

# سحر خیز باش تا کام روا باشی

## سحر در حافظ

علی هاشمی

کو ورقی خواند معانی دانست  
**نوای سحر:** گرم ترانه‌ی چنگ صبح نیست چه باک؟ / نوای  
من به سحر آه عذرخواه من است  
**کرشمه‌ی سحر:** سحر کرشمه‌ی چشمت به خواب می‌دیدیم /  
زه‌ی مراتب خوابی که به زبیداری ست  
**نسیم سحر:** از رهگذر خاک سر کوی شما بود / هر ناله که در  
دست نسیم سحر افتاد  
**بلبل سحر:** سحر بلبل حکایت با صبا کرد / که عشق روی گل با  
ما چه‌ها کرد؟  
**تنهایی سحر:** سحر تنهایی ام در قصد جان بود / خیالش  
لطف‌های بیکران کرد  
**برق سحر:** برقی از منزل لیلی بدرخشید سحر / وه که با خرمن  
مجنون دل افکار چه کرد؟!  
**نسیم سحر:** گل مراد تو آن‌گه نقاب بگشاید / که خدمتش چو  
نسیم سحر توانی کرد  
**مرغ سحر:** سایه تا باز گرفتی ز چمن / مرغ سحر آشیان در شکن  
طره‌ی شمشاد نکرد  
**نسیم سحر:** می‌خواستیم که میرمش اندر قدم چو شمع / او خود  
گذر به ما چو نسیم سحر نکرد  
**نسیم سحر:** من ایستاده تا کنمش جان فدا چو شمع او / خود او  
گذر به ما چو نسیم سحر نکرد  
**وقت سحر:** صبا وقت سحر بویی ز زلف یار می‌آورد / دل  
دیوانه‌ی ما را به نو در کار می‌آورد  
**سحر:** سحر چون خسرو خاور علم بر کوهساران زد / به‌دست  
مرحمت یارم در امیدواران زد  
**گریه‌ی سحر:** گریه‌ی شام و سحر، شکر که ضایع نگشت /  
قطره‌ی باران ما گوهر یک دانه شد  
**مرغ سحر:** برکش ای مرغ سحر نغمه‌ی داوودی باز / که  
سلیمان گل از باد هوا باز آمد  
**هاتف سحر:** به‌گوش هوش نبوش از من و به‌عشرت گوش / که  
این سخن سحر از هاتفم بگوش آمد  
**وقت سحر:** دوش وقت سحر از غصه نجاتم دادند / و ندر آن  
ظلمت شب آب حیاتم دادند  
**نغمه‌ی داوودی سحر:** چو گل سوار شود بر هوا سلیمان وار /  
سحر که مرغ درآید به نغمه‌ی داوود  
**مشغله‌ی سحر:** به‌کوی میکده یارب سحر چه مشغله بود؟ / که

سال‌ها با خود می‌اندیشیدم که چرا از سحرخیزی، کام‌روایی به  
دست می‌آید؟! البته چیزهایی را می‌پذیرفتم و قبول داشتم، منجمله  
این که اگر انسان صبح زود بیدار شود و سحرخیز باشد، کارهای روز  
خود را زودتر آغاز می‌کند و بهتر انجام می‌دهد، فرصت کافی در اختیار  
دارد، کم‌تر می‌خوابد و به اعمال و طرح‌ها و تعهدات خود می‌پردازد،  
تنبلی نمی‌کند، در رختخواب نمی‌ماند و خیلی چیزها از این قبیل که  
قابل قبول هم هست. اما فکر می‌کردم بالاتر از این هم باید علت  
دیگری داشته باشد، ولی به آن علت دست نمی‌یافتم و یا آن را کشف  
نمی‌کردم.

تا این که روزی آقای دکتر سرفراز غزنی درباره‌ی تابش اشعه‌ی  
رادون RADON، به هنگام سحر و تأثیر آن بر مغز و ذهن آدم‌های  
بیدار که در فضای آزاد قرار دارند، سخنرانی کرد. کل مطلب دلم را  
روشن کرد و به آن سبب، دست یافتم، لذا با میل و رغبت آن را پذیرا  
شدم.

آن‌چه از سخنرانی دکتر غزنی در ذهنم مانده، آن است که به  
هنگام سحر که پیش از وقت صبحگاهان است از افق آسمان اشعه‌ی  
به نام رادون RADON می‌تابد و اگر انسان بیدار باشد و در فضای آزاد  
قرار بگیرد، یا در زیر سقف نماند، آن اشعه بر سر و مغزش، می‌تابد و  
اسباب رفع خستگی، ایجاد نشاط و ذوق و حال می‌شود در نتیجه آن  
روز تحت تأثیر عینی و فیزیکی اشعه‌ی رادون بر آن انسان خوش  
می‌گذرد و در تمام روز انرژی، سرحال، شادکام، خوش برخورد و  
پرتوان خواهد بود.

ضمناً متوجه شدم که زنده یاد دکتر مهیندخت صدیقیان، در کتاب  
**فرهنگ بسامدی** یا **واژه‌نمای حافظ شیرازی** ۴۸ مصرع از ابیات  
حافظ را به‌ثبت رسانده که در هر یک از آنها یک یا دو بار کلمه‌ی سحر  
با معانی و مفاهیم متفاوت، یا مشابه به‌کار رفته است.  
به نقل از صفحه‌ی ۶۶۸ **فرهنگ واژه‌نمای حافظ** خانم  
صدیقیان چاپ سال ۱۳۶۶:

سحر = SAHAR = (زمان پیش از صبح)  
**نسیم سحر:** ای نسیم سحر آرامگه یار کجاست؟ / منزل آن مه  
عاشق کش عیار کجاست؟  
**بلبل سحر:** دلت به وصل گل ای بلبل سحر خوش باد / که در  
چمن، همه گلبنانگ عاشقانه‌ی تست  
**سواد سحر:** چشم جادوی تو خود عین سواد سحر است / لیکن  
این هست که این نسخه سقیم افتاده است  
**مرغ سحر:** قدر مجموعه‌ی گل مرغ سحر داند و بس / که نه هر

**چمن سحر:** با صبا در چمن لاله سحر می‌گفتم / که شهیدان که‌اند این همه خونین کفنان؟! /  
**باد سحر:** سحر با باد می‌گفتم حدیث آرزومندی / خطاب آمد که واثق شو به الطاف خداوندی /  
**خواب سحر:** دریغاً خواب شبگیری که در خواب سحر بگذشت / ندانی قدر وقت ای دل، مگر وقتی که درمانی /  
**دعای سحر:** بس دعای سحر حارس جان خواهد بود / تو که چون حافظ شب خیز غلامی داری /  
**شمع سحر:** تو هم‌چو صبحی و من شمع خلوت سحرم / تبسمی کن و جان بین که چون همی سپرم /  
**نسیم سحر:** ای نسیم سحری بندگی من برسان / که فراموش مکن وقت دعای سحرم /  
**آه سحر:** مانعش غلغل گل‌گشت و شکر خواب صبح / ورنه گر بشنود آه سحرم باز آید /  
**دوست سحر:** سحرم دولت بیدار به بالین آمد / گفت برخیز که آن خسرو شیرین آمد /  
**هاتف سحر:** سحرم هاتف میخانه به دولت خواهی / گفت باز آی که دیرینه‌ی این درگاهی /  
**گفت و شنید سحر:** تا دم از شام سر زلف تو هر جا نزند / با صبا گفت و شنیدم سحری نیست که نیست /  
**سحر مبارک:** چه مبارک سحری بود و چه فرخنده شبی / آن شب قدر که این تازه برانتم دادند /  
 به هر حال کلمه‌ی سحر در بسیاری از آثار ادبی و شعر شعرا و نویسندگان ایران به کار رفته اما این که حافظ ۴۸ مرتبه با معانی و صور و بهانه‌های مختلف آن را به کار برده از همه جالب تر است اگر با صرف وقت و حوصله و ذوق تحقیق هر یک از ابیات ۴۸ گانه حافظ را بخوانیم و روی هر یک از آنها بررسی و مذاقه شود، تدریجاً به بخش مهمی از ادبیات و نتایج جالب و درخشان و پنهان آن دست خواهیم یافت. در حالی که حافظ هرگز به تأثیر اشعه‌ی رادون که جنبه‌ی صد درصد علمی و فیزیکی دارد، اشاره‌ی نکرده اما به همان نقش‌ها و معانی حاصله از موضوع سحر و سحرخیزی پرداخته و بیش از آن در مدّ نظرش نبوده.  
 چندی قبل در تلویزیون فیلمی نشان می‌دادند از نقاط مختلف مغز بشر. این فیلم دقیقاً و بااطمینان، بخشی از مغز را مشخص می‌کرد و می‌گفت این‌جا محل حسّ ششم است. حسّ ششمی که سال‌ها

جوش شاهد و ساقی و شمع و مشعله بود  
**خمار غم سحر:** از دست برده بود خمار غم سحر / دولت مساعد آمد و می در پیاله بود  
**وقت سحر:** خود را بکشد بلبل ازین رشک که گل را / با باد صبا وقت سحر جلوه گری بود  
**نسیم سحر:** بسَم حکایت دل هست با نسیم سحر / ولی به بخت من امشب سحر نمی‌آید  
**مرغ سحر:** به شکر آن که شکفتی به کام بخت، ای گل / نسیم وصل ز مرغ سحر دریغ مدار  
**هاتف سحر:** سحر ز هاتف غییم رسید مژده بگوش / که دور شاه‌شجاع است، می دلیر بنوش  
**سرشگ سحر:** سحر سرشگ روانم سر خرابی داشت / گرم نه خون جگر می‌گرفت دامن چشم  
**سحر:** به‌بوی مژده‌ی وصل تو تا سحر، شب دوش / به راه باد نهادم چراغ روشن چشم  
**توبه‌ی سحر:** به عزم تو به سحر گفتم استخاره کنم / بهار توبه‌شکن می‌رسد چه چاره کنم؟  
**آه سحر:** سوز دل، اشک روان، آه سحر، ناله‌ی شب / این همه از نظر لطف شما می‌بینم  
**باد صبا‌ی سحر:** کس ندیدست ز مشک ختن و نافه‌ی چین / آن‌چه من هر سحر از بادصبا می‌بینم  
**جام سحر:** پیر میخانه سحر جام جهان بینم داد / وندر آن آینه از حسن تو کرد آگاهم  
**خسرو سحر:** خوشم آمد که سحر خسرو خاور می‌گفت / با همه پادشهی بنده‌ی توران شاهم  
**وقت سحر:** خنده و گریه‌ی عشاق زجای دگر است / می‌سرایم به شب و وقت سحر می‌مویم



ردیف نشسته از راست، نفر آخر، نویسنده‌ی مقاله: علی هاشمی

شنیده بودیم ولی غالباً حالت افسانه و احساسی داشت که انسان‌ها با حیرت و استعجاب مبهم واگو می‌کردند ولی کل مطلب ریشه در هوا داشت. اما حال در کمال صراحت، فیلم مغز را هم پس از تحقیقات کافی نشان می‌دهند و نشانه و محل حس ششم را از حالت خیال و اوهام و تصورات هوایی در آورده و با بیان روشن و یقین کامل به آن استناد می‌کنند.

## یک خاطره‌ی ادبی

یادم می‌آید در سال‌های دانشکده در فضای کریدور و راهروها با هم شاگردی‌ها قصیده‌ی فرخی سیستانی را می‌خواندیم و حفظ می‌کردیم یادش بخیر. به خصوص این قصیده مدیح را که حدود ۴۴ بیت است با مطلع:

دل من همی داد گفستی گویایی

که باشد مرا از تو روزی جدایی

بلی هرچه خواهد رسیدن به مردم

بر آن هر زمانی دهد دل گویایی

و بقیه‌ی قصیده...

در ضمن حیرت می‌کردیم و لذت می‌بردیم که دل فرخی برای جدایی قبلاً گواهی می‌داده و جالب تر آن که با اطمینان و قید تأکید در بیت دوم به صراحت می‌گوید: بلی هر چیزی که می‌خواهد رخ بدهد، قبلاً ذهن و دل آدم به یک نوع آگاهی افسانه وار پیچیده در ناباوری‌ها دست می‌یابد. اما حال می‌بینم که پس از هزار سال علم امروزی بالاخره محل حس ششم در مغز آدمی را در کمال وضوح و با فیلم رنگی نشان می‌دهد.

ای بسا بسیاری نقل‌ها و باورها که در جامعه و بر سر زبان‌ها و ذهن‌ها هست اما اثبات آن زمان می‌خواهد. به قول دکتر شفق خدا بیامرز، شاید روزی علم ثابت کند که به چوب‌زدن و صدای آن را در آوردن یک مأخذ علمی و منطقی و موثر دارد ولی در حال حاضر در همه جای دنیا حالت یک رفتار مشترک و یک باور سطحی عامیانه را دارد.

## تکمله درباره‌ی رادون برای علاقه‌مندان

احتیاطاً با استاد دکتر سرفراز غزنی هماهنگی کردم و ایشان برخی اطلاعات دیگر را افزودند.

- ۱- درباره‌ی رادون چندین کتاب علمی فیزیکی وجود دارد که در صورت نیاز قابل مراجعه است.
- ۲- گاز یا اشعه‌ی رادون همواره در حال حرکت است.
- ۳- گاز رادون میان صبح کاذب و صبح صادق یا سحرگاه و به هر حال پیشاپیش طلوع خورشید به زمین می‌رسد.
- ۴- رادون روی غده‌ی فوق کلیوی انسان اثر می‌گذارد.
- ۵- غده‌ی فوق کلیوی کوچک تر از عدس است.
- ۶- غده‌ی فوق کلیوی (به قول زنده یاد دکتر باقر نصیریپور که رییس گروه جراحی دانشگاه تهران بود) بر اثر خوردن آسپرین دفاع عمومی بدن را بالا می‌برد. در واقع همان اثری را روی غده‌ی فوق کلیوی به جا می‌گذارد که قرص آسپرین. یعنی به نظرم قرص آسپرین که کشف گروه مذهبی آلمانی در آفریقا با گاز رادون که در

طبیعت از میلیاردها سال قبل وجود داشته به‌نوعی همکارند هر دو طبیعی و قدیمی هستند.

۷- رادون توسط پوست درخت بید، چمن و بافت و سلول گیاهان و گل‌ها جذب می‌شود، لابد به همین دلیل است که غنچه به‌هنگام سحر می‌شکفت. به قول حافظ:

«صبح دم مرغ چمن با گل نواخته گفت: ناز کم کن که در این

باغ بسی چون تو شکفت»

کبک، خروس، تیهو، قرقاول، درآج، کلاغ و بلبل پس از جذب گاز رادون به آواز در می‌آیند. به عبارت دیگر همه‌ی موجودات زنده‌ی بیدار تحت تأثیر قرار می‌گیرند مثلاً ماهی از آب بیرون می‌پرد یا روی سطح آب می‌آید و غیره.

به دکتر غزنی گفتم آدم یاد اشعاری که قدیم‌ها حفظ می‌کرده می‌افتد. مثلاً:

تأدیب معلم به کسی ننگ ندارد / سببی که سهیلش نزند رنگ

ندارد

که اثر ستاره‌ی سهیل روی میوه‌هاست

یا به قول سعدی

یکی از دوستان مخلص را / مگر آواز من رسید به گوش

گفت باور نداشتیم که تو را بانگ مرغی چنین کند مدهوش

گفتم این شرط آدمیت نیست / مرغ تسبیح خوان و من خاموش

و بالاخره باز هم

سحرخیز باش تا کام روا باشی. ■

از ساری - برگزین باغ  
۸۴/۱۱/۲۱

با عباتی بر ضرب المثلی که: «تا سار شود برت شود»

در کتاب درخزل: «۱ بر آینه از خانه‌ی خروانی»

«۲- در آینه» از حسن دثوق (دثوق الاول)

در کتاب حافظ نامه ۲۴ (سپتامبر ۸۴) صفحه ۴۶

در آینه غزل سوم: «از مرحوم ازاعلی خردوسی خروانی»

### در آینه

دیوم جو روی آن سب زبیا در آینه

چون بیوه مات ماند نگاهم در آینه

چو آن نه آنتم که بر پیش نظر کم

ازین اتفاق عیان شد در آینه

شده ریش خج ما فرگسور من چوید

مضطوب در برابر آن دلبر آینه

چون نیست باطله روی نگاه را

ازهر استراق نظر بهتر آینه

تا فیض مایم هم بر سر او شوی ضعیف

گیته نهاد در سر اسکندر آینه

گم کرده بود دل رو این باغ حسن و

تا شد خردم جستم از هر آینه

مانند آسان که بر تر دارد آفتاب

کی پیکرش بر آینه ماند که ماده مات

آن چهره را گوید چو در بر آینه

از رضا و صافی آن بیکو آینه

منظردنقوش و منظره‌ای نتردد گیت

تا می‌دهد نایش آن منظر آینه

یا این صنعت هر آینه دار هر آینه

از عکس‌های اوست «خروانی» این صفا

از دیوان خردوسی خروانی - شماره ۱۳۶۴ ص ۲۴۴ - خ خروانی

نامه‌ی حسین شهسوارانی از ساری درباره‌ی شعر خاقانی و وثوق الدوله