



سهراب سپهری و عشق
تمام نشدنی اش به زندگی و سفر

و من مسافر ای بادهای همواره...

در میان شاعران معاصر سیر و سفر برای سهراب سپهری بیش از دیگر شاعران جدی و مهم بوده است. سفر برای سهراب تنها در حکم جابه‌جایی و رفتن از محلی به محل دیگر نبود و او در مسافرت‌هایش، در جست‌وجوی بهتر زندگی کردن و یاد گرفتن بود. سهراب سپهری ۵۱ سال زندگی کرد و در همین زمان نمی‌خواست به روزمرگی تن دهد و به واسطه روح و طبع لطیفش در پی کشف رازهای جهان هستی بود. سهراب به فرهنگ مشرق‌زمین علاقه خاصی داشت و سفرهایی به هندوستان، پاکستان، افغانستان، ژاپن و چین داشت. مدتی در ژاپن زندگی کرد و هنر «حکاکی روی چوب» را در آنجا فراگرفت. همچنین به شعر کهن سایر زبان‌ها نیز علاقه داشت؛ از این رو ترجمه‌هایی از شعرهای کهن چینی و ژاپنی انجام داد.

سفرهای سهراب سپهری تنها به مشرق‌زمین محدود نماند. او در دهه ۴۰ خورشیدی از راه زمینی به کشورهای اروپایی نیز سفر کرد و به پاریس، لندن، مونیخ و چند شهر دیگر اروپا رفت. همچنین در مدرسه هنرهای زیبای پاریس در رشته لیتوگرافی نام‌نویسی کرد. زمانی که بورس تحصیلی‌اش قطع شد، برای تأمین مخارج زندگی‌اش در فرانسه مجبور به کار شد. برخی گفته‌اند سهراب برای تأمین معاش زندگی برای پاک کردن شیشه آپارتمان‌ها، گاهی از ساختمان‌های ۲۰ طبقه آویزان می‌شد. به‌واقع سهراب را باید شاعری جهانگرد دانست که هیچ وقت از مسافرت خسته نشد و تشنه دیدن زیبایی‌های جهان بود. سهراب یک گردشگر فرهنگی بود، میراث فرهنگی را می‌فهمید، معماری را دوست داشت و با تمام وجودش طبیعت را حس و درک می‌کرد.

برای سهراب فرق نمی‌کرد چقدر پول و بودجه داشته باشد و تنها چیزی که از زندگی می‌خواست جزئیات کوچک و روان زندگی بود که به او انگیزه می‌داد تا هر صبح چشم به زندگی بگشاید؛ به همین خاطر وقتی اینچنین ساده، عمیق و لطیف می‌سراید: «صبح‌ها وقتی خورشید در می‌آید متولد بشویم/ هیجان‌ها را پرواز دهیم/ روی ادرك، فضا، رنگ، صدا، پنجره، گل، نم بزنیم/ آسمان را بنشانیم میان دو هجای هستی/ ریه را از ابدیت پر و خالی بکنیم...» می‌توانیم به اندیشه و روح عاشق زندگی سهراب پی ببریم. سهراب به دنبال زندگی در لحظه حال بود و سفر و گشت و گذار در طبیعت یکی از بهترین فرصت‌ها برای غرق شدن در ابدیت حال بود. در اشعار سهراب به خوبی رد توجهش به جزئیات ساده زندگی و دریافته‌اش از رمز و رازهای هستی قابل مشاهده است. بخش‌هایی از شعر «مسافر» به زیبایی نگاه جست‌وجوگر و عاشق سهراب به زندگی را نشان می‌دهد: «عبور باید کرد/ صدای باد می‌آید، عبور باید کرد/ و من مسافر ای بادهای همواره! مرا به وسعت تشکیل برگ‌ها ببرید/ مرا به کودکی شور آب‌ها برسانید/ و کفش‌های مرا تا تکامل تن انگور/ پر از تحرک زیبایی خضوع کنید/ دقیقه‌های مرا تا کیوتران مکرر/ در آسمان سپید غریزه اوج دهید/ و اتفاق وجود مرا کنار درخت/ بدل کنید به یک ارتباط گمشده پاک/ و در تنفس تنهایی/ دریچه‌های شعور مرا بهم بزنید/ روان کنیم دنبال بادیادک آن روز/ مرا به خلوت ابعاد زندگی ببرید/ حضور «هیج» ملایم را/ به من نشان بدهید.»



«تولستوی و میل بنفش» کتابی درباره دنیای جذاب کتاب‌ها و نویسندگان

کتاب باید همچون تیشه‌ای باشد برای شکستن دریای یخ‌زده درون‌مان

روزبه فکور

روزنامه‌نگار

شاید برایتان سؤال پیش آمده باشد که کتاب‌ها چگونه می‌توانند زندگی ما را دگرگون کنند و باعث رشد فردی و شخصیتی‌مان شوند؛ از این دست سؤال‌ها معمولاً در ذهن بسیاری از ما به وجود می‌آید و برخی هم به اشتباه تصور می‌کنیم که با خواندن کتاب‌ها قرار نیست اتفاقی در زندگی و درون‌مان بیفتد. همین اول کار به عنوان یک خوره کتاب بگویم که چنین تصویری کاملاً اشتباه است و اگر خودتان را به صورت روزمره و دائم در معرض کتابخوانی قرار دهید، در طول یک بازه زمانی مثلاً یک ساله، شاهد تغییرات زیادی در فکر، شخصیت و جهان‌بینی‌تان خواهید بود. اما این مورد به همین راحتی میسر نمی‌شود و برای دستیابی به آن باید کمی جور هندوستان بکشید.

شرط اولش هم انتخاب کتاب‌های خوب از نویسندگان معتبر و خوب برای خواندن است. اگر بتوانید کتاب انتخابی‌تان را عمیق و با دقت و نه به شکل سرسری و روزنامه‌وار بخوانید و اجازه دهید مفاهیم و مطالب کتاب در ذهن‌تان ته‌نشین شود، پس از مدتی می‌فهمید این مطالب در ناخودآگاهتان ذخیره شده و در زندگی به کمک‌تان می‌آید. باور غلط دیگری که بسیاری از مردم دارند درباره خواندن رمان‌هاست. برخی به غلط می‌گویند رمان بخوانیم و وقت‌مان را با خواندن داستان تلف کنیم که چه بشود؟ بگذارید از روی تجربه خیلی مختصر و گذرا توضیح دهم که خواندن رمان چه تأثیری بر بالا رفتن توانایی‌های ذهنی‌مان می‌گذارد.

با خواندن رمان وارد فضا و تجربیات یک انسان دیگر می‌شویم و از تجربیات و تفکراتش بهره می‌گیریم. این سهم شدن در تجربیات یک انسان دیگر، هم جهان‌بینی ما را گسترش می‌دهد و هم باعث بالا رفتن توان ذهنی‌مان می‌شود. مثلاً وقتی رمانی از «هاروکی موراکامی» نویسنده ژاپنی یا «گابریل گارسیا مارکز» نویسنده و روزنامه‌نگار کلمبیایی می‌خوانیم، علاوه بر

همچنین در بسیاری از رمان‌ها، نکات ریز و درشت زیادی برای بهتر زندگی کردن نهفته است که اگر این جملات و نکات را جایی یادداشت کنید و هر از چند گاهی به آنها رجوع کنید، پس از مدتی در ناخودآگاهتان ثبت خواهد شد و بر زندگی‌تان تأثیر خواهد گذاشت، ازجمله هنگام مواجه شدن با مشکلات. برای بررسی بهتر این موضوع، معرفی یک کتاب در زمینه کتابخوانی بهترین کار است. کتاب «تولستوی و میل بنفش» از «نینا سنکوویچ» نویسنده آمریکایی یکی از بهترین نمونه‌ها در زمینه کتابخوانی و رشد فردی است. سنکوویچ در خانواده‌ای کتابخوان بزرگ شده است، با این حال، پس از مرگ خواهرش، در چهل و شش سالگی تصمیم می‌گیرد با خواندن کتاب و پناه بردن



نویسنده آمریکایی

«هنری وارد بیچر» خواندن کتاب را به این زیبایی توصیف می‌کند: «کتاب مثل یک باغ است، یک مزرعه، یک گنج، یک همراه، یک رفیق و یک مشاور، نه یک مشاور که چندین مشاور.» این دو جمله بقدری عمیق هستند و کامل و جامع از دنیای کتاب‌ها سخن گفته‌اند که هیچ چیز دیگری نمی‌توان به آن اضافه کرد. پس من هم چیز بیشتری از کتاب «تولستوی و میل بنفش» نمی‌گویم تا به قول معروف بیشتر از این کتاب را اسپویل نکرده باشم. فقط این را بدانید که کتاب حاصل تجربیات ناب یک انسان دیگری عاشق کتاب که با خواندنش شما بیشتر از هر زمان کتاب آشتی نکرده‌اید و درباره فواید کتابخوانی شک دارید، خواندن کتاب «نینا سنکوویچ» را شروع کنید تا در آینده، باز هم از دنیای جذاب و پر رمز و راز کتاب‌ها بگوییم.

به دنیای نویسنده‌ها و کلمه‌ها، درد و رنجش را تسلی دهد. پس او خواندن را شروع می‌کند و به جست‌وجوی پاسخ سؤال‌هایش درباره چرایی مرگ و معنای زندگی می‌رود و در این راه نویسندگان مطرحی مثل جولین بارنز، آلیس مونرو، پل استر و لئو تولستوی همراهش می‌شوند. او کتاب «تولستوی و میل بنفش» را که خاطراتش از این کتابخوانی‌هاست، منتشر می‌کند و از تجربیاتش در طول یک سال کتابخوانی می‌گوید. کتاب با این جمله کوبنده «فرانتس کافکا» نویسنده آلمانی زبان متولد چک، درباره کتاب شروع می‌شود: «ما به کتاب‌هایی نیاز داریم که اثرشان بر ما مثل اثر یک فاجعه باشد؛ کتاب‌هایی که عمیقاً متأثرمان کنند، مثل تأثیر مرگ کسی که بیشتر از خودمان دوستش داشتیم، مثل تبعید شدن به جنگل‌هایی دور از همه، مثل خودکشی. کتاب باید همچون تیشه‌ای باشد برای شکستن دریای یخ‌زده درون‌مان.»



پس از مرگ
خواهرش، در
چهل و شش
سالگی تصمیم
می‌گیرد با
خواندن کتاب
و پناه بردن
به دنیای
نویسنده‌ها و
کلمه‌ها، درد و
رنجش را تسلی
دهد