

نشریه علمی  
پژوهشنامه ادبیات تعلیمی  
سال پانزدهم، شماره شصتم، زمستان ۱۴۰۲

## خوانش رواقی غزل‌های حافظ

محمدحسین نیکداراصل، \* یعقوب رامشی جان\*\*

### چکیده

در این پژوهش پس از واکاوی مبانی فلسفه رواقی، کوشیده‌ایم تا ضمن آشنایی با فنون روان‌شناختی و رهنمودهای رواقی، به بررسی غزلیات حافظ و یافتن ردپای فلسفه رواقی در شعر وی بپردازیم و جنبه‌ای دیگر از گستره نظام اندیشگی حافظ را آشکار نماییم. از این رو با نظر به فنون رواقی، یعنی تجسم منفی، دوگانگی کنترل، تقدیرگرایی و رهنمودهایی چون پرهیز از خشم، غصه، شهرت‌طلبی و... که شیوه عملی فلسفه زندگی رواقی را شکل می‌دهند، با روش توصیفی تحلیلی بر پایه منابع اسنادی، فنون و رهنمودهای آن‌ها در شعر حافظ بررسی می‌گردد. نتایج یافته‌ها نشان می‌دهد که با توجه به شباهت زمانه و زمینه حافظ و رواقیون، به لحاظ فضای ناآرام اجتماعی، اشتراک نظر دو طرف در ترک اموری است که باعث می‌شود آرامش فرد بر هم بخورد؛ مانند شهرت‌طلبی، خشم، غصه و زندگی مجلل و پرداختن به امور شادی‌بخش و خرسندآفرین چون زندگی در حال و مرگاندیشی. حافظ و رواقیون انسان را از امور خارج از کنترل برحذر می‌دارند؛ بدین نحو که تقدیرگرایی را درخصوص

---

\* دانشیار گروه زبان و ادبیات فارسی دانشگاه یاسوج، یاسوج، ایران. (نویسنده مسئول)

mohammadnikdar@yahoo.com

\*\* دانشجوی دکتری گروه زبان و ادبیات فارسی دانشگاه یاسوج، یاسوج، ایران

Rameshi64@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ وصول: ۱۴۰۳/۴/۱۷

گذشته درست می‌دانند اما آینده را امری ساختنی و قابل تغییر. خویشتن‌داری به‌عنوان فن روان‌شناختی در هر دو نظرگاه، نقد حالی است که در قالب قناعت و فقر و درویشی می‌گنجد. خدای رواقیون نیز همچون خدای حافظ، عاشق، خطاپوش و آزادی‌خواه است.

واژه‌های کلیدی: حافظ، غزل، اندیشه رواقی، رواقیون.

## ۱. مقدمه

پس از سقراط، پیروان و شاگردان او به فلسفه‌ورزی پرداختند. «آریستپوس (Aristippus) مکتب کورنایی، اقلیدوس (Euclides) مکتب مگاری، فیدو (Phaedo) مکتب ایلین و آنتیستنس (Antisthenes) مکتب کلبی را بنیان نهاد» (اروین، ۱۳۹۷: ۳۹). «مکتب رواقی توسط زنون کیتیونی (Zeno of Citium) (شاگرد کراتس کلبی) پایه‌گذاری شد. در ابتدا نام مکتب زنون بر سر زبان افتاد؛ اما به دلیل محل تشکیل جلسات آن که نزدیک رواقی منقش بود، به مکتب رواقی تغییر نام یافت» (برن، ۱۳۵۶: ۱۶).

رواقیون مردم را تعلیم می‌دادند تا از چیزهایی که زندگی ارزانی می‌کند لذت ببرند، به شرط آنکه به این چیزهای خوب وابسته نشوند (اروین، ۱۳۹۷: ۴۸). مهم‌ترین بخش مکتب رواقی، اخلاق بود که البته به درستی و نادرستی اعمال نمی‌پردازد؛ «بلکه به روح و روان نیک مربوط می‌شود؛ یعنی به نیکی و شادمان زیستن» (همان: ۵۷). بر این اساس می‌گویند فرد برای داشتن زندگی خوب، باید فضیلت داشته باشد و «فضیلت، همانا زیستن به گونه‌ای است که برای آن طراحی شده‌ایم؛ یعنی زیستن بر وفق طبیعت» (همان: ۵۸). با تغییر مرکز قدرت از آتن به روم، آرمان اخلاقی مکتب رواقی به نیل به آرامش، تغییر یافت. مهم‌ترین رواقیون رومی، سنکا (Seneca)، موسینیوس (Musonius)، اپیکتتوس (Epictetus) و آورلیوس (Aurelius) بودند که کوشیدند راه‌حل‌های رواقی برای مسائل زندگی بیابند. سنکا می‌گوید: «اصل این است که توانایی خردورزی خود را برای دور کردن همه آن چیزهایی به کار ببندیم که ما را آشفته و نگران می‌سازند» (همان: ۷۱). رواقیون کوشیدند هنر زندگی کردن را به دیگران بیاموزند؛ مثلاً اینکه انسان در برابر خشم، غم، مصیبت، گرفتاری، فقدان، توهین، فقر و... چگونه باید عمل کند تا آرامش او به هم نخورد و آزادی و آزادگی خود را حفظ کند.

برای این امر نیز «جز تقید به پیروی از طبیعت یا عقل، هیچ در دیگری را قابل اعتنا و اندیشه نمی‌دانستند» (فروغی، ۱۳۸۳: ۵۷). «علم اخلاق رواقی نشان داد که چگونه کسی می‌تواند با درستی و دل‌نگرانی برای دیگران زندگی کند، بی‌آنکه چشمداشتی به موفقیت دنیوی یا گرفتن پاداش از جامعه داشته باشد» (اروین، ۱۳۸۰: ۲۵۰). مهم‌ترین فنون روان‌شناختی رواقیون، تجسم منفی، دوگانگی کنترل، تقدیرگرایی، خویشتن‌داری، تأمل در رفتار خود و تعامل با دیگران است که بر این مبنا، اصول اخلاقی خود را در قالب رهنمودهایی به مردم ارائه کرده‌اند: عشق به هم‌نوع، احتیاط در رویارویی با دیگران، تحمل توهین و سرزنش، غلبه بر غم و خشم، پرهیز از شهرت‌طلبی و زندگی مجلل.

#### ۱-۱. شیوه پژوهش

این پژوهش با روش تحلیل محتوای کیفی و با استفاده از منابع اسنادی به تحلیل غزل‌های حافظ پرداخته و مبنای نظری تحلیل، آرا و اندیشه‌های فیلسوفان رواقی است.

#### ۲-۱. پیشینه و پرسش‌های پژوهش

تنها پژوهش انجام‌شده در این زمینه مقاله بررسی رواقیگری و تفکر اسلامی حافظ (سمسار خیابانیان، ۱۴۰۲) است که در شکل محدود و با تکیه بر باورهای قرآنی چون زهد و وحدت وجود کوشش شده ارتباطی بین اندیشه دینی حافظ و فلسفه رواقی برقرار شود. در واقع بسیاری از اصول فلسفه رواقی که جنبه روان‌شناختی داشته و مهارت‌های زندگی برای رسیدن فرد به آرامش به حساب می‌آید و با اندیشه حافظ نیز قابلیت تطبیق بالایی دارد، مغفول مانده است. اما در مقاله حاضر فارغ از اینکه حافظ به کدام دین و مذهب تعلق خاطر داشته، علاوه بر مد نظر داشتن زمینه‌های نزدیکی دو اندیشه رواقی و حافظ و شباهت زمانه پرورش چنین تفکراتی، تمامی فنون روان‌شناختی اندیشه رواقی (تجسم منفی، دوگانگی کنترل، خویشتن‌داری، تأمل در رفتار خود، تعامل با دیگران، تقدیرگرایی) و رهنمودهای رواقیون برای نیل به آرامش (بهره‌گیری از دنیا و پرهیز از زندگی تجملی، پرهیز از شهرت‌طلبی، عشق به هم‌نوع، واکنش در برابر اهانت، خشم و سرزنش، پرهیز از غم و اندوه) که راهگشای زندگی عادی افراد است، به‌طور کامل در غزل‌های حافظ و منظومه

فکری وی بررسی و تبیین شده است. باید توجه داشت که در متون ادبی دیگر نیز آموزه‌های رواقی را می‌توان جزئی یا پراکنده دید؛ اما در شعر و هندسه فکری حافظ، اندیشه‌های فلسفه رواقی با گستره چشمگیری نمود یافته است. به همین سبب انجام پژوهشی تحلیلی بر پایه مبانی فلسفه رواقیون در شعر حافظ ضروری است که پژوهش حاضر نتیجه آن است.

مقاله حاضر در پی پاسخ به این پرسش‌هاست: اندیشه حافظ تا چه اندازه و در چه زمینه‌هایی با فلسفه رواقی همگونی دارد؟ آیا می‌توانیم غزل‌های حافظ را با نگرش فلسفه رواقی بخوانیم؟

## ۲. زمینه‌های اندیشه‌ورزی حافظ و فلسفه رواقی

کلام منحصر به فرد و اندیشه حافظ به گونه‌ای است که همه افراد جامعه، اعم از بی‌دین و دین‌دار، فیلسوف و عامی، بی‌سواد و باسواد، زن و مرد با هر قشر اجتماعی، با او یار شده و با وی احساس نزدیکی می‌کنند؛ چنان‌که نیچه می‌گوید: «میخانه‌ای که تو ساخته‌ای از هر خانه‌ای بزرگ‌تر است. همه جهانیان از عهده تا آخر نوشیدن شرابی که تو تهیه کرده‌ای بر نمی‌آیند» (هومن، ۱۳۱۷: ۸).

«پاسخ دادن به این سؤال که حافظ صوفی است یا عارف یا حکیم یا فیلسوف بدین یا شاعر و یا ترکیبی از همه یا بعضی از این‌ها، اگر محال نباشد آسان هم نیست» (مرتضوی، ۱۳۸۳: ۸۹). به احتمال، حافظ فیلسوف نیست اما فارغ از فلسفه هم نیست. کسی که به راز این «دایره مینایی» و «سقف بلند ساده بسیار نقش» می‌اندیشد، وجود معماگونه خود را می‌کاود و در پی راهی روان‌شناسانه برای آرام کردن هموعان خود و زندگی در زمانه خون‌ریز است. «تمام فلسفه او همین است؛ فلسفه یک رند واقعی که زندگی را چنان‌که هست می‌نگرد؛ نه بیشتر، نه کمتر» (زرین کوب، ۱۳۷۵: ۷۳). نموده‌های فلسفی و اندیشگی برآمده از تأملات حافظ در زندگی خود و هموعانش و مطالعه آثار پیشینیان، در شعر وی متجلی است و چون هرکسی از ظن خود یار او می‌شود، این‌گونه است که یکی او را به فلسفه اپیکوری و لذت‌خواهی ربط می‌دهد (رحیمی، ۱۳۹۹: ۱۹۱) و دیگری به ملامتی و قلندری (خرم‌شاهی، ۱۳۶۸: ۷۵). از نظر بعضی حافظ پژوهان، حافظ از فلسفه یونان آگاهی دارد و از آن بی‌بهره نیست. «وی از نظریات فلسفی حکمای یونان مانند افلاطون، ارسطو و

فیثاغورث آگاهی داشته و از نظریهٔ دموکریتوس هم بی‌تردید مطلع بوده است؛ همچنان که در غزلی در بیان دهان کوچک معشوق از جوهر فرد او یاری گرفته است: بعد از اینم نبود شائبهٔ جوهر فرد/ که دهان تو بر این نکته خوش استدلالی است» (پرهام، ۱۳۷۹: ۷۲-۷۳). شفיעی کدکنی نیز در تفسیر بیت «عکس روی تو چو در آینهٔ جام افتاد/ عارف از خندهٔ می در طمع خام افتاد» دربارهٔ وحدت شهود می‌گوید: «این نوع اندیشیدن و تبیین جهان که به طرز فکر حافظ بسیار نزدیک است، متأثر از اندیشه‌های نوافلاطونیان است» (شفיעی کدکنی، ۱۴۰۱، ج ۳: ۱۵۸). همچنین در بیتی، شراب به افلاطون تشبیه شده و صفت خم‌نشینی آن یادآور دیوگنس (Diogenes) کلبی است:

جز فلاتون خم‌نشین شراب      سرّ حکمت به ما که گوید باز  
(حافظ، ۱۳۷۸: ۲۳۳)

و در جایی دیگر به عقیدهٔ حکمای یونان در ارتباط با ترتیب شراب‌نوشی (ثلاثهٔ غسله<sup>۱</sup>) اشاره دارد:

ساقی حدیث سرو و گل و لاله می‌رود      وین بحث با ثلاثهٔ غسله می‌رود  
(همان: ۲۱۵)

اینکه حافظ از اندیشه و فلسفهٔ رواقی آگاه بوده یا خیر، چندان مشخص نیست؛ اما آنچه مسلم است این است که شعر او فلسفهٔ زندگی این مکتب را آیینگی می‌کند. فلسفهٔ رواقی در پی رساندن انسان به آرامش در زندگی است و مؤلفه‌های روان‌شناختی و رهنمودهایی دارد که فرد را در مسیری قرار می‌دهد تا از زندگی و مرگ درک بهتری داشته باشد و اصول زندگی توأم با آرامش را فراگیرد. انسان مطلوب رواقیون، بسیار شبیه به انسان شعر حافظ است: «آزاده‌ای که از سعادت دیگران رنج نمی‌برد، آرزوهای دورودراز او را شکنجه نمی‌دهد، رستگاری جاوید را در کم‌آزاری می‌بیند، مردم را به آرامش و سکون می‌خواند... سرّ سعادت را در آرامش روح، صفای باطن، مناعت نفس، اجتناب از افزون‌طلبی و پرهیز از اهریمن شهوات می‌داند» (دشتی، ۱۳۸۳: ۱۴۲).

شرایط تاریخی، سیاسی و اجتماعی نقش درخور توجهی در ظهور مکتب رواقیون داشته است. رواقیون در زمانی پدیدار شدند که اسکندر مقدونی با یورش‌های خود به‌نوعی مدنیت

یونانیان را از بین برد و آن‌ها را با کسانی که بربر می‌خواندند، برابر کرد (بریه، ۱۳۵۳: ۳۵). «مذهب رواقی وقتی ظهور کرد که عالم یونانیان در حال زوال و افول بوده و آن مذهب، شیوه مفیدی برای ایستادگی در برابر سختی‌ها و خشونت‌های زندگی در آن دوره ارائه نمود» (پاپکین و استرول، ۱۳۸۹: ۵۱). مکتب رواقی با در دست داشتن علم آرامش، سعی در فرونشاندن آشفته‌حالی و تشویش خاطر مردم زمانه خود داشت. «آرامش رواقی، حالت روان‌شناختی بود که نشانه‌هایی چون رهایی از عواطف و احساسات منفی مثل غم و غصه، خشم و نگرانی، بهره‌مندی از عواطف مثبتی چون شادمانی داشت» (اروین، ۱۳۹۷: ۶۱). رواقیون کوشیدند به مردم خود بیاموزند: «یاد بگیر تا نسبت به تأثیرات خارجی، سهل‌گیر و بی‌اعتنا باشی» (پاپکین و استرول، ۱۳۸۹: ۵۷). هستی‌اندیشی و نزدیکی نظام فکری حافظ به فلسفه نیز متأثر از تحولات اجتماعی، سیاسی و تاریخی بوده است. زمانه حافظ که در فاصله بین یورش چنگیز و تیمور خلاصه می‌شود، روزگاری خون‌بار است. «عصری که از اعصار عظمت و سربلندی ایران نبود. چشمه حیات در درون ظلمات بود. گویی خداوند او را برای تسلی بخشیدن به خاطر مجروح و آزرده ایرانیان برگماشته بود» (خرم‌شاهی، ۱۳۹۹: ۱). حافظ هرچند دولت مستعجلی را نیز تجربه می‌کند، عموماً وضعیت خوبی بر روزگار وی حاکم نیست. «شعر حافظ که در این سال‌های سیاه وحشت و تکفیر، بلندگوی مطالبات رندان خرابات گشت، همچنان با مختصات خود باقی ماند» (زرین‌کوب، ۱۳۷۵: ۵۶). حافظ «سیر سعادت را در آرامش روح، صفای باطن، قناعت نفس، اجتناب از افزون‌طلبی و پرهیز از اهریمن شهوات می‌داند» (دشتی، ۱۳۸۳: ۱۴۳). حافظ در این آشفته‌بازار خشک‌مغزی و تعصب و تزویر با ترنم شعر خود که برخاسته از طبیعت جمال‌پسند اوست، آرامش را به جسم و جان‌های خسته از آلودگی‌های ایام هدیه می‌کند. «طبیعتی که در مرتبه استتیک پدیدار می‌شود - طبیعت درون و بیرون - اخلاق را در خود دارد و با آن سنتزی ساخته است که در درون آن اخلاق و طبیعت میان‌کنشی سازوار دارند» (آشوری، ۱۳۸۱: ۳۳۴).

رویکرد حافظ به خدا نیز یادآور باور رواقیان در این باره است. «خدای رواقیون یا همان زئوس، ایزدی است متفکر، مهربان و عاشق که هنگام آفرینش بهترین‌ها را برایمان در نظر داشت» (اروین، ۱۳۹۷: ۷۷). در اندیشه حافظ نیز «خدا عاشق است و میان عاشق و معشوق

داوری نیست و چون داوری نباشد، نه مجازات هست و نه ترس. خدا، دوست است و دوست، سراسر بخشایش و ایثار» (مسکوب، ۱۳۸۹: ۱۹۷):

لطف خدا بیشتر از جرم ماست      نکته سر بسته چه دانی خموش  
هاتفی از گوشه میخانه دوش      گفت بیخشنند گنه می بنوش  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۴۴)

خدای رواقیون چنان‌که در گفت‌وگوی اپیکتوس با زئوس مشخص می‌شود خدایی آزادی‌خواه است: «اپیکتوس اگر ممکن بود این بدن کوچک را با دارایی خردش آزاد و بی‌قید می‌آفریدیم؛ اما از آنجاکه ممکن نبود، بخشی از خودمان را به شما ارزانی کردیم: توانایی برگزیدن آنچه دوست می‌داریم و دوری جستن از آنچه بیزاریم» (اروین، ۱۳۹۷: ۷۷). بدین معنا که شخص با توانایی انتخاب خوبی‌ها و انزجار از بدی‌ها، آزادی‌ای را تجربه می‌کند که رضایت و خشنودی به همراه دارد. چنین شخصی در برخورد با موقعیت‌های سخت زندگی و ضربه‌های سرنوشت، اثری از احساس ناکامی و شکست در خود نمی‌بیند (اپیکتوس، ۱۴۰۱: ۷). حافظ نیز در نظام گفت‌وگویی خاص خود با خدا، که متکی بر دوستی است، خدا را آزادی‌خواه تصویر می‌کند؛ خدایی که در درگاه او بر روی همه گشوده است و جایی است که در آن هرکسی می‌تواند فارغ از حاجب و دربان هرچه می‌خواهد بر زبان بیاورد (بالو و نیکفر، ۱۳۹۶: ۳۱):

هر که خواهد گو بیا و هر چه خواهد گو بگو      کبر و ناز و حاجب و دربان بدین درگاه نیست  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۳۰)

خدایی که توانایی برگزیدن دوست‌داشتنی‌ها را ارزانی کرد:

جهانیان همه گر منع من کنند از عشق      من آن کنم که خداوندگار فرماید  
(همان: ۲۱۷)

خدایی که بر پایه نظر رواقیون، رنج و راحت به دست اوست؛ پس انسان را می‌آزماید و بر او سخت می‌گیرد تا نیرومندش سازد و از بهترین زندگی بهره‌مند شود (اروین، ۱۳۹۷: ۷۸):

گر رنج پیش آید و گر راحت ای حکیم      نسبت مکن به غیر که این‌ها خدا کند  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۹۴)

### ۳. بحث و بررسی

در این پژوهش با تحلیل غزل‌های حافظ و اثبات آینگی بسیاری از جنبه‌های فکری و اخلاقی مکتب رواقی در آن‌ها، گمان آشنایی حافظ با اصول این مکتب پررنگ‌تر می‌نماید. در ادامه براساس اندیشه اخلاقی رواقی، برخی از اصول و آموزه‌های مستخرج از فلسفه زندگی این مکتب را در اشعار حافظ واکاوی و تحلیل می‌کنیم.

#### ۳-۱. تجسم منفی

تجسم منفی یعنی اندیشیدن درباره اتفاقات بدی که ممکن است برای ما پیش بیاید. به عقیده رواقیون اندیشیدن متناوب به امور ناخوشایند، می‌تواند از ما انسانی قدردان و بهره‌ور از لحظه زندگی بسازد «و به ما می‌آموزد که زندگی خود را با آغوش باز، پذیرا باشیم و هر لذت خردی را که می‌توان از آن بُرد، ببریم» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۰۸). تجسم منفی با ایجاد تصور از دست دادن داشته‌ها، ارزشمندی آن‌ها را آشکار می‌کند. لحظات زندگی، یکی از ارزشمندترین داشته‌هاست که رواقیون از این طریق ما را به غنیمت‌دانی آن تشویق می‌کنند.

#### ۳-۱-۱. اغتنام فرصت

نخستین توصیه رواقیون بر مبنای اصل تجسم منفی، غنیمت‌دانی لحظه است. «به یاد آر که چندین سال تعلل کرده‌ای و دریاب که وقت محدودی داری؛ پس وقت را غنیمت شمار، و گرنه آن را برای همیشه از دست خواهی داد» (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۷). رواقیون با این اصل روان‌شناختی نتیجه می‌گیرند که اولاً در حال زندگی کنید و وقت را غنیمت بدانید و ثانیاً به مرگ و پایان زندگی بیندیشید. «چنان زندگی کن که گویی امروز آخرین روز زندگی توست» (اروین، ۱۳۹۷: ۸۹-۹۶).

در دیدگاه حافظ نیز «آگاهانه به اهمیت دم اندیشیدن و از آغاز و انجام جهان فارغ گردیدن و آینده را امتداد حال دانستن، حال را با عالی‌ترین مصالح فکری ساختن و مدار هستی را بر مهر و الفت قرار دادن، جهان‌بینی و فلسفه بهزیستی او را تشکیل می‌دهد» (پرهام، ۱۳۷۹: ۳۳). این ویژگی که انسان همچون کودکان، بدون ترس، از زندگی در لحظه لذت ببرد، در اشعار وی به‌فراوانی یافت می‌شود:

الای دولتی طالع که قدر وقت می‌دانی

گوارا بادت این عشرت که داری روزگاری خوش

شب صحبت غنیمت دان و داد خوشدلی بستان

که مهتابی دل‌افروزست و طرف لاله‌زاری خوش

(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۴۴؛ نیز نک: ۱۳۵، ۲۱۷ و...)

رواقیون برخلاف کسانی که پرهیز از لذت بردن در لحظه و ناخرسندی را نشانه کمال و پیچیدگی شخصیت می‌دانند، معتقدند: «آنچه به‌راستی ابلهانه است سپری کردن زندگی در حالت القای ناخرسندی است. اگر آنچه جویای آن هستید خرسندی باشد، آن وقت رضایت از چیزی خُرد، نه عیب که موهبت است» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۰۳). حافظ نیز همت عالی انسان را شایسته نارضایتی و حرص و تجمل نمی‌داند؛ پس اصل بر بهره‌مندی و رضایت است:

همّت عالی طلب جام مرصع گو مباش      رند را آب عنب یاقوت رمانی بود

(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۱۱)

تجسم منفی رواقی و پیامد آن اغتنام وقت، باعث می‌شود قدر تک‌تک لحظات را بدانیم. حافظ نیز «از آنجاکه روحیه شاد و منش استوار دارد، غالباً با آرامش عظیم رواقی خود بازمی‌گردد و در سایه درختان پربار و گل‌های شکفته و باغ‌های زادگاه خود، گوشه دنجی فراهم می‌آورد و دم را غنیمت می‌شمارد» (دستغیب، ۱۳۸۴: ۸۳):

وقت را غنیمت دان آن‌قدر که بتوانی      حاصل از حیات ای جان این دم است تا دانی

(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۵۷)

«گرایش حافظ به طبیعت این پیام اساسی را دارد که هنوز چیزهای بسیاری در زندگی هست که می‌توان از آن بهره یافت» (مهمان‌دوست، ۱۳۸۳: ۷۹).

نوبهار است در آن کوش که خوشدل باشی      که بسی گل بدمد باز و تو در گل باشی

(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۶)

علاوه بر ارتباط دقیق و ژرف حافظ با طبیعت، شرایط نابسامان اجتماع که بوی خیری از آن به مشام حافظ نمی‌رسیده، سببی مهم در دم غنیمت شمردن و خوش‌باشی شده است «و در اشعاری نغز، به تأیید زندگانی و شادی می‌پردازد و در عصری تاریک و خفه، سخن از

مطرب و می می گوید و رشحۀ شادی می پراکند» (دستغیب، ۱۳۸۴: ۱۷۶) و به تعبیر شفیع کدکنی «نهنگ عمده‌ای که بتوان از دریای شعر حافظ صید کرد، همین خوش‌باشی است» (شفیعی کدکنی، ۱۴۰۱، ج ۳: ۷۹).

از دیگر احساسات منفی که حافظ دوری از آن‌ها را توصیه می‌کند و در مقابل به خوش‌باشی و اغتنام وقت رهنمون می‌شود، به موارد زیر می‌توان اشاره کرد:

عیب‌جویی (حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۵)، ملامت و سرزنش خود و دیگران (همان: ۳۴۲)، غم و اندوه دنیا داشتن (همان: ۱۲۷ و ۱۷۶)، زیاده‌خواهی (همان: ۲۳۶)، ریا و تزویر (همان: ۲۳۹)، در پی نام و شهرت بودن (همان: ۱۴۶) و خرافه‌اندیشی (همان: ۳۲۹).

بر این اساس حافظ به‌مانند رواقیون، انسان را در زمان حال و در فاصله میان دو عدم نگاه می‌دارد و از حدیث عاد و ثمود فارغ می‌کند:

ز دست شاهد نازک‌عذار عیسی‌دم شراب نوش و رها کن حدیث عاد و ثمود  
(همان: ۲۱۲)

### ۳-۱-۲. مرگ‌اندیشی

رواقیون هم‌زمان با توصیه به اغتنام وقت، مرگ‌اندیشی را نیز محصول تجسم منفی به حساب می‌آورند. «اما چرا رواقیون می‌خواهند درباره مرگ تأمل کنیم؟ زیرا با این کار می‌توانیم به‌نحو چشمگیری کیفیت لذت از زندگی را ارتقا ببخشیم» (اروین، ۱۳۹۷: ۹۵). اینکه تصور کنی امروز آخرین روز زندگی‌ات است، ذهنیت و حالت ذهنی فرد را درباره امور زندگی تغییر می‌دهد که این توجه بیشتر، لذت بیشتری را نیز به همراه خواهد داشت. آن‌ها معتقدند «کمال شخصیت آن است که هر روز را به‌گونه‌ای سپری کنیم که انگار آخرین روز زندگی ماست» (آورلیوس، ۱۳۸۹: ۹۶).

در شعر حافظ نیز به‌موازات توجه به در حال زیستن، به مرگ‌اندیشی نیز توصیه شده تا فرد به اکنون خود بیندیشد و به بهترین نحو از لحظات سود ببرد؛ چون فرصت عمر چشم به‌هم‌زدنی است:

بر لب بحر فنا منتظریم ای ساقی فرصتی دان که ز لب تا به دهان این همه نیست  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۳۳)

نگرش حافظ به لحظه بر بنیان پدیده مرگ، ریشه در درک فلسفه تاریخ دارد و بارها در غزل‌های خود با یادآوری دوره تاریخی یا پادشاهی کامران و قدرتمند و پایان زندگی آنها، به لحظه‌اندیشی و استفاده از آن روی می‌آورد:

شکوه سلطنت و حسن کی ثباتی داد ز تخت جم سخنی مانده است و افسر کی  
(همان: ۳۲۹)

پس توصیه می‌کند تا هستی و دستت از دامان زندگی کوتاه نشده است، خوش باش:  
خیز و در کاسه زر آب طربناک انداز پیش تر زان که شود کاسه سر خاک‌انداز  
(همان: ۲۳۳)

مرگ‌اندیشی حافظ نقش اصلاحی در زندگی انسان دارد و سبب نهادینه شدن اخلاق در زندگی انسان می‌شود؛ چنان‌که غرور و خودبینی را زایل می‌کند:  
بگذر ز کبر و ناز که دیده است روزگار چندین قبای قیصر و طرف کلاه کی  
(همان: ۳۲۹)

این رویکرد، وفاداری و مهرورزی انسان را سبب می‌شود:  
تخم وفا و مهر در این کهنه کشت‌زار آنگه عیان شود که بود موسم درو  
(همان: ۳۱۵)

مرگ‌اندیشی، رهایی از تعلقات دنیا را نیز به ارمغان می‌آورد که ثمر آن، آسایش و خوش‌باشی است:

به هست و نیست مرنجان ضمیر و خوش می‌باش که نیستی است سرانجام هر کمال که هست  
(همان: ۱۰۹)

«حافظ در لحظه‌های از خودرهایی می‌توانست مرگ را با چشم خون‌سرد یک رواقی واقعی، عارف کامل، نگاه کند؛ اما در پیرامون او که پایه قدرت‌ها می‌لرزید و زندگی‌ها در کام ازدهای خودی‌ها فرومی‌رفت، مرگ برای همه اطرافیانش چهره ویرانگر و دردناک خویش را همچنان حفظ کرده بود» (زرین کوب، ۱۳۷۵: ۱۳۳-۱۳۴). بر این اساس رویکرد حافظ به مرگ مانند رواقیون، در پی تشویق انسان به غنیمت‌دانی فرصت‌هاست و سود بردن از

داشته‌هایی که تا در خطر نابودی نیفتند یا با یاد مرگ بدان‌ها توجه نشود، پیش‌پاافتاده و عادی محسوب می‌شوند:

هر وقت خوش که دست دهد مغتنم شمار / کس را وقوف نیست که انجام کار چیست  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۲۷)

### ۲-۳. بهره‌گیری از دنیا و پرهیز از زندگی تجملی

رواقیون رویکردی دنیاگریز نداشتند. آن‌ها معتقدند فرد «می‌تواند دارای زندگی لذت‌بخش و کامیابی مادی باشد، به شرط آنکه در دام آن‌ها نیفتد و گرفتار نشود. وی باید نسبت به آن‌ها بی‌اعتنا و آسان‌گیر باشد؛ بدان‌سان که اگر مادیات را از دست داد، احساسش در مورد آن‌ها دگرگون نشود» (پاپکین و استرول، ۱۳۸۹: ۵۹). حالت ذهنی و آرامش ما نباید فدای مقدار پول و زندگی مجلل شود. حافظ نیز زندگی جسمانی و مادی را به فراموشی نمی‌سپارد و اعتقاد دارد از دنیا بهره خود را باید گرفت:

ای دل شباب رفت و نچیدی گلی ز عیش / پیرانه‌سر مکن هنری ننگ و نام را  
در عیش نقد کوش که چون آب‌خور نماند / آدم بهشت روضه دارالسلام را  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۰۰)

«حافظ می‌داند که رهبانیت و زهد، رنج و محرومیت است و از این دو هیچ چیز مثبتی بر نمی‌خیزد» (رحیمی، ۱۳۹۹: ۵۳):

ز زهد خشک ملولم کجاست باده ناب / که بوی باده مدام دماغ تر دارد  
(حافظ، ۱۳۷۸: ۱۵۴)

«یکی از دلایلی که برخی از شادی روی‌گردان‌اند، تلقین این نکته است که جهان، جایی برای کامیابی نیست و باید برای جهان دیگر آماده شد. حافظ چهره یگانه در ستیز با این سامانه اندیشگی است» (مهمان‌دوست، ۱۳۸۳: ۱۰۱):

ز میوه‌های بهشتی چه ذوق دریابد / هر آن‌که سبب زنخدان شاهی نگزید  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۲۱)

حافظ چون رواقیون، با وجود اجازه به بهره‌مندی از لذایذ دنیوی، به قناعت‌ورزی و عدم دل‌بستگی به دنیا توصیه می‌کند:

جمشید جز حکایت جام از جهان نبرد زنهار دل میند به اسباب دنیوی  
(همان: ۳۶۶)

رواقیون همچنین بر این باورند که باید آمادگی داشته باشیم که در صورت تغییر اوضاع، بی‌آنکه آشفته و پریشان شویم، به راحتی چیزهای خوب را رها کنیم (اپیکتوس، ۱۳۱۲: ۱۷-۱۸). این بلندنظری و بی‌تعلقی در شعر حافظ نیز نمودار است:

غلام همت آنم که زیر چرخ کبود ز هرچه رنگ تعلق پذیرد آزاد است  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۱۴)

«شعر حافظ یک ترانه ابدی است در ستایش آزادگی و بی‌تعلقی؛ آنچه خود وی را مستوجب رند می‌کند، همین بی‌قیدی و بی‌تعلقی اوست» (زرین‌کوب، ۱۳۷۵: ۵۶). حافظ می‌گوید آنچه هست باید در راه خوشی و آرامش صرف شود؛ نه اینکه موجب اضطراب و دل‌بستگی باشد:

چو گل‌گر خرده‌ای داری خدا را صرف عشرت کن که قارون را ضررها داد سودای زراندوزی  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۴)

«اگر حافظ می‌تواند در مقابل وسوسه مال و جاه مقاومت کند، برای این است که او از دارایی فقط به این اندازه توقع دارد که او را از خودی برهاند. آنجا که مال و جاه، خودی را در وجود انسان می‌افزاید یک وسوسه اهریمنی است و حتی فلسفه لذت‌جویی هم تسلیم شدن به آن را اجازه نمی‌دهد» (زرین‌کوب، ۱۳۷۵: ۱۳۲-۱۳۳). از این رو حافظ به جهان و لذا به آن بی‌توجه نیست؛ اما به این دلیل که دنیا محل گذر است، زندگی تجملی را اصلاً تأیید نمی‌کند:

از این رباط دو در چون ضرورت است رحیل رواق و طاق معیشت چه سربلند چه پست  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۰۹)

به همین سبب با رویکردی سهل‌گیرانه می‌گوید:

همت عالی طلب جام مرصع گو مباش رند را آب عنب یا قوت رسانی بود  
(همان: ۲۱۱)

وی قناعت را به تجمل‌گرایی ترجیح می‌دهد، همچنان که موسینیوس رواقی «بی‌نیازی از ثروت را ارزشمندتر از خود ثروت می‌داند» (اروین: ۱۳۹۷: ۲۰۸):

هرآن‌که کنج قناعت به گنج دنیا داد فروخت یوسف مصری به کمترین ثمنی (حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۱)

قناعت، در اندیشه حافظ به معنای رها کردن دنیا که مد نظر کلییان<sup>۲</sup> بود، نیست (یثربی، ۱۳۸۱: ۱۷۸-۱۷۹)؛ بلکه با رضایت و آرامش خاطر رواقیون همخوانی دارد تا زندگی، بهتر و دل‌نشین‌تر تجربه شود:

گنج زر گر نبود کنج قناعت باقی‌ست آن‌که آن داد به شاهان به گدایان این داد (حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۴)

اپیکتتوس می‌گوید: «بهتر است آدمی بدون اندوه و ترس از گرسنگی بمیرد تا اینکه در اوج دارندگی با پریشانی زندگی کند» (اروین، ۱۳۹۷: ۲۰۸). حافظ می‌سراید:

حافظا ترک جهان گفتن طریق خوشدلی است تا نینداری که احوال جهانداران خوش است (حافظ، ۱۳۸۷: ۱۱۷)

اپیکتتوس ما را ترغیب می‌کند تا به یاد بسپاریم که عزت‌نفس، آرامش درون و بزرگ‌منشی بسیار ارزشمندتر از ثروت‌اند (اپیکتتوس، ۱۳۱۲: ۳۸). حافظ یادآور می‌شود:

خوشا وقت بوریا و گدایی و خواب امن کاین عیش نیست درخور اورنگ خسروی (حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۶)

به‌طورکلی به نظر می‌رسد اندیشه حافظ درباره دل‌نسپردن به دنیا، پرهیز از زندگی تجملی، گرامیداشت قناعت و فقری که خرسندی و آرامش را در پی دارد و درعین حال بهره بردن از نعمت‌های این جهانی، به آموزه‌های عملی رواقیون بسیار نزدیک است.

### ۳-۳. پرهیز از شهرت‌طلبی

رواقیون می‌گویند انسان‌هایی که ارزشمندها را نمی‌شناسند، در پی شهرت‌طلبی، آرامش خود را فدا می‌کنند. اگر خواهان حفظ آرامش و آزادی خود هستیم، «به‌جای کوشش برای شهرت جاودان، خوب است دغدغه وضع و حال کنونی‌مان را داشته باشیم» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۹۹-۲۰۲). «حافظ همچون رواقیون معتقد است که هیچ‌یک از مقولات ثروت، شهرت و مقام

موجب آرامش فرد در اجتماع نمی‌شود؛ چه‌بسا آرامش را از زندگی او نیز سلب می‌کند»  
(سمسار خیابانیان، ۱۴۰۲: ۷۴):

در شاهراه جاه و بزرگی خطر بسی است      آن به کزین گریوه سبک‌بار بگذری  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۲)

وی در پی عافیت و آرامش است: «عافیت می‌طلبد خاطر مگر بگذارند»؛ پس ننگ را به  
جان می‌خرد و نام را ننگ می‌شمارد:

از ننگ چه گویی که مرا نام ز ننگ است      وز نام چه پرسی که مرا ننگ ز نام است  
(همان: ۱۱۸)

رواقیون معتقدند: «آن‌کس که به گفتار و کردار و افکار همسایه‌اش کاری ندارد و فقط به  
فکر آن است که اعمال خودش عادلانه و پرهیزکارانه باشد، از زمان بهره‌فراوان می‌برد و  
آسوده‌خاطر است» (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۳۹). حافظ نیز به‌جای اینکه در فکر نام و ننگ باشد،  
در قید بهره از فرصتی است که دست داده:

بگذر از نام و ننگ خود حافظ      ساغر می‌طلب که مخموری  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۴)

مارکوس رواقی می‌گوید: «اگر تمام فکر و ذکرت این باشد که فردا دیگران درباره‌ات چه  
خواهند گفت، از آنچه طبیعت به تو ارزانی داشته، غافل» (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۳۹). حافظ هم  
به‌جای اشتغال ذهن به دیدگاه دیگران درباره‌خویش، ساغر عشرت را سر می‌کشد و «اگر  
بخواهند وی را بدنام کنند، این غریب روزگاران در برابر آن‌ها یک بازی موفق دارد؛ اینکه  
بگوید من همین بدنامی را بهتر از نیک‌نامی شما می‌دانم» (استعلامی، ۱۳۸۷: ۹۷):

ساغر می‌بر کفم نه تا ز بر      بر کشم این دل‌ق ازرق‌فام را  
گرچه بدنامی است نزد عاقلان      مانمی‌خواهیم ننگ و نام را  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۰۰)

### ۴-۳. عشق به هم‌نوع

رواقیون انسان را موجودی اجتماعی می‌دانند و برای او وظایفی را برمی‌شمارند که در  
راستای رعایت اصول انسانی است. آن‌ها توجه به هم‌نوع و عشق به انسانیت را لازمه رسیدن

به زندگی خوب می‌دانند و از اهدافشان برای رسیدن به آرامش به شمار می‌رود (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۳۵). این عشق تا زمانی که عاری از تظاهر و ریاکاری و از صمیم قلب باشد، شکست‌ناپذیر است. از نظر ایشان انسان عاشق، مهربان و آرام است و از چاپلوسی، ریشخند، عیب‌جویی، آزار و... پرهیز می‌کند (همان: ۱۵۲).

حافظ نیز در زمانه تاریک ظلم و ستم و بی‌سامانی مردم خود، در پی آن است تا با انسان‌گرایی و عشق، راه به آرامش بیابد. «تنها پناهگاهی که در این شب بی‌پایان زندگی می‌بیند زیبایی است که به کمک عشق می‌توان آن را شکار کرد» (اسلامی‌ندوشن، ۱۴۰۰: ۱۹۷)؛ پس به رواج دوستی و نیکی و ترک دشمنی فرامی‌خواند:

درخت دوستی بنشان که کام دل به بار آرد      نهال دشمنی برکن که رنج بی‌شمار آرد  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۵۲)

ده روزه مهر گردون افسانه است و افسون      نیکی به جای یاران فرصت شمار یارا  
(همان: ۹۹)

«امتیاز حافظ بر دیگران این است که او غم همه مردم را می‌خورد. مردم‌اندیش است و مردم‌دوست. وقتی می‌گوید "من" در بسیار جاها مراد خود حافظ نیست؛ مردم زمانه او هستند» (ریاحی، ۱۳۷۴: ۶۲). بدین گونه است که نمی‌رنجد و عشق و محبت خود را بی‌دریغ می‌بخشد:

وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم      که در طریقت ما کافرست رنجیدن  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۰۸)

نگرش حافظ به انسان از عشق می‌گذرد؛ به همین سبب «وی از نظریه عشق خود نه تنها به اهمیت مقام انسان، بلکه به لزوم عشق داشتن به او می‌رسد» (رحیمی، ۱۳۹۹: ۱۴۶). عشقی که رنگ و نژاد نمی‌شناسد، حس همگونی و یگانگی به انسان‌ها می‌بخشد و زبان مشترک و آشنای انسان‌هاست (نیکداراصل، ۱۴۰۱: ۷):

یکی ست ترکی و تازی در این معامله حافظ      حدیث عشق بیان کن بدان زبان که تو دانی  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۰)

از مظاهر و نشانه‌های عشق به هم‌نوع و انسان در شعر حافظ و دیدگاه رواقیون می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

### ۳-۴-۱. مدارا

آورلیوس می‌گوید: «من موظف به نیکی کردن به هم‌نوعان و صبوری و مدارا با آنانم» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۵۷). حافظ با نگرش تساهل‌آمیز به انسان و فلسفه زندگی سروده است: «آسایش دو گیتی تفسیر این دو حرف است با دوستان مروّت با دشمنان مدارا (حافظ، ۱۳۸۷: ۹۹)»

### ۳-۴-۲. مهرورزی

یک رواقی «در تمام مدت سخت می‌کوشد تا نه تنها روابطش را با دیگران شکل دهد و حفظ کند بلکه به آنان بی‌دریغ عشق بورزد» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۵۹). حافظ نیز تکاپوی فرد را اگر خالی از مهر و محبت باشد بیهوده می‌داند: «هرکو نکاشت مهر و ز خوبی گلی نچید در رهگذار باد نگهبان لاله بود (حافظ، ۱۳۸۷: ۲۰۹)»

### ۳-۴-۳. کم‌آزاری

رواقیون شادی حقیقی را در انجام وظایف انسانی می‌دانند که یکی از مصادیق آن آزار نرساندن به دیگری است (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۰۴). از سوی دیگر، «حافظ که در مسائل اجتماعی بسیار اندیشیده است، پایه بدی‌ها را در ستم و آزار می‌بیند» (رحیمی، ۱۳۹۹: ۲۴۶): «مباش در پی آزار و هرچه خواهی کن که در طریقت ما غیر از این گناهی نیست (حافظ، ۱۳۸۷: ۱۳۴)»

### ۳-۴-۴. نفی خودپرستی

در دیدگاه رواقی، ثمره زندگی چیزی جز خدمت به دیگران و رهایی از بند خودی نیست (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۷۴). در نگاه حافظ نیز «لازمه عشق، نفی خودبینی و خودپرستی است» (زرین‌کوب، ۱۳۷۵: ۱۴۰):

با مدعی مگوئید اسرار عشق و مستی تا بی‌خبر بمیرد در درد خودپرستی (حافظ، ۱۳۸۷: ۳۳۳)

### ۳-۴-۵. عیب پوشی

یک رواقی هرگز عیب جو نیست و عاری از هرگونه بدگمانی و خرده گیری است (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۷۴). همچنان که راه نجات در نظرگاه حافظ عیب پوشی است:

به پیر میکده گفتم که چیست راه نجات      بخواست جام می و گفست عیب پوشیدن  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۰۸)

### ۳-۴-۶. کرم و بخشش

مارکوس بخشش را وظیفه اجتماعی و بی چشمداشت می داند؛ همان طور که درخت تاک، انگورهای خود را به می فروش ارزانی می دارد (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۵۲). حافظ نیز توصیه می کند:

ثوابت باشد ای دارای خرمن      اگر رحمی کنی بر خوشه چینی  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۴)

### ۳-۵. خویشتن داری

خویشتن داری در مکتب رواقی، تحمل سختی های خودخواسته است؛ گاهی در زندگی رنج هایی را به خود تحمیل کنیم تا از این طریق، هم قدردان داشته های خود باشیم و هم این روش، ما را در مقابل سختی های احتمالی آینده قوی سازد (اروین، ۱۳۹۷: ۱۳۵-۱۳۷). رواقیون لذت بردن از مواهب دنیوی را بد نمی شمردند اما از لذت طلبی نهی می کنند و می گویند: «خویشتن داری به منظور مقابله با لذت طلبی در طبیعت آدمی سرشته شده است» (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۰۷). حافظ نیز «خوش گذران بوده و هم به گذران خوش اهمیت می داده است» (خرمشاهی، ۱۳۸۷: ۱۹۳). با این حال به لزوم خویشتن داری در اشعار خود اشاراتی داشته است (نک: حافظ، ۱۳۸۷: ۱۴۸). رواقیون می گویند: «چشم پوشی از لذت، خود موجب لذت است» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۴۳). حافظ ترک آن را موجب کامبخشی می داند:

طریق کامبخشی چیست ترک خود کردن      کلاه سروری آن است که از این ترک بردوزی  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۴)

حافظ گاه از خویشتن داری و خارج نشدن از راه میانه روی استفاده می کند تا در صورت محروم شدن، به سختی نیفتد و هم اینکه قدر این خوشی نقد را بداند:

عروسی بس خوشی ای دختر زر ولی گه‌گه سزاوار طلاق  
(همان: ۳۴۹)

به همین سبب کفّه را به سمت پرهیز سنگین می‌نماید:

نگویمت که همه‌ساله می‌پرستی کن سه ماه می‌خور و نه ماه پارسا می‌باش  
(همان: ۲۳۹)

رواقیون معتقدند لذات شدید، آن‌هنگام که شکارمان می‌شوند، به شکارچیان ما تبدیل می‌شوند؛ پس باید جانب احتیاط را در بهره‌مندی از لذت‌ها رعایت کنیم (اپیکتتوس، ۱۳۱۲: ۲۸). حافظ از سویه تلخی‌های روزگار به موضوع توجه کرده که تحمل آن‌ها به نتیجه مطلوب می‌انجامد: «حافظ شکایت از غم هجران چه می‌کنی / در هجر وصل باشد و در ظلمت است نور» (حافظ، ۱۳۸۷: ۲۲۸). از نظر حافظ برای اینکه انسان از این جهان به سلامت بگذرد، علاوه بر دریافت لحظه‌ها، باید طعم ناخوشی‌ها را هم بچشد:

ترسم کزین چمن نبری آستین گل کز گلشنش تحمل خاری نمی‌کنی  
(همان: ۳۶۳)

پس چارچوبی برای لذات در نظر می‌گیرد:

روز در کسب هنر کوش که می‌خوردن روز دل چون آینه در زنگ ظلام اندازد  
آن زمان وقت می‌صبح فروغ است که شب گرد خرگاه افق پرده شام اندازد  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۷۵)

### ۶۳. تأمل در رفتار خود، تعامل با دیگران

رواقیون در جهت رسیدن به آرامش و کمال انسانی، توصیه می‌کنند به رویدادهای زندگی و به‌ویژه آنچه آرامش ما را برهم زده بیندیشیم. آن‌ها می‌گویند ضمن تأمل در رفتار خود و دیگران و پذیرش ناگزیر بودن از رویارویی با رفتارهای نامناسب، باید برای آن‌ها راهکار پیدا کنیم تا در مواقع لزوم واکنش مناسب نشان دهیم. راهکار رواقیون حذف امور غیرعقلانی از زندگی است که در تعامل با انسان‌های مختلف، به‌شکل دوری از افراد ریاکار، منفی‌نگر، غم‌طلب، بدکار و بدگو و... درمی‌آید (اروین، ۱۳۹۷: ۱۴۵-۱۴۷). حافظ نیز در رفتار خود و

دیگران می‌اندیشیده که حاصل آن گاهی توصیه به این نگاه است که هرکسی مسئول اعمال خود است:

من اگر نیکم و گرد تو برو خود را باش هرکسی آن درود عاقبت کار که کشت  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۳۶)

بنابراین انسان باید با اندیشه به رفتار خود، پیامدهای آن را نیز بپذیرد:

تو به تقصیر خود افتادی از این در محروم از که می‌نالی و فریاد چرا می‌داری  
(همان: ۳۴۱)

وی نیز مانند رواقیون، به دوری از افرادی که آرامش ما را برهم می‌زنند، تأکید دارد. یکی از این افراد، هم‌صحبت بد است:

پیاموزمت کیمیای سعادت ز هم‌صحبت بد جدایی جدایی  
(همان: ۳۷۱)

حافظ سازگار با اخلاق رواقی، علاوه بر پرهیز از هم‌صحبت بد، ما را به اصلاح رفتار خود نیز توجه می‌دهد:

ما نگوییم بد و میل به ناحق نکنیم جامه کس سیه و دلخ خود ازرق نکنیم  
(همان: ۲۹۹)

راهکار دیگر حافظ در رفتار اجتماعی بعد از تأمل در رفتار خود و دیگران، سهل‌گیری است. «او از تساهل پادزهری در مقابل تعصب ساخته است» (خرمشاهی، ۱۳۸۷: ۲۲۲):

خواهی که سخت و سست جهان بر تو بگذرد بگذر ز عهد سست و سخن‌های سخت خویش  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۴۹)

راهکار دیگر رواقیون برای کاهش رنج ناشی از آزاردهندگی رفتار دیگران، این است که در اعمال اشتباه خود نیز تأمل کنیم و صادق باشیم تا همدلانه برخورد کنیم (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۵۱). حافظ نیز در کنار رفتارشناسی دیگران، به اصل نقد خود نیز باورمند است که در صورت برآورد درست و عادلانه، به‌سادگی خود نیز در مکان متهم قرار می‌گیریم:

سیاه‌نامه‌تر از خود کسی نمی‌بینم چگونه چون قلمم دود دل به سر نرود  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۱۴)

و در نهایت رواقیون در برخورد با افراد و افکاری که محل آرامش‌اند، «با قرار دادن وقایع آزردهنده در بستر کیهانی خودشان، جزئی و کم‌اهمیت بودنشان را آشکار و ازین‌رو از رنج ناشی از آن‌ها کم می‌کنند» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۶۷). حافظ نیز با وسعت نگاه خود، به خردی مسائل این‌جهانی انسان اشاره دارد:

پسا که رونق این کارخانه کم نشود      به زهد همچو تویی یا به فسق همچو منی  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۱)

و رفتار هرکس و پیامد آن را در نگرشی کیهانی و جهان‌شمول بر عهده فرد می‌گذارد:  
عیب رندان مکن ای زاهد پاکیزه‌سرشت      که گناه دگران بر تو نخواهند نوشت  
(همان: ۱۳۶)

### ۳-۷. تقدیرگرایی

رواقیون معتقدند با پذیرش حکم سرنوشت، فرد دچار غم، خشم، ترس و حسرت نمی‌شود و زندگی آرامی را تجربه می‌کند؛ هر اتفاقی که رخ می‌دهد، از ازل برای او مقدر بوده است و در تاروپود علت‌ها، رشته وجودش را از ازل با آن اتفاق سرشته‌اند (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۳۰). آن‌ها می‌گویند تقدیرگرایی مربوط به اموری است که گذشته و خارج از دسترس ماست، و گرنه آینده را باید با عقل خود ساخت. تقدیرگرایی رواقی، تمرکز بر روی داشته‌ها را جایگزین حسرت نداشته‌ها کرده است. آن‌ها برای کسب آرامش، آنچه هست را می‌پذیرند و این به معنای بی‌قیدی در برابر آینده، ثروت و مقام و... نیست (اروین، ۱۳۹۷: ۱۲۸-۱۳۲).

ابیات فراوانی در دیوان حافظ بر باور وی به تقدیر و سرنوشت ازلی انسان دلالت می‌کند و با تعبیر گوناگون به آن اشاره کرده است. فارغ از مذهب کلامی اشعری که رایج روزگار حافظ بوده و پژوهشگرانی این دسته ابیات حافظ را به آن مربوط می‌دانند (غنی، ۱۴۰۰: ۲۹۹) یا نیم‌نگاهی به اختیارگرایی حافظ نیز کرده‌اند (خرم‌شاهی، ۱۳۸۹، ج ۲: ۱۰۴۹؛ همو، ۱۳۸۷: ۳۲۵). از رندی حافظ نیز نباید غافل بود، زیرا از باور مرسوم دین‌داران، برای رد و انکار خود آن‌ها بهره برده است (پاسالاری و نیکداراصل، ۱۳۹۴: ۶۰-۶۱). به نظر می‌رسد تقدیرگرایی حافظ ابزاری است برای کوتاه کردن دست متشرعان ریاکار از دامن آرامش و عیش مردمی

که هم از اوضاع زمان در زحمت‌اند و هم مورد سوءاستفادهٔ اهل تزویر به اسم حاکم شرع (حصوری، ۱۳۹۵: ۱۳۵).

نقش مستوری و مستی نه به دست من و توست آنچه سلطان ازل گفت بکن من کردم (حافظ، ۱۳۸۷: ۲۶۴)

ورای رندی یا اشعری‌گری حافظ، تقدیرگرایی وی جهات مثبت و آرامش‌بخشی دارد که او را همگون با رواقیون کرده است. پذیرش قسمت و پرهیز از ناخشنودی در این زمینه، آدمی را به نوعی شرایط مثبت و آرام‌کنندهٔ روانی می‌رساند:

رضا به داده بده وز جبین گره بگشا که بر من و تو در اختیار نگشاده است (همان: ۱۱۴)

«این تسلیم و رضای او که یک منشأ فلسفی دارد، ناشی از دونه‌متی یا مسئولیت‌گریزی بی‌قیدانه نیست. ناشی از توجه به اجتناب‌ناپذیری یک نوع جبر است و درعین حال ناشی از توجه به لزوم حفظ و رعایت آرامش قلبی» (زرین‌کوب، ۱۳۷۵: ۱۳). درست مطابق با نظر اپیکتتوس که می‌گوید: «باید خود را به دست تقدیر بسپاریم؛ چه یک تسلاهی خاطر بزرگ این است که خود را موجودی بدانیم که با کائنات رهسپاریم» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۲۸):

در دایرهٔ قسمت ما نقطهٔ تسلیمیم لطف آنچه تو اندیشی حکم آنچه تو فرمایی (حافظ، ۱۳۸۷: ۳۷۱)

«تسلیم رواقی نه بدین معنی است که انسان در برابر آنچه او را ناگوار می‌آید سر فروآرد؛ بلکه جنبهٔ ایجابی دارد و مفهوم آن، این است که جهان را چنان‌که هست، با شادمانی پذیره شود» (بریه، ۱۳۵۳: ۸۲). جبر انکارناپذیر حافظ نیز «به وی توجه می‌دهد که در دنیا هرکس قسمتی دارد و نصیبی‌ای. چنان‌که اندیشهٔ اجتناب از هرآنچه آسایش و صفای قلبی را برهم می‌زند، به وی می‌آموزد که باید از آنچه در دسترس است، لذت برد» (زرین‌کوب، ۱۳۷۵: ۱۳۲):

بگیر طرهٔ مه‌چهره‌ای و قصه مخوان که سعد و نحس ز تأثیر زهره و زحل است (حافظ، ۱۳۸۷: ۱۱۸)

نگاه حافظ به جبر و اختیار از آن‌رو به رواقیون شبیه است که رواقیون برای این باور، دو روی سکه را مد نظر دارند: یک روی گذشته است که جبرگرایانه بدان می‌نگرند و

رویدادهای گذشته را می‌پذیرند؛ روی دیگر آینده است که سرنوشت محتوم نیست و تحت تأثیر تلاش امروز ماست (اروین، ۱۳۹۷: ۱۳۰). حافظ نیز نسبت به گذشته که بوی حسرت و ناامیدی دارد، تقدیرگراست و نسبت به آینده در دسترس، امیدوارانه در پی اقدام و حرکت است. «جبر در فلسفه حافظ خود زمینه‌ای است برای کوشیدن» (رحیمی، ۱۳۹۹: ۲۶۸).

بیا تا گل برافشانیم و می در ساغر اندازیم      فلک را سقف بشکافیم و طرحی نو دراندازیم  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۹۷)

به‌طورکلی این وجه از اندیشه حافظ، با «دوگانگی کنترل» از اصول مکتب رواقی نیز همانندی دارد. رواقیون می‌گویند انسان برای خرسندی و حفظ آرامش باید چیزهایی را طلب کند که می‌تواند به آن‌ها دست یابد و اختیار آن به‌طور کامل در دست اوست. پرداختن به امور خارج از کنترل، آرامش او را مختل می‌کند (اروین، ۱۳۹۷: ۱۱۱-۱۲۴). از اشعار حافظ می‌توان دریافت که وی نیز همانند رواقیون ما را از تفکر در آنچه خارج از کنترل ماست (گذشته) بازداشته و به آنچه قابل برنامه‌ریزی و رسیدن به مقصود دارد و می‌تواند در کنترل ما باشد (آینده) رهنمون می‌شود:

نیل مراد برحسب فکر و همت است      از شاه نذر خیر و ز توفیق یاوری  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۳)

### ۸۳ واکنش در برابر اهانت، خشم و سرزنش

به باور رواقیون محصول اهانت دیگران، معمولاً خشم است و خشم، احساس ناخوشایندی است که برآشوبنده آرامش است. خشم، چیزی جز جنون موقتی نیست و معمولاً عواقب جبران‌ناپذیری دارد (رابرتسون، ۱۳۹۹: ۸۲). بنابراین رواقیون در برابر توهین‌کننده و سرزنشگر، رویکردی مهربانانه و سهل‌گیر دارند و می‌گویند: «باید نسبت به او خیرخواه باشی، او نزدیک‌ترین خویشاوند توست» (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۲۱). رواقیون با در نظر گرفتن منبع توهین و سرزنش و حق یا ناحق بودن آن، واکنش متفاوتی از خود بروز می‌دهند؛ گاه سکوت و گاه کنایه و طنز تا اختلالی در آرامششان ایجاد نشود. بررسی غزل‌های حافظ نیز

نشان می‌دهد که وی در این مواقع با همان روحیه سهل‌گیرانه، واکنشی تقریباً همگون با اندیشه رواقیون دارد. حافظ اساساً اهل درگیری و نزاع و پرخاش نیست:

یک حرف صوفیانه بگویم اجازت است ای نور دیده صلح به از جنگ و داوری  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۳)

حافظ بر این باور است که انسان تندخو از پیامد خشم خود در امان نخواهد ماند و به‌جای پاسخ خشم‌آمیز که در واقع اثر منفی بر ما می‌نهد و آرامش و شادی درونی ما را برهم می‌زند، باید بی‌توجه از کنار آن گذشت. اصولاً سختگیری در این دنیا، نتیجه شایسته‌ای برای انسان ندارد:

دوشم ز بلبلی چه خوش آمد که می‌سرود گل گوش پهن کرده ز شاخ درخت خویش  
کای دل تو شاد باش که آن یار تندخو بسیار تندروی نشیند ز بخت خویش  
خواهی که سخت و سست جهان بر تو بگذرد بگذر ز عهد سست و سخن‌های سخت خویش  
(همان: ۲۴۹)

ولی در صورت بروز آن، یک نصیحت مشابه با رواقیون دارد: «با دشمنان مدارا». رواقیون به منبع توهین توجه می‌کنند که آیا توهین‌کننده، فرد مورد احترامی است؟ اگر هست، پس ناراحتی ندارد؛ مثل انتقاد یک استاد نوازنده از نواختن شاگرد خود (اروین، ۱۳۹۷: ۱۷۳). حافظ نیز بسته به طرف مقابل خود، واکنش صلح‌جویانه متفاوتی دارد. اگر دوست و نزدیکی به حافظ توهین و پرخاش کند، معمولاً آن را لطف می‌داند:

حاشا که من از جور و جفای تو بنالم بیداد لطیفان همه لطف است و کرامت  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۴۰)

و یا اینکه دعاگوی دوست است:

اگر دشنام فرمایی و گرنه نفرین دعا گویم جواب تلخ می‌زیبد لب لعل شکرخا را  
(همان: ۹۸)

حتی در این راه خود را نقد می‌کند:

آن سرزنش که کرد تو را دوست حافظا بیش از گلیم خویش مگر پا کشیده‌ای  
(همان: ۳۲۶)

اما اگر منبع توهین و سرزنش دوست نباشد، رواقیون برای گرفتن زهر توهین، گاه پیشنهاد می‌کنند که مکثی کنیم و ببینیم آیا حرف‌های اهانت‌کننده، راست است یا خیر؟ اگر راست باشد دلیلی برای ناراحت شدن نداریم» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۷۳). حافظ در بیتی این را تصویر کرده است:

حافظ از خصم خطا گفت نگیریم بر او      و بر به حق گفت جدل با سخن حق نکنیم  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۹۹)

هر دو دیدگاه معتقدند گاهی باید درنگ کرد، زیرا سخن مدعی ریشه در نادانی و ناآگاهی او از احوال ما دارد (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۸۷-۸۸):

زاهد ظاهرپرست از حال ما آگاه نیست      در حق ما هرچه گوید جای هیچ اکراه نیست  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۳۰)

رواقیون در صورتی که عیب‌جویی یا توهین راست و حقیقت نبود، بهترین پاسخ را در دو چیز می‌دانند: یکی با طنز و شوخی با موضوع برخورد کردن و دیگری سکوت و هیچ عکس‌العملی نشان ندادن. رواقی واقعی انتقادات نامنصفانه را تحمل می‌کند و مقابله‌به‌مثل نمی‌کند (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۷۴). طنز حافظ پاسخ نافذ و مهارکننده او به توهین‌کنندگان است. وی «مدام از زبان و قلم مدعیان رنج می‌کشیده و جز سحر الفاظ آتشین، حربه‌ای برای مقابله با آنان در اختیار نداشته است» (شاپوریان، ۱۳۸۹: ۱۰۰). «طنز، ضعف‌های بشری را به باد سخره می‌گیرد تا درس اخلاقی بدهد. طنز حافظ این خصوصیت را دارد که با نرمی تمام بر ریشه می‌زند» (اسلامی ندوشن، ۱۳۸۸: ۶۳):

ناصرح به طعن گفت که رو ترک عشق کن      محتاج جنگ نیست برادر نمی‌کنم!  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۸۵)

حافظ راه درست را در برابر طعنه‌زنندگان، آزمون و راستی‌آزمایی می‌داند نه عمل‌به‌مثل، زیرا در بوتۀ نقد، عیار فرد روشن می‌شود و بدگویی بدگویان بی‌اثر:

از طعنه رقیب نگردد عیار من      چون زر اگر برند مرا در دهان گاز  
(همان: ۲۳۲)

گروهی از بدگویان حسودان اند و شیوه حافظ بی توجهی به این گروه است، زیرا ریشه توهین و بدگویی حسودان را حماقت و بی خردی می داند؛ پس دلیلی برای توجه به این افراد وجود ندارد:

گر بدی گفت حسودی و رفیقی رنجید      گو تو خوش باش که ما گوش به احمق نکنیم  
(همان: ۲۹۹)

و بدین گونه آرامش خاطر را به خود هدیه می دهد:

دلا ز طعن حسودان مرنج و واثق باش      که بد به خاطر امیدوار ما نرسد  
(همان: ۱۷۹)

### ۹۳. پرهیز از غم و اندوه

رواقیون غم و غصه را بازتابی عاطفی در وجود آدمی می دانند. آن‌ها می گویند: «نمی شود غمگین نبود، بلکه طبیعت حدی از اندوه را برای ما لازم می داند اما بیش از آن، نتیجه خودسری است» (اروین، ۱۳۹۷: ۱۸۴). عامل نگهدارنده حد و حدود اندوه در نظر رواقیون، عقل است، نه بی‌اعتنایی و نه دیوانگی. از نظر اپیکتوس، «آنچه درخور اعتنا و توجه است مطالعه این است که چگونه آدمی می تواند حیات خود را از افسوس خوردن و اظهار تأسف نمودن و آه و ناله سر دادن برهاند» (پاپکین و استرول، ۱۳۸۹: ۵۸).

حافظ رنج و اندوه را بخشی از هستی و طبیعت می داند که باید آن را پذیرفت و رویکرد خردمندانه به آن داشت:

حافظ از باد خزان در چمن دهر مرنج      فکر معقول بفرما گل بی خار کجاست؟  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۰۶)

این فکر معقول که مشاور و مؤتمن اوست (همان: ۳۰۷)، ابتدا به درهم تنیدگی غم و شادی جهان اشاره می کند:

در این چمن گل بی خار کسی نچید آری      چراغ مصطفوی با شرار بولهی ست  
(همان: ۱۲۷)

و سپس راه رهایی از اندوه را در شادی و خوش باشی می داند:

ساقیا برخیز و در ده جام را      خاک بر سر کن غم ایام را  
(همان: ۱۰۰)

حافظ در غزل به مطلع «یوسف گم‌گشته بازآید به کنعان غم مخور» به‌طور کامل موضع خود را در برابر غم و غصه مشخص می‌کند (حافظ، ۱۳۸۷: ۲۲۸). وی همان‌طور که اندوه را بخشی از ماهیت این دنیا می‌بیند، گذرایی آن و ایستا نبودن آن را نیز بخش دیگری از ماهیت وجودی غم و جهان می‌داند. حافظ در این مقوله نیز همانند رواقیون (آورلیوس، ۱۳۹۸: ۱۶۳) نگاهی کیهانی دارد و با در نظر گرفتن تاریخ و عمر گذرانی که بازگشتی برای آن نیست، ناپایداری جهان را عاملی برای گذران خوش و پرهیز از غم می‌داند:

جایی که تخت و مسند جم می‌رود به باد      گر غم خوریم خوش نبود به که می خوریم  
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۹۶)

#### ۴. نتیجه‌گیری

نمی‌توان با قاطعیت گفت که حافظ با مکتب رواقی آشنا بوده است؛ اما آنچه از بررسی اندیشه‌های فلسفی رواقی و دیوان حافظ فهمیده می‌شود، همگونی درخور توجهی بین اندیشه حافظ و رواقیون دیده می‌شود. بیشتر رهنمودها و ففونی که رواقیون برای نیل به آرامش به کار می‌بردند، در شعر حافظ نمونه و شاهد دارد. رواقیون و حافظ بر این باورند که رها کردن امور خارج از کنترل، موافق عقل و طبیعت انسانی است. هر دو دیدگاه تقدیرگرایی و سرنوشت‌باوری را درخصوص گذشته صحیح می‌دانند؛ اما در برابر آینده موضعی فعال دارند. بهره‌گیری از لذات زندگی را جایز می‌دانند؛ اما دل‌بستگی به آن را امری نامعقول به شمار می‌آورند. بنابراین با رعایت اعتدال، آرامش قناعت و خرسندی را بر اضطراب و تشویش زندگی تجملاتی برتری می‌دهند. فلسفه رواقی و حافظ با نگاهی کیهانی، فرد را از ماندن در غم و اندوه برحذر می‌دارند و به خوش‌باشی فرامی‌خوانند. خشم و اهانت در مکتب رواقی از بین‌برنده شادی و آرامش است و حافظ نیز در مقابل چنین افرادی به‌مانند یک اندیشمند رواقی یا سکوت می‌کند یا راه تساهل و تسامح در پیش می‌گیرد و با طنز برنده خود، پاسخشان را می‌دهد. شعر حافظ مشحون از مهرورزی و عشق به انسان‌هاست و رواقیون آرامش زندگی را در گرو عشق به هم‌نوع می‌دانند؛ این عشق در شعر حافظ دارای مظاهری مثل مهربانی، مدارا و... است. در حال زندگی کردن و مرگ‌اندیشی از آثار تجسم منفی رواقیون است که در شعر حافظ مضمون‌های پرتکراری به حساب می‌آیند و باعث

می‌شوند تا فرد قدر داشته‌هایش را بداند. دو نظرگاه ضمن توجه به خوش‌باشی، خویشن‌داری را لازم می‌دانند. رواقیون لذت خودداری آگاهانه از خوشی‌ها را بالاتر از خود خوشی‌ها می‌دانند و حافظ نیز این امر را در قالب درویشی، فقر و قناعت به ما توصیه می‌کند. علاوه بر این فنون و رهنمودها، خدای حافظ و رواقیون نیز همگون است که هر دو مهربان، عاشق، خطاپوش و آزادی‌خواه هستند، به خوبی فرامی‌خوانند و از بدی برحذر می‌دارند. حافظ و رواقیون در برهه سختی از تاریخ زیسته‌اند که بیش از هر چیز جامعه به آرامش نیاز داشته است؛ لذا آن‌ها کوشیده‌اند مرهمی بر جان هموعان رنج‌کشیده و ناآرام خویش باشند. برنامه مشترک آن‌ها توصیه به خوش‌باشی و عشق‌ورزی، بهره‌گیری از فرصت حال، خرسندی و دوری از اندوه است.

### پی‌نوشت‌ها

۱. دکتر معین می‌نویسد: «در منتخب الاسرار که از کتاب مفتاح الاسرار تألیف حمزه بن علی ملک بن حسن آذری طوسی به سال ۸۴۰ تلخیص شده، آمده است: بدان که حکمای یونان در ترتیب اصطلاحی دارند که علی‌الصباح سه کاسه می‌خورند که غسل معده می‌کند و بعد از طعام پنج کاسه می‌خورند برای هضم طعام و آن را خمسه هاضمه می‌گویند و بعد از آن هفت کاسه دیگر می‌خورند و آن را سبعة نائمه می‌گویند و خواب می‌کنند» (صدیقی، معین، ۵۷: ۱۳۲۴).
۲. مکتب کلییان، در کنار اپیکوریان و رواقیان، از مکاتب پیرامون دوره اسکندر است که آغازگر آن، شاگرد سقراط (آنتیستنس) بود؛ اما توسط دیوگنس به‌طور رسمی پایه‌گذاری شد. کلییان، به همه قراردادهای - از دین و آداب و رسوم گرفته تا خوراک و مسکن و پوشاک و پاکیزگی - پشت‌پا زدند و بر آن شدند تا همانند سگ زندگی کنند؛ به همین خاطر به کلییان معروف شدند (راسل، ۱۳۹۴: ۱۸۶).

### منابع

۱. آشوری، داریوش. (۱۳۸۱). عرفان و رندی در شعر حافظ. چ ۳. تهران، مرکز.
۲. آورلیوس، مارکوس. (۱۳۹۸)، تأملات. ترجمه عرفان ثابتی. چ ۱۰. تهران: ققنوس.
۳. اپیکتتوس. (۱۳۱۲). اندرزهای اپیکتتوس حکیم. ترجمه رشید یاسمی. تهران: مؤسسه خاور.

۴. اپیکتتوس. (۱۴۰۱). اپیکتتوس: گفتارها، قطعات، کتابچه راهنما. ترجمه حبیب‌اله نورانی. تهران: سرشت قلم.
۵. اروین، ترنس. (۱۳۸۰). تفکر در عهد باستان. ترجمه محمدسعید حنایی کاشانی. تهران: قصیده.
۶. اروین، ویلیام. (۱۳۹۷). فلسفه‌ای برای زندگی. ترجمه محمد یوسفی. چ ۵. تهران: ققنوس.
۷. استعلامی، محمد. (۱۳۸۷). حافظ به گفته حافظ. تهران: نگاه.
۸. اسلامی ندوشن، محمدعلی. (۱۴۰۰). چهار سخنگوی وجدان ایران. چ ۱۷. تهران: قطره.
۹. اسلامی ندوشن، محمدعلی. (۱۳۸۸). ماجرای پایان‌ناپذیر حافظ. چ ۳. تهران: یزدان.
۱۰. بالو، فرزاد، و نیک‌فر، مرجان. (۱۳۹۶). بررسی رابطه خدا و حافظ در ساحت هم‌سخنی و گفت‌وگویی. بوستان ادب، ۹(۴)، ۲۰-۳۷.
۱۱. برن، ژان. (۱۳۵۶). فلسفه رواقی. ترجمه سید ابوالقاسم پورحسینی. تهران: کتاب‌های سیمرخ.
۱۲. بریه، امیل. (۱۳۵۳). تاریخ فلسفه. ترجمه علی مراد داوودی. تهران: دانشگاه تهران.
۱۳. پاپکین، ریچارد، و استرول، آروم. (۱۳۸۹). کلیات فلسفه. ترجمه سید جلال‌الدین مجتبوی. چ ۲۷. تهران: حکمت.
۱۴. پاسالاری، فاطمه، و نیکدراصل، محمدحسین. (۱۳۹۴). همگونی‌های فکری حافظ و عبید زاکانی. شعرپژوهی (بوستان ادب)، ۷(۲)، ۵۱-۷۲.
۱۵. پرهام، مهدی. (۱۳۷۹). حافظ و قرن بیست‌ویکم. تهران: شالوده.
۱۶. حافظ، شمس‌الدین محمد. (۱۳۸۷). دیوان حافظ. تصحیح محمد قزوینی و قاسم غنی. به کوشش عبدالکریم جریزه‌دار. چ ۷. تهران: اساطیر.
۱۷. حصوری، علی. (۱۳۹۵). حافظ از نگاهی دیگر. چ ۴. تهران: چشمه.
۱۸. خرمشاهی، بهاء‌الدین. (۱۳۶۸). چارده روایت. چ ۲. تهران: کتاب پرواز.
۱۹. خرمشاهی، بهاء‌الدین. (۱۳۸۷). حافظ حافظه ماست. چ ۴. تهران: قطره.
۲۰. خرمشاهی، بهاء‌الدین. (۱۳۸۹). حافظ‌نامه. چ ۱۹. تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
۲۱. خرمشاهی، بهاء‌الدین. (۱۳۹۹). حافظ. چ ۷. تهران: ناهید.

۲۲. دستغیب، عبدالعلی. (۱۳۸۴). *مستی شناسی حافظ*. شیراز: نوید شیراز.
۲۳. دشتی، علی. (۱۳۸۳). *نقشی از حافظ*. چ ۳. تهران: اساطیر.
۲۴. رابرتسون، دونالد. (۱۳۹۹). *چگونه مثل امپراطور روم فکر کنیم، فلسفه رواقی*. مارکوس آورلیوس. ترجمه محدثه احمدی. چ ۲. تهران: نشر سنگ.
۲۵. راسل، برتراند. (۱۳۹۴). *تاریخ فلسفه غرب*. ترجمه نجف دریابندری. چ ۹. تهران: پرواز.
۲۶. رحیمی، مصطفی. (۱۳۹۹). *حافظ اندیشه*. چ ۲. تهران: نشر نو.
۲۷. ریاحی، محمدمبین. (۱۳۷۴). *گلگشت در شعر و اندیشه حافظ*. چ ۲. تهران: انتشارات علمی.
۲۸. زرین کوب، عبدالحسین. (۱۳۷۵). *از کوچه رندان*. چ ۱۰. تهران: سخن.
۲۹. سمسار خیابانیان، فتانه. (۱۴۰۲). *بررسی رواقیگری و تفکر اسلامی حافظ*. فصلنامه علمی *متن شناسی حکمی و عرفانی*، ۱(۱)، ۶۳-۸۴.
۳۰. شاپوریان، رضا. (۱۳۸۹). *نیمرخ شخصیتی حافظ*. تهران: جوانه رشد.
۳۱. شفیعی کدکنی، محمدرضا. (۱۴۰۱). *این کیمیای هستی*. چ ۷. تهران: سخن.
۳۲. صدیقی، غلامحسین، و معین، محمد. (۱۳۲۴). *جرعه فشانی بر خاک*. یادگار، ۱(۸)، ۴۷-۵۱.
۳۳. غنی، قاسم. (۱۴۰۰). *تاریخ عصر حافظ*. چ ۱۳. تهران: زوار.
۳۴. فروغی، محمدعلی. (۱۳۸۳). *سیر حکمت در اروپا*. چ ۴. تهران: البرز.
۳۵. مرتضوی، منوچهر. (۱۳۸۳). *مکتب حافظ*. چ ۴. تبریز: ستوده.
۳۶. مسکوب، شاهرخ. (۱۳۸۹). *در کوی دوست*. چ ۳. تهران: خوارزمی.
۳۷. مهمان دوست، صمد. (۱۳۸۳). *راحت جان*. شیراز: نوید شیراز.
۳۸. نیکداراصل، محمدحسین. (۱۴۰۱). *کارکردهای درمانی عشق در غزل‌های حافظ*. پژوهش‌نامه ادبیات تعلیمی، ۱۴(۵۶)، ۱-۳۲.
۳۹. هومن، محمود. (۱۳۱۷). *حافظ چه می‌گوید؟*. تهران: چاپخانه شرکت طبع کتاب.
۴۰. یثربی، سید یحیی. (۱۳۸۱). *آب طربناک*. تهران: آفتاب توسعه.