

Analysis of the fundamental components of Sohrab Sepehri's extraversion (based on Jung's personality theory and Eysenck's traits)

Omid Ansarikia^{1*}

¹ PhD in Persian Language and Literature, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

Article information	ABSTRACT
<p>Article type: Research Paper</p>	<p><i>The traits of extraversion and introversion exist in all individuals and are often considered to lie on a single continuum. Therefore, every person possesses both tendencies, although one usually predominates and becomes the defining characteristic of the individual. Sohrab Sepehri, one of the most prominent poets of contemporary Persian literature, expresses ideas that can be related to modern psychological concepts. In order to better understand his personality, this study examines and analyzes his works, writings, and poems, particularly his collection *Eight Books*, through a descriptive-analytical approach. The concepts found in his works are compared with the characteristics commonly associated with introverted and extroverted personalities in psychology. Based on an analysis of his original and distinguished works from a psychological perspective, the findings suggest that Sohrab's personality reflects qualities such as optimism, hopefulness, love, rationality, gratitude, contentment, punctuality, simplicity, sociability, and friendliness.</i></p>
<p>KEYWORDS: Sohrab Sepehri, eight books, personality type, Jung, Eysenck.</p>	
<p>*Corresponding author: omid.barann1359@gmail.com</p>	
<p>Citation: Omid Ansarikia, (2024). <i>Analysis of the fundamental components of Sohrab Sepehri's extraversion (based on Jung's personality theory and Eysenck's traits)</i>. <i>Research Journal of Poetry and Story Currents in Contemporary Literature of Iran</i>.3(2): 25-44.</p>	
<p>DOI: 10.22034/PMLJ.2025.14851.1069</p>	



واکاوی مؤلفه‌های بنیادین برونگرایی سهراب سپهری (بر اساس نظریه شخصیت یونگ و صفات آیزنک)

امید انصاری کیا^۱

۱. دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

چکیده	اطلاعات مقاله
<p>برون‌گرایی (Extraversion) و درون‌گرایی (Introversion) از جمله صفات شخصیتی در نظریه شخصیت انسان است. این دیدگاه، توسط کارل گوستاو یونگ در سال ۱۹۲۰ میلادی عمومیت یافت. پس از یونگ، دیگر نظریه‌پردازان شخصیت با رویکرد صفات در شخصیت از جمله هانس آیزنک به موضوع تیپ‌های شخصیتی پرداختند. هر دو صفت برون‌گرایی و درون‌گرایی، در شخصیت تمامی انسان‌ها وجود دارد و اغلب به آن به شکل یک زنجیره پیوسته واحد نگریسته شده است؛ بنابراین، همه انسان‌ها هر دو گرایش برون‌گرایی و درون‌گرایی را دارند؛ ولی یکی از آن دو، بر دیگری غالب است و افراد با آن وجه غالب، معرفی می‌شوند. سهراب، یکی از نامدارترین شاعران ادب معاصر فارسی است. علاوه بر آنکه سخنش در فصاحت، بلاغت و زیبایی در اوج قرار دارد، محتوای سروده‌ها و نوشته‌هایش نیز همواره مورد توجه بوده و به شیوه‌های گوناگون مورد نقد و بررسی قرار گرفته است. بسیاری از اندیشه‌های سهراب با مفاهیم روان‌شناختی امروز قابل تطبیق‌اند. برای شناخت بهتر شخصیت او، با بررسی و تحلیل آثار و نوشته‌ها و اشعارش با تکیه بر هشت کتاب به روش توصیفی - تحلیلی و تطبیق مفاهیم آن‌ها با تعریف و ویژگی‌های افراد درون‌گرا و برون‌گرا، در پی آنیم که شخصیت سهراب را از این زاویه بنگریم و خواهیم دید سهراب بر پایه آثار اصلی و ممتازش و تحلیل روان‌شناختی آن‌ها، شخصیتی خوش بین، امیدوار، عاشق، خردورز، شکرگزار، قانع، ابن‌الوقت، ساده زیست، اهل تعامل و دوستی است و از همه مهمتر روح طبیعت‌گرایی، هستی‌شناسی، آگاه به ارزش وجودی همه پدیده‌ها و دگراندیشی، وی را از قاعده به رأس هرم برونگرایی سوق داده است. ویژگی شخصیتی سهراب بر اساس تیپ‌های هشت‌گانه شخصیتی یونگ و نظریه صفات آیزنک به دو تیپ شخصیتی برون‌گرای حسی و برون‌گرای شهودی نزدیک‌تر است.</p>	<p>نوع مقاله: پژوهشی</p> <p>واژگان کلیدی: سهراب سپهری، هشت کتاب، تیپ شخصیتی، یونگ، آیزنک.</p> <p>* پست الکترونیکی نویسنده مسئول: omid.barann1359@gmail.com</p> <p>ارجاع: انصاری کیا، امید، (۱۴۰۳)، واکاوی مؤلفه‌های بنیادین برونگرایی سهراب سپهری (بر اساس نظریه شخصیت یونگ و صفات آیزنک)، پژوهشنامه جریان‌شناسی شعر و داستان ادبیات معاصر ایران، ۳(۲)، صص ۲۵ تا ۴۴.</p>
<p>DOI: 10.22034/PMLJ.2025.14851.1069</p>	

۱. مقدمه

نقد روان‌شناختی یا «نقد روان‌شناسانه» مبحث جدیدی است که امروزه در نقد آثار ادبی حائز اهمیت است. نقد روان‌شناختی یکی از مبانی و روش‌های مهم در نقد ادبی نوین است. رابطه ادبیات و روان‌شناسی از دیرباز مورد توجه بوده است. روان‌شناسی می‌تواند رابطه میان هنرمند و اثرش را بازگو کند؛ چون اثر، زاده روح خالق است پس مخلوق او که همان اثر است نیز دارای روح و روان است و محتوای هر اثر ادبی از خصوصیات درونی و ویژگی‌های روانی خالق آن جدا نیست. روان‌شناسی به بحث و بررسی حالات روحی و روان آدمی می‌پردازد؛ از دیگر سو، ادبیات حاصل لحظات روحی و روانی خاص و محصول ذهن و روان شاعر و نویسنده است. پس با روان‌شناسی می‌توان ادبیات را مورد کنکاش قرارداد و آن را واکاوید. «نگاه روان‌شناسانه به آثار ادبی (از دیدگاه ناقدان، آن جا که حرف از ناخودآگاه نویسنده است) می‌تواند به کشف برخی از درونه‌های ژرف نویسنده کمک شایانی کند؛ به یقین که این درونه‌ها خبر از رویدادهای فرهنگی جامعه می‌دهند که در هیچ کتاب تاریخی بیان نشده است. در واقع از این نقطه نظر، می‌توان پاسخ آن‌هایی که ادبیات را تکرار مکررات تاریخ می‌دانند، داد» (اشرف‌زاده و روح‌بخش مبصری، ۱۳۹۵: ۱۵۱)

پژوهش حاضر می‌کوشد تا به کمک علم روان‌شناسی به تحلیل شخصیت سهراب پردازد و باتکیه بر هشت کتاب، نوع تیپ برون‌گرا یا درون‌گرایی او را مشخص کند و نشان دهد که سهراب، شخصیتی برون‌گرا دارد و برای این منظور از دو نظریه تیپ شخصیتی یونگ و آیزنک بهره برده است. در پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سؤالات هستیم: ۱- آیا سهراب سپهری برون‌گرا بود؟ ۲- شخصیت برون‌گرایی سهراب بر زندگی او و دیگران تا چه حد تأثیرگذار بوده است؟ ۳- آیا سهراب، شاعری همیشه برون‌گرا بود یا اینکه گاهی تمایل به درون‌گرایی هم داشته است؟

۱-۱. مبانی نظری

تیپ‌های شخصیتی یونگ

کارل گوستاو یونگ (Jung Gustav Carl) روان‌شناس و روان‌کاو سوئیسی، اولین کسی است که در کنار وضع و ابداع مفاهیمی همچون: ناخودآگاه جمعی، سایه‌ها، پرسونا، عقده‌ها، آنیما و آنیموس، مبحث تیپ‌های شخصیتی را مطرح کرده است. او در سال ۱۹۱۵ م. برای اولین بار بحث قطبیت‌های برون‌گرا و درون‌گرا را مطرح کرد. بعدها این نظریه به نظریه «تیپ‌های هشت‌گانه یونگ» معروف شد. «یونگ، تشخیص داد که انواع مختلف برون‌گرایان و درون‌گرایان وجود دارد. یونگ، چهار کارکرد روان را مطرح کرد: حس کردن، شهود، تفکر و احساس» (همان: ۱۵۵) او در ادامه بر اساس تعامل‌های دو نگرش درون‌گرایی و برون‌گرایی و چهار کارکرد مذکور، هشت تیپ روان‌شناختی فرعی را معرفی کرد: ۱۰. برون‌گرای متفکر؛ ۲۰. برون‌گرای احساسی؛

۳. برون‌گرایی حسی؛ ۴. برون‌گرایی شهودی؛ ۵. درون‌گرایی متفکر؛ ۶. درون‌گرایی احساسی؛ ۷. درون‌گرایی حسی؛ ۸. درون‌گرایی شهودی.

خلاصه نظریه یونگ به شرح زیر است: تیپ‌های روان‌شناختی یونگ برون‌گرایی متفکر (Te) (Extraverted thinking) منطقی، واقع‌بین، متعصب، برون‌گرایی احساسی (Fe) Extraverted feeling عاطفی، حساس، معاشرتی، بیشتر نمونه زنان است تا مردان، برون‌گرایی حسی (Se) Extraverted sensation لذت‌جو، سازش‌پذیر، برون‌گرایی شهودی (Ne) Extraverted intuition خلاق، قادر به برانگیختن دیگران و غنیمت شمردن فرصت‌ها، درون‌گرایی متفکر (Ti) Introverted thinking به عقاید بیشتر از افراد علاقه دارد، درون‌گرایی احساسی (Fi) Introverted feeling تودار، خویشان‌دار، با این حال قادر به هیجان عمیق، درون‌گرایی حسی (Si) Introverted sensation در ظاهر بی‌اعتنا و خشک، خود را در فعالیت‌های هنرشناسی ابراز می‌کند، درون‌گرایی شهودی (Ni) Introverted intuition با ناهشیار بیشتر از واقعیت روزمره ارتباط دارند.

صفات شخصیتی آیزنک

هانس آیزنک (Eysenck Hans) فرد برون‌گرا و درون‌گرا را به صورت زیر توصیف می‌کند: «فرد درون‌گرا، فردی آرام، کناره‌گیر، علاقه‌مند به کتاب و خوددار است و از دیگران به‌غیر از دوستان صمیمی فاصله می‌گیرد. او علاقه‌مند به برنامه‌ریزی است. برانگیختگی را دوست ندارد. موضوعات زندگی روزمره را بسیار جدی می‌گیرد و علاقه‌مند به یک زندگی با نظم و ترتیب است. او کنترل دقیقی بر احساسات خود دارد و به ندرت از او رفتار پر خاشگرانه سر می‌زند. او به راحتی خشمگین نمی‌شود و از کوره در نمی‌رود. او فردی قابل اطمینان و تا حدی بدبین است و اهمیت زیادی برای اصول و استانداردهای اخلاقی قائل است. فرد برون‌گرا، فردی اجتماعی است، علاقه‌مند به میهمانی‌هاست. دوستان فراوانی دارد. نیازمند به صحبت کردن با دیگران است و علاقه‌ای به مطالعه و کتاب‌خواندن به‌تنهایی ندارد. او نیازمند انگیزتگی است و آن را جستجو می‌کند. از فرصت‌ها استفاده می‌کند و به‌طور کلی فردی، تکانشی است. او علاقه زیادی به شوخی‌های عملی دارد. حاضر جواب است و تغییر را دوست دارد. معمولاً پر خاشگر است و زود کنترل خود را از دست می‌دهد و همیشه فرد مورد اطمینانی نیست.» (اسفند آباد، ۱۳۹۳: ۹۹-۱۰۰)

هانس آیزنک، قائل به سه بعد شخصیتی است:

الف: برون‌گرایی در برابر درون‌گرایی (Extroversion versus roversion)

ب: روان رنجورخویی در برابر ثبات هیجانی (Neuroticism stability) (emotional versus)

ج: روان پریش خویی در برابر کنترل تکانه (control impulse versus) / (یا عملکرد فراخود

(psychoticism) (شولتز و شولتز، ۱۳۹۴: ۳۶۳)

تعریف روانشناسی شخصیت

از شخصیت، تعریف‌های مختلف و گوناگونی ارائه شده است و همه نظریه پردازان شخصیت در یک تعریف واحد، هم نظر نیستند. «شخصیت، عبارت است از الگوی نسبتاً پایدار صفات، گرایش‌ها یا ویژگی‌هایی که تا اندازه‌ای به رفتار افراد دوام می‌بخشد.» (فیست و فیست، ۱۳۸۸: ۱۲). چون انسان‌ها منحصر به فردند، شخصیت آنها نیز علی‌رغم شباهت‌ها، دارای ویژگی خاص است که باعث تمایز از دیگران می‌شود. بنابراین می‌توانیم بگوییم: «شخصیت، مجموعه‌ای از ویژگی‌های بادوام و منحصر به فرد است که امکان دارد در پاسخ به موقعیت‌های مختلف، تغییر کند (شولتز و شولتز، ۱۳۹۴: ۱۲). واژه شخصیت (Personality) ریشه لاتین دارد و از واژه (Persona) در معنی نقاب و ماسکی که در گذشته بازیگران یونان و روم باستان بر چهره می‌گذاشتند، برگرفته شده است. پرسونا و ماسک اشارتی تلویحی به این موضوع است که همانگونه که ماسک هر فرد وجه تمایز او از دیگران است، شخصیت افراد نیز با یکدیگر متفاوت است.

تیپ‌های شخصیتی (برونگرا و درونگرا)

مطابق نظریه روان‌شناسان صفات، انسان‌ها، دارای دو بعد شخصیتی اصلی درون‌گرایی و برون‌گرایی هستند. ضمن اینکه این دو بعد هیچگاه از هم جدا نیستند و تمامی افراد آنها را هم‌زمان و همراه با هم دارا هستند. تفاوت آنها تنها در غلبه یکی بر دیگری است. «نگرش مسلط، رفتار و هشیاری فرد را هدایت می‌کند، باین حال نگرش غیر مسلط با نفوذ می‌ماند و بخشی از ناهشیار شخص می‌شود» (شولتز و شولتز، ۱۳۹۴: ۱۵۵). در واقع، هر کدام از این دو تیپ دارای خصلت‌ها و ویژگی‌های خاص خود هستند. زودرنجی، در رؤیای بیداری بودن، در بیشتر موارد خجالتی، کناره‌گیر، خودداری از شرکت در موقعیت‌های اجتماعی، احتیاط و محافظه کاری، خویش‌داری، متوجه درون خویش بودن، ساکت بودن، در بیشتر زمان‌ها خیالاتی، اندیشه ورز و... ویژگی‌های مهم افراد درونگرا را تشکیل می‌دهند و برعکس، افراد برونگرا با خصیصه‌هایی نظیر: ترجیح کارهای گروهی به کارهای انفرادی، صراحت در گفتار، واقع‌گرایی، معاشرتی بودن، جسارت در ارتباطات اجتماعی، سرزنده بودن، داشتن آسودگی خاطر و... مشخص می‌شوند.

۲-۱. پیشینه پژوهش

تاکنون از دیدگاه‌های مختلف درباره سهراب باتکیه بر آثارش، مطالعات فراوانی شده است؛ اما از نظر روان‌شناسی، مقاله‌ای با موضوع حاضر، نوشته نشده است که این پژوهش، در نوع خود با نوآوری همراه است.

فهرستی از مقالات انجام شده: هشت کتاب سهراب و مثبت‌اندیشی از دیدگاه سلیگمن (ثامنی، کیوان ۱۴۰۱) که هیجانانگیز است، حال و آینده بررسی کرده است و مؤلفه‌های استخراجی با پژوهش حاضر کاملاً متفاوت است، نقد تطبیقی گرایش فکری سهراب و والتر دولا مر بر اساس نظریه زیگموند فروید (کشاورز، ۱۴۰۱) که به چرایی گرایش هر دو شاعر به رمانتیسم معتدل بر اساس مؤلفه‌های نظریه‌ای با «عنوان ساز و کار دفاعی» پرداخته است، تحلیل اشعار سهراب از منظر هستی‌شناسی هایدگر (حیدری، ۱۳۹۷) که به تبیین و تحلیل نگاه فیلسوفانه سپهری در باب هستی پرداخته است و روانشناسی رنگ در اشعار سهراب سپهری که با توجه به

بسامد واژگانی رنگ‌ها در سروده‌های سهراب از راهی علمی تر به پاره‌ای از ویژگی‌های رفتاری، اخلاقی سهراب سپهری پرداخته است. (قاسم زاده و نیوبخت، ۱۳۸۲)، مقاله تحلیل داستان اعرابی درویش و همسر او در مثنوی معنوی مولوی بر اساس نظریه مثبت‌گرای مارتین سلیگمن، عباس تابان فرد و سکینه رسمی (۱۳۹۷) در این پژوهش سعی بر آن است تا یکی از داستان‌های مندرج در این اثر شگرف با عنوان اعرابی و همسر درویش او، روش روان‌درمانی توانمند-مدار که یکی از شیوه‌های روان‌درمانی مثبت‌گراست تحلیل و بررسی شود تا در نهایت مشخص گردد که آراء و اندیشه‌های مولوی علاوه بر ظرفیت‌های ادبی و زیبایی‌شناختی حائز ظرفیت‌های روانشناختی بسیاری است. مقاله "روانشناسی مثبت‌در الهی‌نامه عطار نیشابوری"، محبوبه خراسانی، سهراب مقصودی (۱۳۹۷) که به بررسی اشعار و حکایت‌های الهی‌نامه عطار نیشابوری، با هدف شناسایی و تبیین مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت، هدف اصلی نگارندگان در نگارش این مقاله بوده است.

۲. بحث و بررسی

مؤلفه‌های نظریه شخصیت یونگ مبتنی بر صفات آیزنک در سهراب سپهری

۲-۱. تیپ‌های شخصیتی برونگرای حسی

افرادی که در این نوع شخصیت طبقه‌بندی می‌شوند، اشخاصی بسیار هیجانی، از نظر عاطفی حساس، معاشرتی و در برقراری ارتباط با دیگران موفق و نسبت به طرز تفکر و عقیده دیگران درباره خود حساس‌اند. افرادی در جستجوی تجربیات تازه‌تر هستند و تمرکز آنان بر لذت و خشنودی است و به دنبال فرصت لذت‌بردن از زندگی‌اند. این افراد به دنیای عملی‌گرایش دارند و با انواع افراد و شرایط متغیر، سازش‌پذیر و بسیار معاشرتی هستند و قابلیت‌های زیادی برای لذت‌بردن از زندگی دارند (شولتز و شولتز، ۱۳۹۴: ۱۵۸).

۲-۱-۱. کسب تجربه

سهراب، شخصیتی فعال و عملگر که همواره در جستجوی تجربیات تازه است. سهراب، فردی سرزنده و بسیار بانشاط و معاشرتی است، نه انسانی عبوس و چهره درهم‌کشیده. راجرز (Rogers Carl) از نظریه‌پردازان معروف شخصیت و یکی از چهره‌های اصلی در رویکرد روان‌شناسی انسان‌گرایانه در الگوی نظریه شخصیتی خود، پنج ویژگی خاص را برای انسان کامل یا خودشکوفایی (Actualization - Self) ارائه کرده است. یکی از پنج ویژگی عبارت است از آمادگی کسب تجربه و سهراب، همیشه آمادگی کسب تجربه را داشته است: سهراب، معتقد است که گاهی باید خود، تجربه کنیم و این صدای دهل از دور خوش است را گویی باور ندارد و مهم‌تر اینکه سهراب به درجه‌ای از آگاهی رسیده است که دوست دارد به صورت دسته‌جمعی و گروهی چیزی را تجربه کند که این درهم‌تیدگی نوع دوستی و تجربه هم در جای خود حائز اهمیت است و به این باورمند است که همه چیز را باید زیر چتر وحدانی باران، تجربه کرد که جالب است زیرا که دوست دارد همه دل‌مردگی و غم‌ها را باران بشوید و آن طراوت واقعی را در خود و دیگران ببیند و می‌داند این خاصیت باران است اگرچه همه را خیس می‌کند؛ اما به همان میزان و بیشتر حتی، طراوت و شادابی می‌بخشد و این فراخواندن به اتحاد و همدلی بی‌سار

زیباست و اینکه کلیدی‌ترین چیزها یعنی دوست و عشق را حتماً باید زیر باران دید، تجربه متفاوت و تازه است و مهم‌تر تمرکز بر لذت و شادی که زاینده این خیال و تفکر است.

«چترها را باید بست/ زیر باران باید رفت/ فکر را، خاطره را، زیر باران باید بر./ با همه مردم شهر، زیر باران باید رفت/ دوست را، زیر باران باید دید/ عشق را، زیر باران باید جست.»

(سهراب، ۱۳۸۵: ۳۲۴)

سهراب، فارغ از این همه مسئله و دغدغه‌مندی، ترجیح می‌دهد لب دریا برود و وزن بودن را حس کند و همین که خستگی تاریخ مثل معلمی، نیم‌نگاه او را جلب کرده است؛ اما باز پشت‌پا می‌زند و لحظه را می‌ستاید، بسیار ارزنده است و آموزنده.

«پشت سر، خستگی تاریخ است./ پشت سر، خاطره، موج به ساحل صدف سرد سکون می‌ریزد./ لب دریا برویم، تور در آب بیندازیم/ و بگیریم طراوت را از آب./ ریگی از روی زمین برداریم/ وزن بودن را احساس کنیم.»

(همان: ۱۸۵)

سهراب، از تجربه‌ها به‌عنوان یک معلّم استفاده می‌کند و این پذیرش اتفاقات مهم است؛ زیرا که در دل این ناخوشی‌ها، خوشی‌های بسیاری نهفته است و این درهم‌تنیدگی و جمع اضداد، رنگین‌کمانی می‌سازد به اسم زندگی و به این نکته رسیده است که ژرف‌ساخت هر خوشی، ناخوشی است و خود را در برابر هر عملی، آماده می‌بیند و پذیرا است و این سختی‌ها به روی او پنجره خوش‌بینی و دیگراندیشی داده است. این رضایت‌مندی و جهان‌آگاهی او را در صدر مثبت‌اندیشی ادبیات معاصر نشانده است:

«گاه زخمی که به پا داشته‌ام / زیروبم‌های زمین را به من آموخته است./ گاه در بستر بیماری من، حجم گل چندبرابر شده است.»

(همان: ۲۲۸)

۲-۱-۲. اغتنام فرصت‌ها

سهراب، به زندگی کردن در لحظه باور دارد و آن را فریاد می‌زند؛ گذشته و آینده در زبان و شعر سهراب نه اینکه اهمیت ندارند؛ بلکه حال را مهم‌تر می‌داند و همه چیز را دوست دارد در لحظه تجربه کند؛ نه افسوس گذشته را می‌خورد نه چیزها را به آینده می‌سپارد و گویی از نگاه سهراب همه چیز در همین لحظه نهفته است:

«زندگی، آب‌تنی کردن در حوضچه "اکنون" است./ رخت‌ها را بکنیم/ آب، در یک قدمی است./ روشنی را بچشیم.»

(همان: ۱۷۸)

۲-۱-۳. مثبت‌اندیشی

سهراب، همه کائنات را ذی‌روح، دارای ارزش و زندگی می‌داند در زندگی به آن آگاهی رسیده است که هر چیزی در جای خود نکوست و نگاه آفاقی‌تری به پیرامون و جهان هستی دارد، نگاهش منعطف به نقطه خاص و محدودی نیست، تنها خود را نمی‌بیند؛ بلکه خود را رها در جهان هستی و جزئی از این کل می‌داند و به این تعالی رسیده که هر موجودی با جهان خویش آگاه است و آگاهی‌هایی دارد:

«و نگوییم که شب، چیز بدی است. / و نگوییم که شب‌تاب ندارد خیر از بینش باغ / و بیاوریم سبد / ببریم این همه سرخ، این همه سبز / صبح‌ها، نان و پنیرک بخوریم. / و بکاریم نهالی سر هر پیچ کلام.»

(همان: ۲۷۰)

۲-۱-۴. پویایی، سرزندگی و امید

«برخلاف خوش‌بینی که سبب شادابی و در نهایت سلامت روحی و جسمی می‌گردد، بدبینی، سبب رنج و ناراحتی در شخص می‌شود. به عقیده مورفی نظریات و برداشتهای غلط و نادرست و افکار منفی، تیرگی‌ها و ظلمات هستی انسان را تشکیل می‌دهند و همین‌ها هستند که درد و رنج و ناخوشی و بیماری را به دنیای انسان خواهند آورد. در عوض، ایده‌آل‌ها و آرمان‌ها و برداشتهایی که مایه الهام شخص هستند، شفافبخش و حاصل خیر و برکت، مظهری از عقل و درایت الهی نور حقیقی به شمار می‌روند.» (مورفی، ۱۳۶۸: ۳۲۰)

این پویایی سهراب است که او را به دریای تجربه‌ها و تازه‌ها می‌برد؛ آرام و قرار ندارد و زندگی سهراب دقیق مثل طرز تفکرش روی یک خط به سمت جلو حرکت می‌کند و زمان در شعر سهراب چنین تصویر شده است؛ دورانی نیست و حالت سکون ندارد و مهم‌تر اینکه جرعه این سرزندگی از درون است و در وجودش نهادینه شده است؛ گویی فارغ از همه چیز فقط در پی کسب تجربه‌کردن و لذت اندوزی است:

«در دل من چیزی است مثل یک بیشه نور، مثل خواب دم صبح / و چنان بی تابم که دلم می‌خواهد / بدوم تا ته دشت، بروم تا سر کوه / دورها، آوایی است که مرا می‌خواند.»

(همان: ۶۷)

چشمه آرزوهای سهراب جاری است و ابرهای دلش پرباران، دشتهای دلش سبز و پر از قناری‌ها؛ چه نشانه‌هایی از این روشن‌تر که بارقه‌های امید و شادی در ذهن و زبانش جاری است و تلویحاً به طور ضمنی متذکر می‌شود که از این خوشی‌ها نگذر و دریاب آن‌ها زیرا که زندگی ثبات ندارد و شاید همین جا تمام شود و این ناتورا لیست بودن سهراب خود دلیلی محکم بر برون‌گرایی او است:

«من و تو دیر زمانی است که خوب می‌دانیم / چشمه آرزوهای من و تو جاری است / ابرهای دلمان

پربارند / کوه‌های ذهن و اندیشه ما پابرجا / دشتهای دلمان سبز و پر از چلچله‌ها / روز ما گرم و شب از قصه

دیرین لبریز / من و تو می‌دانیم / زندگی در گذر است / همچو آواز قناری در باغ.»

(همان: ۱۵۹)

۲-۲. تیپ های برونگرایی شهودی

۱-۲-۲. ابن الوقت بودن

افرادی، دارای توانایی های زیاد هستند و دم را غنیمت می‌شمردند. سهراب، در حوضچه اکنون زندگی می‌کند و فرد زمانه خویش است. سهراب، نیز همان‌گونه که حضرت (ع) علی می‌فرماید: «الفرصة تمر مر السحاب فانتهزوا فرص الخیر» (نهج البلاغه: ۱۰۳۸) معتقد است که بین دو عدم، حال را دریابیم: سهراب، هم همانند عارفان و صوفیان اعتقاد دارد که باید ابن الوقت بود:

«زندگی، آب‌تنی کردن در حوضچه "اکنون" است.»

(همان: ۱۸۷)

«زندگی، وزن نگاهی است که در خاطره‌ها می‌ماند/شاید این حسرت بیهوده که بر دل‌داری/شعله گرمی امید تو را، خواهد کشت/زندگی، درک همین اکنون است/زندگی شوق رسیدن به همان فردایی است که نخواهد آمد»

(همان: ۳۱۹)

افراد برون‌گرا، مجذوب اندیشه‌هایی تازه هستند و به خلاقیت‌گرایی دارند. سهراب از حداقل‌ها، تندیسی واقعی می‌سازد و این نهایت تعامل و همدردی با هم نوع خویش و نوع دوستی است؛ خویش را تافته جدا بافته نمی‌داند و به دری می‌زند تا بودن خویش را در کنار دوستانش، تصویر کند؛ حتی آنجا که شاید خیلی‌ها چیزی به ذهنشان نرسد و تصور می‌کنند به بن‌بست رسیده‌اند، کوره‌راهی به ذهنش می‌رسد که به شاهراه ختم می‌شود و همه را شگفت زده می‌کند و این شعله‌های امید همیشه در دلش روشن است، می‌پراکند و مشوق و راهنما است نه مقلد و برای بیرون آوردن دوستانش از درد تنهایی، هر کاری می‌کند و همین‌گریزان بودن و رهایی جستن از تنهایی، خود دلیلی محکم برای برونگرایی سهراب است:

«پیشه ام، نقاشی است/ گاه گاهی قفسی می‌سازم با رنگ، می‌فروشم به شما/ تا به آواز شقایق که در آن زندانی است، دل تنهایی تان تازه شود/ گرچه می‌دانم پرده ام بی‌جان است»

(همان: ۲۱۳)

خودشکوفایی، بالاترین نیاز انسانی در هرم مزلو است و منتهای آرزوی انسان و رضایت خاطرش رسیدن به بام خودشکوفایی است. مزلو درباره خلاقیت افراد خودشکوفای می‌گوید: «این ویژگی کلیدی همه افرادی است که مورد مطالعه قرار گرفته‌اند. هیچ استثنایی هم وجود ندارد» (مزلو، ۱۳۷۵: ۲۳۲).

استفاده عاطفی سهراب از زبان در سروده‌هایش به وضوح مشهود است. از این رو سهراب را می‌توان طبق نظریه شخصیت هالند (Holland. L. John) (۱۹۱۹) (۲۰۰۸)، نماینده تیپ شخصیت هنری (Artistic) دانست.

۲-۲-۲. عاطفه و صمیمیت

«یکی از ویژگی‌های مثبت در جامعه، مهربانی نسبت به دیگران است که پیامدهای مثبت روحی و جسمی دارد. "سلیگمن استدلال می‌کند که مهربان بودن، توانایی ویژه‌شما را به کار می‌اندازد و در نتیجه به جای لذتی آنی، رضایتی بلندمدت به شما می‌بخشد.» (لیمون و مک ماهون، ۱۳۹۱: ۱۲۰)

سهراب، چنان عاطفی است که نه فقط با آدم‌ها؛ بلکه دوست ندارد حتی ذره‌ای در کائنات دشمنی و کدورت باشد، نوع نگاهش مدینه‌ای فاضله است آنجا که می‌گوید:

«من ندیدم دو صنوبر را با هم دشمن / من ندیدم بیدی، سایه‌اش را بفروشد به زمین / رایگان می‌بخشد نارون
شاخه خود را به کلاغ / هر کجا برگی هست، شور من می‌شکفت / مثل یک گل‌دان، می‌دهم گوش به موسیقی
رویدن.»

(همان: ۳۲۰)

صمیمیت، در کلام سهراب جاریست و این رود عاطفه، تنها به آدم‌ها ختم نمی‌شود و همه کائنات را دربرمی‌گیرد و نکته جالب تر اینکه سهراب، هر روز با خورشید متولد می‌شود و آوردن اصطلاحات: پرواز دادن هیجان‌ها، پای تر باران، بلندای محبت و نیستن در به روی هر گیاه و حشره و ... ، اگر جاری شدن آبخار عاطفه‌ها نیست پس چیست؟:

«صبح‌ها وقتی خورشید، درمی‌آید متولد بشویم / هیجان را پرواز دهیم / روی پای تر باران به بلندی محبت برویم /
در به روی بشر و نور و گیاه و حشره باز کنیم.» (همان: ۲۰۷) و اینجا: «تو مرا یاد کنی یا نکنی / باورت گر بشود گر
نشود / حرفی نیست / اما نفسم می‌گیرد / در هوایی که نفس‌های تو نیست.»

(همان: ۲۳۶)

۲-۲-۳. آرامش خاطر

در شعر سهراب قناعت و بسنده کردن به حداقل‌ها و خوش بودن فراوان دیده می‌شود و نوع نگاهش به زندگی به گونه ایست که می‌گوید حتی اگر سرمایه و دارایی هم نداشته باشیم، با کلمات محبت آمیز با مهربانی هم می‌شود زندگی کرد و این بهترین نشانه برونگرایی و مثبت نگری است:

«زندگی خالی نیست / مهربانی هست / سبب هست / ایمان هست / آری تا شقایق هست زندگی باید کرد»

(همان: ۲۰۸)

قطعاً اینکه از هر چیزی، نهایت لذت را ببریم و شادمانی کنیم و دیدمان به یک نقطه، معطوف و منعطف نباشد و همه زیبایی‌ها را ببینیم، جز برونگرایی سهراب آن هم در کمال استفاده از احساسات چیزی دیگری نمی‌تواند باشد. سهراب، وانمود نمی‌کند چون هر چیزی آن طور که باید حس و تجربه می‌کند، دقیقاً همین حس را بدون کم و کاست به خواننده منتقل می‌کند و همیشه از حداقل‌ها، تندیس لذت و آرامش و زیبایی ساخته است:

«دشت‌هایی چه فراخ/کوه‌هایی چه بلند/در گلستانه چه بوی علفی می‌آمد/لب‌آبی/گیوه‌ها را کندم و نشستم پاها
در آب/امن چه سبزم امروز»

(همان: ۱۷۳)

سهراب برای رسیدن به آرامش هم تلاش می‌کند و در تکاپو است؛ بی‌خودی اظهار آرامش نمی‌کند؛ اما آرامش که سهراب به دنبال آن است گوشه‌ای دنج و زرق و برق و فراهم بودن همه امکانات نیست؛ بلکه جایی است که بی‌خیال همه چیز می‌شود و فقط خویش را می‌بیند و بس؛ جایی که از روزمرگی‌ها خود را خلاص و دور از هر هیاهو و دغدغه‌ای به صدای شستن ظرفی گوش جان بسپارد؛ سهراب حتی خواسته‌هایش برای رسیدن به کمال آرامش، هم در کمال حداقل هاست:

«کجاست جای رسیدن، و پهن کردن یک فرش/و بی‌خیال نشستن/و گوش دادن به/صدای شستن یک ظرف زیر
شیر مجاور؟»

(همان: ۹۱)

۲-۲-۴. قابلیت‌های زیاد برای لذت جویی

سهراب، آرام و قرار ندارد و هر لحظه امکان اتفاقی تازه در ذهن و زبان اوست؛ سکون و ایستایی را نمی‌خواهد و حرکت و پویایی در کلامش هویداست، این بار قایقی می‌سازد تا شهر پشت دریاها را تجربه کند، همین رفتن و پیوستن و معاشرتی بودن سهراب است که شادی مردم را شادی خود می‌داند و بالعکس و جالب‌تر اینکه این حقیقت جویی، شاه‌رگ شعر سهراب است و خدای سهراب در همین نزدیکی است و هیچ واسطه و راه تو در تویی گویی نیست:

«قایقی خواهم ساخت،/خواهم انداخت به آب./پشت دریاها شهری است/که در آن پنجره‌ها رو به تجلی باز
است/مردم بالادست چه صفایی دارند/چشمه‌هاشان جوشان/گاوهاشان شیر افشان باد/من ندیدم دهشان/بی‌گمان
پای چپ‌هایشان جای پای خداست»

(همان: ۳۳۸)

۲-۲-۵. ارتباطات اجتماعی

سهراب زندگی را دیدار دوست می‌داند؛ جسارت در ارتباطات اجتماعی و هم‌صحبتی با دیگران را دوست دارد، محبت کردن به کسی و زندگی بدون عشق را نمی‌پسندد زیرا که با طنز و تعریض بیان می‌دارد که هر کسی می‌تواند زنده باشد اما این زندگی نیست:

«زندگی نیست به جز دیدن یار/زندگی نیست بی‌عشق،/به جز حرف محبت به کسی،/ورنه هر خار و خسی/زندگی
کرده بسی»

(همان: ۱۵۰)

سهراب، در این مناظره کوتاه معاشرتی و مهم بودن دوستان و روابط اجتماعی را به گونه ای دیگر تصویر می کند و چنین می گوید شاید از نظر فیزیکی از دوستانش فاصله ای داشته باشد اما از صمیم قلب دل هاشان به هم راه دارد و این موج صمیمیت به خوبی بیان شده است و مهم تر اینکه دعاشان می کند و خوبی و سلامتی آن ها را از آن خود می داند و این ارتباط قلبی، اوج و نقطه ارتباط انسانی است که سهراب در رأس این هرم قرار دارد و این باورمندی به دعا و طول عمر و عزت تلویحاً برداشت می شود:

«صبح امروز کسی گفت به من: تو چقدر تنهایی! گفتمش در پاسخ: تو چقدر حساسی؛ اتن من گر تنه‌است، /دل من با دل هاست، /دوستانی دارم/بهتر از برگ درخت/که دعایم گویند و دعاشان گویم، /یادشان در دل من، /قلبشان منزل من!... /صافی آب مرا یاد تو انداخت رفیق!/تو دلت سبز، /لبت سرخ، /چراغت روشن!/چرخ روزیت همیشه چرخان!/نفست داغ، /تنت گرم، /دعایت با من/روزهایت پی هم خوش باشد»

(همان: ۳۴۹)

دگردوستی که از صفات اختصاصی بشر و از تمایلات عالی انسانی است، مایه مهرورزی به مردم و دوست داشتن دیگران است. این تمایل، آدمی را به غیر خود متوجه می کند و به زندگی لطف و صفای انسانی می بخشد. احیای این کشش روحانی، جامعه را با هم مهربان می سازد. حس تعاون و همدردی را به جریان می اندازد و افراد را در غم و شادی یکدیگر شریک می کند. غریزه حب ذات مانند سایر غرایز حیوانی در وجود بشر ریشه عمیق دارد. خودبه خود شکفته می شود و به سرعت رشد می کند و برای قوت گرفتن و نیرومند شدن، نیازی به حمایت و پرورش ندارد. تمایل دگردوستی مثل سایر تمایلات عالی انسانی، ضعیف و کم فروغ است و بدون تربیت و مراقبت نیرومند نمی شود. اگر والدین و مربیان از دوران کودکی متوجه فرزندان باشند و وظایف خود را به خوبی انجام دهند، می توانند این خوی انسانی را تدریجاً در نهادشان پرورش دهند و آنان را بشردوست و خیرخواه بار بیاورند. ناگفته نماند که مقصود از دگردوستی، محبت و مهر به انسان ها از جهت فضیلت اخلاقی و شرافت انسانی است، نه آنکه انگیزه دوستی، نیل به خواش های غریزی و تمنیات مادی باشد. انسان بیمار به طبیب و معالج و پرستار مراقب خود ابراز علاقه می کند، ولی منشأ روانی این علاقه، دگردوستی و تمایل عالی انسانی نیست؛ بلکه این محبت از غریزه حب ذات و عشق به زندگی سرچشمه گرفته است. علاقه بیمار به طبیب و پرستار برای این است که او را درمان می کنند و سلامت را به وی باز می گردانند و بدین وسیله غریزه خوددوستی اش را ارضا می کنند چنین محبتی در حیوانات نیز یافت می شود و اختصاص به انسان ندارد. دگردوست واقعی، کسی است که انسان ها را برای انسان بودن و به انگیزه عواطف پاک انسانی دوست بدارد و محبتش فارغ از آرایش خودخواهی و منافع مادی باشد. چنین دوستداری، حاکی از تعالی روان و نشانه صفای روح و از مختصات انسان است. این قسم دوستی و محبت، زندگی آدمیان را از زندگی حیوانات جدا می کند. جوامع بشری را با هم مرتبط می سازد. دل های مردم را با رشته های محبت انسانی به هم پیوند می زند و روح برادری و تعاون را زنده می کند. چنین محبتی مردم را از خوی حیوانی و درندگی بر کنار می دارد و به انسان ها ایمنی و اطمینان خاطر می بخشد و محیط صلح و صفا به وجود می آورد و زندگی را مطبوع و دلپذیر می سازد.

در آیین مقدس اسلام، مسئله دگردوستی و محبت به انسان‌ها مورد کمال توجه قرار گرفته و پیشوایان مذهبی این خوی پسندیده را یکی از عوامل سعادت بشر و از وسایل جلب عنایات الهی دانسته‌اند. امام موسی کاظم (ع) می‌فرماید: «ان اهل الارض لمرحومون ماتحباوا و ادوالامانة و عملواالحق» مردم روی کره زمین پیوسته در رحمت و شفقت به سر می‌برند. مادامی که یکدیگر را دوست بدارند و ادای امانت کنند و رفتارشان بر وفق حق و حقیقت باشد.

حضرت علی (ع) نیز در بیان گوهرباری می‌فرماید: «ابلق ما تستدر به الرحمة ان تضمر لجميع الناس الرحمة» رساترین چیزی که به وسیله آن می‌توانی رحمت الهی را به خود جلب کنی، این است که در باطن به همه مردم عطف و مهربان باشی.

و باز در جای دیگر تأکید می‌فرماید: «انالله سبحانه يحب ان يكون نيهالانسان للناس جميلة» خداوند دوست دارد که مردم درباره هم خوب فکر کنند و خیرخواه یکدیگر باشند.

۲-۲-۶. صراحت کلامی

سهراب از تضاد طبقاتی به شدت رنجور است و معیارهای دیگری غیر از سنت، در ذهن دارد؛ تابوشکنی می‌کند و چیزهای کلیشه‌ای از پیش تعیین شده را بدون هیچ قید و شرطی نمی‌پسندد و چنین نارضایتی را به صراحت هر چه تمام‌تر بیان می‌دارد و دیگران را به دیگرگون دیدن و تغییر نگرش فرامی‌خواند:

« من نمی‌دانم چرا اسب، حیوان نجیبی است / کبوتر زیباست / چرا در قفس هیچ کسی، کرکس نیست / گل شبدر چه کم از لاله قرمز دارد؟ / چشم‌ها را باید شست و جور دیگر باید دید.»

(همان: ۴۲۹)

۲-۲-۷. قادر به برانگیختگی دیگران

ویژگی منحصر بفرد سهراب این است که دوست دارد دیگران را در دانایی و شادی خویش سهیم کند به همین خاطر از شگرد کلامی پرسش و پاسخ بهره می‌برد، گویی در نظر دارد مسابقه‌ای را برگزار کند و برنده و بازنده ندارد زیرا که می‌خواهد همه آزادانه شرکت کنند، طبیعت برای سهراب به مثابه یک آزمایشگاه است؛ آزمایشگاهی که نتیجه هر آزمایشش چیزی نیست جز حقیقت جویی و جهان‌آگاهی:

«هر که در حافظه چوب ببیند باغی / صورتش در وزش بیشه شور ابدی خواهد ماند»

(همان: ۴۰۱)

از نظر سهراب سپهری، دلیلی که مردم بر حسب عادت، برای هر کدام از این باورها می‌آورند، در ذات خود آن چیزها نیست. این عادت است که به انسان تلقین می‌کند هر چیزی را چه جور ببیند. برای همین است که راه‌حل سهراب برای جور دیگر دیدن، پاک کردن چشم‌ها از آلودگی عادات است.

نگاه سهراب بسیار نزدیک به فلسفه عرفانی کریشنا مورتی، عارف معاصر هندی است. اساس فلسفه کریشنا مورتی این است که درک ما از پدیده‌های پیرامون، باید تازه و به دور از معارف و شناخت‌های موروثی باشد و

فقط در این صورت است که درست می‌بینیم. نباید بین نگرنده و نگریسته فاصله باشد. فاصله، حاصلِ پیش‌داوری‌های ماست. با دید موروث از گذشته‌ها، به شیء نگریستن است. اگر با چشم گذشته‌ها به شیء نگاه کنیم، آن را چنان‌که باید نمی‌بینیم و با چشم و ذهنِ دیگران که در غبارِ قرون گم شده‌اند آن را بد و یا خوب می‌بینیم، بی‌هیچ دلیلی و انگیزه‌ی، فقط به متابعت از عرف، اسب را حیوان نجیبی می‌پنداریم و کرکس را زشت... این‌گونه است که سپهری به مدارج بالای اشراق و به تعبیر رضا براهنی، به نوعی از خردِ عارفانه رسیده است و دنیا را آن‌چنان نوازش‌کننده، زیبا و نیک می‌بیند که چشمِ چپ بدبین و زشت‌بین را می‌بندد و چشمِ راست را خوش‌بینانه، مثل نورافکنی بزرگ، به سوی خطوط و رنگ‌ها و حالات خوب و زیبا می‌گشاید.

آنجا که شیخ محمود شبستری می‌گوید: «اگر یک‌ذره را برگیری از جای، خلل یابد همه عالم سراپای»، بسیار زیبا اشاره به این نکته مهم دارد که هر ذره‌ای در جای خودش ارزشمند است و آن چیزی که ما می‌بینیم، بازتابی از نوع نگاه ما به پدیده‌هاست.

به تعبیر آندره ژید: «بکوش تا عظمت در نگاه تو باشد، نه آن چیزی که بدان می‌نگری. و یا خواجه عبدالله انصاری عارف بزرگ: «الهی به بهشت و حور چه نازم، مرا دیده ای ده که با هر نظری، بهشتی سازم.»

لازمه ورود به جامعه کنشگری و فعالیت محیط‌زیستی، دارابودن نگاه عدالت‌محور است و برای پذیرفتن و درک عدالت‌دوستی، باید نگاه ارباب زمین بودن رو کنار بگذاریم و به این باور برسیم که ما انسان‌ها تنها جزئی از زنجیره ارزشمند حیات هستیم و نه حاکم مطلق آن!

برای رسیدن به این نگاه ناچاریم به تعبیر سهراب، چشم‌ها را بشوئیم و بین نگرنده و نگریسته، فاصله ایجاد نکنیم و به پیش‌داوری‌ها بدرود گوئیم:

«قشنگ یعنی چه؟ / قشنگ یعنی تعبیر عاشقانه اشکال/ و عشق تنها عشق را به گرمی یک سیب می‌کند مأنوس/ و عشق، تنها عشق/ مرا به وسعت اندوه زندگی‌ها برد/ مرا رساند به امکان یک پرنده شدن.»

(همان: ۱۶۸)

زبان سهراب، زبانی عاطفی است که با انتخاب صحیح و ظریف واژگان و توازن موسیقایی متناسب با مضمون و چینش دقیق کلمات هم از لحاظ لفظ و هم از لحاظ معنا مهارت و توانایی خود را در سطح بسیار بالایی آشکار کرده است. نحو گفتار سهراب به گونه‌ای است که در روان‌ترین حالت قرار دارد و زبان معیار شده است. سهراب، در کلام خود از زبان طبیعی بهره گرفته و به محاورات روزمره بسیار نزدیک است. او به گونه‌ای فاصله شعر و نثر را از بین برده است:

«و نخواهیم مگس از سرانگشت طبیعت بپرد/ و نخواهیم پلنگ از در خلقت برود بیرون/ او بدانیم اگر کرم نبود، زندگی چیزی کم داشت/ او اگر خنج نبود، لطمه می‌خورد به قانون درخت»

(همان: ۲۷۹)

۲-۲-۸. خردمندی

«در روانشناسی نیز خرد در مفاهیمی چون خلاقیت، خودمختاری، هویت و مخصوصاً مرحله‌نهایی رشد شخصیتی تعبیر می‌شود. اما کار خرد را به عنوان یکی از فضیلت‌های همه جا حاضر می‌داند که سلیگمن در روانشناسی مثبت‌نگر مطرح می‌کند. خرد، آن فضیلتی است که شامل دستاوردها و یافته‌ها و توانایی به کارگیری آن دانش و آگاهی از طریق کنجکاوی، شور و اشتیاق، عشق به یادگیری، خلاقیت، قضاوت عادلانه، تعادل و انعطاف و داشتن توان و ظرفیت ایجاد میدان دید وسیع و ساختن تصویری بزرگ از زندگی در ذهن است؛ بنابراین افراد خردمند در بحران‌ها آرامش خود را حفظ می‌کنند و متفکر و دوراندیش هستند. آنها محدودیت‌های دانش خود را می‌شناسند، می‌توانند از زوایای مختلف به مسائل نگاه کنند و می‌دانند که دنیا در حال تغییرکردن است و هیچ موقعیتی چه خوب و چه بد، دائماً ثابت نمی‌ماند.» (ارونسون، ۱۳۹۳: ۴۳۲).

رفتار خردمندانه از دیگر ویژگی‌های این تیپ شخصیتی است. سهراب، شاعری برون‌گراست و این برون‌گرایی را در نگاه او به طبیعت و حقیقت که غالباً متوجه عناصر طبیعی و بیرونی است، می‌توان به وضوح دید. در مبحث خودشکوفایی، «پذیرش خود، دیگران و طبیعت» یکی از اصول خودشکوفایی مزلسو است. افراد خودشکوفا، خودشان و دیگران را همانگونه که هستند قبول دارند. آنها قادرند از زندگی لذت ببرند بدون آنکه مرتکب خلافتی شوند. آنها به دیگران بدون توجه به سابقه، وضعیت فعلی یا سایر عوامل فرهنگی و اجتماعی - اقتصادی، به طور یکسان نگاه می‌کنند. «آنها می‌توانند فطرت بشری خودشان را با همه نقایصش، و با همه تفاوت‌هایش با صورت مثالی (Image Ideal) بپذیرند. کسی از خیس بودن آب یا از سختی صخره‌ها یا از سبزی درختان شکایت نمی‌کند» (مزلسو، ۱۳۷۵: ۲۲۹). فرد خودشکوفا همانند کودکان، معصومانه به جهان هستی می‌نگرد، بیآنکه خواستار دگرگونی آن باشد. این البته همانند حالت انزوا و تسلیم به مفهوم شرقی کلمه نیست. در این افراد حالت دفاعی، ظاهرسازی و نقش‌بازی کردن وجود ندارد، آنها به اعمال تصنعی دیگران، ریا و تزویر، نفاق و گستاخی بی‌رغبت هستند (همان).

احساسی که سهراب به طبیعت دارد، احساس سبک خراسانی نیست؛ سهراب، چنان مجذوب و گاهی ذوب در طبیعت می‌شود که از منظری، گویی خود، طبیعت است و الحق که اینجا دیواری میان سهراب و طبیعت نمی‌توان کشید و این تابلو دیگر طبیعت صرف نیست و باید چراغ به دست به دنبال سهراب در طبیعت باشیم. (انصاری‌کیا: ۱۴۰۴)

«چیزهایی هست، که نمی‌دانم. / می‌دانم، سبزه‌ای را بکنم خواهم مرد. / می‌روم بالا تا اوج، من پر از بال و پر. / راه می‌بینم در ظلمت، من پر از فانوسم / من پر از نورم و شن. / او پر از دار و درخت. / پریم از راه، از پل، از رود، از موج. / پریم از سایه برگی در آب: / چه درونم تنهاست!»

(همان: ۳۱۰)

ارتباط و نزدیکی سهراب به طبیعت تا حدی است که یکدیگر را می‌فهمند و از حس و حال هم باخبرند، زبان همدیگر را می‌فهمند و این اوج اتحاد و تعامل و سرزندگی است:

«... / مردمش می‌دانند، که شقایق چه گلی است / بی‌گمان آنجا آبی، آبی است / غنچه‌ای می‌شکفتد، اهل ده
باخبرند / چه دهی باید باشد!»

(همان: ۴۰۲)

از آنجا که جهان، جلوه‌گاه جهان‌آفرین است، سهراب از هر کدام به یاد دیگری می‌افتد. هم طبیعت برایش یادآور یار است و هم یار، یاد طبیعت را در دلش زنده می‌کند. نگاه عرفانی و پرسشگر سهراب است که حقیقت را می‌جوید و در جایی که شاید کمتر کسی با این سادگی و شفافیت در این نزدیکی و به این راحتی دنبال حقیقت است:

« زیر بیدی بودیم / برگی از شاخه بالای سرم چیدم گفتم: / آیتی بهتر از این می‌خواهید؟ / می‌شنیدم که به هم می‌گفتند: سحر می‌داند سحر»

(همان: ۹۴)

«برونگراها باور دارند که رویدادهای زندگی آنها به مقدار زیاد به وسیله رویدادهایی کنترل می‌شود که آنها مقدار کمی یا هیچ کنترلی بر آن‌ها ندارند» (شمس اسفندآباد، ۱۳۹۳: ۱۳۸) مطابق مطالعات روانشناسی انجام شده، افراد برونگرا بیشتر از افراد درون‌گرا شاد هستند. ارتباط شادی و برونگرایی آنقدر قوی است که برخی صاحب‌نظران، ارتباط برون‌گرایی و شادمانی را با ارائه فرضیه وجود ژن شادمانی توضیح می‌دهند (Freideres & Lupri, 1999, 12P؛ به نقل از بخشایش و دیگران، ۱۳۹۱: ۸۴-۱۰۱)

سهراب، انسانی کاملاً شاد نیست است اما پیام آور شادیت و معمولاً شاد است. شاد بودن و شادی‌گرایی سهراب، نیز گواهی بر برونگرا بودن شخصیت وی است. به اعتقاد روانشناسان برونگرایی با احساسات مثبت در ارتباط است. از این رو افراد دارای شخصیت برونگرا، به طور معمول شادتر از دیگران هستند. در واقع مطالعات نشان داده که می‌توان گفت - به صورت دقیق تر و علمی تر - که افراد برونگرا احساسات مثبت بیشتری را نسبت به افراد درونگرا تجربه می‌کنند. روانشناسی جدید، شادی و گرایش به انبساط خاطر را یکی از نشانه‌های افراد سالم می‌داند. «روانشناسی مثبت‌نگر (Psychology Positive) (در اواخر دهه ۱۹۹۰ به وسیله سلیگمن (Seligman Martin) (۱۹۴۲ در مدتی که رئیس انجمن روانشناسی آمریکا بود، شکل گرفت» (شولتز و شولتز، ۱۳۹۴: ۶۰۱).

ارتباط شادی با برونگرایی آنقدر مسلّم و قوی است که برخی از صاحب‌نظران تعریف شادی را بدون در نظر گرفتن برونگرایی صحیح نمی‌دانند و تعریف خود از شادی را اینگونه بیان می‌کنند: «شادی چیزی است به نام برون‌گرایی ثابت» (میرشاه جعفری و دیگران، ۱۳۸۱: ۵۰-۵۸)

«کاستا، مک کرای و نوریس (Norris & McCrae, Costa) ۱۹۸۷ نیز با انجام یک پژوهش طولی گزارش کردند که برونگرایی می‌تواند وجود عاطفه مثبت و شادی ۱۷ سال بعد فردا پیش‌بینی کند. ارتباط شادی و برونگرایی آن قدر مسلّم و قوی است که برخی صاحب‌نظران، برون‌گرایی و شادمانی را با ارائه فرضیه وجود ژن شادمانی توضیح می‌دهند (Freideres & Lupri, 1999, P. 12. به نقل از بخشایش و دیگران، ۱۳۹۰:

۱۶۵) بسامد و تکرار واژگان شاد، شادی، عشق، خرمی، ذوق، مشتاق، مشتاقیو بسیاری واژگان مشابه در دایره شعر سهراب گسترده است.

«وارت (۲۰۰۱) عزت نفس را اساسی ترین عامل شادی می داند و ویلسون (۱۹۶۷) گزارش کرده که عزت نفس یکی از مهمترین پیش بینی های شادی است. تأثیر این عوامل در شادمانی به قدری زیاد است که آرجیل (۲۰۰۱) به عنوان یکی از صاحب نظران روانشناسی شادی، آن را جزء جدایی ناپذیر شادی می داند» (همان).

عزت نفس (Esteem-Self) اصطلاحی در روانشناسی است و آن به میزان اهمیت، اعتبار و ارزشی که فرد برای خود قایل است، بستگی دارد. سعدی از جمله شاعران ادب فارسی است که عزت نفس در او به عالی ترین شکل تجلی و تبلور یافته است. یکی از بزرگترین نشانه های عزت نفس سهراب، نیالودن زبان به مدح امیران و حاکمان وقت و روزگار خود است.

۲-۲-۹. آزادی

و سهراب در تاکید گفتار او مبنی بر اینکه نباید بین نگرنده و نگریسته چیزی واسطه باشد و از ذهنیت سازی دست بکشیم، می گوید، آزادی بی قید و شرطی در کلام سهراب است و این حد آزادی را در ادبیات معاصر کمتر می بینیم:

«پرده را برداریم؛/ بگذاریم که احساس هوایی بخورد./ بگذاریم بلوغ، زیر هر بوته که می خواهد بیتوته کند./
بگذاریم غریزه پی بازی برود./ کفش ها را بکنند، و به دنبال فصول از سر گل ها بپرد.»

(همان: ۱۳۲)

پس یک بودایی با توان عملکرد کامل یک انسان اخلاقی، هشیار، هماره در کسب دانش کوشا و از بند طلب و آرزو آزاد است. پیروان بودا بیش از آنکه تحت تأثیر عواطف خود باشند، به دنبال درک و مفهوم همه چیزند. آئین بودا، طریقی تنهاست که به شدت انفرادی است و در جهت درونی هدایت می شود. آئینی است که خود سندیست و درستی را تصدیق می کند و نیازی به اعتبار دیگری ندارد.

«من به مهمانی دنیا رفتم؛/ من به دشت اندوه، / من به باغ عرفان،/ من به ایوان چراغانی دانش رفتم./ رفتم از پله مذهب بالا/ تا ته کوچه شک / من به دیدار کسی رفتم در آن سرعشق.»

(همان: ۷۶)

پیرو آئین بودا، زندگی را شدن پویا می بیند و نه بودن ساکن و راکد. همه ی پدیده های جهان را فانی و دستخوش دگرگونی دایم می یابد. همه چیزها یا در حال به وجود آمدن و تولد هستند و یا در حال تخریب و انهدام و مرگ. بر طبق این آئین، دلبستگی به هر چیز ناپایدار، مولد رنج است. اما می توان رنج را باز داشت. روش بازداشتن رنج از طریق پیروی از اصول هشت گانه است.

۲-۱۰. تعامل گرایی

سهراب، خودبین نیست و همه چیز را ذی روح و دارای ارزش می‌داند؛ بنابراین از لنز دوربین سهراب هیچ چیزی پوشیده نیست و این تعامل با همه شرایط و همه چیز در شعرش، هست؛ فراز و فرود هر مسئله‌ای را به دقت رصد می‌کند مبادا که حتی دل کفتری یا بیدی در دوردست‌ها بشکند:

«آب را گل نکنیم / در فرودست انگار کفتری می‌خورد آب / یا که در بیشه‌ای دور سیره‌ای پر می‌شوید / یا در آبدای کوزه‌ای پر می‌گردد / آب را گل نکنیم / شاید این آب روان / می‌رود پای سپیداری تا فرو شوید اندوه دلی / دست درویشی شاید نان خشکیده فروبرده در آب / زن زیبایی آمد لب رود / آب را گل نکنیم / روی زیبا دو برابر شده است»

(همان: ۱۹۴)

شعر سهراب واقعیت را به همان شکلی که هست، وا می‌گذارد، بی آنکه چون روشنفکری دگراندیش آن را به بوته نقد بکشانند؛ چراکه هیچ چیز نازیبایی در آن نمی‌بیند، چرا که بر اساس اصول انسانی و اخلاقی او این انسان است که باید شعور الوهی خود را با طبیعت یکسان کند و خود را درگیر مسایلی دون و پست همچون برقراری عدالت اجتماعی، سیاست و مفاهیمی از این قبیل نکند. این گونه زیستن خواهی نخواهی در قدم اول دل گسستن و طلب چیزی نکردن را به ذهن متبادر می‌کند. در این زمانه پر تلاطم که شعر از رنج انسان می‌گوید، شاعر در ذات خود یک آنارشیست است که سعی در بازنمایی همه آن چیزهایی ست که تا به حال دیگران از آن دم نزده اند اما با زبان خاص خود که مختص دوره زمانی هم باشد و این حد از تعامل در سهراب با هر شرایطی، کم نظیر است:

«هر کجا هستم، باشم / آسمان مال من است. / پنجره، فکر، هوا، عشق، زمین مال من است. / چه اهمیت دارد / گاه اگر می‌رویند / قارچ‌های غربت؟»

(همان: ۸۹)

۲-۱۱. عشق ورزی

هم در معنای دوست داشتن و هم دوست داشته شدن توسط دیگران و همچنین به معنای ارزش قائل شدن به روابط نزدیک و صمیمانه با دیگران نیز هست. (بدری، ۱۳۹۰: ۲۷ به نقل از پرثمر و جعفر زاده)

شعر سپهری سرشار از دعوت به عشق ورزی است. سپهری به طور وسیع و صریح از معشوق زمینی خود سروده، به ندرت از معشوق زمینی سخنی به میان آورده است. نمونه‌ای از توجه سپهری به عشق زمینی را در شعر صدای پای آب شاهد هستیم:

«رفتم از پله مذهب بالا / تا ته کوچه شب / تا هوای خنک استغنا / تا شب خیس محبت رفتم / من به دیدار کسی رفتم در آن سر عشق / رفتم، رفتم تا زن / تا چراغ لذت / تا سکوت خواهش»

(همان: ۲۵۷)

در دیدگاه سپهری از عشق معشوق زمینی درد و رنج حاصل می‌شود درحالی که او به دنبال عشق بدون درد و رنج است. او عاشق آرامش و در آرزوی رسیدن به "حضور هیچ ملایم" است. به همین دلیل خود را اسیر قید و بندهای عشق مجازی نمی‌کند و تا آخر عمر حتی به تأهل نیز تن در نمی‌دهد.

۳. نتیجه‌گیری

سهراب، برپایه آثارش و تحلیل روانشناختی آنها، شخصیتی برون‌گرا دارد. دلایل برون‌گرا بودن شخصیت سهراب را می‌توان به شرح ذیل توضیح داد: ویژگی شخصیتی سهراب بر اساس تیپ‌های هشتگانه شخصیتی یونگ، به دو تیپ شخصیتی برون‌گرای حسی و برون‌گرای شهودی نزدیکتر است. افرادی که در نوع شخصیت تیپ‌های شخصیتی برون‌گرای حسی طبقه‌بندی می‌شوند، اشخاصی بسیار هیجانی، از نظر عاطفی حساس، معاشرتی و در برقراری ارتباط با دیگران موفق و نسبت به طرز تفکر و عقیده دیگران درباره خود حساسند. آنها افرادی در جستجوی تجربیات تازه‌تر هستند و تمرکزشان بر لذت و خشنودی است و به دنبال فرصت لذت بردن از زندگی‌اند. سهراب، نیز همواره در پی کسب تجربیات جدید بوده است و سفرهای مکرر او در راستای چنین هدفی بوده است. سهراب، نگاهی ژرف بینانه و سرشتی تجربه‌گرا و تجربه‌اندوز دارد. افرادی که در نوع شخصیت تیپ‌های برون‌گرای شهودی طبقه‌بندی می‌شوند، افرادی دارای توانایی‌های زیاد هستند و دم را غنیمت می‌شمردند. سهراب، به راستی و به درستی انسانی است که قدر فرصت‌ها و قدر لحظه‌لحظه زندگی‌اش را می‌داند. سهراب، بر اساس توصیف آیزنک نیز فردی برون‌گرا محسوب می‌شود. سهراب، حداقل شش هفت صفت از هشت صفت برون‌گرایی آیزنک را داراست. او انسانی معاشرتی، فعال، سرزنده، آسوده‌خاطر، هیجان‌خواه و تا حدی جسور و مخاطره‌جوست. افراد برون‌گرا مجذوب اندیشه‌هایی تازه هستند و به خلاقیت‌گرایی دارند. سهراب، نیز در چارچوب اندیشه‌های تعلیمی خود محصور نمانده است. افراد برون‌گرا نگاه ویژه‌ای به طبیعت دارند. سهراب، شاعری برون‌گراست و این برون‌گرایی را در نگاه او به طبیعت و حقیقت که اغلب متوجه عناصر طبیعی و بیرونی است، می‌توان به وضوح دید. شادگرایی سهراب، از مواردی است که مؤید برون‌گرایی شخصیت اوست. به اعتقاد روانشناسان، برون‌گرایی با احساسات مثبت در ارتباط است. از این رو افراد دارای شخصیت برون‌گرا، شادتر از دیگران هستند. بسامد و تکرار واژگان شاد، شادی، عشق، خرمی، ذوق، مشتاق، مشتاقی و بسیاری واژگان مشابه در دایره شعر سهراب گسترده است و این نشان از میزان علاقه و توجه سهراب به شادی دارد. روانشناسان، عزت نفس را اساسی‌ترین عامل شادی می‌دانند. عزت نفس در سهراب در عالی‌ترین شکل ممکن تجلی و تبلور یافته است. او هیچگاه زبان به مدح حاکمان و امیران نگشود؛ حتی در روزگار بیکار ماندن و سختی کشیدن برای وجه معیشت، عزت نفس خویش را پاس داشت و همچنان پای در دامان ریاضت کشید و خلاف معرفت و رای روشن خویش عمل نکرد.

منابع

۱. قرآن کریم
۲. ارونسون، الیوت. (۱۳۹۳). *روانشناسی اجتماعی*. ترجمه حسین شکرکن. تهران: رشد.
۳. اشرف زاده، رضا و علی روح بخش مبصری. (۱۳۹۵). «*روانشناسی زبان و زیباشناسی روان در داستان-رستم و سهراب*». فصلنامه تخصصی ادبیات فارسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد ادبی. دوره ۱۲. شماره ۷. صص: ۱۵۴-۱۲.
۴. بخشایش، علیرضا؛ مهناز مرتضوی و د محم حائری. (۱۳۹۰). «*بررسی تطبیقی مفهوم شادی و نشاط از دیدگاه اسلام و روانشناسی*». فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی. سال اول. شماره ۱. زمستان ۱۳۹۰. صص: ۱۰۱-۸۴.
۵. بدری، بهار. (۱۳۹۰). *بررسی مؤلفه‌های روانشناسی مثبت در بوستان و گلستان سعدی*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روانشناسی دانشگاه علامه طباطبایی.
۶. دشتی، محمد (۱۳۸۶) *نهج البلاغه*. تهران: تعاونی کارآفرینان فرهنگ و هنر
۷. سپهری، سهراب (۱۳۸۵) *هشت کتاب*، ج ۱۴، انتشارات: طهوری
۸. شمس اسفندآباد، حسن. (۱۳۹۳). *روانشناسی تفاوت های فردی*. تهران: سمت.
۹. شولتز، دوان پی و سیدنی الن شولتز. (۱۳۹۴). *نظریه های شخصیت*، ترجمه یحیی سید محمدی ویراست دهم. تهران: نشر: ویرایش.
۱۰. فیست، جس و گریگوری جی فیست. (۱۳۸۸). *نظریه های شخصیت*. تهران: روان
۱۱. لیمون، آوریل و مک ماهون، گالدینا. (۱۳۹۱) *مثبت اندیشی*. ترجمه مهدی دوایی و شیرین کوهپایه. تهران: سخن.
۱۲. مزلو، اچ ابراهام. (۱۳۷۵). *انگیزش و شخصیت*، ترجمه احمد رضوانی. مشهد: آستان قدس رضوی.
۱۳. مورفی، ژوزف (۱۳۶۸)، *روح و آرامش درون*. ترجمه هوشیار رزم آرا. تهران: سپنج.
۱۴. میرشاه جعفری، ابراهیم و دیگران. (۱۳۸۱). «*شادمانی و عوامل مؤثر بر آن*». فصلنامه تازه های علوم شناختی، مؤسسه آموزش عالی علوم شناختی. سال ۴. شماره ۳. صص: ۵۸-۵۰.