

داستانک‌های زندگی و ذهن آگاهی

نویسنده:

دکتر زهرا محبوبی‌نیه

www.ketab.ir

انتشارات آزمون‌یار پویا

(حق چاپ محفوظ است)

عنوان و نام پدیدآور: داستانک‌های زندگی و ذهن آگاهی / نویسنده زهرا محبوبی‌نیه.

مشخصات ظاہری: ۱۴۲ ص.

وضعیت فهرست نویسی: فیا

:Short stories, Persian -- 20th century : موضوع

رده‌بندی کنگره: PIR۸۳۶۱

رده‌بندی دیویی: ۶۲/۳۸۱

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۹۲۷۱۵۵۶



عنوان: داستانک‌های زندگی و ذهن‌آگاهی

نویسندگان: دکتر زهرا محبوبی نیه

ناشر: آزمون یار پویا

مدیر تولید: امیر حیدری

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول تابستان ۱۴۰۲

شایک: ۶-۱۲-۷۹۰۳-۶۲۲-۹۷۸.

.....۱۰۰ریال

تهران، خیابان دماوند (به سمت شرق)، بعد از بزرگراه امام علی (ع)، ساختمان ۱۱۱۴،

طبقه سوم، واحد ۹ تلفن: ۷۷۵۹۱۴۵۴-۰۲۱- همراه: ۰۹۱۰۰۵۱۱۰۰۳

Email: pub@azmonyar.com

مقدمه

قصه و داستان، جهانی است که در آنان همه چیز حیات دارد. هیچ چیز گنگ و خاموش نیست، گرچه ظاهری ساده دارد اما در ورای آن می‌توان به اندیشه‌های بلند و هیجان‌های لطیف دست یافت با وجود آنکه نقش سرگرم‌کنندگی دارد، اما غایت همه آنها به تعلیم ختم می‌گردد.

در متون ادبی، اغلب به جای اینکه مطلبی را به طور مستقیم بیان نمایند از نوعی گفتار که دارای آهنگ و نوای خاصی است، مانند قصه بهره می‌گیرند.

قصه‌ها مجموعه منسجمی از تجربه‌ها، انتظارات و ارزشهای یک قوم هستند (هارکینز، کچ، میچل). پیوستگی منظم اعمال و رویدادهای درون قصه‌ها به گونه‌ای است که می‌توان امید، معنا و هدف را در زندگی انسانها پدید آورد. از این رو به عنوان روش موثری برای رشد و تکوین شخصیت و افزایش رشد مهارتهای کلامی محسوب می‌گردد (دوایودی).

نخستین تعریف مکتوب از حکایتی که به شکل مبهم شبیه قصه گویی است، در پاپیروس مصری معروف به "پاپیروس ولستکار" است که در فاصله ی میان سلسله دوازدهم و هجدهم ثبت شده است. قصه‌گویی، عبارت است از: هنر یا حرفه نقل داستان به صورت شعر یا نثر که شخص قصه‌گو آن را در برابر شنونده زنده اجرا و کارگردانی می‌کند. داستان‌هایی که نقل می‌شود، می‌تواند به صورت گفت‌وگو، ترانه، آواز یا موسیقی یا بدون آن، با تصویر و سایر ابزارها همراه باشد. ممکن است از منابع شفاهی، چاپی یا ضبط مکانیکی استفاده شود و یکی از اهداف آن بایستی سرگرمی باشد. در روزگاران کهن، تاریخ سنت‌ها، مذهب، آداب قهرمانی‌ها و غرور قومی به وسیله قصه‌گوها از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شد.

قصه گویی ساده ترین، ارزاترین و در عین حال موثرترین شیوه نمایشی است که امکان اجرای آن برای هر خانواده ای وجود دارد. قصه گویی بهترین راه برای بیان آرزوها و قصه زبان مشترک انسانها برای تشریح اشاره ها و معنی و انتقال ارزشهای اخلاقی و معنوی از نسلی به نسل دیگر است.

قصه و قصه‌گویی، خود قصه‌آشنای همه انسان‌ها در همه روزگاران و جامعه‌هاست. انسان‌ها در سفر، غم و شادی، تنهایی و خلوت و در جمع و حتی در گیرودار جنگ و بحران‌های زندگی با قصه همراه و مأنوس بوده‌اند، همین است که قصه را همزاد انسان دانسته‌اند و نخستین قصه‌ها را به نخستین روزهای زندگی انسان در زمین بازگردانده‌اند.

یکی از بزرگترین نعمت‌های بشر توانایی در دیدن واضح و حضور، علاقه‌مندی و اتصال به زندگی‌های خود به روشی عاقلانه و مهرورزانه است. ما زمانی که با حضور ذهن یک سیب می‌خوریم، به چشمان یک کودک نگاه می‌کنیم، یا پس از یک طوفان انعکاس غروب زرد رنگ خورشید را در گودال‌های پر شده از آب باران می‌بینیم بیدار می‌شویم. خرد و علم مدرن به ما می‌آموزد که توانایی حضور قابل ارتقا می‌باشد. پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که تمرین ذهن آگاهی عمیقاً شفابخش است، و ما را توانمند می‌سازد تا با خردمندی به بدن خود توجه کنیم، با دقت به قلب خود گوش فرا دهیم، و ادراکی مهرورزانه به ذهن و جهان خود ایجاد کنیم.

شاید نخستین قصه، قصه آدم و حوا باشد که با فریب شیطان، از بهشت خدا رانده شدند. شاید حضرت آدم (ع) به‌عنوان اولین قصه‌گو، بارها قصه رانده شدن خویش از بهشت را برای فرزندانش تعریف کرده باشد تا عبرت بگیرند و فریب نخورند. آفرینش قصه پاسخ به یکی از نیازهای روحی انسان است و تا انسان، این موجود پیچیده به حیات خود ادامه دهد، هنر دیرپای قصه‌گویی نیز زنده خواهد بود و همچون رودی حیات‌بخش در بستر زندگی بشر جریان خواهد داشت. مسلماً علاقه به قصه را خداوند مهربان در وجود انسان نهاده است، زیرا خداوند از زیر و بم آفریده خود دقیقاً آگاه است و در تمام کتاب‌های آسمانی به زبان قصه با انسان سخن گفته است.