

تاریخ دریافت: ۹۵/۹/۲۵

تاریخ پذیرش: ۹۶/۴/۱۷

بررسی مفهوم جوع از نگاه عرفا از ابتدا تا قرن هفتم

حسن شعبانی آزاد^۱

چکیده:

«جوع» یکی از نمایه‌های اخلاقی و عرفانی ماست که همواره در دو حوزه ادبیات تعلیمی و ادبیات عرفانی مورد توجه بوده است. همه فرق صوفیه در ضرورت «جوع»، به عنوان یکی از ارکان اساسی سیر و سلوک اتفاق نظر دارند. در چیستی معنای جوع، گروهی «جوع» را به معنای «به اندازه خوردن» و گروهی آن را معادل «روزه» دانسته‌اند و برخی نیز آن را تا حد «سد جوع» (نخوردن مگر به ضرورت) معنا کرده‌اند. جوع در قرآن کریم وسیله‌ای برای آزمایش صابران است. با توجه به اینکه به این مسئله در جوع در قرآن کریم و سخنان بزرگان دین اشاره شده است؛ از دیرباز عرفا جوع را فضیلت اخلاقی می‌دانستند و در آثار خود به این مهم پرداخته‌اند. یافته‌های پژوهش حاکی از این است که همه عرفا جوع را وسیله تقرب الهی دانسته و از این جهت بدان اهمیت داده‌اند و گرنه گرسنگی صرف برای آنها ارزش خاصی ندارد، بلکه جوع را مقدمه قرب الهی و به تبع آن مشاهده حق دانسته‌اند. در واقع هدف اصلی آنان از تأکید بر این موضوع کمک به سالک برای رسیدن به حق تعالی و درجات خاص عرفانی بود. با توجه به اهمیت جوع از دیدگاه عرفا و نگرش خاص آنها به این مسأله، مقاله حاضر بر آن است تا دیدگاه عرفا را از ابتدا تا قرن هفتم هجری قمری درباره این مهم بررسی کند و وجوه اشتراک و افتراق دیدگاه‌های آنها را مورد بررسی قرار دهد.

کلید واژه‌ها:

جوع، گرسنگی، عرفان، روزه.

^۱ - گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد گچساران، دانشگاه آزاد اسلامی، گچساران، ایران.

پیشگفتار

جوع در لغت، در مقابل شبع - به معنای سیری و پر بودن از خوراک - آمده است (ابن فارس، ۱۴۰۴: ۴۹۵/۱) و منظور از آن رنج و دردی است که انسان در اثر خالی بودن معده از طعام احساس می‌کند، چنان‌که گفته شد: «الجوع الالم الذی ینال الحیوان من خلو المعده من الطعام» (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۲۱۲). در حالت مصدری به معنای گرسنه شدن و در حالت اسم مصدری به معنای گرسنگی است (بیهقی، ۱۳۷۵: ۸۲)، (نفیسی، ۱۳۵۵: ذیل واژه)، (انوری، ۱۳۸۱: ذیل واژه)، (جوهری، ۱۳۶۸: ذیل واژه). تَجَوَّعَ یعنی خود را به عمد گرسنه نگاه داشتن (فیروزآبادی، ۱۴۱۲: ذیل واژه). گفته‌اند که جوع نخستین مرتبه از مراتب شش‌گانه نیاز انسان به غذاست. (بکایی، ۱۴۰۷: ۱۶۶)

در آثار عرفانی و اخلاقی نیز مبحث جوع عارفانه و مذمت سیری و پر خوری تا حد زیادی مطرح شده و عالمان و عارفان سخنان زیادی در این باره گفته‌اند. اشارت‌های فراوان آنان به این موضوع، دست‌مایه‌ای گردید تا در مقاله حاضر به بررسی و تحلیل این موضوع در آثار عرفانی کهن بپردازیم.

بیان مسأله

هر موجود زنده‌ای که روی زمین زندگی می‌کند، برای این‌که بتواند به حیات خود ادامه دهد، از ماده که طبیعت اطراف اوست، کسب نیرو می‌کند و این کار از راه تنفس و خوردن و نوشیدن صورت می‌گیرد. این امر به قدری معمول و رایج و تکراری است که بدیهی به نظر می‌رسد و ظاهراً نیازی به کندوکاو و چون و چرا ندارد، در رابطه با جانوران و گیاهان البته چنین است؛ این موجودات به هدایت غریزه میلیون‌ها سال است که در طبیعت و با طبیعت زندگی می‌کنند و به راه خود می‌روند و از این بابت هم مشکلی پیش نیامده است، لیکن برخورد انسان با مسأله طبیعی خوردن و نوشیدن برخلاف سایر جانوران غریزی و ساده و معمولی نیست و انسان هوشمند و متفکر و لذت‌جو در این زمینه نیز رفتارش از حد غریزه فراتر رفته و پیچیده‌تر و عمیق‌تر شده است، انسان نخستین خام‌خوار با کشف آتش، خام‌خواری را به تدریج کنار نهاد و به یکی دو نوع خوردنی و نوشیدنی محدود اکتفا نکرد و از همه نوع گوشت و گیاه استفاده کرد و همه چیز خوار شد. آنگاه از این هم جلوتر رفت و خلاقیت خود را به کار بست و انواع موادخوراکی و نوشیدنی را با هم ترکیب کرد و غذاها و نوشیدنی‌های بی‌شماری پدید آورد و خوردن و نوشیدن را که نزد حیوانات تنها برای رفع گرسنگی و تشنگی و کسب نیرو بود، به تفریح و سرگرمی و لذت تبدیل کرد، و با تزئین غذا و سفره حس بینایی

را نیز با آن درگیر ساخت و به این ترتیب در کنار هدف اصلی، جنبه‌های دیگری هم برای آن به وجود آورد.

با پیشرفت تمدن‌ها خورد و خوراک نیز آداب و تربیتی پیدا کرد و در نزد اقوام گوناگون به شکل فرهنگ و خرده فرهنگ درآمد و از عوامل امتیاز ملتی از ملت دیگر شد. این موضوع در زندگی انسان و سعادت و شقاوت او به قدری اهمیت پیدا کرد که در کتاب‌های آسمانی هم آیاتی به آن اختصاص یافته است و مسأله حلال و حرام و مکروه و مباح و... پیش آمد و حکمت خداوندی روزه را فریضه کرد. پاره‌ای از کلمات حکمت‌آمیز و دستورهای اخلاقی حکیمان و عارفان نیز که تعالی روحی بشر را و جبهه همت خود ساخته‌اند، با این بحث پیوند خورد. لقمه حلال، کم‌خوردن و حتی گرسنگی کشیدن به عنوان یکی از ریاضت‌های مهم و کارساز در ادبیات عرفانی جایگاه والایی در تربیت سالکان طریق دارد. شاعران عارف از غذاهای معنوی و قوت روح سخن گفته‌اند که البته حرف‌های آنان مبتنی بر میراث قرن‌های پیشتر است. بررسی مفهوم جوع و تأثیر آن در زندگی انسان و سعادت و شقاوت او از نظر عرفا یکی از اهداف مهم این تحقیق به شمار می‌آید.

نگارنده تلاش کرده است از کلیه منابع موجود برای این کار استفاده کند، ولی با توجه به تکراری بودن برخی از مباحث، از بین نظرات، هرکدام که جامع و کامل‌تر بوده انتخاب شده است. لذا جامعه آماری پژوهش حاضر آثار عرفانی از ابتدا تا قرن دهم هجری است. از این رو آثار عرفای طراز اول چون: ابن جوزی، ابن عربی، ابن فارس، انوری، بروجردی، بکایی، بلاغی، بیهقی، جرجانی، جوهری، حسینی، رازی، سراج، شیبانی، طیب، عطار، غزالی، فیروز آبادی، قشیری، مکی، مولانا، نوری، مستملی بخاری، نسفی و هجویری مورد بررسی قرار گرفته و دیدگاه عرفای مذکور پیرامون جوع مورد مطالعه قرار گرفته است.

پیشینه پژوهش

تاکنون پژوهشی که به بررسی مفهوم جوع در آثار عرفا بپردازد، صورت نگرفته است و لذا پژوهش حاضر در نوع خود نخستین گام محسوب می‌شود. تنها پژوهشی که در ارتباط با جوع صورت گرفته است، مقاله‌ای است از مینا باهنر که با عنوان «تحلیل و بررسی تفسیری جوع در قرآن کریم» و در مجله مطالعات تفسیری به چاپ رسیده است.

جوع در قرآن

واژه «جوع» در قرآن کریم سه بار به صورت اسم و یک بار نیز، در آیه ۱۱۸ سوره «طه» به صورت فعل «تجوع» آمده است. این لغت در آیه هفت سوره غاشیه و ۱۱۲ سوره نحل، به معنای

گرسنگی شدید و شکنجه خاص اخروی و نیز به‌عنوان آزمایشی برای صابرین آمده است که به نظر می‌رسد بیان‌گر نوع گرسنگی غیرارادی باشد. اما اگر در پی فهم دیدگاه قرآن درباره خوردن و آشامیدن باشیم باید به آیه‌ای نظر کنیم که سرآمد تمام دستورالعمل اخلاقی، رفتاری و حتی پزشکی است. خداوند در آیه ۳۱ سوره اعراف ما را به نوعی اعتدال و میانه‌روی در خوردن و آشامیدن سفارش نموده است؛ چنان که می‌فرماید: «وکلوا واشربوا و لاتسرفوا: بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید» (سوره اعراف: آیه ۳۱).

ابوالفتح رازی در تفسیر این آیه، دلیل دستور را چنین گفته است: «سبب آن بود که بنی‌عامر در ایام حج طعام نخوردندی الا مقدار آن‌که رمق بداشتندی به آن و چربی نخوردندی تعظیم حیشان را مسلمانان گفتند یا رسول‌الله ما اولی‌تریم به این، خدای تعالی این فرستاد که این را حج تعلقی نیست، طعام و شراب می‌خورید و اسراف مکنید در آن» (رازی، ۱۳۷۴: ۳۶۲/۸). همچنین برخی به موشکافی و بررسی دقیق آیه پرداخته و معتقدند که این آیه بر اساس تحقیقات دانشمندان یکی از مهم‌ترین دستوره‌های بهداشتی است:

«رشید را طبیعی بود ترسامردی حاذق، علی بن الحسین واقدی را گفت که در کتاب شما از علم طب چیزی هست یا نه و علم دواست یا علم ابدان یا علم ادیان؟ واقدی گفت: خدای تعالی جمله علم طب در نیم آیت جمع کرد فی‌قول: «وکلوا واشربوا و لاتسرفوا» گفت از پیغمبر شما طب روایت کرده‌اند؟ گفت: بلی جمله طب در کلمتی چند جمع کرده است، فی‌قول: «المعدة الدواء و الحمیته رأس کل دواء واعظ کل نفس ماعودتها» معده خانه رنج‌هاست و پرهیزکردن سرجمه دواهاست و هر نفسی را آن باید داد که عادت کرده باشد. ترسا گفت: کتاب شما و پیغمبر شما سرمایه علم جالینوس آورده است» (جرجانی ۱۳۳۷: ۱۶۵/۳؛ ملافتح‌الله کاشانی، ۱۳۴۴: ۲۰/۴).

از نظر برخی مفسران به دلیل این‌که نفس زیاده طلب انسان از این دو دستور سوءاستفاده می‌کند و به جای استفاده عاقلانه و اعتدال‌آمیز راه اسراف و تبذیر را پیش می‌گیرد، بلافاصله اضافه می‌کند «ولی اسراف نکنید که خدا اسرافکاران را دوست نمی‌دارد» (نسفی، ۱۳۶۷: ۲۹۴/۱). اما نکته اساسی و درخور توجه این‌که خطاب در ابتدای این آیه خطاب عام است و با لفظ «یا بنی‌آدم» شروع می‌شود (بنگرید به: طباطبایی، ۱۳۷۴: ۹۸/۸؛ طبیب، ۱۳۶۶: ۳۰۶/۵) در حالی که در آیه ۱۵۵ سوره بقره هم خطاب آیه تغییر می‌کند و هم نوع انتظاری که از مخاطب می‌رود متفاوت است. در آیه شریفه «و لنبلونکم بشیء من الخوف و الجوع و نقص من الاموال و الانفس و الثمرات و بشر الصابرین» و خداوند شما را به چیزی از گرسنگی و ترس و نقص در اموال و جان‌ها و ثمرات می‌آزماید و صابرین را بشارت ده»، «جوع» به‌عنوان یکی از ابتلائات الهی یاد می‌شود.

خطاب در این آیه صابرين هستند و نوع انتظار تحمل گروه در برابر آزمایش‌های الهی و در رأس آن‌ها جوع است: اما صابرين چه کسانی هستند و مراد از صبر چیست؟ خداوند در آیه ۱۵۳ سوره بقره خطاب به مؤمنان می‌فرماید: «يا ايهاالذین آمنوا استعینوا بالصبر و الصلاه: ای اهل ایمان، از صبر و نماز یاری بجوید». برخی از مفسران صبر در این آیه و دیگر آیات را به «صوم» معنا کرده‌اند و معنای آیه را به این صورت آورده‌اند که از روزه و نماز یاری بجوید. در تفسیر جامع به نقل از عیاشی به روایت از امام صادق (ع) صبر را روزه معنا نموده است. (بروجردی، ۱۳۴۱: ۲۷۳/۲؛ حسینی شاه عبدالعظیمی، ۱۳۶۳: ۲۱۹/۱) صاحب حجه التفسیر گفته است: «ممکن است صبر به معنای روزه باشد، زیرا روزه و نماز یک حالت روحانی ایجاد می‌کند که حقایق برای روزه‌دار نمازخوان کشف می‌شود و علاوه بر آن غبارهای حسد و خودخواهی و تکبر زدوده می‌گردد» (بلاغی، ۱۳۸۶: ۱۱۲/۱) صاحب نهج‌البیان نیز به طور کامل تری بدین معنا اشاره نموده و گفته است: «الصبر هاهنا هو الصوم و اصل الصوم فی اللغه هو الکف و الحبس و منه سمی شهر رمضان شهر الصبر لکف صائمه عن الطعام و الشراب و منه الصابر علی المصیبه لکف نفسه عن اظهار الجزع (شیبانی، ۱۴۱۳: ۲۲۵/۱).

بنابراین با توجه به آیه ۱۵۳ در آیه ۱۵۵ سوره بقره که نمی‌تواند از لحاظ معنایی و محتوا بی‌ارتباط و گسسته با آیات قبل باشد می‌توان صابران را معادل مؤمنان دانست. در حقیقت آیه ۱۵۵ سوره بقره از مؤمنان می‌خواهد خود را به صبر در برابر جوع مجهز کنند، اما صبر در برابر جوع نیز با توجه به آیه قبل چیزی جز «صوم» نیست. بنابراین به نظر می‌رسد در مرتبه دوم، خطاب جوع مؤمنان و به معنای روزه‌داری است.

در روایات نیز با دو دسته برداشت به ظاهر متضاد درباره جوع روبه‌رو می‌شویم. دسته نخست روایاتی هستند که به ذم جوع و دسته دوم روایاتی هستند که به مدح جوع می‌پردازند که البته تعداد روایات دسته دوم بسیار بیشتر است. پیامبر اکرم (ص) در حدیثی می‌فرماید: «اعوذ بک من الجوع فانه یئس الضجیع: پروردگارا از گرسنگی به تو پناه می‌برم که هم‌آغوش بدی است» (نوری، ۱۴۰۸: ۸۱/۹) و نیز امام علی (ع) روایت شده است که «عشاء الانبیاء بعد العتمه فلا تدعوا العشاء فان ترک العشاء خراب البدن: غذای پیغمبران در ثلث اول شب است، شما آن را ترک نگویید: زیرا ترک غذای شب موجب فرسایش بدن است» (مجلسی، ۱۴۰۴: ۳۴۲/۶۳). در این دو روایت که خطاب آن عوام مردم‌اند، تأکید بر ترک گرسنگی و در عین حال حفظ نوعی اعتدال است.

در روایت دیگری حضرت علی (ع) در نامه معروف خود به عثمان بن حنیف با عبارات: «الا و ان امامکم قد اکتفی من دنیا بطمیریه و من طعمه بقرصیه... بدانید که پیشوای شما از دنیایش به دو

لباس کهنه و فرسوده و از خوراکش به دو قرص نان اکتفا کرده است» (سیدرضی، ۱۳۷۹: ۵۵۲) به زهد و ریاضت خویش به عنوان مقتدای مسلمین اشاره می‌کند. این ویژگی زاهدانه علی (ع) است. این نهایت زیستن او در دنیای مادی است؛ اما او هرگز توصیه نمی‌کند که یارانش نیز چنین کنند؛ چراکه می‌داند برای هر کسی مقدور نیست. از این رو در ادامه می‌فرماید: «الا و انکم لاتقدرون علی ذلک و لکن اعینونی بورع و اجتهاد و عقه و سداد: شما هرگز چنین نتوانید کرد و قدرت بر این کار را ندارید» (همان). امام (ع) در این نامه مکرراً به وضع خود اشاره کرده، دلیل شیوه زاهدانه را در پیشوایی خود می‌داند؛ چراکه در سیره او یک پیشوا نمی‌تواند در حالی که فقیرترین افراد جامعه حتی یک لقمه نان برای خوردن ندارند و شب‌ها گرسنه‌اند، با آن‌ها همراه و همدرد نباشد و شب‌ها سیر بخوابد، تا با این کار هم به وظیفه الهی و انسانی خود عمل کرده باشد و هم مایه تسلی خاطر بر پیروان خود باشد.

اما روایاتی که در مدح جوع و شیوه زاهدانه شخص نبی اکرم (ع) و ائمه اطهار (ع) است فراوان‌اند. در حدیث معراج آمده است که خداوند در پاسخ به پرسش پیامبر (ص) درباره میراث جوع مواریثی را برشمرده است که عبارتند از حکمت، حفظ قلب، تقرب به خداوند و... اصل چنین است: «قال: یا رب میراث الجوع؟ قال: الحکمه و حفظ القلب و التقرب الی و الحزن الدائم و خفه المونه بین الناس و قول الحق و لایبالی عاش بیسر او بعسر» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۲۳/۷۷) و نیز از حضرت رسول اکرم (ص) روایت شده که جوع نور حکمت است و سیری (شکم‌بارگی) دوری از خداست... سیر نخورید که نور معرفت از قلب‌هایتان خاموش می‌شود (همان: ۷۱/۷۰).

جوع از نگاه عرفا تا قرن هفتم

در تاریخچه پرفراز و نشیب تصوف، جوع به عنوان عملی مقبول و موجه که هم در پیام‌های قرآنی و سنت نبوی ریشه دارد و هم در تمام گروه‌های تصوف پذیرفته شده، بسیار حائز اهمیت بوده است. برخلاف اعمالی نظیر سماع که در معرض آرای متضاد قرار گرفته، جوع در اصل خود پذیرفته شده و واجد مطلوبیت ذاتی است. از طرف دیگر، اهمیت پذیرش جوع به عنوان عملی خاص در تصوف، بر «روزه»، فریضه واجب همگانی، مبتنی بوده، همین موضوع درصد خلوص عمل و بازگشت اصلی آن به متن دین مبین اسلام را افزایش می‌دهد، برخلاف تردیدها و تصوراتی که گاهی در ریشه سایر اعمال صوفیانه نظیر سماع، کرامات و خرقة پوشی به چشم می‌خورد و اصل آن اعمال را زیر سؤال می‌برد (ابن‌الجوزی، بی‌تا: ۲۳۰-۲۱۰). و اما آنچه را که عرفا از ابتدا تا پایان قرن هفتم هجری قمری در خصوص جوع و اهمیت و ضرورت آن مطرح می‌کنند، می‌توان در چند دسته کلی تقسیم نمود:

تعریف جوع و حدود آن

در تعریف جوع از نظر عرفا سه دیدگاه عمده مطرح است که یکی بسیار سخت‌گیرانه بوده و بر هرچه بیشتر گرسنه بودن تأکید دارد. دیدگاه دوم جوع را برابر با روزه‌داری می‌داند و دیدگاه سوم دیدگاهی اعتدالی است که غذا به اندازه نیاز خورده شود. نگرش سخت‌گیرانه بیشتر مربوط به ابتدای پیدایش تصوف است. در آن زمان با توجه به نگرش افراطی در زهد و ریاضت، طبعاً جوع نیز به‌عنوان یکی از این نمایه‌ها، خالی از نگرش افراطی نبوده است. نمونه‌های فراوانی از این گرایش‌های افراطی در باب جوع در متون عرفانی متقدم به چشم می‌خورد. به گفته ابونصر سراج، صاحب اللمع فی التصوف، قدیمی‌ترین اثر عرفانی مکتوب، درباره سهل بن عبدالله می‌نویسد: «هرگاه [سهل بن عبدالله] گرسنه می‌شد، نیرو می‌گرفت و چون غذا می‌خورد ضعیف می‌گشت» (سراج، ۱۳۸۲: ۲۳۸) و گاه می‌شد که همین فرد «بیست روز و اندی غذا نمی‌خورد، چه سهل غذا را ترک نمی‌کرد، که غذا از او می‌گریخت (همان: ۲۳۹). این رگه‌های افراطی در کشف‌المحجوب و رساله قشیریه بیش از اللمع به چشم می‌خورد. هجویری صاحب کتاب «کشف‌المحجوب» برای حجیت بخشیدن به «جوع» صوفیانه، کلام خود را با شاهدی از کتاب مبین، یعنی آیه ۱۵۵ سوره بقره آغاز و آن‌گاه پس از نقل روایات زیادی در اسناد این مقوله از حضرت رسول (ص) و صحابه ایشان، نظر قطعی خود را بیان می‌کند. وی سیرخوردن را کار ستوران دانسته، گرسنگی را علاج مردان و علت رانده شدن آدم از بهشت را لقمه‌ای نان بیان می‌کند (هجویری، ۱۳۸۴: ۴۷۵).

همو با نقل روایتی از کتانی وارد بحث «فاقه» شده، به تعریف جوع صادق می‌پردازد: «کتانی می‌گوید: رحمت‌الله علیه، من حکم المرید ان یکون فیه ثلاثه اشياء: نومه غلبه و کلامه ضروره و اكله فاقه» و در نظر بعضی فاقه دو شبانه‌روز و در نظر بعضی سه شبانه‌روز بود و بعضی یک هفته، و بعضی چهل روز، از آنچه محققان بر آن‌اند که جوع صادق هر چهل روز یک‌بار بود و این جاننداری بود (همان: ۴۷۶)

برخی دیگر از عرفا چون ابن عربی جوع را همان روزه معرفی می‌کند و بیشتر یا کم‌تر از آن را مذموم می‌شمارد: مطلوب در طریقت سالکان جوعی است اختیاری که با تقلیل غذا و حذف اضافات طبع و سکونت مگر به اندازه حاجت همراه است و نزد ما روزه یک روز است که همان جوع اختیاری شرعی باشد و زیادت بر آن جایز نیست، چه حق تعالی که امر به روزه یک روزه فرموده است، مصلحت بنده خود را بهتر از او می‌داند و بنده را نشاید که از آن تجاوز کند. چه این تجاوز در واقع سوء ادبی است از جانب بنده. و آن‌که بتواند آن را ادامه دهد به شرط آن‌که اثری سوء در قوت تن و صحت عقلش نگذارد جایز است. و غرض از جوع استغراق در احوال است و اگر چنین

حالتی سالک را دست دهد جوع و روزه او مصیب است. اما جوع بزرگان جوع اضطراری است که بر ایشان گرسنگی و سیری یکسان می‌شود. سزاوار آن است که بر حد شرعی چیزی اضافه ننماید، چه ترک عمل به اتباع، اجزش بیشتر از عمل به ابداع است و این که رسول‌الله فرمود که شیطان در مجاری خون فرزندان آدم خانه می‌کند و با گرسنگی و تشنگی این مجاری را بر او ببندید». هیچ یک از علما و اهل الله اختلافی ندارند که غرضش همین روزه است و تقلیل در طعام از سحر تا افطار و صحیح نیست که سالک از حد شرعی و سنت آن تجاوز کند. اما این که بعضی از اهل طریقت شاگردان خود را به گرسنگی که صورت روزه نداشته باشد وامی‌دارند و یا آنان را وادار به روزه گرفتن می‌کنند، اما قبل از غروب آفتاب طعامشان دهند تا افطار کنند نیز غلط است و طریقتی است اشتباه و از نادانی به حدود موضوعه حق تعالی سرچشمه بگیرد، و اگر از این همه غرضشان مخالفت نفس است این را مخالفت با نفس نیست (ابن عربی، ۱۴۱۰: ۱۸۷ به بعد).

دسته‌ای دیگر چون مولانا نیز راه اعتدال در پیش گرفته جوع را همان به اندازه خوردن معرفی می‌کند. در فیه ما فیه آمده است: گرسنگی سؤال است از طبیعت که در خانه تن خللی هست، «خشت بده گل بده» خوردن جوابست که بگیر، ناخوردن جوابست که هنوز حاجت نیست، آن مهره هنوز خشک نشده است بر سر آن مهره نشاید زدن (مولانا: ۱۵۰). مولانا همچنین در مثنوی می‌گوید: غرض از جوع نه این است که سالک علی‌الدوام گرسنگی کشد، چه جوع مدام را زیان‌هایی در پی است که باعث نقصان بدن و کاهش عقل می‌شود و سالک را به تراجع و نقص می‌کشاند، بلکه غرض آن است که در خوراک خود مواظبت نماید و میانه‌روی اتخاذ کند و راه افراط و تفریط نییاید. چه شکم خالی زندان دیو است و شکم پر بازار اوست. بنابراین جوع تا آن حد لازم است که علت تهذیب نفس سالک شود و الا زیاده‌روی در آن سخت مضر است.

نان گل است و گوشت کم‌تر خور از این	تا نمایی همچو گل اندر زمین
چون گرسنه می‌شوی سگ می‌شوی	تند و بد پیوند و بد رگ می‌شوی
چون شدی تو سیر مرداری شوی	بی‌خبر بی‌پا چو دیواری شوی
بس دمی مردار و دیگر دم سگی	چون کنی در راه شیران خوش‌تگی

(مولوی، دفتر یکم: ۱۷۷)

اشکم تی لاف الهی نزد	کاتشش را نیست از هیزم مدد
اشکم خالی بود زندان دیو	کش غم نان مانع است از مکر دیو

اشکم پر لوت دان بازار دیو تاجران دیو را در وی غریو
(مولوی، دفتر ششم: ۵۴۶)

در تو جوعی می‌رسد نو زاعتدال که همی‌سوزد ازو تخمه و ملال
هر کرا درد مجاعت نقد شد نوشدن با جز و جزوش عقد شد
لذت از جوعست نه از نقل نو با مجاعت از شکر به نان جو
پس ز بی‌جوعی است وز تخمه تمام آن ملالست نه ز تکرار کلام
(مولوی، دفتر پنجم: ۵۲۱)

گر نباشد جوع صد رنج دگر از پی هیضه برآرد از تو سر
رنج جوع اولی بود خود زان علل هم به لطف و هم بخفت هم عمل
رنج جوع از رنج‌ها پاکیزه‌تر خاصه در جوع است صد نفع و هنر
خود نباشد جوع هر کس را زبون کاین علف زاری است ز اندازه برون
جوع مر خاصان حق را داده‌اند تا شوند از جوع شیر زورمند
جوع هر جلف گدا را کی دهند چون علف کم نیست پیش او نهند
که بخور که هم بدین ارزانی تو نه‌ای مرغاب مرغ نانینی
(مولانا، دفتر پنجم: ۱۸۱)

ضرورت جوع و تأثیر آن بر زندگی انسان

در تأکید عرفا بر اهمیت جوع و گرسنگی همین بس که همه آن‌ها بر ضرورت رعایت آن اتفاق نظر دارند، تا جایی که ابوالنصر سراج از زبان یحیی بن معاذ می‌گوید: اگر گرسنگی را در بازار فروشند طالبان آخرت را سزااست که به بازار شوند و آن را بخرند. «آنا ضمن تأکید بر ضرورت جوع، به آثار منفی پرخوری و آثار مثبت جوع می‌پردازند که کلیه این موارد را می‌توان در چند دسته کلی گنجانند:

مهار نفس و شهوت و جلوگیری از غفلت

اولین و مهم‌ترین اثری که عرفا برای جوع معرفی کرده‌اند و کلاً آن را دلیل مهمی بر اهمیت این فریضه عرفانی دانسته‌اند، تأثیر آن بر مهار کردن نفس است، چراکه از نظر آنان شکم سیر باعث طغیان می‌شود و گرسنگی و جوع از این طغیان جلوگیری می‌کند. تقریباً اکثر عرفا بر این موضوع به صورت کامل یا گذرا اشاره داشته‌اند.

گرسنگی را به آن اختیار کرده‌اند که هر حیوانی که سیر شود طاعنی گردد خاصه آدمی «کلا ان الانسان لیطغی ان راه استغنی» و همه فسادها و شهوت‌ها از سیری خیزد. پس پیوسته نفس را گرسنه دارند تا به طاعت منقاد باشد و ایشان را فضولی دیگر به او نیاید. (مستملی بخاری، ۱۳۶۳: ۵۷).

هجویری پس از ارائه تعریفی درخصوص جوع، به بررسی جریان این پدیده از دیدگاه علمی نفسی پرداخته است. از نظر او «دل» موضع نظر خداست و عقل و هوی بر درگاه ورودی دل انسان قرار دارند، روح یاریگر عقل و نفس یاری‌کننده هوی است. هر چه انسان بیشتر غذا تناول کند، نفس قوی‌تر و غلوات آن در اعضا پراکنده شده، حجاب‌های مختلف در انسان پدیدار می‌گردد. حال آن‌که اگر طالب، اغذیه را از خود بازگیرد، هوای نفس ضعیف و عقل قوی‌تر می‌شود. وی برای اثبات مدعای خود روایتی از ابوالعباس قصاب نقل کرد که گفت: «طاعت و معصیت من در دو گروه بسته است: چون بخورم مایه همه معاصی اندر خود بیابم، چون دست از آن بدارم اصل همه طاعت از خود بیابم» (هجویری، ۱۳۸۴: ۴۷۷).

بایزید بسطامی می‌گوید «اگر فرعون گرسنه بودی هرگز انا ربکم الاعلی نگفتی و اگر قارون گرسنه بودی، هرگز یاغی نشده بودی و...». (محمدی، ۱۳۷۹: ۱۰۵)

امام محمد غزالی در کیمیای سعادت به نحو مبسوط‌تر و منظم‌تری بحث جوع را مطرح می‌کند. وی در باب مهلکات خود، معده را اصل همه شرارت‌ها و حوض تن دانسته که رگ‌ها مثل جوی‌ها از معده به هفت اندام بدن روان‌اند. منبع همه شهوت‌ها معده است؛ زیرا چون معده سیر شد، شهوت نکاح می‌جنبد و برای قیام به ارضای شهوت چاره‌ای جز توجه به شهوت مال نیست و مال به جاه به خصومت با خلق و بعد کبر و تعصب و عداوت و حسد و... (غزالی، ۱۳۸۳: ۴۵۱)

از نظر مولانا سیری و پرخوری را مفاسد بسیار است از جمله باعث زیاده‌شدن شهوات، خاصه شهوت جنسی و افراط در آن می‌شود و همین امور راه سالک را در طریقت سد می‌کند.

شهوة از خوردن بود کم‌کن ز خور	یا نکاحی کن گریزان شود ز شر
چون بخوردی می‌کشد سوی حرم	دخول را خرجی بیابد لاجرم
چون حریص خوردنی زان خواه زود	ورنه آمد گربه و دنبه ربود
فعل آتش را نمی‌دانی تو برد	گرد آتش با چنین دانش مگرد

(مولوی، دفتر پنجم: ۸۸)

صافی و رقت قلب و تأثیر مناجات بر آن

از نظر عرفا همچنين سیری باعث کوردلی و کندفهمی می‌شود، و دلی که کور باشد، رقتی نیز

بررسی مفهوم جوع از نگاه عرفا از ابتدا تا قرن هفتم / ۳۴۳

ندارد و از سنگ‌دلی ذکر و مناجات بر آن اثر نمی‌کند. گرسنگی همچنین باعث صاف شدن دل می‌گردد: دلی که صاف باشد، رقیق می‌شود چنانکه لذت ذکر و مناجات بر آن اثر می‌کند و محل تجلی صفات خداوندی می‌شود.

«گرسنگی دل را صافی و روشن گرداند، و سیری مرد را کوردل و کند اندیشه کند، و بخاری که از وی به دماغ شود مرد را کالیو کند تا اندیشه بشولیده شود... دل رقیق شود، چنانکه لذت ذکر و مناجات بیابد و از سیری، قسوت و سختی دل خیزد تا هر ذکر که همی‌کند بر سر زبان باشد و اندرون نشود.» (غزالی، ۱۳۸۳: ۴۹۸-۳۸۵).

بستن راه نفوذ شیطان و بازشدن راه آسمان

از نظر برخی از عرفا، مثل عین‌القضات همدانی، یکی از مهم‌ترین راه‌های تسلط شیطان بر انسان غلیان شهوت شکم است، اگر این شهوت کنترل گردد، راه نفوذ شیطان نیز بسته شده و راه‌های آسمان بازگردد:

و چون کسی بحثی شافی بکند، بداند که این همه چیزها از آن محبوب است که آدمی را شهوت البطن است. اگر شهوت بطن نبودی، هرگز حب دنیا تصور نداشتی، هرگز آدم گندم نخوردی، از بهشت عدن او را دور نکردندی و آدمی را از بهشت هیچ مانعی نیست در دنیا الا شکم. و فرزند آدم اگر خود را نگاه داشتی از شهوات، به بهشت رسیدی، چه مانع از بهشت جز گندم خوردن نیست... ای دوست، اگر از شهوت بطن خلاص یابی بهشت یافتی. از مصطفی صلعم - بشنو: لولان الشیاطین یحومون علی قلوب بنی آدم لنظرو الی ملکوت السماوات و الارض. از دست شیاطین جز به جوع خلاص نتوان یافت. چنانکه مصطفی - صلعم - گفت: ان الشیطان یجری من ابن آدم مجری الدم فضیقوا مجاریه بالجوع: جوع راه شیطان به جوع بسته شد، درهای آسمان گشاده شود و بهشت آسمان است (عین‌القضات همدانی، ۱۳۶۲: ۲۹۹ و ۳۰۰).

پرداختن به امور مهم‌تر و ضروری‌تر زندگی

نگاهی کوتاه به فرآیند تهیه و تولید یک ماده غذایی تا جایی که قابل خوردن باشد نشان می‌دهد که هر انسانی سهم زیادی از انرژی و نیروی خود را صرف تولید و تهیه مواد غذایی می‌کند، در جایی که کسی که بتواند از نیرویی چون گرسنگی کمک بگیرد، این زمان و انرژی را صرف امور مهم‌تری چون کسب علم و انجام اعمال صالح کند.

عطار در کتاب تذکره الاولیای خود از زبان ابوسلیمان دارانی شش چیز را از معایب خوردن می‌شمرد که یکی از آنها را کم‌شدن حافظه برای حفظ و به یاد داشتن حکمت و روزگار گذراندن

در مزابل معرفی می‌کند:

ابوسلیمان دارانی گفت هر که سیر خورد شش چیز به وی درآید: عبادت را حلاوت نیابد، و حفظ وی در یادداشت حکمت کم شود، و از شفقت بر خلق محروم ماند که پندارد که همه جهانیان سیراند، و عبادت بر وی گران شود و شهوات بر وی زیادت گردند، و همه مؤمنان گرد مساجد گردند و او گرد مزابل گردد (عطار، ج ۱: ۱۲۴).

تن درستی

یکی دیگر از برکات جوع، حفظ سلامت و تن‌درستی انسان‌هاست، انسان‌ها از ابتدا گیاه خوار بوده‌اند و به جز تعداد محدودی از غذاها قادر به خوردن چیزهای دیگر نبودند، مسلماً بدن انسان امکان سازگاری به آن ساختار را دارد، خوردن بیش از حد، باعث برهم خوردن تعادل جسمی انسان‌ها می‌شود. در جایی که جوع باعث حفظ سلامتی او می‌شود. ذوالنون مصری گفت: صحت بدن در کم‌خوردن است» (عطار، ج ۱: ۱۲۴).

دستیابی به درجات خاص عرفانی

و اما از دیگر مزایای رعایت جوع، رسیدن سالک به حق تعالی و دستیابی او به درجات خاص عرفانی است؛ در واقع هدف اصلی همه عرفا از تأکید بر جوع فقط یک موضوع است و آن هم کمک به سالک در واصل شدن به خداوند و دستیابی به درجات خاص عرفانی. مولانا در این خصوص می‌گوید: جوع و کم‌خوری علت گشاده‌شدن درهای حکمت بر روی سالک می‌گردد، و باب معرفت را بر او گشاده می‌دارد از این جهت است که گفته‌اند جوع رزق خاصان است و چون سالک از جوع و برکات آن برخوردار شود و به درجه خاصان رسد، گرسنگی او را عادت شود، سیری و گرسنگی برایش یکسان گردد و دیگر حاجتی بر ریاضت کشیدن و جوع پیدا نمی‌کند، چه در این مقام هرچه خورد و هر لقمه‌ای که بر دهان نهد اثرش در جان پاک او ازدیاد معرفت و حکمت است.

گر تو این انبان ز نان خالی کنی	پر ز گوهرهای اجلالی کنی
طفل جان از شیر شیطان باز کن	بعد از آنش با ملک انباز کن
تا تو تاریک و ملول و تیره‌ای	دانکه با دیو لعین همشیره‌ای
	(مولوی، دفتر پنجم: ۱۰۱)
تو نه‌ای زان نازینان عزیز	که ترا دارند بی‌جوز و مویر

جوع رزق جان خاصان خداست کی زیون همچو تو گیج گداست
باش فارغ تو از آنها نیستی که در این مطبخ تو بی‌نان بیستی
(مولوی، دفتر پنجم: ۱۸۲)

آداب جوع

در حین تعریف جوع و بررسی علل ضرورت آن به بسیاری از آداب و شرایط جوع نیز اشاره شد، ولی بسیاری از مطالب نیز ناگفته ماند، در این قسمت به صورت کامل به شرح و توضیح آداب و شرایط جوع می‌پردازیم، به همین دلیل ممکن است برخی مباحث در بخش‌های دیگر تکرار شده باشد.

منظور از جوع گرسنگی اختیاری برای رضای خداوند است، نه گرسنگی که بر اثر شرایط اجتماعی یا بر اثر بخل باشد و شرط اولیه پذیرش جوع همین است.

گفته‌اند که مریدی بر شیخ خود وارد شد و طعام پیش او نهاد و بخورد. شیخ او را گفت چند روزست تا چیزی نخورده‌ای؟ گفت پنج روز است. او را گفت که تو هنوز به جوع فقر نرسیده‌ای بلکه گرسنگی تو گرسنگی بخل است چه جامه داشتی و گرسنگی بردی (سراج، ۱۳۸۲: ۲۰۲)

حد جوع نیز به بیان‌های گوناگون آمده است. برخی حد اولیه جوع را از نظر زمانی، یک شبانه روز و حداکثر آن را سه شبانه روز دانسته‌اند. برخی نیز حد جوع را برحسب کیفیت گرسنگی تعیین کرده و گفته‌اند حد جوع آن است که نفس انسان در کنار نان، خورش طلب نکند یا میان نان و خوراکی دیگر (لذیذتر از نان) تمیز و تفاوت قائل نشود و اگر چنین نباشد، شخص واقعاً گرسنه (جایع) نیست (مکی، ۱۹۹۵: ۳۲۰). از جهتی دیگر، حد جوع تا جایی است که حیات و عقل شخص زایل نشود و قوت او به حدی باشد که بتواند فرائض و عبادات خویش را به‌جا آورد ولو نماز را نشسته بخواند (مکی، ۱۹۹۵: ۳۲۰)، (غزالی، ۱۴۲۱: ۲۲۳)، (ابن عربی، ۱۳۶۷: ۱۶). به این ترتیب، حد جوع، با توجه به اختلاف احوال انسانها، متفاوت است.

در کنار این موارد، روایت‌های سخت‌گیرانه‌تری درباره جوع از برخی صوفیان نقل شده است (مکی، ۱۹۹۵: ۳۲۳)، (قشیری، ۱۴۰۸: ۱۴۱-۱۴۲)، (غزالی، ۱۴۱۲: ۲۱۶). سهل تستری، گاه تا بیست روز چیزی نمی‌خورده و در ماه رمضان تن‌ها با آب افطار می‌کرده است (قشیری، ۱۴۰۸: ۱۴۱-۱۴۲)، (غزالی، ۱۴۱۲: ۲۱۶) هجویری نیز گفته است برخی محققان برآن‌اند که جوع راستین، هر چهل روز یک بار خوردن است (هجویری، ۱۳۵۸: ۴۲۱). از نظر ابن عربی، جوع «حلیه اهل‌الله» و یکی از مرگ‌های چهارگانه، یعنی مرگ سفید (موت ابیض) است و حد آن به اندازه روزه یک روز

یا حداکثر تا هنگام سحر روز بعد است. این جوع، مشروع و اختیاری است و به اعتقاد او، بیرون از این حد، مشروع نیست. اگر خدا حد جوع را این‌گونه مشخص کرده، نهایت بی‌ادبی است که انسان گمان کند به فواید و مصالح آن از خدا داناتر است و بیرون از حد به دنبال جوع باشد، اما اگر حال و واردی قلبی به نحوی مانع طعام خوردن انسان شود و نتیجه نیکویی در پی داشته باشد، چنین جوعی مطلوب است و گر نه نوعی بیماری است که باید درمان شود (ابن عربی، ۱۴۱۰: ۶۳۷ تا ۶۳۹).

حدود این فریضه عرفانی را نیز مثل بسیاری دیگر شرایط سیر و سلوک، شیخ یا پیر تعیین می‌کند و سالک به خصوص اگر مبتدی باشد حق ندارد بدون اختیار کار کند. «بدان‌که پنجمین شرط سلوک جوع است. و کم خوردن در حق هر کسی بر تفاوت باشد و این به نظر شیخ تعلق دارد تا هر کس را چه مقدار فرماید (نسفی، ۱۳۴۴: ۱۰۴).

این گرسنگی برای هر کدام از افراد نیز به معنایی است:

یحیی بن معاذ می‌گوید: «گرسنگی مریدان را ریاضت بود، و تائبان را تجربت بود، و زاهدان را سیاست، و عارفان را مکرمت بود (قشیری، ۱۴۰۸: ۲۱۳ و عطار، ۱۳۹۲: ۳۰۵).

یکی دیگر از ادابی که عرفا در هنگام جوع به آن توجه داشته‌اند، شرط پذیرش جوع بوده است. آنان کسی را جائع واقعی و حقیقی می‌دانستند که به حدی از تعالی رسیده باشد که هنگام جوع احساس گرسنگی نکند که البته این مرتبه بزرگان بوده است.

شیخی از مشایخ از مرید خود شنید که می‌گفت گرسنه‌ام، او را گفت دروغ می‌گویی، گفت چرا؟ گفت زیرا که جوع سری از اسرار خدای تعالی و خزینه‌ای از خزائن اوست، به آن کس که در گرسنگی اظهار جوع کند عطا نفرماید. و (سراج، ۱۳۸۴: ۲۰۲)

به حقیقت آن که اندر جوع مضطر بود، جایع نبود از آنچه طالب اکل باطل بود. پس آن‌که او را درجه جوع بود تارک اکل بود نه از اکل ممنوع بود و آن‌که اندر حال وجود اکل به ترک آن بگوید و بار و رنج آن بکشد وی جایع باشد و قید شیطان وی به جز گرسنگی نباشد و حبس هوای نفس جز به گرسنگی نباشد (هجویری، ۱۳۸۴: ۴۱۹).

یکی دیگر از مسائلی که عرفا در جوع و تحمل گرسنگی به آن توجه داشته‌اند، عدم ترک یک‌باره غذا بوده است، برخی از آن‌ها چون غزالی در ترک غذا به تدریجی بودن این کار اشاره کرده‌اند:

«نشاید که به یک‌بار از بسیار خوردن به اندک خوردن شود که طاقت آن ندارد و زیان کار بود، بلکه به تدریج باید، مثلاً چون یک نان از طعام کمتر خواهد کرد، یک روز باید یک لقمه کمتر کند، دیگر روز دو لقمه و سیم روز سه لقمه، تا در مدت یک ماه از نانی دست بردارد، چون چنین کند

آسان بود و از آن نقصان نبیدن و طبع بر آن راست بایستند. (غزالی، ۱۳۸۳: ۴۵۱)

در عین حال نباید تصور کرد نفس جوع برای آن‌ها ارزش ذاتی داشته است. صاحب‌اللمع با نقل روایتی از سهل بن عبدالله - فردی که بیست روز و اندی غذا نمی‌خورد! این ادعا را اثبات می‌کند. سهل می‌گوید: «چون سیر شدید، در پی گرسنگی باشد و چون گرسنه شدید، در پی سیری، و گرنه به سرکشی دچار می‌شوید» (سراج، ۱۳۸۲: ۲۳۸).

نظیر همین معنا را در کلام هجویری، کسی که با ادله‌های کلامی و قرآنی و روایی درصدد تثبیت مفهوم «جوع» بود به نحو کامل‌تر و دقیق‌تری می‌توان یافت. وی معتقد است گرسنگی نباید مطلوب سالک باشد، چراکه هدف انسان «مشاهدت» است و اگر با سیری بتوان به این هدف رسید باید گرسنگی را رها کرد. پس سیری با مشاهدت، بهتر از گرسنگی با مجاهدت: «از آنچه مشاهدت معرکه گاه مردان است و مجاهدت ملاعب صبیان (هجویری، ۱۳۸۴: ۴۸۷).

موضوع دیگری که صوفیان در شرایط جوع به آن توجه داشته‌اند، جنس طعام بوده است چراکه طالب، مجاز به خوردن همه خوراکی‌ها، هرچند حلال نیست، به تبعیت از سیره نبی اکرم (ص) و صحابه بزرگوارشان. این مسأله نیز به جهت تأدیب نفس است.

آنان در مورد لقمه حلال و به دست آوردن روزی و رزقی که حلال باشد نیز سخت دقت می‌کرده‌اند. مولانا در این باره می‌گوید لقمه وقتی حلال است که در وجود آدمی حکمت افزایش، و خودبینی و کینه و دشمنی با خلق را از صفحه دل بزدايد، و کم‌زنی و محبت و نیک‌اندیشی آورد، پس لقمه و طعامی را باید حرام شمرد که اثرش در وجود عکس آنچه گفته شد شود، و نتیجه‌اش گمراهی و ضلالت گردد، و سالک را از راه بازدارد و به نقص و کم و کاستی و سیر قهپهرایی اندازد. افلاکی در این مورد از قول مولانا آورده است: «فرمود که نظر در لقمه حلال و کسب حلال نباید کردن که اصل آن دخل و خرج است تا در چه خرج شود، بسیار لقمه حلال باشد که جز کسل و دغل و فشل بار نیارد، لقمه‌ای که در تو شوق و ذوق افزایش و رغبت بدان عالم نماید و میل به طریقه انبیا و اولیا رو یابد بدان حلال است.

آن بود آورده از کسب حلال	لقمه‌ای کو نور افزود و کمال
جهل و غفلت زاید آن را دان حرام	چون ز لقمه تو حسد بینی و دام
عشق و رقت آید از لقمه حلال	علم و حکمت زاید از لقمه حلال
لقمه بحر و گوهرش اندیشه‌ها	لقمه تخم است و برش اندیشه‌ها

زایید از لقمه حلال اندر روان میل خدمت عزم رفتن آن جهان
(مولانا، دفتر یکم: ص ۱۰۱)

باز فرمود که لقمه را چندان که توانی بخور، اما نگاهدار تا خود را در امور دنیا خرج نکنی، البته
جهد کن که در راه حکمت و استماع کلام اولیا و انبیا صرف شود و الا لقمه ترا خورده باشد،
چنانکه حضرت مصطفی (ص) در شأن امیرالمومنین عمر فرموده است «کلو مثل اکل عمر، فانه یاکل
اکل الرجال و یعمل عمل الرجال» بعد از آن فرمود:

چونکه لقمه می‌شود در تو گهر تن مزن چندان که بتوانی بخور
چونکه در معده شود پاکت پلید قفل نه بر خلق و پنهان کن کلید
هر که در وی لقمه شد نور جلال هر چه خواهد تا خورد او را حلال
(مولانا، دفتر دوم: ۴۴۷)

نتیجه‌گیری

جوع در معنای گرسنگی یکی از ارکان ریاضت و شرایط سیر و سلوک عرفانی است، که به دلیل
ریشه گرفتن آن از روزه به عنوان فریضه واجب همگانی در اسلام و دیگر آیین‌ها، بیش از هر عمل
خاص دیگری مورد پذیرش همگان و مورد تأیید کلیه فرقه‌های صوفیانه و عارفانه بوده است.
در تعریف جوع عرفا به سه دسته تقسیم می‌شوند، تعدادی از عرفا که راه افراط در پیش گرفته و
بر تحمل گرسنگی‌های طولانی مدت و پی در پی تأکید دارند، برخی دیگر اعتقاد به اعتدال و
میانه‌روی داشته و بر خوردن در حد نیاز اصرار دارند و سوم کسانی که آن را برابر با روزه دانسته و
معتقدند که نباید چیزی بر آن افزوده یا کم شود.

عرفا برای جوع نیز مانند دیگر ارکان سیر و سلوک شرایطی را در نظر دارند که عبارتند:

- انتخاب اختیاری گرسنگی و خلوص نیت در این زمینه
- ترک تدریجی و مرحله به مرحله خوردن و نه ترک یک باره و دفعی آن
- تعیین حدود و شرایط جوع بر اساس نظر شیخ و پیر کامل
- حدود جوع نیز از سه روز تا چهل روز متفاوت است بسته به طاقت شخص و درجه روحی و
روانی او دارد.

- جائق واقعی و حقیقی کسی است که در جوع احساس گرسنگی نکند و چون این احساس
داشته باشد هنوز به مرتبه جائق نرسیده باشد.

- نکته دیگر این که نباید تصور کرد نفس جوع برای آن‌ها ارزش ذاتی داشته است، چراکه هدف

انسان «مشاهدت» است و اگر با سیری بتوان به این هدف رسید باید گرسنگی را رها کرد.
- موضوع دیگری که صوفیان در شرایط جوع به آن توجه داشته‌اند، جنس طعام بوده است چراکه طالب، مجاز به خوردن همه خوراکی‌ها، هرچند حلال نیست، به تبعیت از سیره نبی اکرم (ص) و صحابه بزرگوارشان.

- همچنین در خوردن باید به حلال و حرام بودن لقمه توجه کرد، لقمه حلال لقمه‌ای است که در سالک باعث محبت و نیک‌اندیشی شود و لقمه حرام لقمه‌ای است که باعث خودبینی و کینه گردد.

در هر صورت عرفا پرخوری را مذموم و مهلک و جوع را نجات‌دهنده معرفی می‌کردند. از نظر آنان جوع باعث صفای دل، نفوذ بصیرت و پرورش قریحه و برعکس پرخوری باعث بالادت و کوردلی می‌گردید. بیشتر تأکید عرفا بر جوع، برای مبارزه با هوای نفس و جلوگیری از غفلت بود چراکه معتقد بودند سیری و در رفاه بودن باعث طغیان انسان‌ها می‌شود. از نظر آنان جوع باعث حفظ سلامت بدن و رسیدگی انسان به موضوعات مهم‌تر زندگی بود. در عین باید این کم‌خوری بدون روی و ریا و صرفاً برای رضایت حق تعالی رعایت می‌شد. در واقع هدف اصلی آنان از تأکید بر این موضوع کمک به سالک برای رسیدن به حق تعالی و درجات خاص عرفانی بود.

منابع و مأخذ:

- ۱- ابن جوزی، عبدالرحمن، (بی تا)، تلیس ابلیس، بیروت: مؤسسه الکتب الثقافیه.
- ۲- ابن عربی، محی الدین، الفتوحات المکیه، چاپ عثمان یحیی، قاهره.
- ۳- ابن فارس، احمد بن زکریا، (۱۴۰۴)، معجم مقاییس اللغه، قم: مکتب الاعلام الاسلامی.
- ۴- انوری، حسن، (۱۳۸۱)، فرهنگ بزرگ سخن، ذیل واژه، تهران: سخن.
- ۵- بروجردی، سید ابراهیم، (۱۳۴۱)، تفسیر جامع، تهران: صدر.
- ۶- بکایی، محمدحسن، (۱۴۰۷)، الدلیل الی فقه اللغه و سرالعربیہ للثعالی، ج ۱، مشهد.
- ۷- بلاغی، سید عبدالحجت، (۱۳۸۶)، حجه التفاسیر و بلاغ الاکسیر، قم: حکمت.
- ۸- بیهقی، احمد بن علی، (۱۳۷۵)، تاج المصادر، ج ۱، تهران: چاپ هادی عالمزاده.
- ۹- جرجانی، ابوالمحاسن الحسین بن الحسن، (۱۳۳۷)، تفسیر گازر، تهران: دانشگاه تهران.
- ۱۰- جوهری، اسماعیل بن حماد، (۱۳۸۶)، الصحاح تاج اللغه و صحاح العربیه، بیروت: چاپ افست.
- ۱۱- حسینی شاه عبدالعظیمی، (۱۳۶۳)، تفسیر اثنی عشری، تهران: میقات.
- ۱۲- رازی، ابوالفتح، (۱۳۷۴)، روض الجنان و روح الجنان، مشهد: بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی.
- ۱۳- سراج، ابونصر، (۱۹۱۴)، اللمع فی التصوف، ج ۱، تهران: چاپ رینولد الن نیکلسون.
- ۱۴- شبیانی، محمد بن حسن، (۱۴۱۳)، نهج البیان عن کشف معانی القرآن، تهران: بنیاد دایره المعارف اسلامی.
- ۱۵- طباطبایی، سید محمدحسین، (۱۳۷۴)، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه: سید محمد باقر موسوی همدانی، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
- ۱۶- طیب، سید عبدالحسین، (۱۳۶۶)، الطیب البیان فی تفسیر القرآن، ج ۳، تهران: انتشارات اسلام.
- ۱۷- عطار، محمد نیشابوری، (۱۳۹۲)، تذکره الاولیاء، تصحیح: محمد استعلامی، تهران: سخن.
- ۱۸- غزالی، محمد بن محمد، (۱۹۹۲)، احیاء علوم الدین، ج ۳، بیروت.
- ۱۹- غزالی، محمد به محمد، (۱۳۸۳)، کیمیای سعادت، به کوشش: حسین خدیو جم، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- ۲۰- فیروزآباد، محمد بن یعقوب، (۱۹۹۱)، القاموس المحیط، ذیل واژه، بیروت.
- ۲۱- قشیری، عبدالکریم بن هوازن، (۱۹۸۸)، رساله قشیری، ج ۱، بیروت: چاپ معروف زریق و علی عبدالحمید بلطه جی.
- ۲۲- مجلسی، محمدباقر، (۱۴۰۳)، بحارالانوار لدرر اخبار الائمه الاطهار، بیروت: موسسه الوفاء.
- ۲۳- مکی، ابوطالب، (۱۹۹۵)، قوت القلوب، ج ۲، بیروت: چاپ سعید نسیم مکارم.
- ۲۴- نوری، میرزا حسین، (۱۴۰۸)، مستدرک وسائل الشیعه، قم: موسسه آل البیت (ع).
- ۲۵- مولانا، جلال الدین محمد، (۱۳۹۰)، فیہ ما فیہ، تصحیح: کریم زمانی، تهران: انتشارات معین.
- ۲۶- _____، (۱۳۸۰)، مثنوی معنوی، تصحیح: محمدرضا برزگر خالقی، تهران: زوار.

۲۷- مستملی بخاری، اسماعیل بن محمد، (۱۳۶۳)، شرح التعرف لمذهب التصوف، ج ۱، تهران: انتشارات اساطیر.

۲۸- نسفی، عزیزالدین بن محمد، (۱۳۴۱)، انسان کامل، ج ۱، تهران: چاپ ماریژان موله.

۲۹- نسفی، ابolfحص نجم‌الدین محمد، (۱۳۹۱)، تفسیر نسفی، چ سوم، تهران: انتشارات سروش.

۳۰- نفیسی، سعید، (۱۳۵۵)، فرهنگ نفیسی، تهران: انتشارات سروش.

۳۱- هجویری، علی بن عثمان، (۱۳۵۸)، کشف المحجوب، ج ۱، تهران: چاپ وژو کوفسکی لنینگراد.

Investigating the Gnostic Concepts of God from the Beginning to the Seventh Century

Hasan Shabaniazad, Persian Language and Literature Dept., Islamic Azad University, Gachsaran Branch, Gachsaran, Iran¹

Abstract:

"Joya" is one of our moral and mystical profiles, which has always been considered in two areas of educational literature and mystical literature. All the differences between Sophia in the necessity of 'Joya' are one of the essential pillars of paths. In the meaning of existential, a group of "jhāa" means "as much as eating" and a group it is equivalent to "fasting," and some also mean it to the "barrier of joy" (do not eat unless necessary). The Qur'an is a tool for testing the patient. Considering the fact that this issue is mentioned in the Qur'anic verses and the words of the elders of religion; from ancient times, mystics have considered Jayalah as moral virtue and they have addressed this issue in their works. The findings of the research indicate that all the mystics have considered Jayal as a means of approaching the divine, and therefore they are of importance. Otherwise, hunger alone does not have any value to them, but it is a prelude to Divine Implication and as a consequence of observing it rightly. In fact, their main purpose was to help the seeker to achieve the right to excellence and certain mystical degrees. Considering the importance of the diverse view of the mystics and their particular attitude towards this issue, the present article seeks to examine the mystic view from the beginning to the 7th century AH on this issue and discuss the ways of sharing and differentiating their views.

Keywords: Joya, Hunger, Sufism, Fasting.

¹ hasan.shabaniazad@gmail.com