

شعر درمانی

هنر شفابخشی سرودن شعر

جان فاکس

(نویسنده کتاب «یافتن آنچه را از دست نداده‌اید»)

مترجمان:

دکتر فریده داودی مقدم

(عضو هیئت علمی دانشگاه شاهد)

فریبا داودی مقدم و گیتا مملوخی



نشر واره



سرشناسه: فاکس، جان، ۱۹۵۵-م.
Fox, John, 1955

عنوان و نام پدیدآور: شعردرمانی: هنر شفا بخشی سرودن شعر/ جان فاکس؛ مترجمان فریده داودی مقدم،

فریبا داودی مقدم، گیتا ممدوحی.

مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۴۰۳.

مشخصات ظاهری: ۴۱۴ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.

شابک: 978-600-250-375-6

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Poetic medicine : the healing art of poem-making, c1997

یادداشت: نمایه

اطلاعات گونه گون: هنر شفا بخشی سرودن شعر.

موضوع: شعر سرایی -- Poetry -- Authorship

موضوع: شعر -- جنبه‌های روان‌شناسی -- Poetry -- Psychological aspects

شناسه افزوده: داوودی مقدم، فریده، ۱۳۴۶- مترجم

شناسه افزوده: داودی مقدم، فریبا، ۱۳۴۳- مترجم

شناسه افزوده: ممدوحی، گیتا، ۱۳۶۹- مترجم

رقعه‌بندی دیگر: PN ۱۰۵۹

رده‌بندی دی‌بی: ۱/۸۰۸

شماره کتابشناسی ملی: ۹۷۳۷۲۹

عنوان: شعر درمانی (هنر شفا بخشی سرودن شعر)

تألیف: جان فاکس

مترجمان: دکتر فریده داودی مقدم - فریبا داودی مقدم - گیتا ممدوحی

نمونه خوان: منصوره یزدانی چالشتی

صفحه آرا: خسرو هادیان

مدیر تولید: داریوش سازمند

ناشر: دانژه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: مهر / ایده آل

شمارگان: ۵۵۰ نسخه / قطع: رقعی

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۳

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۳۷۵-۶

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

تهران: خیابان استاد مطهری - خیابان سلیمان خاطر (امیراتابک)، کوچه اسلامی، شماره ۴/۲
کدپستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱ صندوق پستی: ۱۴۱۵۵-۴۱۴۶ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۴۲۵۴۳ تلفکس: ۸۸۸۱۲۰۸۳
تلفن دفتر پخش: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

قیمت: ۵۵۰۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

پیش‌گفتار	۵
مقدمه	۷
فصل اول: ای قلب، برای چه کسی فریاد خواهی کشید؟ دریافت واژگان سکوت	۱۵
فصل دوم: همان رودخانه، دوباره ترکیب شفابخشی و فرآیندهای خلاقانه	۵۷
فصل سوم: ابزار شعر برای سفر شفابخشی شما آفرینش با عناصر شعری	۹۳
فصل چهارم: پیوند شکننده سرودن شعرهای درد و عشق میان والد و فرزند	۱۴۱
فصل پنجم: چشم‌انداز رابطه انعکاسی بر صمیمیت، ازدواج و اشتیاق	۱۸۳

۲۳۱..... فصل ششم: وقتی خدا آه می‌کشد

سرودن شعر در مورد از دست دادن، بیماری و مرگ

۲۷۳..... فصل هفتم: آرامش چیزهای وحشی

زمین را در آغوش بگیر تا داستانت را بگویی

۳۱۷..... فصل هشتم: گواهی دادن شعرها در دنیای متضاد

گفتن حقیقت، فرارفتن به قلب

۳۵۵..... فصل نهم: رازی درون ماست

از صدای روحانی خود برای شفا استفاده کنید

۳۹۷..... RESOURCES

۴۰۱..... SUGGESTED READING

۴۰۵..... BIBLIOGRAPHY

۴۰۹..... نام‌نما

۴۱۵..... موضوع‌نما

پیش‌گفتار

به شاعران بشکوه سرزمین ایران که نغمه‌هایشان
همواره مرهم زخم‌هایمان بوده است...

یک روز بهار بود و ترنم هزاران شکوفه و آواز باران از گلوی تو جوشید. من
مستانه‌تر از بهاران، آوای این مرغ نغمه‌خوان را در کران بی‌کران هستی‌ام
دنبال کردم و شکوفان شدم به سیب سرخی که هر تابستان، شاخه‌های
درخت روزگاران را آذین می‌بندد یا بر زلال آبی جویباران و شاید موج
بی‌شکیب رودخانه‌ای خروشان فرو می‌غلتد تا در زمینی سبز، به بار بنشیند و
آنقدر آواز سرخ بخواند که هرچه سیاهی و تباهی را درنوردد، تا لب‌های لعل
خاتون دشت دور به خنده باز شود و دستان کودک روستای نور، سرشار از
نارنجی شور شود. تا مردان مرد در قهوه‌خانه‌های کوچه پس کوچه‌های شهر،
داستان سیایش بخوانند و برای هزاران بار، باز، بخار گرم اشک‌هایشان، سرود
کوبنده دست‌هایشان به آسمان برود و جوانمردی دوباره جان بگیرد و جای
قندپهلوی، تلخی بغض گلوها را به شیرینی امید رویشی دوباره نوید دهد. تا
عیاران با یک بغل شکوفه و لبخند از راه برسند و کوچه‌های یاس به یمن
گام‌هایشان چراغانی شود.

من هنوز هم با واژه‌های آسمانی‌تان، این کوچه‌ها را همراه بادبادک‌های
رهای غزل‌های ناب با همان آویزه‌های رنگی شوق دنبال می‌کنم و شادی را
لابلای حروفِ رنگینِ کمائی‌تان در زرورق‌هایی به رنگارنگی پاییز، برای
همگان به ارمغان می‌آورم.

من اهل این سرزمینم، با این همه نغمه و آواز که با هر هجایش، می‌توان
جانی تازه یافت و زندگانی را هزاران بار معنا کرد. من به خود می‌بالم که
به زبانی سرشار سخن می‌گویم که آواهای دلپذیر و شکوهمند شما، آن را در
کرانه‌های عالم به پرواز درآورده است. شما بودید که پروانه‌ها را عاشق و بلبل
را شیدای گل کردید تا عاشقان عالم در نهانخانهٔ جانشان با آن‌ها بخوانند و
بسرایند و در رهایی شورانگیز عشق به هستی، دگرگونه نظر بیافکنند.

کاش، دوباره زمین با صدای شما عاشق شود و آواز باران مهر و آشتی
شعر پارسی، نیلوفر لبخند را بر تمام برکه‌های غمگین جهان بنشاند. کاش رازِ
گل‌های نهفته در نغمه‌های شما، دشت‌های عیوس عالم را موجاموج لطافت و
نور کند و انسان امروز، به یاری درک احساس ژرف خویش از خویش، دمی
بیاساید.

شاید امروز، زبانِ مرغانِ رها از خود، بهترین زبان برای رسیدن به سیمرغ
آرزوها باشد....