

روانکاوی مؤلفه‌های شادکامی در شعر خالد أبوخالد براساس روانشناسی مثبت‌گرا

فائزه پسندی^۱، دانشجوی دکتری زبان و ادبیات عربی، دانشگاه کاشان
عباس اقبالی، دانشیار گروه زبان و ادبیات عربی، دانشگاه کاشان
محسن سیفی، استادیار گروه زبان و ادبیات عربی، دانشگاه کاشان

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۱/۲۴ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۶/۰۳

چکیده

«نقد روان‌شناختی» به عنوان یکی از رویکردهای نقد ادبی جدید، بر اساس اصول علم روان‌شناسی و از طریق کشف چگونگی تأثیر ضمیر ناخودآگاه ادیب در آفرینش اثر ادبی، به نقد و تحلیل متون ادبی می‌پردازد و بر کاوش و شناسایی سویه‌های مثبت‌گرایی نظیر شادکامی و ارزش‌های حاکم بر ذهن صاحب اثر تمرکز دارد. با عنایت به اینکه شعر معاصر فلسطین یکی از بارزترین مظاهر انسانی پرتکاپو در عرصه ادبیات جهانی محسوب می‌شود، مقاله حاضر به عنوان پژوهشی میان‌رشته‌ای با بهره‌گیری از تحلیل ادبی و نقد روانکاوانه، به هیجان مثبت و معنادار «شادکامی» و برجسته‌ترین مؤلفه‌های مرتبط با آن در دیوان «خالد أبوخالد» با روش توصیفی - تحلیلی می‌پردازد. از دستاوردهای این پژوهش می‌توان به حضور فعال و هدفمند «شادکامی» در این دیوان به عنوان هیجان خوشایند پایدار و مؤلفه‌های مرتبط با آن از جمله «امیدواری»، «خردمندی» و «خوش‌بینی» در کنار اسالیب مختلف ادبی اشاره کرد. در این راستا، أبوخالد با جهت‌دهی فکری مخاطبان به سمت نگرش مثبت و خوش‌بینانه نسبت به رخداد‌های گذشته و سرنوشت کشور برای مقابله با هیجانات منفی (نظیر ناامیدی، ترس، غم) و چالش‌های مهم و بحرانی زندگی، به ارائه راه‌حلی خردمندانه و مصلحت‌اندیشانه می‌پردازد. وی با امیدواری نسبت به آینده‌ای درخشان بر قابلیت‌های هموطنان بر ارتقاء روحیه خودباوری، انسجام هویتی، مسؤولیت‌پذیری و نوع‌دوستی تمرکز نموده و ضمن ترسیم هنجارها، اهداف و گذرگاه‌ها، جامعه را به سمت بهزیستی معنادار، سلامت روانی و زندگی مملو از آرامش و شادکامی سوق می‌دهد.

کلیدواژه‌ها: نقد روانشناسی، شادکامی، شعر معاصر فلسطین، خالد ابو خالد.

۱- نشانی پست الکترونیکی نویسنده مسئول: faezehpasandi@gmail.com

مقدمه

«نقد روانشناختی»^۱ پس از ظهور مکتب روان‌کاوی توسط زیگموند فروید، با تأکید بر روان و ضمیر ناخودآگاه مطرح شد (قبادی و هوشنگی، ۱۳۸۸: ۹۲) که با استفاده از اصول و مبانی روان‌شناسی، به کشف معانی و لایه‌های زیرین آثار ادبی و تحلیل عوامل مؤثر بر آفرینش آن و همچنین جنبه‌های مختلفی نظیر مسائل درونی، ابعاد رفتاری شخصیت‌های اثر و کاوش در اعماق روان و شخصیت خالق اثر ادبی می‌پردازد (لینداور، ۱۹۷۴: ۲۹).

«روانشناسی مثبت‌گرا»، به عنوان یکی از مکاتب این نقد بر رویکردهای مثبت‌درمانی، امیددرمانی و معنادرمانی به منظور بهبود و ارتقای سطح زندگی انسان، باروری ذهن، شکوفاکردن استعدادها و توانمندی‌های مثبت درونی و در نهایت سلامت روان متمرکز است (سلیگمن و همکاران، ۱۳۸۳: ۱۵)؛ بطوریکه با عمیق‌ترکردن فهم مردم نسبت به هیجانات مثبتی نظیر شادکامی، به زندگی انسان معنا می‌بخشد (Seligman, 2000:55).

بدین ترتیب روانشناسی مثبت‌گرا را می‌توان مطالعه علمی تجارب و عواطف مثبت آدمی، توانمندی‌ها و فضیلت‌های شخصی و شادکامی آدمیان تعریف کرد (براتی، ۱۳۸۸: ۲۹).

شادکامی با گرایش به سمت معنویت، افزایش همدلی و نوع‌دوستی و تمرکز بر اهداف مشترک، جامعه را از افسردگی، ناامیدی و بی‌هدفی دور می‌کند (عینی، ۱۳۹۵: ۲۸۲) و از مهمترین اهداف آن می‌توان به تحقق زندگی خوب (شامل رضایتمندی، تلاش، صبر و شکر) و زندگی شاد (شامل نشاط و لذت‌مندی) اشاره کرد (پسندیده، ۱۳۹۵: ۹۶).

در این راستا شعر معاصر فلسطین متأثر از تغییر و تحولات تاریخی نظیر حادثه اشغال که نقطه عطفی در ایجاد رابطه دیالکتیک و تحول در روند ادبیات معاصر جهان عرب محسوب می‌شود (جیوسی، ۱۹۹۷: ۴۴)، به انعکاس هیجانات و رویدادهای این دوره پرداخته و علاوه بر حکایت‌گری رنج‌ها و بیم‌ها، به بیان شادی‌ها و امیدواری‌ها و هدایت ملت از یأس، سستی و سازش به سمت ایمان، خیزش و تلاش همت می‌گمارد. بطور کلی از مهمترین ویژگی‌های این شعر را می‌توان ارتقاء هیجانات مثبت بالأخص شادکامی در میان

یک ملت که آثاری نظیر باروری ذهن، نوع‌دوستی، ایستادگی و پایداری را به دنبال دارد دانست.

نوشتار حاضر در پی آن است که براساس نقد روانشناختی مثبت‌گرا به کشف زوایای مختلف فکری و معنایی «شادکامی» و مؤلفه‌های مرتبط با آن نظیر امیدواری، خردمندی و خوش‌بینی در دیوان خالد أبوخالد^۲ با عنوان (العودیسا الفلستینیه) که شامل پنج کتابچه شعری است پرداخته و براساس تحلیل تلفیقی ادبی و روانشناسی، به توصیف و تحلیل داده‌ها اقدام نماید. همچنین درصدد پاسخگویی به این سؤالات است که هدف ابوخالده از پرداختن به عناصر و زمینه‌های مثبت‌گرایی چیست؟ و شادکامی و مؤلفه‌های مرتبط با آن در شعر وی به چه میزان تجلی یافته است؟

پیشینه تحقیق

برخی از پژوهش‌های منتشرشده تاکنون، به موضوعات «روانشناسی مثبت‌گرا» و «شادمانی در شعر» و برخی دیگر به «سروده‌های خالد أبوخالد» پرداخته‌اند از جمله:

- در مقاله «نگاهی به شعر حافظ با رویکرد روانشناسی مثبت‌نگر مارتین سلیگمن» (هفتمین همایش پژوهش‌های ادب فارسی: ۱۳۹۲ش) که توسط منصور پیرانی به رشته تحریر درآمده، به بررسی ویژگی‌های روانشناسی مثبت‌نظیر امیدواری و خوش‌بینی در دیوان حافظ پرداخته شده است.

- در مقاله «تبیین مؤلفه‌های شادمانی و مثبت‌گرایی در اشعار عروه بن الورد» (نشریه ادب عربی، سال ۸، شماره ۲: ۱۳۹۵ش) اثر عباس اقبالی و عبدالحسین ذکایی، ضمن واکاوی درون‌متنی دیوان شاعر، عوامل شادمانی و مثبت‌گرایی در زندگی عیاری وی را تبیین می‌شود.

مقاله «المثقف الفلستینی الملتزم الشاعر خالد أبوخالد نموذجاً» (۲۰۱۲م) اثر أحمد عزالدین أسعد از دانشگاه بیرزیت فلسطین، به زندگی سیاسی، فرهنگی و اجتماعی ابوخالده و تحلیل ویژگی‌های ادبیات متعهد در اشعار وی اشاره دارد.

-در پایان‌نامه مقطع کارشناسی‌ارشد با عنوان «ظاهرة التناص في شعر خالد أبوخالد» (۲۰۱۸م) اثر حازم حسن أحمد البرغوثی از دانشگاه بیرزیت فلسطین، ضمن معرفی انواع بینامتنی اعم از ادبی، تاریخی و شعبی به بررسی بازتاب آن در دیوان شاعر می‌پردازد. علی‌رغم اهمیت پژوهش‌های مذکور، اما اثری که به نقد و بررسی مؤلفه مثبت‌گرای «شادکامی» و مهمترین مؤلفه‌های مرتبط با آن در دیوان این شاعر بپردازد، یافت نشد و بسامد بالای عناصر شادکامی در این دیوان مایه ضرورت بررسی و تحلیل گردید؛ از این‌رو جستار پیش‌رو به مثابه پژوهشی نو و ابداعی محسوب‌شده و بر آن است تا چگونگی استفاده شاعر از این هیجان مثبت را در جهت هدفمندی اشعارش آشکار نماید.

شادکامی^۳

روان‌شناسان مثبت‌گرا همچون سلیگمن، شادکامی را موضوع اصلی رویکرد روانشناسی مثبت‌گرا (سلیگمن، ۱۳۸۸: ۱۰۵)، از جمله دغدغه‌ها و مهمترین نیازهای روانی بشر (آرگایل، ۱۳۸۲: ۱۰) و مبتنی بر وقایع لذت‌بخش (بخشایش و همکاران، ۱۳۹۱: ۸۷) و عامل رسیدن به شکوفایی و کمال می‌دانند (فرانکلین، ۱۳۹۰: ۳۵). همچنین معتقدند که شادکامی به عنوان یک احساس خوشایند پایدار شامل موضوعاتی از جمله رضایت از زندگی، نبود هیجانات منفی همچون افسردگی و اضطراب، روابط مثبت با دیگران، هدفمندی و معناداری زندگی، رشد شخصیت و دوست‌داشتن دیگران و طبیعت است (نوفرستی و همکاران، ۱۳۹۴: ۸۷).

سلیگمن شادکامی را دارای اجزای سه‌گانه می‌داند که شامل روابط اجتماعی قوی و مطلوب (جزء اجتماعی)، حالت‌های خلقی پایدار و شاد (جزء هیجانی) و مثبت‌اندیشی در تفسیر اطلاعات محیط (جزء شناختی) می‌باشد (Lopez, 2009: 71).

افراد شادکام با افزایش امید، عزت و اعتماد به نفس در برابر ناسازگاری‌ها، به مشکلات به عنوان چالش می‌نگرند که موجب سازندگی شده و باید با آن مقابله شود. به عبارت دیگر، شادکامی ضمن تغییر ساختارهای شناختی و هیجانی افراد بر نگرش مثبت، نسبت به رخدادهای گذشته و تأثیر بر نگرش‌های مثبت از آینده تأثیرگذار است (پوررحیمی و همکاران، ۱۳۹۴: ۳۶).

در این زمینه أبوخالد می‌کوشد تا با طرح استفهام تنبیهی در عبارت «هل أوفت..»، از کشمکش درونی فلسطینیان پرده بردارد و سپس با واژه «بلی» ابهام‌زدایی کرده و از وقوع حتمی آرامشی شادی‌بخش، به دنبال بردباری و تحمل مشکلات که عامل شکل‌دادن به شخصیت انسان است خبر دهد. همچنین با استفاده از اسلوب‌های جناس «مُرّ، مرّ، نجوی، ذکری، آسی، سلوی» و صنعت تبادل‌الحواس یا حس‌آمیزی در «آسی مرّ»، بر اهمیت صبوری در استمرار پیکار تا پایان فراق و تحقق شادکامی به دنبال وصال حتمی تأکید می‌ورزد:

«وَلَسَوْفَ.. تَأْلَفُ أَنْ غُرَبْتَنَا.. عِتَابًا شَكَّلْتَنَا وَانْتَهَتْ فِينَا إِلَى نَجْوَى.. / وَلَسَوْفَ تَأْلَفُ فِی مَرَاتِنَا الْغَنَائِيَاتِ.. وَالذِّكْرَى / وَنَضْحَكُ مِنْ أَسَى مُرِّ قَدِيمٍ مَرٌّ فِی دَمْعٍ وَسَلْوَى.. / -هل أوفت أیدی أَحَبَّتْنَا.. / -بلی..» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۷۸)

[و حتماً عادت خواهیم کرد که غربت ما ملامتی بود که به ما شکل داد و در درون ما به مناجات پنهانی منجر شد.. حتماً به مرثیه‌های آهنگین مان و یادآوردن خاطرات عادت خواهیم کرد و از (یادآوری) اندوه تلخ دیرین که در اشک و آرامش خاطر گذشت، می‌خندیم. آیا دستان دوستانمان ثمر داد؟ بله حتما!]

هدفمندی در زندگی و نبود هیجان‌ات منفی در کنار رضایت و عشق‌ورزی به طبیعت و دیگران، از جمله شروط لازم برای رسیدن به شادکامی است (Argyle, 1990: 17). در این راستا أبوخالد عشق به وطن را مهمترین عامل ایجاد شادی و شغف در درون انسان می‌داند. وی در ابیات زیر با تکرار واژه «حبّ» عشق پاک و عمیق خود را به فلسطین «عبله» و عناصر زیبای طبیعی آن ابراز می‌کند و از خلال تصاویر دیداری و شنیداری جزئی، روشن و گویا و نمادپردازی‌های فراوان در نفس مخاطب، شور و اشتیاق ایجاد می‌کند:

«أحبُّ البحرَ.. والصفصافَ / أحبُّ الشعَرَ.. والأصدافَ / أحبُّ اللَّيْلَ.. والأعشابَ / أحبُّ.. الصِّبَارَ / أحبُّ منارةً فی البحرِ لم أرها / ولم أرها / وأرغبُ أن أعانقَها أحبُّك.. خذ يدى خذنى و خذ فرحى» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۲۷۶)

[دریا... و بید را دوست دارم. شعر و صدف‌ها را دوست دارم. شب و گیاهان خوشبو را دوست دارم. انجیر هندی را دوست دارم. فانوس دریایی در دریا را دوست دارم در حالی که آن را ندیدم و ندیدمش اما آرزو دارم که آن را در آغوش بگیرم. دوستت دارم دستم را بگیر و شادمانی ام را.]

«عبله/ وأمضى وراء الغزاة/ أردُ السبایا/ وأفرحُ من شفقتك بِسمةٍ» (همان: ۱۶۸)

[عبله! در پس جنگجویان رهسپار می‌شوم، اسیران را برمی‌گردانم و با لبخندی از

لبانت شادمان می‌شوم]

انسان در سایه این هیجان قادر است تا قله‌های سلوک را ببیماید و با نیل به اهدافش

نقش سازنده‌ای را در جامعه ایفا کند (عباسی، ۱۳۹۲: ۸).

«لایمُرُ من هنا المشرّدُ الفقیرُ/ والمقاتلُ/ والأسیرُ/ یسمون فی الشوارع الحمرَاء» (أبوخالد،

۲۰۰۸: ۷۴)

[آواره فقیر، جنگجو و اسیر از اینجا عبور نمی‌کنند، در خیابان‌های قرمز رنگ لبخند

می‌زنند.]

از نظر سلیگمن نوع نگرش انسان نسبت به خود، دیگران و زندگی آینده، وضعیت

روانی او را تحت تأثیر قرار می‌دهد (Seligman, 2000: 410) و نگرش شادکامی برای وی

تعهد، ارزش و معنا را ایجاد و همدلی و نوع دوستی را افزایش می‌دهد و جامعه را از

افسردگی، خشونت و رکود دور می‌سازد (پیرانی، ۱۳۹۲: ۳۴۲).

بر این اساس، أبوخالد با کاربرد جناس در «الحداد، الرماد»، «الجمال، الإغتیال» ضمن

ایجاد ضرب آهنگی موزون، زمینه‌ساز جلب و اقناع مخاطب می‌شود و در عبارات «ذاب

الدّم، ینبت الفولاذ والبارود، یخضر الصدر» از استعاره مکنیه بهره می‌برد؛ زیرا استعاره،

سخن شاعر را در ذهن مخاطب جای می‌دهد (کزازی، ۱۳۸۵: ۹۴). وی در جهت پویایی

شعرش از رنگ سرخ به مثابه نماد مثبتی از شهادت و رنگ سبز به عنوان نماد مثبتی از

شادابی و رویش مجدد بهره می‌گیرد تا ضمن تأثیرگذاری مثبت بر مخاطب، شادی و

سرور را به او بازگرداند. أبوخالد با کاربرد واژگان «رماد، حداد، فولاد، باروت، رصاص»،

به عنوان عناصر اصلی در دفاع از کیان و سرزمین، روحیه پایداری و حماسه‌آفرینی

روانکاوی مؤلفه‌های شادکامی در شعر خالد أبوخالد براساس روانشناسی مثبت‌گرا ۲۶۱

فلسطینیان را به عنوان نیروهای مسلح و مصمم که روزگار هم یارای مقابله با آنان نیست، می‌ستاید و تلاش می‌کند تا با ایجاد احساس شادکامی، همدلی و امید به پیروزی را در ذهن فلسطینیان زنده حفظ کند:

«أنا الفرحُ المتوقَّعُ بينَ الرمادِ.. وبينَ الحدادِ/ وبينَ الخطوطِ التي تبدأُ الآنَ من بُرْهةٍ في الجمالِ
إلى بُرْهةٍ/ الإغتيالِ» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۳۲۹)

[من شادمانی فروافتاده در میان خاکستر و آهن هستم و میان خطوطی که از هم‌اکنون از میان زیبایی به کشتار کشیده شده است.]

«يوغلُ الرِّكبُ خَفِيفًا.. فَرَحًا/ عَادَ مِنْ دَوَامَةِ المنفى/ على أَكتافِهِ/ نبتُ الفولادُ/ والبارودُ»
(همان: ۱۸)

[کاروان به آهستگی و شادمانی وارد شد از گرداب اردوگاه بازگشت در حالی که بر کتف‌هایش فولاد و باروت می‌روید.]

«ذابَ دَمِي/.. وبينَ أصابعي يخضرُ صدرُ حَبِيبَتِي/.. تَوَهَّجُ السَّبْطَانَةُ إِنْتِهِي فَتَلِكُ رِصَاصَتِي
الأولى/.. إفرحِي/ ما رَدَّهَا قَدْرٌ» (همان: ۱۰۰)

[خونم ذوب شد و میان انگشتانم سینه محبوبم سبز و خرم می‌شود. نی برافروخته و شعله‌ور می‌شود توجه‌کن آن گلوله اول من است. شادشو که روزگار(هم) نمی‌تواند آن را کنار زند.]

شادی می‌تواند یک روش مناسب برای تحریک و برانگیختن و بهبود عملکرد باشد (Rego, 2008: 53). این هیجان مثبت به دنبال معناداری، هدفمندی و رضایتمندی از زندگی، افزایش توانمندی شخصی و اجتماعی، بهبود روابط مثبت اجتماعی، افزایش عزت نفس و مقابله با مشکلات و در نهایت موفقیت افزایش می‌یابد (بیرانوند و همکاران، ۱۳۹۴: ۷۳).

بدین ترتیب، أبوخالد با خطاب قراردادن آوارگان و بالأخص زنان، عمر اسارت را کوتاه و گذرا می‌داند و نهایت تلاش خود را بکار می‌گیرد تا با حفظ روحیه فداکاری، پایان آوارگی را در آینده‌ای نه چندان دور نوید دهد و در نتیجه با احساس رضایت از زندگی، آنان را شادمان یابد. وی از تصاویر مختلف دیداری نظیر (لبخند، شب، آذرخش)

و آرایه تقابل میان تاریکی و روشنایی، برای رخت بر بستن تاریکی ستم استفاده می‌کند؛ زیرا سفیدی و روشنایی از نظر روانشناسی به عنوان نمادی مثبت، عامل شادمانی، آرامش روحی و امیدواری است (پورحسینی، ۱۳۸۴: ۱۸).

«مَرَحِباً يَا فَتَايَ الشَّرِيدُ/ أَبَدُعُ مِنْ جَسَدِي جَزْراً لَا تُعَدُّ/ ..أَخْلَقَ لَيْلاً قَصِيراً/ وَسَقْفاً مِنْ الْبَرَقِ كِي يَفْرَحَا» (ابوخلد، ۲۰۰۸: ۲۷۰)

[ای جوان آواره من! درود و خوش آمد بر تو. از جسدم برایت قربانی بی‌شماری تهیه می‌کنم و شب (اسارت) کوتاه و سقفی از آذرخش (نورانی) را برایت می‌آفرینم تا شادمان گردی.]

«يَا سَيِّدَتِي/ إِسْتَوْطِنَ مِنْكَ شُجَاعُكَ الْقُصُوي/ الْفَرَحَ الْآتِي/..إِسْتَوْطِنِكَ أَتَيْهَا الْكِنْعَانِيَّةُ/..لَا غَرْبَةَ بَعْدُ/ وَلَا سَفْرًا/ يَا سَيِّدَةَ الْفَرَحِ» (همان: ۲۱۶)

[ای بانوی من! شجاعت بی‌نهایت تو شادمانی آینده را مستقر کرد؛ بعد از آن هیچ غربت و سفری در کار نیست ای سرور شادمانی!]

افراد شاد با ویژگی‌هایی همچون خوش‌بینی، برون‌گرایی و وسعت دید برای مقابله با مشکلات در تلاش‌اند و با یاری‌طلبیدن از دیگران، به دنبال تأمین تعادل روحی و سلامت و پویایی جامعه‌اند (جعفری و همکاران: ۱۳۸۴: ۶۰). به عبارت دیگر شادمانی علاوه بر نزدیکی قلب‌ها به مبارزه با ترس و ناکامی می‌پردازد (قرشی و دوکانه‌ای فرد، ۱۳۹۴: ۷۲).

«فِيَا سَيِّدِي الْبَحْرُ.. يَا وَلَدِي/.. إِنْ تُبِحْ.. سَأُقْلُ/ لَسَوْفَ نُغَادِرُ هَذَا الْأَقْوَلَ.. إِلَى مَشْرِقٍ مُخْتَلَفٍ/ وَبَعْدَ الَّذِي كَانَ.. سَوْفَ يَجِيءُ الَّذِي لَا يَتَفُ» (ابوخلد، ۲۰۰۸: ۳۵۳)

[ای سرور من، دریا... ای فرزند من! اگر جایز باشد... خواهیم گفت قطعاً این غروب را به سوی دریچه‌های (روشنایی‌های) مختلف ترک خواهیم کرد و پس از آنچه که بوده... چیزی خواهد آمد که متوقف نمی‌شود.]

شادکامی به عنوان هیجان مثبت مربوط به زمان حال (سلیگمن، ۱۳۸۸: ۸۷)، در دیوان ابوخلد دارای ارتباط مستقیم با مؤلفه‌ها و هیجان‌ات مثبت دیگری است؛ از مهمترین آن‌ها می‌توان به خوش‌بینی، خردمندی و امیدواری اشاره کرد که در ادامه به تفصیل آن‌ها پرداخته خواهد شد:



-شادکامی و امیدواری^۴

امیدواری به وسیله تعهد به اهداف واقع‌بینانه و به دنبال بروز رفتارهایی همچون همدلی و فداکاری تبلور یافته و ضمن مقابله با رویدادهای تنش‌زای زندگی، عامل ایجاد شادی و افزایش خوشبختی در انسان می‌شود (مرادی، ۱۳۸۴: ۶۳).

برخی از روانشناسان، امیدواری را به معنای حالت شناختی- انگیزشی مثبت و موفقیت‌آمیز ناشی از داشتن عزم راسخ در رسیدن به ارزش‌ها و اهداف مطلوب و تلاش و برنامه‌ریزی در مواجهه با سختی‌ها و موانع می‌دانند؛ تا زمانی که سلامت روانی همراه با زندگی شاد و سعادت‌مند تأمین گردد (گل‌پرور و بهاری، ۱۳۹۳: ۷۶).

این مؤلفه پس از شکست فلسطین در سال‌های ۱۹۴۸م و ۱۹۶۷م، در شعر شاعران فلسطینی حضور پررنگی یافت تا با حس یأس، تردید و ناامیدی به مقابله برخیزد (سلیمان، ۱۳۷۶: ۱۵۴).

در این زمینه أبوخالد سعی دارد تا با اندوه‌زدایی، تحکیم انگیزه و تقویت عزت نفس، روحیه خودباوری و مبارزه طلبی را در میان هموطنان بارور و با شادی فراوان «أهتف بالفرح» و در اوج صداقت «أقول لك الصدق»، آنان را به آینده‌ای درخشان به دور از مشکلات تبعید، آوارگی و زندان امیدوار سازد. وی با کاربرد جناس «صیلة، فرحة، غربة- الأماسی، الرصاصی، النجاسی- الصغیره، الجزیره، البطوره- ابتعدی، اقتربی» و استفاده از اسلوب تشبیه، وقایع دردناک را از جهت سختی به انواع فلزات الماس و سرب و مس تشبیه کرده و در مقابل، صبح پیروزی را از نظر گرمی و آرامش به آغوش مادر تشبیه

می‌کند و با تکرار اسلوب ندا «یا فجر»، فرارسیدن آن را با شادی و امیدواری نوید می‌دهد:

«وَمِنْ صَبَلَةٍ فِي الْأَمْسِيِّ / وَمِنْ فَرْحَةٍ فِي الصَّبَاحِ الرَّصَاصِيِّ / مِنْ جَرَسٍ فِي الْوَرِيدِ
النَّحَاسِيِّ / لِفَجْرِ الصُّعُودِ الْعَصِيِّ .. النَّبِيلِ / .. وَيَا فَجْرُ يَا صَدْرَ أُمِّي الصَّغِيرَةِ / يَا غُرْبَةَ الْمَاءِ بَيْنِ
النَّدَى .. وَالْجَزِيرَةِ / بَيْنَ الْحَرِيقِ وَبَيْنَ الْبَطُولَةِ / يَا فَجْرُ إِنِّي نَادِيكَ فَابْتَعِدِي بَيْنَ قَوْسَيْنِ .. وَاقْتَرِبِي
بَيْنَ قَوْسَيْنِ / يَا فَجْرُ هَاتِي» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۳۲۷)

[و از تازیانه در شبانگاه ملالت‌آور (الماسی) و از شادی در صبح گلوله باران (سربی)،
از صدایی در رگ گردن آهنین (مسی کوفته‌شده با آتش) تا صبح تعالی و شرافت (پیش
خواهیم‌رفت)؛ و ای صبح پیروزی (چونان) سینه کوچک مادرم و ای غربت آب میان
رطوبت و جزیره، میان آتش و قهرمانی و ای صبح پیروزی! تو را فرامی‌خوانم پس میان
آسمان دور و نزدیک شو و ای صبح پیروزی به سمتم بیا!]

امید از سه جزء شناختی، عاطفی و حرکتی تشکیل شده و موجب احساس توانمندی
در مواجهه با موقعیت‌های سخت و خوش‌بینی نسبت به بهترشدن اوضاع و در نهایت
معناداری و شادی زندگی می‌گردد (خاری آرانی و همکاران، ۱۳۸۹: ۱۵۹).

بدین ترتیب، ابوخالده به بازگشت فلسطینیان و نابودی دشمنان و استقرار کامل
شادمانی، آرامش و سعادت در آینده‌ای نه چندان دور امیدوار است و بر مثبت‌اندیشی
خویش اصرار دارد:

«وَأَهْتَفُ لِلْقَلْبِ مِنْ فَرْحٍ / نَلْتَقِي / أَقُولُ لَكَ الصَّدَقُ / .. جِي رَعِشَةٌ» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۲۴۰)
[و از شدت شادی از صمیم قلب فریاد می‌کشم. همدیگر را ملاقات خواهیم کرد. به
تو راست می‌گویم و لرزشی بر اندامم افتاده است.]

انسان امیدوار به آینده، با غنیمت‌شمردن فرصت‌ها به تعیین هدف و گذرگاه، ایجاد
انگیزه درونی، اصلاح رفتار، تداوم تلاش همراه با نشاط و مقابله یا تعدیل موانع و حذف
نامیدی و افسردگی در صورت شکست اقدام می‌کند (Seligman, 1991: 9).

در این راستا ابوخالده با تکرار کلمه «سوف» و شیوه استفهام تنبیهی «و هل» و نمادهای
مثبت‌گرایی تبلور یافته در امیدواری همچون «البحر» که نماد وسعت و پاک‌ی فلسطین و

روانکاوی مؤلفه‌های شادکامی در شعر خالد أبوخالد براساس روانشناسی مثبت‌گرا ۲۶۵

رمز نجات و فرونشستن آشفته‌گی‌هاست (ملازاده و عابدی، ۱۳۹۷: ۳۱۳)، نسبت به بازگشت حتمی فلسطینیان به وطن و پایان اشغال، نگرش مثبت و خوش‌بینانه دارد تا ضمن عبور از گذرگاه‌های طاقت‌فرسا و رویدادهای ناگوار، شاهد آرامش و شادکامی در صبح پیروزی باشد:

«وَهَلْ يَا بِلَادِي الْبَعِيدَةُ سَوْفَ تَلْقِينِي؟/ فِي زَمَانٍ يَجِيءُ قُبَيْلَ فَوَاتِ الْأَوَانِ؟/ وَهَلْ سَوْفَ-
وَالْبَحْرُ- تَلْتَقِيَانِ وَتَشْتَعِلَانِ؟/ ..الْبَحْرُ يَغْدُو مَحِيطًا/ وَالْأَغَانِي/ إِلَيْكَ تَجِيءُ/ وَتَأْتِي الْأَمَانِي»
(أبوخالد، ۲۰۰۸: ۳۶۸)

[و آیا ای سرزمین دور دستم، مرا زمانی خواهی دید قبل از اینکه فرصت از دست برود؟ و آیا دریا را ملاقات خواهید کرد و برافروخته خواهید شد؟.. دریا اقیانوس می‌شود و ترانه‌ها به سمت تو می‌آید و آرزوها می‌آید.]

همچنین ابوخالد با بکارگیری اسلوب تجسید و استعاره تبعیه «الدماء تقوم وتنشر»، انقلاب مردمی فلسطین را حاصل خون‌های قدرتمند فراوانی می‌داند که چونان الگویی ارزشمند، میلیون‌ها نفر را تحت‌تأثیر قراردادده تا راهش را از قدس تا نیل ادامه دهند. سپس با نگاه مثبت‌گرا و امیدوار به آینده، همگان را به جان‌فشانی و مساعدنمودن زمینه برای طلوع فجر پیروزی ترغیب می‌کند:

«وَلَكُنِّي مُبْصِرٌ بَيْنَ وَجْهِي/ ...إِنَّ الدِّمَاءَ تَقُومُ/ وَتَنْشُرُ فِي الْأَفْقِ خَارِطَةً وَدَرُوبًا وَتَنْشُرُ
مِلْيُونَ قَافِلَةً/ سَتُحَارِبُ مِنْ قُبَّةِ الْقُدْسِ لِلنَّبِيلِ... وَفَجْرٌ» (همان: ۳۲۴)

[و اما من مقابلم را (به دقت) زیر نظر دارم خون‌هایی که قد برافراشته و در افق، وسعت، گرایش و میلیون قافله را منتشر می‌کند..... طلوع صبح پیروزی!]

وی ضمن بکارگیری شگرد تأکید «ک، أنت»، تکرار «ألانصالح»، استعاره مصرحه توأم با تحقیر «الوباء» و ساختارهای صرفی افعال مضارع «یرید، نرغب، نصلح» که بر استمرار در رویارویی با چالش‌ها دلالت دارد، با نگاهی مثبت و امیدوارانه بر غلبه اراده جمعی بر خواست صهیونیست و طرد هرگونه سازش و تسلیم در برابر دشمنانی که هدفشان نابودی اوست تأکید می‌ورزد. وی با عشق‌ورزی فراوان به وطن، در راه رسیدن به آن شکیبایی و پایداری پیشه می‌کند:

«تخبین صوتی أحبك أنت/ يُريدون موتي.. أريدك أنت/ وَرَغْبُ أَلَا نُصَالِحَ مَا قَدِ الْفُنَا/
وَأَلَا نُصَالِحَ هَذَا الْوَبَاءَ» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۳۹)

[صدایم را دوست دارید و من تو (وطن) را دوست دارم. (دشمنان) مرگ مرا می‌خواهند و من هم فقط تو را می‌خواهم. و مایلیم (در رابطه با) آنچه به آن انس گرفته‌ایم، صلح نکنیم و با این وبا سازش نکنیم.]

امیدواری در کنار هدفمندی زندگی، موجبات بهزیستی و رضایتمندی را فراهم می‌کند و شادی را افزایش می‌دهد (کریمی‌فر، ۱۳۹۵: ۱۱۵) افراد دارای سطح امید بالا ضمن تمایل به فرارسیدن امری خوشایند، اهداف و گذرگاه‌ها را بطور موفقیت‌آمیز دنبال و متعاقباً هیجانات مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند و در نهایت زندگی شادتری خواهند داشت (خاری آرنی و همکاران، ۱۳۸۹: ۱۶۱).

در این راستا أبوخالد با استفاده از استعاره تبعیه در «قادمین»، تکنیک تجاهل‌العارف، فن دیالوگ و استفهام‌تنبیهی در «من یا حیف»، آرایه اضافه تشبیهی در «عصافیر الفرح» و بکارگیری شگرد تناسب (مراعات نظیر) در واژگان «القلب، العیون، الأقدام، الذاکرة، الوجه»، شادکامی را به چکاوکان کوچک و پرتحرک خوشبختی تشبیه می‌کند که در قلب عاشقان وطن و جای پای آوارگان سکنا گزیده و برای همیشه باقی خواهند ماند. شاعر علاوه بر فراخوانی وطن و آرزوی دیدن پرچم‌ها (به عنوان نماد وطن) و شادی هموطنانش با تکرار واژه «فرح»، تلاش دارد تا مخاطب را به هدفمندی زندگی و تحقق حتمی و ابدی شادکامی امیدوار سازد؛ زیرا تکرار، اصرار بر نقطه حساس و جنبه مهمی از سخن است که شاعر به آن توجه خاصی دارد و بروز ویژه‌ای می‌یابد (رجائی، ۱۳۷۸: ۱۱۰).

«وَالْأَعْلَامُ/ مُتَدَفِّقًا/ وَمَعْسُولًا بِالْفَرَحِ وَالضَّوِّ الْقَادِمِينَ مِنَ الْمُنَاخَاتِ الْآتِيَةِ/ بَيْنَمَا عَصَافِيرُ
الْفَرَحِ فِي بُورَةِ الْقَلْبِ/ تَفْرُخُ أَعْشَاشَهَا فِي الْعَيُونِ الْعَاشِقَةِ/ وَفِي مَطَارِحِ الْأَقْدَامِ الْعَارِيَةِ/ وَذَاكِرَةَ
الْبُكَاءِ/ هُوَ الْوَقْتُ يَكْشِفُ عَنْ وَجْهِهِ فِينَا.../ وَعَتَا...» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۳۶۱)

[و پرچم‌ها با شادی و نوری که از اقامتگاه‌های بعدی می‌آیند جاری و شسته شده‌اند. در آن هنگام که گنجشکان شادی در مرکز قلب، لانه‌هایشان را در چشم عاشقان و در

روانکاوی مؤلفه‌های شادکامی در شعر خالد أبوخالد براساس روانشناسی مثبت‌گرا ۲۶۷

جای پاهای برهنه و حافظه گریه می‌سازند، این وقت است که (شادمانی) از چهره خویش و از ما در میان ما پرده برمی‌دارد.]

از نگاه شاعر، امیدواری به بازگشت فلسطینیان، ذلت دشمنان و پایان‌پذیری اندوه‌ها عامل احساس شادکامی است و در این راستا از نمادپردازی «الشجر: مبارز، اللیل: استبداد، برعم: پیروزی، لیلی: وطن» و کاربرد افعال مضارع قریب الوقوع «یولد، یرعم، سیفتح» بهره می‌گیرد:

«شجر یولد فی اللیل / وفی الفجر / یرعم» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۹)

[درختی در شب متولد می‌شود و در فجر جوانه می‌زند.]

«أنت الآن بین العسف.. والإرهاب/ ولا أحد سواي.. وأنت یا لیلی / سیفتح مغلق الأبواب»

(همان: ۱۰)

[تو هم اکنون میان استبداد و تروریست قرار داری و ای لیلی! جز من و تو کسی نیست.

درب‌های بسته باز خواهد شد]

شادکامی و خردمندی^۵

خردمندی در حوزه این هیجان، مایه رشد شخصیت و عقلانیت می‌شود (اسعدی، ۱۳۹۴: ۵۲)، بطوری‌که از نظر سلیگمن و همکارانش توانایی استفاده از استدلال عمل‌گرایانه برای حل چالش‌های مهم زندگی را به دنبال دارد و بطور معنادار و هدفمند، هدایت زندگی را مدنظر قرار داده و موجبات تکامل شخصیت فردی و افزایش رشد اجتماعی را فراهم می‌کند (سلیگمن، ۱۳۸۸: ۱۷۲).

دید مثبت افراد خردمند، موجب انسجام هویتی در آنان شده و ضمن حضور فعال در متن جامعه و تأثیرگذاری مثبت بر خود و دیگران، برای حفظ مصالح و حل مشکلات جمعی همت می‌گمارند و با استفاده از فرصت‌ها، به سمت زندگی هدفمند و مملو از شادی در حرکتند (ذبیحی حصاری و همکاران، ۱۳۹۶: ۲۱).

در این میان أبوخالد با بینشی عینی و تبخّری خاص از شیوه‌های «تقابل قیاسی» و «شخصیت‌پردازی» استفاده می‌کند و دو دسته شامل شخصیت‌های مثبت تاریخی (نظیر مختار ثقفی) و اجتماعی (نظیر مادر قهرمان) و دسته دوم متشکل از شخصیت‌های منفی

اجتماعی (بزدلان و مهاجران) را در مقابل مخاطب ترسیم می‌کند و با کاربرد واژگان «إنتفض، إهضی» تلاش می‌کند تا ضمن مؤاخذه شخصیت‌های دوم به تحریک مخاطب به عنوان یکی از کارکردهای هنری شعر پایداری (اکبری و همکاران، ۱۳۹۴: ۲۸) برای الگوپذیری از شخصیت‌های اول (در استقامت و شکیبایی) با هدف عمل‌گرایی و یکپارچه‌سازی در راه حفظ هویت و عزت پردازد و با بکارگیری اسلوب ندا و صنعت فراخوانی و کثرت افعال امر و تکرار واژگان در «إنتفض، کونی، إهضی، کونی» مخاطب را به تأمل وادارد:

«إنتفضُ أَيْهَا الْفَارِسُ الثَّقَفِي / وَكُنْتُ تَنَاوَلْتُ مَعْصِيَتِي فِي النَّهَارِ / إِنْتَوَا عَنِ مَدَاخِلِ عُمَانَ / وَأَطْفَالِهَا يُدَبِّحُونَ.. وَهُمْ غَادِرُونَ» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۱۳۷)

[ای سوار ثقفی! از جای برخیز و در حالی که من در روز مشغول گناه بودم (آنان از) ورودی‌های عمان بازگشتند و درحالی وطن را ترک می‌کردند که کودکانشان قربانی می‌شدند.]
مهمترین ویژگی خردمندی در شخصیت‌های تاریخی، خیرخواهی و کمک و عشق به دیگران برای کاهش درد و رنج و رساندن ایشان به رفاه و شادکامی است (کردنوقایی و همکاران، ۱۳۹۷: ۲۳). در این میان استفاده از طنز و شوخی برای کاهش تنش‌ها و ایجاد رابطه اجتماعی مطلوب در جهت تأمین آرامش خود و دیگران کاربرد دارد (Webster, 2007: 163).

در این راستا، أبوخالد ضمن ایجاد بینشی واقع‌گرایانه نسبت به وقایع جهان پیرامون و یادآوری قابلیت‌ها برای مقابله با پلیدی‌ها، به تزریق روحیه شادمانی در جامعه برای ساختن آینده روشن می‌پردازد و برجسته‌ترین عملکرد وی در رابطه با این هیجان مثبت، استفاده از تکنیک «شخصیت‌پردازی» است. به عنوان مثال وی با استفاده از شگرد «استدعا» و فراخوانی «صعالیک و سیف بن ذی یزن» به عنوان الگوهای مثبت غیرتمندی و استکبارستیزی، کاربرد طنز در «الأمیر.. مکاحل»، اسلوب مقابله «یولد، یموت» و «بینامتنی تاریخی»، از میراث ادبیات جاهلی و تکنیک آرکائیک (میراث‌گرایی) کمک می‌گیرد و به پردازش تجربه‌های مثبت و زندگی شاد پیشین می‌پردازد همچنین با استفاده از اسلوب «پرسونا» یا «نقاب»، خود را راهبر این عیاران معرفی می‌کند:

«إتبعوني/ صَعَالِيكَ كُلُّ الْقَبَائِلِ/ هذا زمانُ الصَّعَالِيكَ/ ماتَ زمانُ الأَمِيرِ والمُحَدَّرُ بالدمِّ/ صارتُ «عِظَامُهُ مَكَا حِلَّ»» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۱۷)

[ای صعالیک (عیاران) همه قباایل! به دنبالم بیاید، این زمانِ صعالیک (عیاران) است، زمان امیری که با خون مست و بی‌حال می‌شد گذشته است، استخوان‌هایش سرمه‌دان گشته است.]
وی ضمن تفاخر به گذشته درخشان عرب، قهرمانان ملی فلسطین را به صورت هدفمند و خردمندانه به این قهرمان تاریخی تشبیه می‌کند که با عشق به مردمان در راه حفظ آزادی و اقتدار عرب می‌کوشند و علی‌رغم کشته‌شدن در جنگ، نام و خاطره ایشان همواره جاودانه است و با اسلوب‌های تکرار «فیکم، یقتل، لایموت، خسر»، تقابل «یموت، یولد» و استعاره «حبشی، اعداء»، بر جاودانگی و نقش بی‌بدیل این قهرمانان تأکید دارد و مخاطب را به تعقل و وجد سوق می‌دهد:

«فَسَيْفُ بَنِ ذِي يَزْنَ فِيكُمْ/ عَاشِقُ/ لَایموتُ/ وُیقتلُ.../ یقتلُ/ یقتلُ/ لکنَّهُ لَایموتُ/ حَبِيبُهُ لَایموتُ/ و لم یدخلِ الحِشَى بِها/ و یولدُ سَیْفُ بَنِ ذِي يَزْنَ فِيكُمْ/ عَبرَ هَذی العُصُورِ النَّبِیةِ/ و عد خلاصاً لکم و لأُمَّه/ و زَیفُ/ رَویةُ أَعْدائِکُم» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۴۰)

[و سیف بن ذی یزن در میان شماست. عاشق است، نمی‌میرد و کشته می‌شود.. کشته می‌شود. کشته می‌شود. کشته می‌شود، ولی نمی‌میرد. معشوقه‌اش نمی‌میرد. و حبشی‌ها وارد آنجا نشدند. و سیف بن ذی یزن در میان شما متولد می‌شود. بعد از گذشت این سال‌های سخت و طولانی.. و رهایی شما و مادرش را رقم زد و داستان‌سرایی دشمنانتان دروغ است.]

«إئنی أَسْمِیکَ فَارِسَةً/ فَاهْضِی مَرَّةً حَیْثُ أَنْتِ/ وَأُخْرَى إِلَیکِ/ وَکُونِی کَمَا أَنْتِ فِی الصَّبْرِ... کُونِی... سَنَهَضُ...» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۳۳۱)

[ای مادر شهید! من تو را قهرمان می‌نامم. سپس یکبار هر جا که هستی برخیز... و یکبار به سوی تو. و همانگونه که در صبر بودی باش... برخوایم خاست.]
خردمند ضمن شناخت صحیح امور و کنترل و تسلط بر محرک‌های ناپهنجار، به ارائه راه‌حل برای حل چالش‌های مهم و بحرانی زندگی براساس استدلال عمل‌گرایانه می‌

پردازد و با وادار نمودن انسان به تعقل و تأثیرگذاری بر احساسات او، به سازندگی آینده بشر و افزایش شادی خود یا دیگران همت می‌گمارد (کردنوقابی و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۷). شاعر با استعانت از این هیجان مثبت و رویکرد خلاقیت تفکر مآب، ضعیف‌ترین قشر ملت فلسطین را خطاب قرار می‌دهد و با افزایش روحیه خودباوری، این‌چنین استدلال می‌کند که قهرمانان ملی از میان آنان بر خواهندخاست و شدت شکنجه‌ها و زندان‌ها «القیود، الرصاص» در برابر اراده آهنین و ارزش‌های متعالی‌شان تأثیری ندارد و با استفاده از واژگان «افتحوا، اعلموا» و تکرار «من بینهم، الرصاص» بر احساسات مخاطب تأثیری شادی‌آفرین می‌گذارد:

«يَا أَيُّهَا الْفُقَرَاءُ افْتَحُوا كُلَّ أَعْيُنِكُمْ / وَاَعْلَمُوا / أَنْ مِنْ بَيْنِهِمْ يَخْرُجُ الْقَاتِلُونَ / وَمِنْ بَيْنِهِمْ
أَخْرَجُونَا / كُلَّمَا أَوْغَلْتُ تَحْتَ لَحْمِي الْقَيْوُدُ / إِنْتَبَهْتُ عَلَى ضَجَّةِ التَّابِعِينَ السُّكَّارِي /
الرَّصَاصُ / الرَّصَاصُ / وَلَا شَيْءَ» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۱۳۷)

[ای فقیران! چشم‌هایتان را خوب بگشایید و بدانید که قاتلان از میان آنان سر برمی‌آورند و از بین آنان ما را بیرون آوردند. هر چقدر زنجیرها در زیر گوشتم نفوذ کنند، متوجه ضجه و فریاد پیروان مست می‌شوم، گلوله.. گلوله و (دیگر) هیچ چیز نبود.]

خردمندی با تکیه بر تجارب و شناخت نقاط ضعف و قوت به بهینه‌سازی و ارائه راهکارهای خردمندانه و مصلحت‌اندیشانه برای مقابله با مشکلات و تجارب دشوار زندگی در حوزه‌های مختلف (تنظیم هیجانی) و رسیدن به هدف خاص و منافع مشترک با رعایت ارزش‌های مثبت اخلاقی و فضایل انسانی در یک بافت اجتماعی یا فرهنگی می‌پردازد (اسعدی، ۱۳۹۲: ۱۰) و موجبات بهزیستی روانی، افزایش عزت نفس، ارتباط مثبت با دیگران و طبیعت، موفقیت و در نهایت شادکامی در زندگی را فراهم می‌آورد (Ardelt, 2003: 275).

در این مجال، أبوخالد با پیایی آوردن و تکرار افعال امر «امشوا، ازرعوا، کونوا، ردّوا، لاتتعبوا»، استفاده از اسلوب تناسب در کاربست واژگان «مطر، غصون، أنجم، قمح، نخل، سحب» و آفرینش موسیقی معنوی، اندیشه مخاطب را به درنگ وامی‌دارد و با نگاهی مثبت‌گرا و استدلال‌گرایانه، مظاهر طبیعت را برای دیدگاه‌های مبارزاتی‌اش در معانی

نمادین و مثبت بکار می‌گیرد و به زیباآفرینی، تصویرسازی و خیال‌آفرینی دست می‌زند (منصوری، ۱۳۸۳: ۷۱). به عنوان مثال، باران را نماد فلسطین و ابرهای بهاری را نماد جود و منفعت فلسطینیان معرفی می‌کند و مصرانه خواستار بازگشت به هویت خود و فلسطینی است که به او تعلق دارد و به زودی سربلند خواهد شد. شاعر با تمرکز بر قابلیت‌ها و بالابردن عزت نفس هموطنانش، تلاش و مجاهدت‌ها در راه مبارزه را به عنوان راه حلی منطقی و شبیه به کاشتن بذر گندم و درختان نخل می‌داند و بطور مسرت‌بخش، شکوفاشدنش در آینده نزدیک و اهتزاز پیروزمندانۀ پرچم فلسطین را قطعی می‌داند:

«فَامْشُوا إِلَى مَطَرٍ.. سَيَّاتِي.. وَازْرَعُوا قَمْحاً.. وَنَحْلًا/ لَا تَتَّعِبُوا..// وَامْشُوا إِلَى دَمِنَا الشَّرِيدِ..//
كُونُوا بِيَارِقَنَا الَّتِي لَا تَنْحَنِي..// وَغَصُونَ أُجْمِنَا الَّتِي لَا تَخْتَفِي..// كُونُوا قَصَائِدَنَا الَّتِي لَا تَقْبَلُ التَّأْوِيلَ/
رُدُونَا إِلَى سَحْبٍ.. سَتَمَطَّرُ/ كُونُوا.. وَرُدُونَا إِلَيْنَا..// كُونُوا.. وَرُدُونَا إِلَى وَطَنِ سَيْزَهْرٍ» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۸۲)

[به سوی باران بروید، او خواهد آمد و گندم و نخل بکارید. خسته‌نشوید و به سوی خون آواره ما بروید.. چون پرچم‌های ما که خم نمی‌شوند و شاخه‌های ستاره‌هایی که پنهان نمی‌شوند، باشید. قصائد ما باشید که تأویل نمی‌پذیرند. ما را به ابرهایی بازگردانید که خواهند بارید. ما را به خودمان بازگردانید. باشید و ما را به وطنی که شکفته خواهد شد بازگردانید.]

بدین ترتیب ابوخالد ضمن بهره‌گیری از رویکرد عقلانی‌سازی و استدلال عمل‌گرایانه، در کنار اسالیب و آرایه‌های ادبی و مضامین اسلامی، سعی دارد تا علاوه بر تحلیل موشکافانه مسائل و برقراری ارتباط با واقعیت‌ها و چالش‌های پیش‌رو بر قابلیت‌های موجود در جامعه به منظور پذیرش سختی‌ها و ساخت آینده‌ای روشن و در نهایت نیل به آرامش و شادکامی حقیقی در میان یک ملت به عنوان راه‌حل نهایی تمرکز کند.

شادکامی و خوش‌بینی^۶

خوش‌بینی به معنای انتظار مثبت و اعتقاد قوی فرد به اصلاح و بهبود امور علی‌رغم موانع و دلسردی‌ها می‌باشد (گلمن، ۱۳۸۰: ۲۰) و به اعتقاد روانشناسانی چون فریدمن (۱۹۷۸م)

دارای ارتباط مستقیمی با شادکامی، آرامش، سلامت روانی و جسمانی، هدفمندی و ارتقای کیفیت زندگی است (آقایی و همکاران، ۱۳۸۶: ۱۱۷)

خوش‌بینی انتظار کلی فرد برای رخ‌دادن رویدادهای مثبت در آینده است (Scheie, 1984: 219) و همانند سلاحی مؤثر، موجبات افزایش سلامت روانی و جسمانی، بهبودی و رضایت از زندگی و در نهایت شادکامی را فراهم می‌آورد. (علیزاده و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۰۳) در این راستا، أبوخالد با کاربرد واژگان دال بر قریب‌الوقوع بودن از قبیل «سیّاتی، یعیّر، أری، غدا» و واژگان سمبولیک نظیر «البحر»، نسبت به وقوع رویدادهای مثبت نظیر تغییر شرایط کنونی و جریان شکست‌ناپذیر و پایان‌ناپذیر مردمی از «نهر تا دریا» (مسافتی بین سرزمین‌های اشغالی از دریای سرخ و رود نیل و دریای مدیترانه) خوش‌بین است بطوری- که قداست و محبوبیت نهضت را به قیام یاوران حضرت عیسی (ع) تشبیه می‌کند:

«يَا مِجَانًا.. / جِيلٌ سَيَّأَتِي بَعْدَنَا.. / وَيُعَيَّرُ الْأَحْوَالَ» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۲۶۲)

«ای میجانا (نوعی زجل عامیانه فلسطینی)! نسلی پس از ما خواهد آمد و شرایط را

تغییر می‌دهد.»

«إِنِّي أرى فُقَرَاءَ الْقُرَى / وَالْحَوَارِي / غَدًا يَخْرُجُونَ إِلَيَّ / وَيَبْرُقُهُمْ بِيْرَقِي / وَشُعَارِي مِنَ النَّهْرِ

لِلْبَحْرِ / لِلْبَحْرِ / لِلْبَحْرِ» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۹)

[من بزودی می‌بینم که فقیران روستا و یاری‌کنندگان سپیدپوش (همچون حواریون)

فردا به سوی من خارج می‌شوند و پرچمشان پرچم من است و شعارم: گذر از نهر برای رسیدن به دریاست. برای دریا. برای دریا.]

خوش‌بینی در کنار شادی، عامل اندیشیدن به چگونگی رسیدن به خواسته‌هاست.

(اسدی، ۱۳۹۵: ۷۵) افراد خوش‌بین، رویدادهای مثبت زندگی را به توانمندی‌ها و تلاش‌های

خودشان نسبت می‌دهند و کنترل بالایی بر رخدادهای زندگی دارند. (Seligman, 2000: 81)

شادکامی ضمن از بین بردن هیجانات منفی، به افزایش توانایی برای مواجهه با

مشکلات زندگی می‌پردازد و سعی در تقویت تفکرات خوش‌بینانه و تقویت حضور

اجتماعی فرد و افزایش سلامت جامعه دارد. (پوررحیمی و همکاران، ۱۳۹۴: ۳۶)

روانکاوی مؤلفه‌های شادکامی در شعر خالد أبوخالد براساس روانشناسی مثبت‌گرا ۲۷۳

در این راستا، أبوخالد ضمن اشاره به مبارزه‌طلبی و جان‌فشانی «احتشدوا، اشتعلوا، التعب، التراب، الدم، الموت» به عنوان تنها راه حل معقولانه برای نجات جامعه، نسبت به نابودی رویدادهای ناخوشایند پیرامون و استقرار شادی «یغنون، الأغنية، الفرحة» در آینده نزدیک اطمینانی خوشبینانه «آتون، مدّوا» دارد:

«يا سيّدة السفن/ ويا سيّدة الشمس/ البحارةُ آتون.. يَغنون/ احتشدوا بين البحرِ وبينَ النهرِ/ اشتعلوا.. أنتِ/ وفيكِ الأغنيةُ/ ترابٌ/ ودُمٌّ/ وندى» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۲۲۳)

[ای بانوی سرور کشتی‌ها! ای سرور خورشید! ملوانان می‌آیند... و نغمه سر می‌دهند در میان دریا و رودخانه گردهم می‌آیند. شعله‌ور می‌شوند. تو و در درونت سرود شادی نهفته است، خاک و خون و شب‌نم.]

«يا راكبين البحر/ والليل والغربة/ يا عاشقين التعب/ والموت/ والفرحة/ مدّوا أيديكم» (همان: ۶۰)

[ای سواران دریا و شب و غربت! ای عاشقان خستگی و مرگ و شادمانی! دستانتان را دراز کنید!]

خوش‌بینی در کنار شادی فردی، خودباختگی را طرد و بر خودکارآمدی فرد می‌افزاید و ریسک‌پذیری را افزایش می‌دهد (Forgas, 1995: 39) و بر تصمیم‌گیری افراد در جهت انتخاب‌های محافظه‌کارانه و متهورانه و تلاش در حل تمامی مشکلات و بازیابی شکست‌ها تأکید دارد تا بتوانند از یک زندگی سالم و شاد بهره‌مند شوند. (عارفی و همکاران، ۱۳۹۵: ۶۰)

أبوخالد نسبت به بازگشت حتمی فلسطینیان و پایان اشغال و ظهور نسلی متشکل از جوانمردان «فتی، نخلة» غیور و فداکار «احتضنت، وحیداً» در آینده نزدیک و بازگشت شکوه سرزمین خوش‌بین است و به بازیابی شکست و خلق روحیه خودباوری و ایجاد آرامش روحی در مخاطب می‌پردازد تا همچون گذشته از یک زندگی سالم و شاد «بهجة الفرح» بهره‌مند شود:

«فتیَّ یتنکرُ فی حَسَدِ الوَقتِ.. مُنتظراً/ سَوفَ یَنهَضُ بَعدَ قَلیلٍ - وَحیداً- مُباغِثُهُ ظُلَمَةٌ/ سَوفَ تُأتی..» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۱۰۸)

[جوانی در کالبد زمان پنهان شده و در انتظار است. بعد از مدت کوتاهی که تاریکی او را غافلگیر می‌کند، به تنهایی برخواید خاست.. خواهد آمد.]
 «هی نخلتی / كنت انتظرتُ طلوعها من بهجة الفرح القديم /.. و احتضنتُ مراری» (أبوخالد، ۲۰۰۸: ۳۹۹)

[او نخل من است در انتظار طلوع آن از سرور شادمانی قدیم بودم و او مرارت‌هایم را در آغوش گرفت.]

سلیگمن خوش‌بینی را نوعی الگوی فکری می‌داند که به افراد در رویارویی با شرایط دشوار کمک می‌کند. (Carver, 2010: 889) افراد شادکام با عزت نفس بالا نسبت به شکست‌ها و رویدادهای استرس‌زا و تهدیدزای موقتی اطراف خود نگرش مثبت و خوشبینانه‌ای دارند (Taylor, 2000: 99) و آن‌ها را به علل ناپایدار و بیرونی نسبت داده و وقایع خوشایند را از طریق عوامل درونی و پایدار تبیین می‌کنند (Seligman, 1991: 39). این افراد به جای جبهه‌گیری منفی، سعی در جبران، ارائه راهکار تغییر و استفاده بهتر از این رویدادها و افزایش تحمل و مهارت‌های مقابله‌ای دارند (Seligman, 2000: 69).

از این منظر، أبوخالد با استفاده از واژگان «لاتقلقوا، سوف یلقى، آجلاً أو عاجلاً، بعداً، نبحت عنه»، نسبت به اصلاح و بهبود شرایط و زوال‌پذیری صهیونیست‌ها و دولت‌های حامی‌شان که به کارشکنی‌ها و هم‌پیمانی علیه فلسطین اقدام نموده‌اند، خوش‌بین است و با کاربرد اسلوب مقابله «آجلاً، عاجلاً» و اسلوب تناسب و صنعت آبرونی (ریشخند) «فشلت، الهزمت، فرّ، انقساماً، العبید»، به تحقیر دشمنان داخلی و خارجی می‌پردازد و با تکرار واژگان «عبید، سوف، یقتل»، سرنوشت این جنایتکاران را به سرنوشت خوارج تشبیه می‌کند تا از این طریق بذر آرامش و شادی «لا تقلقوا» را در روح مخاطب خود بکارد:

«ولکنهم یقتلون / ویعلن فی الصحف المالیة / أن مؤامرة فشلت / - سوف یکشف عن دور بکین فیها / وتلّ أبیب / وموسکو / وواشنطن / هزمت / وأن إنقساماً یسود صفوف العبید / فقائدهم فرّ / نبحت عنه / فثمة مشنقة بعد / لاتقلقوا / سوف یلقى مصیر العبید الخوارج / إن عاجلاً - سوف یقتل - / أو آجلاً» (أبوخالد، ۲۰۰۱: ۹۱)

[و اما آن‌ها کشته می‌شوند و در روزنامه‌های سلطنتی اعلام می‌کند که طرح (نقشه اشغال) شکست خورد. و از نقش پکن در این نقشه پرده برخواهد داشت و تل‌آویو و مسکو و واشنگتن شکست خوردند و جماعت بردگان و مزدوران متلاشی می‌شود و رهبرشان فرار می‌کند، از او جستجو می‌کنیم. چوبه دار هنوز پابرجاست. نگران نباشید! او سرنوشت مزدوران خوارجی را پیدا خواهد کرد. دیر یا زود کشته خواهد شد.]

نتیجه‌گیری

- خالد أبوخالد متأثر از روانشناسی مثبت‌گرا سعی دارد تا بطور هدفمند از هیجان مثبت و معنادار «شادکامی» به عنوان یک احساس خوشایند پایدار برای تحریک و برانگیختن استفاده کند. وی با استفاده از این هیجان در کنار اسالیب مختلف ادبی (نظیر استفهام، تشبیه، حس‌آمیزی، تکرار، جناس، نمادپردازی، استعاره، رنگ‌پردازی) تلاش می‌کند تا اندیشه و رفتار جامعه خود را به سمت خودباوری، شکوفایی توانمندی‌ها، نوع‌دوستی، پایداری و مقابله با هیجانات منفی (همچون اندوه و اضطراب) و رویدادهای تنش‌زا سوق دهد و بر هدفمندی و معناداری و میزان رضایت از زندگی تأثیرگذارد و در این راستا از مؤلفه‌های مثبت‌گرایی مرتبط با شادکامی همچون امیدواری، خوش‌بینی و خردمندی بهره می‌گیرد.

- أبوخالد در راستای افزایش شادکامی از مؤلفه مثبت امیدواری به عنوان تفکری شناختی- انگیزشی در کنار آرایه‌های مختلف ادبی (نظیر تشبیه، ندا، استفهام تشبیهی، تجسید، استعاره، تأکید، تکرار، آیرونی، نمادپردازی، تجاهل‌العارف، اضافه تشبیهی، تناسب، جناس، نمادپردازی، فن دیالوگ و کاربرد افعال مضارع قریب‌الوقوع) استفاده می‌کند تا علاوه بر افزایش انگیزه و اعتماد به نفس و تلاش و عمل مطلوب در راستای اهداف و هنجارها، جامعه را از حس ناامیدی و گذرگاه‌های طاقت‌فرسا به سمت بهزیستی و آینده‌ای مملو از شادی و آرامش رهنمون سازد.

- تحقق شادکامی در سروده‌های أبوخالد با استعانت از خردمندی، به عنوان ترکیبی از ابعاد شناختی، تأملی و عاطفی صورت پذیرفته بطوری‌که ضمن غنیمت‌شمردن فرصت‌ها

و نعمات، شناخت نقاط ضعف و قوت، کنترل صحیح امور و تسلط بر محرک‌های نابهنجار به ارائه راه‌حل خردمندانه و مصلحت‌اندیشانه برای چالش‌های مهم و بحرانی زندگی براساس استدلال عمل‌گرایانه می‌پردازد و علاوه بر تأثیرگذاری مثبت بر خود و دیگران نسبت به حفظ مصالح و حل مشکلات جمعی همت می‌گمارد. وی ضمن بهره‌گیری از فنون متنوع ادبی (نظیر تقابل قیاسی، شخصیت‌پردازی، آبرونی، ندا، تکرار، استدعا، مقابله، آرکائیک، پرسونا، استعاره، تناسب، نمادپردازی و کثرت کاربرد افعال امر) سعی دارد تا به کمک رویکردهای عقلانی، علاوه بر تحلیل موشکافانه و استدلال‌گرایانه واقعیت‌ها و چالش‌های پیش‌رو، مخاطب را به سمت تعقل‌گرایی، تمرکز بر قابلیت‌ها، انسجام هویتی، رهایی از اندوه شکست، الگوپذیری در جهت رشد شخصیت فردی و اجتماعی و مسؤولیت‌پذیری در جهت تعامل مثبت و ساختن آینده‌ای شرافتمندانه رهنمون سازد و موجبات تثبیت شادکامی ابدی فلسطینیان را فراهم آورد.

- در سروده‌های ابوخلد شادکامی از طریق اثربخشی بر میزان خوش‌بینی در ارتقای کیفیت زندگی و تغییر شرایط موجود نقش مؤثری دارد. به عبارت دیگر، خوش‌بینی عامل هوشیاری و انگیزه‌ای قوی در شکست دشمنان و بازپس‌گیری فلسطین و اعاده‌هویت و حیثیت فلسطینیان تلقی می‌شود. شاعر با استعانت از این هیجان مثبت، ضمن تغییر ساختارهای شناختی و هیجانی بر جهت‌گیری فکری و نگرش مثبت و خوشبینانه مخاطبان نسبت به رخدادهای گذشته و سرنوشت آینده کشور بر ارتقای کیفیت زندگی و سلامت روانی جامعه تأثیر مستقیم می‌گذارد.

پی‌نوشت‌ها

1- Psychological Criticism

۱. خالد أبوخلد ملقب به «المتقف الملتزم» و «الشاعر المحارب» به سال ۱۹۳۷م در روستای سیله‌الظهر فلسطین متولد شد و دوران تحصیل خود را در نابلس، عمان، سوریه و کویت سپری کرد. وی پس از فعالیت در دبیرخانه کل اتحادیه نویسندگان و روزنامه‌نگاران فلسطین در سال ۱۹۶۶م به صفوف مقاومت پیوست و مسؤولیت‌های مهم انقلابی به‌ویژه در سرزمین‌های شمالی اردن را بر عهده گرفت و در سال ۱۹۶۸ به

روانکاوی مؤلفه‌های شادکامی در شعر خالد أبوخالد براساس روانشناسی مثبت‌گرا ۲۷۷

عنوان فدائی به انقلاب فلسطین و پس از آن به صف نیروهای چریکی در شمال اردن
ملحق شد (ابوخالده، ۲۰۰۸: ۱۵)

- 3- Happiness
- 4- Hopeful
- 5- Wisdom
- 6- Optimism

منابع و مأخذ

- آرگایل، مایکل. (۱۳۸۲ش)، روان‌شناسی شادی، ترجمه مسعود گوهری و همکاران، اصفهان: جهاد دانشگاهی.
- آقای، اصغر، راضیه رئیسی دهکردی و سید حمید آتش‌پور، (۱۳۸۶ش). «رابطه خوش‌بینی و بدبینی با سلامت روان در افراد بزرگسال شهر اصفهان»، دانش و پژوهش در روان‌شناسی. شماره ۳۳: صص ۱۳۰-۱۱۷.
- ابوخالده، خالد، (۲۰۰۱م)، ادباء مکرمون، دمشق: منشورات اتحاد الکتاب العرب.
- _____، _____، (۲۰۰۸م)، العوديسا الفلسطینیة، رام الله: بیت الشعر الفلسطینی.
- اسدی، اسدالله، (۱۳۹۵ش)، «خوشبینی.. کلید موفقیت»، مهندسی مدیریت، سال ۹، شماره ۶۶: صص ۸۷-۷۵.
- اسعدی، سمانه، (۱۳۹۴ش)، «ویژگی‌های افراد خردمند بر پایه نظریه‌های ضمنی: با نگاهی بر تفاوت‌های سنی و جنسیتی»، پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، سال ۱، شماره ۱: صص ۶۶-۵۱.
- اکبری، منوچهر، خیریه عچرش و علی احمدی، (۱۳۹۴ش)، «جلوه‌های پایداری در اشعار فدوی طوقان و سپیده کاشانی»، نشریه ادبیات پایداری، سال ۷، شماره ۱۲: صص ۴۴-۲۳.
- بخشایش، علیرضا، مهناز مرتضوی و محمود حائری، (۱۳۹۱ش)، «بررسی مفهوم شادی از دیدگاه اسلام و روانشناسی»، فرهنگ در دانشگاه اسلامی، سال ۱، شماره ۱: صص ۱۰۱-۸۴.
- براتی، فرید، (۱۳۸۸ش)، رساله «اثر بخشی مداخلات روانشناسی مثبت‌گرا جهت افزایش نشاط، خشنودی از زندگی، معناداری زندگی و کاهش افسردگی: تدوین مدلی برای اقدام»، مقطع دکتری، استاد راهنما: دکتر محمود گلزاری، تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.
- بیرانوند، معصومه و همکاران، (۱۳۹۴ش)، «تأثیر آموزش تفکر مثبت بر رضایت از زندگی و احساس معنی در زندگی مادران کودکان مبتلا به اختلال‌های برونی‌سازی‌شده»، مجله مشاوره کاربردی، سال ۵، شماره ۹: صص ۸۰-۶۳.

- پسندیده، عباس، (۱۳۹۵ش)، *الگوی اسلامی شادکامی*، قم: دارالحدیث.
- پورحسینی، مزده، (۱۳۸۴ش)، *معنای رنگ*، تهران: هنرآبی.
- پوررحیمی، مریم و همکاران، (۱۳۹۴ش)، «*اثربخشی آموزش شادکامی فوردایس بر راهبردهای مقابله‌ای، کیفیت زندگی و خوش بینی دانشجویان دختر*»، *مجله زن و جامعه*، سال ۶، شماره ۳: صص ۴۰-۲۵
- پیرانی، منصور، (۱۳۹۲ش)، «*نگاهی به شعر حافظ با رویکرد روانشناسی مثبت‌نگر مارتین سلیگمن*»، *هفتمین همایش پژوهش‌های ادب فارسی*، هرمزگان: صص ۳۳۸-۳۵۷.
- جعفری، سیدابراهیم، مریم مرادی و محمدرضا عابدی، (۱۳۸۴ش)، «*شادمانی و شخصیت، بررسی مروری*»، *مجله تازه‌های علوم‌شناختی*، سال ۷، شماره ۲: صص ۷۱-۶۰.
- جیوسی، سلمی خضراء، (۱۹۹۷م)، *موسوعه الأدب الفلسطینی المعاصر*. بیروت: المؤسسة العربیه.
- خاری آرانی، مجید، سعید بهشتی و زهرا علی‌اکبرزاده آرانی، (۱۳۸۹ش)، «*معنا و مؤلفه‌های امیدواری در متون اسلامی و روانشناسی مثبت‌گرا*» *دانشور رفتار*. سال ۱۷. شماره ۴۵: صص ۱۷۰-۱۵۷.
- ذبیحی حصارى، نرجس، محمدرضا چاجی و علی زارع مقدم، (۱۳۹۶ش)، «*رابطه خردمندی با بهزیستی روانشناختی و سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان*»، *مجله پژوهش‌های تربیتی*، شماره ۳۵: صص ۳۵-۲۰.
- رجائی، نجمه، (۱۳۷۸ش)، *آشنایی با نقد معاصر عربی*، مشهد: دانشگاه فردوسی.
- سلیگمن، مارتین، کارن رایویچ و لیزا کاکس، (۱۳۸۳ش)، *کودک خوش‌بین*، ترجمه فروزنده داوریپناه، تهران: رشد.
- سلیگمن، مارتین، (۱۳۸۸ش)، *روانشناسی مثبت‌نگر در خدمت خشنودی پایدار*. ترجمه مصطفی تبریزی و رامین کریمی، تهران: نشر دانژه.
- سلیمان، خالد، (۱۳۷۶ش)، *فلسطین و شعر معاصر عرب*، ترجمه عبدالحسین فرزاد و شهره باقری، تهران: چشمه.
- عارفی، فرشته، رضا حصارزاده و بهزاد کاردان، (۱۳۹۵ش)، «*بررسی رابطه شادی فردی و خوش‌بینی با انتخاب محافظه‌کارانه و متهورانه حسابداری*»، *فصلنامه حسابداری مالی*، سال ۸، شماره ۳۲: صص ۸۲-۵۹.
- عباسی، معصومه، (۱۳۹۲ش)، «*چگونه شاد باشیم؟*» *فصلنامه راهبرد*،
<http://rahbord1389.blogfa.com/post/30>

روانکاوی مؤلفه‌های شادکامی در شعر خالد أبوخالد براساس روانشناسی مثبت‌گرا ۲۷۹

- علیزاده، گلاویژ، رسول کردنوقابی و نجمه نظری، (۱۳۹۳ش)، «تأثیر آموزش خوش‌بینی به روش قصه‌گویی بر افزایش میزان خوش‌بینی دانش‌آموزان»، مجله روانشناسی بالینی، سال ۶، شماره ۱: صص ۱۱۲-۱۰۳.
- عینی، نسرين، (۱۳۹۵ش)، «بررسی عناصر نشانه‌شناختی امیدواری در غزلیات حافظ»، مجله زبان و ادب فارسی، سال ۸، شماره ۲۶ و ۲۷: صص ۳۰۹-۲۷۹.
- فرانکلین، ساموئل. (۱۳۹۰ش)، روانشناسی شادکامی، تهران: سخن.
- قبادی، حسینعلی و مجید هوشنگی، (۱۳۸۸ش)، «نقد و بررسی روانکاوانه شخصیت زال از نگاه آلفرد آدلر»، مجله نقد ادبی، سال ۲، شماره ۷: صص ۱۱۹-۹۱.
- قرشی، سمیرا و فریده دوکانه‌ای فرد، (۱۳۹۴ش)، «بررسی تأثیر روان‌درمانی مثبت‌نگر بر سخت‌کوشی و شادکامی دانش‌آموزان دختر پایه سوم دبیرستان شهرستان مریخی‌سار سال ۱۳۹۳»، فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی، سال ۴، شماره ۱۵: صص ۷۵-۶۰.
- کردنوقابی، رسول و همکاران (۱۳۹۷ش)، «بررسی تطبیقی رفتار خردمندان در شخصیت زال بر اساس مدل سه بُعدی خرد آردلت»، پژوهش‌های ادب تطبیقی، دوره ۶، شماره ۱: صص ۳۰-۱.
- کریمی‌فر، مسعود و همکاران، (۱۳۹۵ش)، «اثربخشی آموزش مؤلفه‌های معنوی بر مؤلفه‌های روانشناسی مثبت در نوجوانان»، پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، سال ۴، شماره ۷: صص ۱۳۶-۱۱۳.
- کزازی، میرجلال‌الدین، (۱۳۸۵ش)، زیباشناسی سخن پارسی، تهران: مرکز.
- گل‌پرور، محسن و وحیده بهاری، (۱۳۹۳ش)، «تأثیر آموزش کیفیت زندگی بر مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی دانشجویان دختر»، مجله زن و خانواده، دوره ۲، شماره ۱: صص ۹۲-۷۳.
- گلمن، دانیل، (۱۳۸۰ش)، هوش هیجانی، ترجمه نسرين پارسا، تهران: نشر رشد.
- لینداور، مارتن، (۱۹۷۴م)، الدراسة النفسية للأدب، ترجمة شاکر عبدالحمید، شیکاگو: شبکه الکتب العربیه. www.kotobarabia.com
- ملازاده، ریحانه و مینا عابدی، (۱۳۹۷ش)، «نمادهای طبیعی در سروده‌های پایداری معین بسیسو»، نشریه ادبیات پایداری، سال ۱۰، شماره ۱۸: صص ۳۲۶-۳۰۹.
- منصور، سید امیر، (۱۳۸۳ش)، «تأملی در زیباشناسی منظره در شعر حافظ»، باغ نظر، سال ۱، شماره ۱: صص ۸۴-۷۱.
- نوفرستی، اعظم و همکاران، (۱۳۹۴ش)، «اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌گرا بر شادکامی و بهزیستی روان‌شناختی افراد دارای نشانه‌های افسردگی، مطالعه تک‌آزمودنی با چند خط پایه»، پژوهشنامه روانشناسی مثبت، سال ۱، شماره ۱: صص ۱۸-۱.

-
- Ardel, M. (2003). *Empirical Assessment of a Three-Dimensional Wisdom Scale. Research on Ageing.*
 - Argyle M. (1990) *The happiness of extraverts.* Pers Individ Diff.
 - Carver ChS, Scheier MF, Segerstrom S. C (2010). *Optimism.* J Clin Psychol Rev.
 - Forgas, J. P. (1995). *Mood and Judgment: The Affect Infusion (AIM),* Psychological Bulletin..
 - Rego, A. and E. Pina, M. Cunha. (2008). *Workplace spirituality and organizational commitment: an empirical study.* Journal of Organizational Change Management.
 - Lopez, S.J (2009). *Encyclopedia of positive psychology,* Wiley-Blackwell Publication.
 - Scheie MF, Carver CS (1984). *Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies.* J Health Psychol.
 - Seligman, M. (2000). *Learned helplessness:* New York. Mc Grow Hillpress.
 - Seligman MA, Csikszent MH (2000). *Positive psychology:* American Psychologist.
 - Seligman MEP (1991). *Learned optimism: How to change your mind and your life.* New York: Roulledge.
 - Taylor SE, Kemeny ME (2000). *Psychological resources, positive illusions, and health.* American psychology.
 - Webster, J. D. (2007). *Measuring the character strength of wisdom. Aging and Human.*

دراسة مكونات «الفرح» في شعر خالد أبوخالد على أساس علم النفس الإيجابي

فائزہ پسندی^١

عباس اقبالی^٢

محسن سیفی^٣

الملخص

«النقد النفسى» كأحد إتجاهات النقد الأدبى الحديث يتعرض لنقد النصوص الأدبية على أساس مبادئ علم النفس وتحليلها وعن طريق استكشاف أثر اللاوعى للأديب فى خلق الأعمال الأدبية. إنه يركز على دراسة و معرفة العلامات الإيجابية مثل الفرح والقيم الفكرية لدى صاحب الأثر وبما أن الشعر الفلسطينى المعاصر من أبرز المظاهر الإنسانية الفعالة فى مجال الأدب العربى، نحاول الدراسة هذه كبحت متعدد التخصصات و عبر إستخدام التحليل الأدبى و النقد النفسى معالجة الإثارة الإيجابية والمهادفة للفرح ودراسة أبرز مكوناتها فى ديوان خالد أبوخالد ومن عبر المنهج الوصفى — التحليلى.

و قد وصلت هذه الدراسة إلى أن الفرح النشاط والمهادف باعتباره إثارة ممتعة دائمة قد تبلور فى هذا الديوان و إلى جانب الأساليب الأدبية المختلفة للديوان تتواجد فيه المكونات المرتبطة بالفرح مثل "الأمل" و "الحكمة" و "التفاؤل". ففى هذا الصدد، يوفر أبوخالد حلاً عقلاً و ملامتاً و ذلك من خلال توجيه الجمهور نحو موقف إيجابى و متفائل تجاه الأحداث الماضية ومصير البلاد للتعامل مع المشاعر السلبية مثل اليأس والخوف والحزن وتحديات الحياة الهامة والحاسمة، معرباً عن أمله لمستقبل مشرق، و يركز على تمكين الإخوان المواطنين بروح من الثقة بالنفس وتماسك الهوية و قبول المسؤولية واللطف، مع الاعتماد على المعايير والأهداف والمسارات، وقيادة المجتمع نحو تحقيق رفاهية ذات معنى و إلى تعايش مملوءة بالصحة العقلية والرفاه.

الكلمات الرئيسية: نقد علم النفس، السعادة، الشعر الفلسطينى المعاصر، خالد أبوخالد.

١- المرشح للدكتوراة، فرع اللغة العربية و آدابها

٢- أستاذ مشارك، جامعة كاشان: قسم اللغة العربية و آدابها

٣- أستاذ مساعد، جامعة كاشان: قسم اللغة العربية و آدابها

Positive psychoanalysis of the poetry of Khalid Abu Khalid

¹Faezeh Pasandi, PhD student of Arabic Department of Kashan University
Abbas Eghbali, Associate Professor, Department of Arabic Language,
Kashan University

Mohsen Seifi, Assistant Professor, Department of Arabic Language, Kashan
University

Received: 13-02-2019

Accepted: 25-08-2019

Abstract

Psychoanalytic criticism, as one of the recent approaches to literary criticism, is based on the principles of psychology and the discovery of how the unconscious mind of a poet affects the creation of literary work and the criticism and analysis of literary texts. It is also a positivist approach that explores the mental values payoff an author. Contemporary Palestinian poetry is considered as one of the most prominent manifestations of humanity in the world literature. Using a descriptive-analytic method, this study seeks to identify the most important psychological characteristics of positivism in the anthology of Khalid Abu Khaled, a prominent contemporary Palestine poet. For its data, the study draws upon five booklets of poetry including *Al-Jadal fi Muntasaf al-layl*, and *Shaheran Salasali Ajje*, *Baisan fi Al-romad*, *Asmika Bahran*, and *Dami nakhil lennakhil*. An important finding of this study is the presence of active elements and the interconnection of positive emotions in his poems. For example, with a purposeful application of lexemes such as "Sofa" and the repetition of motivational words such as "wounds", "blood" and "fire" as well as verbs that denote movement and uprising, the poet gives a rise to positive elements such as happiness, hope, wisdom and goodness. It inspires the audience to cross the challenges of life and achieve victory. Finally, by giving meaning and purpose to efforts for a bright future, his works play a significant role in creating mental health for the individual and the society and instruct the reader to focus on positive and constructive elements.

Keywords: Khalid Abu Khaled, Literary critique, Psychological analysis, Positivism, Palestine.

¹- Corresponding Author Email: faezehpasandi@gmail.com