



Trauma and Narrative: A Psychological Reading of *Kl Shay' Biqadr*

Ali salimi^{1*}, jabbar azarbar²

Abstract

This study employs a descriptive-analytical method, guided by trauma theory, to examine the manifestations and repercussions of psychological trauma in the Algerian novel *Kl Shay' Biqadr* by Islam Bakli. Trauma, defined as a profound psychic injury stemming from distressing experience, is a recurrent feature of both individual and collective existence in the contemporary era, rendering it a prevalent literary concern. This research investigates how latent traumatic wounds permeate the narrative, analyzing their role in compelling the protagonist into a state of involuntary isolation. The findings indicate that the novel's events consistently reflect the deep-seated effects of trauma through depictions of social withdrawal, academic abandonment, pervasive guilt, and future-oriented anxiety. In response to these debilitating conditions, the narrative proposes several pathways toward healing and rehabilitation. These therapeutic mechanisms—including ecotherapeutic refuge in nature, recourse to religious and spiritual belief, engagement with literary and scientific texts, and the restorative sanctuary of family—are integrated into the story's fabric as potential means for psychological reconstruction and a return to lived engagement.

Keywords: Algerian novel, Islam Bakli, *Biqadr*, psychological criticism, trauma

Received: 25/07/2025

Accepted: 10/11/2025

¹ Professor, Department of Arabic Language and Literature, Razi University, Kermanshah, Iran. (Corresponding author) a.salimi@razi.ac.ir

² PhD b in Arabic Language and Literature, Razi University, Kermanshah, Iran. j.azarbar@razi.ac.ir



Publisher: Faculty of Literature & Humanities, University of Kharazmi and Iranian Association of Arabic Language & Literature.





فصلنامه مطالعات روایت‌شناسی عربی

شاپا چاپی: ۲۶۷۶-۷۷۴۰ شاپا الکترونیک: ۲۷۱۷-۰۱۷۹



مقاله علمی محکمه

خوانش رمان «کلّ شیء بقدر» با تکیه بر رویکرد «روان‌زخم» در روان‌شناسی

علی سلیمی*؛ جبار آذربار^۲

چکیده

روان‌زخم، آسیبی ژرف و ماندگار بر روح و جان انسان، از یک تجربه ناخوشایند در زندگی است. در تجربه زیسته عصر حاضر، حوادث تروماتیک فردی و جمعی به فراوانی رخ می‌دهد؛ از این‌روی بسیاری از نویسندگان، این تجربه‌های تلخ را دست‌مایه ماجراهای رمان خود قرار داده‌اند. این پژوهش با روش توصیفی-تحلیلی و با تکیه بر رویکرد روان‌زخم، رمان «کلّ شیء بقدر» اثر نویسنده الجزایری، اسلام باکلی را بازخوانی نموده است و کوشیده به این پرسش پاسخ گوید که زخم‌های پنهان چگونه بر حوادث رمان سایه افکنده و شخصیت اصلی رمان را به گوشه‌گیری ناخواسته مجبور کرده است. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که رنج و تأثیرات عمیق ناشی از روان‌زخم، در قالب رفتارهایی چون گوشه‌گیری و ترس از حضور در جامعه، ترک تحصیل، احساس گناه و نگرانی از آینده در جای‌جای حوادث این رمان نمایان است. در مواجهه با این زخم‌های جانکاه، نویسنده راه‌های متعددی را برای التیام و رهایی پیشنهاد می‌دهد. از جمله این راهکارها می‌توان به پناه بردن به آغوش شفا بخش طبیعت و بهره‌گیری از بوم‌درمانی، توسل به باورهای دینی و معنوی، مطالعه آثار ادبی و علمی و همچنین پناه بردن به آغوش خانواده اشاره کرد. این رویکردها، به مثابه مسیری برای بازسازی و بازگشت به زندگی، در تار و پود داستان تنیده شده‌اند.

واژگان کلیدی: رمان الجزایر، اسلام باکلی، کلّ شیء بقدر، نقد روان‌شناختی، روان‌زخم.

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۸/۱۹

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۰۳

ویژنه‌نامه فصل زمستان ۱۴۰۴ شماره ۱، صص. ۹۳-۱۱۱

^۱ استاد، گروه زبان و ادبیات عربی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران. (نویسنده مسئول). a.salimi@razi.ac.ir

^۲ دانشجوی دکتری، گروه زبان و ادبیات عربی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران. j.azarbar@razi.ac.ir



۱. مقدمه

روان زخم، آسیبی عمیق است که در اثر یک رویداد یا مجموعه‌ای از رویدادهای بسیار تهدیدکننده یا خطرناک، بر آینه روح نقش می‌بندد. این تجربه‌های تلخ می‌توانند به طور جدی بر سلامت روانی، عاطفی و جسمی فرد آسیب‌دیده تأثیر بگذارند. فروید بر این باور است «هر هیجان خارجی که آن‌قدر قدرتمند باشد که بتواند سپر دفاعی روان ما را بشکند روان زخم است» (Luckhurst, 2008: 9). از نظر کتی کاروت، روان زخم تجربه‌ای بسیار «طاقت‌فرسا از رویدادهای ناگهانی و فاجعه‌آمیز است که واکنش به آن پس از یک وقفه و در شمایل هذیان‌های تکراری، بی‌اختیار و مزاحم در فرد روی می‌دهند» (Caruth, 1996: 11). عوامل گوناگونی همچون «آسیب روانی، سوء استفاده جنسی، تبعیض شغلی، خشونت خانگی و به ویژه تجارب کودکی» (Heidarizadeh, 2015: 789) می‌توانند به روان زخم منجر شوند. فروید در تعریف دلایل بروز تروما «تأثیر رنج‌آور و دردناک حس وحشت، اضطراب، شرم یا هر حس دردآلود روانی دیگر مرتبط با حادثه را عامل مؤثر و ثابت آسیب‌زای روانی» (Freud, 1912: 3) معرفی می‌کند. به طور کلی تروما را می‌توان از طریق این سه مؤلفه تعریف کرد: «رویدادی که از نظر عاطفی دردناک یا ناراحت‌کننده باشد؛ به‌طور غیرطبیعی شدید یا استرس‌زا باشد و در سلامت جسمی و روانی تأثیر نامطلوب و پایداری بگذارد» (Weisner, 2020: 1).

در عصر حاضر، پیوند میان ادبیات و روان‌شناسی، دریچه‌ای نو به سوی درک عمیق‌تر روان انسان گشوده است. این تعامل دو سویه، علاوه بر ارائه راهکارهایی نوین برای حفظ و ارتقای سلامت روان، به نویسندگان این امکان را می‌دهد تا با خلق روایت‌های تأثیرگذار، پلی میان دنیای علم و هنر بنا نهند و صدای آسیب‌دیدگان را به گوش جهانیان برسانند. روان زخم به عنوان یکی از موضوعات برجسته در نقد روان‌شناختی، جایگاه ویژه‌ای در آثار ادبی یافته است. ادبیات، به مثابه ابزاری قدرتمند برای بیان احساسات و تجربه‌های تلخ زیسته انسان، نقشی حیاتی در به تصویر کشیدن روان زخم، پیامدها و راه‌های درمان آن ایفا می‌کند. نویسندگان معاصر، با شناختی عمیق‌تر از حوزه‌های روان‌پزشکی و روان‌شناسی، از طریق توصیف دقیق جزئیات روانی و عاطفی، خواننده را در درک عمیق‌تر تأثیرات روانی ناشی از حوادث تلخ و آسیب‌زای می‌رسانند. نویسندگان با تصویرسازی ظریفانه این زخم‌ها در شخصیت‌های داستانی، داده‌های غنی برای تحلیل‌های روان‌شناختی فراهم می‌آورند که به تعمیق درک ما را از تجربیات انسانی کمک می‌کند.

اسلام باکلی در رمان «کلّ شیء بقدر» با چنین نگاهی به انسان و ناگواری‌های او، تلاش می‌کند تا پیامدهای ترومای ناشی از رخداد‌های ناخوشایند، چگونگی کنار آمدن و راه‌های برون رفت از آن‌ها را تشریح و تبیین کند. پژوهش حاضر، با رویکردی توصیفی-تحلیلی و با تکیه بر مباحث حوزه تروما، در پی آن است تا به بررسی شخصیت اصلی رمان که مورد تعرض قرار گرفته، بپردازد و به پرسش‌های اساسی زیر پاسخ گوید:

۱. پیامدهای تلخ و ناگوار روان زخم، چگونه در تار و پود حوادث رمان «کلّ شیء بقدر» بازتاب یافته است؟



۲. نویسنده رمان، برای التیام و رهایی شخصیت‌ها از رنج‌های جانکاه روان زخم، چه راهکاری در پیش گرفته است؟

از آنجایی که روان‌زخم‌های فردی، بازتابی از بحران‌ها، مسائل و آسیب‌های اجتماعی هستند؛ بنابراین، مطالعه و بررسی آنها در روایت‌های ادبی، به فهم عمیق‌تر شرایط فرهنگی، تاریخی و اجتماعی کمک می‌کند.

۲.۱. خلاصه رمان

این رمان که در دوازده فصل و ۱۸۴ صفحه نگارش یافته، داستان یک دختر و پسر جوان به نام‌های «آناییس» و «سراج‌الدین» را روایت می‌کند. محور اصلی حوادث رمان، این دو شخصیت هستند که پس از رنج‌های بسیار، به انزوای خودخواسته پناه برده‌اند و نویسنده با ظرافت، ژرفای احساسات و افکارشان را به تصویر می‌کشد. آناییس، دختری با ایمان و نجیب است که قربانی حسادت کورکورانه دوستش می‌شود که در نتیجه آن در توطئه‌ای مورد تجاوز قرار می‌گیرد. این تقدیر شوم، فرزندی در دامن او می‌گذارد. در این میان، پدر پیر و رنجور آناییس، همچون ستونی استوار، برای حفظ کیان خانواده‌اش تلاش می‌کند. این دسیسه توسط همکلاسی او (ایناس) طراحی شده بود؛ آناییس دختری باتقوا بود که حجاب را بر برهنگی ترجیح می‌داد، در حالی که ایناس دختری بی‌بندوبار بود. زیبایی و موفقیت‌های آناییس در درس و محبوبیتش در مدرسه، حسادت ایناس را به کینه و نفرتی عمیق بدل کرد. او حتی دیگر دختران مدرسه را نیز تحریک می‌کرد تا آناییس را تمسخر کنند. اوضاع زمانی وخیم‌تر می‌شود که بیتا (معشوقه ایناس) تصمیم می‌گیرد از آناییس خواستگاری کند. ایناس که تمام داشته‌هایش را فدای بیتا کرده بود، نقشه‌ای طراحی می‌کند که به بیتا ثابت کند، آناییس آن دختر خوب و کاملی که در ظاهر نشان می‌دهد نیست. او به فردی که از طریق اینترنت با وی آشنا شده، پول می‌دهد تا آناییس را پس از خروج از مدرسه تعقیب کند و به هر قیمتی، از او عکس‌های مسئله‌دار بگیرد اما این فرد، فراتر از دستور ایناس عمل می‌کند و به آناییس تجاوز می‌کند و عکس‌های آن را برای ایناس می‌فرستد. ایناس نیز با نشان دادن تصاویر به بیتا او را از تصمیمش منصرف کرده و آبروی آناییس را نزد همگان می‌برد. یک هفته پس از آن فاجعه، ایناس به نقش خود در این تجاوز اعتراف می‌کند. هنگامی که او ماجرا را برای آناییس بازگو می‌کند، آناییس تاب تحمل نمی‌آورد و از هوش می‌رود. او پس از به هوش آمدن در بیمارستان، از باردار بودنش خبردار می‌شود. او پس از این واقعه دردناک، ناگزیر به ترک تحصیل می‌شود، زیرا نمی‌تواند سنگینی نگاه‌ها و سخنان همکلاسی‌هایش را تحمل کند و بعد از تولد فرزند دخترش، گوشه‌نشینی را اختیار و با کتاب‌ها و خانواده خود را سرگرم می‌کند. «سراج‌الدین»، دیگر شخصیت اصلی رمان نیز، جوانی است که در کودکی، بر اثر تنبیه بدنی بی‌رحمانه یکی از همسایگان، عقیم می‌شود. رنجی که برای همیشه بر زندگی او سایه می‌افکند. پس از فارغ‌التحصیلی، هفت ماه تمام، بی‌وقفه در پی یافتن شغلی می‌گردد، اما تلاش‌های او بی‌ثمر می‌ماند. با وجود امید به یافتن فرصت‌های شغلی بهتر در خارج از شهر، دلبستگی عمیق به خانواده‌اش، او را از ترک دیار باز می‌دارد. او شخصیت مؤمن و منزوی دارد و از همنشینی با هم‌سالانش که غرق در دروغ، هوسرانی و خشونت هستند، دوری می‌گزیند و تنهایی را ترجیح می‌دهد. این





انتخاب، بیش از آنکه یک تمایل باشد، نتیجه زخم‌های عمیق اجتماعی و عدم درک متقابل از سوی اطرافیان است. با گذشت زمان، رنج دیدن پدر و مادر پیر و بیمارش، بر روح او سنگینی می‌کند. داستان سراج الدین با مرگ جانشوز پدر و مادرش که عشقی عمیق و مثال‌زدنی میانشان بود، تراژیک‌تر می‌شود. مادر، که تاب دوری همسر را نداشت، تنها دو روز پس از مرگ او به دیار باقی می‌شتابد. این قصه عاشقانه جانکاه، حتی در روزنامه‌ها نیز چاپ می‌شود و به نمادی از وفاداری تبدیل می‌گردد. سراج‌الدین پس از اطلاع از چاپ داستان زندگی خانواده‌اش، روزنامه‌ای می‌خرد. در همین حین، آگهی استخدام کار در باشگاه بدنسازی متعلق به عبدالله، پدر آناییس را می‌بیند. سراج‌الدین که تحمل ماندن در خانه پدری و یادآوری خاطرات تلخ را ندارد، با او تماس می‌گیرد و به عنوان مسئول باشگاه، مشغول به کار می‌شود. عبدالله نیز اتاقی از خانه‌اش را برای استراحت در اختیار او می‌گذارد بی‌آنکه بداند این یک اتفاق ساده نیست بلکه سرنوشت در حال رقم زدن فصل جدیدی از زندگی اوست. و سرانجام، نویسنده با پیوند دادن سرنوشت «آناییس» و «سراج‌الدین» و با نگاه خوش بینانه خود می‌کوشد روح مجروح قهرمانان را التیام ببخشد؛ این پیوند، چون بارقه‌ای از امید در دل‌های آن دو می‌درخشد. ازدواج آن‌ها سرآغاز عشقی جاودانه می‌شود، عشقی که گویی پله‌ای برای رسیدن به معرفت الهی است و رنج‌های گذشته را در نوری از معنویت و همدلی محو می‌کند. این رمان، نه تنها داستانی از عشق و رنج، بلکه سفری به سوی خودشناسی و درک عمیق‌تر از معنای زندگی است.

۱.۳. پیشینه پژوهش

در باب پیشینه پژوهش لازم است اشاره شود که با بررسی‌های انجام شده تا کنون درمورد موضوع ذکر شده پژوهش مستقلی انجام نشده است. درباره رمان «کلّ شیء بقدر» نیز پایان‌نامه‌ای با عنوان «ترجمه رمان کلّ شیء بقدر» اثر زینب مرمضی به راهنمایی دکتر عباس یداللهی فارسانی و مشاوره دکتر حسن دادخواه (۱۴۰۰) در دانشگاه شهید چمران اهواز صورت پذیرفت که نگارنده به ترجمه این رمان پرداخته است.

۲. تحلیل رمان با تکیه بر پیامدهای روان زخم

در ادبیات، شخصیت‌ها همواره نقش اساسی را در انتقال پیام‌ها و نشان دادن ابعاد مختلف زندگی انسان دارند. یکی از موضوعات مهمی که در تحلیل شخصیت‌ها بررسی می‌شود، تأثیرات روانی وقایع طاقت‌فرسا و تجارب تلخ زیسته آن‌ها است. رویدادهای ناگوار و تجربه‌های آسیب‌زا می‌توانند به شکل عمیقی شخصیت‌هایی را شکل دهند و مسیر روایت را تحت تأثیر قرار دهند.

۱.۲. نتایج عملی خاطرات تلخ زیسته

خاطرات تلخ زیسته که روح و روان شخصیت اصلی رمان را جریحه دار کرده، مانند زخمی ماندگار، همواره او را از حرکت و نشاط باز می‌دارد. پیامدهای این احساس، بروز رفتارهایی است که رفته رفته شخص را به جرگه بیماران روانی نزدیک و نزدیک‌تر می‌کند.



۲. ۱. ۱. گوشه‌گیری و دوری از جامعه

تجربه تلخ تجاوز جنسی، زخمی هولناک بر روح و روان قربانی می‌نشانند. این فاجعه، پیامدهای دردناکی را به دنبال دارد که هرگز به سادگی از اذهان زدوده نمی‌شود. این حادثه تلخ، فرد را به دامان انزوا و تنهایی کشانده و در حصار تنگ و تاریک احساسات و خاطرات تلخ گرفتار می‌کند. در مواجهه با این فاجعه، فرد قربانی ممکن است در چنگال انزوا، ترس و اضطراب گرفتار آید، حالتی که گاه به نوعی خودزندانی یا کناره‌گیری مطلق از جهان خارج منتهی می‌شود. گویی دیوارهای خانه، در برابر هجوم اضطراب‌ها و خاطرات ناگوار، به پناهگاهی امن و استوار تبدیل می‌شوند: «لا أخرج من غرفتي إلا أحياناً، ولا أخرج من منزلي أبداً» (باکلی، ۲۰۱۷: ۱۵). این گرایش به انزوا و کناره‌گیری، گاه به مثابه یک سازوکار دفاعی عمل می‌کند. پناه بردن به فضایی محدود و امن، تلاشی برای گریز از خطرات احتمالی و یا بازیافتن حس کنترل بر احساسات و دردهای درونی است. در این میان، آناییس، در بخش‌هایی از رمان خود را زندانی می‌کند تا از خود مراقبت کند. ترس از دنیای بیرون، سایه‌ای سنگین بر وجودش می‌افکند و او را از فکر خروج از خانه باز می‌دارد: «أنا حبست نفسي، كنت أظن أنني أحميها، ولكن مع الوقت تصاعدت خوفي من العالم الخارجي إلى أن أصبحت لا أطيق فكرة الخروج» (همان: ۱۶). این پارادوکس غم‌انگیز، یعنی تلاش برای محافظت که در نهایت به انزوای مطلق می‌انجامد، عمق فاجعه و ژرفای پیچیدگی‌های روانی فرد آسیب‌دیده را آشکار می‌سازد.

۲. ۱. ۲. ترک تحصیل و رها کردن مدرسه

در این رمان، ترک تحصیل، به عنوان یکی از پیامدهای بارز و جانکاه روان‌زخم و آسیب‌های روانی ناشی از تجاوز جنسی، به شکلی دردناک به تصویر کشیده شده است. آناییس، پس از گذشت تنها یک هفته از آن حادثه شوم، مدرسه را برای همیشه ترک می‌کند و از ادامه تحصیل منصرف می‌شود: «كنت قد تركت المدرسة بأسبوع بعد الحادثة» (همان: ۱۶). این تصمیم تلخ، ریشه در اعماق زخم‌های روحی او دارد. تجاوز جنسی، فرد را با طیف گسترده‌ای از احساسات ناخوشایند نظیر شرم، گناه و ترس از قضاوت و برچسب‌های اجتماعی روبرو می‌کند. این بار روانی، چنان سنگین و طاقت‌فرسا است که فرد را از حضور در اجتماع به ویژه در محیط‌های آموزشی که مستلزم تعامل و دیده شدن است، باز می‌دارد. آناییس نیز، در توصیف دلیل ترک تحصیل خود، به عدم تحمل نگاه‌ها و سخنان آزاردهنده همکلاسی‌هایش اشاره می‌کند: «لأنني لم أستطع تحمل نظراتهم ولا كلامهم» (همان: ۱۶). این عبارت کوتاه، گویای عمق رنج و انزوایی است که او پس از تجاوز، تجربه کرده است.

۲. ۱. ۳. احساس ترس و واهمه از دیگران

یکی از پیامدهای رایج تروما، شکل‌گیری حسی عمیق از ترس و بی‌اعتمادی نسبت به دیگران در وجود فرد آسیب‌دیده است. این پدیده که ریشه‌های روان‌شناختی عمیقی دارد، به دلیل نقض شدن اعتماد اولیه و تجربه خیانت، فرد را در حالتی از هشیاری و آسیب‌پذیری مداوم قرار می‌دهد. در مورد شخصیت آناییس، این حس پس از تجاوزی که از پیش توسط دوستش طراحی شده بود: «اغتنابي كان مكيدة» (باکلی، ۲۰۱۷: ۱۶) به اوج خود

رسید؛ این خیانت ضربه‌ای مهلک بر اعتماد او وارد کرد اما ماجرا به اینجا ختم نشد؛ زخم زبان مردم که بی‌رحمانه او را نشانه رفتند و روایت‌های ویرانگرشان که تا سال‌ها رهایش نمی‌کردند: «کلام الناس لا یتنهی، قالوا أنَّ والدي الشَّیخ الكبير حسبي في المنزل بعد أن فقدتُ عذرتي في سنِّ الخامسة عشر. مضتُ سبع سنين والقصص لا تزال تُروی عني...» (همان: ۱۵) این ترس و بی‌اعتمادی را به لایه‌های عمیق روان او فرو برد. این تجربیات تلخ، تأثیری ژرف بر روان آناییس گذاشت و در نهایت، به شکل ترسی فراگیر از مردم و اطرافیان نمایان شد. این ترس، که ریشه در بی‌اعتمادی عمیق او دارد، باعث شد تا احساس کند هیچ کس قابل اعتماد نیست و هر لحظه ممکن است دوباره مورد آزار یا سوءاستفاده قرار گیرد. در واقع، این وحشت ناشی از تجربه مستقیم خیانت پس از حادثه در وجود آناییس، حس بی‌اعتمادی را در او تقویت کرد؛ تا جایی که حتی از حضور در جمع زنان نیز وحشت دارد: «أنا خائفة بدوري من النساء، من العرس، من کلِّ ما يحصل حولي»^۷ (همان: ۱۲۸). ترس از مردم، تمام وجودش را تسخیر کرده بود. پس از هفت سال انزوا و خانه‌نشینی، هنگامی که برای نخستین بار از خانه بیرون می‌رود، وحشتی عمیقی وجودش را فرا می‌گیرد: «هذه أول مرة سأخرج فيها منذ سبعة سنين؛ هل أنا خائفة؟ نعم، أنا مرعوبة، قلبي ينبض بسرعة، أشعر بالغثيان والخوف»^۸ (همان: ۶۷). این وحشت تا بدان جا بود که تمام وجودش، ذره ذره استخوان‌هایش، او را به بازگشت به تنها پناهگاهش، اتاقش فرا می‌خواندند: «وكلَّ عظمة في جسدي تطلب مني العودة لغرفتي الهادئة النظيفة المعطرة المنعزلة»^۹ (همان: ۶۷). دلیل اصلی این ترس و وحشت، هراس از وقوع اتفاقی ناگوار بود: «أشعر بالخوف الشديد من أنَّ هناك شيء ما سيحدث»^{۱۰} (همان: ۶۷). این موضوع نشان می‌دهد که تروما، حس امنیت روانی او را به کلی از بین برده و او همواره در انتظار یک فاجعه دیگر است. ترس از نگاه‌های مردم نیز، بخش دیگری از این وحشت وجودی او را تشکیل می‌داد. آناییس احساس می‌کرد که مردم با نگاه‌هایشان او را می‌بلعند: «بعض الخوف من نظراتهم إلي حتَّى وإن لم أكن أنظر إليهم، فسأشعر بأعينهم تأكلني حيَّة»^{۱۱} (همان: ۶۷). این حس، اوج آسیب‌دیدگی روانی او را نشان می‌دهد که در پی تروما و طرد اجتماعی شکل گرفته است.

۲. ۱. ۴. بدبینی و سوءظن نسبت به همه

پیامد ناگوار و دردناک تجربه روان‌زخم، تنها به فروپاشی درونی و آشفتگی‌های روانی محدود نمی‌شود؛ بلکه سایه سنگین خود را بر روابط آناییس با جهان پیرامون نیز می‌افکند. این تجربه تلخ، بذره‌های بدبینی عمیقی را نسبت به مردم و افراد جامعه در جان او می‌کارد. این بدگمانی، که زاییده احساس خیانت، بی‌اعتمادی و ترس در وجود اوست، منجر به کاهش سطح اعتماد او به مردم و دوستان شده است. بدبینی چنان در وجود آناییس رخنه کرده است که انسان‌ها را در لباس ظاهری آدمیان، هیولاهایی درنده می‌بیند. این نگاه، تصویری هولناک و ویرانگر است که از عمق جراحت روانی او سرچشمه می‌گیرد: «كنت قد كرهت الناس.. وكنت قد كُوتت في عقلي صورة لكلِّ البشر على أنَّهم وحوش ذوو جلد آدمي»^{۱۲} (باکلی، ۲۰۱۷: ۶۶). این عبارت به روشنی نشان می‌دهد که چگونه تجربه آسیب‌زا، منجر به دگرگونی بنیادین در ادراک او از انسان‌ها شده است. تصویری که نمادی از فروپاشی اعتماد و احساس ناامنی عمیق او در مواجهه با دیگران و تأییدی است بر سخن هرمان که می‌گوید: «رویدادهای آسیب‌زا نه تنها بر



ساختارهای روانی فرد، بلکه بر روابط و مفاهیمی که موجب پیوستگی فرد و اجتماع می‌شود نیز تأثیر می‌گذارند» (Herman, 1992: 37). این بدبینی و دوری‌گزینی از مردم، در جزئیات زندگی روزمرهٔ آناییس نیز خود را نشان می‌دهد. او با وجود علاقه بسیار زیاد به دریا، نخست از رفتن به آن امتناع می‌ورزد؛ چرا که آرزومند است دریا را فارغ از حضور مردم به تماشا بنشیند و از شکوه آن در تنهایی لذت ببرد: «لم أرد الذهاب في البداية؛ مقابلة أناس جدد لم تكن ميزتي الأفضل، ولكنهم وعدوني برؤية البحر ليلاً.. سأرى البحر فارغاً من الناس ومن قذارهم و مخلفاتهم.. سأرى البحر تمتدًا مع التجمُّع المنعكسة عليه..»^{۱۳} (باکلی، ۲۰۱۷: ۱۱۲). این عبارات، اوج میل به انزوا و گریز از تعاملات اجتماعی را بازتاب می‌دهد. حتی نزدیک‌ترین افراد به آناییس، یعنی خانواده‌اش، نیز به این خصوصیت او آگاهند. دخترش قدر، به این نکته اشاره می‌کند که مادرش، دریا را در خلوت شب دوست دارد چرا که در آن هنگام، ساحل از حضور انسان‌ها تهی است و تنها ماه، ستارگان و آسمان همدم او هستند: «لکي لا يكون هناك إنسان، ويكون هناك قمرٌ ونجوم وسماء سوداء»^{۱۴} (همان: ۱۱۱). این تمایل به خلوت و گریز از اجتماع، خود یکی از پیامدهای شایع روان‌زخم است که فرد را به سوی انزوا سوق می‌دهد تا از تکرار تجربه‌های آسیب‌زا جلوگیری کند.

۵.۱.۲. احساس گناه و شرم

احساس گناه، یکی از فراگیرترین و در عین حال بغرنج‌ترین پیامدهای تروماست. این احساس، می‌تواند سایهٔ شوم خود را بر سلامت روان قربانی بگستراند و عواقب وخیمی به بار آورد. آناییس، با وجود اینکه هیچ راهی برای دفاع از خود نیافته و در این میان، هیچ تقصیری متوجه او نبوده، باز گرفتار این حس ویرانگر شده است: «لا زلت أحس بالذنب لأنني كنت جزءاً من العملية»^{۱۵} (همان: ۲۸). بخشی دیگر از این احساس گناه، معطوف به خانواده‌اش است؛ او خود را مسبب لکه‌دار شدن آبرو و حیثیت پدر و خانواده‌اش می‌داندست و از این رو، عذاب وجدان رهایش نمی‌کند: «ودتسوا شرف أبي وعائلتي»^{۱۶} (همان: ۱۶). در جایی دیگر از اینکه باعث رنج و اندوه خانواده‌اش شده است، به شدت احساس گناه می‌کند و همین امر، او را به آرزوی مرگ سوق می‌دهد: «سببت الكثير من الألم لوالدي وموتي أولاً سيقتل كل سبب لها صامدان لأجله، يقتلون لأجله»^{۱۷} (همان: ۶۷). این اندیشهٔ مرگ، نشانه‌ای از افسردگی شدید و یأس تروماتیک است؛ جایی که فرد، مرگ را راهی برای پایان دادن به رنج خود و رنج دیگران می‌بیند. او احساس می‌کند که وجودش، خود، عامل درد و رنج برای کسانی است که دوستشان دارد، و تنها راه رهایی از این بار، ناپدید شدن است.

۶.۱.۲. ترس و نگرانی از حوادث آینده

ترس از آینده، یکی از پیامدهای رایج و قابل توجه تروما، در این رمان است. این هراس، ریشه در احساس ناامنی عمیق و تشویش‌های فلج‌کننده‌ای دارد که از آن واقعه تلخ نشأت می‌گیرد. دل‌نگرانی آناییس از آینده، با وضوح و صراحت تمام، خود را در پرسش‌های بنیادین و هراس‌های وجودی نمایان می‌سازد. او در چرخهٔ بی‌پایانی از اضطراب به دام افتاده است که خود را در این جمله آشکار می‌کند؛ اگر روزی دخترش از پدر خویش جویا شود، چه پاسخی خواهیم داشت: «أخشي اليوم الذي ستسألني فيه عن أبيها، أظن أن ما أحاول قوله هو أنني أخشى المستقبل، أو



الزمن^{۱۸}» (باکلی، ۲۰۱۷: ۶۷). این پرسش، نه تنها ترس از مواجهه با حقیقت تلخ و عواقب آن برای دخترش را نشان می‌دهد بلکه نوعی هراس از گذر زمان را نیز دربرمی‌گیرد؛ گویی زمان، به جای آنکه التیام‌بخش باشد، خود تبدیل به عنصری تهدیدکننده شده است. هراس آناییس به اینجا ختم نمی‌شود، این ترس، عمیقاً با شرم، انگ اجتماعی و احساس تحقیر آمیخته است؛ تا جایی که او بیم آن دارد که روزی برای گذران زندگی، ناگزیر شود در باشگاه پدرش، زیر نگاه‌های سنگین مردم، به کار مشغول گردد: «أخشى أن يأتي اليوم الذي أضطر فيه للعمل في صالة أبي تحت أنظارهم»^{۱۹} (همان: ۶۷). این هراس‌ها، نه تنها آرامش را از او سلب می‌کنند بلکه برای او حکم مرگی تدریجی را دارند: «الخوف يقتل»^{۲۰} (همان: ۶۷). در اوج این ناامیدی و برای فرار از این مرگ تدریجی، آناییس به نقطه‌ای می‌رسد که آرزوی مرگ می‌کند، پیش از آنکه کابوس‌هایش به واقعیت بدل شوند: «أجد نفسي أنانية لرغبتني في الموت قبل أن أرى أيًا من محايي تتحقق، ثم أحتقر نفسي لرغبتني تلك»^{۲۱} (همان: ۶۷). این اعتراف، اوج تناقضات روانی ناشی از تروما را نشان می‌دهد. از یک سو، میل شدید به فرار از رنج آینده (حتی با انتخاب مرگ) و از سوی دیگر، احساس گناه و خودسرزنی به خاطر همین میل وجود دارد. این کشمکش درونی میان غریزه بقا و تمایل به رهایی از رنج، نشانه‌ای بارز از ویرانی روحی ناشی از تروما است که فرد را در یک دور باطل از درد و خودبیزاری گرفتار می‌کند. این ناتوانی در تصور آینده‌ای روشن و بدون درد، پیامد تلخ دیگری از روان‌زخم است که امید را به یأس تبدیل می‌کند.

۲.۲. راه‌های خروج از کابوس ترومای روان فرسا

نویسنده برای رهایی از زخم‌های مزمن در دل و جان قهرمانان رمان، دریچه‌هایی می‌گشاید که روح مجروح آن‌ها را التیام ببخشد. به باور او همان‌گونه که با مرهمی می‌توان زخمی را در جسم انسان بهبودی بخشید، با ساز و کارهایی نیز می‌توان کابوس تلخ خاطرات را از روح و روان انسان‌ها زدود.

۲.۲.۱. پناه جستن در دامن پاک طبیعت (بوم‌درمانی)

طبیعت، به عنوان همدم دیرین و همیشگی انسان، نقش بی‌نظیری در فرآیند بازیابی سلامت روان ایفا می‌کند. از گام نهادن در مسیرهای پیاده‌روی در دل جنگل‌های انبوه و گوش سپردن به نوای باد در میان شاخساران تا خیره شدن به شکوه آسمان شب، همگی مسیرهایی برای بازگشت به آرامش، کشف مجدد خود و بازیابی قدرت درون هستند. در این میان، مفهوم بوم‌درمانی به عنوان شیوه‌ای برای پیوند دوباره انسان با طبیعت، اهمیت ویژه‌ای می‌یابد. لیندا بازل در کتاب بوم‌درمانی تصریح می‌کند: «بودن در طبیعت برای رشد، تقویت و بهبود سلامت روان مفید و مؤثر است» (Buzzel & Chalquist, 2009: 20). در بخشی از رمان، مادر آناییس از علاقه دخترش به دیدن دریا سخن می‌گوید: «إنما تُريد رؤية البحر، لكنّها لا تُريد أن تری النَّاس هناك.. تُريد فقط البحر»^{۲۲} (باکلی، ۲۰۱۷: ۱۰۹). این جمله، خود گویای تمایل عمیق آناییس به فرار از هیاهوی انسانی و پناه بردن به خلوت و آرامش طبیعت است؛ جایی که بتواند فارغ از قضاوت‌ها و فشارهای اجتماعی، با خود واقعی‌اش روبرو شود. توصیف آناییس از اولین دیدار شبانه‌اش از دریا، اوج آرامش و رهایی او را به تصویر می‌کشد؛ تجربه‌ای یگانه که



در آن، تمام عوامل اضطراب‌زای انسان محو می‌شوند: «أول مرة أرى البحر ليلاً، كان الأمر ساحراً، لا ضوء غير ضوء القمر الذي نثر حبيبته على سطح البحر، لا ضجيج سوى ضجيج أمواج البحر التي تطرب الأذان، لا ذنوب من خلق أمام الخالق وعباده^{۲۳}» (همان: ۱۱۷). در این فضا، آناییس نه تنها از آلودگی‌های بصری، بلکه از آلودگی‌های اخلاقی و اجتماعی نیز رهایی می‌یابد. او در دل شب شاهد صحنه‌هایی نیست که در روز انسان‌ها را آزار می‌دهند: «لا نساء عاريات هاربات من حرّ فصل الصيف ناسيات حرّ جهنم الأبدية، لا زنى وراء الأشجار وبين الصخور، مجرد أنا وعائلتي وضمير مرتاح تحت أنظار الخالق^{۲۴}» (همان: ۱۱۷). این توصیف، نه تنها نشان‌دهنده تأثیر آرامبخش طبیعت بر روان پریشان آناییس است، بلکه بازتابی از مکانسیم دفاعی او است؛ او با فرار از واقعیت‌های تلخ اجتماعی و پناه بردن به طبیعت، تلاش می‌کند تا از فشار روانی ناشی از تجربه تروماتیک خود رهایی یابد و به وضعیت قبلی خویش بازگردد. «بوم درمانی آغاز شیوه‌ای است از پیوند مجدد انسان با طبیعت به منظور حفظ سلامت روانی از یک سو و شفای روانی از سوی دیگر» (Buzzel & Chalquist, 2009: 91-93). آناییس، با وجود سرمای هوا، خود را به آب دریا می‌سپارد و این فرصت را از دست نمی‌دهد و هر لحظه از آن لذت می‌برد: «أنا وقدر توغلنا أكثر داخل البحر؛ رغم برودته وبرودة الجو، إلا أنني لن أضيع هذه الفرصة، وسأستمتع بكل قطرة منها وبكل لحظة^{۲۵}» (باکلی، ۲۰۱۷: ۱۱۷). او رنج و درد خود را در دریا به فراموشی می‌سپارد و دیگر آن زن آسیب‌دیده نیست، بلکه خود را همچون دختر بچه‌ای می‌بیند که بی‌پروا آب بازی می‌کند: «لم أكن أمّاً في تلك اللحظة، لم أكن مُغتصبة، لم أكن خائفة، لم أكن من أنا، كنتُ فقط صبّية بريئة تلعب مع صبّية أخرى، نرشف بعضنا البعض بالماء ونحبس أنفاسنا ثم نضحكُ كلنا لَمَّا يدخل الماء في أفواهنا ونبتلعه^{۲۶}» (همان: ۱۱۷). این بازگشت به دوران کودکی، نشانه‌ای از آرزوی ناخودآگاه برای رهایی از تروما و بازگشت به خود پیشین است. دیدن پدر و مادرش بدون هیچ نگرانی، او را غرق در شادی می‌کند. او با خانواده‌اش، دریا، شن‌ها، ماه و ستارگان تنهاست و با این وجود، گویی در بهشت است: «كنتُ سعيدة برؤية والدائي دون هموم مرتاحين.. كنتُ سعيدة فوق ما أستطيع الوصف، كنتُ أنا وأبي وأمي وقدر والبحر والزمان والقمر والتجوم والله فوق كل هذا... وهذا كل شيء... كنتُ في جنة.. أحسستُ براحة البال والسمعة كأني في جنة.. فكيف هي الجنة؟... الحمد لله رب العالمين^{۲۷}» (باکلی، ۲۰۱۷: ۱۱۸-۱۱۷). این حس عمیق آرامش و وحدت با هستی، از طریق طبیعت به دست می‌آید و در آن، برای لحظاتی از دغدغه‌های دنیوی رها شده و به درکی عمیق‌تر از وجود و آرامش دست می‌یابد. آناییس از علاقه خود به جاده سخن به میان می‌آورد. عشق به سفر و گریز در جاده‌های بی‌مقصد، راهی برای دور شدن از نقاط ثابت و خاطرات آزاردهنده است: «أنا أحب الطرقات، تلك الطرق الطويلة التي تمضي فيها دون توقّف، طويلة لدرجة أنك بين اللحظة والأخرى تنسى أنّ لك وجهة، وتشعر أنك تنتمي للطريق، أنك مسافر دائم^{۲۸}» (همان: ۱۱۴). تماشای ستارگان در شب آرامش خاصی به او می‌بخشد؛ آناییس با طرح پرسشی انسان را برای رهایی از قید و بندهای زندگی و یافتن آرامش در نظاره این شکوه آسمانی دعوت می‌کند: «متى رأى فيها أحدكم السماء آخر مرة دون سبب.. دون طائرة في الأفق.. دون شهاب.. دون قمر.. فقط دون سبب^{۲۹}» (همان: ۱۱۵). او چشم از پنجره برنمی‌دارد و به مخلوقات خدا چشم می‌دوزد و به کوچک بودن خود در برابر عظمت پروردگار پی می‌برد: «لم أستطع أن أزيح نظري عن النّافذة، لا بشر، لا ضجيج، فقط هدوء الطّبيعة ومعجزات



الخالق. أحسست بالصَّغَر، الصَّغَر الشَّدِيد؛ حقًّا، من أنا؟ من بين كلِّ المجرَّات، هناك مجرَّتنا، من بين كلِّ الكواكب فيها، هناك كوكبنا، من بين كلِّ الطَّرقات، هناك طريقتنا، من بين كلِّ السَّيَّارات، هناك سيَّارتنا، من بين كلِّ البشر، هناك أنا^{۲۰}» (همان: ۱۱۶). سیر تحول روانی آناییس از طریق پیوند با طبیعت، نمونه‌ای بارز از نقش شفا بخش بوم‌درمانی در مواجهه با روان-زخم‌هاست. طبیعت برای او نه تنها یک پناهگاه فیزیکی، بلکه یک فضای روان‌شناختی است که در آن می‌تواند دردها و ترس‌هایش را رها کرده و به حالت پیشین سلامت روانی خود بازگردد یا حداقل مسیر ترمیم را آغاز کند.

۲.۲.۲. تمسک به شعائر و مراسم دینی

تمسک به باورهای دینی و معنوی، همواره یکی از مؤثرترین و رایج‌ترین شیوه‌ها در مواجهه با روان‌زخم‌ها و آغاز فرآیند التیام روحی بوده است. در مواجهه با دردهای جانکاه و چالش‌های طاقت‌فرسا، دین و اعتقادات مذهبی می‌توانند نقش محوری در بازسازی روانی و عاطفی فرد ایفا کنند. این رویکرد، نه تنها به فرد توانایی معنا بخشی به رنج‌ها را می‌دهد بلکه با ایجاد حس تعلق به قدرتی متعالی، آرامش و امید را به ارمغان می‌آورد. واکنش آناییس به خبر بارداری‌اش، آشکارا عمق اعتقادات مذهبی او را به تصویر می‌کشد و نمونه‌ای بارز از نقش ایمان درونی در مدیریت روان‌زخم است. در لحظه‌ای که پدرش را اندوهگین می‌بیند، در حالی که بر چهره او بوسه می‌زند، بارداری خود را هدیه‌ای آسمانی و از جانب پروردگار معرفی می‌کند: «قبلتُ رأسه وابسمت، وقلت له: قدر الله وما شاء فعل. رُزقت بطفلة، وهي الآن في السابعة من عمرها^{۲۱}» (همان: ۲۱). او نام دخترش را قدر می‌گذارد؛ چرا که به شدت معتقد بود خداوند او را با وجود دخترش آزموده و این، خواست و تقدیر الهی بوده است: «أبنتي أسمىها "قدر"، لأتني أمنت بشدة أنَّ الله يتليني، وكان قدره.. كانت هي^{۲۲}» (باکلی، ۲۰۱۷: ۲۱). آناییس، قدر را نعمتی بی‌بدیل از سوی پروردگار می‌داند که تا ابد به خاطر وجودش شکرگزار خواهد بود: «هي نعمة أحمد الله عليها للأبد، وحتى "الأبد" لن يكون كافيًا لنعمة مثلها^{۲۳}» (همان: ۲۲). از منظر آناییس، قدر سرچشمه خوشبختی، صبر و استقامت است. این تغییر نگاه از قربانی بودن به یافتن معنا در رنج، از ویژگی‌های تاب‌آوری روانی است که با اتکا به باورهای معنوی تقویت می‌شود: «هي الآن مصدر سعادتنا وسرُّ تماسكنا وصبرنا^{۲۴}» (همان: ۲۱). توکل محض به نیرویی برتر، در او آرامشی درونی ایجاد می‌کند که به وی اجازه می‌دهد تا با اضطراب و ترس ناشی از تروما مقابله کند. آناییس هر آنچه را برایش رخ داده، از مشیت الهی می‌داند و به حکمت خداوند ایمان کامل دارد: «أمنت بأنَّ كلَّ ما حصل لي غايةً محدَّدة، كلَّ ما حصل لي هو رعاية منه^{۲۵}» (همان: ۲۱) ایمان آناییس تنها در باورهای ذهنی او خلاصه نمی‌شود بلکه در اعمال و مناسک دینی‌اش نیز تجلی می‌یابد. او نمازهایش را سر وقت می‌خواند، از موسیقی دوری می‌جوید و شبانه روز به تلاوت قرآن مشغول است: «أصلي الصَّلاة في وقتها، أرتدي الثَّياب، لا أستمع للموسيقى، وأقرأ القرآن ليلاً ونهاراً^{۲۶}» (همان: ۶۷). عبادت شبانه و دعا، فضایی برای ابراز احساسات، اعتراف به ضعف‌ها و درخواست کمک از قدرتی فراتر از خویش فراهم می‌آورد. آناییس هر شب با پروردگار خود راز و نیاز می‌کند و برای پدرش آرامش و برای خودش آمرزش می‌طلبد: «أقوم الليل كلَّ ليلة أطلب راحة البال له والمغفرة لي^{۲۷}» (همان: ۲۸). عشق آناییس به مسجد بی‌حد و حصر است؛ چرا که با ورود به آنجا، تمام مشکلات و غم‌هایش را از یاد می‌برد. مسجد برای او پناهگاهی امن و



مقدس است که در آن از هجوم افکار تروماتیک در امان می‌ماند: «أتعرفون لماذا أحب المساجد؟ لأتني ما إن أتوضأ حتى أحس بالنظافة، نظافة جسدي وروحي، ما إن أخطو أول خطوة برجلي اليمنى داخل المسجد، حتى أجد كل مشاكل وأحزاني خلفي لا يمكنها الدخول معي كأني هناك حاجزاً يمنعها»^{۳۸} (همان: ۹۱). حس امنیت مطلق در سایه لطف الهی، گویای قدرت ایمان در فائق آمدن بر اضطراب و ترس‌های وجودی اوست. هنگامی که وارد حریم خانه خدا می‌شود، هیچ چیز دیگری برایش اهمیت ندارد و از هیچ قدرتی نمی‌ترسد: «ما دمت داخل بيت الله، فلا شيء منها يهمني، لا أخاف حتى منها ولا الحياة لأتني في بيت ربه»^{۳۹} (همان: ۹۱). او آرزو دارد که دری مخفی، خانه‌اش را به مسجد متصل کند که این آرزو بیانگر میل شدید به حضور مداوم در فضای امن معنوی و جدایی از واقعیت‌های تلخ دنیوی است: «تنبئ أن يكون هناك باب سرّي يربط المسجد بغرفتي»^{۴۰} (همان: ۹۲). برای آناییس، خوشبختی واقعی زمانی معنا می‌یابد که مردم در خواب باشند و او سر بر سجده نهد و نماز گزارد و هر آنچه را که در دل دارد از خداوند طلب کند: «أشعر بالسعادة عندما يكون الناس نياماً والهدوء محيماً وأنا مستيقظة أصلي وأحارب التعاس وأدعو الله ساجدة.. أطلب منه ما أشاء وأبكي كما أشاء، هناك فقط أشعر بالسعادة، لأتني أحسن أنني الوحيدة في العالم، محمية بمن لا أقوى منه.. فقط في ذلك الهدوء المظلم، أحس بالتور داخلي.. أحس بالسعادة»^{۴۱} (همان: ۹۳-۹۲). این موضوعات نشان می‌دهد که باورهای مذهبی و عمل به مناسک دینی، نه تنها به عنوان یک سازوکار مقابله‌ای قوی در برابر روان‌زخم عمل می‌کنند بلکه به فرد آسیب‌دیده کمک می‌کنند تا با معنابخشی به رنج‌ها و تقویت حس شکرگزاری، مسیر بازسازی روانی و دستیابی به آرامش را طی کند.

۲.۲.۳. سرگرم شدن به مطالعه آثار ادبی و علمی

پناه جستن به آغوش کتاب‌ها پس از تجربه تروما، نمادی عمیق از جستجوی آرامش در میانه طوفان‌های روحی است. در مواجهه با دردهای عمیق و زخم‌های التیام‌ناپذیر روانی، کلمات و داستان‌ها، همچون پناهگاهی استوار و امن، به یاری می‌آیند. جایی که می‌توان به جستجوی معنا، بازیابی خود و روزه‌های امید پرداخت. آناییس، پس از آن تجربه تلخ، کتاب‌ها را به عنوان مونس و همدم خویش برمی‌گزیند. اتفاقی مملو از کتاب، پناهگاه امن و آرامش‌بخش او می‌شود: «هذه الغرفة المليئة بالكتب هي ملجئي»^{۴۲} (باکلی، ۲۰۱۷: ۱۶). در واقع، گریز به دنیای کتاب‌ها، نوعی مکانیزم دفاعی است؛ راهی برای رهایی از واقعیت‌های گزنده‌ای که زندگی بر او تحمیل کرده است. او آگاهانه از دنیای پرهیاهوی ارتباطات مدرن، یعنی تلفن و کامپیوتر، دوری می‌جوید و در میان صفحات کتاب‌ها، آرامش عمیقی می‌یابد: «تركت الهواتف والحواسيب ولجأت إلى الكتب كوسيلتي الوحيدة للاتصال بالعالم الخارجي»^{۴۳} (همان: ۱۵). در مسیر دشوار کنار آمدن با رنج تروما، آناییس در خلوت اتاقش تنها نیست. او یاران نابی از جنس کتاب، همراه خود دارد؛ کتاب‌هایی که در دل تاریکی‌های بی‌کران، چون فانوسی روشن، او را به دنیایی آرام می‌کشاند؛ جایی که فریادهای درونی‌اش به آرامش تبدیل می‌شود: «لدي الكثير من الرفقة»^{۴۴} (همان: ۵۸). آناییس کتاب‌ها را صرفاً ورق‌هایی بی‌جان نمی‌داند، بلکه هم‌نشینی می‌بیند که آدمی وقت خود را با آن‌ها سپری می‌کند از این‌رو باید در انتخابشان وسواس به خرج داد: «اختيار الكتب يأخذ وقتاً، فهي ليست مجرد أوراق، بل رفقة، عليك أن تختار الرفيق الذي تريد أن تقضي الوقت معه»^{۴۵} (همان: ۵۸). این نگاه، عمق ارتباط او را با دنیای کتاب‌ها نشان می‌دهد و اینکه



چگونه این رابطه، فراتر از یک تعامل سطحی، به یک ارتباط عمیق عاطفی و ذهنی تبدیل شده است. علاوه بر این، اتاق تنها یک فضای فیزیکی نیست بلکه دروازه‌ای به سوی زمان و مکان تبدیل می‌شود؛ او به همراه کتاب‌ها، به اعصار و قرون مختلف سفر می‌کند: «لم أكن في غرفتي ولم أكن وحيدة؛ لقد عشت في كلِّ العصور وكنت كلَّ شيء عدا نفسي»^{۴۶} (همان: ۵۹-۵۸). این «نبودن در اتاق» و «نبودن خود» نشان‌دهنده یک گسست روان‌شناختی سازنده است؛ نوعی فرار از خویشتن آسیب‌دیده و فرورفتن در هویت‌های دیگر که به او اجازه می‌دهد تا از بار سنگین تروما به طور موقت رهایی یابد. آناییس سفر شگفت‌انگیز خود با کتاب‌ها را اینگونه به تصویر می‌کشد: «عشت مع الدیناصورات وكنت واحدة منهم. عشت مع رجال الكهف وكنت رجلا منهم أيضا. لم أكن حتى امرأة؛ عشت مع مرضى السرطان في المستشفى كطبيبة ومريضة. عشت رحالة مع خير عباد الله في الصحراء أرتحل من مكان لمكان. ركبت السفن واصطدت السمك. ركبت الفرس وسقطت عنها. علفت في جزر مهجورة وحدي؛ حتى أنني حظيت بحديقة حيوانات خاصة بي، لقد حظيت بكل شيء؛ عشت منذ أن خلقت الأرض إلى حتى المستقبل دون أن أعادر غرفتي»^{۴۷} (باکلی، ۲۰۱۷: ۵۹). این غوطه‌ور شدن در کتاب‌ها، نه تنها نوعی تسکین روانی است، بلکه راهی برای بازسازی جهان‌بینی و یافتن نقاط اتکای جدید پس از یک فروپاشی روانی است. او از طریق این ادغام با روایت‌ها و شخصیت‌ها، خود را فراتر از «خود» آسیب‌دیده می‌بیند و امکان بازآفرینی هویتی جدید را برای خود فراهم می‌آورد.

۲.۲.۴. پناه بردن به آغوش گرم خانواده

خانواده نقش حیاتی در حمایت عاطفی، امنیت و احساس تعلق فرد ایفا می‌کند. در زمان مواجهه با تروما، احساس آرامش و پشتیبانی خانواده می‌تواند به فرد کمک کند تا احساس امنیت و کنترل بیشتری پیدا کند و فرآیند بهبود را تسریع نماید. در این رمان، شاهد تجلی این نقش حیاتی خانواده در گذر از بحران و التیام زخم‌های روانی هستیم. پدر آناییس، در اوج بحران و مواجهه با خبر بارداری غیرمنتظره دخترش، در اولین واکنش او را به صبر دعوت می‌کند: «أصبري، أصبري، سيفرج الله»^{۴۸} (همان: ۲۱). او با تمام توان می‌کوشد که دیگران را نسبت به بی‌گناهی دخترش متقاعد کند حتی اگر با بی‌اعتنایی و قضاوت‌های نادرست آن‌ها روبرو شود: «حاول أبي أن يقنعهم بالحقيقة»^{۴۹} (همان: ۱۶-۱۵). پدر، با مهربانی تمام، از هیچ تلاشی برای حمایت از دخترش دریغ نمی‌کند و هر آنچه را که به تسکین دردهای او کمک می‌کند، از کتاب‌ها تا وسایل دیگر، فراهم می‌سازد: «وأي، الشيخ الحنون يحضر لي هذه الكتب سواء طلبتها أم لا، لأنه يعلم أنني أتألم»^{۵۰} (همان: ۱۶). این توجه و درک عمیق پدر از رنج درونی دخترش، نشان‌دهنده پیوند ناگسستنی و بی‌قید و شرط اوست. اوج حمایت‌گری پدر در افتخار، رضایت و اعتماد کامل به دخترش نمایان می‌شود: «ابنتي، مهما حصل، سواء في الماضي أو الآن أو في المستقبل، فاعلمي أنني فخور بك وراضي عنك وعليك واثقاً كل الثقة فيك»^{۵۱} (همان: ۱۳۳). این کلمات، نه تنها بار سنگین احساس گناه و شرم را از دوش آناییس برمی‌دارد، بلکه به او حس ارزشمندی و پذیرش بی‌قید و شرط می‌بخشد. پدر حتی او را به شادی و خوشحالی دعوت می‌کند؛ زیرا حزن و اندوه را شایسته او نمی‌داند: «بتسمي واسعدي، فالحسن لا يليق بعينيك»^{۵۲} (همان: ۱۳۴). این حمایت قاطع و تسلی‌بخش پدر است که آناییس را به شکرگزاری از خداوند برای داشتن چنین خانواده‌ای سوق می‌دهد: «دائما ما أحمد الله على عائلتي. أحمد الله



على نعمة الإسلام وعائلتي المتواضعة الساعية لنيل رضا^{۵۳}» (همان: ۳۴). نقش مادر نیز، در بازیابی روحیهٔ آناییس انکارناپذیر است. آناییس بسیار شیفتهٔ مادرش بود؛ زیرا در غم و شادی همراه دائمی و همیشگی او بوده است: «أحب أمي، أنا حقاً أفعل. بكيتُ لحزني، وبكيتُ لفرحتي^{۵۴}» (همان: ۳۰). این همدلی مادر، به او اطمینان می‌دهد که در هیچ شرایطی تنها نیست و همیشه کسی هست که دردهای او را حس کند.

علاوه بر پدر و مادر، حضور دخترش قدر، نقش بسیار مهمی در آرامش روانی و احساس امنیت او ایفا می‌کند. آناییس آنقدر به دخترش وابسته است که با وجود او هیچ‌گاه احساس نفرت، ناراحتی و ناامیدی نمی‌کند: «لم أشعر يوماً وهي جنبي بالكره أو التّعاسة أو الإحباط^{۵۵}» (باکلی، ۲۰۱۷: ۲۲). این وابستگی عمیق به حدی است که او را دوست واقعی خود می‌خواند. این توصیف، نشان‌دهندهٔ عمق پیوند روحی و عاطفی میان مادر و دختر است؛ پیوندی که به آناییس حس یگانگی و درک متقابل می‌بخشد: «كانت صديقي، بالرغم من صغر سنّها إلا أنّها كانت تؤنّسني، قليلة الكلام والمطالب، كثيرة المشاعر والحياء، كانت مثلي.. كائنّي أُحبّبتها وحدي^{۵۶}» (همان: ۲۲). در نهایت، حضور در کنار خانواده، حس خوشبختی و رضایت عمیقی در آناییس ایجاد می‌کند. او در آرامش اتاقش، در کنار پدر و مادر و دخترش، به عمق سعادت خود پی می‌برد و خداوند را برای این نعمت‌ها شکر می‌کند: «أنا في عالمي في غفرتي مع أبي وأُمّي وابنتي.. بعد أن أدركتُ مدى سعادتي، حمدت الله على نعمه ورضيت بقدره^{۵۷}» (همان: ۸۱). این جملات، مهر تأییدی بر نقش محوری خانواده به عنوان ستون فقرات حمایت روانی و پناهگاهی امن در مواجهه با تروما است. خانواده، در این روایت، نه تنها محلی برای زیست، بلکه فضایی برای بازسازی روح، کسب آرامش و رسیدن به پذیرش و رضایت، حتی پس از پشت سر گذاشتن سخت‌ترین تجربه‌ها است.

۳. نتیجه

از آن چه بیان شد، نتایج زیر استنباط می‌گردد:

اسلام باکلی، نویسندهٔ الجزایری در رمان «کل شی بقدر» روایتگر داستان انسانی‌هایی است که دچار روان زخم شده‌اند. شخصیت اصلی این رمان، دختری جوان است که تجربهٔ تلخ تعرض را از سر گذرانده است. این تجربهٔ ناخوشایند، آسیب عمیقی بر روح و روان قهرمان وارد کرده و همواره او را آزار می‌دهد. پیامدهای این تروما، در قالب رفتارهایی چون؛ انزوا و گوشه‌نشینی، ترک تحصیل، بدبینی، ترس نسبت به دیگران و نگرانی دائمی نسبت به آینده بروز می‌یابد. باکلی، با شیوه‌ای هنرمندانه، راهکارهایی را برای التیام این زخم‌های روحی ارائه می‌دهد که در قالب رفتارهای شخصیت «آناییس» نمود می‌یابند؛ پناه بردن به آغوش طبیعت پاک و بوم درمانی، توسل به باورهای دینی، خواندن آثار ادبی و علمی و پناه بردن به خانواده از جمله این راهکارهاست.

پی‌نوشت

۱. من فقط گاه‌گاهی از اتاقم خارج می‌شوم و هرگز از خانه‌ام بیرون نمی‌روم.
۲. من خودم را زندانی کردم، فکر می‌کردم از خودم محافظت می‌کنم، اما با گذشت زمان ترسم از دنیای بیرون آنقدر زیاد شد که دیگر تحمل فکر کردن به بیرون رفتن را هم نداشتم.





۳. یک هفته بعد از آن حادثه مدرسه را ترک کرده بودم.
۴. زیرا من نتوانستم نگاه‌ها و حرف‌هایشان را تحمل کنم.
۵. تجاوز به من یک توطئه بود.
۶. سخن مردم تمامی ندارد، گفتند پدر پیرم، مرا در خانه حبس کرده است. پس از آنکه در پانزده سالگی بکارت خود را از دست دادم. هفت سال گذشت و هنوز داستان‌ها درباره من نقل می‌شود.
۷. من نیز به نوبه خود از زنان، از عروسی، از هرچه اطرافم می‌گذرد، می‌ترسم.
۸. این اولین باری است که بعد از هفت سال بیرون می‌روم؛ آیا می‌ترسم؟ بله، وحشت‌زده‌ام، قلبم به سرعت می‌تپد، احساس تهوع و ترس می‌کنم.
۹. و تمام استخوان‌های بدنم از من می‌خواهند که به اتاق آرام، تمیز، معطر و خلوت خودم برگردم.
۱۰. من ترس شدیدی دارم که اتفاقی خواهد افتاد.
۱۱. از نگاه‌هایشان به خودم کمی می‌ترسم، حتی اگر به آن‌ها نگاه نکنم. حس می‌کنم چشم‌هایشان مرا زنده زنده می‌خورند.
۱۲. من از مردم متنفر شده بودم و در ذهنم تصویری از تمام انسان‌ها ساخته بودم که آن‌ها هیولاهایی با پوست آدمی هستند.
۱۳. در ابتدا نمی‌خواستم بروم؛ ملاقات با آدم‌های جدید بهترین ویژگی من نبود، ولی آن‌ها به من قول دادند دریا را در شب ببینم...
- دریا را خالی از آدم‌ها و آلودگی‌ها و پس‌مانده‌هایشان خواهم دید... دریا را گسترده با ستارگانی که بر آن منعکس شده‌اند، خواهم دید.
۱۴. تا هیچ انسانی نباشد، و ماه، ستاره‌ها و آسمان سیاه باشد.
۱۵. هنوز احساس گناه می‌کنم زیرا بخشی از این فرآیند بودم.
۱۶. آن‌ها شرف پدر و خانواده‌ام را لکه‌دار کردند.
۱۷. من باعث درد و رنج زیادی برای پدر و مادرم شدم و مرگ من، نخست تمام دلیلی را که آن‌ها برایش ایستاده‌اند و می‌جنگند را از بین خواهد برد.
۱۸. از روزی می‌ترسم که او از من درباره پدرش بپرسد، فکر می‌کنم چیزی که می‌خواهم بگویم این است که من از آینده می‌ترسم، یا از زمان.
۱۹. من می‌ترسم از روزی که مجبور شوم زیر نگاه‌های آن‌ها در سالن پدرم کار کنم.
۲۰. ترس می‌کُشد.
۲۱. خودم را خودخواه می‌یابم به خاطر تمايلم به مردن قبل از اینکه ببینم کدام یک از ترس‌هایم محقق می‌شود، سپس خودم را به خاطر این خواسته‌ام تحقیر می‌کنم.
۲۲. او می‌خواهد دریا را ببیند، اما نمی‌خواهد مردم را در آنجا ببیند... فقط دریا را می‌خواهد.
۲۳. اولین باری بود که دریا را در شب می‌دیدم، جادویی بود، هیچ نوری نبود جز نور ماهی که دانه‌هایش را بر سطح دریا پراکنده بود، هیچ صدایی نبود جز صدای امواج دریا که گوش‌ها را نوازش می‌داد، هیچ گناهی از خلق در برابر خالق و بندگانش نبود.
۲۴. هیچ زن برهنه‌ای که از گرمای فصل تابستان گریخته و گرمای ابدی جهنم را فراموش کرده باشد، وجود ندارد. هیچ زنایی در پشت درختان و بین صخره‌ها نیست؛ تنها من، خانواده‌ام و وجدانی آسوده زیر نظر خالق هستیم.
۲۵. من و قدر بیشتر در دریا فرو رفتیم؛ با وجود سردی آب و هوا، اما این فرصت را از دست نخواهم داد و از هر قطره آن و از هر لحظه لذت خواهم برد.
۲۶. در آن لحظه مادر نبودم، مورد تجاوز قرار نگرفته بودم، نمی‌ترسیدم. آن کسی که هستم، نبودم، تنها دخترچه‌ای معصوم بودم که با دخترچه‌ای دیگر بازی می‌کرد. به همدیگر آب می‌پاشیدیم و نفسمان را حبس می‌کردیم و بعد هر دو می‌خندیدیم وقتی آب وارد دهانمان می‌شد و آن را قورت می‌دادیم.



۲۷. از دیدن پدر و مادرم خوشحال بودم، که بدون نگرانی، آسوده خاطر بودند.. خوشحال بودم؛ خوشحالی‌ام فراتر از حد تصور بود. من بودم، پدرم و مادرم، قدر، دریا، شن‌ها، ماه، ستارگان و خدا بالاتر از همه این‌ها... و این همه چیز بود... من در بهشت بودم... احساس آرامش و خوشبختی می‌کردم انگار در بهشت هستم... پس بهشت چگونه است؟... ستایش خدای را که پروردگار جهانیان است.

۲۸. من عاشق جاده‌ها هستم، آن جاده‌های طولانی که در آن بدون توقف پیش می‌رویم. آنقدر طولانی که هر لحظه فراموش می‌کنی مقصدی داری و احساس می‌کنی که به جاده تعلق داری که مسافری دائمی هستی.

۲۹. چه کسی از شما آخرین بار آسمان را بدون دلیل دیده است... بدون هواپیمایی در افق... بدون شهاب... بدون ماه... فقط بدون دلیل.

۳۰. نتوانستم نگاهم را از پنجره بردارم، نه انسانی، نه هیاهویی، فقط آرامش طبیعت و معجزات خالق. احساس کوچکی کردم، کوچکی شدید؛ واقعاً من کیستم؟ از میان همه کیهکشان‌ها، کیهکشان ما آنجاست؛ از میان همه سیارات موجود در آن، سیاره ما آنجاست؛ از میان همه راه‌ها، راه ما آنجاست؛ از میان همه ماشین‌ها، ماشین ما آنجاست، از میان همه انسان‌ها، من آنجا هستم.

۳۱. سرش را بوسیدم و لبخند زدم و به او گفتم: تقدیر خدا است و آنچه او بخواهد، انجام می‌دهد. خداوند به من دختری عطا کرد و او اکنون هفت ساله است.

۳۲. دخترم را قدر نامیدم، زیرا عمیقاً باور داشتم که خداوند مرا امتحان می‌کند و این تقدیر او بود... او خود تقدیر بود.

۳۳. او نعمتی است که تا ابد خدا را بخاطر آن شکر می‌کنم، و حتی ابد هم برای (شکر) نعمتی مانند او کافی نخواهد بود.

۳۴. او اکنون منبع خوشبختی، راز انسجام و صبر ما است.

۳۵. ایمان آوردم که هر آنچه برایم پیش آمده، هدفی مشخص دارد.

۳۶. نماز را به موقع می‌خوانم، نقاب می‌زنم، به موسیقی گوش نمی‌دهم، شب و روز قرآن می‌خوانم.

۳۷. هر شب بیدار می‌شوم و برای او آرامش خاطر و برای خودم مغفرت طلب می‌کنم.

۳۸. می‌دانید چرا مساجد را دوست دارم؟ زیرا به محض وضو گرفتن، احساس پاکیزگی می‌کنم؛ پاکیزگی جسم و روح. به محض اینکه اولین قدم را با پای راست خود به داخل مسجد برمی‌دارم، تمام مشکلات و غم‌هایم را پشت سر خود می‌یابم، نمی‌توانند با من وارد شوند، انگار مانعی وجود دارد که مانع آن‌ها می‌شود.

۳۹. تا زمانی که در خانه خدا هستم، هیچ‌کدام از آن‌ها (ترس‌ها) برایم مهم نیست، حتی از آن‌ها و زندگی نمی‌ترسم، زیرا در خانه پروردگارم هستم.

۴۰. آرزو کردم که یک در مخفی وجود داشته باشد که مسجد را به اتاق من وصل کند.

۴۱. وقتی که مردم خوابند و سکوت حاکم است و من بیدار هستم، نماز می‌خوانم و با خواب‌آلودگی مبارزه می‌کنم و خدا را در حال سجده صدا می‌زنم، احساس خوشبختی می‌کنم... می‌طلبم از او هر چه را که بخواهم و هر طور که بخواهم گریه می‌کنم. تنها در آنجا احساس خوشبختی می‌کنم، زیرا احساس می‌کنم که در این دنیا تنها هستم، در حالی که توسط کسی که از او قوی‌تر نیستم، محافظت می‌شوم... فقط در آن سکوت تاریک، نور را در درونم احساس می‌کنم... احساس خوشبختی می‌کنم.

۴۲. این اتاق پر از کتاب، پناهگاه من است.

۴۳. تلفن‌ها و کامپیوترها را ترک کردم و به کتاب‌ها، به عنوان تنها وسیله ارتباطی‌ام با دنیای بیرون پناه بردم.

۴۴. من دوستان زیادی دارم.

۴۵. انتخاب کتاب‌ها زمان می‌برد، آن‌ها فقط کاغذ نیستند، بلکه یک دوست هستند. شما باید دوستی را انتخاب کنید که می‌خواهید وقت خود را با او بگذرانید.

۴۶. من در اتاقم نبودم و تنها نبودم. من در تمام دوران زندگی کردم و همه چیز بودم جز خودم.

۴۷. با دایناسورها زندگی کردم و یکی از آن‌ها بودم. با مردان غارنشین زندگی کردم و خود نیز مردی از آن‌ها بودم، حتی زن هم نبودم. با بیماران سرطانی در بیمارستان به عنوان پزشک و بیمار زندگی کردم. به عنوان یک مسافر با بهترین بندگان خدا در صحرا





زندگی کردم، از مکانی به مکان دیگر سفر می‌کردم. سوار کشتی شدم و ماهی صید کردم. سوار اسب شدم و از آن افتادم. در جزایر متروکه تنها گیر افتادم. حتی یک باغ وحش اختصاصی نیز داشتم. من همه چیز را به دست آوردم. از زمان خلقت زمین تا آینده زندگی کردم بدون اینکه اتاق خود را ترک کنم.

۴۸. صبر کن، صبر کن، خداوند گشایش خواهد داد.

۴۹. پدرم سعی کرد آن‌ها را به حقیقت متقاعد کند.

۵۰. و پدرم، پیرمرد مهربان، این کتاب‌ها را برایم مهیا می‌کرد، چه از او می‌خواستم و چه نمی‌خواستم، زیرا او می‌داند که من در حال رنج کشیدن هستم.

۵۱. دخترم، هر اتفاقی بیفتد، چه در گذشته، چه در حال و چه در آینده، بدان که من به تو افتخار می‌کنم، از تو راضی هستم، و به تو اعتماد کامل دارم.

۵۲. لبخند بزن و شاد باش، زیرا غم به چشمانت نمی‌آید.

۵۳. همیشه خدا را به خاطر خانواده‌ام شکر می‌کنم. خدا را به خاطر نعمت اسلام و خانواده متواضعم که در تلاش برای کسب رضایت او هستند، شکر می‌کنم.

۵۴. مادرم را دوست دارم، واقعاً دوستش دارم. برای غم و شادی من گریه کرد.

۵۵. تا زمانی که او کنارم بود، هرگز احساس نفرت، بدبختی یا سرخوردگی نکردم.

۵۶. او دوست من بود، با وجود سن کمش، مونس من بود، کم حرف و کم توقع، سرشار از احساسات و حیا، او مثل من بود... انگار که او را به تنهایی به دنیا آورده‌ام.

۵۷. من در دنیای خودم، در اتاقم با پدرم، مادرم و دخترم هستم... بعد از اینکه فهمیدم چقدر خوشبختم، خدا را به خاطر نعمت‌هایش شکر کردم و به تقدیرش راضی شدم.

منابع:

- بالکلی، اسلام (۲۰۱۷). کلّ شیء بقدر، چاپ اول، الجزائر: باتنه.
- بازل، ال، و چالکوئیسست، سی. (۲۰۰۹). اکوتراپی: شفا با ذهن آگاه در طبیعت، کانتریپونت پرس. کرینگتون، ک. (۲۰۱۸) "کنشگری شاعرانه: تلاقی روانشناسی بوم‌گرا و شعر برای الهام بخشیدن به اقدام زیست‌محیطی". دانشگاه واشنگتن، سیاتل.
- حیدری‌زاده، نگین (۲۰۱۵) "نقش مهم تروما در ادبیات و روانکاوی". علوم رفتاری و اجتماعی پروسیدیا ۱۹۲، ۷۸۸-۷۹۵.
- فروید، زیگموند. ۱۹۱۲. مقالات منتخب درباره هیستری و سایر روان‌نژندی‌ها. نیویورک: شرکت انتشارات مجله بیماری‌های عصبی و روانی.
- کاروث، سی. ۱۹۹۶. تجربه ادعانشده: تروما، روایت و تاریخ، بالتیمور و لندن: انتشارات دانشگاه جانز هاپکینز.
- لاکهرست، ر. ۲۰۰۸. پرسش تروما، لندن و نیویورک: راتلج.
- هرمن، ج. ۱۹۹۲. تروما و بهبود، نیویورک: کتاب‌های پایه.
- وایسنر، ال. (۲۰۲۰)، تروما فردی و اجتماعی: تجربیات فردی در محیط جمعی، مرکز مرجع اطلاعات عدالت کیفری ایلینوی برای تحقیقات پیشگیری و مداخله در خشونت.

المصادر





- باکلی، اسلام (۲۰۱۷). کلّ شيء بقدر، الطبعة الأولى، الجزائر: باتنة.
- بوزیل، ل.، وتشالکویست، س. (۲۰۰۹). العلاج البيئي: الشفاء مع الطبيعة في الاعتبار، مطبعة كاونتربوينت. كارينغتون، ك. (۲۰۱۸) "الشعرية الناشطة: تقاطع علم النفس البيئي والشعر لإلهام العمل البيئي". جامعة واشنطن، سياتل.
- حيدري زاده، نيجين (۲۰۱۵) "الدور الهام للصدمة في الأدب والتحليل النفسي". بروسيديس - العلوم الاجتماعية والسلوكية ۱۹۲، ۷۹۵-۷۸۸.
- فرويد، سيغموند. ۱۹۱۲. أوراق مختارة في المستيريا والأمراض العصبية النفسية الأخرى. نيويورك: مجلة الأمراض العصبية والعقلية وشركة النشر.
- كاروث، سي. ۱۹۹۶. تجربة غير مُطالب بها: الصدمة والسرد والتاريخ، بالتيمور ولندن: مطبعة جامعة جونز هوبكنز.
- لاکهرست، ر. ۲۰۰۸. مسألة الصدمة، لندن ونيويورك: روتليدج.
- هيرمان، ج. ۱۹۹۲. الصدمة والتعافي، نيويورك: كتب أساسية.
- وايزنر، ل. (۲۰۲۰)، صدمة الفرد والمجتمع: التجارب الفردية في البيئة الجماعية، مركز سلطة معلومات العدالة الجنائية في إلبوئي لأبحاث منع العنف والتدخل.

References

- Bakly, Islam (2017). kl shay' biqadr, First Edition, Algeria: Batna. [IN ARABIC]
- Buzzel, L., and Chalquist, C. (2009). Ecotherapy: Healing with Nature in Mind, Counterpoint Press. Carrington, K. (2018) "Activist Poetics: Intersecting Ecopsychology and Poetry to Inspire Environmental Action". University of Washington, Seattle.
- Caruth, C. 1996. Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History, Baltimore and London: The Johns Hopkins University.
- Freud, Sigmund. 1912. Selected Papers on Hysteria and Other Psychoneuroses. New York: The Journal of Nervous and Mental Disease Publishing Company.
- Heidarizadeh, Negin (2015) "The Significant Role of Trauma in Literature and Psychoanalysis". Proedis-Social and Behavioral Sciences 192, 788-795.
- Herman, J. 1992. Trauma and Recovery, New York: Basic Books.
- Luckhurst, R. 2008. The Trauma Question, London & New York: Routledge.
- Weisner, L. (2020), Individual and Community Trauma: Individual Experiences in Collective Environment, Illinois Criminal Justices Information Authority Center for Violence Prevention and Intervention Research.

قراءة رواية "كل شيء بقدر" بالاعتماد على مقارنة "الصدمة النفسية" في علم النفس

علي سليمي*^١، جبار آذر بار^٢

ملخص

الصدمة النفسية هي أذى عميق ودائم للروح والنفس البشرية، ناتج عن تجربة غير سارة في الحياة. في التجربة المعيشة للعصر الحاضر، تحدث الحوادث الصادمة الفردية والجماعية بكثرة؛ ولهذا السبب، تناول العديد من الكتاب هذه التجارب المريرة كمادة لأحداث رواياتهم. يهدف هذا البحث، بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي وبالتركيز على مقارنة الصدمة النفسية، إلى إعادة قراءة رواية "كل شيء بقدر" للكاتب الجزائري إسلام باكلي، ويسعى للإجابة على السؤال التالي: كيف تلقي الجروح الخفية بظلالها على أحداث الرواية وتجبر الشخصية الرئيسية في الرواية على الانزواء غير الطوعي؟ تظهر النتائج التي تم الحصول عليها أن المعاناة والتأثيرات العميقة الناتجة عن الصدمة النفسية تظهر في أجزاء مختلفة من أحداث هذه الرواية في شكل سلوكيات مثل الانزواء والخوف من التواجد في المجتمع، وترك الدراسة، والشعور بالذنب والقلق بشأن المستقبل. في مواجهة هذه الجروح المؤلمة، يقترح الكاتب طرقاً عديدة للشفاء والتخلص منها. من بين هذه الحلول، يمكن اللجوء إلى حضن الطبيعة الشافي والاستفادة من العلاج البيئي، واللجوء إلى المعتقدات الدينية والروحية، ودراسة الأعمال الأدبية والعلمية، وكذلك اللجوء إلى حضن الأسرة. هذه المقاربات، بمثابة مسارات لإعادة البناء والعودة إلى الحياة، متأصلة في نسيج القصة.

الكلمات المفتاحية: الرواية الجزائرية، إسلام باكلي، كل شيء بقدر، النقد النفسي، الصدمة النفسية

^١ أستاذ، قسم اللغة العربية وآدابها، جامعة الرازي، كرمانشاه، إيران. (الكاتب المسؤول) a.salimi@razi.ac.ir

^٢ طالب دكتوراه، قسم اللغة العربية وآدابها، جامعة الرازي، كرمانشاه، إيران. j.azarbar@razi.ac.ir

