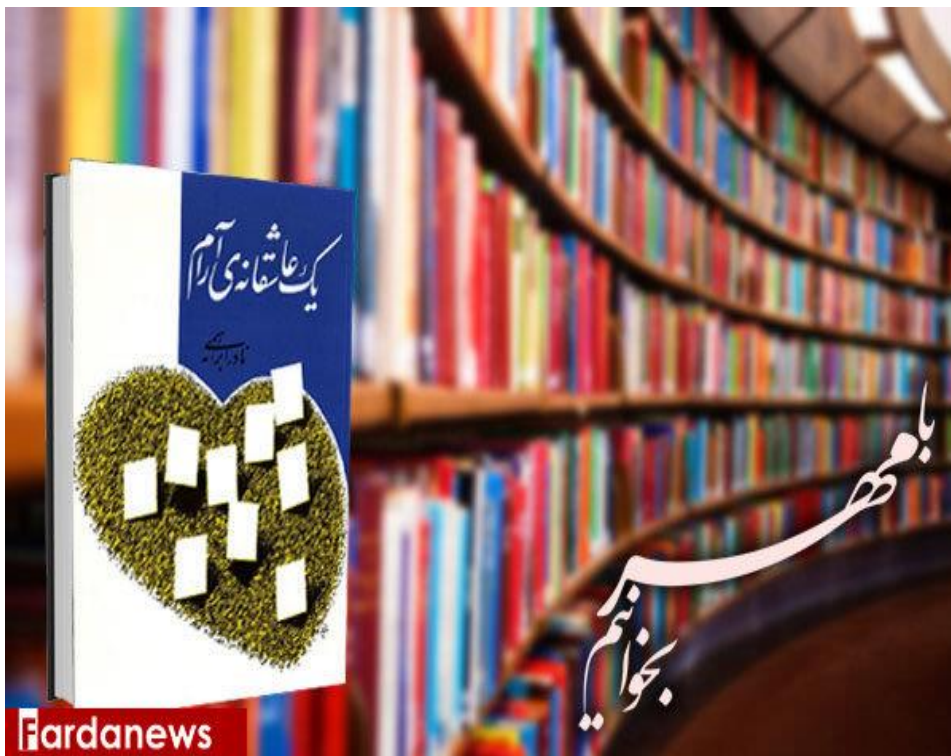


## آخرین توصیه‌های یک نویسنده بزرگ در آستانه شصت سالگی

" افسوس که نمی‌توان بازگشت و از نو ساخت؛ اما دست کم به آن‌ها که در آغاز راه‌اند، می‌توان یادگاری کوچکی داد؛ شاید به کارشان بیاید. " این‌ها کلمات نویسنده‌ای بزرگ در آستانه شصت سالگی است. آن هم در مقدمه یکی از آخرین داستان‌های بلندش.

صحبت از نادر ابراهیمی است و کتاب ماندگار "یک عاشقانه آرام" اش. کتابی که درست مثل نامش آرام است و دارد درس عاشقی می‌دهد. درسی که به قول خود نادر ابراهیمی "یادگاری" ارزشمندی است که شاید در ادبیات ایران کم نظیر باشد.

عاشقانه آرام با این جمله شروع می‌شود: "عاشق زمزمه می‌کند، فریاد نمی‌کشد!" ابراهیمی در تمام طول این داستان بلند دوپست و چهل صفحه‌ای می‌کوشد که بگوید "عشق" آن طوری نیست که همه جا با آب و تاب و سر و صدا دربارهاش حرافی، و کاغذها را سیاه می‌کنند.



او داستانش را با ماجرای آشنایی شخصیت‌های اصلی داستان، گیله مردی ریز نقش و دختر خوش قد و بالای آذری آغاز می‌کند و همان صفحات اول کتاب که گیله مرد دل‌بسته "عسل" می‌شود، تعریف خود از عاشق را آغاز



می‌کند. آن هم عاشق اصیل؛ درست مثل عسلی که گيله مرد در جست و جوی دل به کوهستان زده و حالا "عسل" دیگری یافته است:

عاشق بهانه نمی‌گیرد. عاشق نق نمی‌زند. عاشق در باب زندگی سخت نمی‌گیرد و به نان خالی با ظرف پر از محبت راضی است!

این جملات شاید در ابتدای کتاب کمی رویاپردازی به نظر برسد اما این کتاب قرار است "درس زندگی یا عاشقانه زندگی کردن بدهد". پس درست مثل زندگی واقعی، روزهای اول و عاشقانه‌های آغازین، رنگ و بویی آرمانی و خیالی داشته باشد. اما همین که مقداری پیش بروی میرسی به اینجا:

"مشکل، زندگی را زندگی می‌کند.

مشکل به زندگی معنی می‌دهد.

شیرینی زندگی از آنجا سرچشمه می‌گیرد که تو بر مشکلات غلبه کنی. بدون این غلبه، زندگی خالی خالی است. گل‌ها اگر بی آب بمانند، هیچ مشکلی را حس نمی‌کنند، و به همین دلیل گل خوشبخت وجود ندارد.

- و گل عاشق هم! ...."

نویسنده‌ای که خودش بیش از ۱۰۰ عنوان کتاب نوشته، هیچ ابایی ندارد که در عاشقانه‌اش به کتابخوانی افراطی و چشم بسته هم حمله کند و آن را دستمایه بحثی میان زن و شوهر داستان قرار دهد. بحثی که در آخر گيله مرد که کتاب‌خانه‌ای وسیع و صدها کتاب دارد، می‌پذیرد که "صد کتاب، برای یک عمر بلند کافی است" و باید "زندگی را لمس کند، نه این که آن را بخواند!"



نادر ابراهیمی در این کتاب تمام ابزارهای داشتن یک "زندگی عاشقانه" را در قالب داستان‌های برایمان می‌شمارد. از تحمل حرف می‌زند که به قولش قیمت آن همیشه از عشق کمتر بوده. از امید می‌گوید که باید انبار شود برای روزهای سخت و زمستان‌های زندگی و آن جمله معروف و زیبای اوایل کتاب که می‌گوید: "عشق ترک لبخند نمی‌کند، لبخند تذهیب زندگی است."

یکی از بخش‌های پاراگراف‌های معروف این کتاب که بارها و بارها در صفحات اجتماعی به اشتراک گذاشته شده و محل بحث خیلی‌هاست، در اواخر فصل اول کتاب جای گرفته:

"یک بار، یک بار، و فقط یک بار می‌توان عاشق شد: عاشق زن، عاشق مرد، **عاشق اندیشه**، عاشق وطن، عاشق خدا، عاشق عشق... یک بار، و فقط یک بار. بار دوم، دیگر خبری از جنس اصل نیست. شوق تصرف، جای عشق به انسان را می‌گیرد؛ خود نمایی جای عشق به وطن را، ریا جای عشق به خدا را... یک بار، یک بار، و فقط یک بار. در عشق، حرفه ای شدن ممکن نیست - مگر آنکه به بدکارترین ریاکار تن پرست بی اندیشه تبدیل شده باشیم.

و بعد از آن می‌رسیم به تعریف کامل‌تری از عشق که در طول این صفحات به تکامل رسیده است:

"مگذار که عشق، به عادت دوست داشتن تبدیل شود... عشق، عادت به دوست داشتن و سخت دوست داشتن دیگری نیست، پیوسته نو کردن خواستنی است که خود پیوسته، خواهان نو شدن است و دیگرگون شدن. تازگی، ذات عشق است و طراوت، بافت عشق. چگونه می‌شود تازگی و طراوت را از عشق گرفت و عشق همچنان عشق بماند؟ عشق، تن به فراموشی نمی‌سپارد، مگر یک بار برای همیشه. جام بلور، تنها



یک بار می‌شکند . میتوان شکسته‌اش را ، تکه‌هایش را ، نگه‌داشت . اما شکسته‌های جام ، آن تکه‌های تیز برنده ، دیگر جام نیست . احتیاط باید کرد . همه چیز کهنه می‌شود و اگر کمی کوتاهی کنیم ، عشق نیز . بهانه‌ها جای حس عاشقانه را خوب می‌گیرند..."

ادامه صفحات این کتاب زندگی دشوار این زوج را در شرایط مختلف، با به دنیا آمدن فرزندان، زندان رفتن‌های شوهر و مشکلات مختلف روایت می‌کند که برای همه‌شان برنامه دارند. برنامه‌ای که عناوینش بی‌شمار است و نویسنده می‌داند که ممکن است عده‌ای کمبود وقت را بهانه کنند پس می‌گوید:

" بعضی‌ها را دیده‌ام که از وقت کم شکایت می‌کنند . آنها می‌گویند : حیف که نمی‌رسیم . گرفتاریم . وقت نداریم . عقبیم این‌ها واقعا بیمار خیالبافی‌های کاهلانه خود هستند . وقت علی‌الاصول بسیار بیش از نیاز انسان است . ما وقت بی‌مصرف مانده و بوی نا گرفته بسیاری در کیسه‌هایمان داریم : وقتی که فنا می‌کنیم ، می‌سوزانیم ، به بطالت می‌گذرانیم."

گیله مرد و عاشق این ماجرا که گویا خود نادر ابراهیمی است، لازمه زندگی عاشقانه را پویایی، رسیدگی و مراقبت می‌داند و در صفحات پایانی سعی می‌کند تعریف مفصلش از عشق را کاملتر کند: "حذف کامل فاصله را درخواست می‌کند، اما این به مفهوم لزوم شباهت میان دو نیمه سیب نیست. عشق نافی شباهت است و شباهت پایان عشق!"

در پایان کتاب، گلیه مرد و همسرش برنامه دل‌خواه زندگی‌شان را با همین تعریف‌ها، با گذراندن تمام فراز و نشیب‌ها و مشکلات، با موفقیت به پایان می‌رسانند. خودشان باورش نمی‌شود و خسته‌اند اما چیزی که در پایان مانده همان لبخندی است که همچنان تذهیب زندگی است ...



بخش‌های دیگری از کتاب که شاید خواندنش خالی از فایده نباشد:

" زندگی ،

بدون روزهای بد نمی‌شود ، بدون روزهای اشک و درد و غم.

اما روزهای بد همچون برگ‌های پائیزی ، باور کن که شتابان فرو می‌ریزند

و در زیر پاهای تو ،

اگر بخواهی،

استخوان می‌شکنند،

و درخت استوار و مقاوم بر جای می‌ماند.

عزیز من،

برگ‌های پائیزی بی شک در تداوم بخشیدن به مفهوم درخت و مفهوم بخشیدن به

تداوم درخت ،

سهمی از یاد نرفتنی دارند.... "

" مشکل این است که از همه رویاهای خوش آغاز دور می‌شویم و این دور شدن به

معنای قبول سلطه

بی‌رحمانه زمان است

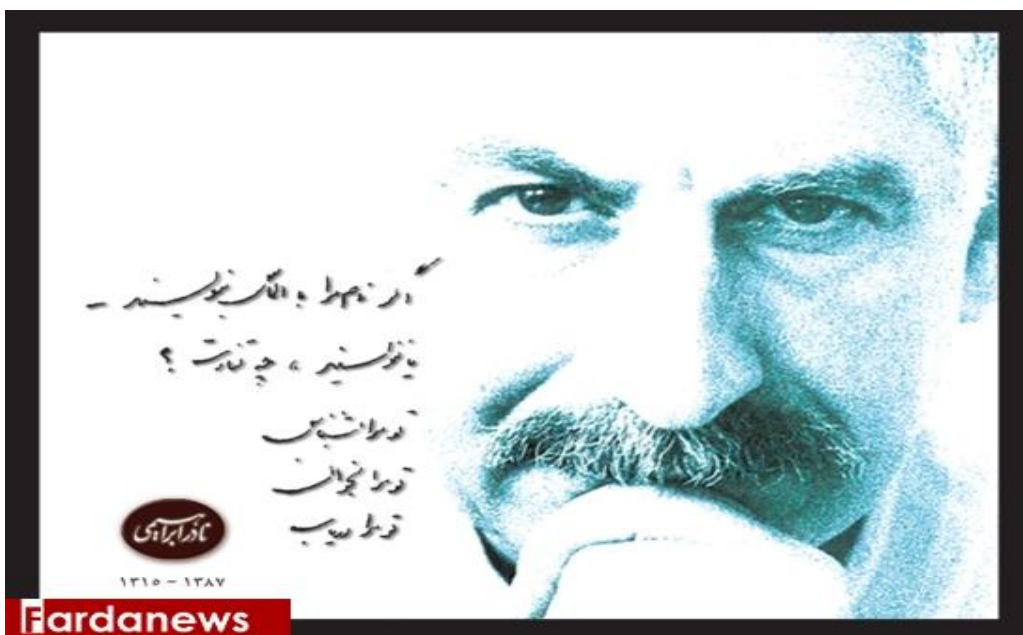
. بر سر قول و

قرارهای نخستین

نماندن ، باور

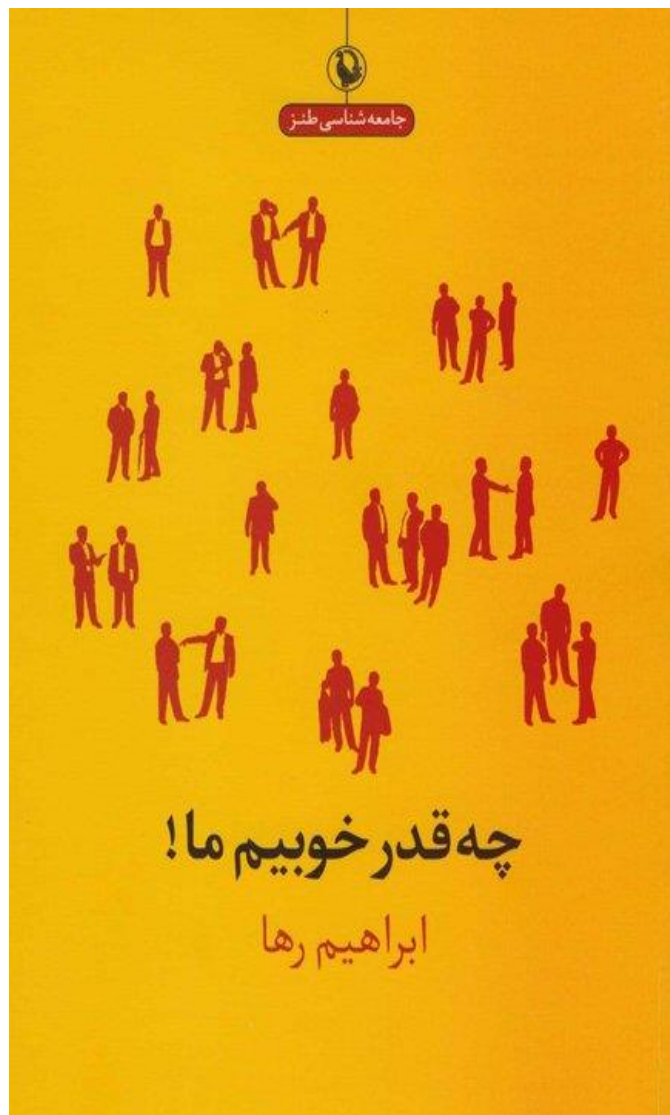
پیرشدگی روح است

و **خواجگی عاطفه** . "



## اگر سر به سر تن به کشتن دهیم محال است که کتاب بخوانیم

ابراهیم رها: « من در این کتاب سعی کرده‌ام به زبانی که به هیچ جای هیچ کسمان بر نخورد، رفتارهای اجتماعی و فراگیرمان را که تبعاتش صاف می‌رود توی چشم خودمان مرور کنم. اگر از دسته گل بودن خود، اطرافیان، فامیل، دوست، راننده خطی دور میدان یا سوپر مارکت محله‌تان به تنگ آمدید یا به هر چیز دیگر آمدید، این کتاب را بخوانید...»



انتشارات مروارید اخیرا کتاب جامعه‌شناسی طنزی را از آقای ابراهیم رها با عنوان «چه قدر ما خوبیم» منتشر کرده است که در ادامه قسمتی از آن را با هم میخوانیم:

یعنی اگر داغ و درفش مان کنند و به میخ و سیخ مان بکشند و از دروازه‌ی شهر آویزانمان فرمایند و... اگر سر به سر تن به کشتن دهیم عمرا که کتاب بخوانیم. ما اصلا یک جور مقاومت عجیبی در برابر کتاب خواندن داریم که تفلون در برابر چسبیدن غذا به ماهی تابه ندارد. چنان نسبت به کتاب خواندن نفوذناپذیریم که ایزولاسیون هیچ پشت بامی نسبت به باران و برف چنین عایق نیست.

یعنی حاضریم وقت مان را با خاراندن پس سر و شمردن شوره‌های روی شانیه مان تلف کنیم اما دو صفحه یا چهار خط کتاب نخوانیم.

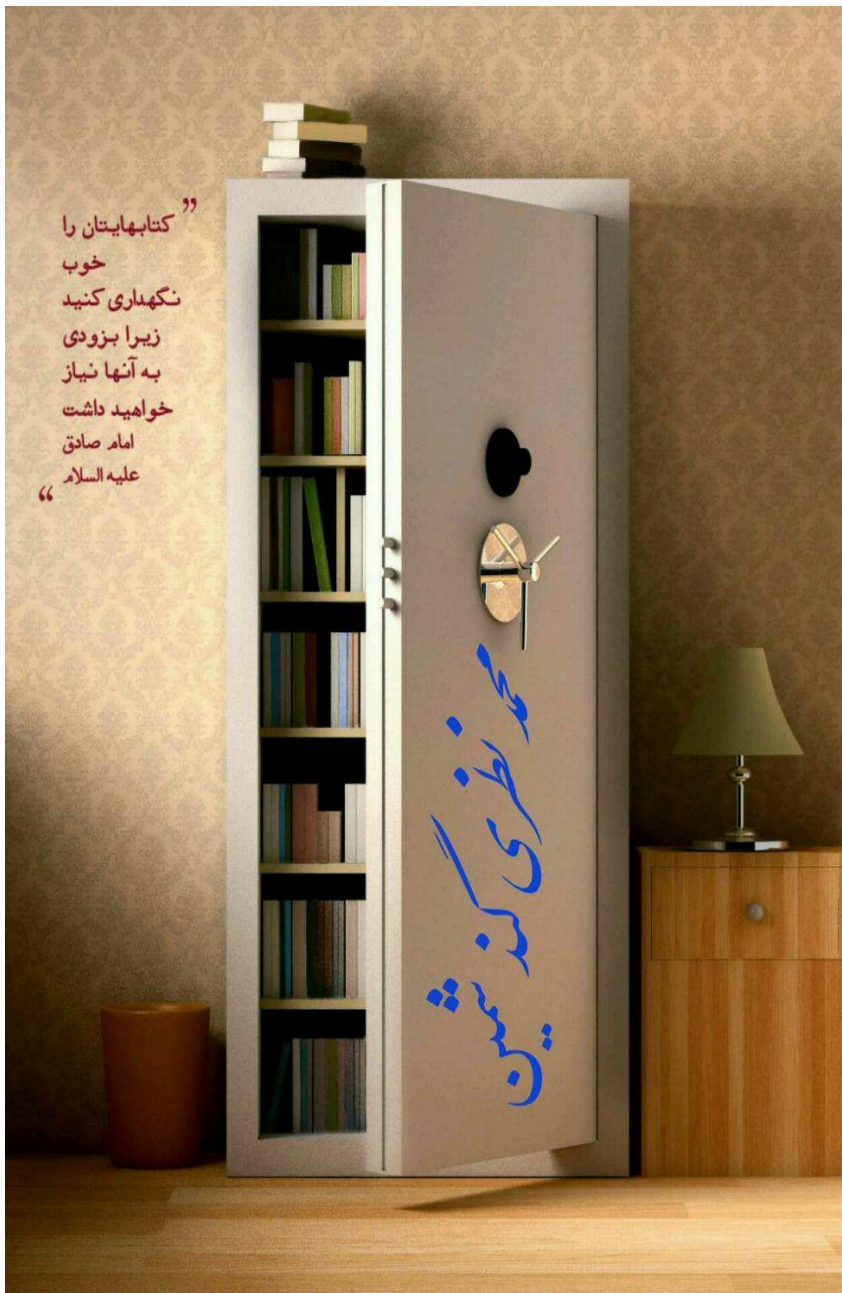




یکی از بارزترین خصوصیات ما ایرانیان که دیگر دارد به شناسنامه مان تبدیل می شود و اوراق هویتی و شاخصه ی ممیزه ی ماست همین کتاب نخواندن است. جالب این است که تمام دک و پُزمان به گذشته ی مکتوبمان است که بع له... اما به حال و گذشته و آینده ی مکتوب خود به اندازه ی تخم گشنیز (مودب برخورد کردم) هم اعتنا نداریم. عملا و علنا به کسانی که کتاب می خوانند می خندیم. ( لطفا به محمد نظری گندشمین نخندید ! ) آشکارا اگر کسی کتاب خوان باشد جزو قوم یعجوج و ماجوج می دانیمش. معتقدیم تا وقتی می شود رفت جُردن یا خیابان اندرزگو یا... (هر شهری، محلی) دور دور کرد. خرید محض است وقت را حرام کنی و کتاب بخوانی. اگر کسی در خانه اش کتابخانه دارد انگار در توالت منزلش بند رخت کشیده و رویش پیژامه آویزان کرده باشد.







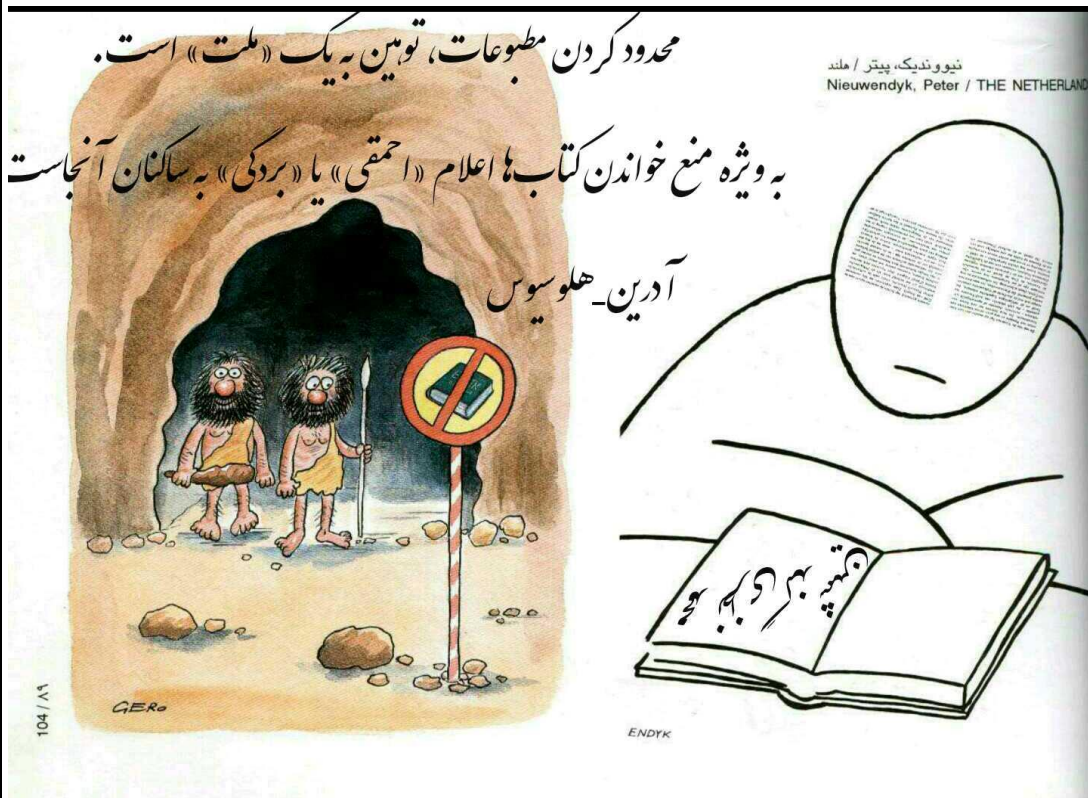
در اثاث کشی یخچال سایدبای ساید و حمل و نقل آن برای مان از بدیهیات است اما چهارتا کارتن کتاب را بدبارترین، سنگین ترین و مزاحم ترین اثاثیه می دانیم (جالب این است که عزیزانی که شغل شریف شان همین جابجایی بار و اثاثیه و اسباب کشی است هم از یخچال فریزر و لباسشویی و گاز و کمد... کمتر گله دارند تا از کارتن های کتاب! مملکتی که تیراژ کتاب در آن شده پانصد ششصد جلد، مردمانش نباید دکتر بروند؟ یعنی صفا می کنیم برای خودمان. کتاب فروشی ها می شود چه

پیتزافروشی، کتابخانه ها حداکثر شده قرائت خانه ی پشت کنکوری ها، تیراژ کتاب لای باقالی، کتاب خوان ها (اگر بیابیم) اهالی مریخند، ما هم که باحالیم! همه هم که شیرین زبان و طنز و بذله گو، از طرف می پرسى آخرین کتابی که خوانده ای کی بوده؟ می گوید می خواستم آخرین درس را پاس کنم. بعد هم هرهر می خندد طوری که بیست و یک دندان خراب از مجموع سی و دو دندانش را می شود شمرد. خب کتاب نمی خوانی که مسواک هم نمی زنی بعد می شود این و نق می زنی به قیمت دندانپزشکی!



## اتحاد ملی کتاب نخواندن!

اینجا ایران است، لطفا به اتحاد ملی کتاب نخواندن پیوندید!



خوشبختانه تنها مسئله ای که بین تمام صنوف از پزشک و داروساز دندانپزشک تا کارمند و راننده و حسابدار و مکانیک و باغبان و... مشترک است همین **کتاب نخواندن** است!

یعنی اصلا می شود آن را **میثاق جمعی** ما دانست و یقین داشت همه تا همیشه بر آن وفادار خواهند ماند. گرد و لر و تُرک ( به غیر از محمد نظری گندشمین!) و فارس و گیلک و مازنی و ... هم ندارد. شکر خدا تمام اقوام و طوایف مختلف ما نیز در یک اتحاد ملی - میهنی بر سر کتاب نخواندن به توافق و تفاهمی چنان سترگ دست یازیده اند که بی آن که جایی ثبت اش کنند از هر قانون مثبت و مضبوطی گرانقدرتر می شمارندش و در پاسداشت آن به جد و به جان می کوشند! آن طرف دنیا تیراژ کتاب هایشان میلیونی است و یک دهه ای می شود ای بوک را هم فراگیر کرده اند اما ما توانسته ایم طی یک دهه ی اخیر تیراژ کتاب هایمان را به یک سوم کاهش دهیم و از شوق این امر همگی لامبادا برقصیم و احساس شعف کلیه ی منافذمان را پر کند ...





## چه زمانی مطالعه کتاب جرات می خواهد؟

امروز حین مطالعه کتاب ، لحظاتی ، ذهنم مشغول این مسئله شد که اساسا ما انسانها تا چه حد تمایل به شنیدن حقیقت و تحمل پذیرش آن را داریم؟

آیا حقیقتی که بخواهد امید و آرامش برای ادامه زندگی را بگیرد، شومی و نحسی ای بیش نیست و دروغ و کذبی که چاشنی امید و آرامش را به

زندگی ارزانی دهد، هزاران بار نمی ارزد به چنان حقیقت شومی؟ این چنین است که اگر امیدی و راهی برای محو کردن چنین حقیقتی وجود می داشت، بازار کسب و کار چنین حقیقت پردازان کاذبی از بازار جراحی های زیبایی فروش امروز بیشتر خواهد گرفت.

به حاشیه رفتم...

با مطرح شدن این مسئله به نظرم آمد که حتی مطالعه برخی کتابها جرات و جسارت می خواهد ، اگر خواندن کتابی باورهایی را که بنای امیدبخش و آرامش بخش زندگی مان بوده اند را از دست ما بگیرد یا پایه های آنها را لرزان کند ، رفتن به سمتش شجاعت می خواهد. هنر و رسالت برخی کتابها شک برانگیختن و لرزان کردن باورها و فرض های زندگی انسانهاست ، ما را در گنگی و گیجی به وجود آمده رها کند و مستحکم و متقن نبودن باورهای ما را به طعن و پوزخند بگیرد ... اگر چنین باشد، شاید خواندن داستان معاشقه عشاق و ثروتمند شدن در سه سوت! و .... بهترین گزینه برای فخر فروشی و ادعای کتاب خوانی باشد.

احتمالا باید روی جلد چنین کتابی باید هشدار می برای احتیاط نزدیک شدن بزنند.



## آیا میان نانوائی که خود هم نان می خورد و کتاب فروشی که خودش کتاب نمی خواند، تفاوتی هست ؟

پاسخ این سوال می تونه منفی باشه ( از نظر هر کسی ) می تونه مثبت باشه. اگر نخوام وارد قضاوت های ارزشی و از اینکه بهم بگن آقا چیکار داری خریدت رو کن و برو پی کارتو و هر کسی مختار چی کار کنه و چی کار نکنه و تو رو سینه نه ؟... خود داری کنم. باید بگم شرافتا تصدیق کنید که بسی باید دست به آسمان ببریم و شاکر باشیم که حداقل اگر قطعی نان پیش آید و نانوا برای مصرف شخصی خودش از فروش نان ( آرد ) خودداری کند در دومی حتی اگر قحطی یا کمبود کتاب هم پیش بیاد، این مشکل خود کتاب خوران است و کتاب فروش کتاب نخور دریغ از فروش کتاب نمی کند تهش این است که در این داستان یه شیطنت کوچولویی کند و کتاب را گران بفروشد. حالا این کتاب خور ها هستن که باید دوستانه یا خصمانه معضل کمبود یا قحطی کتاب را میان خودشان فیصله بدن. اینم قابل توجه همه اونهایی که می گن کتاب خوری و اعتیاد به



کتاب فایده ندارد. انصافا فکرش را هم می کردید در اعتیاد به کتاب چنین فوایدی مستتر باشد؟ بروید و دعا به جان من کنید که چنین نکته ظریفی را به شما گوشزد کردم.

**کارگران مشغول  
کتاب خواندن هستند**

**، لطفا دور شوید!**

## مطالعه نسبتا جامع در مقابل مطالعه جزئی



نوشته زیر به مانند تمامی نوشته های دیگر صرفا برداشت ذهنی نویسنده است و علاوه برآنکه توسط مخاطب قابل نقد و بررسی است ، احتمال تعدیل یا اصلاح یا تقویت آن از سوی نویسنده در آینده را خواهد داشت. اینکه مطالعه کتاب چه ضرورتی دارد و گذشته از

ضرورت، مطالعه کتاب فایده ای دیگری از قبیل لذت دارد یا خیر و اینکه چگونه کتاب بخوانیم و... همه اینها و بحثهای دیگری از این دست در خصوص کتاب ، همگی اهمیت دارند و این روزها به این مباحث به خوبی پرداخته میشود.

اما مسئله ای که این بار به آن می پردازم و فکر می کنم ، این است که آیا هدف از مطالعه کتاب، داشتن **مشغولیت فرهنگی** است یا بالاتر از صرف زمان به یک امر مطلوب و

داشتن **خوراک فکری** ، می بایست در مطالعه **سبک مطالعاتی** هم داشته باشیم؟  
 مثلا فرض کنید که من تصمیم گرفته ام از این به بعد کتابخوان بشوم. حال اگر فردا در زمینه کاشت پیاز یک کتاب بخوانم و در خصوص روانشناسی یونگ هم بخوانم بعد بروم سراغ کتاب با ارزش قوی سیاه و به همین ترتیب از هر دری و هر باغی کتابی را انتخاب کنم و بخوانم چنین شیوه ای گذشته از درستی ، فایده ای در بردارد؟ بیایید این روش کتابخوانی را در اینجا به نام **درهم خوانی** در نظر بگیریم.



به نظرم می رسد که روش درهمخوانی گرچه بی فایده نیست اما چندان سیستمی نیست. به عبارت بهتر ، کسی منکر ارزشمندی کتابخوانی و همچنین کسب اطلاع در هر حوزه ای نیست، چیزی که خودم هم به آن علاقه دارم. اما اگر اهداف جدی تری از مطالعه کتاب داشته باشیم، چنین شیوه ای نه تنها در بلند مدت مطلوبیت ندارد بلکه ممکن است **رهزن ذهن** و فریبنده ما باشد.

پیش از اینکه بخوام برای بیان مقصود خودم مثالی بزنم ، چند جنبه نامناسب درهمخوانی را بیان کنم.

۱. روش در هم خوانی در بلند مدت مطلوبیت ندارد چرا که باعث می شود ما نتوانیم در بلند مدت در حداقل یک یا دو زمینه به خصوص دارای اطلاعات کامل و قابل ارائه و قابل اتکا باشیم.

۲. روش در همخوانی اگر غفلت کنیم ممکن است رهزن ما باشد و ما را به گمان اینکه در حوزه های مختلف حداقل یک کتاب خوب خوانده ایم ما را فریب بدهد و باعث شود در قضاوت ها و تحلیل های خودمان دچار شتاب و نتیجه گیری های نادرست و یا غیر جامع کند.

۳. روش درهم خوانی باعث می شود برای بهبود زندگی شخصی خود محتویات ذهنی کاملی نداشته باشیم و در عمل نتوانیم بهره ای از آموخته های گرفته شده از یک کتاب را استفاده کنیم.

فرض کنید من کتاب چرا ملت ها شکست می خورند را از اقتصاددان ترکیه ای بخوانم و دیگر به جست وجو و تحقیق در خصوص طبقه بندی موضوع این کتاب نپردازم و کتابهای مشابه همین موضوع را پیدا نکنم. این باعث می شود ما از وجود تحلیل های مخالف یا موافق محتویات کتاب مذکور نامطلع باشیم و به فریب اینکه کتاب مذکور به استناد معیارهای مختلف کتاب ارزشمندی است. تمامی تحلیل های بعدی خود را با اتکای ذهنی به محتویات و نتیجه گیری های کتاب فوق ارائه کنیم.



فرض کنید من در خصوص هویت از منظر روانشناسی یونگ مطالعه کردم. اگر جو گیر نباشم و غره نشوم که من هم چیزی در خصوص هویت خوانده ام و در جمع پرچونگی نکنم. احتمالاً در بهترین شرایط باعث می شود در زمان تحلیل در خصوص موضوعی که به نحوی به هویت مربوط است، بسیار اطلاعات نحیف و ناکافی ای در این خصوص داشته باشم.

پس اگر تصمیم دارم به مطالعه کتاب پردازم، به نظرم مطلوب ترین سیاست کتابخوانی آن است که **کتابخوان حرفه ای** بشوم ، اینکه بتوانم در خصوص یک موضوع واحد ارائه ای مکتوب یا شفاهی اما در خور ارائه بدهم، مطلوب تر از داشتن یک سری اطلاعات فشرده در یک موضوع آن هم از یک کتاب واحد است.

پس: سعی کنیم در زمینه های علمی ( تجربی ، انسانی ، فناوری و...) و همچنین فلسفه و... به هر موضوعی که بیشتر علاقه مند شدیم و هدف عملیاتی تری داریم . کتب مرتبط را پیدا کنیم تا از وجود تحلیل های مختلف در موضوع مدنظر مطلع شویم چه بسا با این شیوه در آینده بتوانیم به فکر تولید محتوای در خور پردازیم و ای بسا در آن زمینه به فکر ترجمه کتاب و... هم بیافتیم.

ناگفته نماند و مجددا تاکید می کنم که گرچه من هم علاقه مندم در حوزه های مختلف حداقل یک کتاب ارزشمند بخوانم. اما بی اندازه واضح است که کتابی نبوده است تنها مرجع آن یک کتاب باشد. پس اگر ما هم هدف جدی ای از کتاب خوانی داریم و احیانا تمایل داریم که در آینده به تولید محتوا به شیوه های مرسوم و سنتی ( کتاب و مقاله کاغذی و...) و یا نوین (فضای دیجیتال) پردازیم. مطالعه صرفا یک یا دو کتاب هر چند معروف کفایت نمی کند. البته اینکه در هر موضوع و زمینه ای چه میزان کتاب یا مقاله محتوای قابل اتکا به ما می دهند که ما هم بتوانیم از آنها برای تحلیل خود بهره ببریم ، مطلق نیست و بستگی به قدمت موضوع ، میزان محتواهای تولید شده قبلی ، کیفیت مدنظر ما برای تولید محتوای خود و... دارد.



## انشاء با موضوع کتاب!

انشاء با موضوع کتاب و کتابخوانی



کتاب مثل اقیانوس بی کرانی است که ناشناخته های بسیاری دارد و هر کس به فراخور حالش دل به ژرفای آن می سپارد و با انبانی پر باز می گردد. در این دریای عمیق معرفت، گوهرهای نابی وجود دارد

که تنها تلاشگران چیره دست می توانند به آن دست یابند. وقتی یک کتاب را باز می کنیم از صفحه اول تا آخرین صفحه، فقط کتاب با ما حرف می زند و به ما چیز یاد می دهد؛ مثلاً شعرهای قشنگ، زندگی امامان علیهم السلام، زندگی آدم های بزرگ و موفق، مسائل علمی؛ مثل جغرافیا، ستاره شناسی و خیلی چیزهای دیگر. خواندن این همه چیزهای جورواجور باعث می شود که ما از خیلی از چیزهایی که نمی دانیم با خبر شویم. در نتیجه توی زندگی کمتر اشتباه می کنیم و زندگی بهتری خواهیم داشت. جهان صنعتی امروز مدیون دانشمندان زیادی بوده، در اثر مطالعه و کتابخوانی اختراعات و اکتشافات فراوانی بوجود آمده که نقش بسیار مؤثری را در زندگی بشر ایفا کرده است. چه بسا در اثر کتابخوانی پیشرفتهایی حاصل گردیده که جان انسانها را نجات داده یا دشواریهای زندگی را بر آنها سهل کرده است.

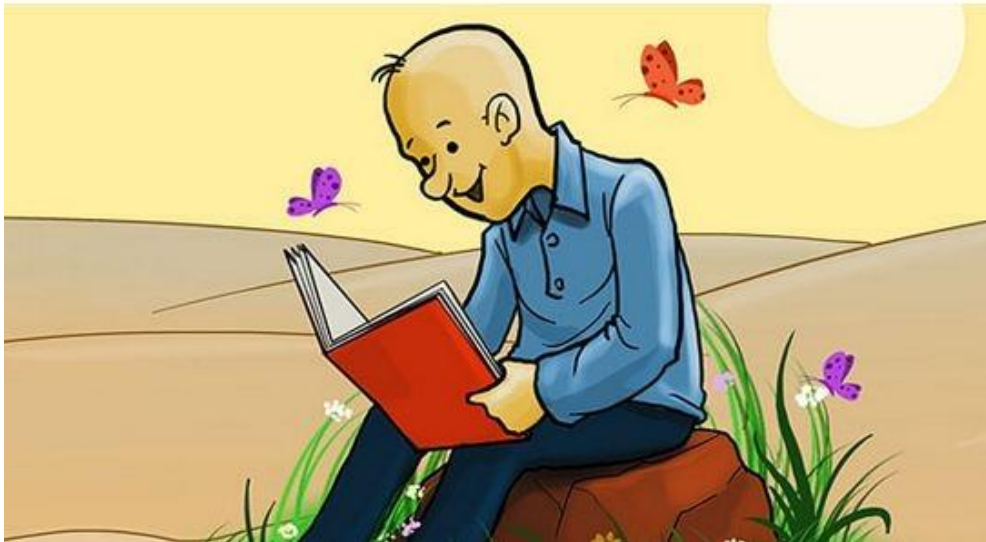
کتاب برای اینکه ما را دوست داشته باشد، سه تا شرط تعیین کرده است:

- اول اینکه همیشه آن را بخوانیم؛
  - دوم اینکه به چیزهای خوبی که یاد می گیریم عمل بکنیم؛
  - و سوم اینکه از کتاب، خوب مواظبت کنیم و آن را کثیف و پاره نکنیم.
- اگر این سه شرط را رعایت کنیم کتاب هم ما را دوست دارد.





## انشا درباره روز کتاب و کتابخوانی



واقعیت این است که نمی توان تاثیرات مثبت کتاب خوانی را در زندگی کسی منکر شد. کتابها نه فقط مرکبی نوشته شده بر کاغذ هستند، بلکه گویندگانی هستند که با شنونده خود سخن

می گویند. در واقع کتابها مثل نسیم بهاری باعث طراوت بخشیدن به روح انسان شده و تشنگی روح انسان را سیراب میکنند. در این بین کتابها اگر از خوبیها، زیباییها و راستیها بگویند، درخت زندگی، پر بار و محکم خواهد شد. کتابهای مفید و علمی، در شرافت و افتخار، برتر از حتی خون شهیدان اند و چنان گران بهایند که حضرت رسول(ص) در این مورد می فرماید: «هرگاه مؤمنی از دنیا برود و او از او یک ورق که بر آن نکته علمی نگاشته شده باشد، باقی بماند، سپری بین او و آتش جهنم خواهد بود. باید در انتخاب کتاب دقت کنیم، چرا که بعضی از کتابها خیلی عمیقند که جهان با همه وسعتش در آن گم می شود و بعضی از آنها آن قدر کوچکند که خود را به زور نشان داده اند. ممکن است نه به عمق کتابهای خیلی عمیق پی برده و نه از کوچکی کتابهای سطحی سودی ببریم. پس باید کتابی که انتخاب می کنیم مناسب با قدرت درک و فهم ما باشد. کتاب باید مفید باشد. باید وقتی کتاب می خواهی، چیزی بفهمی، چیزی را حس کنی، باید چیزی را به دست آوری، باید نفعی و معنایی ببری؛ حداقل به اندازه وقتی که گذرانده ای. باید کتابها مفید و بزرگوار باشند.



**من چیزی از گناه، سر در نمی آورم  
و تازه مطمئن نیستم که اعتقادی هم به آن داشته باشم.  
شاید کشتن ماهی، گناه بوده باشد. به گمانم گناه بوده،  
حتی اگر برای این کشته باشمش که خودم را زنده نگه دارم  
و شکم چند نفر دیگر را سیر کنم. اگر اینجور باشد،  
هر کاری گناه است. به فکر گناه نباش.  
حالا برای فکر کردن به گناه، خیلی دیر شده.  
تازه بعضی از مردم پول می گیرند تا به گناه فکر کنند.  
بگذار همان ها به فکر گناه باشند.  
تو برای این به دنیا آمده ای که ماهیگیر شوی!**

👉 **ارنست همینگوی**  
📖 **پیر مرد و دریا**



من چیزی از گناه، سر در نمی آورم و تازه مطمئن نیستم که اعتقادی هم به آن داشته باشم.

شاید کشتن **ماهی**، گناه بوده باشد. به گمانم گناه بوده، حتی اگر برای این کشته باشمش که خودم را زنده نگه دارم و شکم چند نفر دیگر را سیر کنم. اگر اینجور باشد، هر کاری **گناه** است. به فکر گناه نباش. حالا برای فکر کردن به گناه، خیلی دیر شده. تازه بعضی از مردم پول می گیرند تا به گناه فکر کنند. بگذار همان ها به فکر گناه باشند. تو برای این به دنیا آمده ای که **ماهیگیر** (گناهکار!) شوی!

👉 **ارنست همینگوی**

📖 **پیر مرد و دریا**





**گاهی انسان‌ها مانند کتاب هستند :**

✦ از روی بعضی انسان‌ها باید **مشق** نوشت؛

✦ از روی بعضی‌ها باید **جریمه** نوشت؛ بعضی آدم‌ها را باید چند بار خواند تا معنی‌شان را فهمید؛

✦ بعضی‌ها را باید برای همیشه به خاطر سپرد؛

✦ بعضی آدم‌ها را باید نخوند و دور

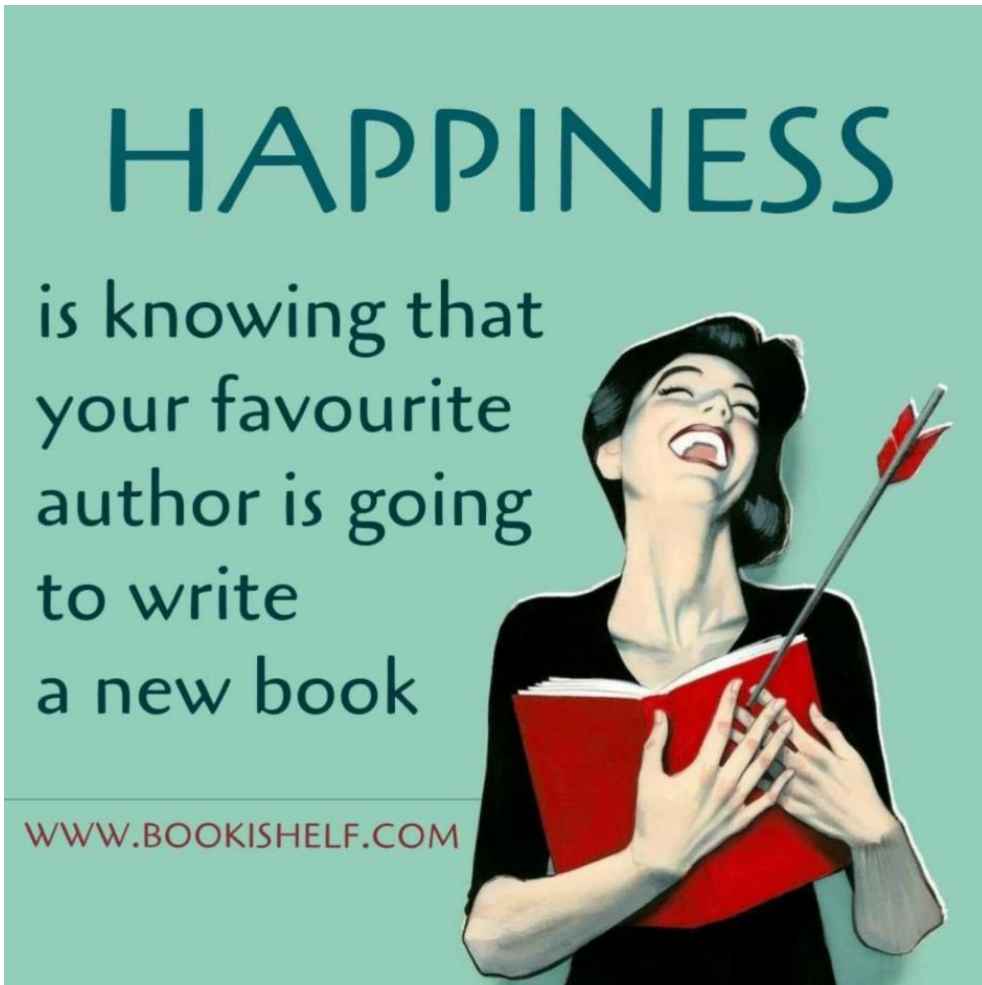
انداخت؛

✦ بعضی‌ها **جلدِ** قشنگ و شیکی دارند، اما هیچ مطلب مفیدی ندارند؛

✦ بعضی‌ها **ظاهرِ** ساده‌ای دارند، اما پر از مطالب مفیدند؛

✦ و یک کتاب هست که باید آن‌را همیشه توی قلب و روح و جسم

نگه داشت! ❤️



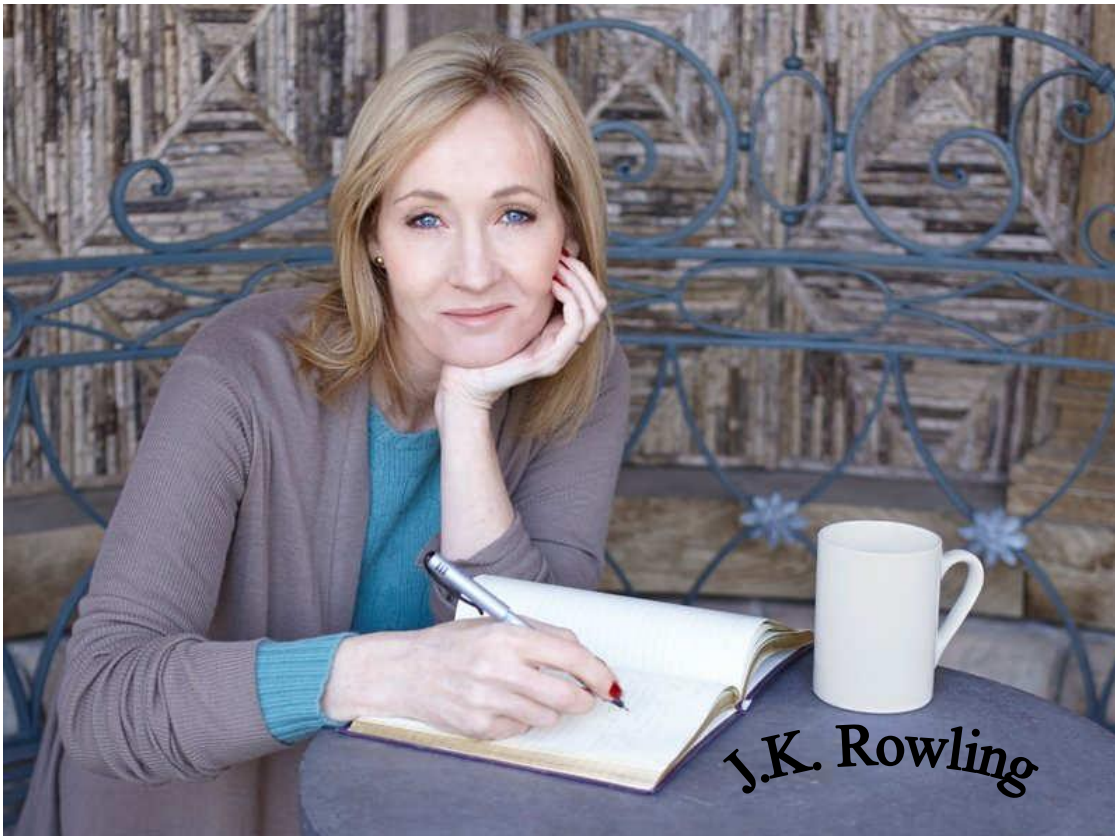


📖 قبل از عید داشتم کتابهای کتابخانهٔ کوچکمان را گردگیری می کردم. طبق معمول هر کتاب را برمی داشتم؛ عنوان آنرا نگاه می کردم؛ چند صفحه را ورق می زدم و بعد با دستمال تمیزش می کردم. توجه ام به جمله های "تقدیم و تشکری" جلب شد که نویسندگان در صفحهٔ نخست کتاب ها نوشته اند. احساس کردم به تدریج دارم قاعده ای کشف می کنم. حداقل در کتابخانهٔ من اینطور بود.

- نویسندگان زن به ندرت از همسر خود تشکر کرده یا کتاب خود را به او تقدیم کرده بودند. در مقابل نویسندگان مرد

غالباً از صبوری، همراهی و تحمل همسرشان تشکر کرده بودند! برایم این سوال مطرح شد که چرا تعداد بسیار کمی از نویسندگان زن از همسرشان تشکر می کنند؟ همانجا نشستم و به زنان و مردانی که با واسطه یا بی واسطه می شناختم فکر کردم. برخی شواهد نشان می داد که **اکثر زنان زمانی موفق شده اند کتابی بنویسند که مسئولیت های سنگین خانه کمتر شده و از شوهر خود جدا شده اند!** و بیشتر مردان هم غالباً زمانی کتاب نوشته اند که همسری بوده که مسئولیت خانه را بر عهده داشته و خیال آنان از امور خانه و حتی امور شخصی شان راحت بوده است. در بسیاری از جوامع، مشارکت اجتماعی و اقتصادی زنان در بیرون از خانه موجب آن نشد تا مسئولیت های آنان در خانه کاهش یابد. در واقع وظایف جدید بر وظایف قبلی آنان افزوده شد.





-لذا زنی که قصد دارد کتابی بنویسد باید نخست مسئولیت های خانه داری و شوهرداری! خود را انجام دهد و پس از آن اگر وقتی و حوصله ای باقی

ماند بنشیند و کتاب بنویسد. در مقابل مردان همواره از حمایت و رسیدگی همسرشان برخوردار بوده اند. در این شرایط، دو راه باقی می ماند: یا مردان بخشی از مسئولیت های خانه را بر عهده بگیرند تا خیال زنان راحت شده و کتاب بنویسند یا آنکه جدا شوند و فرصتی برای نوشتن بیابند. ( در این مورد می توان به نویسنده مشهور کتاب های هری پاتر اشاره کرد، جی کی رولینگ ) گویا کم نیستند زنان نویسنده ای که راه دوم را برگزیده اند! همزمان با این تأملات، ترانه « جانِ مریم » هم به گوش می رسید:

**بیا رسید وقتِ درو، مالِ منی از پیشم نرو      بیا سرِ کارمون بریم، درو کنیم گندمارو**

با خودم گفتم عشق ورزی ما مردان هم چقدر عجیب و جالب است! به معشوق می گوئیم: تو مال من هستی. از پیش من نرو. چون وقت درو رسیده است و باید برویم سر کار و گندم ها را درو کنیم. لطفا بمان و هنگامی که کار درو تمام شد هر کجا خواستی می توانی بروی !

فریدین علیخواه - استادیار دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه گیلان







با وجود این، افزایش دوره تحصیل در مدارس به مدت یک سال، موجب افزایش درآمد افراد به میزان نه درصد شده است. البته افرادی که در کودکی به تعداد کمی کتاب دسترسی داشتند، در نتیجه افزایش یک سال تحصیلی، تنها پنج درصد درآمد اضافی به دست آورده اند؛ اما میزان افزایش درآمد در اثر یک سال تحصیل بیشتر، برای افرادی که

در زمان کودکی به تعداد زیادی کتاب دسترسی داشتند، به بیست و یک درصد می‌رسد. همچنین این افراد فرصت‌های شغلی بیشتر و بهتری را در شهرها به دست آورده اند. به اعتقاد محققان علت تاثیرگذاری میزان دسترسی به کتاب در میزان درآمد افراد، تشویق آنها به مطالعه و بهره‌مندی از تاثیرات مثبت مطالعه است؛ با وجود این ممکن است دسترسی یک کودک ده ساله به یک کتابخانه پر از کتاب، شاخصی از برتری اجتماعی و اقتصادی خانواده وی محسوب شود.





اگر روزی بمیرم تمام کتاب هایی را که دوست دارم با خودم خواهم برد. قبرم را از عکس کسانی که دوستشان دارم پر خواهم کرد و خوشحال از اینکه اتاق کوچکی دارم بی آنکه از آینده وحشتی داشته باشم. دراز می کشم.

سیگاری روشن می کنم و به خاطر همه دخترانی که دوست داشتم در آغوش بگیرم گریه خواهم کرد اما درون هر لذت، ترسی بزرگ پنهان

شده است. ترس از اینکه صبح زود کسی شانه ات را تکان بدهد و بگوید: بلند شو  
سایبر! باید برویم سر کار ...

کتاب: می ترسم بعد از مرگ هم کارگر باشم – سایبر هاکا

**عشق در کتاب ها نیست! عاشقان بزرگ، خواندن بلد نبودند. نزار قبانی**







بعضی وقت ها، هرچقدر هم که کتاب خوانده باشی، هر اندازه که اطلاعاتت زیاد باشد، باز هم نمی توانی بعضی جاهای خالی را با معلوماتت پر کنی! جای خالی هایی هستند که فقط با **امید** پر می شوند، با **تلاش** و پشتکار معنی

پیدا می کنند، و تو انتهای جمله را با فعل رسیدن کامل خواهی کرد... پس به یاد داشته باش، و جاهای خالی را با ممارست پر کن...

( با کتاب عشق پر کن ❤️ ) ساغر سردشتی





هر چه کتاب می خواندم جلوی پنجره می چیدم؛ روز به روز اتاقم تاریک می شد، فکرم روشن...!

اگر هزار جلد کتاب بخوانید، دیگر با کسی بحث نمی کنید و سکوت پیشه می کنید...

یکی از کارهای مشهور بیل گیتس «**هفته‌های تفکر**» بود که طی آن‌ها از وظایف کاری‌اش در مایکروسافت دوری می‌گزید و به همراه چندین کتاب و قلم و کاغذ به یک کلبه پناه می‌برد. هدفش از انجام چنین کاری تفکر عمیق پیرامون مسائل

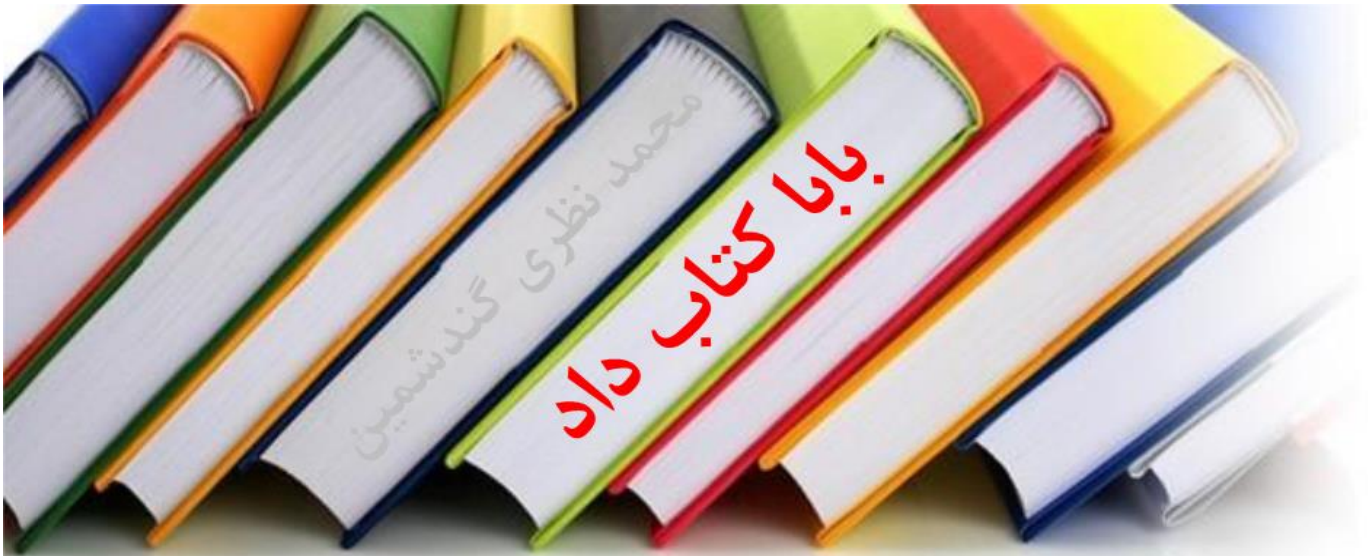
بغرنجی بود که فراروی مایکروسافت قرار داشتند. شاید عین همین کار را در مقرّ مرکزی شرکت هم می‌توانست انجام دهد اما با پناه بردن به یک کلبه، تمام حواس پرت‌کن‌ها را منحرف می‌کرد و برای تمرکز کردن خود را در موقعیت بهتری قرار می‌داد. 🧘 درست مطابق آنچه جی کی رولینگ نویسندهٔ مجموعه داستان‌های هری پاتر هنگامی که به هتلی پنج ستاره در ادینبورگ رفت تا آخرین جلد از آن مجموعه را تمام کند، بر زبان راند: «اگر تغییری بنیادین در فضای معمول کاری خود ایجاد کنید، انگیزه و فرصت‌های خود را برای درگیر شدن در کار عمیق افزایش داده‌اید.» 📖 کار عمیق 🧘 کال نیوپورت





زندگی شما مثل یک کتاب است. صفحه عنوان آن نام شماست. مقدمه آن معرفی شما به دنیاست. صفحات آن گزارش روزانه تلاش‌ها، کوشش‌ها، لذتها و یأس‌های شما می‌باشد. هر روز افکار و اعمال شما در کتاب زندگی تان ثبت می‌گردد. هر ساعت تاریخچه‌ای به وجود می‌آید که باید برای همیشه باقی بماند. روزی فرا می‌رسد که کلمه پایان باید روی کتاب شما نوشته شود. پس کاری کنید که در مورد کتابتان بگویند: تاریخچه‌ای است از هدف عالی، خدمت بی‌دریغ و کارکرد بسیار خوب. 📖 میجی استوارت 📖 همه چیز امکان‌پذیر است





# بابا فکر داد

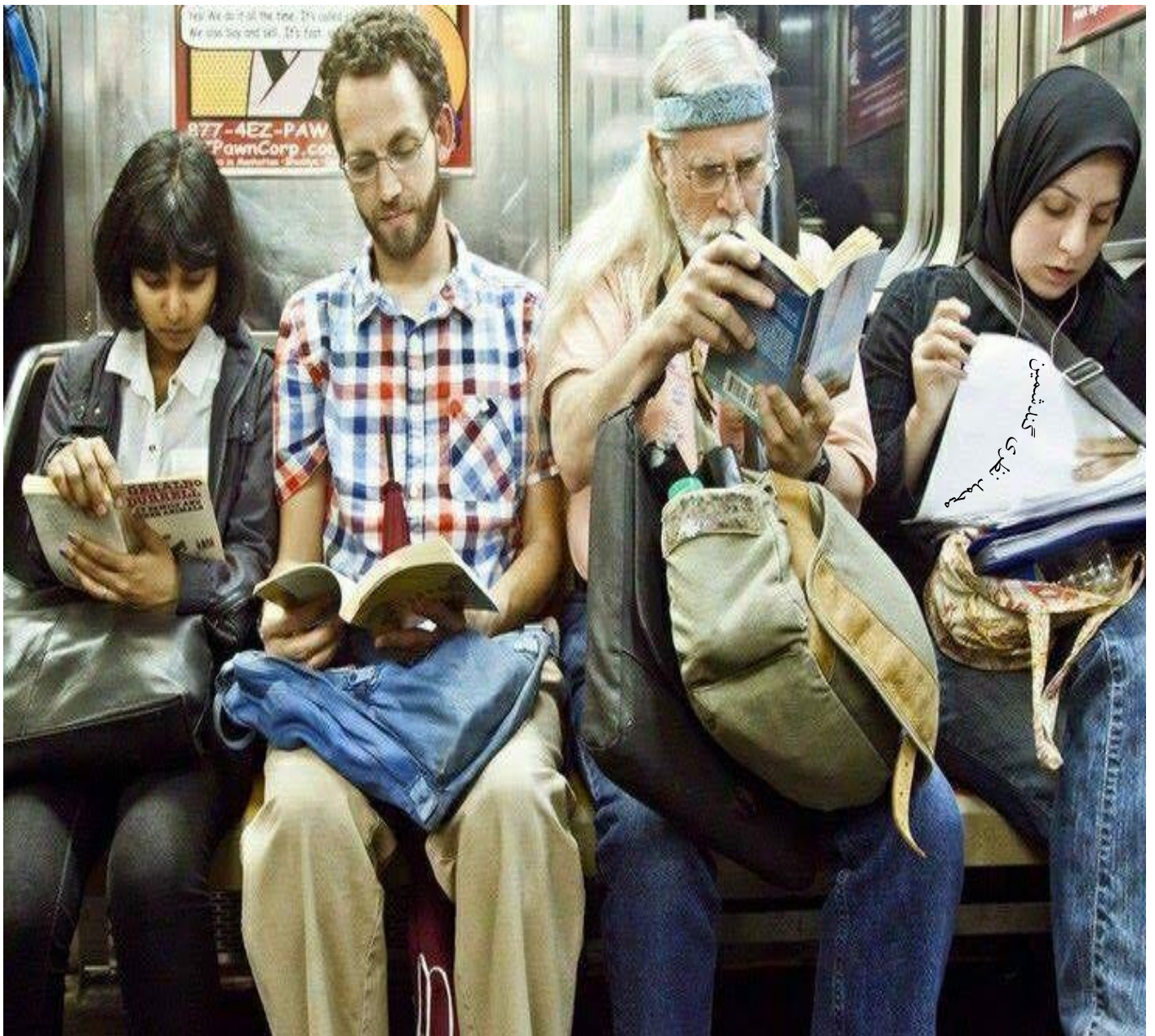
–یسوادان قرن ۲۱ کسانی نیستند که نمی توانند بخوانند و بنویسند، بلکه کسانی هستند که نمی توانند آموخته های کهنه را دور بریزند، و دوباره بیاموزند... – الوین تافلر<sup>۲</sup>

–سواد، حاصل خواندن زیاد نیست. بلکه حاصل تعمق و تفکر در آن چیزی است که خوانده شده است .. کارل هیلتی  
–امروز فرد تحصیلکرده ی واقعی کسی است که یادگرفته دائما در زندگی آموزش ببیند. پیت دراگر

<sup>2</sup> - Alvin Toffler.



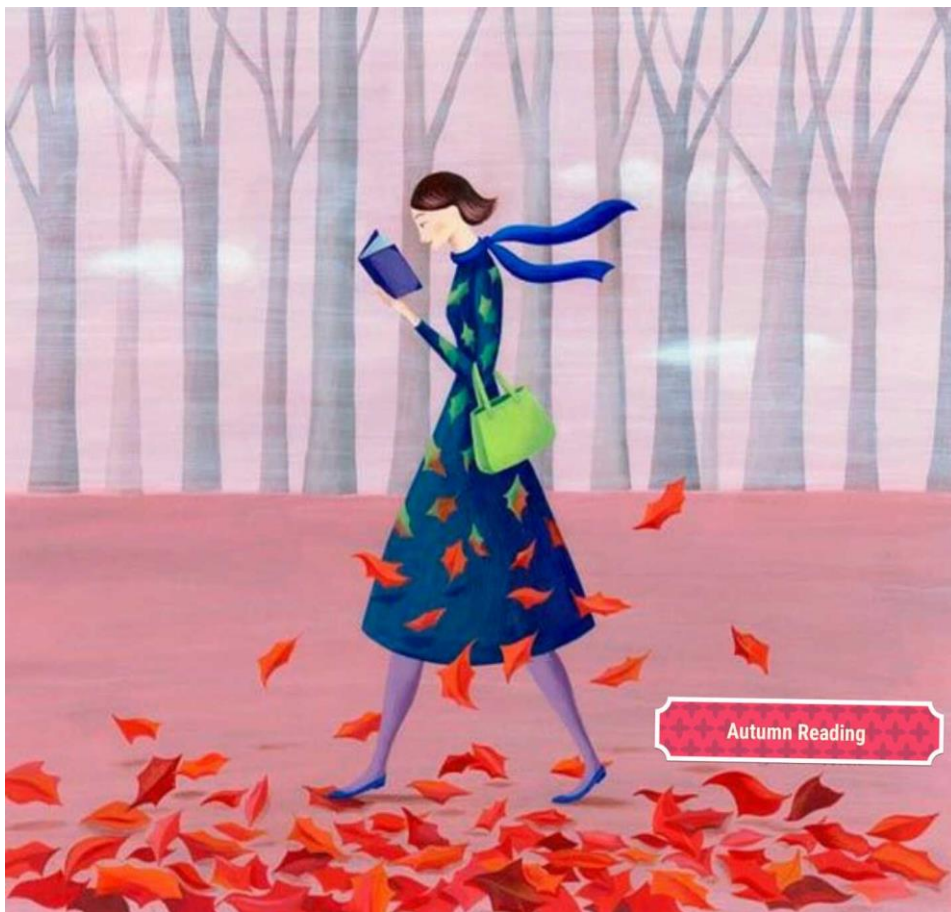
مردم یک جامعه وقتی کتاب می خوانند، چهره‌ی آن جامعه را عوض می کنند، یعنی به جامعه‌شان چهره می دهند. یک جامعه‌ی بی چهره را می شود در میان مردمی کشف کرد که در اتوبوس، در صف اتوبوس، در اتاق‌های انتظار و در انتظارهای بی‌اتاق منتظرند و به هم نگاه می کنند و از نگاه کردن به هم نه چیزی می گیرند و نه چیزی می دهند. جامعه‌ای که گروه منتظرانش به هم نگاه می کنند جامعه‌ی بی چهره‌ای است. **یدالله رویایی**



## فواید کتاب‌خوانی از نظر روزنامه‌ی فرانسوی فیگارو

۱. مطالعه یک **فرایند فعال ذهنی** است.
۲. مطالعه پایه‌های **مهارت** را فعال می‌سازد.
۳. مطالعه **دایره‌ی واژگان** شما را وسعت می‌بخشد.
۴. مطالعه این امکان را به شما می‌دهد تا به صورت اجمالی با سایر **فرهنگ‌ها** و مناطق آشنا شوید.
۵. مطالعه **تمرکز** را افزایش می‌دهد.
۶. مطالعه باعث ایجاد **اعتماد به نفس** می‌شود.
۷. مطالعه **انضباط فردی** را افزایش می‌دهد.
۸. مطالعه **خلاقیت** را افزایش می‌دهد.
۹. مطالعه این امکان را به شما می‌دهد تا در رابطه با موضوعی **صحبت** کنید.
۱۰. مطالعه‌ی کتاب **سرگرمی** ارزانی است.
۱۱. مطالعه این امکان را به شما می‌دهد تا به اختیار خود مطالب را بیاموزید.
۱۲. مطالعه **قوای استدلال** شما را افزایش می‌دهد.
۱۳. مطالعه باعث می‌شود تا **اشتباهات مان کاهش** پیدا کند.
۱۴. مطالعه **کسالت** را کاهش می‌دهد.
۱۵. مطالعه می‌تواند زندگی شما را **تغییر** دهد.
۱۶. مطالعه **استرس** را کاهش می‌دهد.
۱۷. مطالعه شما را از **مضرات دنیای دیجیتالی** دور می‌سازد.
۱۸. مطالعه‌ی کتاب همواره از **تماشای فیلم** بهتر است.
۱۹. مطالعه **مشارکت ذهنی** ایجاد می‌کند.





**به آرامی آغاز به مردن می‌کنی**

اگر سفر نکنی

**اگر کتاب نخوانی**

اگر به اصوات زندگی گوش نکنی

اگر از خودت قدردانی نکنی

**به آرامی آغاز به مردن می‌کنی**

زمانی که خودباوری را در خودت بکشی

وقتی نگذاری دیگران به تو کمک کنند

**به آرامی آغاز به مردن می‌کنی**

اگر برده عادت‌های خود شوی

اگر همیشه از یک راه تکراری بروی

اگر روزمرگی را تغییر ندهی

اگر رنگ‌های متفاوت به تن نکنی

یا اگر با افراد ناشناس صحبت نکنی

**تو به آرامی آغاز به مردن می‌کنی**

اگر از شور و حرارت

از احساسات سرکش

و از چیزهایی که چشمانت را به درخشش وامی‌دارند

و ضربان قلبت را تندتر می‌کنند

دوری کنی

**تو به آرامی آغاز به مردن می‌کنی**

اگر هنگامی که با شغلت، یا عشقت شاد نیستی، آن را عوض نکنی

اگر برای مطمئن در نامطمئن خطر نکنی

اگر ورای رؤیاهایت بروی

اگر به خودت اجازه ندهی

که حداقل یک‌بار در تمام زندگیت

ورای مصلحت‌اندیشی بروی

امروز زندگی را آغاز کن

امروز مخاطره کن

امروز کاری بکن

**نگذار که به آرامی بمیری**

شادی را فراموش نکن

🕋 پابلو نرودا

🕋 با ترجمه احمد شاملو



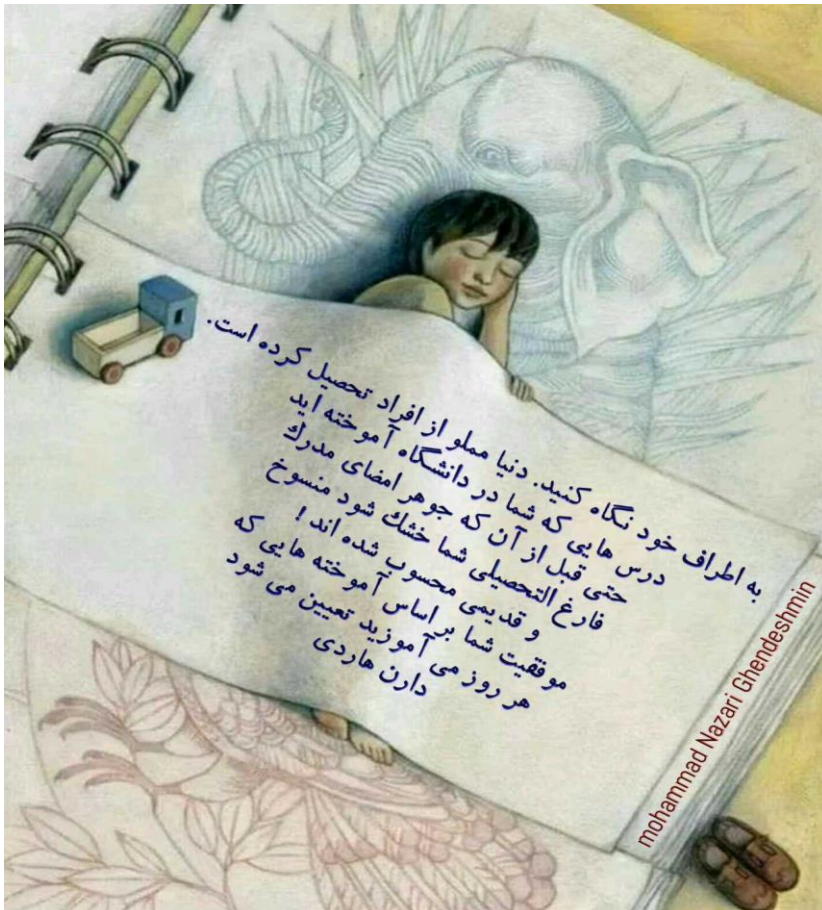


آدمی را می توان شناخت: از کتاب‌هایی که می خواند و دوستانی که دارد و ستایش‌هایی که می کند و لباس‌هایش و سلیقه‌هایش و از داستان‌هایی که نقل می کند و ظاهر خانهاش ، زیرا هیچ چیز بر روی زمین مستقل و مجرد نیست بلکه همه‌ی چیزها تا بی نهایت با هم پیوند و تاثیر دارند.

## رالف والدو

به اطراف خود نگاه کنید. دنیا مملو از افراد تحصیل کرده است. درس‌هایی که شما در دانشگاه آموخته اید حتی قبل از آن که جوهر امضای مدرک فارغ التحصیلی شما خشک شود منسوخ و قدیمی محسوب شده اند! موفقیت شما بر اساس آموخته‌هایی که هر روز می آموزید تعیین می شود

## دارن هاردی



به اطراف خود نگاه کنید. دنیا مملو از افراد تحصیل کرده است. درس‌هایی که شما در دانشگاه آموخته اید حتی قبل از آن که جوهر امضای مدرک فارغ التحصیلی شما خشک شود منسوخ و قدیمی محسوب شده اند! موفقیت شما بر اساس آموخته‌هایی که هر روز می آموزید تعیین می شود دارن هاردی





## ✳️ ما بی نظیریم...

هیچ زمانی برای یادگیری دیر نیست. انصافاً در طی سالهای اخیر، زمان زیادی را از دست داده ایم و موضوع آموزش را خیلی جدی نگرفته ایم. معمولاً مواضع مختلفی در قبال مقوله ی یادگیری اتخاذ می کنیم که برخی از آنها به شرح زیر است:

(۱) همچنان به روند قبلی ادامه داده، هیچ عکس العملی نه مثبت و نه منفی نشان نداده و به عبارت عامیانه، بی خیالی طی می کنیم؛

(۲) مدام نقدهای کوبنده ارایه می کنیم و جز شکایت، به **فکر حرکت** دیگری نیستیم؛

(۳) سعی می کنیم در جریان هایی مثبت خود را قرار دهیم که عمدتاً دیری نمی پاید و صرفاً با رد و بدل کردن پیامهای زیبا و در حد حرف زدن، خود را دلخوش کرده ایم؛

(۴) و یا مانند عده ی معدودی، نقش خود را پررنگ کرده، دایماً در حال یادگیری موثر و با کیفیت هستیم و انتقال تجربیات و دانسته ها را امری اساسی می دانیم.

اتخاذ هر یک از روشهای بالا، منجر به نتایج مقتضی خود خواهد شد. انتخاب با ماست که چگونه عمل نماییم و چه خروجی هایی دریافت کنیم. از آنجا که خروجی کلی و

نهایی در تمام زمینه ها در جامعه، برابری خروجی تک تک هر یک از ما است، پس موظفیم به نقش خود در جامعه به گونه ای درست بنگریم. در واقع مجبوریم که خود را

موثر دانسته و در حوزه ی آموزش و یادگیری، انفعالی عمل نکنیم. اگر سطح رضایت عمومی از وضعیت اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ... بالا نیست، قبل از اینکه فرد یا

سازمانی را مقصر قلمداد کنیم، باید و باید نخست به خودمان نگاه کنیم. تا هر زمانی که فقط غر بزنییم، شکایت کنیم، مدام اخبار منفی و به درد نخور منتقل کنیم، تحرکی

نداشته باشیم، آموزش را مسخره کنیم، فقط و فقط به پول بیندیشیم (هر چند که پول



اهمیت زیادی دارد) و سایر مسایل را فدای آن کنیم، آب از آب تکان نخواهد خورد و اوضاع، به مراتب بدتر خواهد شد.

✿ تا زمانی که مطالعه و کتاب، ارج و قربی نداشته باشد، هنر به معنای واقعی (نه تفریحی) نزد مردم جایگاهی نداشته باشد، هزینه کردن برای سینما رفتن برایمان سخت باشد، توجه به ورزش و شادابی بدن در اولویت نباشد، مشارکت در برنامه های اجتماعی و همونوع دوستی برایمان مهم نباشد، اهمیت مدرک از کیفیت آموزش مهم تر باشد، منافع شخصی، تمام قد، نسبت به منافع عمومی از اولویت بیشتری برخوردار باشد، پرداختن به هجویات و چرندیات بخش جدایی ناپذیر زندگی مان باشد، هیچ و هیچ و هیچ اتفاقی نخواهد افتاد. با هم تعارف نکنیم و مدام از دیگران (تک تک افراد، خانواده، جامعه و ...) شکایت نکنیم. خود را قاضی کنیم و یک ارزیابی کلی از خودمان داشته باشیم. هرگاه روی خود کار کردیم و در تمام زمینه های گفته شده و ارتقای فرهنگ شخصی و عمومی مان فعالانه حرکت کردیم، هر گاه توانستیم به عنوان یک شهروند و عضو اجتماع، وظایف خودمان را در سطح قابل قبولی انجام دهیم، حال می توانیم نقد هم کنیم. هر چند در صورتی که به آن جایگاه درست فردی و اجتماعی برسیم، بیشتر از اینکه لب به شکایت باز کنیم، بذر می کاریم و بیشتر از اینکه غر بزیم، فرهنگ سازی می کنیم.

با خود تعارف نکنیم. اگر خواهان رشدیم، باید از خودمان شروع کنیم و به این نکته برسیم که بند بند ساختار جامعه، از تک تک ما شکل گرفته و کیفیت ما، تعیین کننده ی کیفیت کلی جامعه خواهد بود. بیایید با کیفیت باشیم.

به امید آن روز... ( احمد هژبری)



## 🌟 کوچ علم از دانشگاه



🌟 چرا کانادا، فرانسه، استرالیا، انگلستان، ژاپن و ... همانند ایران آمار تولید علم خود را منتشر نمی کنند؟ محال است آمار تعداد مقالات منتشر شده ژاپن را بیابید. چرا؟ چرا فقط کشورهایمانند پاکستان، برزیل و هند عطش آمار مقالات دارند؟

🌟 جالب است بدانیم که ما تنها کشوری هستیم که رشته علم سنجی در آن دایر است؛ چراکه فقط ما سرگرم علم سنجی

خودمان هستیم. ما بالاترین انتشار مقالات در این حوزه را در اختیار داریم. 🌟 هدف علم سنجی که از حوزه کتابداری آمده است، در واقع مجله سنجی است نه حقیقت علم. علم سنجی قدرت تحلیل محتوای علم را ندارد. مبدع این اصطلاح اصلاً چنین منظوری نداشته است. علم سنجی صرفاً بیانگر شاخص های کمی است نه کیفی. 🌟 در سنت های اصیل علمی، تولید مقاله هیچ گاه نشان دهنده تولید علم نبوده است. راجرز کتابی نوشته به نام اشاعه نوآوری. تا به حال ۲۵۰۰ مقاله در خصوص این کتاب منتشر شده است. این مقالات تولید علم نیست، یک مناقشه علمی است. این نبردهای علمی زمینه ساز تولید علم است نه الزاما خود علم.



❗ اگر این نامه ارتقا تا ده سال دیگر همین باشد، ما علاوه بر سرآمدی در تولید مقاله، بیشترین استاد تمام دنیا را نیز خواهیم داشت!

❗ کشوری مثل انگلستان بیش از سی سال است که از سنت **publish or perish** گذشته است.

❗ حدود ۴۰۰ جایزه علمی در دنیا وجود دارد که هیچ یک از شاخص های ISI استفاده نمی کنند.

❗ در سنت پژوهشی انگلستان اصلاً به شاخص های ISI، ضریب تأثیر و مانند آن توجهی نمی شود. آنها مجدد به ارزیابی مقالات به شیوه خودشان مبادرت می کنند و به پرداخت پژوهانه و مانند آن .. اقدام می کنند.

❗ نظام رتبه بندی دانشگاه های ایران بر اساس نظامی است که خارج از ایران برنامه ریزی می شود و ما بین المللی کار کردن را با اعمال این شاخص ها اشتباه گرفته ایم در حالی که خود آمریکا که واضع ISI است، به طور ناچیز از این نظام استفاده می کند.

❗ ایران از بیانیه سانفرانسیسکو که هشدار می داد به همه بود درس نگرفت. در این بیانیه بیش از چند هزار دانشمند و پژوهشگر و حدود ۸۰۰ مجله علمی معتبر دنیا اعلام کردند که مبنا را در ارزیابی ها بر اساس مجلات قرار ندهید.

❗ از یکی از اساتیدی که ۴۰۰ مقاله بین المللی داشتند سوال کردم فقط یکی از مشکلاتی را که در کشور حل کرده اید نام ببرید؟ پاسخ سکوت بود.

❗ از مدیران کشور ۹۷٪ از مقالات ISI استفاده نمی کنند، ۹۳٪ نیز مجلات داخلی را نه می شناسند و نه از آنها استفاده می کنند؟! برای چه کسی می نویسیم؟

❗ وقتی شاخص ارزیابی اچ اندیکس شد، پژوهشگر با چه انگیزه ای روی پروژه ملی کار کند؟! دلیل عمده این اتفاق این است که قاطبه افراد تنها به فکر ارتقای خویش هستند  
نه کشور. (مسعود پاشایی)



## شصت کتاب از نویسندگان زن که هر مردی باید بخواند



ناامید از فهرست‌ها

کتاب‌های خوب بیشتر از آن چیزی هستند که هرگز فرصت خواندن آن‌ها را پیدا کنید



فهرست کتاب یکی از قدیمی‌ترین شکل‌های نقد ادبی است. فهرست‌های کتاب به ما می‌گویند آن را نخوانید، این را بخوانید. همین سادگی جذبه‌ای مقاومت‌ناپذیر دارد. شما به فراست نقادانه‌ای اعتماد می‌کنید که در پس تهیه این فهرست‌ها نهفته است. هرچند اغلب معلوم می‌شود فراست یک خواننده همتای تعصب کورکورانه دیگری است. نباید همه را برای گذراندن دوره‌ای مشابه در مطالعه تحت فشار گذاشت. شاید این فهرست‌ها فقط کمک کنند که فهرست خودتان را بیابید.

**تی.ال.اس** — فهرست کتاب یکی از قدیمی‌ترین و حيله‌گرانه‌ترین شکل‌های نقد ادبی است. اما شاید مشهورترین آن‌ها **فهرست کتاب‌های ممنوعه<sup>۱</sup> واتیکان** باشد که قرن‌ها تقویت شده و آن قدر به حیات خود ادامه داده که **جنس دوم<sup>۲</sup> سیمون دوبوار و آخرین وسوسه مسیح<sup>۳</sup> نیکوس کازانتزاکیس** را در خود بگنجانند. انگیزه‌ای که در پس نسخه مدرن، سکولار و ظاهراً ادب‌دوست فهرست کتاب است همچنان آرامش را بر هم می‌زند: ظاهراً می‌گویند آن را نخوانید، این را بخوانید. همین سادگی جذبه‌ای مقاومت‌ناپذیر دارد و شما به فراست نقادانه‌ای اعتماد می‌کنید که فرضاً در پس تهیه این فهرست‌ها نهفته است. هرچند اغلب معلوم می‌شود فراست یک خواننده همتای تعصب کورکورانه دیگری است.

قرن نوزدهم شاهد ظهور بازار انبوه کتاب بود که رشد بازار فهرست کتاب را ایجاب می‌کرد و آن پدیده طلایه‌دار رواج این ژانر در قالب دیجیتال بود. در میان این وفور نعمت جدید، خوانندگان (و شاید، به طور خاص، خوانندگان خودآموز) ظاهراً برای انتخاب چیزی برای خواندن به راهنمایی حرفه‌ای نیاز داشتند. از این رو، نشریاتی چون **صد کتاب برتر<sup>۴</sup>**، که **پال مال گارت<sup>۵</sup>** در ۱۸۸۶ منتشر کرد، طی چند هفته بیش از چهار هزار نسخه فروش داشتند؛ **مری الیزابت بردون**، در این نشریه، **جین آستن و جورج الیوت** را در کنار یازده رمان‌نویس مرد (و بدون ذکر نام هیچ شاعر زن) پیشنهاد کرد و **ویلیام**



**موريس** فهرستی مستقل عرضه کرد که از کتاب مقدس و *بئوولف* تا راسکین و کارلایل را در بر می‌گرفت (و نوشت: «نمی‌دانم چطور این آثار را طبقه‌بندی کنم»). و متعاقب آن، صد اثر برتر از نظر کلمنت کی. **شورتر در بوکمن**<sup>۶</sup>، در ۱۸۹۸، منتشر شد که با **دن کیشوت**<sup>۷</sup> آغاز و با خبرهایی از **هیچ‌کجا**<sup>۸</sup> اثر **ویلیام موريس** که به تازگی در گذشته بود، تمام می‌شد. میان فهرست‌های گردآوری‌شده در قرن نوزدهم و فهرست‌های اوایل قرن بیست‌ویکم تفاوت‌های آشکاری دیده می‌شود، اما حال و هوای کلی همان است که بود.

افسوس، پیامی که از چنین فهرست‌هایی دریافت می‌کنم ناامیدکننده است: ظاهراً می‌گویند کتاب‌های خوب بیشتر از آن چیزی هستند که هرگز فرصت (یا حتی تمایل) خواندن آن‌ها را پیدا کنید. از فهرست‌های بردون‌ها و موريس‌های مدرن هم که بگذرید و به سراغ رأی مردمی بروید باز چیزی عوض نمی‌شود. مثلاً، در *گودریدز* فهرست «بهترین‌ها» بی است که «بهترین کتاب‌های قرن بیست‌ویک» نام دارد. آخرین باری که نگاهی به این فهرست انداختم، ۷۳۰۳ کتاب را شامل می‌شد. «کتاب‌هایی که هرکس باید دست‌کم یک بار بخواند»، ۱۶۴۷۱ عنوان بودند که در صدر **آن‌ها کشتن مرغ مقلد**<sup>۹</sup> و قدری رمان دربارهٔ شخصیت یک پسر جادوگر بود. افراد در این فهرست آن قدر به کتاب **مورمون**<sup>۱۰</sup> («مترجم»: جوزف اسمیت، پسر) رأی داده بودند که در شمار صد کتاب برتر قرار گرفته بود.

از این رو، شاید نگاه به فهرست‌هایی مناسب نیازهایم مفیدتر و انگیزاننده‌تر باشد. مثلاً فهرست بهترین رمان‌های جنایی انتشار یافته از سوی انجمن نویسندگان جنایی چطور است؟ در صدر این فهرست **دختر زمان**<sup>۱۱</sup>، اثر **ژوزفین تی**، نشسته است. یا فهرست صد کتاب قرن لوموند (که شاید کتاب *پرطرفدار بچه‌های نیمه‌شب*<sup>۱۲</sup> را بی‌خیال شوم و عاشق **لیدی چترلی**<sup>۱۳</sup> را حذف کنم تا جا برای اثری دیگر از دی ایچ لارنس باز شود)؟



فهرست مفیدی هم در مجله *اسکوایر*<sup>۱۴</sup> است: «هشتاد کتاب برتر که هر مردی باید بخواند». همان طور که **ربکا سولنیت** در پاییز گذشته در سایت *لیت هاب*<sup>۱۵</sup> متوجه شد، این فهرست برای او نبود. این فهرست نظر به خوانندگان مرد (آقایان، همان مخاطبان مجله *مردانه / اسکوایر...*) تهیه شده بود. سولنیت یادآور شد که، بر این اساس، خوانندگان مرد نباید فقط کتاب‌های «متفاوت» زنان را بخوانند، بلکه باید تا حد زیادی خود را به خواندن کتاب‌های نویسندگان مرد محدود سازند. بنابراین **فلنری اکبر** تنها استثنا در فهرستی است که (به شکل بی نام) بر مبنای اشتیاق صرف مردانه گردآوری شده است. این فهرست آثار بحث‌ناپذیر کلاسیک **داستایوفسکی** و **همینگوی** را شامل می‌شود (**زنگ‌ها برای که به صدا درمی‌آیند**<sup>۱۶</sup> «درس مردانگی» است) اما **همچنین افسانه‌های خزان**<sup>۱۷</sup> **جیم هریسون** را نیز در خود دارد، تنها به این دلیل که «هریسون بسیار مذکر و خام و سرسخت است». کسی مخالف هریسون نیست، اما این روند خیلی زود ملال‌آور می‌شود. آن‌طور که سولنیت می‌نویسد: «کتاب‌های خوب و فوق‌العاده‌ای در فهرست *اسکوایر* به چشم می‌خورند، اما حتی **موبی‌دیک**<sup>۱۸</sup>، که عاشق آن هستیم، برای من یادآور این است که کتابی که زنی در آن نیست اغلب اثری دربارهٔ انسانیت فرض می‌شود، اما کتابی که زنان را مرکز توجه قرار داده کتابی زنانه قلمداد می‌شود». برای تعقیب گردآوردگان بی نام این فهرست و برچسب زدن بر آن‌ها با عناوین صد پتیارهٔ برتر انگیزهٔ کافی داریم.

این امور بی ارزش بودند، اگر این موارد صحت نداشتند: ۱. ظاهراً فهرست کتاب‌ها حتی بیشتر از قبل به شکلی شبه آموزشی با ما مانده‌اند؛ و ۲. ظاهراً این فهرست خاص از نکته‌ای حیاتی دربارهٔ ادبیات تخیلی غافل شده: {اینکه این ادبیات} به سادگی، راه‌های گوناگونی را نشان می‌دهد که دغدغهٔ اصلی در آن‌ها شما نیستید. در واقع، ادبیات تخیلی دیگر شیوه‌های بودن و دیدن جهان را پیشنهاد می‌دهد، حتی دیدن جهان





مردان از دریچه‌ای متفاوت؛ (سرنخی که شاید به ذهن کسی برسد در واژه «تخیلی» است). و، در نهایت اینکه، ۳. من تسلیم می‌شوم، این چیزها به همان اندازه که یأس آورند می‌توانند فریبنده باشند.

با این حال، همان‌طور که اخیراً تاریخ‌دانی به نام **لوسی ورسلی** بیان کرد، این نوع سوگیری سال به سال در جای خود باقی است. اعلام سالانه کتاب‌های سال در رسانه‌ها گونه دیگری از این فهرست است، البته از جنس فهرست‌هایی که مایل‌اند از نظرات نویسندگان حمایت کنند، تا مراجع ناشناخته و با این حال، همان‌طور که ورسلی بیان می‌کند، ممکن است چنین فهرست‌هایی نیز سوگیری خاص خود را داشته باشند. او نوشت: «هشت کتاب از نه کتاب تاریخ سال در تایمز امروز و همین‌طور ۱۹ کتاب از ۲۱ کتاب **تلگراف** امروز آثار مردان هستند» و ادامه داد: «من را که تحت تأثیر قرار نداد.» یک هشتگ توئیتر را دنبال کنید، **#HistoryBooksbyWomen**، که در زمان نوشتن این یادداشت ادامه دارد و مردان و زنان، در حجم وسیعی، درباره‌اش توئیٹ کرده‌اند و کتاب‌هایی را در تمام زمینه‌ها پیشنهاد داده‌اند. شاید این فهرست رو به تکامل در نهایت برای خوانندگان علاقه‌مند مفیدتر باشد تا توصیه‌هایی که الهام‌بخش شکل‌گیری آن بودند. (همچنین، به هشتگ **#readwomen** رجوع کنید که از مدت‌ها پیش رواج داشته و مدام پیشنهادهای جدید و جذابی برای خواندن ارائه می‌کند).

در هماهنگی با حال و هوای «هم خدا را خواستن و هم خرما را» که بر این دوران شکست از جنبش خروج بریتانیا از اتحادیه اروپا (برگزیت) حاکم است، فهرست خود را عرضه می‌کنم. بله، فهرست تجویزی دیگری از عناوین، این بار با این هدف که فهرست مردانه سال گذشته تکمیل شود (بنابراین فلنری اُکُنر حذف می‌شود)؛ این مطلب وبلاگی، که سال گذشته با الهام از جایزه گلداسمیت نوشته شد، نمونه‌ای با همین موضوع است. هدف آن است که گزیده‌ای (مدیریت‌پذیرتر) از شصت کتاب، صرفاً



داستانی، جدید و قدیمی، بدون هیچ ترتیبی ارائه شود که تنها پیرو بازخوانی‌ها، توصیه‌ها و سلیقه کج خودم است. به نظرم در اینجا خودسری هوسبازانه محض جای پیش‌بینی‌پذیری اغلب فهرست‌هایی از این جنس را می‌گیرد. حتی لحظه‌ای وانمود نمی‌کنم که این فهرست جامع است و {قبول دارم} از برخی (البته نه تمام) ذخیره‌های بدیهی در فهرست «بهترین‌ها»، مانند هارپر لی، چشم پوشیده‌ام و به قرن گذشته چسبیده‌ام؛ و برخی نویسندگان با آثاری در اینجا معرفی شده‌اند که بازخوان‌های تی.ال.اس آن‌ها را از گزیده‌های مشهورترشان جذاب‌تر دانسته‌اند. البته، برخی از قلم‌افتادگی‌ها و غفلت‌های چشم‌گیر صورت گرفته است (شخصیت‌های فوق‌العاده‌ای چون آیوی کامپتون برنت، آنتونی وایت و بسیاری دیگر، یعنی کسانی که می‌شود گفت می‌توانستند به تنهایی فهرستی را تکمیل کنند)، که تعدادشان به گمانم لابد چندین برابر کتاب‌هایی است که جایشان در این فهرست خالی است. سوگیری این فهرست به سمت غرب و گذشته نزدیک است. البته، حذف در اینجا نباید به منزله تبعید آن آثار به نمایه‌ها تلقی شود، بلکه این آثار همان نقاطی هستند که می‌توان از آن‌ها آغاز کرد. نباید همه را برای گذراندن دوره‌ای مشابه در مطالعه تحت فشار گذاشت. تنها شاید بتوان گفت اجازه دهید این فهرست کمک کند فهرست خودتان را بیابید...

«شصت کتاب برتر نویسندگان زن که هر مردی باید بخواند (اما همواره می‌تواند به آن‌ها بی‌توجه باشد و به فیلیپ راث بچسبد)»

(۱) **ریچل فرگوسن، چنگی در میدان لوندز**<sup>۱۹</sup> - «این طور ثبت شده که مادر وقتی فهمید دارد بچه‌دار می‌شود به پدر گفت: «آستن، ببین چه کار کردی!»»

(۲) **پنلوپه مورتیمر، نهار شنبه با خانواده برونینگ**<sup>۲۰</sup> - «این داستان‌ها بسیار فراتر از



خیال‌بافی‌های تحریک‌آمیز هستند، بلکه استادانه روی زمان‌های عذاب در زندگی افراد حرفه‌ای تقریباً معمولی انگلیسی تمرکز دارند. بسیاری توصیف دلهره‌آور زوج‌هایی هستند که خشم دوسویه آن‌ها به نقطه شکست رسیده است» (درونت می، تی.ال.اس، ۱۹۶۰)

۳) **نیکولا بارکر، در حوالی**<sup>۲۱</sup> – «نیکولا بارکر تاکنون یکی از نامتعارف‌ترین جهان‌های داستانی انگلیسی را خلق کرده: مردمی با وصله‌های ناجور و غیرعادی؛ دربرگیرنده مکان‌های دوست‌نداشتنی چون لوئن، اشفورد و جزیره شیپ؛ مملو از بقایای فرهنگی مسیحیت؛ فرورفته در میراثی ادبی که به سنت‌بید آن راهب‌گران قدر بازمی‌گردد؛ و چرخان به دور محوری از شوخی بزن‌بزن» (روت اسکر، تی.ال.اس، ۲۰۱۴)

۴) **الیزابت تیلر، پالادیان**<sup>۲۲</sup> – «کسندرا، که آن‌همه رمان خوانده بود، وقتی برای آخرین بار در اتاق خوابش ایستاده بود می‌توانست مطمئن باشد که احساسات درستی را تجربه می‌کند... . اتاق کاملاً تغییر کرده بود و عجیب اینکه بدون مبلمان کوچک‌تر به نظر می‌آمد و بدون پرده، در مقابل نگاه‌های خیره‌افراد بیرون در بالای ترامواها، بی‌دفاع به نظر می‌آمد.»

۵) **جین رایس، سفر در تاریکی**<sup>۲۳</sup> – «در تمام طول این داستان تأثربرانگیز، حس زیبایی دوشیزه رایس چراغی را روشن می‌کند که جبران‌کننده تیرگی و تأسف است» (لئونورا آیلز، تی.ال.اس، ۱۹۳۴)

۶) **ارمگارد کیون، دختر ابریشم مصنوعی**<sup>۲۴</sup>، ترجمه کیتی ون آنکوم – «چیزی شبیه مال‌فلاندرز<sup>۲۵</sup> قرن بیست‌ویکم که طنز و انرژی نوشته باعث می‌شود چنین



مقایسه‌ای چندان بی‌معنی نباشد... اما نویسندۀ فلسفه‌ای بدان افزوده که فراتر از عقل دنیایی بدگمان است» (الک رندل، تی.ال.اس، ۱۹۳۲)

(۷) **آگوتا کریستوف، دفترچه ۲۶**، ترجمۀ الن شریدان - «گلوی آن زن را با تیغ می‌بریم، بعد می‌رویم و از یک ماشین نظامی بنزین بیرون می‌کشیم. بنزین را روی هر دو جسد و روی دیوارهای خانه می‌ریزیم؛ آتشش می‌زنیم و به خانه می‌رویم.»

(۸) **توو جنسون، کتاب تابستانی ۲۷**، ترجمۀ توماس تیل - «این کتابی است که مردم می‌گویند بچه‌ها نمی‌توانند آن را بفهمند و آن وقت ثابت می‌شود که ما، بی‌رحمانه، تخیل کنشگر خوانندگان جوان خود را دست‌کم گرفته‌ایم» (فیلیپا پیرز، تی.ال.اس، ۱۹۷۵)

(۹) **مارگريت دوراس، دوئل باز ۲۸**، ترجمۀ باربارا بری - «حذف یا تمام نگفتن ما را به فریاد و ناله وامی‌دارد، در عین آنکه، آن‌ها را از متن حذف می‌کند» (جورج کریگ، تی.ال.اس، ۱۹۸۶)

(۱۰) **یوانده اوموتوسو، زن همسایه کناری ۲۹** - «متحجرانی تمام‌عیار مالک تاکستان کترجین بودند، تعداد محدود و معینی بطری شراب سفید و گاهی شراب قرمز درست می‌کردند که هورتنسیا هیچ‌یک را قابل خوردن نمی‌دانست. نه به خاطر طعمش...»

(۱۱) **جنی اردال، سایه آبی گمشده ۳۰** - «آیا فلسفه افراد غمگین را جذب می‌کند یا اینکه چیزی در طبیعتِ درگیریِ فلسفی است که به ناشادی می‌انجامد؟»



۱۲) **آنا کاوان، کمیابی عشق**<sup>۳۱</sup> - «نوشته شده با شوری هراس‌انگیز... از یک سو خشونت بی‌عقلانه است و از سوی زجری منفعلانه؛ یا اینکه جهان از دید پارانویای شکنجه‌گر این گونه به نظر می‌رسد؟» (جین میلر، تی.ال.اس، ۱۹۷۱)

۱۳) **ناتالی ساروت، افلاک‌نما**<sup>۳۲</sup>، ترجمهٔ ماریا جولس - «در کاخ‌های معصومشان که روی خطوط مستقیم و پاک ساخته شده‌اند، با پنجره‌های شیشه‌ای، نوری مانند نور روز، که جلویش گرفته شده و معلوم نیست از کجا می‌تابد، روی سطح گستردهٔ نرم می‌پاشد. همه چیز آرام، ساکت، جدی و پاک است، و هیچ چیز تردیدانگیز، قلبی، بی‌فایده یا تقلیدی نیست که دیده را بیازارد...»

۱۴) **پنلوپه فیتزجرالد، گل آبی**<sup>۳۳</sup> - «این کتاب سخت‌گیرانه، بامزه، غمناک، هوشمندانه و بسیار گیراست. قصهٔ تراژیک آن با نوعی خشکی گفته می‌شود که درون‌مایه‌ای از طنز دارد، مثل این می‌ماند که جین آستن به جای خانم گسکل دربارهٔ خواهران برونته بنویسد» (گبریل آنان، تی.ال.اس، ۱۹۹۵)

۱۵) **فلا لارسن، شن روان**<sup>۳۴</sup> - یک نسل قبل از اینکه رلف الیسون مرد نامرئی<sup>۳۵</sup> خود را ابداع کند ادبیات سیاه‌پوستان امریکایی زنی نامرئی خلق کرده بود، رمان‌نویسی در نهضت رنسانس هارلم که زندگی‌اش مثل داستان‌هایش به شکل آزارنده‌ای مبهم است...» (میشل اندرسون، تی.ال.اس، ۲۰۰۶)

۱۶) **کلاریس لیسپکتور، شوق از نظر جی. ایچ.**<sup>۳۶</sup>، ترجمهٔ ایدرا نووی - «فروپاشی قهرمان به طرز فوق‌العاده‌ای صورت می‌گیرد: او زنی را توصیف می‌کند که پیش‌تر بوده



اما دیگر نیست، زنی که در قالب آنچه دیگران در او می‌دیدند سامان یافته و در نقل قول از کلام دیگران جاودانه زندگی می‌کند.» (لندگ وایت، تی.ال.اس، ۲۰۱۲)

(۱۷) **سیلویا تانسند وارنر، بیدهای آنباتی**<sup>۳۷</sup> - «نه تنها اولین رمان با موفقیتی چشمگیر بلکه الگویی است برای روش مناسب وارد کردن شیطان در داستان مدرن.» (اورلو ویلیامز، تی.ال.اس، ۱۹۲۶)

(۱۸) **فل زینگ، نیکوتین**<sup>۳۸</sup> - «دختری سیزده‌ساله در چشم‌اندازی ایستاده که پر از زباله است و با دیدن یک خوک اهلی معمولی جیغ می‌زند. افق شهر بندری کارتاگنا، در کلمبیا، در پس‌زمینه است و در پوششی از ابر پنهان شده که در اقیانوس آرام فرو می‌رود.»

(۱۹) **لوری مور، پارس**<sup>۳۹</sup> - «شرافتی اخلاقی در تأکید مور بر این امر دیده می‌شود که حتی کم‌سوترین زندگی‌ها ارزش دارند که استادانه مستند شوند؛ اینکه ملال‌آورترین دقایق قوی‌ترین توصیف را ایجاد می‌کنند. درحالی‌که، مور دقیقاً چیزهایی را به ما می‌گوید که نمی‌خواهیم بشنویم، با صدایی آن‌ها را به زبان می‌آورد که نمی‌توانیم به آن گوش ندهیم.» (سم بایرز، تی.ال.اس، ۲۰۱۴)

(۲۰) **ایریس موردوک، زیر توری**<sup>۴۰</sup> - «قریحه‌ای درخشان را به نمایش می‌گذارد. کتاب به‌خودی‌خود یک دستاورد است و استعدادی که صرف خلق آن شده نوید اتفاقات بزرگی را می‌دهد.» (ریچارد اولارد، تی.ال.اس، ۱۹۵۴)

(۲۱) **بریگید بروفی، در حال گذر: رمانی قهرمانی چرخه‌ای**<sup>۴۱</sup> -



« Ce qui m'étonnait c'était qu'itt » {آنچه مرا به شگفت می آورد} این بود که اول از همه فرانسوی من از هم پاشیده شد.»

(۲۲) **اورسولا لو گوئین، لاوینیا**<sup>۴۲</sup> - «لو گوئین توضع خاص خود را دارد و مدعی نیست که جای دستاورد ویرژیل را گرفته. رمان او سندی اثرگذار از گفت‌وگوهای است که نویسندگان بزرگ، طی قرن‌ها، ادامه داده‌اند.» (دینا برچ، تی.ال.اس، ۲۰۰۹)

(۲۳) **یی یون لی، بی خانمان‌ها**<sup>۴۳</sup> - «یی یون لی قصه اعدام یک زن چینی مخالف در چین پس از مائو، در سال ۱۹۷۹، را بازگو می‌کند. داستان در رودخانه مادی اتفاق می‌افتد و، در قسمت‌هایی، هولناک، مختصر و، به شکل شگفتی، آرام نقل می‌شود. یک بار که آن را بخوانید فراموشش نمی‌کنید.» (ای. اس. بیات، تی.ال.اس، ۲۰۰۹)

(۲۴) **سارا ماس، منطقه جزرومدی**<sup>۴۴</sup> - «مردن بچه‌ها عادی است. به سوریه، فلسطین، اریتره و سومالی نگاهی بیندازید. به خط جزرومد در سواحل ایتالیا و یونان نگاه کنید. حالا که مشغول این بحثیم، به بخش‌های خاصی از شیکاگو و لس‌آنجلس نگاه کنید. دنیای پرستاران بچه و نسخه بیمارستانی وضعیت عادی واقعیت دارد و آنچه اغلب ما در اینجا و اکنون زندگی عادی می‌دانیم دروغ است.»

(۲۵) **شرلی جکسون، تسخیر خانه تپه‌ای**<sup>۴۵</sup> - «هیچ موجود زنده‌ای نمی‌تواند با سلامت عقل برای مدت زیادی در واقعیت محض به حیات خود ادامه دهد؛ برخی فکر می‌کنند که حتی چکاوک‌ها و ملخ‌های شاخک‌دراز رؤیا می‌بینند. خانه تپه‌ای، که عاقل نبود، به خودی خود در مقابل تپه‌ها ایستاده و تاریکی را درون خود نگه داشته بود؛ هشتاد سال همان‌طور ایستاده بود و احتمالاً هشتاد سال دیگر هم بماند. در درون، دیوارها همچنان



ایستاده بودند، آجرها به خوبی کنار هم قرار گرفته بودند، کفی‌ها محکم بودند و درها به طور معقولی بسته بودند؛ سکوت بی‌وقفه بر چوب‌ها و سنگ‌های خانه تپه‌ای می‌ریخت و هرچه آنجا راه می‌رفت تنها راه می‌رفت.» - *بازخوانی شرلی جکسون: یک زندگی کم‌وبیش تسخیرشده* به قلم روت فرانکلین که به زودی منتشر می‌شود.

(۲۶) **وینفرد هولتبی، سوارکاری به سوی جنوب**<sup>۴۶</sup> - «او، با تصویر دنیایی از تغییر و ترس و شور، پس‌زمینه چیزهایی زوال‌ناپذیر را نشان داده که هیچ ضعف یا کوشش انسانی نمی‌تواند آن‌ها را خراب کند.» (لئونارا آیلز، *تی.ال.اس*، ۱۹۳۶)

(۲۷) **الیزابت سنکسی هولدینگ، دیوار خالی**<sup>۴۷</sup> - «اگر کسی بخواهد تنها یکی از داستان‌های مجموعه واینمن را به‌عنوان شاهکاری فراموش شده انتخاب کند، این داستان را برمی‌گزیند. داستان زنی شاد، خانه‌دار و متأهل از طبقه متوسط امریکا که در آن، به اصطلاح، تار عنکبوت قتل و فریب گرفتار شده است. پیرنگ آن ساده است، ولی کتاب پیچیده است.» (یان سنسوم، *تی.ال.اس*، ۲۰۱۶)

(۲۸) **سیلوینا او کمپو، چهره‌هایشان این‌گونه بود**<sup>۴۸</sup>، ترجمهٔ دنیل بلدرستون - «خانه را گشته بودند و تنها تعداد زیادی گوشه پنهان در آن یافتند.»

(۲۹) **جین باولز، همه چیز خوب است**<sup>۴۹</sup> - با نگاهی پیروزمندانه اعلام کرد: «همه چیز خوب است». زن از داخل تشکشان گفت: «واقعیت همین است». «همه چیز خوب است». ظاهراً همه خوب بودند، اما زن کهن‌سال هنوز داشت اخم می‌کرد.»





۳۰) **آن کوئین، کوه یخ**<sup>۵۰</sup> - «یک رمان اول و برجسته... متأثر از برخی رمان نویسان فرانسوی، چون ناتالی ساروت، و از جریان مبهم نو در سینما. اما کوه یخ اثری موفق است، به این معنا که برای اولین بار این فنون برای تولید رمانی به کار گرفته شده‌اند که هم کاملاً فضایی انگلیسی دارد و هم کاملاً نامتظاهرا نه است.» (مارتین سیمور - اسمیت، تی.ال.اس، ۱۹۶۴)

۳۱) **پاتریشیا های اسمیت، غریبه‌هایی در یک قطار**<sup>۵۱</sup> - «قطار با ضرب‌آهنگی خشمگین و بی‌نظم به سرعت حرکت می‌کرد. مجبور بود در ایستگاه‌های کوچک‌تر و به دفعات بیشتر بایستد، که در آنجا بی‌صبرانه یک دقیقه منتظر می‌ماند، بعد دوباره به چمنزار حمله می‌برد. اما پیشروی نامحسوس بود.»

۳۲) **ایلین چانگ، عشق در شهری سقوط کرده: و دیگر داستان‌ها**<sup>۵۲</sup>، ترجمه کارن اس. کینگزبری با مشارکت نویسنده - «می‌شود لطفاً بروی و یک آتش‌دان عود مسی بیاوری، میراثی آبا و اجدادی که حالا به طرز جذابی با سبز کپک‌زده‌ای پوشیده شده، بعد چند برش تند و تیز از گیاه صبر زرد را در آن روشن کنی. گوش بده تا قصه‌ای هنگ‌کنگی را برایت بگویم...»

۳۳) **کریستینا استد، روباه‌لتی: بخت او**<sup>۵۳</sup> - «کریستینا استد ستاره تاریکی در میان رمان نویسان مدرن است... سخت می‌توان فهمید که چرا از درخشش زنگاری او غفلت شد. به خاطر مشغله‌های پس از جنگ بود؟ یا توجه افراطی به معبد خدایان مشهور؟ یا حتی شاید یک تباری مردانه برای بی‌توجهی به او؟» (آنه دوچنه، تی.ال.اس، ۱۹۷۸)

۳۴) **آنجلا کارتر، ماشین‌های آرزوی اهریمنی دکتر هافمن**<sup>۵۴</sup> - «سید، سویت، ژنت،





نویسنده‌ای جدید بود، همچون یک شاهکار از آن یاد می‌شد.» (رزمری دینگ، تی.ال.اس، ۱۹۷۳)

(۳۹) **هرتا مولر، روباه همیشه شکارچی بود**<sup>۶۵</sup>، ترجمه فیلیپ بیم - «دندان‌هایش مثل سنگ‌ریزه بودند، نیم‌دندان‌های سیاه شده و دندان‌های سفید صیقلی. چهره‌اش سنی را نشان می‌داد که به صدای کودکانه‌اش نمی‌آمد...»

(۴۰) **کارسن مکالرز، ترانه کافه غمگین: داستان‌ها و رمان‌های کوتاه‌تر**<sup>۶۶</sup> - «خانم مکالرز در صف مقدم نویسندگان امریکایی جوان‌تر قرار دارد. موضوع وی او را با ویلیام فاکنر و دیگر نویسندگان جنوبی‌ترین ایالت‌ها پیوند می‌دهد، اما او خود را از بند ابهاماتِ سبکی که به نوعی بر این مکتب اثرگذار است رها نکرده و گرچه در این سنت می‌نویسد، خود نویسنده‌ای اصیل و مستقل است.» (آنتونی پاول، تی.ال.اس، ۱۹۵۲)

(۴۱) **کریستین بروکرز، مجموعه آثار کریستین بروکرز**<sup>۶۷</sup> - «رُز یک کریستین بروکرز است که یک کریستین بروکرز است... یکی از معدود کسانی که در کنار ناتالی ساروت و الین روب‌گریه، به‌عنوان رمان‌نویسی نو در الگوی اروپایی، دست به تجربه‌گری حقیقی در نوشتار فرمی انگلیسی زده است.» (علی اسمیت، تی.ال.اس، ۲۰۰۶)

(۴۲) **مارگارت دربل، سال‌گریک**<sup>۶۸</sup> - «رمانی سرشار از درون‌نگری، نه نوعی درون‌نگری بیمارگون، ترحم‌جویانه و بی‌سروته، بلکه تحلیلی و به‌شکلی بی‌رحمانه دقیق... [مارگارت دربل] از پیشگویی آیریس مرداک برخوردار اما از نمادباوری غلیظ آن به دور است.» (سارا کورتیس، تی.ال.اس، ۱۹۶۴)

(۴۳) **ماری باتس، مسلح به دیوانگی**<sup>۶۹</sup> - «آن‌ها به این خانه و جنگل و زمین و دریا تعلق داشتند؛ پولی در بساطشان نبود و مایل بودند مهمان‌نوازی کنند؛ همه چیز می‌خواستند





اول برای خاتمه دادن به ازدواجش و بار دوم وقتی خودکشی کرد.»

(۴۹) **گریس پلی، تغییرات عظیم در دقیقه آخر** ۷۶ - «پلی که پس از جنگ، در دهه ۱۹۵۰، می‌نوشت احساس کرد تنها داستان‌هایی گفته می‌شوند که درباره رنج‌های تاریخی عظیم و عموماً مردانه هستند... پلی به افراد در حاشیه و محروم توجه دارد، کسانی که صدایشان به جایی نمی‌رسد.» (براین چیت، تی.ال.اس، ۱۹۹۸)

(۵۰) **کترین مانسفیلد، مهمانی باغ: و داستان‌های دیگر** ۷۷ - «جذابیت این کتاب، مانند اثر قبلی وی، در نهایت به خاطر روش نگاه و نگارش دوشیزه مانسفیلد است. این داستان‌ها غالباً نگرشی در پس خود دارند و این نگرش... توسط دوشیزه مانسفیلد در تصویری ثبت می‌شود که آن را به شکل مطبوعی نو و عجیب می‌سازد.» (آرتور مکدوال، تی.ال.اس، ۱۹۲۲)

(۵۱) **مویس گلنت، گزیده داستان‌ها** ۷۸ - «نوعی جو ناراحتی، نه‌چندان ملموس اما احتمالاً مرتبط بر داستان‌های مویس گلنت حاکم است که وی به توالی و در تعدادی رشک‌برانگیز، از دهه ۱۹۵۰ تاکنون، به تولید آن‌ها پرداخته» (آنیتا بروکنر، تی.ال.اس، ۱۹۹۷)

(۵۲) **الینور کتون، تمرین** ۷۹ - «دستاورد حقیقی این رمان خلق جهانی خودکفاست. احساس همدستی دلهره‌آور بین دختران جوان، بین عاشق‌ها و بازیگران شدت دارد. خواننده شاهد خطر، هیجان و سیالیت است؛ هر چیز رونوشت چیز دیگری است، اما از هیچ چیز دو نسخه در کار نیست.» (لیدیجا هاس، تی.ال.اس، ۲۰۰۹)

(۵۳) **هان کانگ، گیاه‌خوار** ۸۰، ترجمه دבורا اسمیت - «پیش از آنکه همسرم گیاه‌خوار شود، همیشه او را از همه لحاظ کاملاً معمولی می‌دانستم.»





داستان خود را می‌گویند، در واقع خطر زیاده‌روی در طنزی تند و عواقب آن را به جان خریده: شاید حس همدردی {خواننده} را از دست بدهد. این‌گونه نیست که همهٔ راویان اول شخص دوست‌داشتنی باشند، مثلاً هامبرت هامبرت.» (جولیا اوفولین، *تی.ال.اس*، ۱۹۹۵)

۵۹. **اوی وایلد، پس از آتش<sup>۸۸</sup>، صدایی هنوز کوچک<sup>۸۹</sup>** - «اولین رمان اوی وایلد مطالعه‌ای انتقادآمیز از روند انتقال آسیب‌های حاصل از جنگ از پدران به پسران است. وی همچنین خشونت هرروزی علیه زنان و کودکان، تنش‌های میان سفیدپوستان و بومیان استرالیا، و تباین میان زندگی شهری و روستایی را تصویر می‌کند. یکی کردن روایت‌های پراکنده سبک فرح‌بخش و رویایی وایلد است و همچنین دل‌بستگی او به مردانی که کارهای وحشتناکی انجام می‌دهند، اما آدم‌های وحشتناکی نیستند.» (آندریا واکر، *تی.ال.اس*، ۲۰۰۹)

۶۰ **ویرجینیا وولف. قبول.** این بوق شیپوری هیجان‌انگیز دیگر کارآیی ندارد. نیازی نیست کسی شما را ترغیب کند که ویرجینیا وولف بخوانید، مگر نه؟ *دریغا زمان! دریغا سنت!*  
پی‌نوشت‌ها:

\* این مطلب در تاریخ ۳۰ نوامبر ۲۰۱۶ با عنوان **Let down by the lists** در وبسایت *تی.ال.اس* منتشر شده است و وبسایت **ترجمان** در تاریخ ۶ اردیبهشت ۱۳۹۶ این مطلب را با عنوان شصت کتاب از نویسندگان زن که هر مردی باید بخواند ترجمه و منتشر کرده است.



- [۱] Index Librorum Prohibitorum
- [۲] The Second Sex
- [۳] The Last Temptation of Christ
- [۴] The Best Hundred Books
- [۵] Pall Mall Gazette
- [۶] The Bookman
- [۷] Don Quixote
- [۸] News from Nowhere
- [۹] To Kill a Mockingbird
- [۱۰] The Book of Mormon
- [۱۱] The Daughter of Time
- [۱۲] Midnight's Overrated Children
- [۱۳] Lady Chatterley's Lover
- [۱۴] Esquire
- [۱۵] LitHub
- [۱۶] For Whom the Bell Tolls
- [۱۷] Legends of the Fall
- [۱۸] Moby-Dick
- [۱۹] A Harp in Lowndes Square
- [۲۰] Saturday Lunch with the Brownings
- [۲۱] In the Approaches
- [۲۲] Palladian





- [۲۳] Voyage in the Dark  
[۲۴] The Artificial Silk Girl  
[۲۵] Moll Flanders  
[۲۶] The Notebook  
[۲۷] The Summer Book  
[۲۸] La Douleur  
[۲۹] The Woman Next Door  
[۳۰] The Missing Shade of Blue  
[۳۱] A Scarcity of Love  
[۳۲] The Planetarium  
[۳۳] The Blue Flower  
[۳۴] Quicksand  
[۳۵] Invisible Man  
[۳۶] The Passion according to G. H.  
[۳۷] Lolly Willowes  
[۳۸] Nicotine  
[۳۹] Bark  
[۴۰] Under the Net  
[۴۱] In Transit: An heroi-cyclic novel  
[۴۲] Lavinia  
[۴۳] The Vagrants  
[۴۴] The Tidal Zone  
[۴۵] The Haunting of Hill House



- [۴۶] South Riding  
[۴۷] The Blank Wall  
[۴۸] Thus Were Their Faces  
[۴۹] Everything Is Nice  
[۵۰] Berg  
[۵۱] Strangers on a Train  
[۵۲] Love in a Fallen City: And other stories  
[۵۳] Letty Fox: Her luck  
[۵۴] The Infernal Desire Machines of Dr Hoffman  
[۵۵] Commonwealth  
[۵۶] Mary Olivier: A life  
[۵۷] Mary Olivier  
[۵۸] The Life and Death of Harriett Fren  
[۵۹] The Way of All Flesh  
[۶۰] Father and Son  
[۶۱] To the Lighthouse  
[۶۲] The Fountain Overflows  
[۶۳] We Need New Names  
[۶۴] The Optimist's Daughter  
[۶۵] The Fox Was Ever the Hunter  
[۶۶] The Ballad of the Sad Café: The shorter novels and stories  
[۶۷] The Christine Brooke-Rose Omnibus  
[۶۸] The Garrick Year



[۶۹] Armed with Madness

[۷۰] Memoirs of Hadrian

[۷۱] Excellent Women

[۷۲] Collected Stories

[۷۳] Memento Mori

[۷۴] دو جینِ نانوا معادل سیزده عدد نان بود یعنی، برای جبران کمبود احتمالی وزن نان‌ها، یک نان اضافه به مشتری داده می‌شد تا نانوا جریمه نشود.

[۷۵] Do Not Say We Have Nothing

[۷۶] Enormous Changes at the Last Minute

[۷۷] The Garden Party: And other stories

[۷۸] Selected Stories

[۷۹] The Rehearsal

[۸۰] The Vegetarian

[۸۱] The Sport of Kings

[۸۲] All the Living

[۸۳] Happiness

[۸۴] Like Water

[۸۵] The Visitation

[۸۶] Euphoria

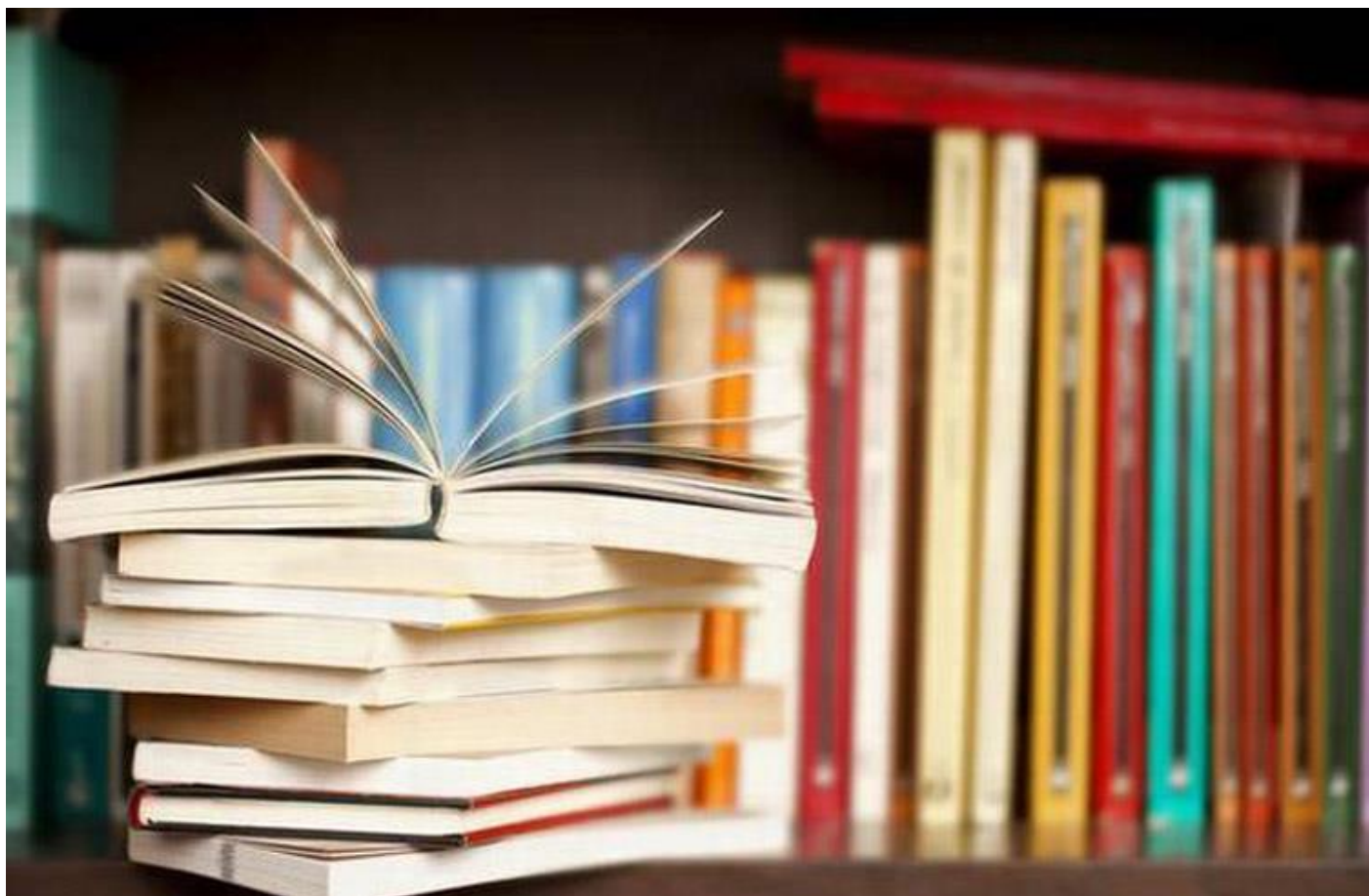
[۸۷] An Experiment in Love

[۸۸] After the Fire

[۸۹] a Still Small Voice



## ۲۵ کتاب تأثیرگذار با موضوع کسب و کار



بدون شک بسیاری از افراد موفق و ثروتمند در سراسر دنیا، یکی از عوامل تأثیرگذار در موفقیت کسب و کار خود را مطالعه می‌دانند.

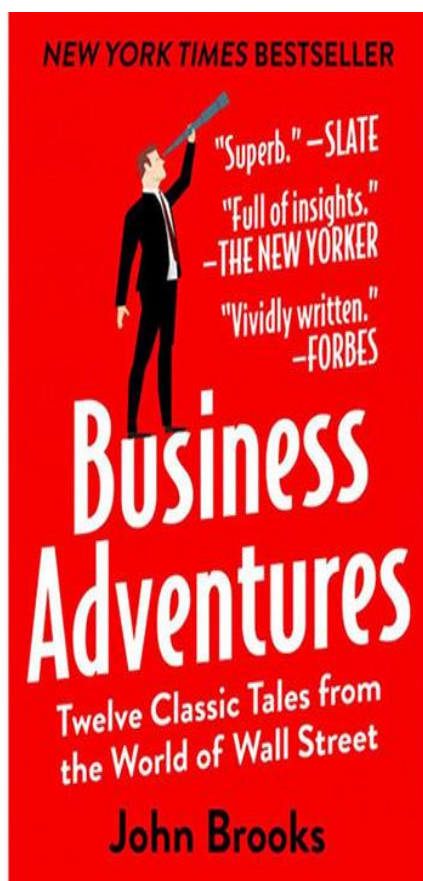
**وارن بافت** (بدون شک ماهرترین سرمایه‌گذار دوران ما) می‌گوید روزی پانصد صفحه مطالعه کلید موفقیت است، زیرا دانش به این صورت ثمر می‌دهد و مثل سود مرکب گسترش می‌یابد. به همین دلیل بسیاری از زنان و مردان تاجر مهم، مطالعه را به بخشی از فعالیت‌های روزمره‌ی خود تبدیل کرده‌اند. بر همین اساس **بیل گیتس** سالانه پنجاه کتاب (دقیقا هفته‌ای یک کتاب) مطالعه می‌کند و **مارک زاکربرگ** هم سال خود را با هدف مطالعه‌ی هفته‌ای یک کتاب آغاز می‌کند.



اگر می‌خواهید به ایده‌های جدید، روش‌های تفکر جدید و یک مجموعه‌ی متنوع از دانش و اطلاعات برسید، مطالعه بسیار حائز اهمیت است. در ادامه فهرستی از ۲۵ کتاب تأثیرگذار کسب‌وکار ارائه شده است، اگر زمان برای شما ارزشمند است مطالعه‌ی این کتاب‌ها توصیه می‌شود:

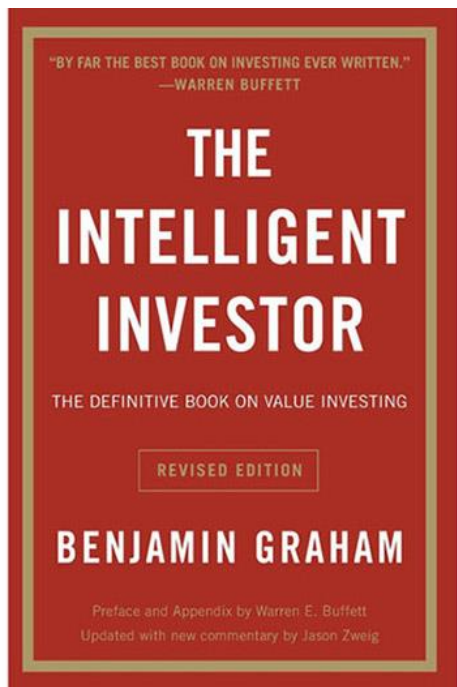
### ۱- ماجراهای کسب و کار اثر جان بروکز

بحران ۳۵۰ میلیون دلاری شرکت فورد موتور معروف به ادسل، ظهور سریع و شگفت‌انگیز زیراکس و رسوایی‌های باورنکردنی جنرال الکتریک و تگزاس گولف سولفور چه نقاط مشترکی دارند؟ هر کدام نمونه‌ای برای چگونگی تعریف یک شرکت شاخص بر اساس یک موقعیت شهرت یا رسوایی هستند؛ اهمیت این گزارش‌ها در درک فعلی پیچیدگی حیات سازمانی، به اندازه‌ی زمانی است که این اتفاق‌ها رخ داده‌اند.



نکته: بیل گیتس در وبلاگ خود به نام gatenotes می‌نویسد، وارن بافت نه تنها این کتاب را به عنوان کتاب مورد علاقه‌ی خود در مورد کسب و کار معرفی کرده است بلکه یکی از کپی‌های شخصی خود را برای او فرستاده است. گیتس می‌نویسد این کتاب حتی در چهار دهه پس از اولین چاپ هم بهترین کتابی است که تاکنون مطالعه کرده است.

## ۲- سرمایه‌گذار هوشمند، اثر بنجامین گراهام



بزرگترین مشاور سرمایه‌گذاری قرن بیستم، بنجامین گراهام، مدرس و الهام بخش افراد مختلفی در سراسر جهان بوده است.

فلسفه‌ی گراهام در مورد سرمایه‌گذاری ارزش، کتاب سرمایه‌گذار هوشمند را به یکی از کتاب‌های ارزشمند بازار از زمان اولین چاپ خود

در سال ۱۹۴۹ تبدیل کرده است، این فلسفه از سرمایه‌گذارها در مقابل خطاهای اساسی محافظت می‌کند و روش توسعه‌ی استراتژی‌های طولانی‌مدت را به آنها می‌آموزد. نکته: وارن بافت سرمایه‌گذار هوشمند را به عنوان بهترین کتاب مرتبط با سرمایه‌گذاری معرفی کرده است.

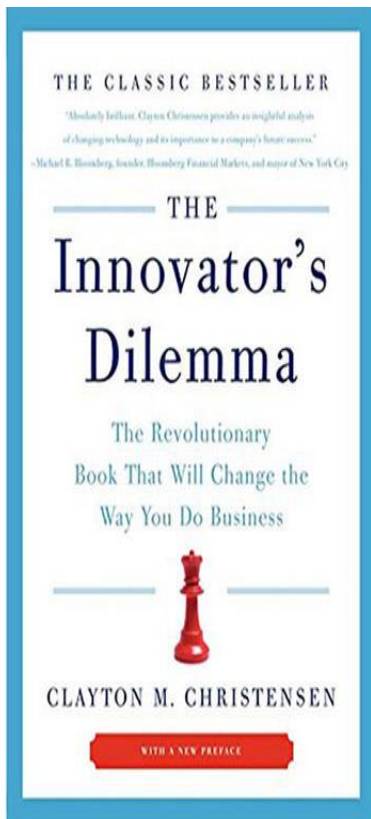
## ۳- معمای نوآور: کتابی انقلابی که روش کسب و کار شما را تغییر می‌دهد، اثر

کلایتون ام. کریستنسون

معمای نوآور به عنوان راهنمایی برای ارائه‌ی موفقیت‌ها و شکست‌های شرکت‌های پیشتاز، یک مجموعه از قوانین سرمایه‌گذاری بر پدیده‌ی نوآوری ساختار شکنانه را ارائه می‌دهد.

نکته: استیو جابز از این کتاب به عنوان توضیحی برای دلیل کاربرد محاسبات ابری در اپل استفاده می‌کند، در این کتاب علاوه بر استیو جابز به تکرار از جف بزوس هم اسم برده شده است.





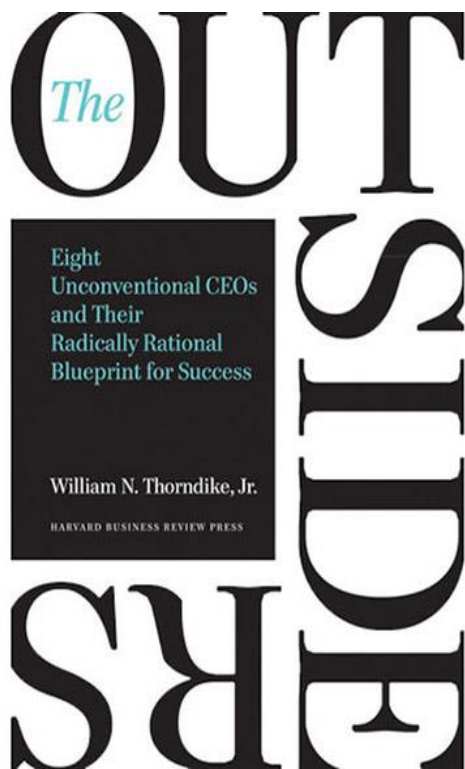
۴- **بیگانه‌ها:** هشت مدیرعامل غیرمعمولی و ردپای منطقی و بنیادی آنها برای موفقیت، اثر ویلیام آن توردیک

یک مدیرعامل موفق چه ویژگی‌هایی دارد؟ اغلب افراد با یک تعریف آشنا روبه‌رو می‌شوند: یک مدیر ماهر با تخصص بالا در صنایع. بقیه هم به ویژگی‌های مدیرعامل موفق مثل کاریزما، مهارت‌های ارتباطی مفید، و

سبک مدیریتی قابل اطمینان اشاره کرده‌اند. اما چه عاملی برای اداره‌ی یک سازمان حائز اهمیت است؟ ویژگی بارز عملکرد یک مدیرعامل استثنایی چیست؟ پاسخ ساده

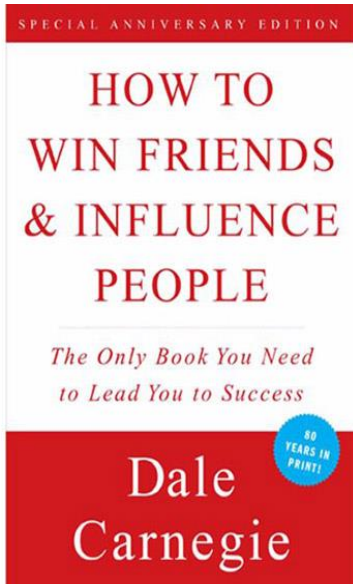
است، خروجی‌هایی که در طولانی‌مدت به سهام‌داران شرکت می‌رسد.

نکته: بیگانه‌ها، رتبه‌ی اول لیست پیشنهادی وارن بافت را در سند سالیانه‌ی شرکت سرمایه‌گذاری Berkshire Hathaway به خود اختصاص داده است.



## ۵- چگونه می‌توان بر دوستان پیروز شد و بر افراد تأثیر گذاشت اثر دیل کارنگی

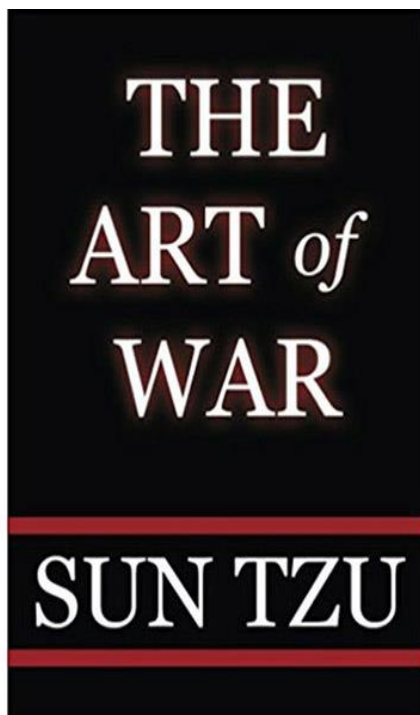
توصیه‌ی تست‌شده و پایدار دیل کارنگی باعث شده افراد بی‌شماری بتوانند در زندگی شخصی و کسب‌وکار خود از نردبان موفقیت بالا بروند.



یکی از پرفروش‌ترین و پیش‌تازترین کتاب‌های تاریخ، چگونه بر دوستان خود پیروز شوید و بر افراد تأثیر بگذارید، ۶ روش برای محبوبیت، ۱۲ روش برای پیروز شدن طرز تفکر، ۹ روش برای تغییر افراد بدون نیاز به تحریک و رنجاندن آن‌ها و ... را به شما آموزش می‌دهد.

## ۶- هنر جنگ اثر سان تزو

این کتاب در که قرن ششم پیش از میلاد نوشته شده است هنوز به عنوان یکی از

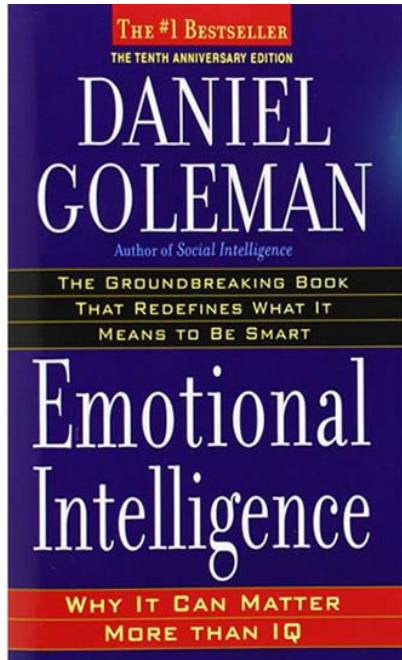


کتاب‌های استراتژی جنگ کاربرد دارد. ناپلئون، مای زیدونگ، ژنرال وو انگیون گیاپ و ژنرال داگلاس مک آرتور همگی از این کتاب الهام گرفته‌اند. و فراتر از جنگ جهانی، اساتید مدیریت و کسب و کار ایده‌های سان تزو را بر سیاست‌ها و استراتژی‌های سازمانی پیاده‌سازی می‌کنند.



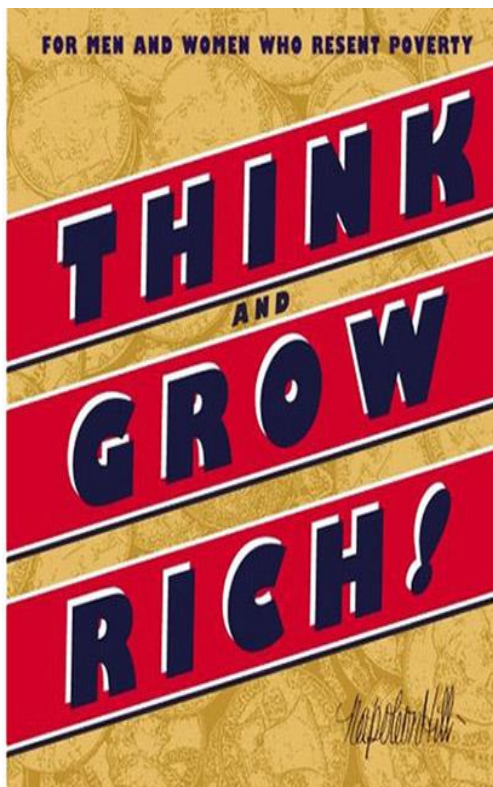


## ۷- هوش احساسی: چرا اهمیت آن بیشتر از IQ است، اثر دنیل گولمن



گولمن از طریق مثال‌های واضح و روشن به ارائه‌ی پنج مهارت ضروری هوش احساسی می‌پردازد. او در این کتاب نشان می‌دهد این مهارت‌ها چه تأثیری بر موفقیت افراد در روابط، کار و حتی سلامت جسمانی دارند. این کتاب راهکاری کاملا جدید را در مورد هوش و باهوش بودن ارائه می‌دهد.

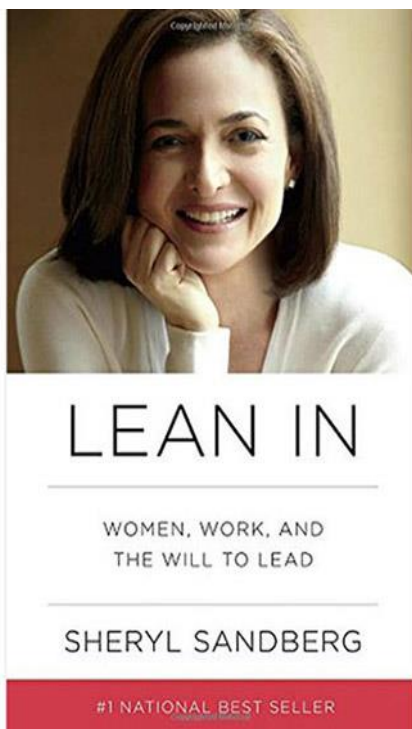
## ۸- فکر کن و ثروتمند شو، اثر ناپلئون هیل



ناپلئون هیل، با انجام پژوهش‌هایی بر افراد میلیاردر، به گردآوری فلسفه و سبک زندگی افراد موفق در زمینه‌ی مالی پرداخته است. اگرچه هدف هیل راهنمایی دیگران برای رسیدن به ثروت است، اما اثر فکر کن و ثروتمند شو بیشتر به تشویق افراد در مسیر هدف می‌پردازد.

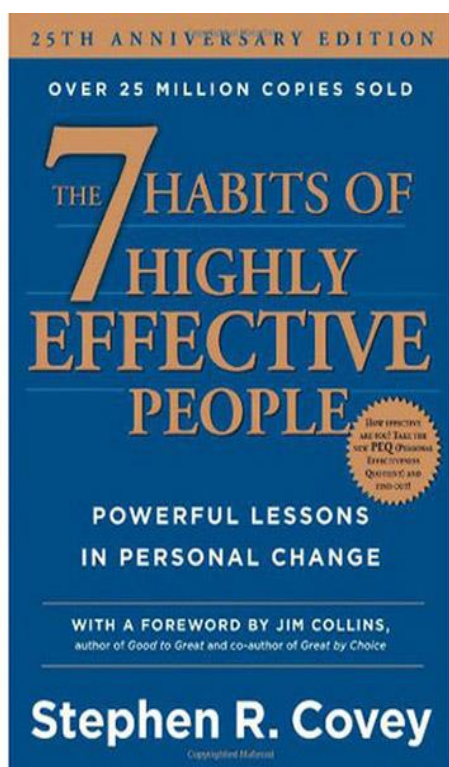


## ۹- تغییر مسیر: زنان، کار و تمایل آن‌ها به رهبری، اثر شریل سندبرگ



موضوع تغییر مسیر زنان در محیط کار، بیان تجربه‌های شخصی کوتاه، ارائه‌ی آمار و ارقام و پژوهش در جهت تغییر گفت‌وگو از آنچه زنان نمی‌توانند به آنچه می‌توانند است. شریل سندبرگ در این کتاب راهکارهایی را برای مدیریت همزمان زندگی شخصی و کاری ارائه می‌دهد.

## ۱۰- هفت عادت افراد تأثیرگذار، اثر استفن آر. کووی

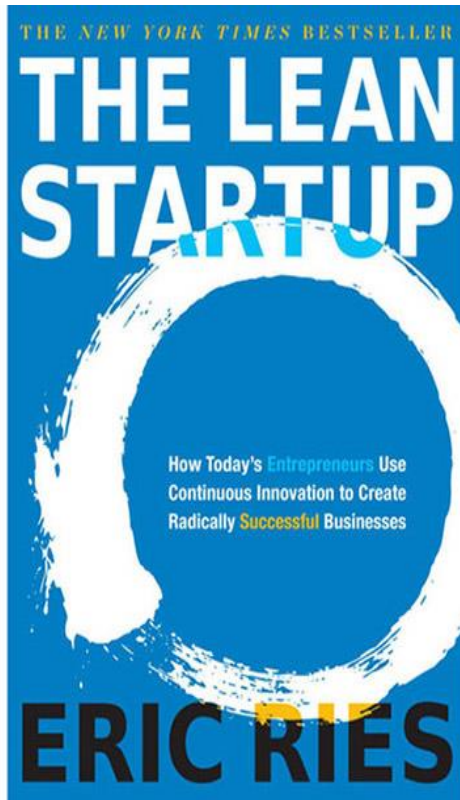


این کتاب به عنوان یکی از الهام‌بخش‌ترین و تأثیرگذارترین کتاب‌ها پس از ۲۵ سال همچنان طرفدارهای خود را دارد. این کتاب زندگی بسیاری از رؤسا، مدیرعامل‌ها، اساتید و والدین را متحول کرده است، که به طور خلاصه، شامل میلیون‌ها فرد از سنین و مشاغل مختلف است.



## ۱۱- استارت‌آپ ناب

اغلب استارت‌آپ‌ها شکست می‌خورند. اما تعداد زیادی از این شکست‌ها قابل پیشگیری هستند. استارت‌آپ ناب یک راهکار جدید و تطبیق‌یافته در سراسر جهان است که نحوه‌ی شکل‌گیری شرکت‌ها و ارائه‌ی محصولات جدید را تغییر می‌دهد.

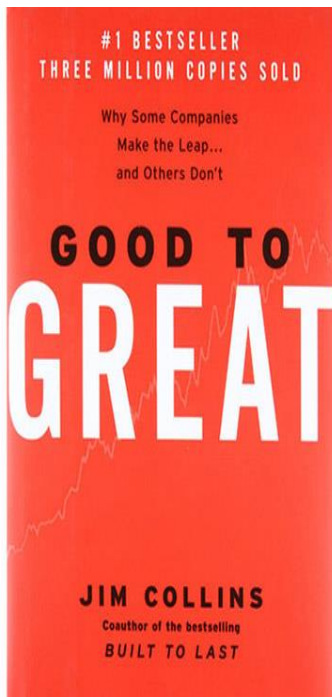


## ۱۲- خوب تا عالی: چرا بعضی شرکت‌ها پیشرفت می‌کنند و بقیه خیر، اثر جیم کالینز

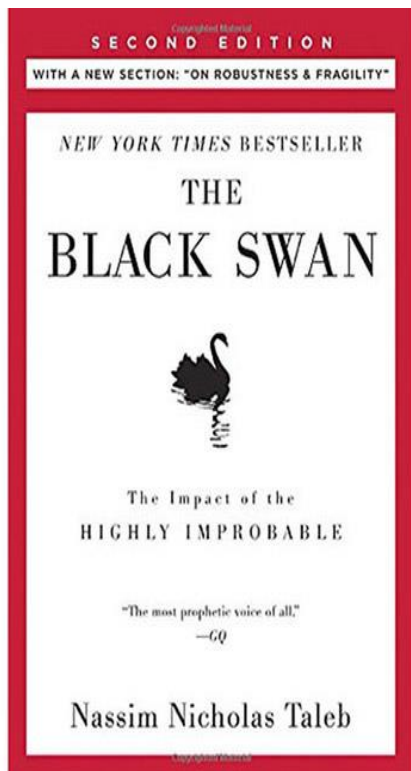
یافته‌های بررسی خوب تا عالی بسیاری از خواننده‌ها را متحیر کرده و به تمام حوزه‌های کاربردی و استراتژی مدیریت اشاره می‌کند.

به گفته‌ی جیم کالینز:

بعضی مفاهیم کلیدی در این بررسی، در خلاف جهت تمایلات و فرهنگ مدرن کسب‌وکار هستند، و صادقانه بگوییم، بعضی افراد را می‌رنجانند.

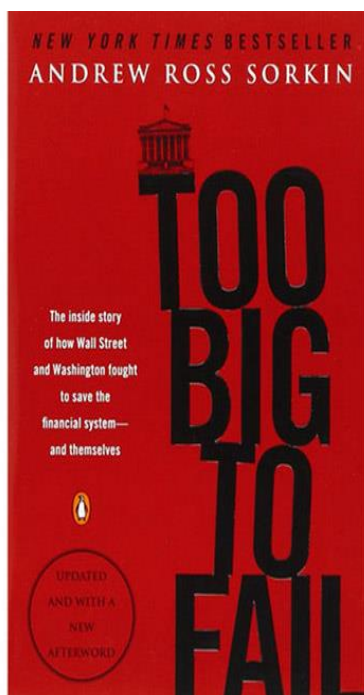


### ۱۳- قوی سیاه، اثر نسیم نیکولاس طالب



قوی سیاه یک رویداد است که صرفنظر مثبت یا منفی بودن، غیر محتمل به نظر می‌رسد اما می‌تواند پیامدهای بزرگی را به دنبال داشته باشد. در این کتاب پیشتاز، طالب با یک روش جالب نشان می‌دهد که رویدادهای قوی سیاه تقریباً هر چیزی در مورد جهان را توضیح می‌دهند اما افراد معمولی و حتی افراد خبره و کارشناس هم درکی از آن ندارند.

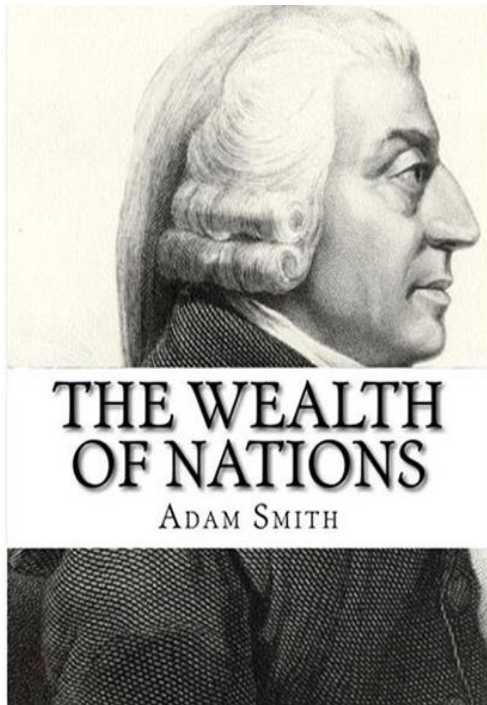
### ۱۴- برای شکست زیادی بزرگ است، اثر آندرو راس سورکین



آندرو راس سورکین، یکی از مقاله‌نویس‌های نیویورک تایمز و یکی از قابل احترام ترین گزارش‌گرهای مالی آمریکایی، در یکی از جالب‌ترین روایت‌های مالی، به شرح اولین بحران اقتصادی مهم در دنیا می‌پردازد.

نکته: برندهی جایزه‌ی جرالد لوب برای بهترین کتاب در زمینه‌ی کسب‌وکار

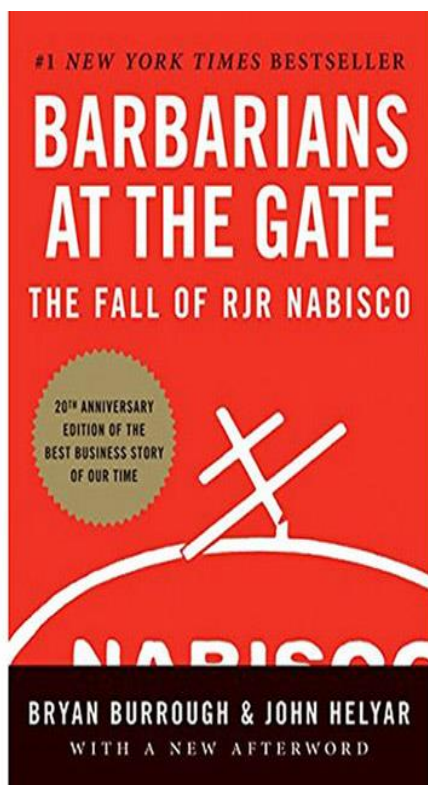




۱۵- ثروت ملل، اثر آدام اسمیت  
این کتاب توصیفی از دستیابی به ثروت در ملتها ارائه می‌دهد و امروزه یکی از آثار اصلی اقتصاد کلاسیک به شمار می‌رود. موضوع‌های اصلی این کتاب عناوین گسترده‌ای از جمله تقسیم نیروی کار، بهره‌وری و بازارهای آزاد هستند.

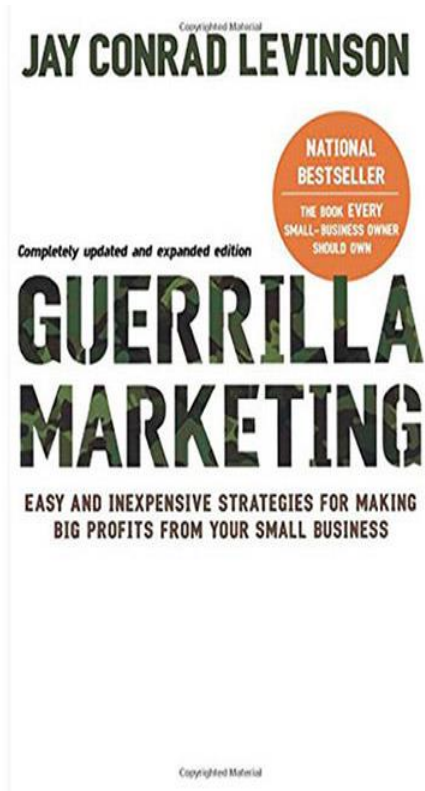
### ۱۶- بربرها در دروازه، اثر بریان بوروگ و جان هیلر

این کتاب یکی از پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز و قطعاً بهترین روایت کسب و کاری است که تاکنون نوشته شده و یک گزارش کلاسیک از سقوط RJR نابیسکو ارائه می‌دهد. یک شاهکار دقیق از روزنامه‌نگاری پژوهشی اثر بریان بوروگ و جان هیلر. این کتاب شامل یک پس‌گفتار جدید از مؤلف‌هایی است که داستان حرص و تزویر را همچنان پس از بیست سال زنده نگه می‌دارند.



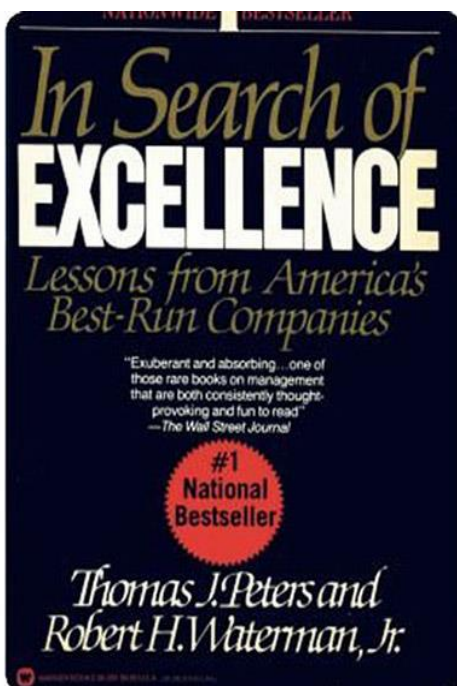


## ۱۹- بازاریابی چریکی، جی کنراد لوینسون



وقتی کتاب بازاریابی چریکی برای اولین بار در سال ۱۹۸۳ منتشر شد، جی لوینسون با روش تهاجمی خود در یافتن مشتری، استراتژی‌های بازاریابی را برای مالکین کسب و کارهای کوچک متحول کرد. فلسفه‌ی لوینسون بر اساس صدها ایده‌ی اثربخش به روش جدید یادگیری سهم بازار و نحوه‌ی دستیابی به آن کمک می‌کند.

## ۲۰- در جست‌وجوی برتری: درس‌هایی از بهترین شرکت‌های آمریکایی، اثر توماس



## پیترز و روبرت اچ. واترمن

این کتاب، بر اساس یک بررسی از ۴۳ شرکت برتر آمریکایی از یک مجموعه‌ی وسیع از بخش‌های کسب‌وکار به توصیف هشت اصل مدیریتی برای موفقیت سازمان‌ها می‌پردازد: تشویق به اقدام، کاربردهای افزایش سود و مردم محور.



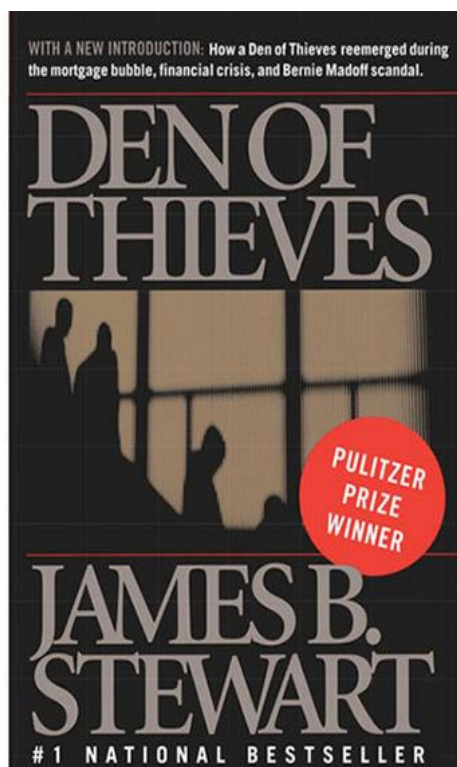
۲۱ - ساخته شده برای ماندن: عادت‌های موفق شرکت‌های الهام‌بخش، اثر جیم کالینز



### و جری ای پوراس

جیمز سی کالینز و جری آی. پوراس با تأکید بر یک پروژه‌ی پژوهشی ۶ ساله در دانشکده‌ی کسب و کار دانشگاه استنفورد و انتخاب ۱۸ شرکت دیرپا و استثنایی، هر کدام را به صورت مستقیم با رقبایشان مقایسه کرده است.

۲۲ - کمین‌گاه دزدها، اثر جیمز بی استوارت

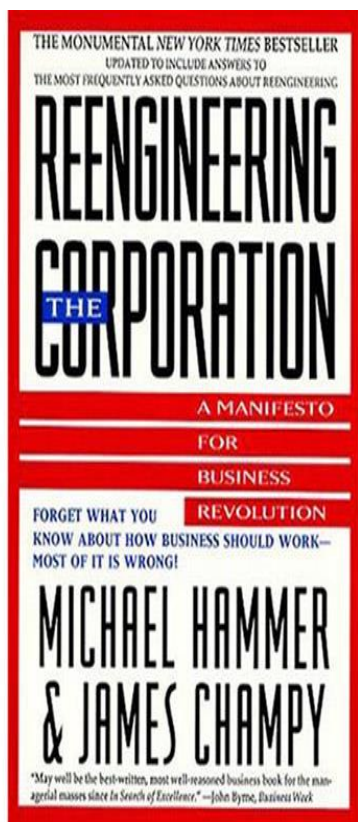


کمین‌گاه دزدها روایت کاملی از یک رسوایی تجاری داخلی را نقل می‌کند که تقریباً منجر به نابودی وال استریت شد، روایتی از افرادی که در مقابل آن مقاومت کردند و پیگیری که برای آنها عدالت را به ارمغان آورد.





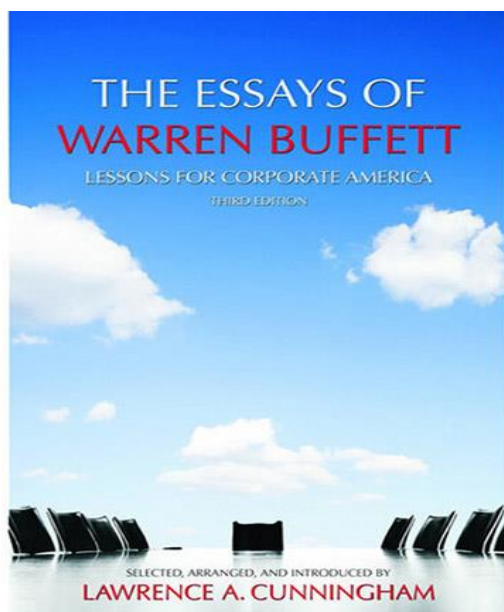
## ۲۳ - مهندسی مجدد سازمان: یک بیانیه برای تحول اقتصادی، اثر مایکل همر و جیمز



### ای. چامپی

همر و چامپی بر اساس تجربه‌های دست اول خود نشان می‌دهند که چگونه بعضی از سازمان‌های برجسته‌ی جهانی از اصول مهندسی مجدد برای نجات صدها میلیون دلار در سال استفاده می‌کنند تا بتوانند به سطوح بی‌سابقه‌ای از رضایت مشتری برسند و تمام ابعاد عملیاتی خود را تسریع کرده و به آن انعطاف بدهند. کلید مهندسی مجدد رها کردن مفاهیم اولیه‌ای است که سازمان مدرن بر اساس آن‌ها بنا می‌شود.

## ۲۴ - مقاله‌های وارن بافت: درس‌هایی برای آمریکای سازمانی، با ویرایش لاورنس

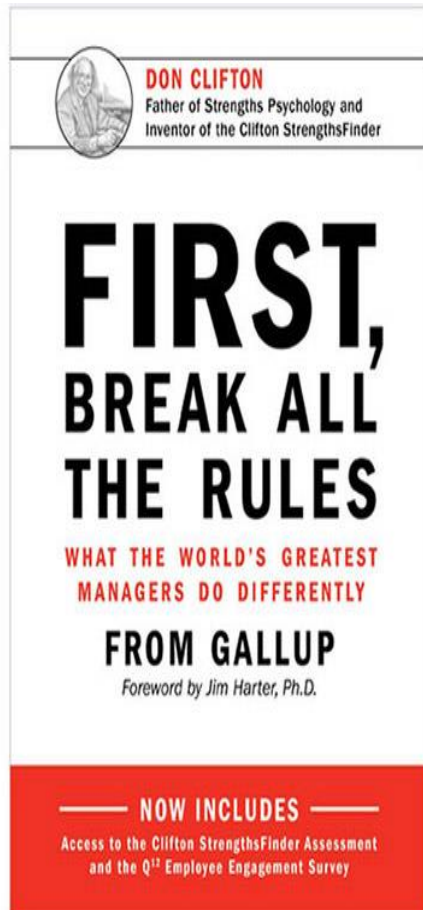


### ای. کانینگهام

ماندگاری و محبوبیت این کتاب تأییدی بر میل گسترده به سمت تألیف منحصر به فرد افکار بافت است که جامع، غیر تکراری و قابل هضم است.



۲۵ - اول تمام قوانین را بشکن: مدیران برجسته دنیا چه کار متفاوتی را انجام می دهند، اثر جیم هارتر



انتشارات گالوپ یافته‌های برجسته مطالعه‌ی انقلابی خود در مورد بیش از ۸۰ هزار مدیر را در این کتاب ارائه می‌کند و به معرفی اقدام‌های متفاوت بزرگترین مدیران جهان می‌پردازد. این کتاب با درس‌هایی در مورد مشاغل و اقدامات ضروری و ایده‌هایی برای پیاده‌سازی آن‌ها، یکی از پرخواننده‌ترین کتاب‌ها برای مدیران در تمامی سطوح است.



نویسنده: سارا ارجمند



## آشنایی با مهارت های کتاب خوانی برای کودکان



بچه هایی که به خانواده های گسترده تعلق دارند، نسبت به بچه هایی که دسترسی کمتری به افراد بزرگسال دارند، در خواندن پیشرفته ترند.

بین ساختار خانوادگی و موفقیت کودک در خواندن و زبان، روابط دو جانبه ای وجود

دارد که یکی از مهم ترین آنها در حیطه ی تعامل با بزرگسالان است.

بچه هایی که به خانواده های گسترده تعلق دارند و به طور مرتب به دیدن اعضای بزرگ تر فامیل می روند و با بزرگسالان به گردش و مسافرت می روند و به انجام فعالیت های مختلف می پردازند، نسبت به بچه هایی که دسترسی کمتری به افراد بزرگسال دارند، در خواندن پیشرفته ترند.

این خبر برای والدین ناامید و خسته خبر خوبی است: توانایی های زبانی فرزندان و توانایی آنها در خواندن تنها به شما بستگی ندارد. اگر می خواهید بچه هایی بار بیاورید که هم عاشق خواندن و هم مطالعه کننده های موفقی باشند. ایجاد ارتباط بین آنها و بزرگسالان دیگر می تواند کمی بار را از دوش شما بردارد.

اگر والدینتان مهمان شما هستند. از آنها بخواهید در این قصه خوانی شبانه شرکت کنند. اغلب پدربزرگ ها و مادربزرگ ها دوست دارند که بدین ترتیب مرکز توجه قرار بگیرند. گهگاهی از والدین یا از همسایه های مسن ترتان بخواهید هنگامی که از خانه بیرون می روید از فرزندانتان مراقبت کنند. مطالب خواندنی نیز در اختیارشان قرار دهید تا با بچه ها بخوانند.

اگر بچه ها عادت کرده باشند که فقط والدین خودشان برایشان کتاب بخوانند، ابتدا باید آنها را آماده کرد تا بتوانند از سبک کتاب خوانی بزرگسالان دیگر لذت ببرند. برای او



تفاوت در سبک رفتاری افراد را توضیح دهید. اگر کسی می خواهد برای اولین بار برای فرزندانتان قصه بخواند، بهتر است کتاب جدیدی را در اختیار او قرار دهید، تا این که کتابی را بخواند که مورد علاقه بچه هاست و داستان آن را از بر می دانند.

قانونی وجود ندارد که بگوید فقط بزرگسالان باید برای بچه ها کتاب بخوانند، بچه های بزرگ تر می توانند از این فرصت استفاده کنند.

وقتی کوچک ترها می بینند که خواندن چقدر مهم است و می بینند که بزرگ ترها با موفقیت می خوانند، خود نیز برای خواندن انگیزه پیدا می کنند. اگر فرزند بزرگ تر خود را تشویق کنید کتاب های مورد علاقه خود را با صدای بلند بخواند بسیار موثر است.

کودک کتاب خوان می خواهید؟

خواندن با صدای بلند، باعث فصاحت می شود و دایره لغات بچه ها را بهبود می بخشد و به آنها می آموزد که چگونه با حالت و لحن مناسب بخوانند. جلب رضایت شنوندگان کم سن و سال کار ساده ای نیست و کسی که می خواهد قصه را با موفقیت بخواند باید با احساس، با صدای واضح و با لحن مناسب بخواند.

اگر به طور موقت این نقش خود را به فرزند بزرگ ترتان محول کنید تجربه خوبی به دست می آورد و ممکن است انگیزه پیدا کند که این نقش را به خوبی اجرا کند. هنگامی که روابط نسبتاً صلح آمیز است، بچه های کوچک تر از صرف وقت با خواهران و برادران بزرگ تر خود سود می برند.

وقتی کوچک ترها می بینند که خواندن چقدر مهم است و می بینند که بزرگ ترها با موفقیت می خوانند، خود نیز برای خواندن انگیزه پیدا می کنند. اگر فرزند بزرگ تر خود را تشویق کنید کتاب های مورد علاقه خود را با صدای بلند بخواند بسیار موثر است.

## مهارت های کتاب خوانی برای کودکان





برای کودکان برخی از کتاب ها جذاب نیست. شاید آنها از نوع چاپ کلمات، عکس های کتاب یا طراحی جلد کتاب خوششان نیامده و کتاب برای آنها کسل کننده باشد. باید به سلیقه کودک احترام گذاشت، حتی اگر آن کتاب یکی از شاهکارهای ادبی باشد. از دید کودکان نگاه کنید: این عجیب نیست که کتابی برای کودکی جالب نباشد و او تمایلی به شنیدن داستان نداشته باشد. در اینگونه موارد او را توبیخ نکنید و به وی اصرار نکنید که شنونده آن کتاب باشد.

والدین باید به کتاب از دید کودک نگاه کنند. برای کودکان برخی از کتاب ها جذاب نیست. شاید آنها از نوع چاپ کلمات، عکس های کتاب یا طراحی جلد کتاب خوششان نیامده و کتاب برای آنها کسل کننده باشد. باید به سلیقه کودک احترام گذاشت، حتی اگر آن کتاب یکی از شاهکارهای ادبی باشد.



محمد نظری گندشمین

هنگام خواندن کتاب وقتی به کلمات جدید می رسید، معنی آن را برای بچه ها بگویید و چند سوال هم درباره آن برایشان مطرح کنید. همچنین به عکس العمل فرزندتان توجه کنید. هر وقت احساس کردید خسته شده است، کتاب خواندن را متوقف کنید.

## کتاب خوانی سریالی و مصائبش



از قدیم گفته اند دل باید جوان باشد وگرنه سن عدد است البته جوان ماندن دل راه دارد راهش هم هیچ ربطی به بزرگ دوزک کردن و جراحی زیبایی و این چیزها ندارد فقط کافی است کارهایی را که در جوانی حوصله انجامش بود و در

میان سالی به بهانه های مختلف از انجامش سر باز می زنیم، دوباره شروع کنیم یکی از این کارها خواندن سریالی رمان های یک نویسنده است یادم هست که در جوانی آثار خیلی از نویسندگان را سریالی می خواندم

البته مد سال های جوانی و اواخر نوجوانی نسل من، ماکسیم گورکی بود و میخائیل شولوخف. بعد به دلایل سلیقه همان روزگار، رسیدم به ژرمینال امیل زولا که بعد از خواندنش تصمیم گرفتم هرچه کتاب از مجموعه ۲۰ جلدی خانواده روگن ماکار ترجمه شده، به ترتیب بخوانم. خوشبختانه سه رمان از این مجموعه («سهم سگان شکاری»، «زمین» و «دارایی خانواده روگن») را دکتر محمدتقی غیائی ترجمه کرده بود. از یک طرف تسلط دکتر غیائی بر ادبیات فرانسه و از سوی دیگر ترجمه سه رمان به هم پیوسته از این مجموعه، کاملاً بر من خواننده بدون ادعای آن زمان، تأثیر مطلوبی داشت. نثر هر سه رمان یکدست بود و همه اصطلاحات و اسم های خاص یکدست ترجمه شده بود؛ بنابراین واقعا حس می کردی از یک نویسنده کتاب های مختلف می خوانی. البته «ژرمینال»، شاهکار زولا، با ترجمه سروش حبیبی هم برای خودش شاهکاری مضاعف



بود. آن زمان مرحوم فرهاد غبرایی هم دو کتاب از زولا ترجمه کرده بود: «شکست» و «آسوموآر». ترجمه هایی خوب و باز هم شانس خواندن دو اثر یکدست از نظر ترجمه از یک نویسنده؛ اما خواندن کتاب های دیگر این مجموعه (که بهتر است اسم مترجمانش را نبرم) فاجعه بودند. با هزار زحمت و گشتن در دخمه های خیابان انقلاب، مثلا ترجمه ای از «نانا» یا «دکتر پاسکال» پیدا می کردم که انگار نه انگار نویسنده اش امیل زولا است. در کتاب هایی که قرار بود زندگی دو خانواده روگن - ماکار را شرح دهد، پسر خاله شده بود پسر عمه و دایی شده بود عمو. این تازه کمترین مشکلات این ترجمه ها بود. اصلا اثری از رد پای ناتورالیستی ای که در ترجمه ها غبرایی و غیائی و حبیبی دیده بودم، در این کتاب های پیدا نمی شد. یک داستان بی سر و ته بود که باید خودم در خیالات خودم امیل زولایی اش می کردم. اکنون یک نسل از آن روزگار می گذرد و من هرچه را آثار جوانی است، رد کرده ام؛ اما چند وقتی است که دوباره افتادم به سریالی خواندن. به چندین دلیل که از جمله تمایلم به شناخت نشانه شناسی و زبان شناسی و این چیزها، «اومبرتو اکو» برایم جالب ترین نویسنده شده است. در یک برنامه هدفمند تصمیم گرفتم تمام آثار ادبی ترجمه شده از اکو را بخوانم. فکر نمی کردم اکنون که ۳۰ سال از دوران امیل زولا خوانی من گذشته است، در اومبرتو اکو خوانی دچار همان مشکل تاریخی شوم. من عنوان این مشکل را با گرته برداری از خود اومبرتو اکو می گذارم: بیش تفسیری برآمده از چند مترجمی! خیلی من در آوردی است، می دانم؛ اما باور کنید همین طور است. اتفاقا این مشکل الان با کثرت پدید آمده از نظر تولید مترجم بیشتر به چشم می خورد.

کافی است تصمیم بگیرید رمان های یک نویسنده را سریالی بخوانید و گیر کنید در بیش تفسیری و بدفهمی های مترجم ها از متن. انگار که نویسنده شما پاره پاره می شود و شما به جای خواندن کم کم تبدیل می شوید به پازل درست کردن از متن های یک نویسنده واحد با نثرها و تفسیرهای متفاوت! اولین رمان اومبرتو اکو، یعنی نام گل سرخ





را چندین سال پیش با ترجمه مترجم عزیزی (که بگذارید اسمش را نیاورم) خواندم. وای که چه زجری بود! فکر کردم خب دارم رمانی از یک فیلسوف می خوانم و معلوم است که رمان پیچیده است... کم کم فکر کردم لابد من خیلی بی سوادم درباره این رمان... به هر جان کندن شد، رمان تمام شد؛ ولی نفهمیدم چرا این رمان یکی از عجایب ادبیات شده است. تا اینکه چند سال پیش رمان «آونگ فوکو» با ترجمه رضا علیزاده را خواندم. «آونگ فوکو» به عنوان سخت ترین رمان اومبرتو اکو تحلیل شده است. خواندنش غیر از فهرست مطول ارجاعت فرامتنی که از خصوصیات اکو است، هیچ سختی ای نداشت. تازه فهمیدم اومبرتو اکو خواندن یعنی چه. خوشبختانه این مترجم دو رمان دیگر از این نویسنده «بائودولینو» و ایضا «آنک نام گل» (که همان نام گل سرخ باشد) و همچنین کتاب «اعترافات رمان نویس جوان» را ترجمه کرده است. حالا تقریبا احساس می کنم می فهمم اومبرتو اکو خوانی یعنی چه. اخیرا خبر رسید که آقای مترجم عزیزی، آخرین رمان اکو یعنی «شماره صفر» را ترجمه و منتشر کرده است و این ترجمه متأسفانه پر از اشتباه است.

خوشبختانه گویا رضا علیزاده هم در حال اتمام ترجمه این کتاب است و می توانم صبر کنم آن ترجمه بیرون بیاید؛ ولی در اینجا می خواهم از مترجمان خوب خواهشی کنم و به قول جوان ها بگویم: بی خیال کپی رایت! آن را که نداریم؛ دست کم به فکر ما خوانندگان باشید. وقتی می بینید مترجمی روی آثار یک نویسنده خارجی تمرکز کرده و کارهای وی را مرتب ترجمه می کند، شما از ترجمه موازی آثار چشم بپوشید. مسابقه که نمی دهید، کار فرهنگی می کنید. لیلی فرهادپور



## چگونه کتابخوان شویم

چگونه کتابخوان شویم مقاله زیر یکی از نوشته های محمدرضا شعبانعلی است که توصیه های کاربردی و بسیار خوبی برای افزایش سهم مطالعه در زندگی، را در آن



مطرح می کند. سالهاست که هر وقت به من میگویند چه توصیه هایی برای پیشرفت بیشتر و بهتر داری، من کتاب خواندن را توصیه میکنم. اخیراً بعضی دوستانم میگویند که ما میخواهیم، اما به هزار و یک دلیل نمیشود. به عنوان آدمی که پانزده سال اخیر متوسط روزانه ۷۰ صفحه کتاب را خوانده ام، سعی کردم چند نکته مهم در این زمینه را اینجا بنویسم: **اول اینکه** تلاش کنید غیر از فارسی زبان دومی را هم بدانید. طبیعی است دست شما در پیدا کردن کتاب مناسب بازتر میشود. شاید برای کسانی که کار فنی میکنند یا فلسفه میخوانند، زبان آلمانی، برای مدیریت و اقتصاد زبان انگلیسی و برای شیفتگان ادبیات زبان فرانسه گزینه های جذابی باشند. البته من در این مورد صاحب نظر نیستم و این حرف کاملاً سلیقه شخصی من است. دانستن زبان دوم حتی میزان درک زبان اول را نیز بالا می برد. این نکته ای است که سالهاست در روانشناسی اثبات شده است. **دوم اینکه** کتابهایی بخوانید که خوب ترجمه شده باشد. متأسفانه در جامعه ما، ترجمه بسیار سلیقه ای است و انسانهای زیادی را می بینید که برای یادگرفتن بهتر زبان، دست به ترجمه کتابها میزنند. حتماً در زمان خرید یک کتاب، یک صفحه آن را به صورت تصادفی باز کنید و کامل بخوانید و اگر دیدید با نگارش راحت نیستید کتاب را نخرید. حتی اگر مطمئن ترین فرد آن کتاب را به شما توصیه کرده بود. من کاملاً اعتقاد دارم بسیاری از ما به خاطر ترجمه های بد و ضعیف، کتاب زده شده ایم. **سوم اینکه** در



شروع کار به سراغ کتابهای کلاسیک نروید. مارک تواین زمانی گفته بود: «کتابهای کلاسیک، کتابهایی هستند که هیچکس حوصله ندارد بخواند اما همه آرزو میکنند که ای کاش آنها را خوانده بودند!». یکی از دوستان من برای شروع کتابخوانی رمان «در جستجوی زمان از دست رفته» نوشته مارسل پروست را گرفته بود. آلن دو باتن در مورد این کتاب میگوید: خواندن این کتاب دو پیشنهاد دارد: تنهایی کشنده و پای شکسته! به همین دلیل توصیه میکنم که سراغ لیستهایی شبیه: «۱۰۰ کتاب یا ۹۰ کتاب یا ۲۲ کتاب یا که قبل از مرگ باید خواند نروید» **چهارم اینک**ه) برای کتابخوانی زمان و مکان مشخصی در نظر بگیرید. یک صندلی یا یک پستی یا یک گوشه اتاق یا داخل مترو یا هر جا که دوست دارید، اما عادت کنید که زمان و مکان مشخصی وجود داشته باشد و همیشه در آنجا کتاب. به این شکل ذهن شما شرطی میشود. هر وقت در آن محل قرار گرفتید ناخودآگاه، ذهن شما متمرکز میشود و آماده کتاب خواندن میشوید. به شخصه فکر میکنم سجاده هم یکی از کارکردهایش این است که ما را برای نماز خواندن شرطی میکند و وقتی روی آن می ایستیم، تمرکز پیدا میکنیم (البته بعضی شرطی شده اند که روی سجاده به بدهیها و طلبهایشان فکر کنند! **پنجم اینک**ه) هدفهای بزرگ نگذارید. اگر بتوانید روزی ۳ صفحه کتاب بخوانید و همیشه بخوانید بهتر از روی ۳۰ صفحه است که گاهی آن را ترک کنید. اگر هم مدتی روزی سه صفحه خواندید هیجان زده نشوید و هدف خود را بالا نبرید. باید سیستم ذهن و زندگی ما به تدریج به سبک جدید عادت کند. **فعلاً اینک**ه) اگر شازده کوچولو نوشته اگزوپری را نخوانده اید یا قلعه حیوانات جرج اورول را نخوانده اید، یا اگر دنبال کتاب ساده ای برای فلسفه میگردید و دنیای سوفی (نوشته یاستین گوردِر) را نخوانده اید یا اگر «هبوط در کویر» شریعتی را نخوانده اید شاید بهتر باشد فعلاً از همین ها شروع کنید و به سراغ کتاب دیگری نروید.

موفق باشید - روزنوشته های **محمد رضا شعبانعلی**



## کتاب خوان ها در ایران، عزیزم کجایی، دقیقا کجایی؟



شنیده ایم که جامعه امروز دچار بی مسئله‌گی یا اگر ترجیح می‌دهید، گرفتار مسائل کاذب است. آدمیان می‌کوشند تا با خودشان، با مسائلشان و به طور کلی با حقیقت مواجه نشوند و در نتیجه مسائل کاذبی را جعل می‌کنند تا چند صباحی با آن‌ها خوش باشند؛ این جعل مسائل کاذب وجه دیگری از کارکرد فرهنگ عمومی است و در این معنا فرهنگ و تمدن برای صیانت از خود نیازمند فریب انسان‌ها هستند؛ لذا افزایش میزان مطالعه، ارتقای دانش و حتی بالا بردن فرهنگ، همه از یک قماشند.

امروزه شعار «ترویج فرهنگ مطالعه» از زمین و زمان به گوش می‌رسد؛ معنای این شعار واقعاً چیست؟ روشن است که این ترویج نسبت به محتوای مطالعه بی تفاوت است، هدف فقط افزایش میزان مطالعه و بالا رفتن سرانه‌ای است که فرهنگ دوستان ایرانی با شرمساری از آن یاد می‌کنند؛ «واقعاً چرا ما با این سابقه فرهنگی و تحصیلات بالا کتاب نمی‌خوانیم و راهکارهای برون رفت از این وضعیت چیست؟»





علت اصلی این سوءفهم در قبال حقیقت، تن سپردن به مفهوم عامیانه و غیرنقادانه از حقیقت به مثابه یک دادهٔ ایجابی است؛ در این معنا، حقیقت مجموعه ای از داده های ایجابی یا گزاره های صادق است که می توان با مطالعه و یادگیری آن ها به حقیقت دست یافت. همین برداشت از حقیقت نیز امروز در نهادهای آموزشی (از آموزش و پرورش تا آموزش عالی) حاکم است که «تفکر» را به «یادگیری» فرو می کاهد. این رویکرد وجه نفی کننده و نقادانهٔ حقیقت را نادیده می گیرد و تفکر را با حافظه خلط می کند. اما

سؤال بعدی که به ذهن متبادر می شود این است: **مگر می شود تفکر را هم آموخت؟** پارادوکس اصلی در همین تلاش برای آموختن نهفته است. برخلاف شعارهای مد روز در راستای آموزش تفکر نقادانه (و مضحک تر از آن، آموزش خلاقیت!)، پاسخ سؤال فوق روشن است: «خیر، تفکر را نمی توان آموخت، تفکر به واسطهٔ نسبت مسئله دارش با حقیقت از تن سپردن به آموزش سر بازمی زند. حقیقت را نمی توان آموخت و آموزاند، حقیقت اگر آموخته شود بلافاصله از وجه نفی کنندهٔ خود تهی شده و در نتیجه به ناحقیقت بدل می شود».

علاوه بر این، مشکل اصلی یک انسان فقدان دانش نیست، تا زمانی که مسئله ای وجود نداشته باشد خروارها دانش نیز هیچ راهی به حقیقت نخواهد داشت؛ لذا این تعبیر که امروز گاهی در گفتار اساتید مطرح می شود واجد سطحی از حقیقت است: «مشکل جامعه ما فقدان پاسخ نیست، بلکه فقدان پرسش است.» پاسخ های بسیاری در کتاب فروشی ها خاک می خورند و کسی اصلاً سراغشان نمی رود، چرا؟ چون اصلاً مسئله ای در نسبت با حقیقت وجود ندارد. مسئله حقیقت داشتن، فرد را تشنه و مستعد تفکر می سازد و تازه اینجاست که مطالعه می تواند به میانجی خودکاوی های دیگران، به مواجههٔ فرد با مسئلهٔ خود سمت و سو دهد.



پس اولاً، مطالعه فی نفسه مشکلی را حل نمی کند و این خود فرد است که نهایتاً باید با مسئله اش مواجه شده و آن را رفع نماید؛ ثانیاً، تا زمانی که مسئله ای وجود نداشته باشد یا مطالعه ای رخ نخواهد داد، یا حتی اگر مطالعه ای هم صورت پذیرد صوری و بی حاصل خواهد بود؛ در نتیجه تلاش های مذبوحانه برای «ترویج فرهنگ مطالعه» مانند مادرانی که به زور به کودکانشان غذا می دهند، نه تنها بی ثمر، بلکه اساساً مخربند. تا مسئله ای وجود نداشته باشد، مطالعه کردن و مطالعه نکردن ماهواً تفاوتی با یکدیگر ندارند؛ لذا سؤال بعدی که احتمالاً همان رویکرد عامیانه از ما خواهد پرسید این است: «پس چگونه مسئله را ایجاد کنیم؟»

اولاً، مسئله را نمی توان به صورت فرمایشی از بالا ایجاد کرد یا دستور داد؛ مسئله را نمی توان انتقال داد؛ مسئله واجد جنبه ای منفی است که نمی توان آن را به داده های ایجابی تقلیل داد؛ مسئله نتیجه مواجهه نقادانه فرد با وضعیت خویش است. البته می توان بستری را فراهم آورد که بر مبنای آزادی بیان و تضارب آرا امکانی برای گفت و گو حول مسائل مختلف فراهم آورد، اما آیا شما متولیان «ترویج فرهنگ کتاب خوانی» واقعاً به دنبال همین هدف هستید؟ مسئله دار (پروبلماتیزه) کردن جامعه؟ مطمئن هستید؟ این شما را نمی ترساند؟ کمی حواستان را جمع کنید، آیا شما واقعاً خواهان رواج تفکر انتقادی در جامعه هستید؟ آیا تبعاتش را می پذیرید؟

شنیده ایم که جامعه امروز دچار بی مسئلهگی یا اگر ترجیح می دهید، گرفتار مسائل کاذب است. مسائل زودگذر و فریبنده ای بر اذهان انسان ها سایه افکنده اند که اگر معیار را «حقیقت» بدانیم، همگی همراه کننده اند. آدمیان می کوشند تا با خودشان، با مسائلمان و به طور کلی با حقیقت مواجه نشوند و در نتیجه مسائل کاذبی را جعل می کنند تا چند صباحی با آن ها خوش باشند؛ این جعل مسائل کاذب وجه دیگری از کارکرد فرهنگ عمومی است و در این معنا فرهنگ و تمدن برای صیانت از خود نیازمند فریب انسان ها هستند؛ لذا افزایش میزان مطالعه، ارتقای دانش و حتی بالا بردن



فرهنگ، همه از یک قماشند؛ خود مسئله «**ترویج فرهنگ مطالعه**» یکی از همین مسائل گمراه کننده است.

پرسش های فوق ما را به سوی پرسش های عمیق تر و کلیدی تر سوق می دهند که در یادداشت حاضر مجالی برای پرداختن به آن ها نیست: «کدام فرهنگ» و «کدام حقیقت؟» اما می توان ادعا کرد که آرمان ارتقای فرهنگ اگر در معنای راستین «ارتقا» به کار رود چیزی نیست جز نفی دیالکتیکی فرهنگ موجود؛ و همین جاست که متولیان فرهنگ (از مسئولان وزارت ارشاد و نهادهای ریز و درشت فرهنگی گرفته تا حتی نویسندگان و ناشران و منتقدان و به طور کلی «اهالی اهلی شده اهلی ساز فرهنگ») همگی موضعی محافظه کارانه بر ضد حقیقت نفی کننده و نقادانه اتخاذ می کنند و دانسته یا نادانسته از عباراتی همچون «**ارتقای فرهنگ عمومی**» یا امید به «**بافرهنگ شدن**» مردم در نخ نماترین و ارتجاعی ترین معنا سخن می گویند. اما حقیقت از بطن مواجهه نقادانه باین همه بر خواهد خواست و در نتیجه، یک سره نبرد است، نبرد با خود و دیگران. حقیقت را نمی توان آموخت، نمی توان منتقل کرد، نمی توان دستور داد، نمی توان محاسبه کرد، نمی توان تجویز کرد، نمی توان در داده های ایجابی نمایش داد، بلکه

## کتاب پرنده است



حقیقت را فقط می توان زیست و بر سر آن جنگید؛ نبردی روشمند تا پای جان.





<http://farda.fr/002CMn>

<http://farda.fr/001rIV>

<http://enshasara.ir/>

<http://www.vahidnasiri.com>

<http://farda.fr/002B32>

<http://www.neeloofar.org/alizamaniyan.html>

[http://behdashtnews.ir/fa/news-details/16968/-](http://behdashtnews.ir/fa/news-details/16968/)

<http://www.aftabnetdaily.com/>

<http://www.wired.com/>

<http://www.psychologytoday.com/blog/the-athletes-way/201401/reading-fiction-improves-brain-connectivity-and-function>

<https://virgool.io/@sadeh/> معایب کتابخوانی

[http://m.tarjomaan.com/barresi\\_ketab/8457/](http://m.tarjomaan.com/barresi_ketab/8457/)

[https://www.aftabir.com/articles/view/art\\_culture/issue/c5\\_1487655349p1.php/](https://www.aftabir.com/articles/view/art_culture/issue/c5_1487655349p1.php/) کتاب خوان ها در ایران, عزیزم کجایی, دقیقا کجایی

[https://www.aftabir.com/articles/view/art\\_culture/issue/c5\\_1513589616p1.php/](https://www.aftabir.com/articles/view/art_culture/issue/c5_1513589616p1.php/) چگونه کتابخوان شویم

[https://www.aftabir.com/articles/view/art\\_culture/issue/c5\\_1497539816p1.php/](https://www.aftabir.com/articles/view/art_culture/issue/c5_1497539816p1.php/) کتاب خوانی سریالی و مصائبش

[https://www.aftabir.com/articles/view/social/family\\_home/c4\\_1404814075p1.php/](https://www.aftabir.com/articles/view/social/family_home/c4_1404814075p1.php/) آشنایی با مهارت های کتاب خوانی برای کودکان



# محمد نظری کند شمین

کارشناس ارشد روانشناسی

کارشناس امور بهزیستی

۰۹۱۴۳۵۴۲۳۲۸

<http://nazaribest.samenblog.com/>

<https://telegram.me/successmotivathion>

[nazaribest@yahoo.com](mailto:nazaribest@yahoo.com)

<http://ketabesabz.com/authors/1505>

۱۳۹۸/۸/۲

