



تعطیلات نوروز، فرصتی برای رمان خوانی و بهره بردن از فوایدش

# رمان، این خیال انگیز شیرین!

آذر صدارت / فرقی چندانی نداشت که در خانه مان، کتابخانه ای بزرگ و پُر و پیمان داشتیم یا یک قفسه جمع و جور با کتاب های لاغر. از کتابخانه مدرسه و محله کتاب امامت می گرفتیم یا از دوست و همکلاسی. به هر حال بیشترمان کم و بیش از نوجوانی با رمان و تجربه شیرین رمان خوانی آشنا شدیم و بعضی هایمان تا به امروز ادامه اش دادیم. در ادبیات، رمان به داستانی بلند گفته می شود که روایتگر مقطعی طولانی از زندگی یک یا چند شخصیت است. زندگی و قصه و شخصیت هایی که به نوجوانی و جوانی خیلی هایمان، رنگ و غنا بخشید و فرصتی برای زندگی دوباره و چندباره و تجربه احساسات عمیق و متناقضی مثل هیجان و تردید، عشق و نفرت، خواستن و نخواستن، ماندن و رفتن، یاس و امید، ترک کردن و ترک شدن، زندگی و مرگ و... در اختیارمان گذاشت. بیشترمان کم و بیش خواندن پراسترس یک رمان روزنامه بیچ شده سر کلاس درس، یک شب تا صبح بیدار ماندن و دنبال کردن ماجرای پرکشش و هیجان انگیز قهرمان یک رمان یا خندیدن و اشک ریختن یا به پای شخصیت های یک قصه را تجربه کرده ایم. فرقی ندارد ایرانی یا خارجی، فرقی ندارد به زبان اصلی یا ترجمه. یک رمان خوب در هر شکل، درجه ای است به وسعت بی انتهای از رنگ و خیال، واقعیت و فانتزی. روزمرگی و معجزه. این روزها هم اگرچه خیلی هایمان آن قدر مشغول و درگیر مدیریت زندگی و درس و کار و پس انداز و خانواده و ارتباطات دوستانه و فضای مجازی و شبکه های اجتماعی هستیم که ظاهراً فرصت چندانی برای رمان خوانی باقی نمی ماند ولی مطالعه رمان همچنان می تواند جذاب، جادویی، شیرین و خواستنی باشد، اگر بخواهیم و از زمان های شکر استفاده کنیم. از آنجا که فرصت و فراغت تعطیلات نوروز در راه است، بد نیست اگر مدتی از فضای رمان و رمان خوانی فاصله گرفته ایم، دوباره با حال و هوایش آشتی کنیم و اگر هم با وجود همه گرفتاری ها، پیوستگی مان را با ادبیات داستانی حفظ کرده ایم، همچنان این مسیر پربار را ادامه دهیم. پرونده امروز: زندگی سلام، درباره مفهوم رمان، تاثیرات مثبت رمان و پیشنهاد مطالعه چند رمان جذاب است. با ما همراه باشید.



رمان خوانی، فرصتی برای بهره بردن از فوایدش

## چند پیشنهاد خوب برای رمان خوانی در تعطیلات

زمان های جذاب و خوش خوان با قصه هایی که فکر تان را مشغول کند و همان قدر که به زندگی و تجربه های واقعی شبیه است، همان قدر هم عجیب و تر و تازه و فانتزی باشد و قهرمانان و ضدقهرمانانی که همدلی و همراهی تان را برانگیزاند و ذهنتان را درگیر ماجراهای خودشان کنند، کم نیستند. رمان هایی با آدم ها و شخصیت های ماندگاری که ممکن است حتی تا سال ها بعد هم به قصه زندگی و سرنوشتشان فکر کنید و از خودتان بپرسید: «یعنی الان کجا هستند و چه کار می کنند؟» منتها در این بخش، از میان همه رمان های ایرانی و خارجی جذاب، تعدادی را برای دو گروه از علاقه مندان به رمان، انتخاب کردیم. یک گروه کسانی که دوستی برایشان رمان دارند و به شکل ابتدایی، طعم شیرین مطالعه یک رمان و دنبال کردن سرنوشت آدم های یک داستان بلند را چشیده اند. و گروه دیگر کسانی که با وجود علاقه شان، تا به حال فرصتی برای غرق شدن در اقیانوس عمیق و رنگارنگ رمان نداشته اند. ناگفته نماند که این فهرست و دسته بندی، سلیقه و انتخاب ماست. اگر رمان خوان حرفه ای هستید و رمان به یادماندنی و متفاوتی مطالعه کرده اید که در این فهرست نیست یا با این دسته بندی موافق نیستید، استقبال می کنیم نگاه و نظراتان را از طریق راه های ارتباطی با ما و مخاطبان این صفحه در میان بگذارید. با ما باشید.

## رمان چیست؟

شاید شما هم جزو آن دسته آدمها باشید که در شبهای نوجوانی با یک کتاب قفلور به رختخواب رفتهاید و نزدیکهای صبح با اشک کتاب را بستهاید. شاید شما هم خاطره باز کردن یک کتاب رمان، زیر کتاب درسی تان در ردیف آخر صندلی های کلاس را به یاد بیابورید. شاید شما هم یک رمان خوان حرفه ای باشید، رمان هایی که یک دوره از زندگی تان را ساخته و شب های تان را روشن داشته است. رمان به عادت آدمها و ماجراهایشان که مثل فکر کرده اید این رمان دوست رفتار و حالات و عادات آدمها و ماجراهایشان که مثل فکر کرده اید این رمان دوست دهنده فضای فکری و نگاه خالق و نویسنده اش از رابطه آدمها در خانواده و اجتماع است. رمان به نوشته هایی اطلاق می شود که یک سری خصوصیات تعریف شده دارند: داستانی هستند، معمولاً مفصل و طولانی اند و طبیعتاً به نثر نوشته شده اند و از همه مهم تر، روایتگر مقطع یا مقطعی طولانی از زندگی یک یا چند شخصیت در دل یک پیرنگ اصلی و چند خرده



علی مسعودی  
کمدین و فیلمنامه نویسنده

یکی از جذاب ترین رمان هایی که خواندم، رمان شاهزاده خام است. زمانی که نابالغان تبارت در روسیه شکست خورده فرانسوی ها خیلی تحقیر شدند و بسیاری از دختران فرانسوی به روسیه رفتند و مشغول کارهایی مثل خیاطی و آرایشگری شدند. این رمان، قصه زندگی یکی از همین دخترهاست که در روسیه زندگی سخت و طاقت فرسایی دارد. اما یک افسر عالی رتبه روس به او علاقه مند می شود و ماجرای علاقه ای دوپاره هم، به عمیق از آب در می آید طوری که چندین بار خواندمش.

پیرنگ است. حجیم و مفصل بودن رمان، اجازه ورود شخصیت ها و ماجراهای زیاد را به داستان می دهد، پس طرح پیچیده تر و محیط اجتماعی آن، پرماجراتر است. نکته هیجان انگیز ماجرا این است که مطالعات ثابت کرده است این رمان خوان ها در مقایسه با سایر افراد، آدمهای باهوش تر و پخته تر هستند که انعطاف دارند و بدون آن که از عقیده خودشان دست بردارند یا عقاید دیگران را رد کنند، از شنیدن عقاید سایر افراد لذت می برند.

## آثالی اکبری روزنامه نگار و رمان نویسنده

تازه ترین رمانی که خواندم، یک رمان ششصد صفحه ای به قلم یک نویسنده استرالیایی بود. رمانی سرشار از دیوانگی که شاید تا صد صفحه اول به چگونگی نمی کرد اما در ادامه، در فضای قصه غرق می شدی. بد نیست بدانید من مادر یک دختر کوچولوی دو ساله ام و حتما می توانم تصور کنید با وجود مشغله های بچه و کار و خانه و خانواده، مطالعه آن هم رمان خوانی قدری می تواند دلداری ام را شربین باشد. راستش رمان و داستان کوتاه و بلند، برایم فرقی چندانی ندارد. اصل جذابیت است.



## چرا رمان بخوانیم؟

برای خیلی از کتابخوان های حرفه ای، رمان خوانی درجه ای به سمت کتابخوانی بوده و با خواندن رمان، جذب فرهنگ خوب کتابخوانی شده اند. رمان به طور معمول روان تر از کتاب های دیگر است، چون سرشار از توصیف و دیالوگ است و نویسندگان آن کمتر به بیان دلیل و برهان و نظریه روی می آورند. تازه اگر هم این کار را انجام دهند در خلال گفت و گوی شخصیت هاست و با پوشاندن لباس جذاب زندگی به منطق و فلسفه، برای همه قابل فهم و غیر تکراری اش می کنند. در کنار این ها دلایل زیادی وجود دارد که رمان بخوانیم و از آن لذت ببریم، مثل:

- رمان در مقایسه با داستان کوتاه مثل سریال در برابر فیلم سینمایی است، تحول شخصیت ها، مواجهه شان با چالش های زندگی و خیلی چیزهای دیگر در رمان دقیق تر و عینی تر است و برای همین رمان به خواننده فرصت می دهد با تعداد زیادی شخصیت داستانی، زندگی کردن را تجربه کند و از کنش های آن ها در موقعیت های مختلف درس بگیرد. یعنی رمان سوای منطق و فلسفه، حول کشمکش های جذاب داستانی، پای مهارت های زندگی، سبک زندگی و تجربه های ناب را هم به ذهن مخاطب باز می کند.
- رمان به ما فرصت می دهد با تاریخ، جغرافیا، فرهنگ های مختلف، مردم شناسی و خیلی چیزهای دیگر آشنا شویم.
- رمان خوانی به ما کمک می کند دایره واژگانمان را افزایش دهیم و خلاقیمان به خاطر حدس زدن مکرر سرنوشت آدم های قصه افزایش پیدا کند.
- رمان به دلیل حس خوبی که به مخاطب می دهد باعث کاهش استرس و حتی جلوگیری از آلزایم می شود.
- همان طور که در ابتدای مطلب هم گفته شد رمان باعث می شود عادت به کتابخوانی نهادینه و میل به مطالعه در ما تقویت شود و در نتیجه جذب انواع اشکال مختلف کتابخوانی شویم. رمان داستانی کوتاه یا اپیزودیک نیست، به رغم آن که خرده پیرنگ ها به سرانجام می رسد گره افکنی اصلی اش تا پایان باقی می ماند و همین امر، میل به بیشتر و بهتر خواندن و زودتر تمام کردن داستان را در مخاطب تقویت می کند و اگر بعد از خواندن یک رمان خوب، بی کتابخوانی را بگیریم، سریع به عادت قوی تبدیل می شود که تر کش مشکل خواهد بود.

## سامان گلرینز آشپز بین المللی



اوهام ریچارد باخ - شاهزاده کوچولوی آنتوان دو سنت اگزوپری، دو رمان ماندگار زندگی من است. قصه شاهزاده کوچولو را که همه می دانند. اوهام هم داستان سفر خلبانی به همراه یک موجود تخیلی است. یک داستان جذاب و ساده ای که در آسمان می گذرد!

## برای کسانی که رمان خوان نبوده اند

● «چراغ ها را من خاموش می کنم» و دیگر هیچ اگر تا به حال فرصت و انگیزه ای پیش نیامده است که به سمت مطالعه رمان و دنبال کردن قهرمانان یک قصه طولانی بروید، «چراغ ها را من خاموش می کنم» برای شروع، بهترین انتخاب است. یک رمان ایرانی جذاب و خواندنی به قلم زویا پیرزاد منتشر شده توسط انتشارات مرکز که ناشر تمامی آثار پیرزاد است. کتابی که نخستین بار در سال ۸۰ به بازار آمد و تا امروز،

بیش از سی بار تجدید چاپ شده و حتی به چندین زبان هم ترجمه شده است. این رمان قصه زندگی یکتواخت کلاریس، زنی سی و چند ساله و خانه دار است که مادر سه بچه است و از فرط تکرار کارهای روزمره همیشگی، دلش برای یک روزنه، یک تغییر، یک انگیزه لک زده است. جایزه ادبی بلدا، جایزه بهترین رمان سال بنیاد گلشیری و جایزه کتاب سال از جمله جوایز معتبری است که این رمان از آن خود کرده است. رمان، پر است از جزئیات جالب و کمتر توجه شده زندگی روتین و روزمره یک زن خانه دار: آماده کردن صبحانه و عصرانه، چیدن میز شام، درست کردن سالاد، آبیاری باغچه حیاط یا حتی عوض کردن خاک یک گلدان خشک!

● «غرور و تعصب»، یک شاهکار ماندگار اگر رمان خوان نیستید، احتمالاً فیلمش را تماشا کرده اید اما با این وجود، مطالعه کتاب چیز دیگری است. رمانی تقریباً حجیم به قلم جین آستین، نویسنده انگلیسی که همه منتقدان آن را بهترین کار او می دانند و خودش آن را «بچه دلیند من!» می نامد. قصه جذاب خانواده هفت نفره پنت با پنج دختر دم بخت و آشنایی پرفراز و نشیب الیزابت، دختر دوم خانواده با آقای داریسی مغرور که مثل بیشتر قصه های شیرین به ازدواج این دو ختم می شود. این رمان حدود شصت سال پیش برای اولین بار در ایران ترجمه و چاپ شد و تا امروز به وسیله مترجمان مختلفی ترجمه و توسط انتشارات گوناگونی، چاپ شده است.

● «من او» و «خلاقیت هایش» رمانی خواندنی به قلم رضا امیرخانی و منتشر شده توسط نشر قدیانی درباره مقاطع مختلف زندگی متفاوت علی فتاح. یک رمان با رسم الخط و ساختار و قالبی خلاقانه و کمتر دیده شده که روایتگر ماجرای عشق پاک علی به مهتاب، دختر خدمتکار پیر خانه و خرده پیرنگ هایی جذاب و شخصیت هایی به یادماندنی است: علی که انتخاب کرده تا وقتی از عشق راستین خود به مهتاب مطمئن نشده با او ازدواج نکند؛ درویش مصطفی که همیشه یک قدم از بقیه جلوتر است و بیش از بقیه می بیند و می داند و مریم که قلب همسر الجزایری اش را می بلعد، همگی بعد از مطالعه رمان، هنوز و همچنان در ذهن مخاطب جاری و زنده می مانند و به حیاتشان ادامه می دهند. این رمان نخستین بار در سال ۷۸ به بازار آمد و تا کنون بیش از هشتاد بار تجدید چاپ شده است.

## برای رمان خوان های نه چندان حرفه ای

● «بازی آخر بانو» و «جوابش» سرگذشت زنی در حدود سه دهه از زندگی اش؛ روایت زندگی پرفراز و نشیب «گل بانو»، دختری سیور و قوی، ساکن یکی از روستاهای استان کرمان که قصد دارد وارد دانشگاه شود و سرنوشتی که جامعه، روستا و مادر مرده شیش برای وی پیش بینی می کنند را تغییر دهد. گل بانو عاشق می شود، خواستگاران را رد می کند، تن به ازدواجی می دهد که منجر به طلاق می شود، کودکش توسط شوهر سابق برده می شود و در نهایت به عنوان استاد فلسفه دانشگاه تهران، با پسرش که این بار دانشجویش است روبه رو می شود. یک رمان تکان دهنده به قلم بلقیس سلیمانی و منتشر شده توسط نشر ققنوس که برنده جایزه ادبی مهرگان و بهترین رمان بخش ویژه جایزه ادبی اصفهان در سال ۱۳۸۵ و بارها تجدید چاپ شده است. بلقیس سلیمانی در این رمان، سال هایی را روایت می کند که کمتر به آن پرداخته شده. او وقایع سیاسی - اجتماعی اوایل انقلاب را زمینه داستان خود ساخته و شخصیت ها را در دل این فضا می پروراند و لذا شخصیت های رمان که محصول زمانه خود هستند، نمی توانند از اقتضائات روزگارشان رها شوند.

● «کوری» برنده نوبل ادبیات قصه از ترفیک سر چهارراه شروع می شود. راننده تاکسی ناگهان و در یک لحظه کور می شود و واله ای اسپید، جلوی دید چشمش را می گیرد. به فاصله کوتاهی تک تک آدم های شهر، نابینا می شوند و شهر پر می شود از آدم ها و ساکنان کور که نه چیزی می بینند و نه توانایی انجام وظایف روزمره شان را دارند چیزی نمی گذرد که شهر دیگر شهر نیست؛ ماتمکنده ای است کثیف و قحطی زده و ترسناک... کوری، رمانی است به قلم ژوزه ساراماگا، نویسنده پرتغالی با ترجمه مهدی غبرایی و منتشر شده توسط انتشارات خوشنام و خوش سلیقه مرکز. منتها در طول سالیان، همواره توسط مترجمان مختلفی ترجمه و در قطع و طرح جلدهای متفاوتی توسط انتشارات گوناگون چاپ شده است. رمان کوری، تکان و تذکر ارزشمندی است به برخی از ما که به قول همسر دکتر، کورهای بیناییم: «کورهایی که می توانند ببینند اما انتخاب می کنند که نبینند!»

● «جسدهای شیشه ای» به سبک استاد آن ها که به سینمای مسعود کیمیایی و روایت های پرسوز و گدازش از مفاهیم و ارزش هایی مثل نجابت، وفاداری، برادری، مرام، رفاقت و مردانگی علاقه دارند، می توانند همین فضا را منتها به شکلی پخته، عمیق، چندلایه و جذاب در رمان جسدهای شیشه ای به قلم این نویسنده و کارگردان صاحب سبک کشورمان تجربه کنند. داستان پرفراز و فرود سه خواهر و برادر، طاهر، طلعت و طاووس به اضافه شخصیت های عجیب و موثر دیگری مثل علی وقارسلطانی و رحیم کوه دره ای و سروش و ثریا! جسدهای شیشه ای روایت عجبی است از زمان و مکان و روابط و ماجراهایی غریب. قصه عشق، خیانت، فاصله، فرار، حسرت و مرگ.



● «کوری» برنده نوبل ادبیات

● «جسدهای شیشه ای» به سبک استاد