

## Analysis of real self and ideal self in Sohrab Sepehri's poems

Nooshin Gharibi\*, Aliakbar Bagherikhalili\*\*

Soheila Hashemikoochaksarai\*\*\*, Reza Sattari\*\*\*\*

### Abstract

This study explores the formation and interaction of the real self and the ideal self in the poetry of Sohrab Sepehri (1920–1970) through the lens of humanistic psychology and the concept of the phenomenal field. Sepehri's phenomenological view of existence, reflected in his poetic expression, aligns with the idea of self-actualization. The research investigates how Sepehri's perception of the self and the world contributes to the development of his poetic identity and existential unity.

**Keywords:** Sohrab Sepehri, humanistic psychology, phenomenal field, real self, ideal self, self-actualization.

### Introduction

Sohrab Sepehri's poetry presents a philosophical journey into the nature of self, humanity, and existence. His work reflects a persistent desire for unity with being and mirrors the core principles of humanistic psychology, particularly the pursuit of self-fulfillment through harmony between the real self and the ideal self. The phenomenal field—one's personal perception of reality—plays a central role in this development. This paper aims to analyze the structure and dynamics of Sepehri's real and ideal selves and the influence of his phenomenal field in shaping them.

\* Ph.D. Candidate of Persian Language and Literature, Mazandaran University (Corresponding Author),  
nooshinqaribi@yahoo.com

\*\* Professor of Persian Language and Literature, Mazandaran University, aabagheri@umz.ac.ir

\*\*\* Professor of Psychology, Mazandaran University, soheilhashemi@yahoo.com

\*\*\*\* Associate Professor of Persian Language and Literature, Mazandaran University, ezasattari@umz.ac.ir

Date received: 27/12/2023, Date of acceptance: 20/11/2024



## Materials and Methods

This is a qualitative research based on a descriptive-analytical method. Data were collected through library research, examining primary poetic texts of Sohrab Sepehri and relevant psychological and philosophical literature.

## Results and Discussion

The findings indicate that Sepehri's phenomenal field is deeply rooted in nature, which serves as a source of purity, unity, and inspiration in his poetry. His real self encompasses material, physical, emotional, and intellectual components, which often appear fragmented and reflective of existential disintegration. In contrast, his ideal self represents a harmonious, transcendent identity that aspires toward unity with existence. The interplay between these two aspects reveals a psychological and spiritual journey, where the ideal self functions as a unifying force that guides Sepehri toward self-actualization. His poetry portrays this ongoing transformation and invites readers to engage in a similar introspective journey.

## Conclusion

Sepehri's poetic exploration of the self is a profound reflection of humanistic ideals. By emphasizing nature, introspection, and authenticity, his works articulate the struggle and the aspiration for existential wholeness. The dynamic between the real and ideal self in his poetry illustrates a universal path toward self-realization, making his work a lasting source of philosophical and psychological insight.

## Bibliography

- The Holy Quran, translated by Mehdi Elahi Qomshahi [in Arabic]
- Ashrafzadeh, Reza and Abbasi, Zahra. (2018). "A Study of the Personalities of Epic Poems... Based on the Anthropological Theories of Rogers and Maslow", *Literary Studies*, Vol. 8, No. 14, pp. 9-48. [in Persian]
- Bagheri-Khalili, Ali-Akbar. (2009). "The Foundations of Elegance and Pleasure in the Ghazals of Hafez Shirazi", *Literary Studies*, Vol. 6, No. 24, pp. 9-34. [in Persian]
- Bayat, Hossein and Shahbazi, Nastaran. (2019). "Dekhw in the Role of a Psychotherapist", *Persian Language and Literature*, Vol. 28, No. 34, pp. 79-99. [in Persian]
- Beigzadeh, Khalil and Mirnaseri, Masoumeh. (2013). "A Study of Sohrab Sepehri's Phenomenological Perspective in the Book 'We Are Nothing, We Are Looking'", *Journal of Islamic Azad University, Fasa Branch*, Vol. 4, No. 1, pp. 45-59. [in Persian]

### 345 Abstract

- Parvin, Lawrence and John, Oliver. (2012). *Personality*, translated by Parvin Kadivar, Tehran: Aiz. [in Persian]
- Parhizkari, Maryam and Ashourinejad, Abbas. (2016). "From Rand to Pir Moghan (From the Real Self to the Ideal Self of Hafez)", *Hafez Studies Yearbook*, No. 19, pp. 53-71. [in Persian]
- Perin, Lawrence. (1993). *Psychology of Personality*, translated by Mohammad Jafar Javadi and Parvin Kadivar, Tehran: Rasa. [in Persian]
- Taghavi-Fardood, Zahra. (2014). "Thematic Criticism of Eight Books in the Circle of Inner Void...", *Literary Criticism Studies*, Volume 9, No. 36, pp. 147-164. [in Persian]
- Hariri, Khalil and Ziaei-Alishah, Mohammad Ali. (2012). "A Study and Comparison of Sohrab Sepehri's Utopia and Tahereh Saffarzadeh's Anti-Utopia", *Mysticism in Persian Literature*, Volume 3, No. 11, pp. 190-205. [in Persian]
- Rogers, Carl. (2018). *The Art of Becoming Human: Psychotherapy from a Therapist's Perspective*, translated by Mahin Milani, Vol. 6, Tehran, Asem and Nashrno Publishing House. [in Persian]
- Richard, Rickman. (2008). *Theories of Personality*, translated by Mehrdad Firouzbakht, Tehran: Rawan and Arasbaran. [in Persian]
- Zomorodi, Homeira. (2004). "Sepehri's New Dualism", *Journal of the Faculty of Literature and Humanities, University of Tehran*, Volume 55-54, No. 168-169, pp. 121-128. [in Persian]
- Zohrehvand, Saeed and Masoudi, Marzieh. (2014). "Aesthetic Intuition and Intuitive Aesthetics in Sohrab Sepehri's Poetry and Painting", *Contemporary Persian Literature*, Vol. 4, No. 3, pp. 63-96. [in Persian]
- Samkhaniani, Ali Akbar. (2013). "Phenomenological Approach in Sohrab Sepehri's Poetry", *Adab Ghana'i*, Vol. 11, No. 20, pp. 121-142. [in Persian]
- Sepehri, Sohrab. (1979). *Eight Books*, Tehran: Tahori. [in Persian]
- Siasi, Ali Akbar. (2009). *Personality Theories or Schools of Psychology*, Vol. 13, Tehran: University of Tehran. [in Persian]
- Shamloo, Saeed. (2003). *Schools and Theories in Personality Psychology*, Vol. 7, Tehran: Roshd. [in Persian]
- Sharifian, Mehdi and Darbidi, Yousef (2007). "A study of the symbols of apple, pigeon, rose and lily in Sohrab Sepehri's poems", *Kerman Bahonar Faculty of Literature and Humanities*, Vol. 21, pp. 59-84. [in Persian]
- Shafie-Kadkani, Mohammad Reza. (2011). *Persian Poetry Periods from Constitutionalism to Monarchy*, Vol. 7, Tehran: Sokhan. [in Persian]
- Shekarkan Hossein et al. (1998). *Schools of Psychology and Its Criticism*, Vol. 2, Vol. 3, Tehran: Samt. [in Persian]
- Schultz, Dovan. (1989). *Psychology of Perfection*, translated by Giti Khoshdel, Tehran: Nashrno. [in Persian]
- Sayadani, Ali et al. (2019). "Analysis and Formal Criticism of the Poetry of Khalil Matran and Sohrab Sepehri from the Perspective of Non-normativity and De-familiarization", *Contemporary Literature Research*, Vol. 80, pp. 471-493. [in Persian]

- Talebian, Yahya and Biabani, Ahmad Reza. (2012). "Criticism of the narrator/psychology of personality in the book *Da*", based on Rogers's perspective, *Islamic Revolution Approach*, Vol. 6, No. 18, pp. 25-46. [in Persian]
- Zahiri-Nav, Bijan et al. (2016). "Criticism and examination of self-actualization manifestations in the logic of Attar based on Rogers' theory", *Poetry Studies*, Volume 8, No. 3, pp. 95-112. [in Persian]
- Abedi, Kamyar (2005). *From the conversation with Aftab*, Tehran: Sales. [in Persian]
- Frankl, Victor Emil (1991). *Man in search of meaning*, translated by Majid Amini, Tehran: Timuri. [in Persian]
- Kaviani, Shiva (Mansoura). (1989). "Sohrab Sepehri's philosophical thought", *Chista*, No. 61, pp. 39-53. [in Persian]
- Keshavarz, Vahid and Amir Jalali, Mohammad (1991). "Comparative Criticism of "Death" in Sepehri's Poems...", *Contemporary Literature of the World*, Volume 27, No. 2, pp. 791-823. [in Persian]
- Narmashiri, Esmaeil. (2011). "An Analytical-Philosophical Look at the System of the Footsteps of Sepehri's Water", *Contemporary Persian Literature*, Vol. 2, pp. 133-149. [in Persian]

## واکاوی خود واقعی و خود آرمانی در اشعار سهراب سپهری

نوشین غریبی\*

علی اکبر باقری خلیلی\*\*، سهیلا هاشمی کوچکسرای\*\*\*، رضا ستاری\*\*\*\*

### چکیده

شعر سهراب سپهری (۱۳۰۷-۱۳۵۹) روایت نگاه او به خود، انسان و هستی است. روان‌شناسی انسان‌گرا نیز معنای زندگی را در خودآگاهی و تحقق «خود» دانسته، از آن به «خودشکوفایی» تعبیر می‌کند و آن را در «بودن» فرد و «چگونه تجربه کردن واقعیت» که سامان‌بخش میدان پدیداری است، می‌جوید. حصول این مقصود، مشروط به سازگاری میان میدان پدیداری، اندامگان، خود واقعی و خود آرمانی است. خودشکوفایی زمانی محقق می‌گردد که فاصله میان خود واقعی و خود آرمانی کاهش یابد. نگاه سپهری به هستی، نگاهی پدیدارشناختی است. حرکت به سوی یگانگی با هستی و ظهور خود آرمانی، نبض سروده‌های اوست. این مقاله می‌کوشد تا بدین پرسش‌ها پاسخ دهد که: فرایند شکل‌گیری و مؤلفه‌های خود واقعی و خود آرمانی در اشعار سپهری کدامند؟ و میدان پدیداری سپهری در شکل‌گیری آن‌ها چه تأثیری دارد؟ روش پژوهش، توصیفی-تحلیلی و جمع‌آوری اطلاعات کتابخانه‌ای است. براساس یافته‌های تحقیق، منابع میدان پدیداری سپهری گسترده، طبیعت مهم‌ترین منبع آن و الهام‌بخش پاک، صداقت و وحدت است. خود واقعی سهراب متشکل از جنبه‌های مادی، جسمانی، فکری و عاطفی است. مؤلفه‌های خود واقعی حکایت از پراکندگی وجودی او دارند. خود آرمانی مقصد جستجوها و مکاشفات سپهری است. عناصر سازنده آن، عامل سازگاری بین

\* دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه مازندران (نویسنده مسئول)، nooshinqaribi@yahoo.com

\*\* استاد گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه مازندران، aabagheri@umz.ac.ir

\*\*\* استاد گروه روانشناسی، دانشگاه مازندران، soheilhashemi@yahoo.com

\*\*\*\* دانشیار گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه مازندران، ezasatari@umz.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۸/۳۰



پراکندگی‌های خود واقعی با خود آرمانی سپهری و رمز ورود او به خودشکوفایی محسوب می‌شوند و نتیجه آن ناشناختگی کامل است.

**کلیدواژه‌ها:** سهراب سپهری، روان‌شناسی انسان‌گرا؛ میدان پدیداری؛ خود واقعی؛ خود آرمانی.

## ۱. مقدمه

### ۱.۱ بیان مسئله

شعر سهراب سپهری روایت نگاه او به خود، انسان و هستی است. او می‌کوشد تا چگونگی تعامل انسان با جهان و به وحدت رسیدن با آن را به زبان هنری تصویر نماید. سپهری نظام فکری و سبک ادبی خاصی دارد و نگرش و بینش او نیز مربوط به جهان ذهن و اندیشه اوست. اگرچه او نیز هم‌چون دیگران به «شدن» و «کمال» انسان می‌اندیشد و آن را در نگرش‌ها و کنش‌هایش می‌جوید، اما انسان خودشکופا در شعر سپهری ضمن اشتراک در پاره‌ای از ویژگی‌ها با انسان خودشکופا در نزد دیگر شاعران یا صاحب‌نظران، واجد ابعاد شخصیتی به‌خصوصی نیز هست؛ چنان‌که حتی اگر در تعریف ویژگی‌ها مشترک باشند، در نگاه و شیوه سلوک از آنان متفاوت است. از این‌رو، شعر برای سهراب صرف بیان احساس نیست بلکه تصویر دنیا و خویشتن آرمانی است. دنیای سهراب در اشعارش بسیار ساده و درعین حال پیچیده است و گستره تفکر و تخیل سپهری در آن‌ها عینیّت می‌یابد. به‌همین سبب، ویژگی‌های انسان خودشکופا را باید در اشعارش جستجو کرد. می‌توان گفت هر اثر ادبی مهم‌ترین منبع شناخت شخصیت خالق آن و چگونگی نگرش او به خود، انسان و جهان است. این شناخت از طریق تحلیل تصویرها، واژه‌ها و به‌ویژه ساخت‌های نحوی متن و با تکیه بر روشی نظام‌مند و نظریه‌ای مناسب حاصل می‌گردد.

در همین ارتباط، نظریه‌های روان‌شناختی از جمله ابزار مناسب شخصیت‌شناسی محسوب می‌شوند. از میان آن‌ها، «روان‌شناسی انسان‌گرا، خودآگاهی را عامل اصلی جستجوی معنای زندگی و تکامل شخصیتی دانسته، از استعداد بالقوه آدمی برای کمال، سخن می‌گوید» (شولتز، ۱۳۶۹: ۷). کارل راجرز (Carl Rogers) یکی از نظریه‌پردازان این حوزه دیدگاه‌های خود را از تجربه‌های ذهنی فرد شروع و به آن ختم می‌کند. از نظر او چگونه تجربه‌کردن واقعیت، مبنای قضاوت‌ها و رفتارهای فرد است.

واکاوی خود واقعی و خود آرمانی در اشعار ... (نوشین غریبی و دیگران) ۳۴۹

تجربه درونی بارقه‌ای است که لحظه‌ای خاص، هوشیارانه یا ناهوشیارانه پدیدار می‌گردد و میدان پدیداری تجربه‌گر را سامان می‌بخشد. تجربه هوشیارانه، جنبه‌ای از میدان پدیداری نمادپذیر است، یعنی می‌توان آن را در ظرف کلمات ریخت و تجسم بخشید؛ اما تجربه ناهوشیارانه، تجربه‌ای غیرقابل بیان و تجسم‌ناپذیر است (ریچارد، ۱۳۸۷: ۴۷۴-۴۷۵).

چون «رویکرد پدیدارشناختی راجرز برخلاف روان‌کاوی، بر ادراک، احساس، خودشکوفایی، مفهوم خویشتن و تغییرات مداوم شخصیت تکیه دارد» (پرین، ۱۳۷۲: ۲۱۵)، مفهوم خود در مرکز تأملات تکاملی قرار می‌گیرد؛ فرد با اتکا به میدان پدیداری به ادراکات محیطی معنا بخشیده، با هستی ارتباط برقرار می‌کند. پس، چگونگی رفتار او با هستی، محصول میدان پدیداری اوست.

سهراب سپهری از نوگرایانی است که میدان پدیداری‌اش، هم در مصداق و هم در معنا با دیگر شاعران تفاوت‌های چشم‌گیری دارد. کیستی خود، چیستی پدیده‌ها، چرا و چگونه بودن، کانون نگاه او به هستی است. حرکت «خود» به سوی یگانگی با هستی و ظهور «خود آرمانی»، نبض سروده‌های اوست و تصویرهای شعرش، راوی تجربه‌های زیسته وی در جستجوی این خود گم‌شده. بنابراین، این مقاله می‌کوشد تا بدین پرسش‌ها پاسخ دهد که: فرایند شکل‌گیری و مؤلفه‌های خود واقعی و خود آرمانی در اشعار سپهری کدامند؟ و میدان پدیداری سپهری در شکل‌گیری آن‌ها چه تأثیری دارد؟

روش کار این پژوهش توصیفی-تحلیلی، با رویکرد استدلالی و تفسیرگرایانه است. بعد از مطالعه اشعار سپهری، آن دسته که بیشترین پیوند را با خود واقعی و خود آرمانی داشته و می‌توانستند به پیش‌برد پرسش‌ها و هدف‌های پژوهش کمک کنند، انتخاب و طبقه‌بندی شدند. واحد تحلیل، اشعاری است که نمودار میدان پدیداری سهراب نسبت به خود/انسان و جهان و چگونگی تعامل با آن هستند.

## ۲.۱ پیشینه پژوهش

طالبیان و بیابانی (۱۳۹۱) شخصیت راوی کتاب دا را براساس نظریه راجرز بررسی نموده و بدین نتیجه رسیداند که راوی/ شخصیت از خصلت‌هایی برخوردار است که راجرز با توجه به آن مقولات، شخصیت سالم یا شخصیت با کنش کامل را معرفی کرده‌است. پرهیزکاری و عاشوری‌نژاد (۱۳۹۵) به بحث درباره خودآگاهی و انواع آن پرداخته، کوشیده‌اند تا خودآگاهی را با تأکید بر خود واقعی و خود آرمانی در اشعار حافظ بررسی کنند. آنان معتقدند خود واقعی

در مفهوم رند تجلی یافته‌است و خود آرمانی در مفهوم پیر مغان. ظهیری‌ناو و همکاران (۱۳۹۵) معتقدند که گرایش فطری انسان به خودشکوفایی و کمال، گستره وسیعی از ادبیات ایران‌شهری را به خود اختصاص داده و آثار ادبی قابلیت بررسی با نظریه راجرز را دارند؛ چنان‌که درون‌مایه اصلی منطق‌الطیر دیدار با خویشتن و شناخت خود است. اشرف‌زاده و عباسی (۱۳۹۷) شخصیت‌های پاره‌ای از منظومه‌های حماسی را به‌عنوان افراد خودشکופا در نظریه راجرز و مزلو مورد بررسی قرار داده و معتقدند این شخصیت‌ها می‌توانند الگوی ایرانی افراد خوشکופا در نظریه راجرز و مزلو قلمداد شوند. بیات و شهبازی (۱۳۹۹) چرندوپرند را با فرض دهخدا در نقش روان‌درمانگر براساس نظریه راجرز تحلیل کرده‌اند. باری، با توجه به جستجوهای انجام گرفته، در باره خود آرمانی و خود واقعی در اشعار سپهری، پژوهش مستقلی یافت نشد.

### ۳.۱ روان‌شناسی انسان‌گرا

روان‌شناسی انسان‌گرا، شیوه‌ای است که همه روان‌شناسی و نه حیطه خاصی از آن را دربرمی‌گیرد. «بیشتر متوجه موضوعاتی مانند عشق، خلاقیت، خود، اندامگان (ارگانیسم)، خویشتن‌سازی و تعالی «من» است» (شکرکن و همکاران، ۱۳۷۷: ۴۳۵). این مکتب مبتنی بر نیاز طبیعی انسان بوده و انسان اساس مطالعات آن است. در پی تغییر و شدن انسان نیست، بلکه «بودن» و چگونه از قوه به فعل رساندن استعداد و خودشکوفایی او رامی‌کاود. از نظر انسان‌گرایان

انگیزه اصلی فعالیت آدمی عبارت است از احساس خلأ یا نقص و میل به رفع آن. این فعالیت که برای پرکردن خلأ یا رفع نقص است، «خودشکفتگی» نام دارد. چون افراد از حیث آرزوها، هدف‌ها و استعدادها، و همچنین عوامل فرهنگی و اجتماعی که بر آن‌ها اثر می‌گذارند، باهم فرق دارند، چگونگی «خودشکفتگی» آن‌ها نیز از هم متفاوت است (سیاسی، ۱۳۸۹: ۲۳۷).

تفاوت انسان‌های خودشکوفابا دیگران در این است که نگاه آنان به انسان و جهان از نیازهای اولیه فراتر رفته، با جستجو و دستیابی به حقیقت و فراحقیقت‌پویانند می‌خورد. چگونگی شکوفایی «خود» را می‌توان در سه موضوع مورد بحث قرار داد:

۱. میدان‌پدیداری: منظور از میدان‌پدیداری، «مجموع تجربیات فردی است که برخی به‌صورت هشیار و برخی نیمه‌هشیار و ناهشیار اندوخته می‌شوند. این درک مختص خود فرد است و لزوماً واقعیت ندارد. میدان‌پدیداری «نحوه برداشت فرد از خویشتن و



جهان» است» (پروین و جان، ۱۳۹۱: ۱۵۶). هر شخصی جهان را از دایره میدان پدیداری خود می‌بیند. برای سنجش میزان خودشکوفایی فرد می‌توان میدان پدیداری‌اش را در نظر گرفت. هرچه میزان همسانی میدان پدیداری با خویشتن واقعی بیشتر باشد، به خودشکوفایی نزدیک است و هرچه فاصله بیشتر باشد، در آشفتگی به سر می‌برد. میدان پدیداری، خود آرمانی را صورت‌بندی می‌کند. ویژگی‌های انسان‌های خودشکوفا بر مدار میدان پدیداری، اندامگان/ارگانیسم و خود می‌چرخند و در فرایند شکل‌گیری خودشکوفایی ظهور می‌یابند. «مهم‌ترین آن‌ها عبارت است از آمادگی کسب تجارب مختلف، زندگی هستی‌دار، اعتماد به اندامگان/ارگانیسم خود، خلاقیت، احساس آزادی و صاحب زندگی غنی‌تر» (راجرز، ۱۳۹۷: ۱۴۲-۱۵۰).

۲. اندامگان(ارگانیسم): ارگانیسم در روان‌شناسی به اندامگان یا تمام جنبه‌های وجودی یک فرد، مثل جسمانی، روانی و فکری می‌گویند؛ اما منظور راجرز از ارگانیسم، با دیگران کمی تفاوت دارد. از نظر او، ارگانیسم به مفهوم تجربه‌هایی است که در لحظه‌ای مشخص در فرد کامل جریان دارد و ممکن است هرگز کس دیگری آن‌ها را درک نکند.

۳. خود واقعی و آرمانی: خود از ارگانیسم نشأت می‌گیرد. تجربه‌های سازنده خود در یک شخص متعادل، باید با تجربه‌های ارگانیسم هماهنگ باشند. در صورت عدم هماهنگی ناهنجاری و ناسازگاری پدید می‌آید. انسان خودهای مختلفی دارد، مثل: فیزیکی، اجتماعی، معنوی، جنسی، تاریک، واقعی و آرمانی. خود تاریک، در بردارنده اسرار ماست؛ اسراری که دوست نداریم فاش شوند. «خود واقعی، درونی‌ترین بخش وجود ماست که آن را دقیقاً می‌شناسیم و ممکن است از دیگران پنهان کنیم، اما خود آرمانی یا ایده‌آل، شخصیتی است که دوست داریم داشته باشیم و برای رسیدن به آن تلاش می‌کنیم» (پرهیزکاری و عاشوری‌نژاد، ۱۳۹۵: ۵۴-۵۵). اصطلاح «خویشتن» یا «خودپنداره» در نظریه راجرز بسیار حائز اهمیت است. «بخش‌هایی از میدان پدیداری که انسان آن‌ها را به عنوان «خود»، «مرا» یا «من» می‌شناسد، خویشتن را به وجود می‌آورد» (پروین و جان، ۱۳۹۱: ۱۴۰).

## ۲. بحث و بررسی

### ۱.۲ میدان پدیداری در اشعار سپهری

میدان پدیداری به معنی مجموعه تجربیات سپهری است. منابع این میدان متنوع و گسترده بوده و اسطوره، تاریخ، آیین، دین و فرهنگ‌های مختلف را در برمی‌گیرد. طبیعت، مهم‌ترین منبع و خاستگاه میدان پدیداری سپهری است و او ابعاد و عناصر اصلی سازنده «خود» و گونه‌های آن را از طبیعت و پدیده‌های طبیعی تجربه می‌کند. در حقیقت، غالب تجربه‌های سهراب پدیدارشناسانه هست و تجربه او از طبیعت، حرکت از مبدأ چندگانگی خودواقعی به مقصد خودآرمانی واحد است. طبیعت برای سهراب الهام‌بخش پاکی، صداقت، یکپارچگی، یگانگی و وحدت و خلاصه برقراری تعامل میان تقابل‌ها و آرامش در بین تنش‌هاست. انواع «خود» سهراب، بخشی از میدان پدیداری اوست. خود آرمانی در اشعار وی، در بطن خود واقعی نمود می‌یابد. آنگاه که او خود و دنیای واقعی‌اش را به تصویر می‌کشد، ناگاه خود آرمانی‌اش، گاه در رؤیا و گاه در واقعیت سر برمی‌زند. گویی طبیعت از اسرار هستی پرده برمی‌دارد و حقایق را بر او آشکار می‌سازد: «مادرم ریحان می‌چیند. / نان و ریحان و پنیر، آسمانی بی‌ابر، اطلسی‌هایی تر. / رستگاری نزدیک: لای گل‌های حیاط» (سپهری، ۱۳۵۸: ۳۳۶) و اینجاست که در عین سادگی و واقعیت به روای رستگاری از درک گل‌های حیاط می‌رسد.

مهم‌ترین تجربه سپهری از طبیعت، صلح با آن به اشکال مختلف است.

نگاه پدیدارشناسانه سپهری به طبیعت، ریشه در معرفت حقیقی دارد و هم‌چنین بسامد نگاه پدیدارشناسانه او به طبیعت بیش از دیگر عناصر هستی است؛ چنان‌که به‌قدری با عشق و شور به پدیده‌های طبیعت و راز خلقت نگاه می‌کند که در آن‌ها ذوب و در نهایت با آن‌ها یکی می‌گردد (بیگزاده و میرناصری، ۱۳۹۲: ۵۶).

او این تجربه‌های زیسته را در شعر «روشنی، من، گل، آب» به آرمانی‌ترین صورت، نشان می‌دهد. خود را با گیاه یکی می‌داند و زمان برایش بی‌معناست: «روزنی دارد دیوار زمان که از آن چهره من پیدا است. / چیزهایی هست، که نمی‌دانم. / می‌دانم، سبزه‌ای را بکنم خواهم مرد.» (سپهری، ۱۳۵۸: ۳۳۶). یا آن را در شعر «شکست کرانه» در قالب گفتگوی ذهنی با نقاشی روی سنگ، شفاف‌تر به تصویر می‌کشد: «میان این سنگ و آفتاب، پژمردگی افسانه شد. / درخت، نقشی در ابدیت ریخت» (همان: ۱۶۵). شعر بر بنیاد کرانه‌شکنی یا مرزشکنی و فراتر رفتن از مرزها و رسیدن به جهان ذهنی و ایده‌آل طراحی شده‌است؛ همان طرحی که در اشعاری نظیر

«پشت دریاها» و «پشت هیجستان» نیز دیده می‌شود. میدان پدیداری سهراب او را به‌سوی آشتی با طبیعت به‌پیش می‌برد و در طرح‌واره‌هایی که با سنگ، آفتاب، درخت، خار، شوکران و... پدید می‌آورد، به‌ظهور می‌رساند. با شکستِ کرانه‌ها، دیگر آفتاب پژمرده نمی‌سازد، خار به انگشتان زخم نمی‌زند، شوکران جان کسی را نمی‌گیرد و نهال از توفان نمی‌هراسد. این اتحاد، نتیجه پیوند شاعر با خود آرمانی و نگاه به هستی از دریچه عشق‌ورزی و وحدت است:

«میان این سنگ و آفتاب، پژمردگی افسانه شد/ درخت، نقشی در ابدیت ریخت/ انگشتانم برنده‌ترین خار را می‌نوازد/ لبانم به پرتو شوکران لبخند می‌زند/ ... و اینک چشمه نزدیک،/ نقش عطش در خود می‌شکند...» (همان: ۱۶۵-۱۶۶).

سپهری را باکی نیست که در میدان پدیداری‌اش، ارزیابی دیگران در باره نگاه و نگرش او در به‌نمایش گذاشتن خود واقعی چه و چگونه است. مهم این است که او خود واقعی‌اش را می‌پذیرد و با آن به صلح می‌رسد. تنش‌های هراس‌آور را آرام می‌نماید و راه را برای نیل به خود آرمانی باز می‌گرداند. میدان پدیداری سهراب بستری است که در آن زیسته، مثلاً باغی که در آن زندگی کرده. هرچند توصیفش از باغ، آن را به فراواقعیت برمی‌کشد، اما گزاره‌هایی چون «باغ ما در طرف...» مخاطب را به جستجوی نشان باغ در عالم واقع وامی‌دارد. آمیختگی مرز واقعیت و تخیل بازتاب میدان پدیداری سهراب از هستی است: «باغ ما در طرف سایه دانایی بود/ باغ ما جای گره‌خوردن احساس و گیاه...» (همان: ۲۷۵). توصیف جزئیات برای واقع‌نمایی پدیده‌ها به‌گونه‌ای است که در همان حال که مخاطب می‌پندارد، نشانی از واقعیت به او داده، با افزودن وابسته‌ها و نشانه‌هایی دیگر، ذهنش را به فراواقعیت به پرواز درمی‌آورد. بنابراین، سهراب جهان را از میدان پدیداری خود به‌صورت آرمانی تفسیر می‌کند، چنان‌که در شعر زیر تنهایی خود و آواز هریک از پدیده‌ها را با آواز خدا پیوند می‌زند. گویی او با این پیوند و وحدت از تنهایی و غربت‌رهایی می‌یابد:

«غوک‌ها می‌خوانند/ مرغ حق هم گاهی/ کوه نزدیک من است: پشت افراها، سنجدها/ و بیابان پیداست/ سنگ‌ها پیدا نیست، گلچه‌ها پیدا نیست/ سایه‌هایی از دور، مثل تنهایی آب/ مثل آواز خدا پیدا» (همان: ۳۵۳).

شاید بتوان گفت میدان پدیداری سهراب که با همه گستردگی و گوناگونی نهایتاً به وحدت می‌رسد و او می‌کوشد تا خدا و آواز خدا را در همه پدیده‌ها ببیند، متأثر از آیه ۱۱۵ سوره بقره باشد که خداوند می‌فرماید:

وَلِلَّهِ الْمَشْرِقُ وَالْمَغْرِبُ فَأَيْنَمَا تُوَلُّوا فَثَمَّ وَجْهَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ وَاسِعٌ عَلِيمٌ؛ و مشرق و مغرب هر دو ملک خداست. پس به هر طرف روی کنید، به سوی خدا روی آورده‌اید. خدا به هم‌جا محیط و به هر چیز داناست.

به اعتقاد مفسران مشرق و مغرب در این آیه نه به معنای محدود جغرافیایی بلکه به معنای مجازی کل جهان است. از همین رهگذر، محدود کردن قبله به کعبه نیز برای ایجاد وحدت و هماهنگی خداپرستان است و گرنه همه‌سو قبله هست و خداوند در همه‌جا حاضر. از این جاست که سپهری گوید: «من مسلمانم/ قبله‌ام یک گل سرخ/ جانمازم چشمه، مهرم نور/ دشت سجاده من» (همان: ۲۷۲).

## ۲.۲ خود واقعی

خود واقعی در شعر سهراب، «من»‌های متعددی را شامل می‌شود که نه معنای فردی بلکه معنای انسانی‌شان مد نظر است؛ زیرا «من‌های بشری و انسانی از مرز و مکان محدود فراتر می‌روند و برای آن‌ها سرنوشت انسان و مشکلات حیات انسانی مطرح است، مانند خیام، مولوی و حافظ...» (شفیعی کدکنی، ۱۳۹۰: ۸۸). خود واقعی سهراب را باید در ارگانیزم او جست که متشکل از جنبه‌های فیزیکی، جسمانی، فکری و عاطفی است.

**الف) مادی و جسمانی (فیزیکی):** سهراب از «خود» چه در مقام فردی و چه در مقام نوعی سخن می‌گوید. شعر «صدای پای آب» را می‌توان شفاف‌ترین معرفی‌نامه «خود واقعی» او دانست که با خود آرمانی تلاقی پیدا می‌کند. خود مادی/فیزیکی او: اهل کاشان است، روزگارش بد نیست، پیشه‌اش نقاشی است و... این «خود» از نظر روان‌شناسی انسان‌گرا یکی از منابع مهم میدان پدیداری و راهبر او به خود آرمانی است. تمهیدات هوشمندانه سهراب به قدری ظریف و دقیق است که شکی باقی نمی‌گذارد که او خود واقعی را «مسیری» برای گذر به خود آرمانی ساخته و فلسفه ذکر هریک از ابعاد شخصیتی، گذر از واقعیت و رسیدن به فراواقعیت است؛ گذر از زمان و مکان به فرازمان و فرا مکان، از سنت و عادت به نگاه ناب، زندگی در لحظه و وحدت اندامگانی است. خود واقعی‌اش را مسلمان معرفی می‌کند، اما به هنگام ذکر شعایر و مناسک اسلامی برخلاف انتظار از عرف و واقعیت می‌گذرد، به فراواقعیت می‌رسد و طبیعت و مظاهرش را قبله، جانماز، مهر و سجاده می‌گرداند.

نگاه سپهری می‌تواند به گونه‌ای الهام‌گرفته از آیه شریفه ۱۱۵ سوره بقره باشد: *لله المشرق و المغرب فاینما تولوا فثم وجه الله ...* : «من مسلمانم/ قبله‌ام یک گل سرخ/ جانمازم چشمه، مهرم

واکاوی خود واقعی و خود آرمانی در اشعار ... (نوشین غریبی و دیگران) ۳۵۵

نور/ دشت سجاده من» (سپهری، ۱۳۵۸: ۲۷۲). با همین رویکرد، خود واقعی‌اش را اهل کاشان می‌خواند ولی به فراکاشان می‌رساند، یعنی «آرمان‌شهر ذهنی او شهری در بعد پنهان، در ورای کاشان قرار دارد. در ضلع نادیدنی عالم» (سام‌خانیانی، ۱۳۹۲: ۱۳۳):

«اهل کاشانم، اما/ شهر من کاشان نیست/ شهر من گم شده‌است» (سپهری، ۱۳۵۸: ۲۸۵-۲۸۶)

میدان پدیداری سهراب در گذر از خود واقعی بسیار گسترده است، نه تنها از واقعیتی مثل کاشان به فراکاشان می‌رسد بلکه از واقعیت جیب خالی از صدای جیرنگ جیرینگ سکه‌ها به صدای جیک جیک کودکی که آن را به آواز خوش و نشاطبخش گنجشک‌ها همانند می‌کند، می‌رسد: «جیب‌های ما صدای جیک جیک صبح‌های کودکی می‌داد» (همان: ۳۶۷). گاهی هم از توصیف جنبه فیزیکی، خود واقعی زیسته در لحظه، آگاه بر لحظات و آرزومند شادی و صداقت و پاکی را اراده می‌کند: «آسمان، آبی‌تر/ آب، آبی‌تر/ من در ایوانم، رعنا سر حوض/ رخت می‌شوید رعنا/ برگ‌ها می‌ریزد» (همان: ۳۴۲-۳۴۳).

ب) **فکری-عاطفی:** افکار و عواطف، حیاتی‌ترین جنبه خود واقعی سپهری است؛ خرده هوشی دارد و سر سوزن ذوقی و خدایی که در این نزدیکی هست (همان: ۲۷۲). سهراب در اشعارش از «برخورد عاطفه سود می‌جوید. او از درک ذات اشیا و این‌که اشیا به‌سوی مرزهای بی‌کرانه‌ای روانند و او نیز هم‌آوا و هم‌صدا با آنان در حرکت است، لذت غم‌انگیزی در درون خویشمی‌یابد» (عابدی، ۱۳۸۴: ۶۴). مهم‌ترین مؤلفه‌های سازنده جنبه فکری-عاطفی سپهری را می‌توان به قرار ذیل برشمرد:

۱. **تجربه‌اندوزی:** سهراب خود واقعی‌اش را در مسیر آزمودن و آموختن به‌پیش می‌برد. جستجوگرانه می‌نگرد، کشف می‌کند و می‌آموزد تا خود آرمانی‌اش را بیابد. از بیابان‌ها، سختی‌ها و تلخی‌ها نمی‌هراسد، آن‌ها را می‌چشد و جزئی از آن‌ها می‌گردد: «گیاه تلخ افسونی! شوکران بنفش خورشید را/ در جام سپید بیابان‌ها لحظه لحظه نوشیدم/ و در آیینۀ نفس کشنده سراب/ تصویر تو را در هر گام زنده‌تر یافتم» (سپهری، ۱۳۵۸: ۹۷-۹۸). در مسیر تجربه‌اندوزی، پا بر جاپای مسافران کهن می‌نهد، با آنان یکی می‌شود و خود را در آنان می‌یابد:

«بیایید از سایه-روشن برویم/ بر لب شبنم بایستیم، در برگ فرود آییم/ و اگر جاپایی دیدیم، مسافر کهن را از پی برویم» (همان: ۱۷۲-۱۷۳).

در میدان پدیداری سهراب، صلح و مدارا و عشق و شوریدگی غایت هستی است. او از یکایک هست‌های طبیعت، دوستی، بخشنندگی و هم‌زیستی مسالمت‌آمیز می‌آموزد. هرکجا برگی هست، شور وی می‌شکفت: «من ندیدم دو صنوبر را با هم دشمن / من ندیدم بیدی، سایه‌اش را بفروشد به زمین / رایگان می‌بخشد، نارون شاخه خود را به کلاغ / هرکجا برگی هست / شور من می‌شکفت» (همان: ۲۸۸). «بسیاری از توصیه‌ها و باید‌ها و نبایدها... اهداف پدیدارشناختی دارند و در جهت کسب دانش اصیل و منصرف کردن مخاطب از موضع‌گیری تقلیدی و نشان دادن بُعد دیگر پدیده‌ها آمده‌اند» (سام‌خانی، ۱۳۹۲: ۱۳۴-۱۳۵). فکرش را و تمام هستی را در زیر باران شستشو می‌دهد. هستی را لمس می‌کند. روشنی را می‌چشد، شب یک دهکده را وزن می‌کند، خواب آهو و گرمی لانه لک‌لک را درک می‌نماید (سپهری، ۱۳۵۸: ۲۹۲-۲۹۳).

پس از طبیعت، سفر، آموزگار مجرب اوست. به او می‌آموزد که «وسیع باش، و تنها، و سربه‌زیر، و سخت» (همان: ۳۱۹). باری، تجربه‌ها به او می‌آموزند که کشف راز خلقت به رهایی و از خود بی‌خودی باز بسته است: «باید نشست / نزدیک انبساط / جایی میان بیخودی و کشف» (همان: ۴۲۸).

۲. **رازناکی:** سپهری گاه خود واقعی‌اش را رازناک و جهان را تهی‌پیکر تجربه می‌کند و به کمک پرسش‌های پیاپی، برجسته‌ترش می‌سازد: «در این اتاق تهی‌پیکر / انسان مه‌آلود! / نگاهت به حلقه کدام در آویخته؟» (همان: ۱۰۰-۱۰۱). از این رهگذر، گویی کوشش برای شناخت هستی و دست‌یابی به خود آرمانی را به سبب تراکم تردید و ازدحام ابهام، ناممکن می‌انگارد، اما شوق شناسایی متوقفش نمی‌گرداند و به جستجو در رویاها و کودک درونش وامی‌دارد: «آیا این گل که در خاک همه رویاهایم روییده بود / کودک دیرین را می‌شناخت / و یا تنها من بودم که در او چکیده بودم / گم شده بودم؟» (همان: ۹۳). کوشش پیوسته سهراب در شناخت انسان و مکاشفه با خویشتن خویش او را تابه اعماق نهانی‌های وجودش به پیش می‌برد و به خودآگاهی نزدیک می‌گرداند. دراین‌جا تمام هستی، حتی وزش باد، پیام‌آور و الهام‌بخش او می‌شوند: «وزشی می‌گذشت / و من در طرحی جا می‌گرفتم / در تاریکی ژرف اتاقم پیدا می‌شدم. پیدا برای که؟» (همان: ۱۰۶)

کوشش برای ادراک فلسفی هستی و دریافت چرایی و چگونگی آن‌ها، بیانگر رازناکی پدیده‌ها در ذهن سپهری است: «هوای باغ از من می‌گذشت / و شاخ و برگش در وجودم

می لغزید/ آیا این باغ/ سایه روحی نبود/ که لحظه‌ای بر مرداب زندگی خم شده بود؟» (همان: ۱۰۸). در مواجهه با رازناکی خود و ابهام هستی است که شاعر در شعر برخورد از دفتر دوم، پرسش‌های فلسفی و هستی‌شناختی را به دفعات مطرح می‌کند، لیکن پاسخی نمی‌یابد. او با این پرسش‌ها خود واقعی‌اش را با تمام ندانستن‌ها به نمایش می‌گذارد و اجازه می‌دهد مخاطب آن را به نظاره بنشیند: «و من در اضطرابی زنده شدم:/ دو جاپا هستی‌ام را پر کرد/ از کجا آمده بود؟/ به کجا می‌رفت؟» (همان: ۱۲۲)

باری، سؤال‌هایی چون از کجا آمده‌ایم؟ به کجا می‌رویم؟ حیات چیست؟ معاد چگونه است؟ در شمار رسالت‌های خلقت و تعهدات اندیشگی شاعر است و پاسخ به آن‌ها هموارکننده مسیر خود آرمانی او. بدین سبب، تجربه‌های پرسش‌گرانه خود واقعی را در ظرف نمادهای طبیعت می‌ریزد و تجسم می‌بخشد: «به تماشا چه کسی می‌آید، چه کسی ما را می‌بوید؟/...و به بادی پرپر...؟/ و به فرودی دیگر؟...» (همان: ۲۳۰)

۳. **هویت‌نیافتگی:** سهراب هم‌سو با پرسش‌های فوق، غربت و ازخودبیگانگی معنوی و ضرورت بازگشت به خویش را از دغدغه‌های اصلی خویش برمی‌شمارد: «در خیرگی بوته‌ها، کو سایه لبخندی که گذر کند؟/ از شکاف اندیشه، کو نسیمی که درون آید؟/... ترا از تو ربوده‌اند و این تنهایی ژرفی است/ می‌گریی و در بیراهه زمزمه‌ای سرگردان می‌شوی» (همان: ۲۰۸)

و می‌کوشد تا با گذر از «از خودبیگانگی» هویت از دست‌رفته را بازیابد. او «ربودن تو از تو» و هویت‌نیافتگی را نه تنها مشخصه خود واقعی خویش، بلکه مشخصه انسان معاصر شناخته، نتیجه‌اش را سرگردانی در بیراهه می‌داند و رهایی از آن را در سفر به درون. «بدین طریق، انسان هسته شعرها و اندیشه‌ها... و مدار دل‌نگرانی‌ها، افسردگی‌ها و شادی‌هایش... می‌شود» (کاویانی، ۱۳۶۸: ۵۱). علی‌رغم پژوهشگرانی که دنیای آرمانی گذشته یا نوستالوژیک را در اشعار سهراب با تکیه بر واژه‌هایی چون درخت، سیب و آدم یا تعبیرهایی مانند باغ ما در طرف سایه دانایی بود، جهان معنا و بهشت برین تأویل می‌کنند، می‌توان آن‌ها را به روزهای زندگی ساده و بی‌آلایش انسان معاصر قبل از آلوده شدن به پیچیدگی‌های زندگی ماشینی و سرگردانی در بیراهه ازخودبیگانگی تعبیر کرد. روزهایی که: (۱) انسان، گرفتار دانش غیرکاربردی و ناسودمند نبود: «باغ ما در طرف سایه دانایی بود» (۲) انسان با تمام عاطفه و احساس با طبیعت در پیوند بود: «باغ ما، جای گره خوردن احساس و گیاه» (۳) آدمیان احساس خوشبختی می‌کردند: «باغ ما شاید قوسی

از دایره سبز سعادت بود» (۴) برخوردار از نعمت‌های الهی را بدون استدلال‌های پیچیده به او منسوب می‌کرد: «آب بی فلسفه می‌خوردم / توت بی دانش می‌چیدم» (۵) به اندازه نیاز و تنها در زمان بهره‌گیری از طبیعت از مواهب طبیعی استفاده می‌کرد: «تا اناری ترکی برمی داشت، دست فواره خواهش می‌شد» (۶) رفتارهای تناقض آمیز نداشت: «شوق می‌آمد، دست در گردن حس می‌انداخت» (۸) زندگی به پاکی کودکان بود: «زندگی در آن وقت، صفی از نور و عروسک بود» (حریری و ضیائی‌علیشاه، ۱۳۹۱: ۱۹۵-۱۹۶).

می‌توان گفت غم غربتی که در شعر مسافر سراپای وجودش را گرفته و او را وامی‌دارد تا نام مسافر غریب بر خود نهد، از خودبیگانگی و هویت‌نیافتگی است؛ چنان‌که به افسانه سنگ رنوس دل خوش می‌کند تا بلکه غم غربت را آرام، راه بازگشت را هموار و پیوند با جاودانگی را برقرار گرداند. سنگ رنوس برای سهراب در شمار نمادهایی است تا از خود واقعی بگذرد و به خود آرمانی برسد. برای ماندن و فراموش‌ناشدن از نوشتار و یادگار گذاشتن مدد می‌جوید: «کجاست سنگ رنوس؟ / من از مجاورت یک درخت می‌آیم / که روی پوست آن دست‌های ساده‌ی غربت / اثر گذاشته‌بود: / به یادگار نوشتم خطی ز دلتنگی» (سپهری، ۱۳۵۸: ۳۱۴-۳۱۵).

۴. **شک و سرگشتگی:** حالتی است که شاعر می‌کوشد تا به تجربه‌های روحی و عاطفی‌اش اعتماد کند و به آرامش برسد؛ زیرا از دیدگاه روان‌شناختی یکی از خصلت‌های فردی که «فرآیند زندگی خوب را تجربه می‌کند، اعتماد روزافزون به جنبه‌های حیاتی وجودش برای نیل به رضایت‌بخش‌ترین رفتار در هر وضعیت معنی‌دار هستی‌بخش است» (راجرز، ۱۳۹۷: ۲۲۷). سهراب می‌کوشد تا به احساساتی که تجربه می‌کند، حتی اگر به ظاهر منفی باشند، اعتماد کند و آن‌ها را بپذیرد، اما لازمه‌اش یکسان‌سازی آن‌ها با میدان پدیداری است که چندان آسان نیست: «حرف‌ها دارم / با تو ای مرغی که می‌خوانی نهان از چشم / و زمان را با صدایت می‌گشایی! / چه تو را دردی است / کز نهان خلوت خود می‌زنی آوا / و نشاط زندگی را از کف من می‌ربایی؟ / در کجا هستی نهان ای مرغ!» (سپهری، ۱۳۵۸: ۶۹).

مرغ مخاطب سهراب ندای درون او در لحظات خلوت حیرتناک است، حیرتی معرفت‌آفرین که نتیجه‌اش درد و ربودن نشاط از کف است. او این سرگشتگی را پنهان نمی‌کند، آن را می‌پذیرد تا راه را برای رسیدن به خود آرمانی باز نماید؛ چنان‌که در



«خوابی در هیاهو» می‌گوید: «آبی بلند را می‌اندیشم، / و هیاهوی سبز پایین را / ترسان از سایه خویش / به نی‌زار آمده‌ام. تهی بالا می‌ترساند... / دشمنی کو، تا مرا از من برکنند؟ / نفرین به زیست: تپش کور! / ... هستی مرا برچین، ای ندانم چه خدایی موهوم» (همان: ۲۰۳-۲۰۴).

شاعر به هنگام گرفتار آمدن در شک، خود واقعی را سانسور نمی‌کند، چنان‌که زندگی یا خود واقعی را «تپش کور» می‌خواند و خدا را حسی «موهوم». حتی زمانی‌که در شعری ایمانش را تجربه کرده‌باشد، در شعر بعد، تجربه آن لحظه خاص را، اگرچه ضد ایمان شعر قبلی باشد، بیان می‌کند؛ زیرا نمی‌خواهد ارگانیک یا تجربه در لحظه را نادیده گرفته، خود را موجه و مقدس جلوه دهد. دوست دارد مخاطب راه رسیدن از سرگشتگی به سکون و از شک به یقین را در او ببیند و به خود اجازه دهد سرگشتگی و شک را تجربه کند. او با شعرهایش نشان می‌دهد که «عطر و برگ و گل و خار، همه، همسایه دیوار به دیوار هم‌اند». خود واقعی سهراب، گاهی دچار شک است و از زندگی اجباری، خسته. در نظر سپهری دوگانگی، پژمردگی است؛ اما نباید هراسید. باید از سایه-روشن شک بیرون و از پی جاپاهایی که پاکی را می‌جویند، به پیش رفت. هدف رسیدن به آب/آگاهی و بیداری است. باید از شب‌نم، نوشابه جادو و چشمه گذشت تا «چون جویبار آینه روان باشیم»:

«در هوای دوگانگی، تازگی چهره‌ها پژمرد / بیاید از سایه-روشن برویم / بر لب شب‌نم بایستیم... / و اگر جاپایی دیدیم، مسافر کهن را از پی برویم / برگردیم و نه‌راسیم / نوشابه جادو سرکشیم... / بیاید از شوره‌زار خوب و بد برویم / چون جویبار، آینه روان باشیم؛ به درخت، درخت را پاسخ دهیم...» (همان: ۱۷۲-۱۷۳).

در نظام فکری سپهری، سرگشتگی و شک هم جزئی از راهی است که باید طی شود: «چه جهان غمناک است / و خدایی نیست، و خدایی هست / و خدایی... / بی‌گاه است، بی‌وی و برو...» (همان: ۲۱۷). یقین او در بودن حقیقت و حس پدیده‌های طبیعت است که می‌گوید خود را درگیر بودن یا نبودن نکن: «بی‌وی و برو». سهراب مسیر پیمایش به خودآرمانی را زندگی در سرگشتگی‌ها، شک‌ها و تنش‌های خود واقعی می‌داند. گذر از تردیدهای ترسناک، تنش‌های دلهره‌آور ناپایداری، ناامنی و فناپذیری برای حصول آرامش پایدار درونی ناشی از ایمان و یقین در دفتر هشتم بیشتر بازتاب می‌یابد، چنان‌که شاعر در دفتر مسافر به نهایت درونگرایی می‌رسد. «دیگر سپهری «وجود ندارد». دیگر هیاهوی

پیرامون به گوش او نمی‌رسد. در خود است، باخود است و بی‌خود است» (عابدی، ۱۳۸۴: ۲۵۶). در آیین بودایی از این آرامش درونی به نیروانا و در مکاتب روان‌شناختی، آخرین مرحله چرخه زندگی یاد می‌کنند. اریکسن آن را فرزانگی، راجرز خودشکوفایی و یونگتفرد می‌خواند و دکارت آن را یقین متافیزیکی نام می‌نهد. این مرحله در مشرب عرفا اشراق یا شهود خوانده می‌شود. «در این تجربه به‌عنوان نمود عالی‌ترین ارزش‌های معنوی، فاصله میان پیروان ادیان به صفر می‌رسد و حاصل آن، همزیستی، همبستگی، صفا و روشن‌بینی و شادی و خوشدلی است که سبب آرامش پایدار درونی می‌گردند» (باقری‌خلیلی، ۱۳۸۸: ۳۰).

## ۳.۲ خود آرمانی

خودآرمانی سهراب در مسیر تحقق استعدادها و توانمندی‌های خود واقعی پدیدار می‌گردد. او سعی می‌کند از جنبه‌های جسمانی بگذرد، در جهان افکار و عواطف سیر کند و فاصله میان آن دو را کاهش دهد. به همین سبب، «منظومه صدای پای آب را از مکان و زمان شروع می‌کند و به فرامکان و فرازمان می‌رساند تا این حضور را تفسیر و تبیین کند» (نرماشیری، ۱۳۹۰: ۱۳۹). سهراب تحقق خود آرمانی را مشروط به پذیرش خود واقعی، نگاه ناب و زندگی در لحظه می‌داند. خودآرمانی او متفاوت از دیگران است. عمده‌ترین ویژگی‌های آن عبارتند از:

۱. **مشاهده‌گری ناب و پرهیز از پیشداوری:** تجربه‌های پدیدارشناختی سهراب دال بر این است که انسان با رهایی از دوگانگی به خود آرمانی می‌رسد و بعد از این، پدیده‌ها را به خوب و بد تقسیم نمی‌کند. همه را لازمه زندگی و امکانی برای کمال می‌داند: «پنجره‌ای در مرز شب و روز باز شد/ و مرغ افسانه از آن بیرون پرید./ میان بیداری و خواب/ پرتاب شده بود/ بیراهه فضا را پیمود، چرخشی زد/ و کنار مردابی به زمین نشست/ تپش‌هایش با مرداب آمیخت، مرداب کم‌کم زیبا شد/ گیاهی در آن روید/ گیاهی تاریک و زیبا» (سپهری، ۱۳۵۸: ۱۱۰-۱۱۱).

همه چیز در مرز بودن و نبودن و خیال و واقعیت است. «مرغ/افسانه» که خود خیالی و پیام‌آور روشنایی هست، کنار مردابی به زمین می‌نشیند. شاعر از این‌جا رؤیاها و رخدادها را به تصویر می‌کشد، در غالب آن‌ها مکرر بر تصاویر دوگانه «تاریک و زیبا» تأکید می‌نماید و مخاطب را به مشاهده‌گری و تغییر در نگاه فرا می‌خواند. گویی تاریکی و زیبایی همزادند و برای زیبایی، نیازی نیست همیشه زاده نوری مطلق بود، بلکه

این تاریکی و نور است که در تلاقی هم، زندگی می‌آفرینند. شاید بتوان مرغ افسانه را نماد وارادت غیبی، بیداری و الهام‌بخش مشاهده ناب دانست. در واقع یکی از نشانه‌های صاحبان خودآرمانی، زیبا دیدن پدیده‌هاست. شعر نیلوفر را از نظر محتوایی می‌توان تکمله مرغ افسانه دانست که قدری از ابهام‌های تصویری‌اش کاسته و بر صراحت افزوده می‌شود. نیلوفر زاده نور و تاریکی، مظهر آگاهی و بیداری و یکی از بهترین نمادها برای سیروس‌سلوک سهراب برپایه مشاهده‌گری ناب و بدون پیشداوری است. سرزمین خواب سهراب، جایی است که تمام آگاهی‌ها و خود آرمانی‌اش در آن‌جا شکل می‌گیرد و ظهور می‌یابد:

«از مرز خوابم می‌گذشتم، / سایه تاریک یک نیلوفر / روی همه این ویرانه فرو افتاده بود. / کدامین باد بی‌پروا / دانه این نیلوفر را به سرزمین خواب من آورد؟ در پس درهای شیشه‌ای رؤیاها، در مرداب بی‌ته آینه‌ها، / هر جا که من گوشه‌ای از خودم را مرده بودم / یک نیلوفر روئیده بود» (همان: ۱۱۸-۱۱۹).

تصاویر متناقض‌نمای سپهری از پدیدارهای مختلف که لازمه نگاه متناقض و در عین حال وحدت‌گراست، علاوه بر «نیلوفر» در «و شکستیم و دویدیم و فتادیم» نیز مشهود است: «درها به طنین‌های تو وا کردم. / هر تکه نگاهم را جایی افکندم، پُر کردم هستی ز نگاه. / بر لب مردابی، پاره لبخند تو بر روی لجن دیدم، رفتم به نماز» (همان: ۲۵۶).

سهراب با نگاه خاص خود مرز بین زیبایی و زشتی را بارها درهم می‌شکند. همه پدیده‌ها، حتی زشت از نظر عرف و عام، را زیبا می‌بیند. آنچه از نظر دیگران بی‌اهمیت است، در نگاه او مهم جلوه می‌کند. مرز زشتی و زیبایی را نگاه محدود آدمیان می‌داند، در حالی که در نگاه بی‌مرز، زشتی و زیبایی برمی‌خیزد و هریک آینه حق و راهبر وحدت می‌شود. از این رو، نگاه را ارزنده دانسته، بر آن است که «ما هیچ، ما نگاه». او «در این شعر از تجربه‌ای شهودی سخن گفته است و مکاشفه‌ای عارفانه برای او حاصل شده، چنان‌که در پایان، او را به اشراق، بی‌خودی، و رهاشدگی (آزادی) رسانده است. در این شعر عناصری چون

«نگاه، دیدار، چهره‌مرگ، دانه‌راز» و مانند آن خبر از تجربه‌ای فراواقعی و تناقض‌آمیز می‌دهند که در زبان و تصویرهای آن نیز تجلی یافته است. گزاره‌های متناقض‌نمایی چون «پُر کردم هستی ز نگاه» و «دویدم تا هیچ» در کنار تصویر متناقض (Paradoxical) «تکه

خورشید در ته تاریکی» و نیز حضور اندیشه‌ها و احساساتی متناقض مانند «حضور/ غیاب» یا «خوف/ رجا» نشان می‌دهد که سهراب در بیان تجربه‌های ماورایی، ناگزیر به زبان متناقض‌نما روی آورده‌است» (زهره‌وند و مسعودی، ۱۳۹۳: ۷۶).

می‌توان گفت «این همان نگاه پدیدارشناسی و همان تقلیل پدیدارشناسی هوسرل است که برای دست‌یافتن به جوهرها، قضاوت‌ها را معلق می‌سازد و قطعیت‌ها و پیش‌داوری‌ها را داخل پرانتز قرار می‌دهد» (تقوی فردود، ۱۳۹۳: ۵). سهراب در میدان پدیداری خود به پاس مشاهده‌گری ناب حتی هولناک‌ترین مفاهیم هستی، مثل مرگ، را منفی‌پیش‌داوری نمی‌کند. با این نگرش دیگر رنج، نه تلخ بلکه شیرین است. اندوه نیز در مراحل کمال سپهری رنگ می‌بازد و برای زندگی معنا می‌یابد. «جستجوی انسان برای معنا، اصلی‌ترین نیروی انگیزه برای زندگی اوست، نه این‌که «توجیهی ثانویه» برای انگیزه‌های غریزی‌اش باشد. این معنا منحصر به فرد و مختص به فردی است که باید خودش آن را پیدا کند» (فرانکل، ۱۴۰۰: ۸۸-۸۹). سهراب در شعر: «نبض من هر لحظه می‌خندد به پندارش. / او نمی‌داند که رویده‌است / هستی پر بار من در منجلا ب زهر / و نمی‌داند که من در زهر می‌شویم / پیکر هر گریه، هر خنده، / در نم زهر است کرم فکر من زنده، / در زمین زهر می‌روید گیاه تلخ شعر من» (سپهری، ۱۳۵۸: ۷۳)، هر لحظه زندگی را دردناک و زهرآگین می‌بیند، اما پا پس نمی‌کشد. هستی خود را در منجلا ب زهر معنا می‌بخشد و به خود آرمانی‌اش می‌رسد؛ یعنی او به جای نوشیدن زهر رنج زندگی و مردن، تفسیری متفاوت و معنایی نو به آن می‌بخشد. پیکر احساس و اندیشه‌اش را در منجلا ب زهر شستشو می‌دهد و با دگرسازی معنای تجربه رایج رنج، آن را به انگیزه زندگی مبدل می‌گرداند.

**۲. تنهایی و درونگرایی:** اگرچه عده‌ای درونگرایی سهراب را متأثر از عرفان و رمانتیسیسم می‌دانند، اما از دیدگاه روان‌شناختی یکی از ویژگی‌های افراد متعالی و کمال‌یافته اعتماد به تجربه‌های درونی خویش است. تنهایی سهراب در اشعار قبل از دهه چهل، حزن‌آلود و رنج‌آور و گاه همراه با افسردگی و ناامیدی است؛ اما تنهایی او بعد از این دهه را می‌توان نتیجه درونگرایی و گذر از خود واقعی به خود آرمانی دانست. او با ورود به عوالم تنهایی و در سفرهای ذهنی و انفسی، جهان را در وسیع‌ترین مفهوم، با گسترده‌ترین موجودات به صورت واحد، داوری می‌کند. شعر فراتر را می‌توان تجربه زیسته سپهری با خود آرمانی دانست و به همین سبب، آن‌ها را راهبر جویندگان خود

واکاوی خود واقعی و خود آرمانی در اشعار ... (نوشین غریبی و دیگران) ۳۶۳

آرمانی می‌گرداند. دنیایی را که پس از وصول به حقیقت دیده، با اطمینان و یقین توصیف می‌کند. گفته‌ها و یافته‌هایش را نه افسانه، بلکه محصول عالمی می‌داند که رابطه علی و معلولی‌اش متفاوت از جهان اضداد است. ضدیت و زیان از آن برخاسته؛ نیش مار دیگر کشنده نیست، مثل شهد گل است (سپهری، ۱۳۵۸: ۱۶۳). اگر اشتیاق و تسلیم وجودت را گرفته‌باشند، کائنات به خدمت تو می‌آیند.

«از شب ریشه سرچشمه گرفتم، و به گرداب آفتاب ریختم. بی‌پروا بودم: دریچه‌ام را به سنگ گشودم. / مغاک جنبش را زیستم. / هشیاری‌ام شب را نشکافت، روشنی‌ام روشن نکرد: / من ترا زیستم، شبتاب دوردست» (همان: ۱۷۸-۱۷۹)

از این‌رو، سهراب راه وصول به شهود را به‌سادگی و کوتاهی لرزش یک برگ می‌بیند (همان: ۱۶۱). یعنی تنها راه وصول به حق، خواست و اعتماد به احساس درون است. کافی است بخواهی؛ فاصله بین بودن و نبودن به اندازه خواستن است: «روی علف‌ها چکیده‌ام / من شبنم خواب‌آلود یک ستاره‌ام / که روی علف‌های تاریکی چکیده‌ام / جایم این‌جا نبود / نجوای نمناک علف‌ها را می‌شنوم / جایم این‌جا نبود» (همان: ۷۹).

سپهری بیشترین تجربه‌های تنهایی و مفاهیم نهفته در آن را در شعر مسافربازتاب می‌دهد. دیگر تنهایی او صرف رهایی از خود و پیوند بادیگری نیست، بلکه داوری، صداقت و انصاف درون را نیز تجربه می‌کند. در این شعر

شاعر میهمان پس از مکالمه کوتاه بین خود و میزبان از باغی در شمال، سفرهای ذهنی خود را آغاز می‌کند. سفرهایی در حوزه‌های جغرافیایی و دوره‌های تاریخی مختلف که رفت‌وبرگشت‌های ذهنی شاعر در دو خط افقی و عمودی شکل شعر را ترسیم می‌کند. شعری با حدودی بسیار وسیع‌تر از «صدای پای آب»؛ چرا که «مسافر» در سیر سفر جهانی است (حقوقی، ۱۳۸۱: ۱۵۶)

در واقع بازگشت سهراب از رویا به واقعیت، سرشار از خودآگاهی است. «نگاه مرد مسافر به روی میز افتاد: / «چه سیب‌های قشنگی! / حیات نشئه تنهایی است» / و میزبان پرسید: قشنگ یعنی چه؟» (سپهری، ۱۳۵۸: ۳۰۶). شاعر در این شعر با اشاراتی مانند سیب و سفر به اصل داستان آفرینش بازمی‌گردد (شریفیان و داربیدی، ۱۳۸۶: ۶۳) و تنهایی را همزاد آدمی، پایدار و گریزناپذیر تصویر می‌کند، چنان‌که در سطر بعد با طرح پرسش نمادین یعنی چه؟ مخاطب را وارد بُعد زیبایی‌شناختی و چالشی این مسأله می‌کند و بدین نتیجه می‌رسد که زیبایی نیز امری ورای قرارداد انسان‌ها برای زیبانامیدن

پدیده‌هاست که البته آیه ۳۵ سورة بقره را نیز یادآور می‌شود: «صدای چیدن یک خوشه را به گوش شنیدیم/ و در کدام زمین بود/ که روی هیچ نشستیم/ و در حرارت یک سیب دست‌ورو شستیم؟» (سپهری، ۱۳۵۸: ۳۲۶)

در این‌جا، شاعر توانسته خود واقعی را به خود آرمانی نزدیک کند. تنهایی در دنیای خود آرمانی، دردآور نیست، بلکه فرصتی است برای دیدن زیبایی‌هایی که دیگران قادر به دیدن آن نیستند. در حجم سبز، مسأله سهراب درونی‌تر می‌شود و با تنهایی به صلح می‌رسد. اگرچه شاعر در این‌جا نیز از خود شکایت می‌کند، اما در نهایت، از آن رهایی می‌یابد و دنیای آرمانی آینده‌ای که خود سهراب، راهبر او بدانجاست، در حجم سبز ساخته و پدیدار می‌گردد. سهراب از آن به «ده بالا» و از مردمانش به «مردم بالا دست» یاد می‌کند: «مردم بالادست چه صفایی دارند.../ بی‌گمان در ده بالادست، چینه‌ها کوتاه است» (همان: ۳۴۶-۳۴۷). «حجم سبز، اوج اندیشگی سهراب است» (عابدی، ۱۳۸۴: ۲۱۱). در این اشعار، خود و بودن برایش مسأله می‌شود. به چستی خود می‌پردازد و پاسخش را می‌گیرد و آن این‌که چستی هستی در فهم او نمی‌گنجد. پس به اقناع درونی می‌رسد. تمام هستی، اعم از پرسش و پاسخ، طبیعت و جهان دیگر در درونش جمع می‌شوند. «گویی پاسخ همه پرسش‌ها را یافته و به همه حقایق رسیده‌است. شاعر دیگر منتظر مژده‌دهندگان نمی‌ماند. خود قصد می‌کند که بیاید و پیام بیاورد» (حقوقی، ۱۳۸۱: ۲۰۵)؛ حجم سبز، یعنی تقارن معنویت و طبیعت با یکدیگر، به گونه‌ای که دیگر غیرقابل تفکیک نباشند (عابدی، ۱۳۸۴: ۲۱۲). می‌توان گفت حجم سبز تقارن خود واقعی و خود آرمانی است؛ یعنی خود واقعی همان خود آرمانی می‌شود. مردم با خدا و خدا مهمان آن‌هاست: «بی‌گمان پای چپ‌هاشان جاپای خداست» (سپهری، ۱۳۵۸: ۳۴۷).

ادراک شهودی سهراب به‌مدد خودآرمانی در اشعار اصطلاحاً دهه دوم که او خواهان بازگشت به دوران کودکی است، بازتاب می‌یابد: «پشت دریاها شهری است/ که در آن پنجره‌ها رو به تجلی باز است.../ دست هر کودک ده ساله شهر، شاخه معرفتی است» (همان: ۳۶۴). لذا میل بازگشت به کودکی یک ذهنیت‌گرایی رمانتیک نیست بلکه بازگشت به «من» مُدرک است و تجربه‌کردن از طریق این میدان پدیداری راه نیل به خودآرمانی یا من متفکر را هموار ساخته، درهای تجلی آگاهی را به روی او باز می‌گرداند (سام‌خانیانی، ۱۳۹۲: ۱۲۷-۱۲۸).

۳. زیستن در لحظه: سپهری کمال همه پدیده‌ها را بودن در «آن» و «زیستن در لحظه» می‌بیند. آن‌که لحظه را گم می‌کند، خود آرمانی را تجربه نمی‌کند و آن را نمی‌یابد. او «هرگونه رویکرد به گذشته را نفی می‌کند و همواره در پی تازگی و زدودن غبار هستی است» (صیادانی و همکاران، ۱۳۹۸: ۴۹۰). بدین شیوه خود را با هست‌ها و هستی پیوند می‌دهد و مهم‌تر از آن، با احساس حضور، زندگی می‌کند تا به خدا برسد: «باید کتاب را بست/ باید بلند شد/ در امتداد وقت قدم زد/ گل را نگاه کرد/ ابهام را شنید/ باید دوید تا ته بودن... باید به ملتقای درخت و خدا رسید» (سپهری، ۱۳۵۸: ۴۲۸).

لذت حضور در لحظه به وجدش می‌آورد، ثبتش می‌کند و ماندگارش می‌گرداند. لازمه ثبت لحظات، حضور، ادراک، لمس و احساس همه پدیده‌ها و فعل و انفعالات آن‌هاست. در این حالات، «او» یعنی خود واقعی دیگر وجود نداشته، خود آرمانی پدیدار خواهد شد: «و من در طرحی جا می‌گرفتم/ در تاریکی ژرف اتاقم پیدا می‌شدم/ پیدا، برای که؟/ او دیگر نبود... حس کردم با هستی گمشده‌اش مرا می‌نگرد/ و من چه بیهوده مکان را می‌کاوم:/ آنی گم شده بود» (همان: ۱۰۶).

آنگاه که لحظه گم می‌گردد و سهراب آن را نمی‌یابد، تنها چیزی که می‌ماند، حسرت است. گویی با یک غفلت، «اکنون ابدی» به «حسرت ابدی» تبدیل می‌گردد. سپهری درصدد است تا آب حیات لحظه را در جان جاری و آن را جاودانه سازد. اگر ابدیت و جاودانگی را در لحظه نجوید، هم لحظه را از دست خواهید داد و هم لذت زندگی در آن را: «در بیداری لحظه‌ها/ پیکرم کنار نهر خروشان لغزید/ مرغی روشن فرود آمد/ و لبخند گیج مرا برچید و پرید» (همان: ۱۳۳-۱۳۴).

لحظه در شعر سهراب همزاد بیداری است و او در این بیداری، پدیده‌ها را نه که فهم بلکه لمس می‌کند. لحظه گیجی را برمی‌چیند، هوشیاری را می‌آورد و می‌رود. سپهری در میدان پدیداری خویش، پدیده‌هایی چون نهر، آب و مرغ را در بیداری لحظه‌ها تجربه می‌کند و به خودآگاهی و وحدت می‌رسد. در نگاه سپهری عادت به چیزی، عامل غیبت آن و غفلت صاحبش می‌گردد. چشم زیبایی‌اش را نمی‌بیند و نمی‌آموزد، یعنی دیگر آگاهی‌بخش نیست. بودن در لحظه، ضد عادت هست. اکنونی زیستن، عادت‌ستیزی است. نگاه بیدار در لحظه می‌داند که در هر لحظه و پدیده‌ای، حیات و تجربه‌ای نو نهفته است. زندگی در نگاه سهراب عادت‌پذیری و عادی‌سازی و در پی آن، فراموشی نیست؛ بلکه لحظات زندگی را باید دریافت و در هر لحظه آن زیست؛ حتی در لحظات

بسیار عادی، مثل شستن یک بشقاب که ما هیچ وقت آن را نمی بینیم. همین تفاوت نگاه و متفاوت دیدن، سهراب را از دیگران متمایز می گرداند: «زندگی چیزی نیست، که لب طاقچه عادت/ از یاد من و تو برود.../ زندگی شستن یک بشقاب است» (همان: ۲۹۰)

۴. **صلح و وحدت:** در نظام ذهنی و دنیای آرمانی سهراب، خودشکوفای کسی است که با هستی به وحدت رسیده باشد و با کائنات در صلح به سر برد. قیاسی و گزینشی به پدیده ها ننگرد و داوری نکند، بلکه همه را با نگاهی واحد ببیند؛ زیرا فقط در سایه وحدت ارگانیک با هستی است که می توان «خود» را به تحقق و سازگاری و هماهنگی میان میدان پدیداری و خود واقعی با خودآرمانی را به ظهور رساند: «من مسلمانم/ قبله ام یک گل سرخ/ جانمازم چشمه، مهرم نور/ دشت سجاده من» (همان: ۲۷۲)؛ یعنی «زمانی که نیاز به کمال گرایی باشد، بایستی همه پدیده ها و موجودات از جنبه هستی منفرد و مستقل به جنبه تکاملی پیوسته و متحد سیر کنند» (نرماشیری، ۱۳۹۰: ۱۴۱). سهراب در شعر «فانوس خیس» با استفاده از حس آمیزی، در رؤیاهای همیشگی اش، یعنی رسیدن به خود آرمانی، در هیأت شبنمی خواب آلود روی علف های تاریک می چکد، اما بدان راضی نیست و می گوید «جایم این جا نبود» (سپهری، ۱۳۵۸: ۸۰). اگر شبنم را قطره جدا افتاده از اصل و نماد خود واقعی سپهری فرض کنیم، آنگاه «فانوس»، «فانوس دریا پرست پر عطرش مست» (همان) می تواند نماد انسان کامل پیوسته به دریا و خود آرمانی باشد. سهراب با آفرینش تصویرهای رنگارنگ در قالب نمادهای گوناگون می کوشد قطره و شبنم وجودش را به دریا برساند و یا تاریکی درون را به نور متصل گرداند: «و از سفر آفتاب، سرشار از تاریکی نور آمده ام... و سایه وار بر لب روشنی ایستاده ام» (همان: ۱۷۹) یا «ته تاریکی، تکه خورشیدی دیدم، خوردم و از خود رفتم/ و رها شدم» (همان: ۲۵۷). بدین طریق، از عادات آن قدر آزاد، از وابستگی ها چنان رها و از تعصب و یک جانبه گرایی ها چنان دور می شود که پاداش آن را در هماهنگی با طبیعت و هم نوایی با پدیده ها می یابد. وحدت اندیشی و واحد بینی سپهری تا جایی است که

علی رغم پارسی گویان به صراحت، شب، تاریکی، سایه، مرداب، مرگ و به طور کلی کهن الگوهای منفی در حوزه دو آلیسم را می ستاید و بر این اندیشه عرفا که روشنی از دل تاریکی بیرون می آید، صحنه می گذارد... تفکر سپهری در منظومه شعری «سبز به سبز» این است که تاریکی، لازمه وجود روشنایی است و مفهوم این تاریکی در نظر سپهری مقارن



واکاوی خود واقعی و خود آرمانی در اشعار ... (نوشین غریبی و دیگران) ۳۶۷

است با مفاهیمی چون خلوت، انزوا، تدبیر و تدبّر و در نتیجه، رسیدن به اشراق و شهود و روشنی (زمرّدی، ۱۳۸۲: ۱۲۴ و ۱۲۶)

شاعر در شعر استعاره‌ی «ای نزدیک» از درختی سخن می‌گوید که «شاخه‌هایش» به دستان سهراب نزدیک بوده، سهراب از او می‌خواهد که خواسته‌اش را اجابت کرده، از سرانگشتش پروا نکند؛ اما این خواسته فقط چیدن و خوردن میوه نیست بلکه آشنایی و عشقی است که روحش را آرام کند. نگاه سهراب در این شعر، مبتنی بر بریدن از کثرت و پیوستن به وحدت است: «در نهفته‌ترین باغ‌ها، دستم میوه چید.../ و اینک، شاخه نزدیک! از سرانگشتم پروا مکن/ بی‌تابی انگشتانم شور ربایش نیست/ عطش آشنایی است.../ و سوسه چیدن در فراموشی دستم بوسید...» (سپهری، ۱۳۵۸: ۱۵۸-۱۵۹).

در شعر «bodhi/ بودهی» (بیداری از خواب غفلت)، از دوگانگی می‌رهد و وارد عالم یک‌رنگِ آرمانی می‌شود. دنیایی که در آن، فردیت برمی‌خیزد و تفرّد بر جایش می‌نشیند. در این دنیا هر رودی، دریا می‌شود و هر بودی، بودا؛ افراد و ادیان، تکثرشان را به وحدت تبدیل می‌کنند: «باغ فنا پیدا شده بود.../ من رفته، او رفته، ما بی‌ما شده بود/ زیبایی تنها شده بود/ هر رودی، دریا/ هر بودی، بودا شده بود» (همان: ۲۳۹-۲۴۰)؛ اما «جدال سپهری با فلسفه حیات، به‌ویژه پس از صدای پای آب، جدالی پایان‌پذیرفته‌است. او به آرامش رسیده و لبریز از لطف و لطافت ابدی حیات شده‌است» (عابدی، ۱۳۸۴: ۶۹). دغدغه اصلی او، شناخت، کشف راز هستی و همچنین نسبی‌بودن شناخت انسان است. او در این شعر به ناتوانی انسان از ادراک هستی پرداخته، آرامش را در پذیرش درونی و معنوی آن می‌داند و راه حلّش در برابر رازناکی هستی، ساده‌بودن و همه‌چیز را ساده‌نگاشتن است. غایت دغدغه شاعر، کشف انسان است؛ کشف چیستی و هستی وجودی که ناشناخته مانده. جست‌وجوهایش او را به مرحله و معرفتی می‌رساند که شناخت هستی انسان را از او دور می‌گرداند. شناختی که نتیجه آن ناشناختگی کامل است و این اوج عرفان سهراب است که به دلیل ناشناختگی خود آرمانی ترجیح می‌دهد سکوت نماید و داوری نکند: «کی/ انسان/ مثل آوازِ ایشار/ در کلام فضا کشف خواهد شد؟» (سپهری، ۱۳۵۸: ۴۵۴).

### ۳. نتیجه‌گیری

سپهری در سروده‌هایش چگونگی شکوفایی خود را در مقام فردی و نوعی روایت می‌کند و می‌کوشد تا تقابل میان خود واقعی و خود آرمانی را به تعامل تبدیل کند. میدان پدیداری سهراب نحوه برداشت او از خود، جهان و چگونگی هماهنگی بین خود واقعی و خود آرمانی است. نگاه سپهری به هستی، پدیدارشناسانه و منابع آن گسترده می‌باشد. طبیعت مهم‌ترین منبع آن و الهام‌بخش پاک، صداقت و وحدت او با پدیده‌هاست. این نگرش می‌تواند متأثر از آیه ۱۱۵ سوره بقره باشد که در آن شهود و پرستش خدا از هر محدودیتی رهایی می‌یابد و از مکان تا بی‌مکانی گسترش می‌یابد.

خود واقعی سهراب متشکل از جنبه‌های فیزیکی، جسمانی، فکری و عاطفی است. جنبه فیزیکی سپهری مسیر گذر به خود آرمانی و پیوستن به فراواقعیت است. جنبه فکری-عاطفی برآمده از مؤلفه‌هایی چون: (۱) تجربه‌اندوژی (۲) رازناکی (۳) هویت‌نیافتگی (۴) شک و سرگستگی است. این مؤلفه‌ها حکایت از پراکندگی وجودی او دارند و سهراب می‌کوشد به کمک میدان پدیداری میان عناصر خود واقعی و خود آرمانی هماهنگی ایجاد کند.

خود آرمانی سپهری مقصد جستجوها و مکاشفات اوست. عناصر مهم سازنده آن عبارتند از: (۱) مشاهده‌گری ناب و پرهیز از پیشداوری (۲) تنهایی و درونگرایی (۳) زیستن در لحظه (۴) صلح و وحدت. این تجربیات زیسته، عامل سازگاری و هماهنگی میان پراکندگی‌های خود واقعی با خود آرمانی سپهری و رمز ورود او به نیروانا، فرزانی، خودشکوفایی، تفرّد یابه‌تعبیر دکارت، یقین متافیزیکی محسوب می‌شوند و حاصل آن، شناختی است که نتیجه آن، ناشناختگی کامل است. اوج خودشکوفایی سهراب این است که به دلیل ناشناختگی خود آرمانی، ترجیح می‌دهد سکوت نماید و داوری نکند.

### کتاب‌نامه

قرآن کریم، ترجمه مهدی الهی قمشه‌ای

اشرف‌زاده، رضا و عباسی، زهرا (۱۳۹۷) «بررسی شخصیت‌های منظومه‌های حماسی... براساس نظریه‌های انسان‌شناسی راجرز و مزلو»، علوم ادبی، س ۸، ش ۱۴، صص ۹-۴۸.

باقری خلیلی، علی اکبر (۱۳۸۸) «مبانی عیش و خوشدلی در غزلیات حافظ شیرازی»، پژوهش‌های ادبی، س ۶، ش ۲۴، صص ۹-۳۴.

واکاوی خود واقعی و خود آرمانی در اشعار ... (نوشین غریبی و دیگران) ۳۶۹

بیات، حسین و شهبازی، نسترن (۱۳۹۹) «دخو در نقش روان درمانگر»، زبان و ادبیات فارسی، س ۲۸، ش ۳۴، صص ۷۹-۹۹.

بیگزاده، خلیل و میرناصری، معصومه (۱۳۹۲) «بررسی نگاه پدیدارشناختی سهراب سپهری در کتاب «ما هیچ، ما نگاه»»، مجله دانشگاه آزاد اسلامی واحد فسا، س ۴، ش ۱، صص ۴۵-۵۹.

پروین، لارنس و جان، الیور (۱۳۹۱) شخصیت، ترجمه پروین کدیور، تهران: آیز.

پرهیزکاری، مریم و عاشوری نژاد، عباس (۱۳۹۵) «از رند تا پیر معان (از خود واقعی تا خود آرمانی حافظ)»، سالنامه حافظ پژوهی، دفتر ۱۹، صص ۵۳-۷۱.

پرین، لارنس (۱۳۷۲) روان شناسی شخصیت، ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور، تهران: رسا.

تقوی فردود، زهرا (۱۳۹۳) «نقد مضمونی هشت کتاب در دایره خاگ درونی...»، مطالعات نقد ادبی، دوره ۹، ش ۳۶، صص ۱۴۷-۱۶۴.

حریری، خلیل و ضیائی علیشاه، محمدعلی (۱۳۹۱) «بررسی و مقایسه آرمان شهر سهراب سپهری و پاد آرمان شهر طاهره صفارزاده»، عرفانیات در ادب فارسی، دوره ۳، ش ۱۱، صص ۱۹۰-۲۰۵.

راجرز، کارل (۱۳۹۷) هنر انسان شدن: روان درمانی از دیدگاهیک درمانگر، ترجمه مهین میلانی، چ ۶، تهران، عاصم و نشر نو.

ریچارد، ریکمن (۱۳۸۷) نظریه های شخصیت، ترجمه مهرداد فیروزبخت، تهران: روان و ارسباران.

زمرودی، حمیرا (۱۳۸۳) «دو آلیسم جدید سپهری»، مجله دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه تهران، دوره ۵۵-۵۴، ش ۱۶۸-۱۶۹، صص ۱۲۱-۱۲۸.

زهرهوند، سعید و مسعودی، مرضیه (۱۳۹۳) «شهود زیبایی شناختی و زیبایی شناسی شهودی در شعر و نقاشی سهراب سپهری»، ادبیات پارسی معاصر، س ۴، ش ۳، صص ۶۳-۹۶.

سام خانیانی، علی اکبر (۱۳۹۲) «رویکرد پدیدارشناختی در شعر سهراب سپهری»، ادب غنایی، س ۱۱، ش ۲۰، صص ۱۲۱-۱۴۲.

سپهری، سهراب (۱۳۵۸) هشت کتاب، تهران: طهوری.

سیاسی، علی اکبر (۱۳۸۹) نظریه های شخصیت یا مکاتب روان شناسی، چ ۱۳، تهران: دانشگاه تهران.

شاملو، سعید (۱۳۸۲) مکاتب و نظریه ها در روان شناسی شخصیت، چ ۷، تهران: رشد.

شریفیان، مهدی و داربیدی، یوسف (۱۳۸۶) «بررسی سمبل های سیب، کبوتر، گل سرخ و نیلوفر در اشعار سهراب سپهری»، نشریه دانشکده ادبیات و علوم انسانی باهنر کرمان، ش ۲۱، صص ۵۹-۸۴.

شفیعی کدکنی، محمدرضا (۱۳۹۰) دوازده شعر فارسی از مشروطیت تا سلطنت، چ ۷، تهران: سخن.

شکرکن حسین و همکاران (۱۳۷۷) مکاتب روان شناسی و نقد آن، چ ۲، چ ۳، تهران: سمت.

شولتز، دوان (۱۳۶۹) روان شناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، تهران: نشر نو.

۳۷۰ / ادبیات پارسی معاصر، سال ۱۴، شماره ۲، پاییز و زمستان ۱۴۰۳

- صیادانی، علی و همکاران (۱۳۹۸) «تحلیل و نقد صوری شعر خلیل مطران و سهراب سپهری از منظر هنجارگرایی و آشنایی زدایی»، پژوهش ادبیات معاصر جهان، ش ۸۰، صص ۴۷۱-۴۹۳.
- طالبیان، یحیی و بیابانی، احمد رضا (۱۳۹۱) «نقد راوی/روان‌شناسی شخصیت در کتاب *دا*» براساس دیدگاه راجرز، رهیافت انقلاب اسلامی، س ۶، ش ۱۸، صص ۲۵-۴۶.
- ظهیری‌ناو، بیژن و همکاران (۱۳۹۵) «نقد و بررسی‌نمودهای خودشکوفایی در منطق‌الطیر عطار براساس نظریه راجرز»، شعر پژوهی، دوره ۸، ش ۳، صص ۹۵-۱۱۲.
- عابدی، کامیار (۱۳۸۴) *از مصاحبت آفتاب*، تهران: ثالث.
- فرانکل، ویکتور امیل (۱۴۰۰) *نسان در جستجوی معنا*، ترجمه مجید امینی، تهران: تیموری.
- کاویانی، شیوا (منصوره) (۱۳۶۸) «اندیشه فلسفی سهراب سپهری»، چیستا، ش ۶۱، صص ۳۹-۵۳.
- کشاوری، وحید و امیرجلالی، محمد (۱۴۰۱) «نقد تطبیقی «مرگ» در اشعار سپهری...»، پژوهش ادبیات معاصر جهان، دوره ۲۷، ش ۲، صص ۷۹۱-۸۲۳.
- نرماشیری، اسماعیل (۱۳۹۰) «نگاهی تحلیلی-فلسفی به منظومه صدای پای آب سپهری»، ادبیات پارسی معاصر، س ۲، ش ۲، صص ۱۳۳-۱۴۹.