

# جلوه‌هایی از زندگی انسان در شعر سهراب سپهری

محمود کرمی<sup>۱</sup>

## چکیده

این مقاله با هدف بررسی ابعاد زندگی انسان و دغدغه‌های سهراب سپهری و در نتیجه پیام‌ها و راهکارهایی که این شاعر بزرگ معاصر برای انسان دارد، نوشته شده است؛ چرا که به حق می‌توان گفت: سپهری یکی از بزرگ شاعرانی است که متمایز زیسته و ممتاز اندیشیده و افکار و سبک زندگی خویش را بی‌چشم‌داشت با هم‌عصران خویش در میان نهاده و در این راستا، گفتار، زندگی و آرامش بی‌بدیل او شاهدهی بر این مدعا است. پیداست که عامل اصلی تمایز او با انسان امروزی در این گفتار و نیز در آثارش، جدای از اثر پذیرفتن از عرفان غنی ایرانی-اسلامی، علاقه‌مندی سهراب به آیین‌های شرق دور، مطالعات و سفرهای طولانی او و هم‌زیستی مسالمت‌آمیز او با طبیعت و در نتیجه، شاعرانه زیستنی جامعه پسند با اطرافیان خویش می‌باشد. در این نوشته پس از تأمل فراوان و خوانش‌های زیاد بر آثار او و نیز بسامد نمونه‌هایی گران‌قدر از انسان و مسائل مربوط به او در اشعار این بزرگ مرد، شاهد مثال‌هایی برای هر یک آمده است.

**کلمات کلیدی:** سهراب سپهری، انسان، زندگی، خدا، طبیعت، عشق.

---

۱- کارشناس ارشد زبان و ادبیات فارسی، دبیر دبیرستان نمونه دولتی زانیاران شهرستان بانه و مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد بانه  
mkjino@gmail.com

## ۱- مقدمه

سخن گفتن از انسان و دردهای او، سابقه‌ای است درخشان که جلوه‌های بارز و زیبایی آن را در آثار گران‌سنگ همه شاعران و نویسندگان تاریخ بشر می‌توان دید؛ چرا که غایت این آثار و حرف دل همه آنانی که از بشر گفته و برای او نوشته‌اند، رساندن آدمی به سرمنزل آرامش و بهشت این جهانی و هم‌نوایی و همراهی با او برای رساندنش به خوشبختی و کاستن اندوه‌های این جهانی بوده است. چه بسا که به واسطه فراوانی قالب‌های بیان و گوناگونی نگاه‌ها به انسان، زندگی و فلسفه زندگی بشر، انتخاب هر یک از این بزرگان و دست‌یازیدن به هنر و نگاه آنان بسی جای دقت و ریزینی است.

چنانکه سخن رفت، بیشتر شاعران عارف و عاشقان ادیب، در ادب فارسی و سایر ملل و نحل، هر کدام با زبان و فرهنگ و بینش خود، بیانگر این مهم بوده‌اند که انسان، وجود دیگری را در کنار خود درک کند و با این درک است که در محیطی آرام و با مسالمت با هم‌نوعان خود زندگی می‌کند و آنها را نیز در حد توان به سوی این زندگی خواستنی و مدینه فاضله دعوت می‌کند.

در این پژوهش، ما این موضوع را درباره بزرگ شاعر عارف معاصر، سهراب سپهری، مورد کاوش قرار داده‌ایم؛ شاعری که با مطالعاتی که در عرفان اسلامی و شرقی داشته و نیز اسفار آفاقی و انفسی، به سبکی خاص در زندگی دست‌یافته، که ما جلوه‌های عینی و انسان‌دوستانه آن را در آثارش می‌بینیم؛ با این تفاوت که سهراب جدای از سیر در مسیر وزین عرفان اسلامی، با اندیشه‌ها و آموزه‌های بزرگان دیگری از سایر فرهنگ‌ها، بینش‌ها و کیش‌های دیگر، همچون بودا<sup>۱</sup>، لائوتسه<sup>۲</sup> و کریشنا مورتی<sup>۳</sup> و امثال آنها در ارتباط بوده است.

### ۱-۱- پیشینه تحقیق

پیش از این در آثار بزرگوارانی از اساتید ادب فارسی در مورد سهراب و ساختار شعری او به گونه‌ای دسته‌گریخته به موضوع «انسان در شعر» او اشاره شده بود؛ لذا پژوهشگر با توجه به علاقه شخصی که به سبک زندگی و اندیشه سهراب سپهری داشته است، بر خود

1 - Budha

2 - Lao-tze

3 - Krishna morti

تکلیف دانسته که بتواند این بُعد سایه روشن اشعار و زندگی سپهری را که یکی از دلایل مهم محبوبیت او در میان اهل ادب و فرهنگ و مخصوصاً جوانان شده است بیشتر مورد کاوش قرار دهد. البته این نوشته نیز با توجه به وسعت کاری و قلت توانایی پژوهشگر در اشراف بر مجموعه جنبه‌های زندگی و شعری سهراب، خالی از کوتاهی نیست، اما آنچه جای توجه است، از کنار بزرگان و اندیشه‌های سخته‌ای که در ادبیات و هنر ما وجود دارد، نباید به سادگی عبور کرد و بایستی آنها را پلی برای رسیدن به نوع زندگی آرمانی و پر از صفا و صمیمیت دوران بدوی حیات بشر قرار داد که رسیدن به آن گم‌شده نیز، با واکاوی در لابه‌لای اشعار و کلمات به سر منزل رسیده‌هایی همچون سهراب سپهری دست یافتنی است.

## ۲- بحث و یافته‌های تحقیق

بی‌گمان یکی از جنبه‌های وجودی آدمی، روحیات و مسائل اساسی انسانی است که او در مسیر تکامل حقیقی خود از آن بهره گرفته و پرورش می‌دهد. این مهم نیز خود دارای اجزایی است که هر یک به بخشی از دنیای وسیع حیات بشری مربوط می‌شود و چون این جنبه القا شده خاص الهی به انسان می‌باشد، بی‌شک در حیات روحی و تکاملی انسان تأثیر مهم و جلوه‌های بی‌شماری دارد. اینک به تحلیل نمودهایی از زندگی و لایه‌هایی از آن در شعر سهراب پرداخته برای هر یک شاهد مثال‌هایی از اشعار او را می‌آوریم.

### ۲-۱- نیکی و محبت

در فرهنگ اصطلاحات عرفانی، در ارتباط با احسان و نیکی آمده است «از جمله محاسن اخلاق، عفو و بخشش کسی است که به تو بد کرده باشد» (سجادی، ۱۳۸۶: ۶۰). در باور بودایی نیز عقیده بر این است که «احسان چند گونه است. احسان به دل، تقدیم داشتن یک دل پر عطوفت به دیگران؛ احسان به چشم، یعنی تقدیم نگاهی گرم و پر مهر به دیگران؛ احسان به رخ، تقدیم چهره‌ای خندان و مهربان به دیگران و احسان به زبان، تقدیم سخنان گرم و با محبت به کسان و هیچ چیز با نیکی قابل مقایسه نیست. برای پایان دادن به تمام رنج‌ها به جدّ تمام، کارهای نیک انجام دهید» (بهرامی‌حزّان، ۱۳۸۲: ۱۲۵). «در سنت بودایی، داستان گشوده مظهر دهش بی‌پایان و مظهر پذیرندگی و مراقبه است» (رنجبر، ۱۳۸۱: ۴۱۹). سهراب، احسان و نوع دوستی و محبت خود را در «هنوز در سفرم» در نامه‌ای که به

یکی از دوستان خود به نام «نازی» می‌نویسد، اینگونه نقل می‌کند: «خرده مگیر؛ روزی خواهد رسید که من بروم خانهٔ همسایه را آب‌پاشی کنم و تو به کاج‌ها سلام کنی و سارها بر خوان ما بنشینند و مردمان مهربان‌تر از درخت‌ها شوند. اینک رنجه مشو اگر در مغازه‌ها، پای گل‌ها، بهای آن را می‌نویسند و خروس را پیش از سپیده‌دم سر می‌برند و اسب را به گاری می‌بندند و خوراک مانده را به گدا می‌بخشند، چنین نخواهد ماند» (سپهری، ۱۳۸۸: ۱۰۰). در این رابطه سهراب درک و بینش خود را از زندگی طاقت فرسای انسان‌های دردمند هم‌عصر خود اینگونه بیان می‌کند: «روی زمین میلیون‌ها گرسنه هست. کاش نبود، ولی وجود گرسنگی، شقایق را شدیدتر می‌کند و تماشای من ابعاد تازه‌ای به خود می‌گیرد. چه قساوتی، یادم هست در بنارس<sup>۱</sup> میان مرده‌ها و بیمارها و گداها از تماشای یک بنای قدیمی دچار ستایش ارگانیک شده بودم. پایم در فاجعه بود و سرم در استتیک. در تاریکی آن‌قدر مانده‌ام که از روشنی حرف بزنم» (سپهری، ۱۳۸۸: ۲۵).

«روزی خواهم آمد، گل یاسی به گدا خواهم داد.  
زن زیبای جذامی را، گوشواری دیگر خواهم بخشید.  
روی پل دخترکی بی‌پاست، دب اکبر را بر گردن او  
خواهم آویخت.

هرچه دشنام از لب‌ها خواهم برچید.  
رهزنان را خواهم گفت: کاروانی آمد بارش لبخند» (سپهری، ۱۳۸۴: ۳۳۸-۳۳۹)

«آب را گل نکنیم:  
شاید این آب روان، می‌رود پای سپیداری، تا فروشوید  
اندوه دلی.  
دست درویشی شاید، نان خشکیده فروبرده در آب» (همان: ۳۴۶)

«برها رفتند.  
یک هوای صاف، یک گنجشک، یک پرواز.  
دشمنان من کجا هستند؟  
فکر می‌کردم:

در حضور شمعدانی‌ها شقاوت آب خواهد شد.  
دوستان من کجا هستند؟  
روزهاشان پرتقالی باد!» (همان: ۳۸۰-۳۸۱)

## ۲-۲- اندوه

در اصطلاحات سنتی عرفان، حزن همان قبض است و فاصله همان حجاب است و قبض حاصل حجاب است. به قول هجویری «پس قبض عبارتی بود از قبض قلوب اندر حالت حجاب» (عابدی، ۱۳۸۷: ۴۸۹). بودا<sup>۱</sup> معتقد است که «اندوه، ناشی از میل به لذت است؛ اندوه، ناشی از آزار است» (بهرامی حران، ۱۳۸۲: ۱۲۸). دکتر شمیسا در «نگاهی به سپهری» می‌نویسد: «مفهوم غم عرفانی یعنی قبض، با غم و اندوه در معنای متعارف فرق می‌کند» (شمیسا، ۱۳۸۲: ۱۴۹).

همان‌گونه که مولانا در مثنوی شریف می‌فرماید:

«چونک قبضی آیدت ای راهرو      آن صلاح توست، آتش دل مشو  
گر همواره فصل تابستان بدی      سوزش خورشید در بستان زدی  
گر ترش رویست آن دی مشفق است      صیف خندانست اما محرق است  
چونک قبض آید تو در وی بسط بین      تازه باش و چین میفکن بر جبین»

(مولوی، ۱۳۸۱: ۳۷۷۹-۳۷۸۴)

کریشنا مورتی<sup>۲</sup> می‌گوید: «اندوه آدمی در این است که همواره بین نگرنده و نگریسته فاصله‌ای هست که مانع شناخت می‌شود» (مرادی کوچی، ۱۳۸۰: ۱۵۷). قبض و اندوه به کار رفته در شعر سپهری، نشانی از نرسیدن انسان به حقیقت است.

«اندوه مرا بچین، که رسیده است.

دیری است، که خویش را رنجانده‌ایم، و روزن آشتی بسته است» (سپهری، ۱۳۸۴: ۱۹۵)

«دل‌م گرفته،

---

1 - Budha

2 - Krishna morti

دلیم عجیب گرفته است.  
 و هیچ چیز،  
 نه، هیچ چیز مرا از هجوم خالی اطراف  
 نمی‌رهاند.  
 و فکر می‌کنم،  
 که این ترنم موزون حزن تا به ابد  
 شنیده خواهد شد» (همان: ۳۰۵-۳۰۶)

### ۲-۳- ایمان

در فرهنگ اصطلاحات عرفانی آمده است که «ایمان، اعتقاد قلبی است به کسی یا چیزی و نیز عبارت است از تصدیق و اطمینان و مقابل کفر است و به معنای خضوع و انقیاد و ثبات آمده است» (سجادی، ۱۳۸۶: ۱۷۱).

در آیین بودایی نیز عقیده بر این است که «در سفر دور و دراز زندگی بشر، ایمان بهترین همراه است. به انسان نیرو می‌بخشد تا بر وسوسه‌ها چیره شود. آدمی به نیروی ایمان می‌تواند کردار خود را پاک نگه دارد و ذهن خود را توانگر سازد» (بهرامی‌حران، ۱۳۸۲: ۱۲۹). بی‌شک نظر سپهری آنچه در مورد ایمان، همان باور و برنامه‌ای است که انسان به اختیار خود بر می‌گزیند و با زندگی با آن به آرامش می‌رسد و گرمی حیات آدمی نیز از اوست:

«من صدای وزش ماده را می‌شنوم.  
 و صدای کفش ایمان را در کوچه شوق» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۸۷)  
 «زندگی خالی نیست:

مهربانی هست، سیب هست، ایمان هست.

آری

تا شقایق هست، زندگی باید کرد» (همان: ۳۵۰)

### ۲-۴- رنج

درد و رنج همزاد آدمی است از دیر زمانی که انسان بوده و شاید بتوان گفت: به تعداد

آدم‌های این چرخ اثیری، اندوه وجود داشته و هست. کامیار عابدی در کتاب «از مصاحبت آفتاب» می‌نویسد: «رنج سپهری، رنجی فردی و درونی است که از تمنای سوزان جاودانگی بر می‌خیزد. این درد، تأیید و تسلیی از عقل نمی‌یابد و آنچه به شاعر نیرو می‌بخشد و دمی را به سوی جاودانگی و بی‌کرانگی می‌کشاند، البته عشق است. این عشق، عشقی است ازلی» (عابدی، ۱۳۸۶: ۹۶).

شوپنهاور<sup>۱</sup> (فیلیسوف بدبین آلمانی) در ارتباط با رنج، معتقد بود که «رنج و درد جوهر واقعی حیات است و آنچه می‌تواند مایه‌رهایی از این رنج باشد، هنر است که سبب می‌شود یک لحظه چرخ زمان متوقف گردد و با این حال او اعتقاد دارد که اخلاق و همدردی در مرحله بالاتر از هنر قرار دارند» (همان: ۱۷۸).

«تمام رنج‌های آدمی از خواستن است. تمام رنج‌های آدم از دل‌نهادگی بر این عالم است. از نظر بودا<sup>۲</sup>، آرزو، سبب اصلی رنج است و فقدان آرزو، مساوی است با فقدان رنج» (رنجبر، ۱۳۸۱: ۳۵).

آنچه که در مورد رنج در عرفان اسلامی و شرقی ملموس است و تجلی آن را نیز در اندیشه سپهری می‌بینیم، در بند شدن انسان نوعی است در دام خواسته‌های نامحدود خود؛ به گونه‌ای که دغدغه خواستن و جامعه عمل پوشانیدن به بایدهاست که انسان را دردمند و مانده و رنجور می‌نمایاند.

«ماهی زنجیر آب است، و من زنجیری رنج

با تو برخوردم به راز پرستش پیوستم

از تو به راه افتادم به جلوه رنج رسیدم» (سپهری، ۱۳۸۴: ۱۸۹)

«خوب زمانه رنگ دوامی به خود ندید:

کندی نهفته داشت شب رنج من به دل،

اما به کار روز نشاطم شتاب بود» (همان: ۳۴)

## ۲-۵- تنهایی

تنها بودن و تنها زیستن، گزینه‌ای است که انسان نوعی در دنیای امروز می‌تواند در

1 - Arthur Schopenhauer

2 - Budha

جهت کسب آرامش برگزیند و نتایج حاصل از آن را به همگنان خویش در اطراف خود هدیه کند. «خلوت در اصطلاح عارفان، امری محدث است و از مستحسنان ایشان و مقید نیست به اربعین. چه انقطاع از خلق و اشتغال به حق امری مطلوب است و با دوام عمر دوام آن پیوسته و نیز صورت خلوت مجموعه‌ای است از چند گونه مخالفت نفس و ریاضات تألیف گرفته» (سجادی، ۱۳۸۶: ۳۵۹-۳۶۷).

«از ابن مبارک پرسیدند: درمان قلب در چیست؟ پاسخ داد: در ندیدن آدمیان؛ صوفی دیگری می‌گفت: اتحاد با خدا جدایی از خلق و غیر خدا و جدایی از غیر خدا اتحاد با خداست» (زین‌کوب، ۱۳۸۳: ۷۲).

تنهایی در فکر سهراب سپهری، تنهایی انزوا طلبانه و ناشی از مشکلات روحی و روانی عصر نیست، بلکه، تنهایی است که شاعر، خود به اختیار انتخاب کرده است و او را از مصاحبت با دیگران بی‌نیاز می‌کند و آنچه را که گم شده انسان است به او نشان می‌دهد. به قول شاعر:

«بر خود خیمه زنیم. سایبان آرامش ما، ماییم

بیایید از شوره‌زار خوب و بد برویم

برویم. برویم و بی‌کرانی را زمزمه کنیم» (سپهری، ۱۳۸۴: ۱۷۴).

نمود بارز جوهره و اصل عرفان شرق، یعنی تنهایی، در اشعار سهراب سپهری است و جالب این جاست که در هشت کتاب واژه تنهایی را بیست و پنج بار به کار برده است. در ارتباط با تنهایی و پشتوانه فلسفی آن در آیین بودایی، می‌خوانیم: «از نظر بعضی محققان امروزی مانند نینیان اسمارت<sup>۱</sup>، آیین بودا، آیینی است به شدت درونگرایانه و در مقابل دنیای امروز و قرن صنعتی و تکنولوژیکی ما که به شدت برون‌گرایانه است، همچنان زنده و با طراوت به حیات خود ادامه می‌دهد» (رنجبر، ۱۳۸۱: ۱۷۲).

«از خانه بدر، از کوچه برون، تنهایی ما سوی خدا رفت» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۳۶)

«من به دیدار کسی رفتم در آن سر عشق

تا چراغ لذت،

تا سکوت خواهش،

تا صدای پر تنهایی» (همان: ۲۷۷)



«آدم اینجا تنهاست  
و در این تنهایی، سایهٔ نارونی تا ابدیت جاری است  
به سراغ من اگر می‌آیید،  
نرم و آهسته بیاید، مبادا که ترک بردارد  
چینی نازک تنهایی من» (همان: ۳۶۱)

## ۲-۶- سفر و مسافر

سهراب سپهری معتقد است که آدم تا می‌تواند باید سفر کند، چه آفاقی و چه انفسی، و در این مسیر است که خود را می‌شناسد و با طبیعت و نظم موجود در آن همگام و همسفر می‌شود.

در فرهنگ اصطلاحات عرفانی آمده است: «سفر، توجّه دل به سوی حق است. چنانکه موسی به کوه طور به طلب رؤیت رفت و سفر روحانی کرد» (سجادی، ۱۳۸۶: ۴۶۶).  
سهراب، عشق به سفر را، اغلب، این طور بیان می‌کرد که «آدم مسافر است، پس باید تا می‌تواند سفر کند!» (سیاهپوش، ۱۳۷۸: ۷۵)

«جاده یعنی غربت  
باد، آواز، مسافر، و کمی میل به خواب.  
شاخ پیچک، و رسیدن و حیاط» (سپهری، ۱۳۸۴: ۳۸۶)

«در کجاهای پاییزهایی که خواهند آمد.  
یک دهان مشجر  
از سفرهای خوب  
حرف خواهد زد؟» (همان: ۴۴۹)

## ۲-۷- فکر

آنچه را که به عنوان فکر می‌توان فهم کرد و نام برد، چراغی است فراروی رهروان و سالکان اصیل مسیر زندگی واقعی؛ زیرا این فکر، راهگشا است و بیانگر، نه گریبانگیر و مشکل ساز و فلسفه باف.

فکر در اصطلاح عرفانی عبارت است از «اندیشه در آیات و نشانه‌های الهی که موجب معرفت شود» (سجادی، ۱۳۸۶: ۶۲۷).

کریشنا مورتی<sup>۱</sup> معتقد است که «فکر در جایگاه خود لازم و ضروری است، اما زمانی که به قلمرو ذهنی و روانی به شکل فرافکنی به گذشته و آینده فضولی می‌کند، باعث پدیدار شدن ترس و همچنین لذات می‌گردد. در نتیجه ذهن گنگ شده و قادر به تصمیم‌گیری و عملکرد نمی‌باشد» (لسانی، ۱۳۷۶: ۸۰).

«بخار فصل گرد واژه‌های ماست.

دهان گلخانه فکر است» (سپهری، ۱۳۸۴: ۳۸۴)

«این تن بی‌شب و روز

پشت باغ سراشیب ارقام

مثل اسطوره می‌خفت

فکر من از شکاف تجرد به او دست می‌زد» (همان: ۴۳۹)

«انسان

در تنبلی لطیف یک مرتع

با فلسفه‌های لاجوردی خوش بود.

در سمت پرنده فکر می‌کرد» (همان: ۴۲۴)

## ۲-۸- حقیقت

حقیقت، اصطلاحی است که در فلسفه و عرفان و نزد اهل ذوق، معانی و اطلاقات متعدد دارد. آنگونه که هجویری می‌گوید: «حقیقت، عبارت است از آن که نسخ بر آن روا نباشد و از عهد آدم تا فنای عالم حکم آن متساوی باشد و نیز مراد از حقیقت انسان کامل حقیقی نیز هست» (سجادی، ۱۳۸۶: ۳۲۳). در آیین بودایی «آنچه که سرآغاز تعلیم است، حقیقت می‌باشد و جز با اندیشه پاک به حقیقت نتوان دست یافت. پس به آنچه که حقیقت است و از آن دانایی حاصل می‌شود، باید توجه داشت» (بهرامی‌حرّان، ۱۳۸۲: ۱۵۴).

همچنانکه مولانا در دیوان شمس می‌فرماید:

«میرسید، میرسید ز احوال حقیقت که ما باده پرستیم نه پیمانۀ شماریم  
شما مست نگشتید و زان باده نخورید چه دانید چه دانید که مادر چه شکاریم»

(مولوی، ۱۳۸۴: ۱۵۵۶۰ - ۱۵۵۶۱)

دستیابی به رازهای هستی و حقیقت مطلق امری دشوار و نایاب است و هیچ‌کدام از این دو (خدا و هستی) برای ما قابل شناخت کلی نیستند و به قول سپهری بایستی در افسون گل سرخ شناور باشیم. حقیقت امری است که در دسترس ذهن و عقل نیست، بلکه کاری است که با پایمردی و همت دل و جان امکان‌پذیر است؛ در واقع حقیقت ممکن نیست، اما تلاش در مسیر آن و سلوک در آن هم ممکن است و هم لازم. کریشنا مورتی<sup>۱</sup> در ارتباط با حقیقت و دست یافتن به آن می‌گوید: «راهی به حقیقت وجود ندارد» (لسانی، ۱۳۷۶: ۳۹). در شرح گلشن راز آمده است که «حقیقت، ظهور ذات حق است، بی‌حجاب تعینات و محو کثرات موهوم در اشعۀ انوار ذات» (لاهیجی، ۱۳۸۷: ۲۴۷). دکتر بهرام مقدادی در مقاله‌ای تحت عنوان «سپهری و کافکا» در کتاب باغ تنهایی، درباره نقطۀ اشتراک میان سپهری و کافکا در ارتباط با حقیقت می‌نویسد: «هم در شعر سپهری و هم در داستان‌های کوتاه و بلند کافکا، این نکته دائم به ما القا می‌شود که انسان این توانایی را ندارد تا بر «اسرار» دسترسی پیدا کند. حقیقت غایب است و هر نوع ارتباطی با آن غیر ممکن» (سیاهپوش، ۱۳۷۸: ۱۵۳).

«کار ما نیست شناسایی راز گل سرخ

کار ما شاید این است

که در افسون گل سرخ شناور باشیم.

کار ما شاید این است

که میان گل نیلوفر و قرن

پی آواز حقیقت برویم» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۹۸ - ۲۹۹)

پس در شعر سپهری نیز، حقیقت، آن سرمنزل عنقااست که دستیابی به آن، کاری است بس دشوار، اما عشق به آن و دغدغۀ وصول به آنجا نیز می‌تواند انسان‌ساز و پرورنده باشد؛

1 - Krishna morti

2 - Franz kafka

زیرا داشتن این میل و رغبت کم از رسیدن نیست و مسیر زندگی و جهت خواهندگی انسان را در میان دنیای آلوده به رنگ نشان می‌دهد.

## ۲-۹- عشق به طبیعت

طبیعت در شعر سپهری انعکاسی ژرف دارد. عارفی که به شرق اندوه جهان ما روی آورده، همچون «بودا» در دل طبیعت به سیر و سلوک و ریاضت پرداخته و سرانجام به کشف و شهود رسیده است. این اندیشه طبیعت‌گرایی سپهری را در اندیشه و شعر دست کم تعدادی از شاعران مغرب زمین که اندیشه لاهوتی در شعرهایشان پررنگ است، می‌توانیم ببینیم. چنانکه والتمن در شعر «در آن هنگام که به همراه اقیانوس زندگی فرو می‌شدم» به اقیانوس به عنوان مظهر زندگی و طبیعت می‌نگرد و خویشتن را در طبیعت باز می‌یابد و باز می‌شناسد و سرانجام نیز در آن فرو می‌رود.

«سپهری درواقع، از درک ذات اشیا و این که اشیا به سوی مرزهای بیکرانه‌ای روانند و او نیز هم‌آوا و هم‌صدا با آنان در حرکت است، لذت غم‌انگیزی در درون خود می‌یابد. این اندیشیدن به زیبایی‌ها و جلوه‌های ظاهری آسان است، آنچه آسان نیست رفتن به فراسوی زیبایی‌ها و جلوه‌های ظاهری و دیدن آنها و به حرکتی در آنها اندیشیدن است» (عابدی، ۱۳۸۶: ۶۳-۶۴).

«هر کجا هستم، باشم

آسمان مال من است

پنجره، فکر، هوا، عشق، زمین مال من است» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۹۱)

ژان ژاک روسو می‌گوید: «برای اینکه از شرّ و بدبختی خلاص شویم، کافی است تمدّن را رها کنیم؛ زیرا انسان طبیعتاً خوب است و انسان وحشی وقتی شکمش سیر باشد با تمام طبیعت در حال صلح و صفا و نسبت به همه مخلوقات مهربان است» (خانمی‌کاشانی، ۲۰۴: ۷۹). «درآیین بودا، تنها موجودی که عرصه زندگی را بر دیگر موجودات عالم تنگ می‌کند، انسان است؛ به همین دلیل اندیشه بی‌آزاری شکل گرفت و به صورت اصلی اخلاقی و اندیشه‌ای درآمد» (رنجبر، ۱۳۸۱: ۱۴۷).

آنچه را که به واقع می‌توان عشق نام نهاد، چه در ارتباط با انسان‌ها و چه در ارتباط

با طبیعت، نداشتن نگاه ابزاری به آنهاست؛ چون از خصوصیات منفی انسان است که اگر به چیزی ابزاری بنگرد و نفع و خودخواهی خود را در آن ببیند، تأثیر سوء خود را بر آن، جا خواهد گذاشت.

عشق زبان فراانسانی است. زبانی است که در آن انسان (عاشق)، قادر است با همه چیز و همه کس بدون هیچ فریب و آزاری بنشیند؛ عشق زبان الهی است.

محمد مختاری در این رابطه می‌نویسد: «عشق بی‌واسطه‌ترین رابطه انسان با انسان است. به همین سبب زیباترین نمود یگانگی و هماهنگی است؛ یگانگی با طبیعت نیز نمود دیگری از زیبایی، یعنی وحدت زیبایی طبیعی و اجتماعی است» (مختاری، ۱۳۷۱: ۷۹).

تفاوت نگاه سپهری با ما در این است که او با طبیعت و در دوستی با آن به سر می‌برد؛ در حالی که ما، نه که دوست نیستیم، بلکه به نحوی در جدال با آن به سر می‌بریم و جالب اینجاست که بانی این جدال، انسان به ظاهر متمدن و به نام دارای فرهنگ امروزی است! ما کجا و سهراب کجا که می‌گوید:

«من «صخره - من» ام، تو «شاخه - تو» یی» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۲۲)

«هر کجا برگی هست، شور من می‌شکفتد.

بوته خشخاشی، شست‌وشو داده مرا در سیلان بودن.

من به سیبی خوشنودم

و به بوییدن یک بوته بابونه» (همان: ۲۸۹)

«روی قانون چمن پا نگذاریم

و نخواهیم مگس از سر انگشت طبیعت بپرد

و نخواهیم پلنگ از در خلقت برود بیرون» (همان: ۲۹۴)

«دیدم که درخت، هست

وقتی که درخت هست

پیداست که باید بود» (همان: ۴۱۹)

«من مسلمانم

قبله‌ام یک گل سرخ

جانمازم چشمه، مهرم نور  
 دشت سجاده من  
 سنگ از پشت نمازم پیداست:  
 من نمازم را وقتی می خوانم  
 که اذانش را باد، گفته باشد سر گلدسته سرو  
 من نمازم را پی «تکبیره الاحرام» علف می خوانم.  
 پی «قد قامت» موج  
 کعبه ام بر لب آب،  
 کعبه ام زیر اقاقی هاست  
 «حجر الاسود» من روشنی باغچه است» (همان: ۲۷۲ - ۲۷۳)  
 «چیزهایی هست که نمی دانم.  
 می دانم، سبزه های را بکنم خواهم مرد» (همان: ۳۳۶)

پیداست کسی که اینگونه به باد و باران، زجره و پروانه، سبزه و دشت و همه اجزای طبیعت بنگرد و عالی ترین لحظه های خدایی و عبادت خود را در آن بگذراند و هر یک را به نحوی، گوشه ای از کعبه عشق وسیع خود قرار دهد، خوابش آرام ترین خواب جهان و حیاتش به مثابه حیات درخت، مفید و زندگی بخش خواهد بود.

## ۲-۱۰- عرفان

آنچه از عرفان در منظر سهراب سپهری منظور است، از عرفان طبیعت گرای اوست که ترکیبی از عرفان اسلامی و عرفان شرقی- بودایی می باشد که آن هم از زبان بزرگانی همچون بودا<sup>۱</sup> و لائوتسه<sup>۲</sup> و به شکل مدرن تر آن از زبان کریشنا مورتی<sup>۳</sup> بیان شده است. سهراب در کتاب «هنوز در سفرم» نقل می کند که: «عرفان ما و بودیسم<sup>۴</sup> اینان، هرچه به دور از هم باشد، در جاهایی برخورد می یابد و شاید یکی شود» (سپهری، ۱۳۸۸: ۴۸). عرفان

1-Budha

2-lauo-tze

3 - Krishna morti

4 - Buddhism

«در اصطلاح راه و روشی است که صالحان حق برای نیل به مطلوب و شناسایی حق بر می‌گیرند که آن خود بر دو گونه است: عرفان عملی، یعنی سیر و سلوک و وصول و فنا و عرفان نظری، یعنی بیان ضوابط و روش‌های کشف و شهود» (سجادی، ۱۳۸۶: ۵۷۷).

«در آیین بودا نیز مانند سایر اشکال عرفان، تأکید بر چیزی دارد که القای آن به افرادی که محروم از آن تجربه بوده‌اند، به تمام معنا محال است. درک این عرفان به هیچ وجه عقلی یا به قول عرفان اسلامی آموختنی نیست، بلکه دریافتنی یا به تعبیر عرفای مسلمان، آمدنی است. در عرفان بودایی پیش از هر چیز سعی بر تخلیه ذهن داشتند که انباشتگی آن بزرگ‌ترین مانع رشد معنوی تلقی می‌شد» (رنجبر، ۱۳۸۱: ۱۱۲-۱۱۳).

«من به مهمانی دنیا رفتم:

من به دشت اندوه،

من به باغ عرفان،

من به ایوان چراغانی دانش رفتم» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۷۶)

«من مفسر گنجشک‌های دره گنگم

و گوشواره عرفان نشان تبت را

برای گوش بی‌آذین دختران بنارس

کنار جاده «سرنات» شرح داده‌ام» (همان: ۳۲۱)

## ۲-۱۰-۱- مرگ

سهراب نو شدن زندگی را در مرگ می‌داند و معتقد است رسیدن به این نگاه در ارتباط با مرگ مستلزم دوری از ذهن شرطی است؛ چرا که ترس از مرگ، ترس از خود مرگ نیست. ترس از واژه مرگ است و تعبیر ما از آن؛ لذا برای برخورد و برداشت از واژه مرگ باید ذهنی باران خورده داشته باشیم که تألمات روحی ما را با آن قرین نکند. «مرگ در اصطلاح عرفا، خلع جامه مادی و طرد قیود و علایق دنیوی و توجه به عالم معنوی و فنا در اسما و ذات است» (سجادی، ۱۳۸۶: ۷۱۴).

«بودا<sup>۱</sup> معتقد است که زندگی به هیچ وجه با مرگ به پایان نمی‌رسد و مرگ انسانی

که به رهایی راه نیافته، بدون تردید، زندگی دیگر و زاییده شدن دوباره‌ای را به دنبال دارد، پس طبیعی است که رنج حیات و ممات در آن تکرار شود» (رنجبر، ۱۳۸۱: ۱۱۶).  
در عرفان ایرانی اسلامی نیز به اشاراتی بر می‌خوریم که مرگ و اندوه و شب، با باوری سرشار از شادی و زیبایی تلقی شده است. در این راستا، اصولاً عارفان مرگ را وصول به حق دانسته‌اند. مولانا در غزلی معروف به یارانش می‌گوید:

«به روز مرگ، چو تابوت من، روان باشد گمان مبر که مرا درد این جهان باشد  
جنازه‌ام چو بینی مگو فراق فراق مرا وصال و ملاقات آن زمان باشد  
کدام دانه فرو رفت در زمین که نرسد چرا به دانهٔ انسانیت، این گمان باشد»

(مولوی، ۱۳۸۴: ۳۳۱)

مرگ در زندگی، در لحظه زندگی کردن انسان را نیز رقم می‌زند. همچنان که ما این فلسفه را در اشعار سهراب می‌بینیم، مرگ نقطه‌ای است بین گذشته و آینده و انسان با احساس وجود مرگ، در حال زندگی می‌کند.

«دریافت سهراب سپهری از مرگ با مشرب شاعران عارف در تمام دوران‌ها هم‌خوانی دارد. از مولانا گرفته «پس چه ترسم کی ز مردن کم شوم» تا والت ویتمن<sup>۱</sup> که می‌گوید: «جوانهٔ کوچک نشان می‌دهد که حقیقتاً مرگی وجود ندارد/ همه می‌آیند و می‌روند، چیزی از بین نمی‌رود/ مرگ کمال است و با آنچه هر کس تصور می‌کند فرق دارد» (فرزان، ۱۳۸۱: ۱۶).  
سهراب سپهری در کتاب «هنوز در سفرم» در ارتباط با مرگ پدرش و زندگی او در آن موقع می‌گوید: «آن روزها که همهٔ خویشاوندان در خانهٔ ما بودند و چشم‌ها تر بود، من در ناظم آباد، تنها، در دره‌ای می‌گشتم، خود را با همه چیز هماهنگ می‌دیدم. گاه می‌شد که می‌خواستیم همهٔ گیاهان را ببوسم، در درخت‌ها فرو روم» (سپهری، ۱۳۸۸: ۹۳).

«مرگ آمد

حیرت ما را برد،

ترس شما آورد.

در خاکی، صبح آمد، سیب طلا، از باغ طلا آورد» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۳۲)



«و نترسیم از مرگ  
مرگ پایان کبوتر نیست  
مرگ در آب و هوای خوش اندیشه نشیمن دارد  
مرگ مسئول قشنگی پر شاپرک است  
و همه می‌دانیم  
ریه‌های لذت، پر اکسیژن مرگ است» (همان: ۲۹۶)

«همیشه با نفس تازه راه باید رفت  
و فوت باید کرد  
که پاک شود صورت طلایی مرگ» (همان: ۳۱۴)

## ۲-۱۰-۲- زندگی

سهراب زندگی را ارزشمند و بایسته لذت بردن از آن می‌داند و این به دلیل در لحظه زیستن و ناب دانستن لحظه‌های زندگی و نیز همدمی با طبیعت است؛ زیرا طبیعت پیوسته در مسیر خود و هدفدار در حرکت است و بی‌شک همراه او نیز به این صفا، طراوت و امیدواری دست می‌یابد و با این نگاه است که سپهری، زندگی را سیب گونه با پوستش می‌خواهد و دوست دارد.

بودا می‌گوید: «ای مردم، زندگانی را زندگی کنید: آرام، خویشتن‌دار و آزاد از هر آز و نیز معتقد است که آدمیان حق دارند زندگی کنند تا دریابند، گذشته از رنج، زندگی، شیرینی، کامیابی و شادی‌های غیرمنتظره بسیار دارد» (رنجبر، ۱۳۸۱: ۱۶۸-۱۷۳)

«زندگی رسم خوشایندی است.  
زندگی چیزی نیست، که لب طاقچه عادت از یاد من و تو برود  
زندگی حس غریبی است که یک مرغ مهاجر دارد  
زندگی شستن یک بشقاب است  
زندگی گل به «توان» ابدیت  
زندگی «هندسه» ساده و یکسان نفس‌هاست» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۹۰ - ۲۹۱)

«مادرم صبحی می‌گفت: موسم دلگیری است

من به او گفتم: زندگانی سیبی است، گاز باید زد با پوست» (همان: ۳۴۳)

«زندگی خالی نیست:

مهربانی هست، سیب هست، ایمان هست.

آری

تا شقایق هست، زندگی باید کرد» (همان: ۳۵۰)

## ۲-۱۰-۳- نگاه ناب

نگاه بدون پیشینه و آگاهی، از جمله هم‌خوانی‌های سهراب سپهری و کریشنا مورتی است؛ به گونه‌ای که انسان‌گزینشی به امور نگاه نکند و با عشق وافر و همه‌جانبه‌ای همه چیز و همگان را بنگرد و در آنها اندیشه کند. به قول کریشنا مورتی (آگاهی بدون‌گزینش) و به قول سپهری در اطلاق آبی: «پرهیز از سیستم ترجیح» همان‌گونه که مولانا در دفتر اول مثنوی می‌فرماید:

«فرع دید آمد عمل بی هیچ شک پس نباشد مردم الا مردمک»

(مولوی، ۱۳۸۱/۱: ۱۷۲۲)

نگاه ناب و تازه، نگاهی است که فارغ از پیش‌داوری‌ها، دانش‌موروثی و شرطی ما باشد. همچنانکه اسم آخرین دفتر شعر سپهری «ماه‌یچ، مانگاه» است؛ این عنوان دقیق و پر معنا، بیانگر فلسفه اوست و تجربه‌ای است در مورد نگاه بدون شائبه پیش‌داوری‌ها و دانش مستقبل و ماضی، و کوششی است ارزنده در بیان آن نگاه‌های تازه. «به نظر کریشنا مورتی در هر نگاه سه عامل وجود دارد:

۱- خودنگاه یا عمل دیدن observation

۲- نگرنده یا مدُرک: observer

۳- نگریسته یا امر مدُرک: observed

نباید بین نگرنده و نگریسته فاصله باشد. فاصله، حاصل پیش‌داوری‌های ماست» (شمیسا،

نگاه کردن به دنیا با عینک عارفانه و خالی از قضاوت و به دور از ارزش، هر چیز را به انسان زیبا می‌نمایاند؛ چرا که نگاه فلسفی و امروزی است که زشتی‌ها را نشان می‌دهد و انسان را رنج می‌دهد. چه بسا این رنج‌های به وجود آمده، خود از رنجی عمیق‌تر و دردناک‌تر در روح انسان حکایت دارد. این را بزرگ‌مردان عرفان و ادب فارسی هر یک به طرز نگاهی نگاشته‌اند؛ چنانچه حافظ می‌فرماید:

«پیرما گفت خطا بر قلم صنع نرفت آفرین بر نظر پاک خطا پوشش باد»

(حافظ، ۱۳۸۳: ۱۱۳)

آری سهراب با سیراب کردن خود از آبشخور چنین بزرگانی است که با دیدی با طراوت و باران خورده به بزرگی رسید و با بزرگی سرود و راه بزرگی را نشان داد.

«من نمی‌دانم

که چرا می‌گویند: اسب حیوان نجیبی است، کبوتر  
زیباست.

و چرا در قفس هیچ کسی کرکس نیست.

گل شبدر چه کم از لاله قرمز دارد.

چشم‌ها را باید شست، جور دیگر باید دید» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۹۱)

«قشنگ یعنی چه؟

قشنگ یعنی تعبیر عاشقانه اشکال» (همان: ۳۰۶)

«و در مسیر «باغ نشاط»

غبار تجربه را از نگاه من شستند،

و به من سلامت یک سرو را نشان دادند» (همان: ۳۲۴)

## ۲-۱۰-۴- وصال و فراق

سهراب سپهری مانند سایر بزرگان عرصه عرفان، لذت فراق را کم از وصال نمی‌داند و آن را به عشق تعبیر می‌کند و در واقع می‌داند که فراق و جدایی او از چیست و از آن به سرچشمه ناب‌ها یاد می‌کند.

در اصطلاح عرفانی نیز «پیوند با محبوب، وصل، وحدت حقیقت است. گفته‌اند: وصل یعنی اتصال به محبوب و آن را بعد از هجران لذتی است که به وصف درنیاید» (سجادی، ۱۳۸۶: ۷۸۶) «انسان تا زنده است، وصل در معنی حقیقی صورت نمی‌گیرد. در فنا فی‌الله است که می‌توان به وصال رسید و لذا مشایخ سلسله مولویه، مراسم ختم و شب سوم را عرس (مراسم عروسی) می‌خواندند» (شمیسا، ۱۳۸۲: ۱۵۴).

«میان ما سرگردانی بیابان‌هاست

بی چراغی شب‌ها، بستر خاکی غربت‌ها، فراموشی  
آتش‌هاست.

میان ما «هزار و یکشب» جست و جوی‌هاست. (سپهری، ۱۳۸۴: ۱۵۳)

«نه، وصل ممکن نیست،

همیشه فاصله‌ای هست.

و عشق

صدای فاصله‌هاست.

همیشه عاشق تنه‌است» (همان: ۳۰۸)

## ۲-۱۰-۵- سادگی و فروتنی

سپهری در اوج بزرگواری، غرور و خودبینی را در خود کشته‌است و به همین دلیل است که بزرگوارانه و ساده با ما حرف می‌زند و به واقع فانی شده است، البته نه فانی نابودی، بلکه فانی شدنی که عین بقا و ماندگاری است؛ چرا که او به مانند رودی به دریای زلال الهی می‌پیوندد و با این پیوستن به معدن آرامش و بقای جاودانه است که آرام می‌گیرد. عزالدین محمود کاشانی در مصباح‌الهدایه در مورد سادگی و فروتنی می‌گوید: «و آن عبارت است از وضع نفس خود با حق در مقام عبودیت و با خلق در مقام انصاف. تواضع نعمتی است که بر آن هیچ کس حسد نبرد، همچنانکه کبر بلایی است که هیچ کس بر صاحب آن رحمت نکند» (همایی، ۱۳۸۸: ۳۵۱-۳۵۴).

کریشنا مورتی، در چند جای از آثارش سادگی و فروتنی را اینگونه توضیح می‌دهد:

«فروتنی زمانی تحقق پیدا می‌کند که به تضاد پایان داده شده باشد» (لسانی، ۱۳۷۶: ۱۹۱)

«ساده باشیم»

ساده باشیم چه در باجهٔ بانک چه در زیر درخت» (سپهری، ۱۳۸۴: ۲۹۸)

«این آب روان، ما ساده‌تریم. این سایه، افتاده‌تریم.

نه تو می‌پایی، نه من، دیده‌تر بگشا. مرگ آمد، در

بگشا» (همان: ۲۳۴)

### ۳- نتیجه‌گیری

شعر سپهری، نوعی حسرت و گرایش به آرامش‌ها و بدویت‌های ساده و بی‌آلایش از دست رفتهٔ بشر و انسان امروزی و نشان دادن راه‌های بازگشت به این فراغت‌هاست. این گرفتاری‌ها نیز به نوبهٔ خود، ریشه در شکست‌های عاطفی و فلسفی و اجتماعی انسان و دوری از فطرت زیباجوی انسان دارد. سپهری با کلماتی ساده، که آنها را جلایی دیگر از نوع عرفانی و بینش خاص خود زده، با انسان تشنهٔ زندگی هم‌عصر خود ارتباط برقرار می‌کند و آرامش و سکون کسب کردهٔ خود را به او نشان می‌دهد.

مواد اصلی تشکیل دهندهٔ این بینش را می‌توان در طبیعت‌گرایی خاص سپهری و آرامش گرفتهٔ او از همدمی و هماهنگی با طبیعت دانست. این مهم را نیز می‌توان، برگرفته از آبخور فکری عرفان و تفکر اشراقی بزرگ مردانی چون سهروردی و مولانا، در عرفان اسلامی و انسان دوستانی همچون بودا<sup>۱</sup>، لائوتسه<sup>۲</sup> و کریشنا مورتی<sup>۳</sup>، در عرفان و آیین‌های شرقی و شاعران مایه‌داری همچون والت ویتمن<sup>۴</sup> و ویلیام وردزورث<sup>۵</sup>، در مکاتب عرفانی و ادبی شرق و غرب دانست.

بی‌گمان چون سپهری، شاعری وارسته بوده، با کلمات رنگین و ابزاری زیبا، کلام را به شیوه‌ای دلنشین و سازگار با روح بشری سروده و نیز با توجه به هم‌سفرگی با بزرگ مردان این عرصه، کلامش برآمده از دل بوده و بیش از پیش تأثیر خویش را بر دل‌ها گذاشته و خواهد گذاشت.

---

1 - Budha

2 - Lauo-tze

3 - Krishna morti

4- Walt- whitman

5 - Wiliam Wordsworth

### کتابشناسی

- ۱- اکبرلو، منوچهر، (۱۳۷۸)، «*با باغبان باغ عرفان*»، نشریه راه مردم.
- ۲- تیسا سادها، (۱۳۸۲)، *بودا و اندیشه‌های او*، ترجمه محمد تقی بهرامی حران، چاپ اول، تهران: جامی.
- ۳- حافظ، شمس الدین، (۱۳۸۳)، *دیوان حافظ*، به کوشش خلیل خطیب رهبر، تهران: صفی علیشاه.
- ۴- خانمی کاشانی، زهرا، (۱۳۷۹)، «*طبیعت گرایی در شعر سهراب سپهری*»، نشریه بصیرت.
- ۵- راستگو، محمد، (۱۳۷۷)، *اندیشه عارفانه در شعر سهراب سپهری*، نشریه فردا.
- ۶- رنجبر، امیر حسین، (۱۳۸۱)، *بودا در جستجوی ریشه‌های آسمان*، چاپ اول، تهران: فیروزه.
- ۷- زرین کوب، عبدالحسین، (۱۳۸۳)، *تصوف ایرانی در منظر تاریخی آن*، چاپ اول، تهران: سخن.
- ۸- سپهری، سهراب، (۱۳۹۰)، *اتاق آبی*، چاپ یازدهم، تهران: سروش.
- ۹- ..... (۱۳۸۴)، *هشت کتاب*، چاپ چهاردهم، تهران: طهوری.
- ۱۰- ..... (۱۳۸۸)، *هنوز در سفرم*، به کوشش پریدخت سپهری، چاپ هشتم، تهران: فرزانه.
- ۱۱- سجادی، سید جعفر، (۱۳۸۶)، *فرهنگ اصطلاحات و تعبیرات عرفانی*، چاپ هشتم، تهران: طهوری.
- ۱۲- سعدی، (۱۳۸۱)، *کلیات سعدی*، تصحیح محمد علی فروغی، تهران: طلوع.
- ۱۳- سیاهپوش، حمید، (۱۳۷۲)، *باغ تنهایی*، اصفهان: اسپادانا.
- ۱۴- شفیعی کدکنی، محمدرضا، (۱۳۸۴)، *گزیده غزلیات شمس*، چاپ هجدهم، تهران: امیر کبیر.
- ۱۵- ضرابی‌ها، محمد ابراهیم، (۱۳۸۴)، *نگاه ناب*، چاپ اول، تهران: بینا دل.
- ۱۶- فرزانه، مسعود، (۱۳۸۱)، «*اشعار صوفیانه سهراب سپهری*»، ترجمه شهلا خلیل الهی، نشریه کارنامه.
- ۱۷- کاشانی، عزالدین محمود، (۱۳۸۸)، *مصباح الهدایه و مفتاح الکفایه*، تصحیح

علامه همایی، چاپ نهم، تهران: هما.

۱۸- کرمی، حجت‌الله، (۱۳۸۵)، «انسان‌گرایی عارفانه در شعر سپهری»، فصلنامه هنر.

۱۹- مختاری، محمد، (۱۳۷۱)، *انسان در شعر معاصر*، چاپ سوم، تهران: توس.

۲۰- مرادی کوچی، شهناز، (۱۳۸۰)، *معرفی و شناخت سهراب سپهری*، چاپ اول،

تهران: قطره.

۲۱- مورتی کریشنا، (۱۳۷۰)، *اولین و آخرین رهایی*، ترجمه قاسم کبیری، چاپ اول،

تهران: مجید.

۲۲- ..... (۱۳۷۰)، *تنها رستاخیز*، ترجمه رضا ملک زاده، چاپ

اول، تهران: فردوسی.

۲۳- ..... (۱۳۷۶)، *رهایی از دانستگی*، ترجمه مرسده لسانی،

چاپ چهارم، تهران: بهنام.

۲۴- مولوی، (۱۳۸۴)، *کلیات شمس تبریزی*، تصحیح بدیع الزمان فروزانفر، چاپ

پنجم، تهران: پیمان.

۲۵- ..... (۱۳۸۱)، *مثنوی معنوی*، به اهتمام نیکلسون، چاپ

چهاردهم، تهران: طلوع.

## References

1- Akbarlu, Manucehr. (1999/1378SH). *Bāqbān-e Bāq-e erfān'*. Rāh-e mardom Journal.

2- Farzan, Mas'ud. (2002/1381SH). *Aš'ār'-e sufiyāne-e Sohrāb Sepehri*. Translation šahlā xalillollāhi. Kārnāme Journal.

3- Hāfez, Šamsheddin. (2004/1383SH). *Divān-e Hāfez*. Correction Dr. Xalil-e Xatib Rahbar. Tehran: Safi ali šah.

4- Karami, Hojjatollah. (2006/1385SH). *Ensāngerayi-e ārefāne' dar še'r-e Sepehri*. Honar Journal.

5- Kāšāni, Ezeddin' Mahmoud. (2009/1388SH). *Mesbāholhedāye va Meftāholkefāye*. Correction Allāme' Homāyi. Tehran: Homā.

6- Krishnamurti. (1991/1370SH). *Avvalin va axerin rahāy(')i*. Translator kabiri Qasem. (1<sup>st</sup> ed.). Tehran: Majid.

7- ..... (1997/1376SH). *Rahāy(')i az danestegi*. Translator Mersede

Lesani. (1<sup>st</sup> ed.). Tehran:Behnām.

8- .....(1991/1370SH). *Tanhā rastāxiz*. Translator Reza Malakzade. Tehran:Ferdowsi.

9- Moradi Kochi,Shahnāz.(2001/1380SH). *Mo'arrefi va šenāxt-e Sohrāb Sepehri*. (1<sup>st</sup> ed.). Tehran:Qatre.

10- Mowlavi.(2005/1384SH). *Kolliy[y]āt Šams-e Tabrizi*. Tehran:Peymān.

11- .....(2002/1381SH). *Masnavi Ma'navi*. Correction Nikolson. Tehran:Tolu.

12- Moxtari,Mohammad.(1992/1371SH). *Ensān' dar še'r-e mo'āser*:(3<sup>st</sup> ed.). Tehran:Tus.

13- Ranjbar,Amirhoseyn.(2002/1381SH). *Budā dar josto(e)ju-e rišeye-hā-ye ās[e]mān'*:(1<sup>st</sup> ed.). Tehran:Firuze.

14- Rāstgu, Mohammad.(1998/1377SH). *Andiše'-ye ārefāne' dar še'r-e Sohrāb Sepehri*. Fardā Journal.

15- Saaddha,Tissa.(2003/1382SH). *Budā va andiše-hā-ye u'*. Translator Mohammad Taqi Bahrami-e Harran.(1<sup>st</sup> ed.). Tehran:Jāmi.

16- Sadi.(2002/1381). *Kolliy[y]āt-e Sa'di*. Corretion Mohammad Ali Foroughi. Tehran:Tolu.

17- Sajjādi,Seyyed Jafar. (2007/1386SH). *Farhang-e estelāhāt va ta'birāt-e erfāni*. Tehran:Tahoori.

18- Sepehri,Sohrāb.(2011/1390SH). *Otāq'-e 'ābi*. Tehran:Soruš.

19- .....(2005/1384SH). *Hašt ketāb*. Tehran:Tahuri.

20-.....(2009/1388SH). *Hanouzam dar safaram*. Correction Sepehri,Paridoxt.(8<sup>st</sup>ed.).Tehran:Foruzān.

21- Siyāhpūš,Hamid.(1993/1372SH). *Bāq-e tanhāy(')i*. Esfahan:Spādānā.

22- Šafi'i,Kadkani,Mohammad Reza.(2005-1384SH). *gozide qazaliy[y]āt-e šams*. Tehran:Amirkabir.

23- Xanomi-e Kāšāni,Zahrā.(2000/1379SH). *Tabi'atgerāyi dar še'r-e Sohrāb Sepehri*. Basirat Journal.

24- Zarrābihā,Mohammad Ebrāhim.(2005-1384SH). *Negāh-e nāb*.(1<sup>st</sup> ed.). Tehran:Binādel.

25- Zarrinkub,Abdolhoseyn.(2004/1383SH). *Tasvof-e irāni dar manzar-e tārixi-e an*.(1<sup>st</sup> ed.). Tehran:Soxan.