

به نام آنکه شادی آفرید و بر بنی آدم خندیدن آموخت

شعر درمانی

تألیف: ابوالقاسم غلامی مایانی

زمستان ۱۳۹۳

سرشناسه: غلامی مایانی، ابوالقاسم، ۱۳۲۷ -

عنوان و نام پدیدآور: شعردرمانی / تألیف ابوالقاسم غلامی مایانی .

مشخصات نشر: کرج: انتشارات ملرد، ۱۳۹۳.

مشخصات ظاهری: ۱۰۸ص:.

جدول: شابک: ۵۰۰۰۰: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۸۱-۴۴-۰



وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: کتابنامه: ص: ۱۱۵ - ۱۱۶ .

موضوع: شعردرمانی

موضوع: شعر فارسی - مجموعه‌ها

رده بندی کنگره: ۷۵: ۱۰۷۵/PN / بخش ۱۳۹۳۷

رده بندی دیویی: ۸۰۸/۱۱

شماره کتابشناسی ملی: ۳۵۳۰۲۴۸

شعردرمانی

تألیف: ابوالقاسم غلامی مایانی

تایپ: سارا موقری

ویرایش ادبی: نور... نریمانی

طراح جلد: مریم انصاریان

ناشر: انتشارات ملرد

شمارگان: ۱۰۰۰ چاپ اول ۱۳۹۳

قیمت: ۵/۰۰۱ تومان

حق چاپ محفوظ است

پیشگفتار

از آنجا که ذائقه‌ی ایرانیان از دیرباز با شعر و شاعری عجین بوده و همگان با آن سازگاری نشان داده‌اند. شاعران و بیشتر شاعران صوفی، شعرپارسی را با طرح مسایل پیچیده‌ای که درک و فهم آن شادی بخش است در طول قرون و اعصار بر تارک ادبیات جهان نشانیده‌اند و برای خود مریدانی یافته‌اند.

شاید بعضی از ایرانی‌ها خود نمی‌دانند چه متاع ذقیمیتی در دست آنهاست، که گاهی مصرعی از آن اشعار از ساعتی سخنرانی رساتر و گویاتر و شیواتر است. بیهوده نیست آثار بزرگان و قلّه‌های ادبیات فارسی هر روزه به زبانی ترجمه می‌شود و فراگیری آن برای آزاد مردان سایر کشورها نشانه‌ی شخصیت و فرزادگی است.

بنابراین، می‌بینیم در بیشتر شهرهای آمریکا کلاس مولوی شناسی، عرفان و آشنایی با آثار خیام و دیگر قلّه‌های شعرپارسی برپاست. همین طور در بسیاری از نقاط اروپا و شاید اقصی نقاط جهان، برای آنکه انسان‌ها به دور از سیاست بازی و سیاست‌گذاری دولت‌ها پاک، ظلم ستیز، عدالت خواه و زیبایی طلب هستند. بنابراین، بدیهی است، به طرف خوبی‌های امیدبخش، معرفت افزا و شادی بخش جذب و جلب می‌شوند.

به هر روی، گاهی با مطالعه‌ی مطالبی و شنیدن اخباری در این فکر فرو می‌روم که چرا خود از آن‌ها به نحو شایسته بهره‌مند نباشیم. پس با اشاراتی

به این مهم پرداختم ، تا سرنخی باشد برای فرهیختگان و فرزندگان توانا، دانا و بینا که با جملاتی رسا ، گویا ، نثری پربها و پرمحتوا به این مهم بپردازند و با ارشاد خود خلقی را شاد کنند و خوشرویی و خوش گوئی و خوش رفتاری را که نتیجه ی شادمانی است به ارمغان آورند. تا جایی که هر کس مطابق عقل و فهم و ذائقه اش بتواند از آن بهره مند شود، و ازدل مردگی ها و افسردگی های حاصله از جیغ و داد ، دود کارخانجات ، هوای آلوده شهرها ، غم ورنج کمبود ها هم بکاهد و مرهمی باشد بر دردهای بیشمار قرن بیستم و یکم، که بسیاری به به پریشان خاطری ، کینه، دشمنی و بیهودگی عمر می گذرانند؛ که لابد نتیجه ای جز درد ، غم ، غصّه و بیماری های روحی - روانی نخواهد داشت. پس با این داروی دردهای مزمن روحی مان که شرعاًست بیشتر آشتی کنیم و بیش از پیش از آن بهره مند شویم. شرعهای شادی افزا بخوانیم مثلاً: وقتی دیوان حافظ را باز کنیم به ما بگوید:

* مرّده ای دل که مسیحا نفسی می آید

که ز انفاس خوشش بوی کسی می آید

« یوسف گم گشته باز آید به کنعان، غم مخور

کلبه ی احزان شود روزی گلستان، غم مخور

و با دریافت عشق حقیقی دل به خدا بسپاریم که دوی بسیاری از دردهاست و بدانیم بسیاری از دردهایمان ریشه در دور ماندن از قیاض مطلق و حضرت حق می باشد.

جهان فانی و باقی فدای شاهد و ساقی

که سلطانی عالم را طفیل عشق می دانم

ابوالقاسم غلامی مایانی - زمستان ۱۳۹۲

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۸-۷	مقدمه
۹	تعاریف بزرگان از شعر چگونه است؟
۱۱	مروری بر شعر کهن فارسی و شاعران مطرح در روزگاران
۱۶	ارتباط شعر و شاعران مقبول با مردم ایران
۱۷	شاعران مردود
۱۹	شعری هنری است آرامبخش
۲۴	شعر درمانی
۲۶	تفکیک عشق الهی از عشق انسانی
۲۸	مغازله های عاشقانه
۲۹	غم و شادی
۳۰	شعر شادی بخش
۳۰	شادی ممدوح و شادی مذموم
۳۰	شعر و شادی
۳۲	کسب خوشبختی
۳۳	شادی و شادمانی
۳۴	رابطه ی شعر و شادی (در مثنوی معنوی مولوی)
۳۹	چند نمونه شادمانی و سرور در شعر شاعران
۴۱	حُسن حال

۴۲	جایگاه شادی در شعر حافظ
۵۶	خودشناسی و شادی
۵۹	هنر طنز و جراید طنزگرا
۶۱	الف - جریده نسیم شمال
۶۴	ب - توفیق
۶۵	ج - نشریه حلاج
۶۷	نقش طنز
۷۱	طنز در کتاب های مربوطه
۷۲	بخشی از طنزپردازان ایران
۷۳	شعر طنز امروز ایران
۷۳	ابوالقاسم حالت
۷۴	نان به نرخ روز
۷۷	منظومه های طرب انگیز
۱۰۲	حسن ختام
۱۰۴	چکیده شناسنامه (فرهنگی) رزومه ی مؤلف
۱۰۶	آشنایی با آثار مؤلف
۱۰۹	آشنایی با توانایی های مؤلف
۱۱۰	منابع و مآخذ

مقدمه

در آیین و فرهنگ ایران باستان که راهی را به جز راستی نمی شناختند و آن را تنها وسیله ی رسیدن به سرمزل مقصود می دانستند؛ روشنایی را ایزدی و تاریکی را اهریمنی می پنداشتند؛ همچنین شادی و شادمانی را از جانب اهورا مزدا و اندوه را از پدیده های اهریمن می دانستند؛ بنابراین، شادی و شادمانی را ستوده، اندوه و غم را ناپسند شمرده اند.

چرا که با روانی شاد بهتر می توان به کوشش پرداخت و آسان تر بردشواری ها چیره شد، و اگر به دامن دشت و دمن و طبیعت پناه می بردند، برای دریافت زیبایی های روح بخش و شامه نوازی بود که شادی و شادمانی خویش را تکامل بخشند.

اما امروزه که چرخ های صنعت و تمدن با آلودگی های صوتی و صنعتی فشار مضاعفی را بر بشریت تحمیل می کنند و رقابت های حاصله، افکار را از زندگی طبیعی و تفریحات سالم به سوی زر و زور و تزویر می کشاند، گاهی پاکدامنی و تندرستی را ربوده و بر اساس خواسته های ما! سراب را آب می نماید؛ به جای ناصر منصور را می بینیم و به جای رازق رزق را می جویم؛ به جای نجات خود، برده وارث شده ایم؛ به جای نام نیکو و روانی سالم؛ بیشتر مال فراوان از خود به یادگار می گذاریم؛ به جای این که

بزرگ باشیم، خود را بزرگ می بینیم و به جای ادراک معرفت به کسب مدارک می پردازیم. تا جایی که جهان پر شده است از باسوادهایی که با جنگ و جنایت و ترور و ... گاهی دنیا را که سایه ای از بهشت و آخرت است، به جهنمی تبدیل نموده اند.

پس باید باشد کسانی که ماحصل یافته ی خویش را عاشقانه و ناصحانه، تقدیم ما کنند؛ ضمن این که زکات استعداد بالقوه ی خویش را می پردازند؛ آری برادر شاعر و نویسنده ابوالقاسم غلامی مایانی از جمله کسانی است که به هر طریقی ممکن به خلق شادی پرداخته و شادی درمانی را ترویج می کند.

بنابراین، این بار به شعر راستین توسل جسته و شعر درمانی را توصیه می کند؛ ضمن این که وجه تسمیه هایی را با ادله و برهان ارائه کرده و خود صادقانه آن را مؤثر می داند؛ جا دارد که ضمن توصیه خوانندگان به خواندن این مختصر، شادی و شادمانی و موفقیت و روزافزونی را برای نامبرده از خداوند منان طلب کنیم؛ زیرا تا جایی که من شاهد هستم با ارائه ی اشعار و مکتوبات خود در خدمت به خلق از هیچ کوششی دریغ ندارد.

نامش مانا و راهش پابرجا

نورالله لریمانی (نیرن)