

فصلنامه ادبی

انارستان

سال چهارم، شماره ۱۱، پاییز ۱۴۰۲

سردبیر، مریم گندمی‌ثانی

مدیرمسئول، سیده غزل مصطفوی



نشریه‌ی دانشجویی

انارستان

فصلنامه ادبی شماره‌ی مجوز: ۳۲۰/۶۰۳۵

صاحب امتیاز: کانون فرهنگی ادبی انارستان

سرمدبیر: مریم گندمی ثانی

مدیر مسئول: غزل مصطفوی

طراح و صفحه‌آرا: مبینا نکویار

ویراستاران: صبا غفاری، کیانا کوهستانی

هیئت تحریریه:

مریم گندمی ثانی، غزل مصطفوی، مهدیه قدیسی پور، فاطمه

رجبعلی‌زاده، امیرعلی نهادی، کیانا کوهستانی، فائزه یوسفوند،

مهسا چاجی، سیاوش خالقی‌مقدم، فاطمه رجبعلی‌زاده،

امیررضا عابدین‌زاده، امیررضا آفتاب‌طلب، پگاه فرشچیان،

نویسا خوافی، صبا غفاری، ساره حسینی، ریحانه جراری، فاطمه

عباسی، محمدرضا عبدی، جواد جوادی



در معرفی شخص این شماره نشریه، همراه شما خواهیم بود با شاعری که شاید هنوز آوازه‌ی اشعارش را نشنیده باشید اما بی‌شک ترانه‌هایی از آثار این هنرمند بزرگ را گوش داده‌یم.

افشین یداللهی از شاعران معاصری بوده است که از تاثیرگذارترین شاعران و ترانه‌سرایان چند دهه‌ی اخیر در ایران به شمار می‌رفت.

۵	سخن سردبیر مریم گندمی ثانی علوم آزمایشگاهی، ورودی بهمن ۹۹
۶	سخن مدیر مسئول غزل مصطفوی علوم تغذیه، ورودی بهمن ۹۹
۷	سخن ابتدایی مهدیه قیسی پور علوم آزمایشگاهی، ورودی بهمن ۱۴۰۰

به شیرینی انار

۹	Savage night مریم گندمی ثانی علوم آزمایشگاهی، ورودی بهمن ۹۹
۱۰	شب چشمان تو فاطمه رجبعلی زاده علوم تغذیه، ورودی بهمن ۹۸
۱۱	قرار آرام امیر علی نهادی علوم آزمایشگاهی، ورودی بهمن ۱۴۰۱
۱۲	تاریکی خسته کیانا کوهستانی علوم تغذیه، ورودی مهر ۱۴۰۰
۱۳	تلنگر فائزه یوسفوند فناوری اطلاعات سلامت، ورودی بهمن ۱۴۰۱
۱۴	شعر سیاه سیاوش خالقی مقدم علوم آزمایشگاهی، ورودی مهر ۹۹
۱۵	شب ندارد سر خواب- گل کو مهسا چاجی علوم تغذیه، ورودی مهر ۱۴۰۱
۱۶	شب صلح فاطمه رجبعلی زاده علوم تغذیه، ورودی بهمن ۹۸

بخند مثل انار

۱۹	طنز شب ساره حسینی فناوری اطلاعات سلامت، ورودی مهر ۱۴۰۰
۲۱	روشنای تاریکی ریحانه جراری علوم تغذیه، ورودی بهمن ۱۴۰۰

در حاشیه

۲۴	نقد روز امیررضا آفتاب‌طلب علوم تغذیه، ورودی مهر ۹۸	۲۵	جشن سده امیررضا عابدین‌زاده علوم آزمایشگاهی، ورودی مهر ۹۹
۲۷	ایکیگای پگاه فرشچیان علوم تغذیه، ورودی مهر ۱۴۰۱ نویسا خوافی علوم تغذیه، ورودی بهمن ۱۴۰۱	۲۹	ادبیات فارسی در فرهنگ غربی صبا غفاری علوم تغذیه، ورودی مهر ۱۴۰۰

کافه انار

۳۲	افشین یداللهی صبا غفاری علوم تغذیه، ورودی مهر ۱۴۰۰	۳۳	شب آخر (افشین یداللهی) صبا غفاری علوم تغذیه، ورودی مهر ۱۴۰۰
۳۴	کتابخانه‌ی نیمه شب ساره حسینی فناوری اطلاعات سلامت، ورودی مهر ۱۴۰۰	۳۵	معرفی موسیقی فاطمه عباسی فناوری اطلاعات سلامت، ورودی مهر ۹۹
۳۶	معرفی نمایشنامه "کالیگولا" محمدرضا عبدی علوم آزمایشگاهی، ورودی مهر ۹۹		

میکروفون انارستان

۳۹	مصاحبه انارستان جواد جوادی علوم آزمایشگاهی، ورودی بهمن ۹۹
----	---

سخن سردبیر

«خروش آرامش»

تفسیر تو از «شب» چیست؟ نمی‌دانم!

فقط می‌دانم من شب را در کنار تو، پابرهنه بر رطوبت ساحل شنی و در کنار دریای متوحشی تصور می‌کنم که خروش موج‌هایش سکوت بینمان را می‌رباید؛ و من با موسیقی نگاهت، کودکانه برایت می‌رقصم.

باران می‌گیرد و دریا طوفانی‌تر از پیش سمفونی هیبتش را می‌نوازد. موج‌هایش را با شدت بیشتری سمت من و توها می‌سازد. اما به زدودن آرامش میانمان موفق نمی‌شود.

و خداحافظی خورشید و طلوع تاریکی، تا ابد برای من یادآور همان شب است؛ که پیوند دستانمان برای یک جهان، خودنمایی می‌کرد.

و شب هم‌رهی‌ست در آن هنگام که قرار بی‌قراری قلب‌هایی را در تلالؤ توحشش رقم می‌زند.



مریم گندمی‌ثانی

سردبیر نشریه‌ی فرهنگی ادبی **انارستان**

رشته‌ی علوم آزمایشگاهی، ورودی بهمن ۹۹



سخن مدیرمسئول

شب، زمانی از روز است که خورشید، یار همیشگی زمین، در آغوش تاریکی فرو می‌رود و آسمان را سیاه می‌پوشاند. تاریکی، همچون فرشی پرنقش و نگار، آسمان را می‌پوشاند و ستارگان را همچون الماس‌های درخشان بر آن می‌نشانند. ماه، همچون شمعی روشن، در تاریکی می‌درخشد و راهی را برای رهگذران شب می‌گشاید**.

شب، زمانی از آرامش و سکوت است. زمانی که می‌توان از هیاهوی روزمره دور شد و به خود فرصتی برای تفکر و آرامش داد. زمانی که می‌توان به صدای قلب خود گوش داد و با خود خلوت کرد. زمانی که می‌توان به رویاها فکر کرد و به آینده امید بست.

شب، زمانی از جادو و رمز و راز است. زمانی که می‌توان به دنیای دیگری سفر کرد. زمانی که می‌توان افکار و تخیلات خود را آزاد کرد و به اوج پرواز برد. زمانی که می‌توان با خیال راحت به عشق و امید فکر کرد.

شب، زمانی از تنهایی و غم است. زمانی که می‌توان با خود خلوت کرد و به فکر فرو رفت. زمانی که می‌توان به عزیزانی که از دست داده‌ایم فکر کرد. زمانی که می‌توان به شکست‌هایی که خورده‌ایم فکر کرد.

شب، زمانی از عشق و رمانتیک است. زمانی که می‌توان با عزیزانمان وقت گذراند و خاطرات جدید ساخت. زمانی که می‌توان به حرف‌های یکدیگر گوش داد و به یکدیگر عشق بورزیم. زمانی که می‌توان به آینده‌ای مشترک فکر کرد.

شب، زمانی از امید و آرزو است. زمانی که می‌توان به آینده فکر کرد و برای رسیدن به اهداف تلاش کرد. زمانی که می‌توان به دنیای بهتری فکر کرد و برای آن تلاش کرد. زمانی که می‌توان به رستگاری فکر کرد و برای آن آماده شد.

شب، زمانی از تناقض و تضاد است. زمانی که آرامش و سکوت در کنار جادو و رمز و راز، تنهایی و غم در کنار عشق و رمانتیک، و امید و آرزو در کنار ناامیدی و شکست، در کنار یکدیگر قرار می‌گیرند.

شب، زمانی از زیبایی و معناست. زمانی که می‌توان به آرامش رسید، به رویاها فکر کرد، و دنیا را از دیدگاهی متفاوت دید.

شب، زمانی است که تاریکی و روشنایی، عشق و نفرت، امید و ناامیدی، زندگی و مرگ، در کنار یکدیگر قرار می‌گیرند و به زیبایی و معنای جهان می‌افزایند.

سیده غزل مصطفوی

مدیرمسئول نشریه‌ی فرهنگی ادبی انارستان

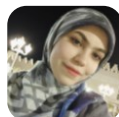
رشته علوم تغذیه، ورودی بهمن ۹۹





افسانه شب

در وصف شب، سخنان بسیار گفته‌اند. اما من افسانه‌ی شخصی‌ام را می‌خوانم؛ افسانه شب! افسانه‌ای در خور سروصدای رویا در دیوان عالی ذهن. همه کس در آنجا حضور دارند؛ حسرت‌ها، مجرمان اصلی و احساسات شاکیان عاصی! طغیان درون است و تن، آرام گرفته در آغوش شب، بس داستان را شنیدنی می‌کند. بردباری عقل و سکوت شب، موسیقی ستودنی عارف است که از زخم سر باز کرده، نواخته می‌شود. اما تن همچنان آرام است و شب را پیروی می‌کند؛ همانطور که شب می‌بخشد و تاریک می‌شود تا روشنایی ستاره میان اهل زمین سیری ناپذیر باشد، تن سکوت را فدای آزادی روح می‌کند. و چه زیباست، پرواز این رهایی!





به شیرینی انار





Savage night

I have become into a night
Savage, gloominess, anguish... .

sad but hopeful inside. Dark but no
anger. I'm as calm as a night can be
and also passionate as a night can
cause to.

Yeah, you know what I'm talking
about, the night we met. Darkness
inside your eyes passed through my
nights and painted a galaxy on my
bedroom's ceiling which I every second
of the days wait for the darkness to
come and dissolve the shadow that
has been covered the brightness of it,
to make your eyes' galaxy glow which I
will be able to watch it all the night
until twilight arrives and the sun rises.

Since The night you touched my heart,
I have been feeling your caresser
breath inside my lungs. From that
point on, I'm inhaling you not the air.
So even my body cells need you to be
survived. Furthermore, without you
my breath will be stopped and
vanished as a warmth of a day dies
with rising a night.

You are the oxygene of my nights, the
light of its darkness. You're the breeze
of my loneliness at nights which warm
me till the morning like a kiss on the
forehead does.

مشاهده ترجمه

مریم گندمی ثانی

رشته علوم آزمایشگاهی

ورودی بهمن ۹۹



من شب را دوست دارم، در نظرم شب نه برای شکنجه و رنج بلکه برای آرامش و تامل در اندیشه و لذت از عظمت تنهایی خلق شده است تا پناهی باشد برای ذهن‌های خسته‌ی روح‌های ازهم گسیخته و نجوایی باشد از جنس آرامش که بتوان رها از زنجیر زمان به آن گوش دل سپرد.

انسان‌های شب بیدار، بیش از دیگران سایه‌های پنهان شکوه شب را، آنجا که خالق نزدیک‌تر و ستارگان روشن‌ترند، درک و سپس لمس کرده‌اند و به همین علت در طول روز سکوت را به آوای عظیم رویاها در شب ترجیح می‌دهند.

در دل سیاهی بی‌انتهای شب، همان جا که ستارگان، در محفل ماه به رقص و

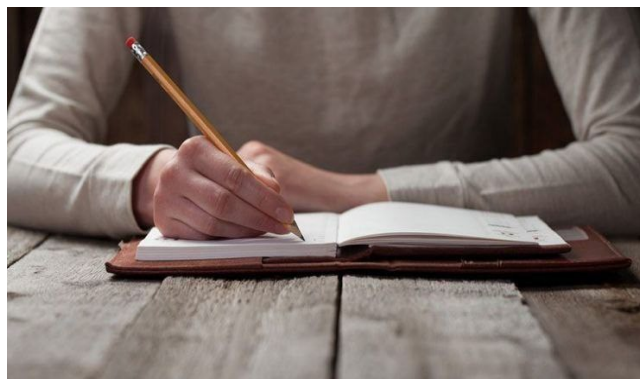
پایکوبی مشغول‌اند و مستانه می‌خندند، من در سکوت به تو فکر می‌کنم، همانند هزار شب گذشته که تنها در شب می‌شد به شکوه تو فکر کرد و به هوای چشم‌های تو در انتظار نشستم که این انتظار از در ثانیه‌های فانی گذران زندگی من نمی‌گنجد.

در شب هزارویکم، همان زمانی که فغان درد در سینه‌ام خفه می‌شود و در فراغ سرای چشم‌های تو جان به لب می‌شوم، مجنون‌وار می‌خواهم بی‌نهایت شب را در چشمان تو به بند بکشم تا هر بار تنها من، شاهد درخشش پرفروغ ماه در چشمان تو باشم و غرق شوم در نیستی و سکوت سیاهی که تنها از رویاها سخن می‌گوید.

می‌خواهم غرق شوم در رویایی که شب در آن طلوع امید و پویایی است نه سرآغاز رنج دلتنگی و تنهایی آدمیان، شب در چشمان تو زندگی در این رویا را برای من می‌سازد.

من شب را بخاطر چشمان تو دوست دارم.





قرار آرام

شب برایم معنای آرامش داشت. می‌توانستم بخوابم، همه چیز و همه کس را به همان چیزها و کس‌ها بسپارم. به خودشان!

وقتی از رنج زندگی روزمره خسته می‌شدم؛ دوست داشتنی‌ترین دفترم را برمی‌داختم و هدف‌های فردا را می‌نوشتم.

سعی می‌کردم که به این نظم چک لیست برای رشد کردن و بهتر شدن امیدوار باشم...

امیدوار باشم که در طغیان زندگی، آینده افقی است پر از نور و مقصد در پشت بوته‌های راهم پنهان شده

خستگی از زندگی روزمره پایانی ندارد. ما اغلب تعداد بسیاری روزهای سخت و آزار دهنده را می‌گذاریم و تعداد کمی روز بی نقص و پر از شادی.

ابه لای کلمات، لابه لای توصیفات، دنبال زیباترینشان بودم تا احساس قدردانی‌ام را به این تیره‌ی مهربان ابراز کنم.

سکوت محض... در اتاقم را می‌بندم. در حینی که دارم مسواک می‌زنم به کارهای کرده و نکرده‌ام فکر می‌کنم. یک خوشبو کننده‌ی دهان با طعم قهوه در دهان می‌گذارم و میرم جلوی آینه که با خودم حرف بزنم. اول از همه لبخند می‌زنم...

انعکاس عشق من به خودم.

بعدش شروع می‌کنم و با قشنگترین لحنی که یادم نمی‌آید این روزها در صحبت‌هایم با کسی به کار برده باشم؛ به خودم سلام می‌کنم.

چطوری؟ خوبی؟! نه واقعا خوبی؟!!

آره چرا که نه عالی‌ام وقتی که تورو دارم. میدونی چقدر امروز تلاش کردی که بهتر از بقیه ی وقتا باشی؟ ممنون که یه روز پر تنش دیگه‌ای رو بدون ایجاد خطر و به خوبی به شب رسوندی.

احساس آرامش می‌کنم و چشم‌هایم را می‌بندم و باز هم خودم را جلوی آینه تصور می‌کنم؛ با همان لبخند آرام.

ادامه می‌دهم: «فردا روز بهتریه. امشب قراره بخوابی و خواب بهتریه».

شب مثل یک آدم مهربان بدون قضاوت کردن به من اجازه‌ی صحبت کردن می‌دهد. اجازه می‌دهد با خودم حرف بزنم و از روزی که داشتم با اطمینان خاطر شکایت کنم و درنهایت به خواب‌های رنگی و احساس نرمی پتو دل خوش کنم.

شب را دوست دارم. به آسمان خیره می‌شوم، بدون پلک زدن مرا در خود غرق می‌کند. انگار جو متراکمش من را در برگرفته. احساس متفاوتی دارم. انگار از یک دنیا آزار دهنده به جهان آرامش وارد شده‌ام. خود را رها می‌کنم، پر باز می‌کنم به مانند شهاب‌سنگی ملتهب و به دنبال

سکون در قلبم می‌گردم. ذرات این سیاهی را لمس می‌کنم. میتوانم کل ستاره‌ها را بغل کنم. کل آسمان می‌تواند برای من باشد. روی بالش ابرهای مشکی نامرئی، به لکه‌های صورت ماه نگاه می‌کنم.



امیرعلی نهادی
رشته علوم آزمایشگاهی
ورودی بهمن ۱۴۰۱





تاریکی خسته

سرد است و مه شب‌ها غلیظ

دست‌ها پوشانده چشم‌ها

و که میدید ترس افکنده در دل شب را

که میدید غم دزد و نفس‌گیر را

شب آمد و رخنه کرد در جان‌ها

مغزها پوچ و خسته و حیران

کسی با خود دمی پرسید

که آتش چیست؟ گرما چیست؟

عاقبت دانی

اتاق فکر تاریک است

کسی بر روشنی‌اش نمی‌کوشد

ازین پس به تو گویم

که نور هست و

منی باقیست تا وصال نور



کیانا کوهستانی

رشته علوم تغذیه

ورودی مهر ۱۴۰۱





تلنگر

+نه مامان چندبار میخوای تکرار کنی؟

در اتاق باز شد کوله اش رو انداخت روی تخت و با همون لباس ها نشست روی زمین، به تختش تکیه داد و غرق گوشی شد، یه لبخند گشاد و نگاهی که از صفحه ی چت برداشته نمیشد... هوای اتاق تاریک شد چیزی بجز نور گوشی وسط اتاق دیده نمیشد، یهو به خودش اومد و از جاش پرید، وای خدای من بازم غذا سوخت! به سمت آشپزخونه دوید و خیلی زود برگشت و زیر لب در حالی که داشت میگفت نیمرو هم غذای بدی نیست، لامپ اتاق رو روشن کرد و به سمت آینه رفت؛ توی اون زیباترین دختر دنیا رو میدید، شب براش پر بود از آرامش و عشق. روزهایی که گذشت و شور و شوقی که کم کم رو به نابودی رفت، لبخندی که کمرنگ شد و چشم هایی که هر روز بی رمق تر از همیشه به گوشی نگاه می کرد و در نهایت شبی از راه رسید که پر بود از اشک های بی امان و هق هق هایی که با فشار دست ها روی لب،

تاریکی شب، روشنی روز رو بلعیده بود. سرمای هوای خونه باعث شد به سمت اتاق قدم بردارم. پله ها رو یکی یکی بالا رفتم، در اتاق رو که باز کردم، چشم هام به دختری افتاد که کنار شومینه روی زمین نشسته، زانوهاش رو بغل کرده و به پنجره ی اتاق خیره شده، نگاهش رو که دنبال کردم، چیزی جز سیاهی و سکوت شب ندیدم اما انگار برای اون اینجوری نبود. سکوت شب پر بود از هیاهو و صداهایی که اشک میشد و سر میخورد روی گونه هاش، یهو همه جا عوض شد؛ پرت شدم به چند سال قبل همینجا، یک روز گرم تابستونی که نور آفتاب از پنجره می تابید روی کف چوبی اتاق. با صدای ضعیفی که به گوشم خورد، سرم رو سمت در برگردوندم
_دخترم یادت نره شعله گاز رو خاموش کنی، من دارم میرم.



شد؛ ازدواج با مردی که دوستش نداشت، بچه هایی با یک مادر دلمرده، آرزوهایی که هیچ وقت محقق نشدند و چیزی بجز حسرت از اونها نمود و در نهایت بیماری، پیری، مرگ!

خودم رو بالای سنگ مزارش دیدم، سعی کردم اسمش رو بخونم، آوا شک ..شکو ..شکوهی ...نه غیرممکنه!

جیغ کشیدم و با صدای جیغم از خواب پریدم عرق سردی روی پیشونیم نشسته بود، خودمو در حالی که کنار شومینه خوابم گرفته بود و پیراهنم خیس اشک بود، دیدم. این نمی‌تونه پایان من باشه... نگاهم به سمت آسمون رفت، سرمه‌ای شده بود و رو به روشنی میرفت ...دقیقا همونجوری که زندگی من باید پیش بره.

نگاهم به عکس کنار تختم افتاد، بلند شدم و برش داشتم به سمت شومینه قدم برداشتم. برای آخرین بار نگاهش کردم اما اینبار بدون هیچ حسی، دردی که توی یک شب بلاخره از استخون گذشت و دیگه حس نشد.

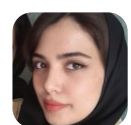
شبی که با گذشتش، آوای ضعیف و شکننده رو هم برای همیشه با خودش برد. عکس رو انداختم توی شومینه، خاکستر شد و دفن شد؛ درست مثل احساسام، این شبی که صبح شد با همه ی صبح های دیگه فرق داره، اون کسی که خوابید، همونی نیست که بیدار شده.

به صدای قطره های بارون، به خش خش برگ‌ها و صدای پرنده‌هایی که پشت پنجره اتاقم پناه گرفته بودن، گوش میکردم؛ خدای من امروز چقدر روز قشنگیه، یه دوش آب گرم گرفتم و با لذت صبحانه‌ام رو خوردم. امروز کلی کار دارم؛ از سر زدن به محل کار سابقم، تا کلاس تئاتر و ساز نیمه رها شده، دیدن دوست‌های قدیمی‌ام و البته مادربرگم، آخ که چقدر دلم برای همشون تنگ شده. موهام رو خشک کردم و رفتم جلوی آینه، رژ قرمز رو کشیدم روی لبهام و با عشق به خودم خیره شدم... "به زندگی جدیدت خوش اومدی دختر."

به خفگی محکوم شدند، روزهای خاکستری شروع شد و دختری که روز به روز به سمت پوچی پیش می‌رفت، نگاهش توی آینه، چیزی بجز عیب و نقص رو نمیدید...

زمان سرعت گرفت و روز و شب پشت هم سپری شد، رسیدم به همون شب اولی که دیده بودمش... از جاش بلند شد عکسی که کنار تخت‌اش بود رو برداشت؛ در حالی که بهش خیره شده بود، لبخند تلخی ماسید روی لب‌هاش. به سمتش قدم برداشتم، یک عکس دونفره دیدم با خنده‌های از ته دل ... دوباره زمان سرعت گرفت و من توی چند ثانیه شاهد روزهای بعد از اون شب بودم، کاری که نیمه راه‌ها

فائزه یوسفوند
رشته فناوری اطلاعات سلامت
ورودی بهمن ۱۴۰۱



شب ندارد سرِ خواب - گل‌کو

شب ندارد سرِ خواب.
می‌دود در رگِ باغ
باد، با آتشِ تیزابش، فریادکشان.
پنجه می‌ساید بر شیشه‌ی در
شاخِ یک پیچکِ خشک
از هراسی که ز جایش نر باید توفان.

من ندارم سرِ یأس
با امیدی که مرا حوصله داد.
باد بگذار بپیچد با شب
بید بگذار برقصد با باد.
گل‌کو می‌آید
گل‌کو می‌آید خنده به لب.

گل‌کو می‌آید، می‌دانم،
با همه خیرگیِ باد
که می‌اندازد
پنجه در دامانش
روی باریکهٔ راهِ ویران،
گل‌کو می‌آید
با همه دشمنیِ این شبِ سرد
که خطِ بیخودِ این جاده را
می‌کند زیرِ عبایش پنهان.

شب ندارد سرِ خواب،
شاخِ مایوسِ یکی پیچکِ خشک
پنجه بر شیشه‌ی در می‌ساید.

من ندارم سرِ یأس،
زیرِ بی‌حوصلگی‌های شب، از دورادور
ضربِ آهستهٔ پاهای کسی می‌آید.

احمد شاملو - ۱۳۳۰

مهسا چاجی

رشته علوم تغذیه

ورودی مهر ۱۴۰۱



۱۵

مهسا چاجی
شب ندارد سرِ خواب - گل‌کو

شعر سیاه



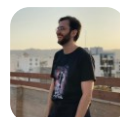
قسم به شب
واقعی ترین حس
دردناک و پر از ترس
بهترین حالت اما بدترین شکل
پاره می‌شود
مرز بین خیال و واقعیت
افکارم در کجاست
تمام نمی‌شود قصه
من آماده نبودم
من آماده نیستم
دیوار فرو ریخته است
اما ادامه دارد
معنا می‌گیرد در تاریکی
روشنایی و امید
تصمیم مهم است
اما عمل مهم تر
خرابه های روحم
آرام جمع می‌شود
شاید باری دیگر
بشود تلاش کرد
هیچ زمان دیر نیست
تا خاموش نشده این شمع
پایان می‌دهم بر همه چیز
طلوع آفتاب زیباست
حس گرمی بر گونه‌هایم
زندگی اینجا است
در لحظه و رها
پرواز به اوج آسمان



۱۶

شعر سیاه
سیاوش خالقی مقدم

سیاوش خالقی مقدم
رشته علوم آمایشگاهی
ورودی مهر ۹۹





شب صلح

شب مثل یک سایه، تاریک، مرموز بود مانند شهری پر از غم و اندوه که مارا به دوش می‌کشید. ما بر هرقدمی که بر عمق تاریکی برمی‌داشتیم، بر غم و اندوه شهر می‌افزودیم. هرقدم، مارا بیشتر از پیش در سیاهی شب غرق می‌کرد و ما هر لحظه، بیشتر خودمان را پیدا می‌کردیم. شاید در ابتدا تاریکی آزاردهنده و حتی شکنجه بود و ما ناشکیبانه دست و پا می‌زدیم تا بر سرمای غم این تاریکی مسلط شویم و خود را به نور گرمابخش خورشید که نوازشگر روح ما بود جان خود را بازگردانیم؛ غافل ازینکه همان لحظه که از خورشید دورتر شده بودیم، این نیمه دیگر ما بود که مارا به سمت خود می‌کشید تا لحظه صلح را رقم بزند ...

ما را همه شب نمی‌برد خواب
ای خفته روزگار دریاب
در بادیه تشنگان بمردند
وز حله به کوفه می‌رود آب



فاطمه رجبعلی‌زاده

رشته علوم تغذیه

ورودی بهمن ۹۸





بخند مثل انار



طنز شب

سلامی به قشنگی لبخند مادر و پدر

امیدوارم خوب باشین، حال دلتون و روزاتون رنگی رنگی باشه و از خوردن این متن لذت ببرین. مرسی که وقت میذارین و میخونین ☺ .

یکسری از شبها، نه تموم میشن و نه راحت میذارن؛ همون شبهایی که خودشونو مثل یک طناب ضخیم و سفت دورت میپیچونن و نمیذارن یه لحظه آسوده باشی. تازه، یه قدرت دیگه هم دارن و اون اینه که ذهن خون خوبی هستن و به راحتی تو مغزت میچرخن و تفکرات رو هم میزنن: / . نمیذارن به چیزی جز خودشون فکر کنی و یا یه کوچولو به مغزت استراحت بدی. یکی از شبها، شب امتحانه که هممون چندین و چندبار تجربه شون کردیم؛ شبهایی که با استرس خوابیدیم و فرداش، بعد از امتحان جابارو با دوستانمون چک می کردیم و واسه هر جواب درستی نوشته بودیم، شادی می کردیم و برای هر جواب اشتباه، ناراحت میشدیم. یادش بخیر، با وجود استرسی که داشتن اما لحظات قشنگی بودن. مثل دوازده سال تحصیلی که گذشت و این چهارسال کارشناسی که هست و آینده ای نه چندان دور که شاهدش خواهیم بود.

فکر کنم شما هم تجربه ش کرده باشین، وقتی تو اتاقتونین و درگیر یه سری کارها و تکلیفا هستین، امکان نداره خانواده صداتون نزنن و شما مدام اون کارها رو ول کنین و جوابشون رو بدین (البته که اهمیت خانواده خیلی خیلی بالاتر از بقیه چیزاست). اما، اما امان از شب امتحان، نه خانواده با ما کار داره، نه صدای رو اعصاب آژیر ماشین تو خیابون بلند میشه، نه کسی زنگ یا تکست میزنه، نه صدایی از بیرون یا درون خونه شنیده میشه، همه چیز در سکوت مطلق و عمیق فرو رفته و این شرایط بیشتر به عذاب وجدان مون دامن میزنه . خیلی شرایط سختیه، خیلی. باور کنین هر وقت بازی کردن بچه ها رو میبینم، بهشون میگم: تا میتونین بازی کنین و تا میتونین آتیش بسوزونین. چون این دوران دیگه برنمیگرده و تکرار نمیشه. پس با تمام توانتون شادی کنین، بازی کنین و اجازه بدین کودک درونتون تصمیم بگیره. وقتی بزرگتر شدین و برگشتین و به گذشته نگاه کردین، شرمنده کودکتون نشین و با خودتون نگین: حیف که بیشتر کودکی نکردم هی کودکی، یادت بخیر.

امشب من، یکی از اون شبای امتحانه، که نه میتونم درس بخونم و نه عذاب وجدان میذاره کار دیگه ای بکنم. جزوه جلوم بازه اما به همه چی فکر میکنم الا این جزوه بی نوا و آزمون فردا .

+ مغز: سلاممم، من اومدم. چیشده؟ داشتنی غیبت منو می کردی؟ آره؟ ☺

_ من: سلام مغز، نه بابا غیبت چی . راستی، مدادی که هفته پیش خریدم کو؟! اون لباس چرا اونجاعه؟ کمد رو باید تمیز کنم.

+ وایسا ببینم چرا اینقدر فکر میکنی؟ اون دفتر چیه؟ عینکام کو؟ نمیبینم چی نوشته توش. آها، پیدا کردم.

" ترشح هورمون ها از هیپوتالاموس مغز و " . به به امتحان داری، نه؟ بعد داری به تمیز کردن کمد و پیدا کردن اشیا گم شده فکر میکنی، آره؟ چشم منو دور دیدی باز؟

نگاهی به جزوه میکنم و آروم میشینم سرجام، گفتم نمیذاره هیچ کار دیگه ای بکنیم! (///) جزوه دردرساز . اه

+ جواب منو ندادی اینقدر هم به اون جزوه بد و بیراهه نگو .

- بله امتحان دارم، ولی دوست ندارم بخونم.

راستی اون روز

+ بسه، به هرچی فکر کردی. پاشو پاشو. میخواد رو تخت درس بخونه برای من که بعد خوابش بگیره و دهن منو صاف کنه. بدو پشت میز بشین و چشمات رو به جزوه بدوز.

چشم، فقط به جزوه نگاه کن. آهای گوش ها، در ورودی تون رو ببندین، نذارین هیچ صدایی بیاد تو. دو تا دست، یکی مداد رو نگه داره و اون یکی دیگه



کله این بچه رو (منظورش همون دست زیر چونه س). پلک، خودتو سفت نگه دار و سعی کن خسته نشی. بقیه ارگان های عزیز، شما به فعالیت خودتون ادامه بدین.

+ بخش حافظه، از قشر مخ به حافظه، صدامو داری؟ * بخش حافظه: بله قربان به گوشم.

+ وضعیت آماده باش، فردا روز امتحانه. باید یه عالمه مطلب رو به خاطر بسپری.

* اوه، چشم قربان. بچه ها وضعیت قرمز، حالت آماده باش.

* قربان ، انجام شد.

+ خوبه، مرسی.

عه، تو که هنوز شروع نکردی، زود باش دیگه. با سلیطه بازی مغز، ورق به ورق جزوهم رو می خونم و حافظه بیچارم حفظ میکنه. کم کم دارم خسته میشم، همه جام درد گرفته.

++ (اون ور قشر مخ): آهای ، چه خبره اینجا؟ چیکار داری میکنی برادر من؟ صدای کل بدن بلند شده.

+ شما دخالت نکن، این بچه فردا امتحان مهمی داره.

++ چی چیو دخالت نکنم؟ امتحان داشته باشه. قرار نیست که کل بدنشو فدای یک امتحان کنه. باید درس بخونه، درست اما باید تحرک هم داشته باشه.

+ این از پشت میز بلند بشه، دیگه برنمیگرده.

++ یعنی چی این کاریه!

صداها دارن ناپدید میشن. نمیتونم سرم رو نگه دارم. سرمو میذارم رو جزوه. چشمام رو ساعت قفل میشه ولی نمیتونم درست ببینم. اوه سه صبحه. هوا هنوز تاریکه. چشمام داره بسته میشه و یه خواب شیرین.



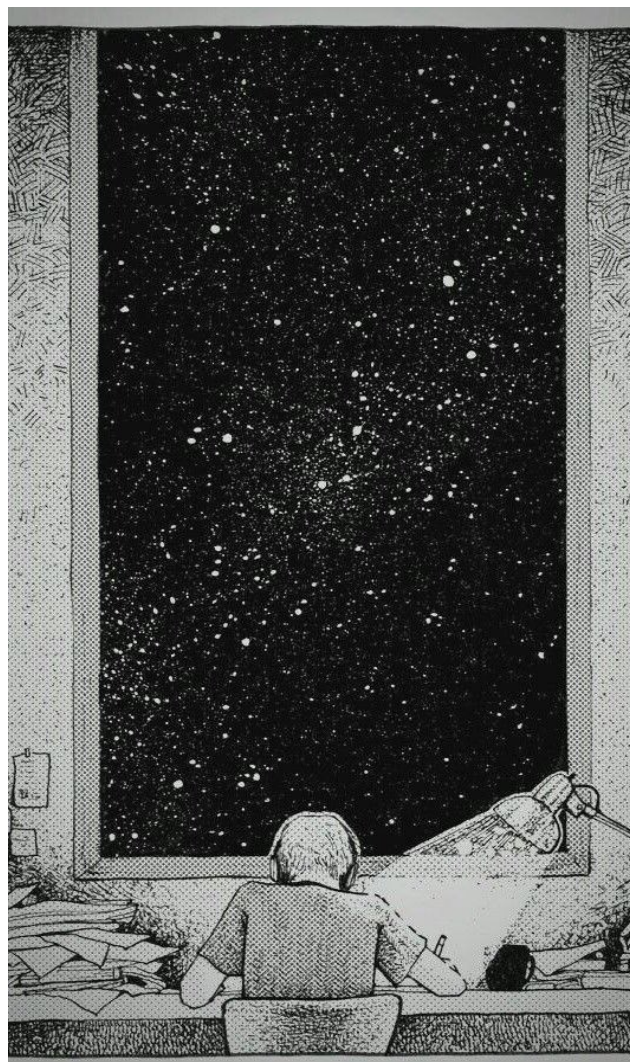
ساره حسینی
رشته فناوری اطلاعات سلامت
ورودی مهر ۱۴۰۰



کنیم. فقط به همین علت.

خلاصه که ما دانشجویها می‌دونیم چطور می‌شه از لحظه لحظه‌های زندگی لذت برد. از طرف دیگه شب قابلیت‌های دیگه‌ای هم داره. از جمله اون جرقه‌های طبع شعر و شاعری و مکالمات عمیق آخرشبه. اینجاست که آدم‌های بیش فعال زیرپوستی رو می‌شه شناسایی کرد. کسانی که وقتی توی روز باهاشون چشم تو چشم می‌شی، سیگماهای مغرور سردی هستن که بی تفاوت از کنارت میگذرن. اما شب‌ها سفره دلشونو برات باز می‌کنن و روح‌های لطیف خودشونو نمایان می‌کنن.

البته که شب‌ها فقط برای قشر دانشجو حواشی نداره. هیچ‌کس نمی‌تونه درک کنه اون شب‌هایی که استاد ۶۰ تا سوال ترکیبی طرح کرده، تا بتونه فردا با



روشنای تاریکی

شب‌ها همیشه آرامش خاصی رو همراه خودشون دارن اما از اونجایی که نوروهای مغزی هم نسل‌های من هیچ وقت قصد نداشتن که اجازه بدن از یک زندگی نرمال و آرام لذت ببریم؛ تازه ۲ شب به بعد فعالیت مغزیمون شروع می‌شه و توان بدنیمون به حدی می‌رسه که می‌تونیم حتی قله‌ها رو فتح کنیم.

همونطور که می‌دونین سکوت و انس شب رو هیچ‌کس غیر از قشر دانشجوی فرهیخته نمی‌تونه درک بکنه؛ پس تصمیم می‌گیریم که نگذاریم شگفتی‌های شب با خوابیدن از بین بره و تنها دلیلی که یک ترم جزوه‌ها رو نخونده رها می‌کنیم اینه که شب امتحان با عشق زیر نور ماه ۵۰۰ صفحه رو تورق



ارتباط چشمی باهاش برقرار کرده میگذرونه. اینطوری روز بعد رو با دست پر به محافل گفتمان کاملا علمی و فرهنگی می‌پیونده .

اما درمورد شب‌های به یاد ماندنی در فرهنگ ما!!! از اونجایی که برای ما ایرانی‌ها هیچ چیز در این دنیا خاطر انگیزتر از لذت خوردن نیست؛ حتی طولانی‌ترین شب سال رو اختصاص می‌دیم به این‌که این یک دقیقه وقت اضافه‌امون رو تا دقیقه ۹۱ بازی شب چله، تست کنیم که ظرفیت خفگی بر اثر خوردن ماده خوراکی برامون چقدر می‌تونه باشه. خلاصه که هر چی از شب‌های راز آلود بخوام براتون بگم تمومی نداره. فقط امیدوارم هرطور که در اون نیمه تاریک محروم از پرتو در میان گردش این کره خاکی رو می‌گذرونید حال دلتون خوب باشه.



امتحان‌ش پایه دانشجوهاشو در ترم‌های متعدد آینده قوی کنه، با چه کیفیتی می‌خواهه .

در این میون کسایی هم هستن که شب رو به خواب اختصاص می‌دن و این ساعت‌های خاموشی رو با خیالی آسوده می‌خوابن. اینا همونایی هستن که در طول ترم مافیاهای جزوه‌نویسی رو تشکیل می‌دادند و همیشه اطلاعات جزوه‌هاشون محرمانه تر از اسناد سازمان سیا بوده.

بدون شک توی هر جمعی حداقل یک نفر وجود داره که شب‌هاشو با شناسایی تک تک اکانت‌ها، در تمامی پلتفرم‌های موجود و هک کسی‌که امروز تنها ۵ ثانیه





در حاشیه

پای یک دیوار مستی ژنده‌پوش
بانگ سر می‌داد و می‌پرسید هان
ماه و خورشید و فلک رام که است؟
عاقلان از خدا هم بی‌نیاز
عزت آن ماست گر ناباورید
اینچنین می‌گفت و با هوایی مدید
هرچه از خود برشمارید آن صفات
تا بزرگی از قضا آنجا رسید
پیش آنان تاجری خوشنام بود
دست بر سینه به تعظیم و قیام
او گذر می‌کرد تند و سر به‌زیر
تا که دید آن مست هوهو می‌کند
ایستاد آنجا و در اندیشه رفت
مرحیایی گفت و نزد او نشست
جمع حیران شد از آن کار شگفت
گفت از ما صد سلام و صد درود
جان من اینجا دل بازار نیست
دست‌بوسی این جماعت را سزا است
بگذر و نام نکو ننگین مکن
مرد لب‌خندی زد و گفت ای عزیز
خلق سرگردان تو تنها شادکام
در مرام تو که انسانی پُری
عاقلان را گاه نزد خود نشان
مست گفت از ما چه برخیزد عزیز؟
اینچنین بوده‌ست از روز ازل
تاب بدنایم ندارد عاقلی
مرد گفت آری در این وادی نخست،
نکته‌ای لیک از قلم انداختی
داوری از جام خود می‌خواستی
خلق دانی از چه سرگردان شدند
بر نخستین مست چون بیداد رفت
محتسب او را که در زنجیر کرد،
تا نخستین ضربت شلاق زد،
آری آتش رفت تا هفت آسمان
شاهی و پیش ستمگرها خموش
جام ما آیا به ما خود داشت خیر
نیست مستی راستی تا گشت خم
راست باش و همت عالی ببند
آتش این فتنه را خاموش کن
بگذر از نام بد و نام نکو
مست برپا خاست در مستی گریست
بعد یک مدت که شوقش چیره شد
سرخ رویش به سمت زرد رفت
بوی می از هوی جانسوزش شنید
بر دلش آمد ندا هان ای فلان
هفت شهر عشق را آن مرد گشت
عالمی را دل‌پیشان یافتی
گر ز دشنام و دعا وارسته‌ای
دانه چون وارست و شد سروی بلند
رند شهر آشوب هم سرگرم خود

جام می در دست با جوش و خروش
ای خلاق کیست شاه این جهان؟
گردش این چرخ بر کام که است؟
دور خود سرگشته می‌چرخند باز
داوری را نزد این جام آورید
جرعه‌ای از جام خود سر می‌کشید
هیچ‌کس بر او نمی‌کرد التفات
شور و غوغایی ز خلق آمد پدید
پس نصیبتش عزت و اکرام بود
هرکه با یک شیوه کردش احترام
با سلام و یک تبسم ناگزیر
بی‌محل آن نقل واگو می‌کند
بعد سمت مست عاشق‌پیشه رفت
خم شد و بوسید او را جام و دست
مست را هم زان سبب خنده گرفت
ای نکومرد این خطا دیگر چه بود؟
چاکرت هم شیخ و دُکان‌دار نیست
پشت اینان نام و نان در اقتداست
جامه هم از جام ما رنگین مکن
این تو این هم کام تشنه می‌بریز
حیفت از آنان نیامد خوش‌مرام؟
کی کجا می‌گنجد این تن‌هاخوری؟
جرعه‌ای در کام آنان می‌فشان
عقل با رندی نیامیزد عزیز
پس چرا کوشم به لطفی بی‌محل؟
این مگو دیگر! تو خود صاحب‌دلی
شرط، بدنامیست آری این درست
بر حساب خلق چون پرداختی
بشنو گر در ادعایت راستی
دست بر دامان نامردان شدند
آبروی عشق هم بر باد رفت
بی‌مه‌با حد زد و تعزیر کرد،
آتشی بر پهنی آفاق زد
جام بالاتر نیامد از دهان
داد شد بیداد و تو در عیش و نوش
تا کنون خیری رسد از آن به غیر؟
پشت مست بی‌جَنم پیش ستم
جام را تا عرش‌اعلی کن بلند
نکته‌ها سر بسته گفتم گوش کن
عزت گمگشته‌ی مستی بجو
سر به زیر افکند از او پرسید کیست
سر بر آورد و به چشمش خیره شد
مرد با لب‌خند هوایی کرد رفت
سوخت وان زردی رویش شد سفید
رندی و آزادگی آن بود آن
کز من و ما و بد و نیکو گذشت
سوی تسکین دلی نشنافتی
بی‌ثمر اینجا چرا بنشسته‌ای؟
سایه‌ی رحمت به خاک خود فکند
پس که گوید داد خلق آخر چه شد؟



قدمت برگزاری این جشن، به گفته محققان تاریخ، حتی به قبل از برگزاری جشن نوروز بر می‌گردد. این جشن، از مهم‌ترین جشن‌های زرتشتیان جهان است که در تاریخ دهم بهمن ماه یا «آبان روز از بهمن ماه» برگزار می‌شود. در این جشن زرتشتیان به ستایش اهورامزدا و پایکوبی می‌پردازند و همراه با آن، عده‌ای نیز به نواختن ساز مشغول می‌شوند. در این جشن باستانی، خواندن شاهنامه و نقالی نیز رواج دارد. جشن سده در گذشته به همراه جشن‌های نوروز و مهرگان، از مهم‌ترین مراسم در ایران باستان بوده است؛ گرچه امروزه این مراسم را با گستردگی قدیم برگزار نمی‌کنند، برای زرتشتیان در همه نقاط جهان، این جشن اهمیت خود را حفظ کرده است. جشن سده را با نام جشن آتش یا جشن زمستان نیز می‌شناسند و در بعضی نقاط کشور از این جشن با نام «سده سوزی» یاد می‌شود. مهم‌ترین نشانه جشن سده، آتش است و زرتشتیان آتش را به نشانه قدرت و عظمت اهورامزدا پریا و همگی در جمع کردن هیزم برای روشن کردن آن، مشارکت می‌کنند. آتش نقش قابل‌توجهی در تمام جشن‌ها و مراسم زرتشتیان دارد و پیروان این دین احترام زیادی برای آن قائل هستند. از دیگر مشخصه‌های برگزاری جشن سده، جمع شدن زرتشتیان در کنار هم و نزدیکی افراد به یکدیگر است. در گذشته بر فراز بام خانه‌ها و در نقاط بلند شهر و روستا آتش روشن و این جشن را با شادی و رقص برگزار می‌کردند.



• چرا سده؟

درباره وجه تسمیه جشن سده روایت‌های مختلفی وجود دارد. یک روایت به ارتباط جشن سده با عدد ۱۰۰ اشاره می‌کند و روز دهم بهمن را صدمین روز پس از شروع فصل سرما از ابتدای آبان ماه می‌داند؛ زیرا در گذشته اول آبان را زمان شروع فصل سرما می‌دانستند. از طرف دیگر از ۱۰ بهمن تا اول بهار نیز ۵۰ روز و ۵۰ شب باقی مانده است که روی هم ۱۰۰ می‌شوند. در این نظریه به دلیل بلند شدن روز و شب از تاریخ دهم بهمن به بعد، روز و شب را جداگانه شمارش می‌کنند. بنا بر روایت دیگر، از تاریخ جشن سده تا زمان برداشت غلات، ۱۰۰ روز طول می‌کشیده است و به

همین دلیل در این تاریخ جشن سده را برگزار می‌کردند. در آثار باقی مانده از ابوریحان بیرونی نیز به ارتباط بین جشن سده با عدد ۱۰۰ اشاره شده است؛ اما بعضی از مورخان معتقد هستند که ارتباطی بین نام‌گذاری جشن سده به این نام با عدد ۱۰۰ وجود ندارد. بنا بر نظر این دسته از تاریخ‌شناسان، سده در زبان اوستایی معنی برآمدن خورشید و طلوع کردن می‌دهد و چون در روز دهم بهمن، چله بزرگ تمام می‌شود، زمین رو به گرم شدن و زایش خواهد رفت؛ بنابراین ایرانیان باستان پایان چله بزرگ و آغاز چله کوچک را در این روز با جشن سده برگزار می‌کردند و با برپایی آتش، گرم شدن زمین و نزدیک شدن بهار را نوید می‌دادند.

• آیین جشن سده:

در زمان باستان برای برگزاری جشن سده از اوایل بهمن ماه مردم دور یکدیگر جمع می‌شدند و در محلی هیزم و چوب خشک را انباشته می‌کردند. گرچه در شب جشن سده بر بام بسیاری از خانه‌ها آتش روشن می‌کردند؛ اما آتشی بزرگ به صورت دسته‌جمعی در نقطه‌ای مرتفع روشن می‌شد. جوان‌ترها با مشعل‌های روشن دور هیزم‌ها می‌گشتند و پس از سه بار چرخیدن، توده هیزم‌ها را روشن می‌کردند. مردم از گرمای آتش به وجد می‌آمدند و نور و حرارت آتش دل‌های مردم را گرم و اتحاد میانشان را بیشتر می‌کرد.

هم‌زمان با سوختن هیزم‌ها مردم به جشن و پایکوبی می‌پرداختند. در ابتدا تنها روشن کردن آتش بخش اصلی جشن سده بود که در طول زمان، برنامه‌های موسیقی و رقص محلی نیز به آن اضافه شده است. پس از فرو نشستن آتش نیز مردم با اسب از روی آتش می‌پریدند و جشن را خاتمه می‌دادند. کشاورزان خاکستر باقی مانده از آتش جشن سده را روی زمین‌های خود می‌ریختند و آن را باعث برکت محصول خود می‌دانستند.



• سده در شاهنامه:

بسیاری از روایت‌ها ریشه در شاهنامه فردوسی دارند و بر مبنای داستان‌های حماسی این کتاب شکل گرفته‌اند. بنابر یکی از داستان‌های شاهنامه، هوشنگ شاه پیشدادی در تفرج صحرائی‌اش برای دفاع از خود، سنگی آتش‌زا به سمت ماری پرتاب کرد و برای نخستین بار جرعه آتش کشف شد و کنترل آن به دست انسان افتاد. بنابر روایت‌های موجود، این داستان در زمان جشن سده اتفاق افتاده است و روز دهم بهمن ماه را روز کشف آتش می‌دانند. به همین دلیل جشن سده را به منظور چیرگی آتش بر اهریمن برگزار می‌کردند و آتش از عناصر اصلی این جشن به شمار می‌رود. چند بیت از شعر فردوسی در شرح داستان به این شرح است:

دل سنگ گشت از فروغ آذرنگ

فروغی پدید آمد از هر دو سنگ

سده نام آن جشن فرخنده کرد

یکی جشن کرد آن شب و باده خورد

ز هوشنگ ماند این سده یادگار

بسی باد چون او دگر شهریار



امیررضا عابدین‌زاده

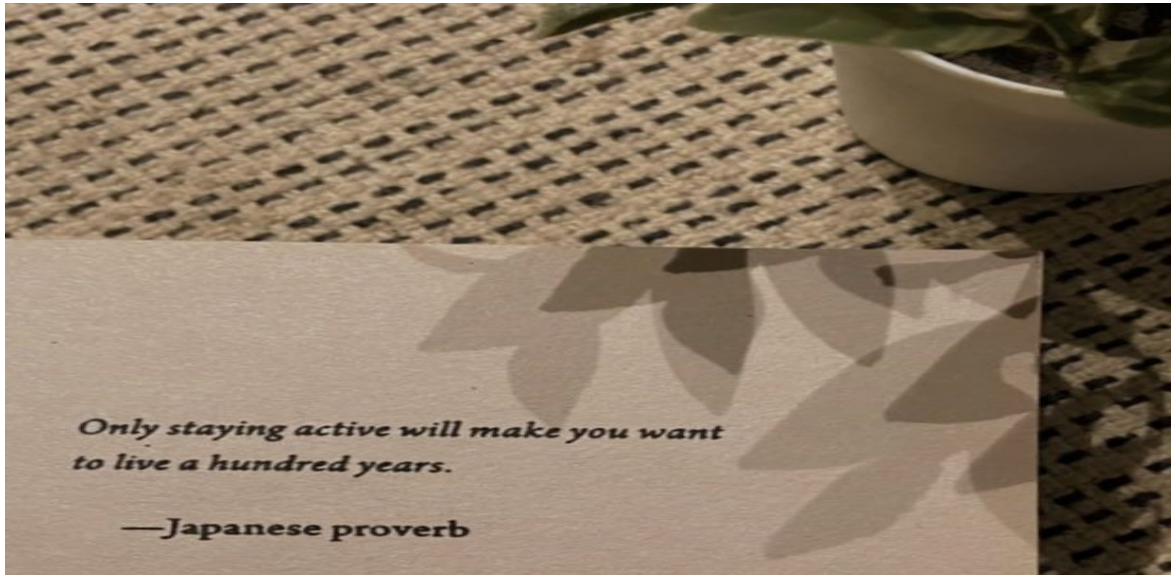
رشته علوم آزمایشگاهی

ورودی مهر ۹۹



ایکیگای: "مروری بر راز طولانی‌تر زیستن ژاپنی‌ها"

چندین دهه از جنگ جهانی دوم، زمانی که انفجار دو بمب اتمی، جزیره کوچک ژاپن را به نقطه‌ی صفر شروع رساند؛ گذشته است. امروزه این کشور به عنوان الگوی اعجاب انگیز پیشرفت و ترقی در سراسر جهان شناخته می‌شود.



کتاب ایکیگای

(Ikigai: The Japanese Secret to Long and Happy Life)

نوشته هکتور گارسیا و فرانچسک میرالس در سال ۲۰۱۷، شما را به درک عمیق‌تر و دقیق‌تری از دلیل "بودن‌تان" یا "آنچه که صبح‌ها به خاطر آن از خواب بر می‌خیزید" می‌رساند.

گارسیا و میرالس با نگارش تجربیات زیسته خود در مواجهه با مردم اوکیناوا؛ شما را تا لایه‌های ملموس‌تری از درک ایکیگای همراهی می‌کنند.

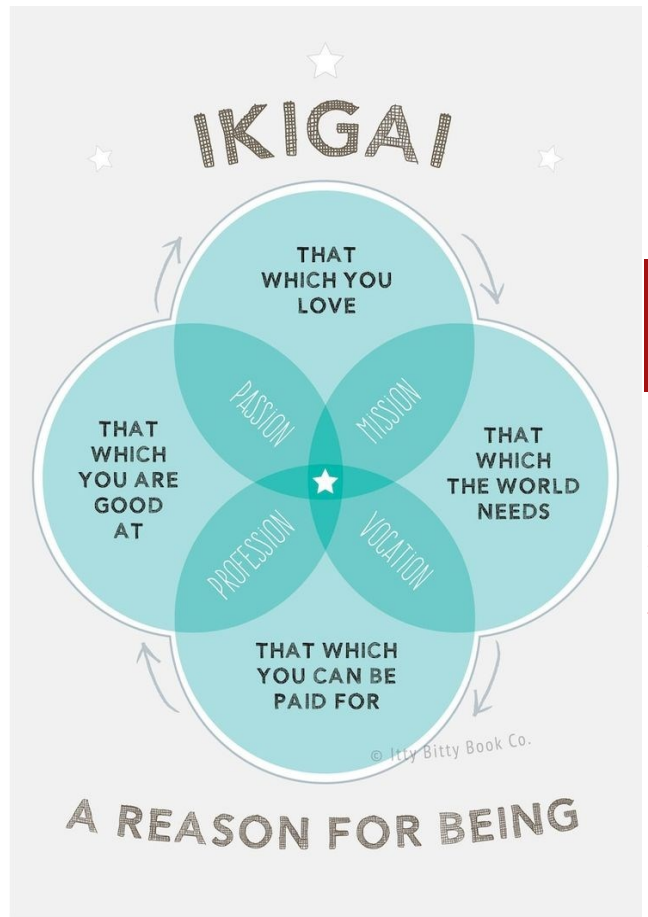
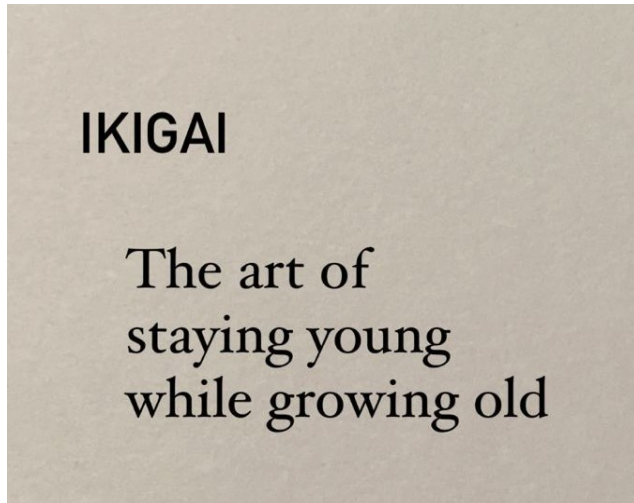
مسیر خودشناسی و درک معنای زندگی از محل تلاقی چهار اصل: آنچه عاشقانه دوستش دارید، آنچه که دنیا به آن نیاز دارد، نحوه کسب درآمد و مهارت‌های شما میگذرد و در نهایت شما را به نقطه‌ای هدایت می‌کند که تصور نمی‌کردید وجود داشته باشد.



یکی از نقاط قوت این کتاب توانایی ترکیب داستان‌های شخصی با تحقیقات علمی و بینش‌هایی از فرهنگ ژاپنی است. نویسندگان به تاریخچه و فلسفه این مفهوم به تفصیل پرداخته‌اند و در طی فصل‌های مختلف این کتاب، خواننده را با افرادی آشنا می‌کنند که ایکیگای خود را یافته و از این طریق زندگی خود را بهبود بخشیده‌اند. این کتاب همچنین به معرفی تمرین‌ها و عادت‌هایی می‌پردازد، که به اهمیت خودآگاهی، ذهن‌آگاهی و پذیرفتن ساده‌زیستی تأکید دارند و مسیر رسیدن به ایکیگای هر شخص را که در عمق وجود او قرار دارد؛ هموار می‌سازند.

علی‌رغم تمام دیدگاه‌های مثبت و جدیدی که کتاب ایکیگای به روی ما می‌گشاید؛ برخی خوانندگان ممکن است آن را دارای نگاهی ستایش گونه به فرهنگ و رفتار ژاپنی‌ها و پر تملق ببینند. در نهایت این کتاب قصد ندارد تا خوانندگان خود را در مورد برگزیدن شیوهی زندگی و تغییر الگوی کنونی آن موعظه کند. بلکه به روشنی به ما یادآوری می‌کند؛ با الهام گرفتن از سبک زندگی ژاپنی‌ها می‌توان طولانی‌تر و شادمانه‌تری داشت.

امیدواریم از تمامی لحظات خواندن این کتاب بحث برانگیز و پرفروش لذت ببرید و فرصت تکرارنشده‌ی جست‌وجو در فرهنگ زیبای ژاپنی را در اختیار خود قرار دهید.



نویسنده خوافی
رشته علوم تغذیه
ورودی بهمن ۱۴۰۱



پگاه فرشچیان
رشته علوم تغذیه
ورودی مهر ۱۴۰۱



ادبیات فارسی در فرهنگ غربی

کریستوفر دکر از دانشگاه کمبریج روشن می‌شود؛ که می‌نویسد: «بیشترین شعر خوانده‌شده در دوره ویکتوریایی و قطعاً یکی از محبوب‌ترین شعرهای زبان انگلیسی، رباعیات عمر خیام بود». نسخه ۱۹۵۳ فرهنگ نقل‌قول‌های آکسفورد، شامل ۱۸۸ گزیده از رباعیات است که ۵۹ مورد آن رباعی کامل است که تقریباً دو سوم کل آثار عمر خیام به‌شمار می‌رود.

عباراتی مانند عبارت زیر که اکنون بخشی از زبان انگلیسی شمره می‌شوند، ریشه در رباعیات دارد: «مثل برف بر چهره غبار آلود صحرا»

«گلی که روزی دمیده برای همیشه می‌میرد»
«انگشت متحرک می‌نویسد و با نوشتن حرکت می‌کند»

به قول دیک دیویس، ادوارد فیتزجرالد «روح دوقلو» را که بیشتر عمرش را در جست‌وجوی آن گذرانده بود، در خیام یافت. شاعر بعدی، گوته است که از آثار یکی از غزل‌سرایان مشهور ایرانی، برای نوشتن دیوان خود بهره گرفت.

مواجهه گوته با غزلیات حافظ چنان برای او الهام‌بخش شد که دیوان شرقی-غربی خود را بر آن اساس نوشت. و به گفته شمسی‌عصار: «راه را برای کشف شعر فارسی توسط رمانتیک‌ها رهنمون شد».

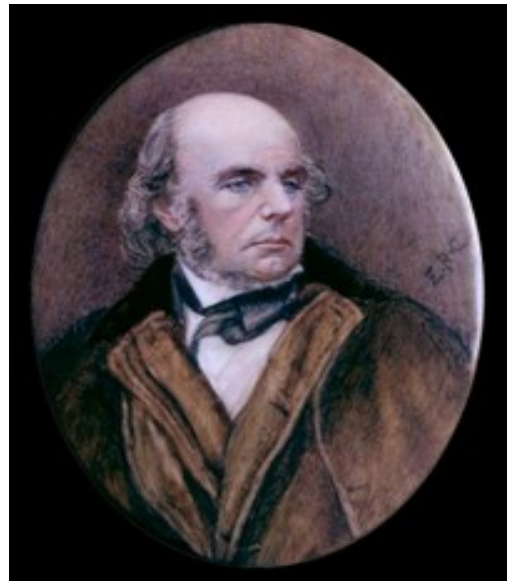
به گفته جفری اینبودن مجموعه شعر او، به‌طور کلی و به تدریج به عنوان «الگویی تأثیرگذار برای ترکیب‌های مذهبی و ادبی میان «مغرب» و «مشرق» در سده‌ی ۱۹ عمل کرد.»

تأثیر ادبیات فارسی در فرهنگ غرب از نظر تاریخی قابل توجه است. به منظور اجتناب از آنچه که ادوارد برون آن را «قضاوت کاملاً ناکافی در مورد فعالیت فکری آن مردم مبتکر و بااستعداد» می‌نامد، امروزه بسیاری از مراکز دانشگاهی در سراسر جهان از برلین تا ژاپن برنامه‌های دائمی برای مطالعات فارسی برای میراث ادبی ایران دارند.

الولساتن فقید، استاد برجسته‌ی فارسی دانشگاه ادینبرو، شعر فارسی را «یکی از غنی‌ترین ادبیات شعری جهان» می‌نامد.

شاعران غربی زیادی از ادبیات فارسی ایران و همچنین آثار شاعران ایرانی برای سرودن و یا نوشتن کتاب‌های خود بهره برده‌اند.

یکی از این افراد، ادوارد فیتزجرالد است.



ادوارد فیتزجرالد

حال ببینیم ادوارد فیتزجرالد کیست؟

او شاعر و نویسنده‌ای انگلیسی بود، که بیشتر به‌خاطر خلق نخستین و معروف‌ترین ترجمه‌ی رباعیات خیام به زبان انگلیسی شناخته می‌شود. او برپایه همین ترجمه موفق و ماندگار از رباعیات خیام، تا به امروز محبوبیت خود را در جهان غرب، از دهه ۱۸۶۰ میلادی حفظ کرده است.

عظمت تأثیر ادبیات فارسی بر ادبیات غرب از سخنان



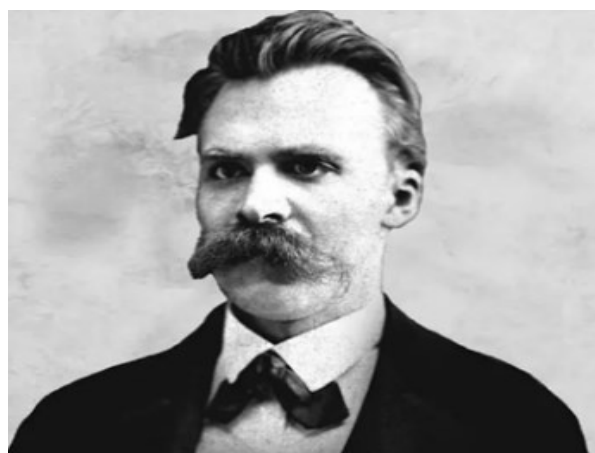
یوهان ولفگانگ فون گوته

امرسون و نیچه، دو شاعری هستند که از سعدی و حافظ بهره گرفته‌اند.

رالف والدو امرسون یکی دیگر از ستایشگران شعر فارسی بود. امرسون در مقالات شعر فارسی، «از فارسی حافظ» و «غزل» به تحسین شعر فارسی پرداخت و از طریق این نوشته‌ها در ایجاد ژانر جدیدی برای مخاطبان ویژگی‌های منحصر به فرد شعر فارسی مؤثر واقع شد. امرسون که سعدی را فقط به صورت ترجمه خوانده بود، نوشته او را از نظر حکمت و زیبایی روایت با کتاب مقدس مقایسه کرد.

نیچه برای ایرانیان علاقه و احترام زیادی قائل بود. برای مثال، جایی که او درباره‌ی مفهوم ایرانی تاریخ و زمان جاودانه ادواری صحبت می‌کند؛ می‌نویسد: «باید به زرتشت و پارسی ادای احترام کنم، زیرا پارسیان اولین کسانی بودند که به تاریخ به‌طور کامل فکر کردند».

اما نیچه نیز تحت تأثیر نویسندگان ایرانی پس از اسلام بود. نیچه در یادداشت‌های خود از حکایتی از گلستان سعدی استفاده کرده است؛ همچنین از گلستان سعدی برگرفته و *Le songe d'un habitant adu Mogol* را بر اساس فصل ۲:۱۶ قرار داده‌است؛ همان‌طور که دیدرو، ولتر، هوگو و بالزاک نیز در نوشته‌های خود به آثار سعدی اشاره کردند.



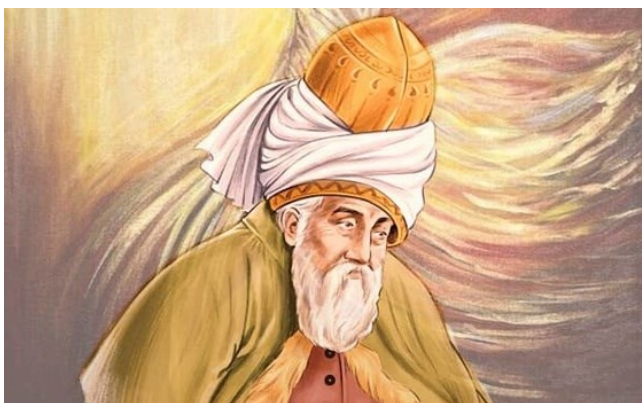
فردریش نیچه

حافظ برای نیچه، نمونه‌ی بارز حکمت خلسه‌آمیز دیونوسی را نشان می‌دهد که در فلسفه‌اش آن را بسیار ستایش می‌کند. تحسین گوته از حافظ و حکمت «شرقی» او که در دیوان غربی بیان شده‌است، منبع اصلی جلب توجه نیچه به این شاعر پارسی‌گو بوده است. حتی در مجموعه آثار نیچه شعر کوتاهی با عنوان حافظ وجود دارد.

و اما در زمینه ژانر صوفیانه ادبیات فارسی نیز شاعرانی بوده‌اند که الهام‌بخش صوفیان غربی شده‌اند.

افکار و ادبیات صوفیانه در غرب به ویژه پس از جنگ جهانی اول مورد توجه قرار گرفت، که با صوفیان غیرمذهبی مانند هنری ویلبرفورس-کلارک و سر ریچارد برتون، و همچنین دانشمندانی مانند موریس نیکول، کنت واکر و فیلسوفانی همچون گورجیف و اوسپنسکی آغاز به کار کرد. نوشته‌های عطار، جامی، حافظ، شبستری و مولانا بر نسلی از نویسندگان تأثیر گذاشت. از آغاز قرن بیست و یکم، مولانا شاعر و فیلسوف ایرانی به عنوان محبوب‌ترین شاعر جهان ظاهر شده‌است. آثار او که بخشی از آن‌ها به انگلیسی ترجمه شده، توجه بسیاری از اندیشمندان و هنرمندان را به خود جلب کرده‌است.

این آثار و آثار بعدی، انسان را به این نتیجه می‌رساند که تأثیر ادبیات فارسی فراتر از آنچه در زبان فارسی نوشته شده است و آثار کسانی را که در ادبیات، متافیزیک و فلسفه به زبان فارسی می‌اندیشیده‌اند؛ صرف نظر از زبان مادری و نژاد، در بر می‌گیرد.



جلال الدین محمد بلخی - مولانا

صبا غفاری
رشته علوم تغذیه
ورودی مهر ۱۴۰۰





کافه انار



شب

از پس روشنایی تو بر نمی‌آید

و تو

از پس تاریکی خودت

تو

از روز روشن‌تری

یا از شب تاریک‌تر؟

در معرفی شخص این شماره نشریه، همراه شما خواهیم بود با شاعری که شاید هنوز آوازه‌ی اشعارش را نشنیده باشید اما بی‌شک ترانه‌هایی از آثار این هنرمند بزرگ را گوش داده‌یم.

افشین یداللهی از شاعران معاصر بوده است که از تاثیرگذارترین شاعران و ترانه‌سرایان چند دهه‌ی اخیر در ایران به شمار می‌رفت.



افشین یداللهی، در سال ۱۳۴۷ به دنیا آمد. او متخصص روان‌پزشکی و هم‌چنین ترانه‌سرا بوده است. پدر افشین یداللهی از اهالی ایزدخواست بوده‌است و مادر وی نیز اهل اسفرجان است.

افشین ترانه‌های عاشقانه خود را در کتاب‌های:

صبا غفاری

رشته علوم تغذیه

ورودی مهر ۱۴۰۰



«روزشمار یک عشق»، «امشب کنار غزل‌های من بخواب»، «جنون منطقی»، «حرف‌هایی که باید می‌گفتم و... تو باید می‌شنیدی» و «مشتری میکده‌ای بسته» به چاپ رسانده است.

این شاعر، در سال ۹۳ مادرش را از دست داد و بعد از دو سال در ۱۱ بهمن ۱۳۹۵، در سن ۴۸ سالگی با خانم شبنم رحمتیان ازدواج کرد. چهارشنبه ۲۵ اسفند ۱۳۹۵، افشین یداللهی به همراه همسر و برادر همسرش از هشتگرد به سمت تهران در حال حرکت بودند اما به دلیل یک سانحه رانندگی، افشین و همسرش در این حادثه درگذشتند و ترانه‌سرایی این شاعر بزرگ، در اسفندماه سال ۱۳۹۵، برای همیشه به پایان سید.

ای واژه‌ی بی‌معنی، رویایی بی‌تعبیر / آغازترین پایان، آزادترین تقدیر

من را تو به خود خواندی، معشوقه‌ی ناخوانده / دل را به ازل بسیار، یک دم به ابد مانده

از افشین عاشقانه‌های بسیاری برجای مانده است که در ادامه، گوشه‌ای از منتخب ترانه‌های او را باهم مرور می‌کنیم:

- انگار حواست نیست، بار این همه شاعر، این همه شعر... روی دوشت سنگینی نمی‌کند؟
- وقتی زمین ناز تو را / در آسمان‌ها می‌کشید / وقتی عطش طعم تو را / با اشک‌هایم می‌چشید / من، عاشق چشمت شدم / نه عقل بود و نه دلی / چیزی نمی‌دانم از این / دیوانگی و عاقلی
- مرز در عقل و جنون باریک است / کفر و ایمان چه بهم نزدیک است / عشق هم در دل ما، سردرگم / مثل ویرانی و بهت مردم
- خودت شعر باشی و / شعر نگوئی / شاعران / در آغوش تو / شاعر شوند و / تو / از سرزمین الهام خود / بی‌خبر باشی
- تو با قلب ویرانه‌ی من چه کردی / بین عشق دیوانه‌ی من چه کردی / در ابریشم عادت آسوده بودم / تو با حال پروانه‌ی من چه کردی

شب آخر انتخاب شعر: صبا غفاری

بوی تو می‌دهد آغوش خالی‌ام
ای واقعیت عشق خیالی‌ام
مست توام که قنوتم ترانه شد
چون مومن تو شدم، لاابالی‌ام
بعد از تو بی‌خبرم از خودم بگو
این روزها چه شدم در چه حالی‌ام
روزی یقین تو بودم، ولی گذشت
امروز فاجعه‌ای احتمالی‌ام
شعرم، شکفتن بارانی تو بود
حالا فقط خبر خشکسالی‌ام
بی هیچ دلهره حال مرا بپرس
روزی که من، جسدی این حوالی‌ام

صبا غفاری

رشته علوم تغذیه

ورودی مهر ۱۴۰۰





کتابخانه نیمه شب

سلامی به گرمی چای در این روزهای پاییزی تا اینجای ترم، خدقوت و همچنین تبریک به ورودی‌های عزیزى که خواننده این نشریه هستند. یه سوال ازتون بپرسم، شما شب رو چجوری تعریف می‌کنین؟ وقتی کلمه شب رو می‌خونین یا می‌شنوین، یاد چی میفتین؟

بنظر من شب فقط تاریکی نیست، شب پر از جادوهای مرموزه، جادویی که باعث میشه آسمون پر از ستاره بشه و ماهی که نور از خودش نیست، زمین رو روشن کنه. جادوی دیگه شب، به وقوع پیوستن یه سری اتفاقات تو سکوت شبه. شب شاهد بیداری‌ها و خوابیدن‌های انسان‌ها، شب‌بیداری جویندگان علم (مثل ما)، نگرانی‌ها و دلشوره‌ها، لیخندها و اشک‌ها و خیلی چیزهای دیگه ست. شب بهمون یادآوری می‌کنه که امروز تموم شد، با همه فراز و نشیب‌هاش و نوید شروع یک روز خوب رو میده. اما... بیاین به این فکر کنیم که شب تموم نمی‌شد و جادوی شب با ما بازی تازه‌ای رو شروع می‌کرد. بازی‌ای از جنس تقدیر و تصمیم و سرنوشت، از جنس نگرانی و هیجان ...

قانون بازی هم اینجوری بود که زندگیت، تو همون لحظه می‌ایسته ولی تو می‌تونى ادامه بدی منتهی با تصمیم‌ها و آرزوهای خودت که اگه در هر لحظه زندگیت این تصمیم رو می‌گرفتی، بعدش چی میشد! تصورش هم هیجان‌انگیزه، اینکه بتونی با تصمیم‌های جدید، زندگی تازه‌ای رو تجربه کنی، هر چندبار که بخوای ولی یه نکته‌ای وجود داره و اون اینه که تو می‌تونى این تصمیم‌ها رو فقط تو "نیمه‌شب" بگیری. بعد از نیمه‌شب، بازی تموم میشه. بعدش چی میشه؟! سوال خوبیه، بستگی به خودت داره. میدونى، تو این دنیا، همه چیز فقط و فقط به خودت بستگی داره.

یک دختر خوش‌شانس به اسم نورا این بازی رو در یک نیمه شب تجربه میکنه. اون تصمیم می‌گیره خودکشی کنه چون خسته شده بود از زندگی و به گفته‌ی خودش، زندگیش توی دریای بدشانسی غوطه‌وره ولی داستان به همین‌جا ختم نمیشه. اون نمی‌میره بلکه وارد این بازی میشه. راهنمای بازی یکی از دوست‌داشتنی‌ترین آدم‌هاییه که می‌شناسه و با کمک اون بازی رو پیش می‌بره. قضیه به همینجا ختم نمیشه و این بازی سر دراز داره.

فکر می‌کنم تا اینجا متوجه شدین چی می‌خوام بگم. کتاب فوق‌العاده و هیجان‌انگیز "کتابخانه نیمه شب" اثر مت هیگ که برنده جایزه بهترین کتاب داستانی گودریدز در سال ۲۰۲۰ شده. من برای سومین بار شروع کردم به خوندنش چون به شدت غرق داستان‌های نورا میشم و هنوز برام هیجان انگیزه.





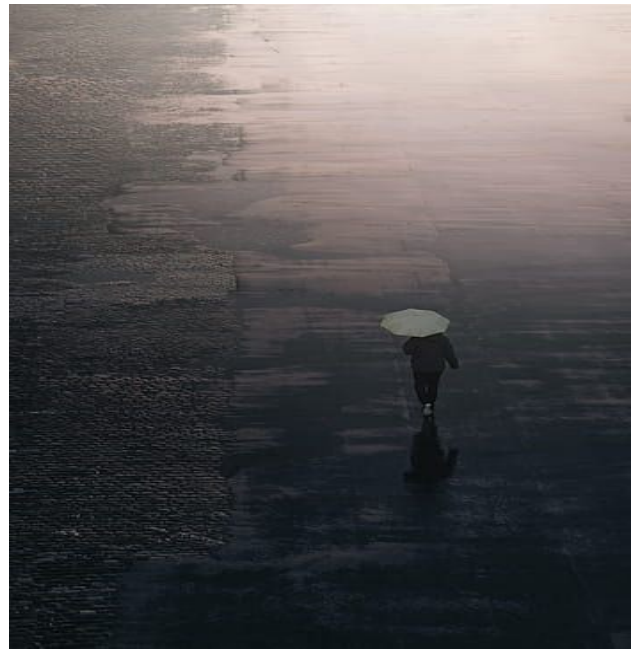
دل می‌دهی و می‌شود ماه شب‌هایت ... و هنگامی که تو را در باتلاق وجودش غرق می‌کند، در شبی که انگار قرار نیست سحرش فرارسد، رهایت می‌کند؛ آنگاه است که هرچه دست و پا می‌زنی، ثمری میسر نمی‌شود. مانند آن می‌شوی که میان زمین و آسمان معلق است. گویی شب می‌خواهد رخنه کند در وجودت و تو را از تو بگیرد و تو نمیدانی حتی چه کنی تا از این خیالات واهی و افکار بودن او، رها شوی... و تو رویایت می‌شود برگشت به شبی که آثاری از او در زندگی نبود...

همه ی این نثر دست و پا شکسته‌ی برآمده از دل، گنجانده شده بود در موسیقی دلنوازی از Lord Huron به نام *The Night We Met* که شاعر و خواننده انگار به خوبی آنچه را که در این برزخ به انسان تحمیل می‌شود، تجربه کرده‌اند...

صدایی از عمق وجود که به دل می‌نشیند و می‌تواند همراه خوبی برای شب‌هایی که امیدی به فردایش نیست، باشد...

امید آن دارم که چنین شب‌هایی را درک نکرده باشید یا آنچه را تجربه کردید، پایانی تلخ درانتظارش نباشد...

شب‌های هجران را گذرانیم و زنده‌ایم ما را به سخت جانی خود، این گمان نبود



شب‌ی که ملاقات کردیم (The Night We Met)

می‌دانی دل‌بندم

وجود آدمی قبل از هر موجودیت دیگری، درگیر خودش است و خیال خوشش، کاری به کسی ندارد؛ انگار در دنیایی است فارغ از هرگونه افکار آشفته‌ی این جهان پرازهیاھوی شب‌های سکوت و دل‌تنگی... که حال تنه‌اییش انتخاب بوده یا اجبار بماند ..

اما امان از روزی که سروکله ی آدمی در زندگی پیدا می‌شود ، تار و پود تنه‌اییت را از هم می‌تند.. اصرار می‌کند به عشق، توجه می‌کند به حال بد و خوبت، به شب‌های تنه‌اییت، حرف‌های دل‌نشین می‌زند؛ از آن دست دل‌ریایی‌هایی که عقل از سر می‌پراند. و ناگهان خود را در دنیا و مسیری میبینی که اصلا نمی‌دانی قبل از او راحت به کدام سمت و سو بود. دیگر حتی به یاد نمی‌آوری که چگونه، پیش از این تازه از راه رسیده، شب را به صبح می‌رسانی؛ گویی اصلا قبل از او زندگی را بلد نبودی...

آرام آرام اعتماد میکنی، تکیه می‌دهی و از همه مهمتر



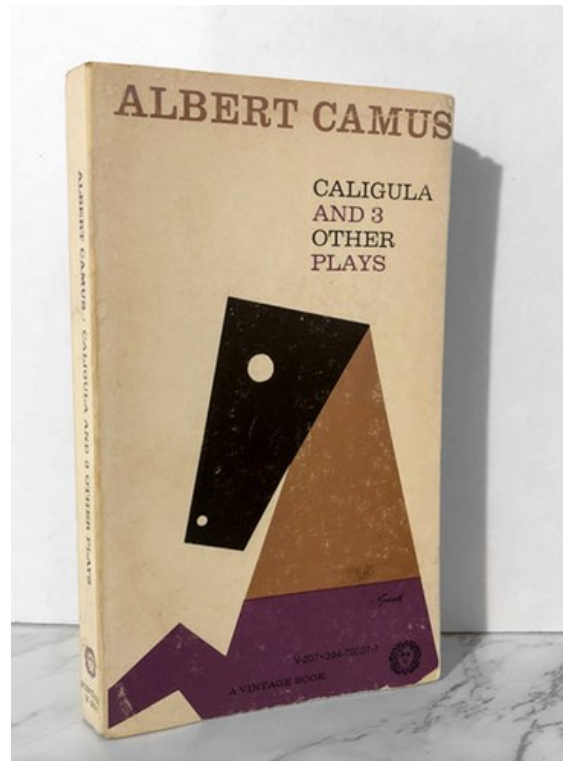
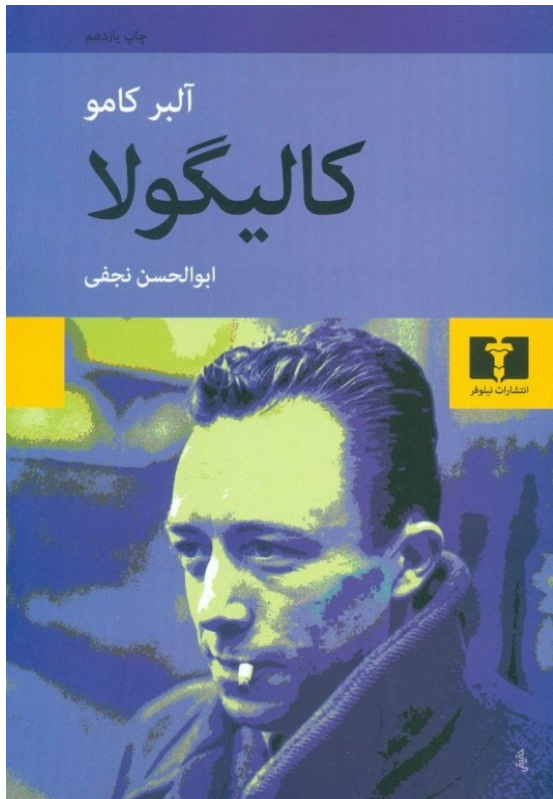
فاطمه عباسی

رشته فناوری اطلاعات سلامت

ورودی مهر ۹۹



معرفی نمایشنامه "کالیگولا" (Caligula) نویسنده: آلبر کامو



کالیگولا بعد از مدت‌ها زندگی درک می‌کند که دنیا به این صورت که ساخته شده، قابل تحمل نیست، به همین دلیل خواسته‌هایش را در زندگی تغییر می‌دهد؛ خواسته‌هایی که همگی غیر ممکن هستند. مثل توانایی زیستن تا ابد.

بخشی از نمایشنامه کالیگولا در کتاب Caligula and 3 Other Plays

نمایشنامه کالیگولا، نوشته‌ی نویسنده توانمند فرانسوی، آلبر کامو و اولین داستان از کتاب Caligula and 3 Other Plays است که در سال ۱۹۴۴ به رشته تحریر درآمد. کالیگولا، سومین امپراتور روم باستان و معروف به "امپراتور دیوانه"، شخصیت اصلی نمایشنامه جذاب آلبر کامو است. این کتاب از خوش‌اقبال‌ترین نوشته‌های آلبر کامو در سراسر جهان است و بیش از ۱۰ ترجمه معتبر از آن در ایران و هزاران ترجمه به زبان‌های مختلف در جهان وجود دارد. نمایشنامه کالیگولا نه تنها توسط بزرگ‌ترین هنرمندان و کارگردان‌های جهان بر روی

پرده نمایش برده شده؛ بلکه توسط کارگردانان بزرگ ایرانی نظیر مرحوم آتیلا پسیانی، همایون غنی‌زاده و ... نیز بازنویسی و کارگردانی شده است.

این نمایشنامه در ۴ پرده‌ی مختلف، با مرگ معشوقه‌ی امپراتور سوم روم آغاز می‌شود. صحنه‌ی مرگ دروسیلا، شروعی طوفانی و تاریخی به این نمایش می‌دهد و بعد از این تجربه‌ی شوکه‌کننده، با امپراطوری مواجه خواهیم بود که به مرور زمان خشونت مرگ و کشتن را در عملکردهایش تجربه می‌کند و بی‌عشق، به جهانی با ظلمت مرگ و تباهی کشانده می‌شود. در واقع شخصیت کالیگولا در این کتاب، چندان دور از شخصیت اصلی سومین امپراتور روم نیست. کالیگولا بعد از مرگ خانواده‌اش به دست تیبریوس، امپراتور وقت روم، به قصر وی احضار شد و تا مرگ تیبریوس در آنجا سکنا گزید. در این مدت، خوی وحشی‌گری و بی‌رحمی تیبریوس در وی اثرگذار واقع شد. پس از اینکه کالیگولا به قدرت رسید،



رفته‌رفته جنون قدرت بر او وارد شده و سلامت عقل خود را از دست داد؛ از این رو او را امپراطور دیوانه می‌نامند. فرایند تحلیل رفتن و استحالتهی کالیگولا جوان در کتاب Caligula and 3 Other Plays با مرگ خودخواسته‌ی او به پایان می‌رسد. مرگی که زوال یک امپراطوری بزرگ و پرشکوه است و فلسفه‌ی عمیق آبرکامو را در پس‌زمینه‌ی اگزیستانسیالیسمی به نمایش می‌کشد.

کتاب‌های کامو در سه دسته تقسیم بندی می‌شوند که دسته اول آن درباره موضوع پوچی است. پیرامون پوچی، کامو سه کتاب نوشته است که عبارتند از: بیگانه، کالیگولا و اسطوره سیزیف. در کتاب‌های بیگانه و کالیگولا، ما شاهد "تجربه احساس پوچی" به واسطه شخصیت‌های داستان هستیم؛ در حالی که در کتاب اسطوره سیزیف، کامو به "مفهوم پوچی" می‌پردازد. بنابراین خواندن کالیگولا در کنار اسطوره سیزیف به درک بهتر فلسفه آبر کامو کمک می‌کند. در کالیگولا شخصیت‌هایی زندگی می‌کنند که مدام درگیر احساس پوچی هستند و کامو از شخصیتی مثل کالیگولا برای بررسی پوچی ظاهری زندگی انسان استفاده می‌کند. آدم‌هایی که رخدادهای تلخ زندگی، آن‌ها را با حقایق هستی آشنا می‌کند؛ طوری که در نهایت به این نتیجه می‌رسند که: «آدم‌ها می‌میرند و خوشبخت نیستند.»

در کالیگولا نه اشاره‌ای به مسیحیت می‌شود و نه صحبتی از مسیح(ع) به میان می‌آید. ولی عرفان، تأثیری آشکار بر روی این نمایشنامه کامو گذاشته است. بسیاری از حلقه‌های عرفانی اولیه مسیحی معتقد بودند خدایی که در عهد عتیق نامش به میان آمده است، با خدایی که مسیح(ع) از آن یاد می‌کند متفاوت است. خدای عهد عتیق صرفاً خدایی زمینی است و تأثیرگذارش محدود به جهان بشر است؛ ولی خدای عهد جدید، دارای مقام بسیار بالاتری است. او خالق همه‌چیز است. پدری مقدس که عیسی(ع) در خطابه‌هایش از آن یاد می‌کند. کالیگولا را می‌توان

نمایانگر خدای عهد عتیق در نظر گرفت. وسواس او نسبت به دست‌یابی به غیرممکن‌ها نشان می‌دهد که او یک خدای میانجی است، کسی که به قدرت مطلق بسیار نزدیک است ولی در عین حال، محدودیت‌هایی هم دارد. در حالی که این خدا می‌تواند هر چیزی و هر کسی را در این دنیا از بین ببرد، خدای اصلی کاری بیش از تأثیرگذاری و تخریب انجام می‌دهد. کالیگولا در قوی‌ترین قدرتی که در اختیار دارد، یعنی قدرت کشتن، افراط می‌کند. واقعیت برتری که امپراطور به دنبال آن است، این واقعیت غیرممکن و حیات ابدی را می‌توان همان عرش الهی در نظر گرفت. به همین ترتیب، بی‌رحمی و کج‌روی‌های کالیگولا را می‌توان نماد و مدرکی دال بر تاریکی ابدی این جهان در نظر گرفت.

به‌عنوان حسن ختام باید گفت کتاب کالیگولا یکی از مهم‌ترین کتاب‌ها برای درک فلسفه آبر کامو است. اما باید دقت شود که اقدامات شخص کالیگولا تأکید بر یک عصیان پوچ دارد و دیدگاه نویسنده را باید از زبان مخالفان کالیگولا شنید؛ از زبان آدم‌هایی که زندگی کردن و خوشبخت بودن را ارج می‌نهند.



محمد رضا عبدی
رشته علوم آزمایشگاهی
ورودی مهر ۹۹





میکروفون انارستان

مصاحبه انارستان



مصاحبه جذاب نشریه انارستان با سرکار خانم دکتر ظریف دکترای زبان و ادبیات پارسی

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.

خوبی روی من گذاشتند و از درس و کلاس ایشان لذت می‌بردم که علاقه من به سمت ادبیات کشیده شد. تصمیم گرفتم که این مسیر رو شروع کنم و ادامه بدم.

یعنی یکی از افرادی که باعث شد شما وارد این حیطه بشین، ایشان بودند؟

نه. تنها فردی که باعث شد من به این حوزه علاقه پیدا کنم، ایشان بودند.

استاد، بنظرتون علاقه به ادبیات و علاقه به نویسندگی لازم و ملزوم همدیگه هستند یا اینکه جدا از هم هستند؟

البته! ممکنه یک فرد علاقه یا تمایل به نویسندگی داشته باشه و در ابتدا نیازی به مطالعه در مورد ادبیات و علاقه به اون در خودش احساس نکنه؛ ولی این احساس فقط در ابتدا هست. بعدها که به شکل جدی‌تر و پیشرفته‌تر کار رو دنبال می‌کنه، متوجه میشه که این‌ها جدانشدنی هستند. یعنی یک نویسنده‌ی موفق، قطعاً کسی خواهد بود که یک‌سری دانش‌های ادبی و معلومات در حوزه‌ی ادبیات داشته باشه. در این

به نام خالق لبخند

سلام. سید جواد جوادی هستم. در این سری از نشریه، خدمت خانم دکتر ظریف هستیم؛ یکی از اساتید مجرب وارستگان. خانم دکتر لطف کنین خودتون رو به ما معرفی کنین و یک بیوگرافی از خودتون به ما بدین.

با سلام خدمت شما و همه‌ی مخاطبان عزیز نشریه انارستان. دکتر بهاره ظریف هستم، فارغ‌التحصیل دکتری رشته زبان و ادبیات فارسی. ده سال هست که در دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی شهر مشهد، مشغول به تدریس هستم. حوزه تخصصی فعالیت من در زمینه‌ی آموزش زبان فارسی به غیر فارسی‌زبانان هم هست. در خدمتتون هستم.

خانم دکتر، علاقه‌ی شما به ادبیات از چه زمانی شروع شد؟

از دوره‌ی دبیرستان. در سال‌های پایانی مقطع دبیرستان، یعنی سال سوم و دوران پیش دانشگاهی؛ در ابتدا علاقه‌مند به رشته‌ی حقوق بودم، ولی سال سوم دبیرستان، معلم ادبیات من انقدر تاثیر مثبت و



مسیر، شاید خیلی از افراد، در ابتدا به قول معروف این کار رو برای دل خودشون انجام میدن ولی قطعاً بعضی از ضعف‌ها و ایرادات که به حوزه ادبیات و دانش‌های ادبی فرد برمی‌گرده؛ در آثار و نوشته‌هاشون نمایان خواهد شد.

در حقیقت اگه کسی واقعا بخواد کار رو جدی دنبال کنه و تمایل یا نیاز به چاپ آثارش داشته باشه؛ این موضوعات اهمیت پیدا می‌کنن.

چقدر عالی. خانم دکتر شما خودتون اهل نوشتن هستید یا علاقه به نوشتن دارید؟

در حقیقت علاقه دارم؛ ولی اگه بخوام واقعیتو بگم، تا الان چیزی به عنوان یک نوشته‌ی دلی یا یک نوشته‌ی احساسی ننوشتم. دلیلش هم مشغله‌های دیگه‌ای بوده که در حوزه‌ی پژوهش و آموزش داشتم. چون به اعتقاد من، یکی از شرایط نوشتن برای فرد نویسنده، فراغت خاطر هست، این‌که یک زمان مشخص و معینی رو به شکل ثابت برای این کار در نظر بگیره و بتونه خودش رو در اون فضای نوشته قرار بده. من به دلیل موقعیتی که داشتم؛ تا به الان فرصتی پیدا نکردم. امیدوارم بعد از این شرایط برای من ایجاد بشه و بتونم در این حوزه هم گام بردارم. کارهایی که انجام دادم؛ بخاطر شرایط و تحصیلاتم، بیش‌تر جنبه‌ی پژوهش داشته. اگر نویسندگی‌ای هم اتفاق افتاده باز هم بیش‌تر به امور پژوهشی اختصاص داشته؛ تا اینکه بخواد یک اثری باشه که هدفش جذب مخاطب یا ترغیب فرد به خوندن یک اثر ادبی یا یک اثر نوشتاری‌ای باشه که از احساس و عاطفه‌ی نویسنده سرچشمه می‌گیره.

خیلی هم عالی. خانم دکتر صحبت از پژوهش شد. لطف می‌کنین بهمون بگین که الان داخل چه حیطه‌ای فعالیت می‌کنید و چند تا از پژوهش‌های خاص خودتون رو به ما بگید؟

بله. من قبلا هم گفتم که در حوزه‌ی تدریس تخصص من، آموزش زبان فارسی به غیر فارسی‌زبانان به شکل تخصصی هست. در حوزه‌ی پژوهش زمینه مقداری متفاوت هست؛ من به دلیل علاقه‌ای که به حوزه

ادبیات قناعتی فارسی داشتم، هم در دوران کارشناسی‌ارشد و هم در دوران دکتری، کارهای پژوهشیم رو به اون سمت پیش برده بودم. به جهت اینکه در دوره‌ی دکتری امر پژوهش بیشتر احساس میشه؛ طبیعتاً پژوهش‌های منم به اون سمت و سو گرایش پیدا کرد. کارهایی که من تا الان انجام دارم و به چاپ رسیده، هفت تا مقاله علمی-پژوهشی هست که بیشتر به حوزه تخصصی دکتری من برمی‌گرده و به همون حوزه هم مربوط میشه؛ به عنوان مثال "بررسی سیر روایی داستان‌های لیلی و مجنون در قرن دهم" یعنی کلیه‌ی آثاری که با این نام در قرن دهم هجری تالیف شده رو به شکل مقایسه‌ای مورد نقد و بررسی قرار دادم، که این‌ها چه ویژگی‌هایی دارن و کدوم یکی معتبرتر هست و کدوم یکی مبنا قرار گرفته و در مجله‌ی علمی-پژوهشی دانشگاه آزاد سندج به چاپ رسید. اگه اشتباه نکنم مربوط به سال ۹۷ یا ۹۸ میشه. در واقع دقیق بخاطر ندارم چون از زمان فرستادن مقاله تا داوری و چاپ، حدود دو سه سال طول می‌کشه.

دو پژوهش در حوزه‌ی "بررسی نسخه‌های خطی منظومه‌های لیلی و مجنون" داشتم که یکی مربوط به قرن نهم هجری و یکی مربوط به قرن دهم هجری هست؛ این دو در مجله‌ای تحت عنوان پژوهش‌نامه نسخه‌شناسی که مربوط به دانشگاه آزاد واحد آقان هست و به شکل تخصصی پژوهش‌های نسخه‌شناسی رو چاپ میکنه. یکی در سال ۹۶ و یکی در سال ۹۸ به چاپ رسید.

کارهای دیگه‌ای هم هست که بهتره ازتون صرف‌نظر کنیم.

ممنونم. لطف می‌کنید نویسنده مورد علاقه‌تون رو به ما بگید؟ و این‌که چه کتاب‌هایی رو بیشتر می‌خوانید؟

من با توجه به رشته‌م، کتاب‌های ادبی و ادبیات کلاسیک فارسی رو خیلی بیش‌تر دوست دارم. گاهی که وقتی برای مطالعه پیدا می‌کنم؛ بیش‌تر، آثاری که بهشون کمتر پرداخته شده و یا آثاری که یک بخشی رو

خوندم و بخشی ناتمام مونده رو به اتمام می‌رسونم. اما به جز چارچوب ادبیاتی، به کتاب‌هایی که در حوزه روانشناسی هم علاقه دارم.

آیا نوشتن یا دست به قلم بودن نیاز به یادگیری هم داره؟ علاوه بر اون علاقه‌ای که در موردش صحبت کردیم.

طبیعتاً بله. چون یک‌سری فنونی وجود داره که شما نیاز دارید اون‌ها رو آموزش ببینید. بعضی وقت‌ها اون استعداد و اون خلاقیت توی وجود فرد هست ولی اون به تنهایی کافی نیست و شما باید یک‌سری فنون و بایدها و نبایدهایی در حوزه‌ی نویسندگی رو آموزش ببینید. بنابراین اینها مکمل هم هستند و نمی‌تونیم فرقی قائل بشیم یا اینهارو جدا از هم بدونیم.

به نظر شما لازمه‌ی نویسندگی چیه؟

در مرحله‌ی اول کسی که خلاقیت و ذوق داره؛ در کنارش فقط و فقط نیازمند مطالعه‌ی مستمر هست. چون شما با مطالعه آثار نوشته شده، می‌تونید یک‌سری از درست و غلط‌ها رو بفهمید. به عنوان مثال ممکنه شما به یک نویسنده خیلی علاقه‌مند باشید و آثار اون نویسنده رو مطالعه کرده باشید؛ ولی در هنگام مطالعه آثارش در عین علاقه‌ای که بهش دارید، یک جایی از دید شمایی که مخاطب هستید بیانش خوب نباشه یا با خودتون بگید: اگر من بودم، این کار رو انجام نمی‌دادم یا مثلاً این قسمت رو حذف می‌کردم. بنابراین این‌که شما مطالعه داشته باشید و آثاری رو از قبل خونده باشید؛ خیلی بهتون کمک میکنه در مسیری که دارید طی می‌کنید. مثلاً این‌که بدونید چه چیزهایی رو باید بهشون بیشتر بپردازید، از چه نکات یا بیانی باید صرف‌نظر کنید و مواردی مثل این.

کسی‌که بخواد رمان بنویسه؛ باید الزاماً رمان بخونه؟ یا کسی که طنز می‌نویسه؛ باید حتماً داستان‌های طنز بخونه تا بتونه بنویسه؟ یا هیچ ربطی به هم ندارن؟

در این حوزه ما چیزی به عنوان الزام نداریم.

چون گفتیم که یک بخش اصلی و مهم در نویسندگی اینه که شما اون استعداد از درونتون سرچشمه بگیره. پس چیزی که درونی و ذاتی هست رو در هیچ چارچوب معینی نمیتونیم قرار بدیم. چرا که جا نمی‌گیره. دقیقاً می‌شه معادل اون چیزی که ما در ادبیات بهش می‌گیم: شعر جوششی و شعر کوششی. یعنی یکی که ذاتاً شاعر هست مثل سهراب سپهری. انگار بهش وحی میشه و شما احساس می‌کنین که این کاملاً از درونش سرچشمه گرفته، یا فروغ فرخزاد که خیلی از اشعارش اینطوره. حتی در شاعران کلاسیک هم ما مولانا رو داریم، که به شکل جوششی سروده.

ولی معقوله دیگه‌ای که وجود داره، شعر کوششیه. یعنی کسی‌که دلش می‌خواد شاعر بشه؛ ولی نه توانایی، نه استعداد و نه دانش اینکار رو داره ولی با کوشش و زور سعی میکنه که چیزی گفته باشه تا اسمش رو در زمره‌ی شاعران قرار بده. که معمولاً اینجور افراد موفق نیستند. برای نمونه، تعداد انبوهی از شاعران این سبکی رو در دوران صفویه داریم؛ که با هر سطح دانش و هر جایگاهی که بودند، شاعر می‌شدند. اصلاً هم موفق نبودند. بنابراین ما الزامی در این حوزه نداریم. ولی اگر کسی می‌خواد به طور مشخص یک خط و مشی رو دنبال بکنه؛ مثلاً بخواد طنز نویس یا طنز پرداز بشه. میتونه آثار بیشتری رو در این حوزه مطالعه کنه و یا اگه بتونه گفت‌وگویی با افرادی که در این حوزه قوی‌تر یا شناخته شده‌تر هستند داشته باشه؛ قطعاً بهش بیش‌تر کمک می‌کنه.

خانم دکتر نظرتون درباره سرانه مطالعه ایران چیه؟

دوازده دقیقه در بیست و چهار ساعت!

حقیقتاً خودتون میدونید که قابل بیان نیست! واقعا جای تاسفه که ما در کشوری با این همه تمدن، با این همه فرهنگ و با این سابقه و پیشینه ادبی و تاریخی، سطح مطالعه‌مون به قدری پایین هست که گفتنش شرم آورده! به نظر من اصلی‌ترین کار در این حوزه فرهنگ‌سازی هست؛ در ابعاد مختلف و در جنبه‌های مختلف در اجتماع. مثلاً در کلاس‌های درس دانشگاهی، من استاد با فعالیت‌هایی که انجام میدم،

بتونم دانشجویها رو ترغیب کنم تا بیشتر مطالعه بکنن. محیط‌های کاری رو در نظر بگیرید که میتونن در زمان استراحت کارمندان یک مکانی مشخص کنند، یک تعدادی کتاب در اونجا قرار بدن و بگن در نیم ساعت زمان استراحت، کارمند میتونه در اینجا مطالعه داشته باشه و کسی هم کاری به کارش نداشته باشه. یا مثلاً در محیط‌های عمومی مثل مطب دکتر که منتظر نشستی؛ می‌تونه فرهنگ سازی بشه و یکسری کتاب‌هایی قرار داده بشه، تا در زمان انتظار، بیمار مطالعه داشته باشه. یا حتی در ایستگاه‌های اتوبوس یا مترو میشه این کارها رو انجام داد و فرهنگ سازی کرد. فقط به شرط اینکه این کار اجرایی بشه! یعنی مهم اینه که در فرهنگ و جامعه اجرا بشه، انشالله بتونه نتیجه خوبی داشته باشه و بتونیم این سرانه کم رو برای افراد جامعه به حداقل روزی سی دقیقه برسونیم.

در نهایت شما، به عنوان استاد با تجربه در این رشته، اگر توصیه‌ای برای بچه‌ها دارید؛ بفرمایید.

خوشبختانه نسل جوان امروزی در این حوزه‌ها فعال هستند. زمانی که من مثل شما تحصیلات مقطع کارشناسی رو می‌گذروندم، خط مش ما فقط درس بود و کسی به مطالعه جانبی به اون صورت توجه نمی‌کرد. ولی خب الان من می‌بینم که نسل جوان به نویسندگی، مطالعه و فعالیت‌های فرهنگی مشابه علاقه دارند و این خیلی خوبه. اگر من بخوام توصیه ای به دوستان عزیز بکنم؛ این هست که سعی کنید روی آثار مختلف تمرکز داشته باشید و در برنامه روزانه تون قرار بدین. نکته مهم دیگه در کنار این قضیه، دست به قلم شدن نباید بترسید از اینکه الان شروع کنم به نوشتن و بد باشه چه اتفاقی میفته؟

نترسید. هیچ اتفاقی نمیفته! بالاخره باید از یک جایی شروع کرد. حتی اگر شکست‌های پی در پی رو تجربه کنید؛ باید اینقدر این مسیر رو ادامه بدید تا بتونید از اشتباهاتی که در هر مرحله داشتید درس بگیرید،

اصلاحشون کنید و به مرور خودتون رو به اون جایگاهی که مدنظر خودتون هست برسونید. در نظر من وقتی یک فرد از شرایط و موقعیت خودش راضی باشه؛ قطعاً اون رضایت رو در سطح جامعه هم پیدا خواهد کرد.

امیدوارم تمامی دانشجویان بتونن به توصیه‌هایی که کردید به نحو احسن عمل کنن.

بله امیدوارم. ممنونم از شما و از این‌که امروز من رو به این مصاحبه دعوت کردید. برای شما و همه‌ی عزیزان آرزوی موفقیت و سلامتی دارم.

متشکرم از حضور گرم شما.

ساره حسینی
 رشته فناوری اطلاعات سلامت
 ورودی مهر ۱۴۰۰



جواد جوادی
 رشته علوم آزمایشگاهی
 ورودی بهمن ۹۹





سال چهارم، شماره ۱۱، پاییز ۱۴۰۲

انارستان

سردبیر:

■ مریم گندمی‌ثانی

مدیر مسئول:

■ غزل مصطفوی

طراح و صفحه آرا:

■ مبینا نکویار

ویراستاران:

■ صبا غفاری

■ کیانا کوهستانی

هیئت تحریریه:

■ مریم گندمی‌ثانی

■ غزل مصطفوی

■ مهدیه قدیسی پور

■ فاطمه رجبعلی زاده

■ امیرعلی نهادی

■ کیانا کوهستانی

■ فائزه یوسفوند

■ مهسا چاجی

■ سیاوش خالقی مقدم

■ فاطمه رجبعلی زاده

■ امیررضا عابدین‌زاده

■ امیررضا آفتاب‌طلب

■ پگاه فرشچیان

■ نویسا خوافی

■ صبا غفاری

■ ساره حسینی

■ ریحانه جراری

■ فاطمه عباسی

■ محمدرضا عبدی

■ جواد جوادی

