

بررسی درون‌مایه‌های رمان پاییز فصل آخر سال است از نسیم مرعشی

فاطمه رحمانی‌فرد*

حمید رضایی*

چکیده

مسائل مربوط به زنان در سال‌های اخیر توجه نویسندگان را به خود جلب کرده است. زنان داستان‌نویس با ورود به این حوزه توانسته‌اند تصویر درست‌تر و دقیق‌تری در مقایسه با مردان داستان‌نویس در مورد زنان ارائه دهند. نسیم مرعشی نیز در رمان «پاییز فصل آخر سال است» با راوی اول‌شخص در قالب شخصیت‌های زن داستان فرورفته و توانسته میان روند شکل‌گیری شخصیت راوی با درون‌مایه‌های داستان ارتباط برقرار کند و احساسات و عواطف آن‌ها را به تصویر بکشد. این مقاله با هدف بررسی درون‌مایه‌های عشق، ازدواج، ناکامی، اضطراب، افسردگی، عزت‌نفس و خودباوری و تنهایی در رمان پاییز فصل آخر سال است انجام‌شده. با پرداختن به درون‌مایه‌های اصلی این رمان به این نتیجه می‌رسیم، نویسنده عشق را از اصلی‌ترین درون‌مایه‌های داستان خود قرار داده که به‌عنوان محرکی باعث تغییر در زندگی شخصیت‌ها می‌شود. هر یک از شخصیت‌ها توسط این محرک مسیری را در داستان طی می‌کنند و مشکلات و حوادثی که در پیرو عشق برای آن‌ها رخ داده درون‌مایه‌های رمان را تشکیل می‌دهند. در آخر متوجه می‌شویم که هریک از این شخصیت‌ها باوجود مقابله با مشکلاتشان توانایی حل آن‌ها را ندارند و در این مسیر با شکست مواجه می‌شوند.

کلیدواژه: پاییز فصل آخر سال، درون‌مایه، عشق، نسیم مرعشی، رمان، زنان داستان‌نویس.

* دانشجوی کارشناسی ارشد زبان و ادبیات فارسی دانشگاه شیراز. Frahmanifard375@gmail.com

* دانشیار دانشگاه پیام نور. Fannid2003@yahoo.com

۱. مقدمه

نسیم مرعشی متولد سال ۱۳۶۲ در تهران، فارغ‌التحصیل رشته مهندسی مکانیک، نویسنده، فیلم‌نامه‌نویس و روزنامه‌نگار است. وی با کتاب پاییز فصل آخر سال است در سال ۱۳۹۳ جایزه ادبی جلال آل احمد را کسب کرده است (هنر آنلاین، ۱۳۹۴/۱/۲۲). او دومین رمان خود را در سال ۱۳۹۶ با نام هرس به چاپ رساند. در داستان‌های مرعشی مکان اهمیت زیادی دارد و همین باعث شده فضاسازی و تصویرسازی، به‌خصوص از مکان، دو ویژگی مهم آثار او باشد. علاوه بر تصویرسازی، روایتگری چالش‌ها و مسائل اجتماعی را می‌توان به ویژگی‌های آثار مرعشی اضافه کرد.

مسائل اجتماعی و فردی از درون‌مایه‌های اصلی و پرتکرار در آثار نویسندگان است. مسائل مربوط به زنان نیز از جمله درون‌مایه‌هایی است که در سال‌های اخیر با وارد شدن زنان به اجتماع و آگاهی آنان از حقوقشان در جامعه مردسالار به ادبیات راه یافته است. زنان نسبت به مردان مدت کمتری است که داستان می‌نویسند و «تا همین اواخر زن در ادبیات آفریده مرد بود» (وولف، ۱۳۸۵: ۲۶). نویسندگان زن توانسته‌اند بینشی را که مردان نسبت به زن به تصویر کشیده بودند تغییر دهند و از نظرگاه‌های دیگر به شخصیت زن نگاه کنند. زنان در آثار نویسندگان گذشته که اکثراً مرد بودند، موجودی منفعلی شناخته می‌شد که قدرت استدلال ندارد و برحسب عواطف تصمیم می‌گیرد. بیکن در الگوی عملی خود، تمایز میان زن و مرد را این‌گونه بیان می‌کند: «مرد تداعی‌کننده دلیل و استدلال، فن‌آوری و تمدن و زن برعکس سرشار از عواطف و عشق است» (نوابی نژاد، ۱۳۷۸: ۱۹).

مرعشی درون‌مایه اصلی داستان‌های خود را مسائل مربوط به زنان در نظر گرفته است و با انتخاب شخصیت‌های زن و نشان دادن مشکلات از دریچه چشم آنان، زندگی با رنج و اندوه در جنگ ایران عراق، عشق، بارداری و مادری، تحصیل، تنهایی و... را به تصویر کشیده است. شخصیت‌های زنی که نویسنده در رمان آفریده به دنبال جست‌وجوی خود، جنسیت زنانه خود، هویت، جایگاه و منزلت اجتماعی خود برآمده‌اند. «تلاش برای خودیابی در دو قلمرو «من فردی» و «من اجتماعی» صورت می‌گیرد. من اجتماعی در مناسبات خانواده، فامیل، گروه‌های اجتماعی، محیط کار و موقعیت‌های فرهنگی است و من فردی در مسائل روحی و روانی فرد مثل عشق، تنهایی و بی‌سرپناهی او نمودار می‌شود. در این روند نویسنده محدودیت‌های فرهنگی، تجربه‌های حسی، عاشقانه و جنسی را بیان می‌کند که گاه تابوشکنی و نوشتن از ناگفتنی‌ها و سرکشی از وضع موجود را به همراه دارد» (فتوحی، ۱۳۹۵: ۴۱۹).

کتاب پاییز فصل آخر سال است روایت بلا تکلیفی‌های یک نسل آرمان‌خواه و سرگشتگی‌شان است. در این مقاله با تحلیل گفتار شخصیت‌ها، نمادها، پیرنگ و شیوه روایتگری به درون‌مایه‌های اصلی اثر رسیدیم که به علت کوتاهی این پژوهش تنها به ذکر درون‌مایه‌های به‌دست‌آمده اکتفا کردیم و به این نتیجه رسیدیم که شخصیت‌ها با دغدغه‌هایی مانند مهاجرت، هویت شغلی، اجتماعی، روابط عاطفی و خانوادگی درگیر هستند که پایه‌های درون‌مایه‌های موجود در داستان را تشکیل داده‌اند. فکر اصلی و مسلط این رمان که در سراسر کار حضور دارد و وضعیت و موقعیت‌های داستان را به هم مرتبط می‌کند متشکل از مسائلی مانند ناکامی، ازدواج، عشق، عزت‌نفس و خودباوری، تنهایی، اضطراب، افسردگی و تنهایی است که جهت فکری و ادراکی نویسنده را نشان می‌دهد. این داستان به‌دوراز تخیل و با زبانی روان نوشته شده است پس این تصور را به وجود می‌آورد که شاید هر یک از این شخصیت‌های داستان خود ما هستیم. سه شخصیت اصلی این رمان، روجا، لیلا و شبانه هستند. روجا با مسئله مهاجرت دست‌وپنجه نرم می‌کند، لیلا از درد عشق سرگردان و پریشان است و شبانه با تنش‌ها و اضطراب‌های به‌جامانده از جنگ، با دوران کودکی گلاویز است و هر سه به نحوی به دنبال خود می‌گردند. نویسنده در این کتاب عشق را محرک اصلی می‌داند. ناکامی‌هایی که برای سه شخصیت رخ می‌دهد درواقع همان ناکامی‌هایی است که افراد در جامعه دهه ۸۰ با آن برخورد می‌کردند. نویسنده افسردگی‌هایی که مسبب آن‌ها وضعیت نامناسب جامعه است نقد می‌کند و در آخر از تنهایی می‌گوید که همه افراد دچار آن می‌شوند و دائم از آن می‌ترسند و می‌خواهند به‌نوعی از آن فرار کنند.

۱-۱. پیشینه پژوهش

رحمانی‌فرد و رضایی میاندشتی (۱۳۹۷) در مقاله «بررسی تطبیقی شخصیت‌های زن در رمان پاییز فصل آخر سال است از نسیم مرعشی» به بررسی و مقایسه شخصیت‌های اصلی زن-لیلا، شبانه، روجا- تفاوت‌ها و شباهت‌های آن‌ها را بیان کرده و به این نتیجه می‌رسند که مرعشی با تسلط داشتن بر شخصیت‌های زن داستان و با استفاده از زبان زنانه خود به‌خوبی توانسته است سه دنیای متفاوت در عین اشتراک برای شخصیت‌هایش بیافریند. به نظر می‌رسد این سه شخصیت در ذات یکی هستند و باوجود روایت‌های متفاوت که از زندگی _به‌ظاهر دور از هم خود ارائه می‌دهند_ دارای وجه اشتراک و مشکلات مشابهی هستند. این رمان تصویر زندگی پاییزی افرادی است که در جامعه امروزی ما رو به گسترش‌اند و هرچه تلاش می‌کنند بی‌نتیجه است. این اشخاص در بخش اول داستان رؤیاهایشان پایان‌یافته و در بخش دوم با واقعیت روبه‌رو می‌شوند.

حاجی‌تبار (۱۳۹۹) در مقاله «تحلیل کارکرد گفتمان در رمان «پاییز فصل آخر سال است»» با تحلیل معنا و صورت، کارکرد گفتمان و تأثیرات آن در معنی بخشی به متن را نشان می‌دهد تا به این نتیجه رسد که عنصر گفتمان تا چه اندازه می‌تواند متن را تحت تأثیر قرار دهد. او در این پژوهش با تحلیل کارکردهای گفتمان مانند گسترش عمل داستانی، پیشبرد عمل داستانی، پرهیز از گفت‌وگوهای زائد و طولانی، واقعی جلوه دادن داستان از طریق گفت‌وگوها و نشان دادن درگیری و کشمکش در رمان پاییز فصل آخر سال است به این نتیجه می‌رسد که نویسنده به خوبی و با بسامد بالا از گفتمان برای پردازش درون‌مایه داستانی خود بهره برده است.

فاضلی (۱۴۰۰) در مقاله «نقد جامعه‌شناسی رمان «پاییز فصل آخر سال است»» با رویکرد ساختارگرایی تکوینی، با بررسی ساختار اثر و تشریح ساختارهای سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی اثر در رابطه با جامعه قصد دارد به این نکته پی ببرد که چه ارتباطی بین ساختارهای این رمان با ساختارهای سیاسی، اجتماعی و اقتصادی جامعه وجود دارد. او به این نتیجه می‌رسد که مطابق نظریه گلدمن، مرعشی اثری آفریده است که در آن هم‌ارزی استواری میان ساختار این اثر با ساختارهای جامعه‌ای که اثر در آن شکل گرفته است، وجود دارد و این هم‌ارزی ساختاری در کنار روابط دیالکتیک اجزای گفتمانی مرتبط به هم رمان او را به اثری اصیل بدل کرده است.

مالمیر و ناطق‌پور (۱۴۰۱) در مقاله «ساختار و شگردهای روایی رمان "پاییز فصل آخر سال است"» ساختار روایت را در این اثر بررسی می‌کند و به این نتیجه می‌رسد که رمان از دو بخش پاییز و تابستان تشکیل شده است و هر کدام دارای دو فصل است و هر فصل را یکی از شخصیت‌ها روایت می‌کند. طرح اصلی رمان را روایت تناوبی تشکیل می‌دهد. روایت چند محور رمان درد مشترک نسل جوان بخصوص جوانان دهه شصت را در مناطق و موقعیت‌های مختلف به نمایش می‌گذارد.

همچنین درزمینه بررسی درون‌مایه‌های آثار زنان داستان‌نویس پژوهش‌های مختلفی صورت گرفته است و از آن نمونه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: بشیری و محمودی (۱۳۹۰) در مقاله «بررسی مقایسه‌ای موضوعات و درون‌مایه‌های مرتبط با زنان در داستان‌های زن محور زنان داستان‌نویس (۱۳۰۰-۱۳۸۰)» به این نتیجه می‌رسد که بخش عمده‌ای از موضوعات و درون‌مایه‌های تشکیل‌دهنده مربوط به داستان‌های زن محور را برآمده از احساسات و روابط زنان با خانواده و تفکری غالب می‌دانند. همچنین عقیده دارند در داستان‌های دوران پیش از انقلاب، نقد باور سنتی برتری فرزند پسر بر دختر و دغدغه تحصیل دختران از پربسامدترین درون‌مایه‌های

مرتبط با موضوع دوران کودکی زنان است؛ اما در دوره دوم جسارت نویسندگان زن در پرداختن به درون‌مایه‌هایی چون آزار جنسی کودکان است.

عظیمی و صادقی (۱۳۹۳) در مقاله «بررسی مسائل مشترک زن در دو داستان چراغ‌ها را من خاموش می‌کنم از زویا پیرزاد و پرندۀ من از فریبا وفی» این دو نویسنده را به‌عنوان نویسنده‌ای واقع‌بین معرفی می‌کنند که در آثار خود به شرح مسائل زندگی زنان پرداخته‌اند و با برجسته‌سازی مسائل فرهنگی-اجتماعی، عاطفی و اقتصادی مرتبط با آنان، تصویر دقیقی از وضعیت و جایگاه زنان در جامعه ارائه کرده و به‌خوبی از عهده این امر برآمده‌اند. محور اصلی چراغ‌ها را من خاموش می‌کنم و پرندۀ من، بر زندگی زنان متأهلی استوار است که روایتگر رنج‌های خود هستند.

۲. بررسی درون‌مایه‌های اصلی در رمان پاییز فصل آخر سال است

۲-۱. خلاصه حوادث رمان

رمان، ماجرای سه دختر با نام‌های لیلا، شبانه، روجا است که از فصل تابستان و دنیای خیالی خود فاصله گرفته و به فصل پاییز و دنیای واقعی پا می‌گذارند. پاییز فصل شکست و قبول واقعیت‌ها و کنار آمدن با آن‌هاست. شخصیت‌ها با دغدغه‌هایی دست‌وپنجه نرم می‌کنند که مردم در جامعه با آن مواجه می‌شوند. زندگی این سه شخصیت از دوران دانشگاه به هم گره‌خورده و حالا که راهشان کاملاً از هم جداست روی زندگی هم تأثیر می‌گذارند. لیلا از اهواز به تهران آمده، در دانشگاه با میثاق ازدواج می‌کند. میثاق تصمیم می‌گیرد که برای ادامه تحصیل به خارج از کشور برود. لیلا همراه او نمی‌رود و با رفتن او نیز مخالفت می‌کند. او به دلیل تنها ماندن هرروز درگیر کشمکشی در مورد انتخابش می‌شود که او را به دختری غمگین و افسرده تبدیل کرده است. لیلا به‌صورت غیابی طلاق می‌گیرد و تلاش می‌کند که تمام اتفاقات را فراموش کند.

مشکلات خانوادگی شبانه باعث ترسو شدن و عدم اعتمادبه‌نفس او شده و تنها دغدغه او موردحمایت قرار گرفتن از سوی مردی است که بتواند به همراه برادر ناتوانش به او تکیه کند. روجا دختری سخت‌کوش است، هرگز تسلیم مشکلاتش نمی‌شود و با آن‌ها مبارزه می‌کند. او برای گرفتن دکتری تصمیم می‌گیرد به فرانسه برود. زمانی که دولت فرانسه با ویزایش مخالفت می‌کند بازهم تلاش می‌کند که به هدفش برسد اما نمی‌شود او دیگر نمی‌تواند مانند همیشه محکم باشد و اشک‌هایش سرازیر می‌شود و مانند دیگر شخصیت‌ها شکست خود را می‌پذیرد.

۲-۲. عشق

مراقبت با عشق برابر نیست، اما منبع عشق است. عشق ورزیدن به معنی مراقبت کردن، پذیرفتن جوهر انسانی دیگر و محترم شمردن رشد اوست. می‌توان گفت عشق خوشحالی از حضور دیگری و تأیید کردن ارزش و رشد خود شخص است. بدون مراقبت، عشق نمی‌تواند وجود داشته باشد، عشق بدون مراقبت فقط احساساتی پوچ یا برانگیختگی جنسی زودگذر است. عشق چیزی بیش از میل جنسی است، اما میل جنسی نوعی از عشق است. می‌توان چهار نوع عشق را در سنت غرب مشخص کرد: میل جنسی، اروس، فلیا و مهرورزی. در بحث این مقاله ما با نوع دوم آن یعنی «اروس» مواجه می‌شویم. اروس بر مراقبت و عطوفت استوار است. اروس آرزو دارد وحدت بادوام دیگری برقرار کند، به‌طوری‌که هردو شخص، شادی و شغف را تجربه کنند. چون گونه انسان نمی‌تواند بدون میل به وحدت بادوام باقی بماند، اروس را می‌توان به صورت رهایی میل جنسی در نظر گرفت (فیست، ۱۳۸۸: ۶۴۰-۶۳۸).

-عشق یکی از رایج‌ترین درون‌مایه‌های داستان زنان است و به‌عنوان «نیروی شفابخش، هماهنگ‌کننده و شکوفا کننده» (پاندر، ۱۳۸۹: ۱۷) معرفی می‌شود. مرعشی در این کتاب عشق را به‌عنوان انگیزه اصلی شخصیت‌ها برگزیده است و آن‌ها با عشق به چیزی حرکت و زندگی خود را آغاز می‌کنند. لیلا در ازدواج با میثاق این عشق را تجربه کرده و آن را به پایان رسانده است. شبانه از عشق به ارسلان اطمینان ندارد و آن را کافی نمی‌داند و دلش نمی‌خواهد زندگی را بدون عشق شروع کند. روجا عشق به ادامه تحصیل در خارج از کشور دارد و برای آن تلاش می‌کند. اگر این شخصیت‌ها را مکمل یکدیگر بدانیم به ترتیب روجا هنوز وارد مسئله ازدواج نشده، شبانه دارد برای ازدواج تصمیم‌گیری می‌کند، لیلا ازدواج کرده و زندگی‌اش در حال به پایان رسیدن است.

-روجا با شخصیت مستقلی که دارد خود را بی‌نیاز از همسر می‌داند و برای تحصیل تلاش می‌کند.

-شبانه به‌تازگی با ارسلان آشنا شده و از احساس خودش به او مطمئن نیست و با ذهن رمانتیکی که دارد انتظار دارد با عشق بیشتری وارد زندگی شود و لیلا را الگوی خود قرار می‌دهد و ارسلان را با میثاق مقایسه می‌کند و متوجه می‌شود ارسلان فرد دلخواه او نیست. شبانه به دلیل خودکم‌بینی که دارد فکر می‌کند دیگر کسی به‌جز ارسلان عاشق او نمی‌شود و تا آخر عمرش تنها می‌ماند: «نشستم و صورتم را توی دست‌هایم گرفتم. انگشت‌هایم یخ‌کرده بود. کاش می‌فهمیدم باید با او بیرون بروم یا نه» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۳۹).

با رفتاری که شبانه نشان می‌دهد می‌توان گفت نسبت به ارسال بی‌میل نیست و زمانی که با ارسال روبه‌رو می‌شود دست و پای خودش را گم می‌کند و نمی‌تواند حرفش را به ارسال بگوید، این از نشانه‌های عاشقی است. «گاهی اوقات وقتی عشاق به‌طور ناگهانی با محبوبشان مواجه می‌شوند، دست‌وپایشان را گم می‌کنند و یا رفتار خجولانه‌ای از خود نشان می‌دهند. برخی از آن‌ها دچار لرزش می‌شوند. چهره برخی سرخ می‌شود. چهره بعضی دیگر رنگ می‌بازد» (فیشور، ۱۳۸۱: ۳۵۵). بگومگوهای شبانه با ارسال و ناملایمات ناشی از عشقشان باعث می‌شود که وابستگی شبانه به او بیشتر بشود، حتی زمانی که جواب تلفن‌های ارسال را نمی‌دهد و با او قهر می‌کند و برای آشتی کردن پیش‌قدم می‌شود و نشان می‌دهد که شبانه ناخواسته چقدر به او وابسته شده است و نمی‌تواند دیگر به او فکر نکند.

۳-۲. ازدواج

ازدواج از دیگر درون‌مایه‌های داستان زنان است. در گذشته ازدواج یک اصل اساسی زندگی و مهم‌ترین اتفاق زندگی دختران به حساب می‌آمد. ازدواج پیوند دو شخصیت با حفظ نسبی استقلال هر یک از زن و شوهر، برای همکاری متقابل، نه از بین بردن یک شخصیت به خاطر تکمیل خواسته‌های دیگری است (دژکام، ۱۳۸۱: ۲۲). ازدواج وحدتی اجتماعی یا قرارداد قانونی است که باعث به وجود آمدن خویشاوندی می‌شود. در این پیوند زناشویی که طی احکام یا رسومی خاص بین زن و مرد در فرهنگ‌ها و کشورهای مختلف برقرار می‌شود منجر به تشکیل خانواده می‌گردد و غالباً توسط مراسم عروسی رسمی می‌شود. «در جامعه سنتی ایران، پدران و مادران مشتاق بودند که این رویداد هرچه زودتر به وقوع بپیوندد. برخلاف نگرش سنتی که ازدواج را امری مربوط به خانواده‌های طرفین می‌دانست و برد اجتماعی برای آن قائل نبود، زنان و مردان تجدیدطلب ایرانی یکی از مسائل عمده و حیاتی که وابسته به اساس زندگی یک ملت است را ازدواج و تولیدمثل می‌دانند. در مقابل ازدواج‌های سنتی، ازدواج‌های مدرن قرار دارند که کمتر تابع رسوم بوده و فقط به جنبه کارکردی زندگی مشترک پرداخته می‌شود. در ازدواج‌های مدرن، شناخت پیش از ازدواج توسط خود زوجین صورت می‌گیرد و خانواده طرفین نقش زیادی در آن ندارند. بدیهی است که در این میان، چه از نظر رسوم ازدواج و چه از نظر شناخت و آگاهی، انواع بینابینی زیادی وجود دارد» (خسرو پناه، ۱۳۸۰: ۷۸-۷۹). نیاز درونی انسان به داشتن هویت و رهایی از تنهایی همواره سبب شده که خود را به جریانی، کسی، گروهی یا قومی منسوب کند. این وابستگی و تعلق از یک‌سو ارضاء کننده نیاز روحی است و از سوی دیگر پشتوانه‌ای مادی و معنوی را برای فرد در جامعه ایجاد می‌کند (احمدی خراسانی، ۱۳۸۲: ۳۴).

- ازدواج لیلا و میثاق از نوع ازدواج مدرن است که در آن زن و مرد در تصمیم‌گیری‌ها سهم یکسان دارند و اوقات فراغت خود را اغلب باهم و در فعالیت‌های مشابه می‌گذرانند. از آنجایی که ازدواج آن دو با عشق آغاز می‌شود انتظار می‌رود تا پایان زندگی مشکل بزرگی نداشته باشند و لیلا هم همین‌طور تصور می‌کرده است که باوجود عشقی که میثاق به او دارد امکان ندارد به خارج برود. ولی عشق نمی‌تواند باعث ادامه زندگی آن‌ها شود و با لجبازی و خودخواهی هر دو طرف، از هم جدا می‌شوند و میثاق راحت‌تر با این مسئله کنار می‌آید تا لیلا.

- ازدواج شبانه و ارسلان نیز از نوع ازدواج مدرن است که هر دو آن‌ها در تصمیم‌گیری نقش دارند، هرچند شبانه از ترس اینکه به ارسلان پاسخ منفی بدهد و برای همیشه تنها بماند او را انتخاب می‌کند چون راه دیگری برای بهتر زندگی کردن سراغ ندارد.

عشق برای زن و مرد یک معنا ندارد. در زندگی مرد عشق چیزی بیش از سرگرمی نیست، حال آنکه برای زن زندگی به شمار می‌رود. مرد می‌خواهد که زن را جزئی از هستی خود کند نه آن که تمام هستی خود را غرق او کند. برعکس عشق عبارت از کناره‌گیری کامل از زندگی خود است (بودار، ۱۳۷۹: ۵۶۸-۵۶۷).

با توجه به ناکامی‌هایی که گریبان‌گیر شخصیت‌ها می‌شود. لیلا و شبانه هم در ازدواج خود ناکام می‌مانند. با این تفاوت که لیلا زندگی خود را آغاز کرده و در آن با مشکل مواجه شده و شبانه در اول راه است و می‌خواهد زندگی را شروع کند و در این مسیر موفق نمی‌شود. عامل اصلی ازدواج برای لیلا و میثاق عشق است در صورتی که دلیل شبانه برای ازدواج پر کردن خلأهای احساسی، عاطفی و روحی است و با پایین بودن میزان خودباوری و اعتمادبه‌نفس، به دلیل حرف‌های دیگران و نه بر طبق خواسته شخصی خود می‌خواهد رابطه را آغاز کند و به دلیل تنهایی و گوشه گیر بودن سعی می‌کند به ارسلان پناه ببرد.

۲-۴. ناکامی

در فرهنگ وبستر ناکامی «حالت یا حس مزمن و عمیق ناامنی و نارضایتی ناشی از مشکلات حل‌نشده» تعریف شده است. ناکامی به عنوان یک حالت عاطفی پیچیده، زمانی که ما در زندگی به مشکلی برمی‌خوریم به وجود می‌آید. تعریف دقیق ناکامی با گسترش معنای این مفهوم از طریق کاربرد تعریف یک فرایند صورت می‌گیرد. ناکامی‌ها زمانی به وجود می‌آیند که خواسته‌ها امیال و آرزوهای ما بی‌نتیجه بمانند یا متوقف شوند این احساس، ناشی از تفاوت‌های میان چیزی است که می‌خواهیم و چیزی است که وجود دارد. مثلاً اگر آرمان‌های ما بیشتر از موفقیت باشد احتمالاً دست نیافتن به موفقیت‌ها به ناکامی منجر خواهد شد. بر اساس تفسیر ما از

احساس ناکامی، ناکامی‌ها می‌توانند تغییر مثبت، پرخاشگری، واپس روی، رضایت‌مندی یا رفتار وسواسی را ایجاد کنند (ج. ناوس، ۱۳۹۸: ۲۴). «آنچه باعث ایجاد اضطراب و هیجان نامطلوب می‌شود و مانعی برای انجام کارهای روزمره ما به حساب می‌آید «مشکل» نام دارد» (صمیمی اردستانی، ۱۳۸۶: ۱۱). لیلا، روجا و شبانه هرکدام با توجه به زندگی خود با مشکلاتی برمی‌خورند که سعی در حل آن دارند. شخصیت‌های این داستان باوجود تلاش زیادی که انجام می‌دهند نمی‌توانند در مقابل پیش‌آمدهای ناخواسته زندگی بایستند و در اوج مشکلات خود و مرحله پس از آن که رسیدن به آرامش نسبی شخصیت‌ها است دوباره همه‌چیز به هم می‌ریزد و هر یک علی‌رغم تلاشی که به خرج می‌دهند از پا می‌افتند و تسلیم زندگی می‌شوند و به‌نوعی به مشکل خود عادت می‌کنند و با آن کنار می‌آیند. «فرایند حل مشکل هنگامی به پایان می‌رسد که موقعیت موردنظر دیگر برای فرد، نگران‌کننده نباشد و یا کمترین اندازه نگرانی را به همراه داشته باشد» (همان: ۲۳). دنیای این زن‌ها روایتگر دنیای واقعی کسانی است که به مبارزه با زندگی ناخواسته خود می‌پردازند ولی کاری از دستشان برنمی‌آید.

- لیلا که شوهرش او را ترک کرده و به خارج رفته، هنوز به برگشتن او امید دارد و با همین امید دوباره به زندگی برمی‌گردد و خود را شاد نشان می‌دهد. او همه سختی‌ها را تحمل می‌کند تا دوباره زندگی‌اش مثل سابق شود. زن عاشق فقط می‌خواهد زن محبوب باشد، هیچ‌چیز دیگری در نظر او دارای ارزش نیست. از این‌رو برای این که وجود داشته باشد لازم است معشوق را در کنار داشته باشد و وجود او را اشغال کند. زن در انتظار میل او و بیداری او می‌ماند و به محض این که مرد ترکش کرد باز در انتظار او می‌ماند. هرچند امکان دارد که مرد هرگز برنگردد (دوبووار، ۱۳۷۹: ۵۹۴). لیلا بیشتر سعی می‌کند از اتفاقاتی که با آن‌ها روبه‌رو شده کنار بکشد، مثل نرفتن با میثاق یا فرار در مقابل خانه‌اش که مدتی است آن را مرتب نکرده «توی اتاق و زیر پتو پناه می‌گیرم» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۰). او بعد از مدتی تصمیم می‌گیرد میثاق را فراموش کند، هرچند دوست دارد درباره او صحبت کند و به او از عاشقانه‌هایش بگوید و کنارش باشد. وقتی را که با میثاق بوده این‌گونه وصف می‌کند: «می‌میرم از خوشی» (همان: ۳۱). باوجوداینکه او نمی‌خواهد از میثاق جدا شود، به‌اجبار این اتفاق می‌افتد و او در رسیدن به هدفش که میثاق است ناکام می‌ماند.

- شبانه برای رسیدن به یک زندگی آرام تلاش می‌کند و فکر می‌کند اگر باکسی ازدواج کند می‌تواند زندگی آرامی داشته باشد. او عاشق ارسلان نیست ولی برای این که تنها نماند پیشنهاد ازدواجش را قبول می‌کند ولی با گفتن این که برادرش هم همراه آن‌ها زندگی کند در این ازدواج ناکام می‌ماند. او با اعتمادبه‌نفس پایینی که دارد هیچ‌امیدی به حل شدن مشکلاتش ندارد و

خودش را با لیلا و روجا مقایسه می‌کند و معتقد است وقتی آن دو نفر که قوی‌تر بودند موفق نشدند او اصلاً نمی‌شود. شبانه در برابر ناملایمات و مشکلات زندگی خود تسلیم می‌شود که این را می‌توان از نشانه‌های اختلال روانی او دانست، انسان‌ها در برابر فشارها و مشکلات زندگی واکنش‌های متفاوتی از خود نشان می‌دهند، برخی به دلیل قوی بودن زیرساخت‌های روانی در مقابل این دشواری‌ها تسلیم نمی‌شوند، اما عده‌ای دیگر مانند شبانه در رمان پاییز فصل آخر سال است به دلایل ضعف اراده و عدم مهارت در کنترل استرس‌ها تسلیم می‌شوند که این گروه دوم دچار بیماری روانی می‌شوند. این نوع بیماران برای ادامه زندگی نیازمند کمک هستند (بشیری، ۱۳۴۰: ۲۴). در بخش پاییز زمانی که شبانه با ارسال بیرون می‌روند و باهم صحبت می‌کنند به مادرش می‌گویند که با مادر ارسال تماس بگیرد و قرار خواستگاری را بگذارد و چنین انتظار می‌رود که با ازدواج با او مشکلاتش حل شود ولی چنین اتفاقی نمی‌افتد و با رد شدن درخواستش از طرف ارسال دوباره تنش‌ها به زندگی‌اش برمی‌گردند.

- روجا برخلاف دو شخصیت دیگر مشکل زندگی و عشق ندارد بلکه برای ادامه تحصیل در خارج از کشور تلاش می‌کند. او هم مانند لیلا و شبانه با مشکلات ناخواسته‌ای برخورد می‌کند که مانع رسیدن به هدف و باعث ناکامی او می‌شود. روجا پس از شکستی که می‌خورد برای مدتی ناامید می‌شود ولی از آنجایی که او خود را قوی می‌داند و تسلیم مشکلاتش نمی‌شود، تصمیم می‌گیرد که مانند زن‌های دیگر که زندگی می‌کنند و عمرشان را با خوش‌گذرانی سپری می‌کنند، او نیز همین کار را کند و در کنار مادرش زندگی خود را ادامه دهد.

او با این شکست به ضعف و ناتوانی خود پی می‌برد. زمانی که متوجه می‌شود ویزایش دچار مشکل شده حال روحی‌اش خراب می‌شود، اما او این مسئله را بروز نمی‌دهد و خود را به‌ظاهر قوی نشان می‌دهد تا مبادا کسی نسبت به او حس ترحم پیدا کند، او حتی به شبانه و لیلا در این مورد چیزی نمی‌گوید زیرا در اوج مشکلات بازهم امیدی دارد که مشکل او حل شود و به هدفش برسد «لباس می‌پوشم. به آینه نگاه می‌کنم، ریخت نحس که دیدن ندارد. کیفم را برمی‌دارم، مامان نباید صورتم را ببیند. خداحافظی را داد می‌زنم. نباید چیزی بفهمد. هیچ‌کس نباید چیزی بفهمد. ویزایم می‌آید حتماً» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۶۵).

در این موقعیت روجا به‌تنهایی رو می‌آورد، حتی لیلا را برای گرفتن مهمانی‌اش در آن زمان احق می‌داند و هیچ علاقه‌ای برای رفتن به مهمانی لیلا ندارد. روجا در این مدت فشار زیادی را تحمل می‌کند و فقط موضوع نرفتنش را با میثاق در میان می‌گذارد. این تنهایی که برای خودش انتخاب کرده او را به دختری عصبی تبدیل می‌کند که موهایش را در دستانش چنگ می‌زند و دندان‌هایش را فشار می‌دهد و حوصله چیزی را ندارد. روجا همان‌طور که گفته شد موفقیت خود

را در تحصیل و خارج رفتن می‌داند، باوجوداین او فکر می‌کند که دیگر آینده‌اش تباه می‌شود. او مدام غر می‌زند و احساس می‌کند که هیچ‌چیز مثل قبل نمی‌شود و نمی‌تواند دیگر ادامه بدهد. او در بین رفتن و نرفتن مانده و دچار تعارض خواستن و اجتناب شده است که فرد باید در مورد انجام دادن کاری تصمیم بگیرد که هم جنبه‌های مثبت و هم جنبه‌های منفی دارد (وودمن: ۱۳۸۲: ۳۰).

او در آخر تصمیم می‌گیرد که بماند و به زندگی‌اش ادامه دهد و دوباره سعی می‌کند همان دختر قوی سابق باشد. او می‌گوید: «من گریه نمی‌کنم آن‌هم برای چیزهای بیخودی. اصلاً هنوز هم چیزی نشده. می‌نشینم فکر می‌کنم، اگر دلم خواست، نامه تجدیدنظرم را می‌نویسم و ویزایم را می‌گیرم» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۸۳-۱۸۴). همچنین تصمیم می‌گیرد که یوروهایش را از بانک بگیرد و قرض ارسلان را بدهد و باقی‌اش را به مسافرت و خوش‌گذرانی برود. می‌گوید که بقیه عمرم را مانند همه آدم‌های دیگر زندگی می‌کنم و دیگر بلندپروازی نمی‌کنم.

می‌توان از جنبه مثبتی به مسئله شکست روجا و عدم دریافت ویزایش نگاه کرد و آن این است که شکست او می‌تواند شروع پیروزی در کشور خودش باشد «تجربه شکست و اتفاقات، فرصت خوبی به ما می‌دهد تا به خودارزیایی بپردازیم. می‌توانیم شکست را به‌عنوان رویدادی در زندگی در نظر بگیریم که هم می‌تواند به‌عنوان یک مشکل و هم عکس آن ارزیابی شود» (خنی‌فر، ۱۳۴۸: ۲۹۶). همان‌طور که گفتیم روجا دختر قوی است و مانند لیلا و شبانه کارش گریه کردن نیست، باید گفت که روجا در آخر داستان بالاخره گریه می‌کند و برخلاف انتظار ما او هم تسلیم مشکلات می‌شود. هنگامی که در حال صحبت کردن با میثاق بود و چشمش به قاب عکس‌های داخل کمد لیلا می‌خورد گریه می‌کند «گلویم تیر می‌کشد. دهانم تلخ می‌شود. درد تا چشم‌هایم بالا می‌آید. دماغم می‌لرزد. دیگر تمام شد. نفسم را رها می‌کنم. داغی‌اش صورتم را داغ می‌کند. قطره‌های مایعی گرم از لای پلک‌های فشرده‌شده‌ام راه باز می‌کند. سر می‌خورد و می‌آید پایین تا زیر گلو» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۸۹).

۲-۵. اضطراب

تعارض بین فرایندهای گوناگون شخصیت معمولاً موجب نوعی عذاب روانی می‌شود که فروید آن را اضطراب می‌نامد. اضطراب می‌تواند هوشیار یا ناهشیار باشد. زمانی که تعارض باعث می‌شود که فرد احساس کند درمانده است و قادر به کنار آمدن نیست، اضطراب ایجاد می‌شود. شدت اضطراب تجربه‌شده به انتظارات از خود بستگی دارد (روزنتان، ۱۳۹۸: ۲۴۵). فروید اضطراب را به‌صورت ترس بی‌هدف توصیف کرد؛ معمولاً نمی‌توانیم به علتی که آن را ایجاد

کرده اشاره کنیم. او اضطراب را جزء مهم نظریه شخصیت خود ساخت و تأکید کرد که اضطراب اساس ایجاد رفتار روان رنجور و روان پریش است. او معتقد بود که نمونه نخستین تمام اضطراب ها ضربه تولد است (شولتز، ۱۳۷۷: ۸۷-۸۸). طبق نظریه های رفتاری، اضطراب یک واکنش شرطی در مقابل محیطی خاص است. یک احتمال دیگر در سبب شناسی این است که شخص با تقلید واکنش های اضطرابی والدین خود، ممکن است واکنش درونی اضطراب را یاد بگیرند (پورفکاری، ۱۳۷۵: ۱۳۴). هرچند میزانی از اضطراب در افراد طبیعی است اما در مقابله با مشکلات اضطراب و فشار روانی از دیدگاه بالینی با درجات بسیار بالای اضطراب مواجه هستیم که با احساس ناامنی مشخص می گردد. این حالت اغلب با دلهره، تشویش و نگرانی اشتباه تلقی می شود؛ اما وجه تمایز آن عدم تغییرات فیزیولوژیکی مانند احساس خفگی، تعریق داشتن، افزایش ضربان نبض که از علائم شاخص دلهره محسوب می شوند (علامه فلسفی، ۱۳۹۳: ۵). با توجه به ناکامی هایی که اشاره شد، هرکدام می توانند عواملی باشند که اضطراب فرد را در برگیرد و به نوعی خود را نشان دهند. هر سه شخصیت اصلی داستان به دلیل مشکلاتی که با آن ها درگیر هستند هرکدام دچار اضطراب شده اند و آن را به شیوه های مختلف نشان می دهند. مثلاً لایلا و شبانه هنگامی که در معرض استرس، عصبانیت و به طور کلی اضطراب قرار می گیرند برای آرام کردن خودشان ناخن هایشان را می جوند و همه آن ها را کج و کوله می کنند (مرعشی، ۱۳۹۳: ۳۰ و ۱۳۳).

- اضطراب به صورت ناخودآگاه در خواب نشان داده می شود. لایلا و روجا خواب های آشفته زیادی می بینند. لایلا پس از رفتن میثاق کابوس های شبانه می بیند: «کابوس می دیدم هواپیمایت موشک شده و از خانه پریده و از مبدأ و آتشش دیوارهای خانه آوار شده، روی سینه ام خفه شدم، می ترسیدم بخوابم» (همان: ۱۲۲).

- روجا هم به دلیل عدم گرفتن ویزا شب ها استرس می گیرد و کابوس هایی می بیند که نمی گذارد خواب راحتی داشته باشد و همچنین باعث شده زیر چشم هایش سیاهی بیفتد، او با همان چهره عکس ویزایش را می گیرد. می توان این رفتار روجا را ناشی از عدم توجه او به ظاهرش در این مدت دانست: «می دانم که چشم هایم پف می کند و زیرشان سیاه می شود، عکس ویزایم زشت می شود اما بشود به جهنم» (همان: ۸۴). در ادامه دلایل کابوس دیدن روجا را ترس از تنها شدن، از دست دادن مادرش، این که نتواند به سفارت برود و کارهایش درست پیش نرود دانست. - در کلام شبانه، آرامشی دیده نمی شود و مدام از کلمات نگران کننده استفاده می کند. او به دلیل اینکه شخصیتی کمال گرا دارد تمام حرف هایش را به آدم ها می گوید و از حقش دفاع می کند.

روجا در زمان ناامیدی باحالت عصبانیت صحبت می‌کند «عکس ویزایم زشت می‌شود اما بشود به جهنم. ریخت نحس که دیدن ندارد» (همان: ۱۶۵).

۲-۶. افسردگی

«افسردگی نباید با استرس اشتباه گرفته شود. برخی افسردگی‌ها می‌توانند نتیجه منطقی امری باشند ولی علل دیگر قادر به ایجاد آن هستند» (لیونل کودرون، ۱۳۸۱: ۲۶). تمامی حوادث پیش آمده در داستان و عدم مقابله افراد با آن‌ها به ترتیب باعث ناکامی فرد و سپس دچار شدن آن‌ها به اضطراب شده است. زمانی که افراد نمی‌توانند در مقابل این مشکلات مقاومت کنند یا با آن‌ها کنار بیایند از نظر روحی مشکلاتی برای آن‌ها پیش می‌آید که در نتیجه این مشکلات، افسردگی به شکل‌های گوناگون خود را نشان می‌دهد. -لیلا قبل از رفتن میثاق فرد بسیار شادی بوده و برای وسایل اتاقش از رنگ روشن استفاده می‌کرده: «همان قرمزها را که گران و جیب بودند و خانه‌مان را شاد می‌کردند، مثل خودمان» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۱). ولی پس از رفتن او به افسردگی عاطفی دچار می‌شود و احساس گناه نرفتن با او را دارد، نسبت به زندگی بی‌تفاوت شده و در تجربه کردن شادی ولدت ناتوان است (نوابی نژاد، ۱۳۷۸: ۱۲۴).

او دچار افسردگی رفتاری می‌شود و در انجام کارهای عادی زندگی توان اندکی از خود نشان نمی‌دهد و نسبت به زندگی و تمیزی خانه بی‌تفاوت شده. او این نوع زندگی را فقط گذر عمر می‌داند: «پایم را که از اتاق بیرون می‌گذارم، به‌هم‌ریختگی خانه آوار می‌شود روی تنم. زیرسیگاری پر از ته سیگاری شده. بدت می‌آمد و زود خالی‌شان می‌کردی. می‌گفتی خانه بوی خوابگاه می‌گیرد. بشقاب‌های کثیف، پر از دستمال کاغذی و چربی خشک‌شده غذاهای نیم‌خورده، پخش‌اند روی پیشخوان. تابلوهای روی دیوار یک‌بند انگشت خاک گرفته‌اند. شیشه میز پر از جای انگشت کثیف شده» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۰).

او پس از مدتی سعی می‌کند امید و زندگی را به خانه برگرداند و با خریدن وسایل نو و تمیز کردن خانه آن را نشان می‌دهد. او با مهمانی دادن می‌خواهد زنانگی خودش را نشان دهد و میثاق هم این کار را دوست داشت (همان: ۱۰۵). او آراستگی ظاهری را فراموش می‌کند و دچار بدخوابی می‌شود که این هم از نشانه‌های افسردگی رفتاری است (نوابی نژاد، ۱۳۷۸: ۱۲۴). همه لباس‌های او کهنه‌شده و به رنگ‌های تیره رو آورده است: «بین همه لباس‌هایم، جین تیره و ماتو خاکستری می‌پوشم» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۸).

لیلا برای فراموش کردن میثاق و از بین بردن وضع موجود، پس از مدتی به رنگ‌های شاد روی می‌آورد و تلاش می‌کند مانند سابق شود: «شال بنفشم را می‌کشم بیرون. از چند ماه پیش

که آن را با روجا خریدم هنوز سر نکرده‌ام و نو مانده برای امروز. باید عادت کنم به پوشیدن رنگ‌های شاد، به خوشحال و سرحال بودن» (همان: ۱۸). او از افسرده بودن خود، آگاه است و آن را مربوط به فصل و زمان خاصی نمی‌داند و می‌گوید مدام به سراغ آدم می‌آید: «افسردگی بهاره می‌شود، پاییزه می‌شود، واکنشی می‌شود، تطابقی می‌شود و هرروز که دلش بخواهد با یک اسم تازه اجازه دارد بیاید و گلویم را تلخ کند» (همان: ۱۱۷-۱۱۶).

لیلا به دلیل اضطراب شدید که دارد دچار افسردگی جسمانی می‌شود و احساس تپش قلب دارد و برای آن قرص می‌خورد (همان: ۱۹ و ۱۱۳). او با لحن افسرده و کلمات ناامیدی صحبت می‌کند: «چیزی در سینه‌ام می‌کوبد. هوا نیست. دارم خفه می‌شوم» (همان: ۱۹) در قسمتی از داستان خیالاتی می‌شود و احساس می‌کند باردار است ولی نیست. لیلا به دلیل این که می‌خواهد میثاق برگردد یا یک اثر از او در زندگی‌اش باشد خیال می‌کند که باردار است. این بیماری را بارداری کاذب می‌نامند و اغلب در زنانی اتفاق می‌افتد که در انتظار یک کودک به سر می‌برند، افرادی با بارداری کاذب بسیاری از علائم بارداری را دارند به‌جز یک جنین واقعی. توضیح دادن در این باره به کسی که دچار توهم حاملگی و بیماری روحی است بسیار سخت است (ویلیامز، ۱۹۹۷: ۴۳-۴۴). لیلا در این قسمت احساسات مادرانه را به‌خوبی توصیف می‌کند.

-شبانۀ فردی منفی نگر است و از آینده شوم خود می‌ترسد. حالت روحی روانی انسان همیشه یکنواخت نیست بلکه فراز و نشیب‌هایی دارد، گاهی انسان شاداب است و گاهی ناراحت اما اگر مدت‌زمان ناراحتی فرد بر دوران شادابی او غلبه پیدا کند فرد دچار افسردگی می‌شود، همان‌طور که از متن داستان برمی‌آید مدت‌زمان ناراحتی شبانۀ بر دوران شادابی او غلبه پیدا کرده است و او دچار افسردگی شده است می‌توان از نشانه‌های افسردگی، میل به تنهایی و گوشه‌گیری‌های شبانۀ دانست (مرعشی، ۱۳۹۳: ۳۹-۱۱۲).

-روجا شخصیت شاداب و امیدواری است که به افسردگی دچار نیست. تأثیر رنگ‌ها بر شخصیت انسان را نمی‌توان نادیده گرفت. بی‌شک ارتباطی بین خصوصیت رنگ‌ها، با توانایی‌های شخصیتی خاص و حتی عمل کرد فیزیکی در حیطه‌های مختلف بدن می‌دهد. در رنگ درمانی، رنگ‌های خاص، برای درمان مشکلات عاطفی، روانشناسی و جسمانی به کار می‌رود. همچنین این رنگ‌ها می‌توانند جنبه عاطفی، روانی و جسمانی را تحت تأثیر قرار دهند (قیصری، ۱۳۸۹: ۱۳).

لیلا و روجا دو شخصیتی هستند که نسبت به شبانۀ زندگی شادتری داشته‌اند. روجا پرنرزی و شاد است و لیلا هم پیش از رفتن میثاق فرد بسیار شادی بوده. در ترکیب رنگ‌هایی که آن دو استفاده می‌کنند رنگ قرمز و بنفش به چشم می‌خورد. لیلا قبل از رفتن میثاق فرد بسیار شادی

است و برای وسایل اتاقش از رنگ روشن استفاده می‌کند: «همان قرمزها را که گران و جیغ بودند و خانه‌مان را شاد می‌کردند، مثل خودمان» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۱). لیلا برای فراموش کردن میثاق و از بین بردن وضع موجود خود پس از مدتی به رنگ‌های شاد روی می‌آورد و تلاش می‌کند مانند سابق شود: «شال بنفش را می‌کشم بیرون. از چند ماه پیش که آن را با روجا خریدم هنوز سر نکرده‌ام و نونو مانده برای امروز. باید عادت کنم به پوشیدن رنگ‌های شاد، به خوشحال و سرحال بودن» (همان: ۱۸).

روجای زمانی که تصمیم می‌گیرد به فرانسه برود موهایش را کوتاه می‌کند و رنگ قرمز به آن‌ها می‌زند. پیش از رفتن، مادرش برای او بافتنی بنفشی بافته بود و روجا هم تی‌شرت بنفشی برای او خریده بود به‌طورکلی در داستان متوجه می‌شویم که روجا به رنگ بنفش علاقه دارد. در روانشناسی رنگ‌ها کسانی که به رنگ قرمز علاقه دارند با قدرت، اشتیاق و اطمینان زندگی می‌کنند. این شخصیت‌ها قدرت اراده شایان‌ذکری دارند. آن‌ها قدرتمند و باانرژی هستند. آن‌ها برای این‌که بفهمند چقدر قدرتمند و اهل رقابت هستند، دائماً در جست‌وجوی هیجان، قضاوت محیط و موفقیت هستند. این شخصیت‌ها اصرار دارند بیش از هرکسی به خودشان ثابت کنند که قادرند هر کاری را که خواهان آن‌اند، انجام دهند. آن‌ها افراد اجتماعی هستند و دوست دارند با دوستانشان بیرون بروند (قیصری، ۱۳۸۹: ۴۰-۴۳).

با توجه به برداشتی که از شخصیت لیلا و روجا شد می‌توان نتیجه گرفت که آن‌ها چنین خصوصیتی را دارند و روجا برای موفقیت‌های زیاد در درس تلاش می‌کند و لیلا با امتحان کردن شغل‌های مختلف به‌خصوص نویسندگی سعی در اثبات خود دارد. همچنین کسانی که به رنگ بنفش علاقه دارند پویا، اهل بصیرت و قدرتمند هستند. آن‌ها بصری و آینده‌شناس هستند و امیدها و ایده‌های متعالی برای آینده دارند. از آنجاکه این شخصیت‌ها ویژگی‌های آبی و قرمز را باهم دارند برای آن‌ها پذیرش و زندگی با جنبه‌های مختلف بسیار مهم است. آن‌ها عاشق موسیقی هستند و به هنر علاقه دارند (همان: ۱۷۵-۱۷۷).

با توجه به شخصیت‌ها متوجه می‌شویم که لیلا و روجا چنین شخصیت و علاقه‌ای را دارند. لیلا موسیقی کار می‌کند و روجا امید به آینده زیادی دارد. شبانه در پوشش خود از رنگ مشکی استفاده می‌کند و لیلا هم که پس از میثاق همه لباس‌های او کهنه‌شده، به رنگ‌های تیره رو آورده است «بین همه لباس‌هایم، جین تیره و ماتو خاکستری می‌پوشم» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۸).

۷-۲. عزت نفس و خودباوری

عزت نفس «اصطلاحی که همه به کار می‌برند اما چندان آسان نمی‌شود توضیحش داد. بعضی‌ها گمان می‌کنند این اصطلاح بیانگر احساس اعتماد به نفس و شادی است که همین‌طور هم هست، اما در عین حال معنای بیشتری هم دارد. عزت نفس در واقع سنجشی است که چگونه خود را درک می‌کنیم. در واقع یک‌جور درجه‌بندی ارزش‌های ماست» (کریستین وبر، ۱۳۸۷: ۸).

عزت نفس به منزله بیان تأیید یا عدم تأیید فرد، نسبت به خود است و نشان می‌دهد که تا چه اندازه یک فرد خود را توانا، ارزنده و پراهمیت می‌داند. اصطلاح عزت نفس به قضاوتی که افراد صرف‌نظر از اوضاع و احوال نسبت به خود دارند، اشاره دارد و در این معنا، مبین درجه اطمینان یک فرد، به ظرفیت موفقیت و به ارزش اجتماعی و شخصی خود است، اطمینانی که از بازخوردهای گرفته‌شده در مقابل موقعیت‌های معمولی زندگی (زندگی اجتماعی، تحصیلی و حرفه‌ای) به دست می‌آید (فتحی آشتیانی، ۱۳۹۶: ۱۶۴-۱۶۵).

«افراد با عزت نفس بالا در درون خود یک والد مهربان حمل می‌کنند که به موفقیت آن‌ها افتخار کرده و نسبت به شکست‌های او صبور و شکیب است. برعکس، کسی که عزت نفس پایینی دارد، در درون خود یک والد ناراضی حمل می‌کند که در برابر شکست‌هایشان بسیار خرده گیر عمل کرده و در هنگام موفقیت صرفاً یک لذت کوتاه‌مدت و گذرا ارائه می‌دهد» (سایپینگتون، ۱۳۹۵: ۱۷۵). شکایت اولیه بیماران افسرده از یک حالت خلقی شدید و اختلال‌های عاطفی طولانی‌مدت عذاب‌آور است که بیمار برای دوره‌های طولانی و بدون هیچ دلیلی شدیداً غمگین است. هیچ چیز لذت بخشی وجود ندارد. علاوه بر خلق غمگین نشانه‌های دیگری نیز وجود دارند، آینده، تاریک و نومیدانه به نظر می‌رسد و گذشته چیزی نیست مگر غم و اندوه. مسئله فقط این نیست که فرد در حال حاضر غمگین است، او اصلاً تصور هم نمی‌کند که اوضاع بهتر شود یا آنکه خود بهتر شود. ممکن است بیمار قصد خودکشی داشته باشد. همچنین این افراد از عزت نفس پایینی برخوردارند و خود را به خاطر مشکلاتی که دارند سرزنش می‌کنند. جالب اینجاست که در همین حال احساس می‌کنند در مهار و اداره رویدادهای زندگی خود درمانده‌اند. آن‌ها در تصمیم‌گیری با مشکل زیادی روبه‌رو هستند. سرانجام اینکه، می‌توان نشانه‌های جسمانی مثل اختلال خواب، کاهش میل جنسی، کم‌اشتهایی و کندی حرکتی را مشاهده کرد. حتی فعالیت‌های عادی نیز امکان دارد مستلزم کوشش و سعی فراوان باشد (همان: ۳۷۰-۳۷۱).

-لیلا شخصیتی است که دارای اعتماد به نفس متناسبی است و به دنبال آن برای اثبات خود به میثاق شغل‌های متفاوتی را تجربه می‌کند و برخلاف تفکر میثاق عمل می‌کند. او از کاری که

می‌کند و مطالبی که می‌نویسد راضی است و نشانه‌هایی از کم بینی در رفتار او مشاهده نمی‌شود.

-شبانۀ نسبت به دو شخصیت دیگر از عزت‌نفس بسیار کمی برخوردار است و از مشکلات خودکم‌بینی، کم‌رویی، ناامیدی و احساس و عواطف منفی رنج می‌برد. «آدمی موجودی اجتماعی و نیازمند ارتباط با دیگران است، خجالت و کم‌رویی آفتی است که انسان را از کاروان رو به تعالی و ترقی باز می‌دارد؛ به قابلیت‌های نهفته فرصت بروز نمی‌دهد و توان و استعدادها را سرکوب و نابود می‌سازد» (بشیری، ۱۳۴۰: ۳۹). شبانۀ نیز به دلیل کم‌رویی خود توان و استعدادهای خود را سرکوب می‌کند. دلایل بروز خجالت و کم‌رویی شبانۀ محیط خانوادگی و تربیت غلط فرزندان، دعوا و بحث‌هایی که در خانه صورت می‌گیرد، تهدیدها و سرزنش‌های مادرش، ترس از طرد و مسخره شدن است.

شبانۀ شخصیتی خودکم‌بین است و خود را بی‌عرضه می‌داند. او فکر می‌کند باعث بدبختی مادرش است و به خاطر خنگ بودنش آبروی مادرش را برده است. او دختری غمگین است و خودش را از دخترهای دیگر پایین‌تر می‌داند و فکر می‌کند ظاهر زشتی دارد. او به‌ظاهر خود نمی‌رسد و دائم حسرت زیبایی دیگران را می‌خورد، ابروهایش همیشه به‌هم‌ریخته‌اند که شبانۀ آن‌ها را مرتب نمی‌کند و همچنین هیچ موقع کفش‌هایش را تمیز نمی‌کند: «خجالت می‌کشم و به کفش‌های کثیفم نگاه می‌کنم که مثل همیشه یادم رفته تمیزشان کنم» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۱۵۳).

-روجا با دو شخصیت قبل تفاوت‌هایی دارد و فردی بااراده است که هیچ‌گاه تسلیم مشکلات زندگی خود نمی‌شود. او اعتماد به نفس بالایی دارد و بلندپرواز است و همیشه برای بهترین جایگاه تلاش می‌کند. او با عزت‌نفس بالایی که دارد خود را متکی به کسی نمی‌بیند و از دو شخصیت دیگر مستقل‌تر است و لیلاً و شبانۀ در بسیاری موارد به او تکیه می‌کنند. روجا از احساس ترحم دیگران نسبت به خودش بیزار است چون دوست ندارد او را فردی شکست‌خورده ببینند.

۲-۸. تنهایی

بسیاری از ما در برهه‌ای از زمان «احساس ناخوشایند جدا بودن از دیگران و آرزوی بهبود روابط انسانی» یعنی، تنهایی را تجربه کرده‌ایم. هنگامی که روابط شخصی ما بسیار کم، یا بسیار ناخوشنود کننده باشد، احساس تنهایی می‌کنیم. تجربه تنهایی پدیده رایجی است، اما انواع متفاوتی از آن وجود دارد. یانگ اشاره می‌کند که دیرش تنهایی یک عامل مهم به شمار می‌آید. او میان سه نوع تنهایی وجه تمایز قائل است:

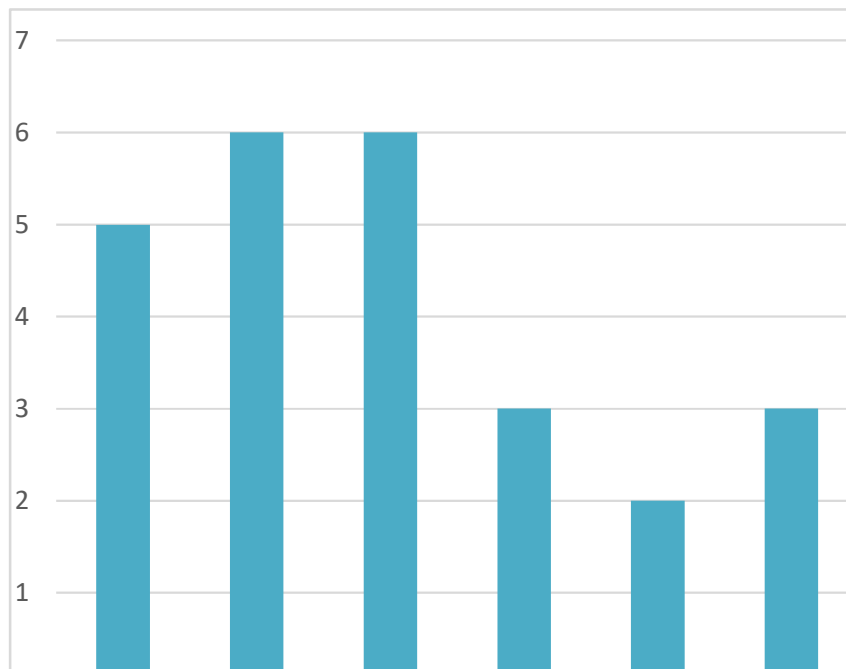
۱- تنهایی‌گندرا به صورت دوره‌های کوتاه مدت و مختصر تنهایی است، هرچند زندگی اجتماعی شخص عموماً رضایت‌بخش به شمار می‌آید. ۲- تنهایی/انتقالی فرد در گذشته‌ای نه‌چندان دور از روابط اجتماعی خوبی برخوردار بوده است، اما اخیراً به خاطر رویداد خاصی از قبیل طلاق، مرگ عزیزان، یا رفتن از کنار همسایه‌های قدیمی احساس تنهایی می‌کند. ۳- تنهایی مزمن که به مدت یک دوره چندساله طول می‌کشد و در طی آن هیچ‌گونه رابطه اجتماعی خشنودکننده وجود ندارد.

تنهایی به معنای تنها بودن نیست. ما می‌توانیم از تنها بودن خود لذت ببریم. همچنین امکان دارد به‌رغم حضور دیگران در دوروبرمان احساس تنهایی بکنیم؛ اما تنهایی و تنها بودن با یکدیگر رابطه دارند. باینکه این امکان وجود دارد که با آدمیان تماس دائمی و منظمی داشته باشیم و درعین حال، از لحاظ عاطفی احساس تنهایی بکنیم؛ اما غلبه بر احساس تنهایی بدون تماس منظم با دیگران کاری بسیار دشوار است (سایپینگتون، ۱۳۹۵: ۲۷۰-۲۷۲).

- هر سه شخصیت اصلی رمان ترس از تنهایی دارند که کنش‌های آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. لیلا از تنها ماندن در آینده می‌ترسد و خانه را دوست ندارد چون تنهاست: «چند وقت بود که قلبم ضد ضرب می‌زد، وقتی وقتش نرود محکم به دیواره‌های سینه‌ام می‌کوبید و چیزی از آن جاری می‌شد در تنم، بعد تند تند می‌زد، آن قدر که نفسم را بند می‌آورد، ترسیدم در خواب سکنه کنم. بیدار شوم از خفگی و کسی نباشد بلندم کند و آن قدر نفس نفس بزنم تا سیاه شوم و بمیرم بعد تا چند روز کسی پیدایم نکند و بگندم و بو بگیرم» (مرعشی، ۱۳۹۳: ۲۵). ولی باوجوداین او تنهایی را ترجیح می‌دهد و نشان می‌دهد لیلا به هراس اجتماعی دچار شده است و در خانه می‌ماند. او با تنها ماندن کلافه می‌شود و سعی می‌کند با صداهای اطراف خودش را سرگرم کند و هراس از فضای باز دارد «از فکر کردن به فضای خالی پشت سرم کلافه می‌شوم» (همان: ۲۹). یا در خانه تلویزیون را روشن می‌کند.

- شبانه با افکار منفی خود، نشان می‌دهد با گذشته تلخی که دارد همیشه نگران از دست دادن خانواده‌اش است. او می‌ترسد به خاطر چهره خوبی که ندارد کسی با او ازدواج نکند و برای همیشه تنها بماند برای همین عجولانه و بدون این که کاملاً راضی باشد به پیشنهاد ازدواج ارسلان جواب مثبت می‌دهد و همیشه به فکر این است که او را تنها بگذارد و او را از دست بدهد مانند لیلا که میثاق را از دست داد: «اما من می‌ترسیدم به خاطر من کارش را ول کند. می‌ترسیدم برود و دیگر نیاید. می‌ترسیدم وقتی ارسلان رفت، دیگر هیچ‌کس نباشد که دوستم داشته باشد. آن وقت تنهایی پیر شوم و از تاریکی بترسم و از پادرد گریه کنم و کسی نباشد که مرا ببرد دکتر» (همان: ۱۳۸).

-روجا با اینکه همه هدفش تحصیل در خارج از کشور است و برای آن شبانه‌روز کار می‌کند، زمانی که به رفتن نزدیک می‌شود ترس از دست دادن مادر و ترس از غربت دارد و نگران است که وقتی رفت همه فراموشش کنند، برای همین است که از جهاتی از نرفتنش خوشحال می‌شود. «ویزایم را که بگیرم، همین قدر غریب می‌شوم در فرانسه. هرچقدر هم که لباس‌های شیک بپوشم و موهایم را مدل آدری توتو کوتاه کنم و بی لهجه حرف بزنم، بازهم غریبم. مرد گوشه چهارراه ایستاده و جلو نمی‌آید. از جلوش رد می‌شوم. نمی‌آید به این خیابان‌ها. مثل یک دکمه بنفش وسط یک پالتوی قهوه‌ای، بی‌ربط است به همه‌چیز. بی‌ربط می‌شوم در خیابان‌های تولوز. نمی‌آید به من» (همان: ۱۶۹).



۳- جدول بسامد درون‌مایه‌ها بر اساس شخصیت‌های داستان

یافته‌ها: با بررسی درون‌مایه‌های رمان پاییز فصل آخر سال است از نسیم مرعشی، این‌طور به نظر می‌آید باوجود مشکلات زیادی که مقابل شخصیت‌ها قرار می‌گیرد به‌وضوح شاهد «ناکامی» آن‌ها هستیم و ناکامی در اکثر اهداف، مهم‌ترین مسئله‌ای است که شخصیت‌ها آن را تجربه می‌کنند. با توجه به نمودار بسامدها می‌توان گفت با مواجه شدن ۶ نفر از شخصیت‌ها با ناکامی، این

مسئله از درون‌مایه‌هایی است که بیشترین بسامد را داشته و اکثر شخصیت‌ها آن را تجربه کرده اند؛ مانند لیلا، روجا، شبانه، ارسلان، پدر و مادر شبانه. حوادث اصلی داستان بر اساس روایت زندگی زوج‌ها پیش می‌رود و هرکدام از شخصیت‌ها تصور و دیدگاه خود را نسبت به «ازدواج» نشان می‌دهند. در بیشتر موارد این ازدواج‌ها به سرانجام و پایان خوش نرسیده و تصور شخصیت‌ها را نسبت به ازدواج به هم می‌زند. با توجه به جدول بسامدها می‌توان گفت ۶ نفر از شخصیت‌ها با مسئله ازدواج درگیر هستند. برخی از روابطی که در طول داستان از آن نام‌برده شده به ازدواج ختم شده‌اند مانند سمیرا و شوهرش، لیلا و میثاق، هرچند ازدواج آن دو به جدایی کشیده شده است. اشخاص دیگر مانند شبانه، ارسلان نیز درگیر ازدواج هستند و امیدوارند با تشکیل زندگی مشترک به جنبه مثبت‌تری از زندگی برسند. هرچند با دیدن زندگی میثاق و لیلا که عاشقانه بود امیدی به سرانجام خوش ندارند.

«عشق» مسئله‌ای است که به‌وضوح در لایه‌های سطحی رمان به چشم می‌خورد و زندگی روزمره شخصیت‌ها را با خود درگیر کرده است و هرکدام به‌نوعی با آن دست‌وپنجه نرم می‌کنند. لیلا و میثاق ازدواج با عشق را آغاز کرده و به پایان برده‌اند. شبانه و ارسلان تصور مثبتی از عشق ندارند و گاهی به نظر می‌آید که توهم عاشقی دارند. روجا نیز با عشق به مهاجرت درگیر است و برای رسیدن به آن تلاش می‌کند. با درگیری ۵ نفر از شخصیت‌های داستانی مانند لیلا، میثاق، شبانه، ارسلان، روجا. می‌توان گفت عشق پس از دو درون‌مایه نامبرده از درون‌مایه‌های پربسامد به حساب می‌آید.

شخصیت‌های کمی در داستان دارای «عزت‌نفس» هستند و می‌توانند به راحتی تصمیمات قطعی بگیرند. این شخصیت‌ها کمتر دچار افسردگی می‌شوند و در مواجهه با مشکلات تصمیم درستی می‌گیرند. میثاق و روجا از شخصیت‌هایی هستند که عزت‌نفس بالایی دارند و بهتر از دیگران می‌توانند در مقابل مشکلات تصمیم درست بگیرند. لیلا که با شکست خوردن در ازدواج و عشق، خود را سرزنش می‌کند، اعتمادبه‌نفس خود را ازدست‌داده است، اما به‌مرور تلاش می‌کند با پذیرش حوادث رخ‌داده و رفتن میثاق عزت‌نفس خود را بالا برده و شخصیت سابق خود را بازیابد. شبانه نیز از شخصیت‌هایی است که خود را دوست ندارد و تصور ضعیف بودن از خود دارد، او هیچ تلاشی برای بالا بردن اعتمادبه‌نفس خود نمی‌کند و همیشه دوست دارد مانند سایر شخصیت‌های زن موفق و زیبا باشد، چراکه خود را این‌گونه تصور نمی‌کند و تصور می‌کند با رفتن ارسلان کسی پیدا نمی‌شود او را دوست داشته باشد، درمجموع با توجه به جدول بسامدها می‌توان گفت تنها ۳ نفر از شخصیت‌ها از اعتمادبه‌نفس برخوردار هستند.

درگیری با مشکلات و ناکامی‌های پیاپی، شخصیت‌های اصلی زن رمان_ لیلا، روجا و شبانه_ را دچار «اضطراب» می‌کند که به‌وضوح در رفتار خودآگاه و ناخودآگاه آن‌ها قابل مشاهده است. این درون‌مایه با توجه به درگیر کردن تنها ۳ نفر از شخصیت‌ها بسامد کمتری نسبت به سایر درون‌مایه‌های نامبرده در رمان دارد.

به «تنهایی» مواجه‌شدن با مشکلات و ناکامی‌های نامبرده از شاخص‌ترین ویژگی خواسته یا ناخواسته شخصیت‌های اصلی_ لیلا، روجا، شبانه_ است. هر سه آن‌ها برای مقابله با تنهایی در پی یافتن راهی هستند، لیلا خود را با کار سرگرم می‌کند، شبانه می‌خواهد به درخواست ازدواج ارسلان جواب مثبت دهد. روجا با ترس تنهایی از رفتن به خارج از کشور منصرف می‌شود. با توجه به جدول بسامدها می‌توان گفت تنها ۳ شخصیت عمیقاً تنهایی را تجربه می‌کنند. دو نفر از شخصیت‌های رمان که مشکلات و ناکامی‌های بیشتری نسبت به سایر شخصیت‌ها دارند «افسردگی» را تجربه می‌کنند؛ بنابراین با نگاهی بر جدول بسامدها می‌توان به این نتیجه رسید که تنها در رفتار ۲ شخصیت اصلی یعنی لیلا و شبانه نشانه‌های افسردگی را مشاهده می‌کنیم و درون‌مایه‌ای است که کمترین بسامد را داشت.

۸- نتیجه‌گیری

با بررسی مفاهیم اصلی این رمان به این نتیجه رسیدیم که نسیم مرعشی، مسائلی از قبیل عشق و ازدواج، افسردگی، ناکامی، تنهایی را موردتوجه قرار داده است. او در این داستان تصویری از زندگی روزمره و مشکلات زنان را در جامعه بیان می‌کند. نویسنده در این کتاب عشق را به عنوان درون‌مایه اصلی و انگیزه شخصیت‌ها برگزیده است و هریک از شخصیت‌ها با عشق به چیزی حرکت و زندگی خود را آغاز می‌کنند. در پیرو این عشق، مشکلات دیگری پیش می‌آید که بیشتر آن‌ها باوجود تلاش‌های بسیاری که شخصیت‌ها انجام می‌دهند حل نمی‌شوند و در اوج مشکلات و مرحله پس از آن که رسیدن به آرامش نسبی شخصیت‌ها است دوباره همه‌چیز به هم می‌ریزد و تسلیم زندگی می‌شوند. از این رو می‌توان گفت جبر یکی از مضامینی است که رمان را در برمی‌گیرد و بیشتر حوادث ناخواسته داستان مطابق آن شکل می‌گیرند. نویسنده در این رمان بیشتر به مسائلی می‌پردازد که جنبه ذهنی و روانی دارند و بیشتر عوامل خارجی - انسانی، اجتماعی - عامل آن‌ها هستند و موجب به وجود آمدن فشارهای روانی مختلفی برای زنان شده است. ازدواج نیز از مسائلی است که نویسنده به آن پرداخته است، شخصیت‌های اصلی ترسیم شده در این داستان - لیلا، شبانه، روجا- نمونه زن مدرن امروزی با دغدغه‌های جدید هستند و برخلاف زنان سنتی که تنها هدفشان ازدواج و خانه‌داری بود، خواهان استقلال در زندگی

شخصی هستند. آن‌ها با فراهم کردن شغل از میزان وابستگی خود به مردی که امکان دارد در زندگی آن‌ها باشند می‌کاهند و سعی در گسترش این استقلال دارند. دنیای این زن‌ها روایتگر دنیای واقعی کسانی است که به مبارزه با زندگی ناخواسته خود می‌پردازند ولی کاری از دستشان برنمی‌آید. رمان پاییز فصل آخر سال است تصویر زندگی پاییزی افرادی است که در جامعه امروز رو به گسترش‌اند و هرچقدر هم که تلاش می‌کنند به نتیجه دلخواهشان نمی‌رسند. لیلا و شبانه و روجا در بخش اول داستان رؤیاهایشان پایان گرفت و در بخش دوم با واقعیت روبه‌رو شدند.

منابع

- احمدی خراسانی، نوشین (۱۳۸۲). **زنان زیر سایه پدرخوانده‌ها**. تهران: توسعه.
- بشیری، محمود و محمودی، معصومه (۱۳۹۰). «بررسی مقایسه‌ای موضوعات و درون‌مایه‌های مرتبط با زنان در داستان‌های زن محور زنان داستان‌نویس ۱۳۰۰-۱۳۸۰». **فصلنامه زبان و ادبیات**. شماره ۴۷، ۸۰-۵۱.
- پاندر، کاترین (۱۳۸۹). **از قدرت عشق**. ترجمه سید کاظم بنی‌هاشمی. تهران: آوای سورنا.
- ج. ناوس، ویلیام (۱۳۹۸). **تحمل ناکامی (چگونه بر ناکامی‌های خود غلبه کنید؟)**. ترجمه محمد بابا رئیسی و منصور علی مهدی. تهران: نظری.
- جیمز سادوک، بنیامین؛ کاپلان، هارولد (۱۳۷۵). **چکیده روان‌پزشکی بالینی**. ترجمه نصرت‌الله پور افکاری. تهران: آزاده.
- حاجی‌تبار، هانیه (۱۳۹۹). «تحلیل کارکرد گفتمان در رمان «پاییز فصل آخر سال است»». **کنفرانس بین‌المللی زبان، ادبیات، تاریخ و تمدن**. شماره ۴، ۴۱-۵۴.
- حیدری، منیره و دیگران (۱۳۹۸). «بررسی شخصیت‌پردازی زنان در رمان «هرس»». **نشریه علمی زن و فرهنگ**. شماره ۴۰، ۶۷-۸۰.
- خسروپناه، محمدحسین (۱۳۸۱). **هدف‌ها و مبارزه زن ایرانی، از انقلاب مشروطه تا سلطنت پهلوی**. تهران: پیام امروز.
- خنی‌فر، حسین. پور حسینی، مژده (۱۳۸۵). **مهارت‌های زندگی**. قم: هاجر.
- دژکام، محمدرضا (۱۳۸۰). **روانشناسی ازدواج**. تهران: دژ.
- دوبوووار، سیمون (۱۳۷۹). **جنس دوم**. قاسم صنعوی. جلد دوم. تهران: توس.
- رحمانی‌فرد، فاطمه و رضایی میاندشتی، زکیه (۱۳۹۷). «بررسی تطبیقی شخصیت‌های زن در رمان پاییز فصل آخر سال است از نسیم مرعشی». **مجموعه مقالات سیزدهمین گرد هم‌آیی بین‌المللی انجمن ترویج زبان و ادبیات فارسی**. صفحات ۱۳۹۳-۱۴۱۰.

- روزنتان، دیوید، مارتین ای. پی (۱۳۸۹). **روان‌شناسی نابهنجاری (آسیب‌شناسی روانی)**. ترجمه یحیی سیدمحمدی. جلد اول. تهران: ساوالان.
- ساپینگتون، آندرو (۱۳۹۵). **بهداشت روانی**. ترجمه حمیدرضا حسین شاهی برواتی. تهران: روان.
- سلطانی، سوسن (۱۳۸۷). **مدیریت خانواده**. جلد چهارم. اصفهان: بهار علم.
- شجاعت زاده، تهمینه و دیگران (۱۳۹۹). «نظریه افتراق زنان و تحلیل آن در رمان هرس نوشته نسیم مرعشی». **نشریه نقد و نظریه**. شماره ۹، ۱۲۳-۱۴۲.
- شولتز، دوان و سیدنی آلن شولتز (۱۳۷۷). **نظریه‌های شخصیت**. ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: هما.
- صمیمی اردستانی، سید مهدی (۱۳۷۸). **حل مشکل**. تهران: قطره.
- عظیمی، زهرا و صادقی، اسماعیل (۱۳۹۳). «بررسی مسائل مشترک زن در دو داستان چراغ‌ها را من خاموش می‌کنم از زویا پیرزاد و پرندۀ من از فریبا وفی». **فصلنامه تخصصی مطالعات داستانی**. شماره ۴، ۱۱۷-۹۴.
- علامه فلسفی، احمد (۱۳۹۳). **روانشناسی اضطراب**. تهران: فرا روانشناسی.
- فاضلی مهیود (۱۴۰۰). «نقد جامعه‌شناسی رمان «پاییز فصل آخر سال است» با رویکرد ساختارگرایی تکوینی». **پژوهش‌های ادبی**. شماره ۱۸، ۱۲۱-۹۷.
- فتحی آشتیانی، علی. داستانی، محبوبه (۱۳۹۶). **آزمون‌های روان‌شناختی (ارزشیابی شخصیت و سلامت روانی)**. جلد اول. تهران: بعثت.
- فتوحی، محمود (۱۳۹۵). **سبک‌شناسی**. تهران: سخن.
- فیست، جس و جی. فیست، گریگوری (۱۳۸۸). **نظریه‌های شخصیت**. ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: روان.
- فیشر، هلن (۱۳۸۱). **جنس اول**. نغمه صفاریان پور. تهران: زیاریان.
- قاسمی، معصومه و رضایی، حمید (۱۳۹۷). «نقد و تحلیل سیمای خانواده در رمان هرس». **همایش ملی متن پژوهی ادبی نگاهی تازه به ادبیات داستانی معاصر**. شماره ۶، ۶۲-۸۳.
- قیصری، تینا (۱۳۸۹). **روانشناسی رنگ‌ها**. شیراز: نوید.
- کودرون، لیونل (۱۳۸۳). **استرس را به‌زانو درآوریم**. فاطمه صالحی طالقانی. تهران: طلائی.
- کینگهام، مک‌دونالد، گنت-اونو، گیلزترپ-هینکز، کلارک (۱۹۹۷). **بارداری و زایمان ویلیامز ۱۹۹۷**. رامین اشتیاقی. تهران: اشتیاق.
- مالمیر، تیمور و ناطق‌پور، زینب (۱۴۰۱). «ساختار و شگردهای روایی رمان «پاییز فصل آخر سال است»». **فصل‌نامه علمی تفسیر و تحلیل متون زبان و ادبیات فارسی (دهخدا)**. شماره ۵۲، ۱۶۱-۱۴۲.

- مرعشی، نسیم (۱۳۹۳). **پاییز فصل آخر سال است**. تهران: چشمه.
- مستور، مصطفی (۱۳۹۵). **مبانی داستان کوتاه**. تهران: مرکز.
- میرصادقی، جمال (۱۳۹۲). **عناصر داستان**. تهران: سخن.
- نوابی نژاد، شکوه (۱۳۷۸). **روانشناسی زن**. تهران: بانو.
- وبر، کریستین (۱۳۸۷). **عزت نفس**. ترجمه گیله گل بهروزان. تهران: پیدایش.
- وودمن و دیگران (۱۳۹۵). **مدیریت تعارض و مذاکره (مدیریت رفتار سازمانی پیشرفته)**. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- وولف، ویرجینیا (۱۳۸۵). **زن و ادبیات فارسی**. تهران: چشمه.

منابع اینترنتی

- «با وسواس می‌نویسم/نسیم مرعشی از پاییز فصل آخر سال است می‌گوید»، هنر آنلاین، کد خبر ۱۳۹۴/۰۱/۲۲: ۶۵۸۶۱.
- «نسیم مرعشی»، ویکی‌پدیا، دانشنامه آزاد، ۱۳۹۹/۲/۴.

<http://nasimmarashi.ir>