



فرحناز دهقی / خبرنگار

او درباره این موضوع نوشته که شعر در مقیاس جهانی اش چه زیستی را تجربه می کند

جمع خوانی



محمد آشور / شاعر

شاعران وارث آب و خرد و روشنی اند

← بیژن جلالی شاعر می گوید: بیهوده ترین کارها/ بهترین آنهاست/ مثل شعر/ که تکراری پایان/ حروف خلقت/ است... اما احتمالاً آواز منطری متفاوت بر این بیهودگی نظر داشته، چرا که شعر را معادل «تکراری بی پایان حروف خلقت» قرار داده و این که احتمالاً این بیهودگی ناظر به عدم انتفاع شاعر از سرودن شعر است، نه عبث بودن شعر در فعلیت و فاعلیت آن! به عبارت دیگر این که «شاعر» خالق است که از شعر هیچ سودی طمع ندارد و مدام بر معنای هستی می افزاید و بر آن تأکید می کند... و البته که هر تکراری مذموم نیست؛ همچون تکرار بر آمدن و فروشدن خورشید و ماه که زاینده است و هستی بخش.

اما در پاسخ به این پرسش که «شعر چه فایده ای دارد؟» شاید بد نباشد بر این دقیقه نیز درنگ کنیم که آیا کسی هست بپرسد: «زبان چه فایده ای دارد؟» یا در مورد لزوم و وجوب کلام تردیدی داشته باشد؟... اگر در فایده مندی زبان تردیدی نباشد (که نیست) چرا باید نسبت به عالی ترین شکل بروز کلام مردد بود؟! شعر می تواند تمام آنچه کلام و فراتر از آن زبان، با جهان می کند را در مقیاسی فراتر و با شدت، عمق و تأثیری بیشتر، اعمال کند! اگر «فلسفه» لازم است... یا اگر جهان بدون «سینما»، «تئاتر»، «موسیقی»، «نقاشی» یا هر هنر دیگری، چیزهای مهمی کم دارد، چرا باید نسبت به نقش «شعر» تردید داشت؟ نه مگر این که «شعر» مادر هنرهای دیگر است و عموماً از هر هنری در نقطه اوج و کمالش، به عنوان هنری شاعرانه یاد می کنیم؟! بدون «شعر»، جهان درونی انسان از تخیل و احساس تهی می شود. بدون «شعر» جهان از انسان تهی می شود!... و جهان خالی از انسان، جهانی شعورمند نخواهد بود.

شعر در نقش تاریخی اش ستونی از ستون های فلسفه بوده است. ستونی از ستون های اخلاق بوده و ستونی از ستون های معرفت. آنچه شعر با ذهن، روح و روان آدمی می کند بر کسی پوشیده نیست و نیاز به تشریح ندارد. تصور انسان در طول تاریخ، بدون ظرافت هایی که بخش بزرگی از آن مدیون شعر است، تصویری مه آلود است که مرا می ترساند! البته کارکرد شعر در دوره های مختلف، همواره متفاوت بوده و شاعر در هر دوره ای رسالتی برای خود قائل بوده... شاعر در سده های گذشته بنابر اقتضائات، ناچار بوده در نقش هایی متفاوت ظاهر شود؛ معلم باشد، مورخ باشد، حکیم باشد و گاه حضرت! می شود گفت تقریباً تمام شاعران کلاسیک ایران چنین نقش هایی را ایفا کرده اند و بیش و پیش از هر چیز در چنین نقش هایی ظاهر شده اند... از رودکی گرفته تا خیام. از فردوسی تا سعدی و مولانا و حافظ و دیگران.

با این همه، تمام هنر شعر و شاعر، بخشیدن ابعاد زیبایی شناسانه به حوزه های هستی شناسی، معرفت شناسی، اخلاق و غیره نیست. امروزه با تفکیک حوزه های مختلف، نقش شاعر نیز تغییر کرده و شاعر امروز با نیت تغییر جهان



شاعر! ای همنشین گمشده زندگی روزمره...

عواطفی را که سمی هستند و به ما آسیب می زند ، فراموش کنیم. شعر قادر است ذهن شما را از هر آنچه ناخوشایندتان است، منحرف کند و با ذهنی تازه روز خود را شروع کنید.

تغییر جهان بینی با شعر

شعر می تواند به انسان ها کمک کند، مواجهه با جهان برایشان تبدیل به تجربه ای بدیع و منحصربه فرد شود. اشعار ماندگار جهان، رویه تازه ای از زندگی، طبیعت، انسان، خدا، زیستن و... را دربر گرفته اند. به همین دلیل است که با خواندن قطعه شعری از طرز فکر و اندیشه شاعر آن شگفت زده می شویم. شعر به ما کمک می کند به هسته جهان متصل شویم و انرژی از دست رفته خود را بازیابیم. هر شعری که می خوانیم، چراغی است که به سوی نقطه ای تاریک از جهان تابانده می شود. شعر می تواند احساسات مادر برابر هستی را تشدید کند، به زندگی روتین و تکراری مان شور ببخشد و دعوتمان کند از پنجره ای تازه به دنیا بنگریم و خود را برای مسائلی که طی روز با آن سرو کار داریم آماده کنیم. این شعر ویلیام بلک انگلیسی را بخوانید:

تناور شد در طول روزها و شب ها/ آن هنگام سیبی نورانی ببار آورد/ دشمن، آن میوه تابان را نگرست/ و دانست آن میوه درخشان از آن من است

مداوای شاعرانه

امروزه شاخه ای در روانشناسی و روان درمانی ایجاد شده که به آن «کتاب تراپی» می گویند. در کتاب Novel Cure نوشته الا برتود نوشته شده برای هر درد، بیماری و احساسی کتابی نوشته شده که می تواند التیام بخش باشد. شعر در این میان داروی خوبی محسوب می شود. بیچال شاه بلاگر کتاب که ویلاگی با نام Book Therapy دارد، در یکی از مقاله های خود نوشته است: خواندن شعر

← تا به حال به این فکر کرده اید که هنگام صرف صبحانه قطعه شعری را بخوانید و چای یا قهوه تان را جرعه جرعه بنوشید؟ اگر چه من هم مثل شما فکر می کنم شعر را باید در کنج دلنشین با تنی آساییده و روانی بی دغدغه خواند، اما آن طور که می گویند خواندن قطعه شعری در صبح ها پیش از آنکه رهسپار کار روزمره تان شوید، برای آرامش روان خوب است زیرا کمک می کند وارد اتمسفر دیگری شوید و به نظم واژه ها و ریتم دلنواز شعر گوش بسپارید. ما ایرانی ها که انس و الفت دیرینه مان با شعر سابقه ای به قدمت فرهنگ مان دارد، خوب می دانیم چرا شعر، در این زمانه پر آشوب و پریها هو می تواند برای زخم های بر جان نشسته مان مرهم باشد و بی بهانه به سراغ شعر می رویم. اما اگر می خواهید بدانید چرا صبح ها زمان خوبی برای زمزمه کردن شعر است به خواندن ادامه دهید:

شعر به جای تویتر

شبکه اجتماعی تویتر نزدیک به ۱۵ سال است که در فضای اینترنت میزبان میلیون ها کاربر در سراسر جهان است و هر روز فهرست میهمان هایش طولانی تر هم می شود. بر اساس آماری که در سال ۲۰۱۹ اعلام شد، ۱۲۷ میلیون نفر در سراسر جهان روز خود را با چک کردن صفحه تویتر شان آغاز می کنند. ایجاز و اختصار توییت هایی که دلایل عمده محبوبیت این شبکه اجتماعی است. اما این همان نکته ای است که شعر از ۴ هزار سال پیش آن را دربر داشته است. به طور مثال یکی از کوتاه ترین شعرهای تاریخ متعلق به جوزه اونگارتی شاعر ایتالیایی است:

خود را غرق نور بی کرانی می کنم
این قطعه شعر با ۲۷ کاراکتر می تواند خود یک توییت باشد یا هایکوهی ژاپنی که نهایتاً هفت خطی هستند، در اندک زمان صرف صبحانه می توانند انتخاب خوبی باشند. این هایکوی زیبای باشور را بخوانید:

خسته از سفر/ کشتزارهای سوخته/ رویا اما به راهش می رود/ ماه تابان/ دور بر که گام برمی دارم/ آه بنگر! / سپیده بر زده است.

بنابر این اشعار هم می توانند به اندازه توییت ها، کوتاه، مؤثر و الهام بخش باشند و همنشین خوبی برای شروع یک روز کاری باشند.

شعر به مثابه مانترا

شعر خوب می تواند مانند مانترا تمرکز ما را بر احساس و عواطف مان بیشتر کند. مانتراها، نجواها و زمزمه هایی هستند که هر فرد برای رسیدن به آرامش زیر لب می خواند؛ مثلاً مانترای مادر بزرگ من دگری بود که بی وقفه زیر لب می خواند و آنقدر آن را تکرار می کرد که به آرامش ذهنی می رسید. پدر بزرگم با ارادت ستودنی اش به سعدی شیرازی مانترایش را هم از روی اشعار او انتخاب می کرد. پائول جکمن، مربی مدیتیشن و آرامش ذهن می گوید، شعر می تواند به ذهن انسان کمک کند که دمی بیاساید و از هرج و مرج فاصله بگیرد. بنابر این به شاگردانم که مایل هستند زودتر مدیتیشن را بیاموزند و مانترای شخصی خود را پیدا کنند، همیشه توصیه می کنم از شعر غافل نشوند. ابیات شعر با وزن و ریتمی که دارند کمک می کنند به خود آگاهی برسید و کمی از مسائل روزمره فاصله بگیرید. شعر می تواند به ما کمک کند تا میان احساس و اندیشه مان تعادل ایجاد کنیم و دیدگاه و احساسات مان را ارتقا ببخشیم و آن بخش از