

# روزه از منظر عرفای اسلامی



راهب عارفی میناآباد (مذهب: شافعی - استان گیلان)<sup>۱</sup>

## چکیده

اگر چه عرفای مسلمان به تلاوت قرآن، ذکر، شبزنده‌داری، نماز و انواع نوافل توجه ویژه‌ای نشان داده‌اند. اما عبادت روزه‌داری و تحمل تشنگی و گرسنگی، به عنوان یکی از عبادت‌هایی که در تزکیه و تصفیه روح و جسم سالک نقش مهمی ایفا می‌کند، جایگاه والایی پیدا کرده است.

این مقاله بر آن است تا با بررسی مفاهیم عمیق روزه از منظر عرفای مسلمان، این عبادت را صرفاً به عنوان یک عبادت واجب فقهی با رعایت اصول ظاهری آن نپنداشته، بلکه به روح و معنویت و حقیقت روزه که عامل تزکیه و پالایش روح و روان انسان سالک از تمامی آلودگی‌ها و تخلق به صفات الهی است پنداشته و به مقایسه عبادت عاشقانه در مقابل عبادت رسمی و زاهدانه بپردازد.

واژگان کلیدی: روزه، عارف، عرفان، اسلام، تهذیب، عبادت

## مقدمه

روزه عبادتی است که در همه شرایع پیشین سابقه داشته است حتی قبایل بدوی نیز جهت پاک کردن گناهان و راندن شیاطین از خود یا برای به دست آوردن خشنودی خدایان، روزه می‌گرفتند. اعراب جاهلی نیز نوعی روزه و امساک را به عنوان عبادت و تنزه باور داشته‌اند.<sup>۲</sup> روزه در قرآن کریم به لفظ «صوم» و «صیام» آمده است. عرفای مسلمان با الهام از مأثورات دینی، روزه را زکات بدن دانسته‌اند و در فضیلت آن گفته‌اند که آدمی با روزه، خوی و خصلت فرشتگان می‌یابد، زیرا از طعام‌های ظاهری، خویشتن را باز می‌دارد و به طعام ذکر و تسبیح و تهلیل می‌گراید.<sup>۳</sup>

شیخ (ابوحفص) شهاب‌الدین سهروردی، بنیان‌گذار مکتب عرفانی سهروردیه، در اثر معروفش «عوارف‌المعارف» در بیان فضیلت روزه ضمن اشاره به حدیث نورانی حضرت رسول اکرم (ص) که فرمود: «الْصَّوْمُ نَصْفُ الصَّبْرِ وَ الصَّبْرُ نَصْفُ الْإِيمَانِ»<sup>۴</sup> می‌گوید: شیخ (ه)





جملگی ایمان حاصل کرده از بهر آنکه ایمان دو نصف است، نصفی صبر و نصفی شکر، و روزه‌دار هر دو جمع کرد.<sup>۷</sup>

این مقاله بر آن است تا به این پرسش‌ها پاسخ دهد که:

- آیا عرفای اسلامی تنها به ظاهر عبادت روزه مشغول بوده‌اند یا پا را فراتر گذاشته به مفاهیم عمیق معنوی روزه و درک حقایق عرفانی آن جهت تزکیه و پالایش وجود و ترقی مقام معنوی سالک، همت خود را معطوف می‌داشته‌اند؟
- آیا عرفای اسلامی روزه را عاملی برای

گفت: هر عمل که بنی آدم کند، به رد مظالم برود الا روزه، که خدای تعالی می‌فرماید که: «الصَّوْمُ لِي وَ أَنَا أُجْزَى بِهِ»<sup>۸</sup> یعنی روزه از آن

من است و من پاداش روزه‌ام؛ و بعضی گفته‌اند از بهر آن حق تعالی اضافت روزه با خود کرده است که، روزه‌دار به زینت اخلاق الصمدی، خود را آراسته گردانیده بود.<sup>۹</sup>

از منظر عرفای اسلامی، روزه، دارای باطنی و حقیقتی است که از چشم همگان پوشیده است و همو گوید: این اضافت از بهر آن است که روزه از اعمال پنهان است که هیچ کس را بدان اطلاع نباشد و هر کس که به روزه باشد





تخلق به صفات الهی و نائل شدن به کمال قرب به ساحت کبریائی و عروج به عرش الهی می‌دانند؟

به نظر می‌رسد عرفای اسلامی عبادت عاشقانه و غور در ژرفای حقیقت عبادت که همان معنویت و تشرف به مقام خلیفة الهی و متخلق شدن به صفات الهی است، منظور نظر داشته‌اند و عبادت روزه را بهترین نوع عبادت برای تزکیه و تهذیب سالک می‌دانند. در این مقاله برآنیم با مذاقه و غور در اندیشه‌ها و نظرات عرفای اسلامی ضمن پاسخ به سؤالات فوق به اثبات نظریه‌های مطرح شده بپردازیم؛ از این رو لازم می‌نماید: برخی موارد اساسی از جمله مفهوم لغوی و اصطلاحی روزه، پایه‌های اساسی دین اسلام، وجوب روزه در قرآن و دیگر کتب آسمانی، مقام روزه در احادیث شریف؛ جایگاه گرسنگی نزد صوفیه و در نهایت روزه از منظر عارفان مسلمان مورد بررسی قرار گیرد.

### مفهوم روزه (صوم)

صوم به فتح اول، در لفظ به معنی باز ایستادن از خوردن و روزه داشتن است<sup>۸</sup> و در شرع عبارت از امساک مخصوص، و آن امساک از اکل و شرب و جماع است از صبح تا مغرب با نیت خاص<sup>۹</sup>.

در «مجمع السلوک» آمده است: «صوم را سه مرتبه است صوم عوام که عبارت است از ترک اکل و شرب و جماع، و صوم خواص که

عبارت است از بازداشتن سمع و بصر و دست و پای و سایر اعضا از گناهان تا از هیچ عضوی گناهی نیاید و صوم اخص الخواص عبارت است از باز داشتن دل از همم دنییه و اذکار دنیوی و جمیع ماسوی الله تعالی»<sup>۱۰</sup>.

### روزه یکی از بنیان‌های دین اسلام

بر اساس احادیث روایت شده از حضرت رسول اکرم (ص) که در کتب روایی اهل سنت و دیگر فرق اسلامی هم به چشم می‌آید، یکی از پایه‌های اساسی دین اسلام روزه است، از این روی پیامبر مکرم اسلام (ص) فرموده است:

«بَنَى الْإِسْلَامَ عَلَى خَمْسٍ شَهَادَةِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَ أَنَّ مُحَمَّدًا (ص) عَبْدُهُ وَ رَسُولُهُ وَ إِقَامِ الصَّلَاةِ وَ إِيْتَاءِ الزَّكَاةِ وَ حِجِّ الْبَيْتِ وَ صِيَامِ شَهْرِ رَمَضَانَ

اسلام بر پنج رکن استوار است: ۱. شهادت (یعنی گواهی به وجود وحدانیت خداوند و گواهی به اینکه حضرت محمد بنده و پیامبر خدا است) ۲. برپاداشتن نماز ۳. پرداخت زکات ۴. حج خانه خدا ۵. روزه رمضان»<sup>۱۱</sup>.

بدین جهت عرفای اسلامی به روزه نه فقط در ماه مبارک رمضان بلکه در تمامی ایام سال و عمر خود توجهی ویژه داشته‌اند. تا جایی که برخی بیشتر ایام سال به جز ایام حرام (عید فطر و عید قربان) دایم الصوم بوده‌اند و برخی نیز طبق روایات صحیح از پیامبر اسلام (ص) در ایام خاص به روزه‌داری اهتمام ورزیده‌اند.

## وجوب روزه در قرآن

روزه در اسلام و دیگر ادیان الهی واجب بوده که این موضوع در آیات قرآن کریم کاملاً مشهود است.

خدا در قرآن خطاب به مؤمنان می‌فرماید: ای کسانی که ایمان آورده‌اید بر شما روزه رمضان فرض شده همان طوری که بر آنان که قبل از شما بوده‌اند فرض شده است امید است پرهیزگار باشید. ماه رمضان همان ماهی است که قرآن در آن نازل شده، قرآن هدایت دهنده و مرشد انسان است، با دلیل واضح مردم را ارشاد و حق را از باطل جدا می‌سازد. پس هر کس از شما ماه رمضان را درک کرده روزه رمضان بگیرد، هر کس از شما مریض شود و یا در مسافرت باشد پس از رفع کسالت و پایان مسافرت روزه بگیرد، خداوند به شما اراده آسایش و راحتی دارد، بار گران بر شما تحمیل نکرده، آنچه از ماه رمضان نتوانستید بگیرید پس از رفع موانع، قضا کنید، آن را تکمیل نمایید، خدا را بزرگ بشمارید، بر اینکه شما را به راه راست هدایت کرده است امید است شما از سپاسگزاران باشید.<sup>۱۲</sup>

## مقام روزه در احادیث شریف

روزه در احادیث حضرت رسول اکرم (ص) و ائمه دین دارای مقام ویژه‌ای است تا جایی که روزه واقعی و صحیح، تمام گناهان گذشته آدمی را پاک می‌کند گویی آدمی در اقیانوسی از آب زلال غوطه می‌خورد و وجودش را به

آب پاک غسل می‌دهد و از همه پلیدی‌ها پاک می‌شود. حضرت رسول اکرم (ص) در این خصوص می‌فرماید:

«مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَ اِحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ وَ مَنْ قَامَ لَيْلَةَ الْقَدْرِ إِيمَانًا وَ اِحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ»

کسی که از روی ایمان و عقیده کامل روزه رمضان را بگیرد گناهان گذشته‌اش بخشیده می‌شود، کسی که از روی ایمان و عقیده کامل در شب لیلة القدر شب‌زنده‌داری کند و نخوابد، خداوند گناهان گذشته‌اش را عفو می‌کند.<sup>۱۳</sup>

و در حدیثی دیگر رسول اکرم (ص) از زبان خداوند (حدیث قدسی) می‌فرماید: خداوند در برابر هر کار نیک بنی‌آدم از ده برابر تا هفتصد برابر به آن پاداش و جزا می‌دهد، جز رمضان، خداوند می‌فرماید: آن برای من است و من جزای آن را می‌دهم، زیرا بنده من شهوات نفسانی و خوردن طعام و آشامیدنی را به خاطر رضای من ترک و از آن دوری نموده است. روزه‌دار در دو وقت خوشحال خواهد شد یکی در هنگام افطار، دیگری در هنگامی که به حضور ذات حق می‌رسد. بوی دهان روزه‌دار نزد خدا از بوی مشک و گلاب بالاتر است. روزه رمضان سپر آتش جهنم است. هرگاه یکی از شما روزه گرفت از جماع و مقدمات آن دوری جوید و فحش و ناسزای بد و بی‌جا به دیگران نگوید، اگر کسی به او اهانت نمود یا فحش داد یا اقدام به جنگ و جدال نمود





گوید من انسانی روزه دارم در برابر تو نمی توانم چیزی بگویم.<sup>۱۴</sup>

و نیز می فرماید:

«إِذَا جَاءَ رَمَضَانُ فَتَحَتْ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ  
وَعَلِقَتْ أَبْوَابُ النَّارِ وَصَفَّدَتِ الشَّيَاطِينَ»

چون رمضان آید، درهای بهشت باز شده و درهای دوزخ بسته گشته و شیاطین به زنجیر کشیده می شوند.<sup>۱۵</sup>

حضرت علی<sup>(ع)</sup> قافله سالار ائمه دین و عرفای اسلامی در «نهج البلاغه» ضمن یادآوری ارزش و مقام روزه در خطبه ۱۱۰ می فرماید: برپاداشتن نماز آیین ملت اسلام، و پرداختن زکات تکلیف واجب الهی، و روزه ماه رمضان، سپری برابر عذاب الهی است، و حج و عمره، نابود کننده فقر و شستشو دهنده گناهان است.<sup>۱۶</sup>

آن حضرت در خطبه ۱۹۲ به فلسفه عبادات اسلامی اشاره کرده می فرماید: خداوند بندگان را با نماز و زکات و تلاش در روزه داری، حفظ کرده است، تا اعضا و جوارحشان آرام و دیدگانشان خاشع و جان و روانشان فروتن و دل هایشان متواضع باشد، کبر و خودپسندی از آنان رخت بریندد، چرا که در سجده، بهترین جای صورت را به خاک مالیدن، فروتنی آورد و با گذاردن اعضای پرارزش بدن بر زمین، اظهار کوچکی کرده است و روزه گرفتن و چسبیدن شکم به پشت، عامل فروتنی است و پرداخت زکات برای مصرف شدن میوه جات زمین و غیر آن، در جهت نیازمندی های فقرا و مستمندان است.<sup>۱۷</sup>

آن بزرگوار در حکمت ۱۳۶ نیز به فلسفه احکام الهی پرداخته، می فرماید: نماز موجب نزدیکی هر پارسایی به خداست، و حج جهاد هر ناتوان است. هر چیزی زکاتی دارد، و زکات تن، روزه و جهاد زن، نیکو شوهرداری است.<sup>۱۸</sup> سلطان العارفين حضرت علی<sup>(ع)</sup> در خصوص عبادت بی روح و بی حضور، در حکمت ۱۴۵۷ می فرماید: بسا روزه داری که بهره ای جز گرسنگی و تشنگی از روزه داری خود ندارد، و بسا شب زنده داری که از شب زنده داری چیزی جز رکوع و بی خوابی به دست نیورد! خوشا خواب زیرکان و افطارشان!<sup>۱۹</sup>

### روزه از منظر عارفان

عرفای اسلامی به روزه به عنوان یکی از ارکان اساسی اسلام نگریسته اند و با استناد به آیات شریفه قرآن و احادیث شریف نبوی و ائمه دین، روزه را بهترین عبادت و یکی از مهم ترین ریاضت ها برای تزکیه جسم و روح و تقرب به خداوند متعال و تخلق به صفات الهی دانسته اند. ابوطالب مکی گوید: «خداوند متعال فرموده است: «اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ»<sup>۲۰</sup> و در تفاسیر آمده است که صبر در این آیه به معنی صوم است، و رسول خدا<sup>(ص)</sup> ماه رمضان را «شهر الصبر» نامیده چه صبر، حبس نفس است از هوی و هوس و حبس نفس است به امر مولی و بعضی از علما گفته اند که غرض از استعانت به صبر در آیه مذکور زهد است در دنیا به وسیله روزه؛ چه روزه دار چون زاهد عابد

است و روزه مفتاح زهد است و باب عبادت مولی است چه روزه نفس را از شهوت طعام و شراب باز می‌دارد. رسول خدا (ص) فرمود: که خدای تعالی گفته است همه اعمال بنی آدم مربوطه به خود اوست جز روزه که از آن من است و من آن را جزا می‌دهم؛ و گفته‌اند هر عملی را جزایی است جز روزه را که جزای آن را هیچ کس نداند چه جزای آن بی حساب است».<sup>۲۱</sup>

همو چهار بار در روز غذا خوردن را کراهت دانسته است و گفته: «بر هیچ بنده‌ای مستحب نیست که در روز چهار بار غذا خورد چه چهار بار افطار در روز باعث قساوت دل و تغییر حال شود و مولد عادات و زیادت شهوت گردد. مستحب آن است که یک روز، در صوم باشد و روز دیگر افطار کند، تا دو روز، روزه دارد و دو روز، ندارد؛ و بهترین آن است که سه روز از اول و وسط و آخر هر ماه را روزه بگیرد؛ و کمترین آن است که روزهای اول و آخر هر ماه و ایام البیض (۱۳ و ۱۴ و ۱۵) آن ماه را روزه داشته باشد؛ و رسول خدا (ص) اغلب در ماه شعبان روزه می‌گرفت و آن را به رمضان وصل می‌فرمود و در خبر آمده است که بهترین روزه بعد از ماه رمضان، ماه محرم و نصف اول ماه شعبان است. اما صائم‌الدهر بودن یا روزه مدام گرفتن مکروه است و اخبار بسیار در کراهت آن آمده است؛ و پیغمبر پیوسته می‌فرمود که: بهترین روزه‌ها، روزه برادرم داوود (ع) بود که یک روز در میان روزه می‌گرفت».<sup>۲۲</sup>

## روزه خاصان

ابوطالب مکی همانند عرفای سلف خود برای روزه‌داران درجاتی قائل است و بالاترین درجه روزه‌داری را، روزه دل و تمام اعضا و جوارح انسان می‌داند و گفته است: «بدان که روزه در نزد عموم همان روزه قالب و تن است. اما در نزد خاصان مؤمن، روزه دل است و صوم قلب است از همم دنیا و افکار دنیوی، سپس روزه گوش و چشم و زبان است در تجاوز از حدود، و روزه دست و پاست از بطن و شتاب‌زدگی در اسباب نهی، و هر که بدین صورت روزه دارد، عبادت است و تنفس او تسبیح و خدای -عزوجل- استماع باطل و قول به گناه را با حرام‌خواری برابر دانسته است و حرام‌خواری از گناهان کبیره است، چنان که فرماید: «سَمَاعُونَ لِلْكَذِبِ أَكْأَلُونَ لِلسُّخْتِ»<sup>۲۳</sup>

«روزه خاصان؛ حفظ جوارح است چون چشم‌پوشی از اتساع و فراخی در زندگی، و نگه‌داشتن گوش از شنیدن آنچه گناه است یا از محرّمات است؛ و حفظ زبان از گفتن آنچه ناشایست است، و مراعات دل و قطع خاطر و افکار ناپسند و ترک تمنای آنچه بدان دسترسی نیست، و بازداشتن است از محرّمات و آنچه در کسب و کار حرام است، و حبس پای از شتاب در امری که نهی شده است. کسی که جوارح خود را چنین دارد، و از خورد و خوراک و نوشیدن بپرهیزد، در نزد خدای -عزوجل- از جمله روزه‌دارانی است که دارای فضیلت ایقان و حفظ حدودند. چه ذره‌ای تقوی از کوه عبادت،



برتر است و بهتر؛ و این روزه کسانی است که در کتاب خدا از اولی‌الالباب شمرده شده‌اند»<sup>۲۴</sup>. از منظر عرفا فضایل روزه، دوری از گناهان کبیره و صغیره و تقلیل در خوراک و نوشیدنی است تا روح و جسم سبک شوند و قابلیت عروج برای روح آدمی پیدا آید، نه تحمل تشنگی و گرسنگی: «از فضایل روزه تقلیل در خوراک و نوشیدنی است، و اگر روزه‌دار با کمی خرما و آب افطار کند بهتر است، چه از رسول خدا<sup>(ص)</sup>، روایت است که با جرعه‌ای آب و کمی شیر و اندکی خرما پیش از آنکه نماز گزارد افطار کند. دیگر از فضایل روزه آن است که روزه‌دار دروغ نگوید، و غیبت ننماید، و سعی در معصیت نداشته باشد؛ و از رسول خدا<sup>(ص)</sup> روایت کرده‌اند که پنج چیز روزه را بشکند: دروغ و غیبت و نَمَامی و قسم دروغ و نظر کردن به شهوت»<sup>۲۵</sup>. پس غرض از روزه، دوری از گناهان است نه تحمل تشنگی و گرسنگی و سختی‌های آن!

در شرح «تعرف» کلابادی، روزه از دیدار مردم پنهان شدن و به دیدار حق رفتن، با غیر حق سخن نگفتن و تنها با حق به راز و نیاز نشستن تعبیر شده و آمده است:

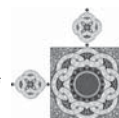
«معنی روزه، غایب گشتن است از دیدار خلق به دیدار حق، و به این، روزه سِرّ می‌خواهد نه روزه ظاهر. چه روزه در وضع لغت امساک است که چون ظاهر را از شهوت و مراد بازداری به حکم شریعت روزه‌دار باشی، و چون باطن را از هوای نفس و خلق بازداری روزه‌دار باشی به حقیقت؛ و نیز سِرّی است میان بنده و میان

حق و بر این حجت از قرآن است در قصه مریم که گفت: من با خدا نذر کرده‌ام که روزه دارم و با هیچ آدمی سخن نگویم؛ و روزه را خویش بازایستادن می‌دانست از صحبت خلق. روزه تنها ناخوردن نَبُود لکن ظاهر و باطن خویش روزه‌دار گردانیده بود؛ زبانش نیز روزه‌دار بود که از خلق بریده بود و به ذکر خدا مشغول گشته و دلیل، قول پیغمبر است<sup>(ص)</sup> که گوید: روزه سپری است. یعنی حجاب است از هر چه دون خداست. گروهی گفته‌اند که غرض از سپر، غیبت کردن و دروغ گفتن و محال اندیشیدن است. گروهی گفتند: سپر گردد از آتش دوزخ؛ و گروهی گفته‌اند سپر گردد دل بنده را از هر چه جز حق است تا ایشان را نبینند»<sup>۲۶</sup>.

همان‌طور که ملاحظه می‌شود روزه از منظر عرفا تنها تحمل گرسنگی و تشنگی و عبادت ظاهری بر اساس ظاهر شریعت نیست بلکه عرفای اسلامی به عمق عبادت روزه که همانا دل و دیگر اعضای وجود را از هرگونه گناه باز دارد و به ذکر خدای مشغول گرداند، است.

حافظ می‌فرماید:

پاسبان حرم دل شده‌ام شب همه شب  
تا در این پرده جز اندیشه او نگذارم<sup>۲۷</sup>  
از نظر حافظ فلسفه و حقیقت هر گونه عبادتی شستشوی روح و جسم از آلودگی‌های ظاهری و باطنی است تا همان‌گونه که از مادر بدون هیچ گناهی متولد می‌شویم و پای به عرصه وجود می‌گذاریم به همان صورت پاک



و بدون هیچ آلودگی و پلیدی به محضر الهی باز گردیم.

همو گوید:

این جان عاریت که به حافظ سپرد دوست

روزی رخس بینم و تسلیم وی کنم<sup>۲۸</sup>

ابونصر سراج در «اللمع»، در درستی روزه

و حسن ادب روزه‌دار می‌نویسد: «درستی روزه

و حسن ادب روزه‌دار آن است که در روزه او

صحت قصد باشد، و مبیئت شهوت و حفظ

جوارح و پاکی مطعم، و عاریت دل به دوام ذکر

خدای تعالی، و کمی سعی و اهتمام در به دست

آوردن روزی، و استعانت به خدای تعالی».

«از سهل بن عبدالله تستری حکایت کنند

که هر پانزده روز یکبار افطار کردی، اما چون

ماه رمضان می‌شد در تمام ماه فقط یکبار

می‌خورد. بعضی از مشایخ در این باره از وی

پرسیدند؟ گفت: هر شب یکبار به آب خالص

افطار کنم».<sup>۲۹</sup>

و نیز در «اللمع فی تصوف» آداب جماعت

صوفیان در روزه داشتن چنین آمده است:

«ابونصر سراج می‌گوید: این فقرا را و

صوفیان را در روزه آدابی است: از جمله روزه‌دار

نباید برای خود ذخیره نهد تا بدان افطار کند

چه این عمل ناشی از ضعف نفس است. دیگر

آنکه اگر جماعتی عادتشان به روزه باشد و

عده‌ای بر خلاف روزه‌داران نباید آن‌ها را مجبور

کنند که با ایشان افطار نمایند، مگر آنکه آنان

برای مساعدت هم‌صحبت روزه‌دار خود به این

عمل تن دهند. در این گونه موارد مساعدت

روزه‌داران نیکوتر است از مساعدت روزه چه

از جنید روایت است که روزه دوام گرفت، اما

اگر یکی از برادران به او وارد می‌شد با آن

برادر تازه‌وار مساعدت می‌کرد و افطار می‌نمود

و می‌گفت: فضل مساعدت با اخوان کمتر از

فضل روزه داشتن نیست.

هجویری در «کشف‌المحجوب»، شرایطی

را برای روزه بیان می‌دارد که عرفای اسلامی

هم بر آن نهج بوده‌اند: «امساک را شرایط است:

چنانکه جوف را از شراب و طعام نگاهدار می‌باید،

و چشم را از نظاره حرام و شهوت، و گوش را

از استماع لهو و غیبت، و زبان را از گفتن لغو

و آفت و تن را از متابعت دنیا و مخالفت شرع

نگاه‌داری، آن‌گاه این روزه بود بر حقیقت چنان

که رسول خدا<sup>(ص)</sup> فرمود که: بسیار روزه‌دار که

با پنداشت روزه، گرسنه و تشنه بوده است».<sup>۳۰</sup>

از نظر امام محمد غزالی حقیقت روزه ترک

شهوات است و آن را بر سه درجه، تقسیم

می‌کند و می‌گوید: «روزه را دو خاصیت است

یکی آنکه حقیقت خوردن است، و آن باطن بود،

و از چشم خلق پوشیده باشد، و ریا را بدو راه

نبود؛ و دیگر آنکه دشمن خدای ابلیس است و

سپاه او شهوات است و روزه لشکر او بشکند که

حقیقت روزه ترک شهوات است».<sup>۳۱</sup>

امام غزالی ضمن درجه‌بندی کردن

روزه‌داری به روزه عوام، روزه خواص و روزه

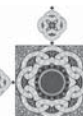
خاص‌الخاص می‌فرماید: «... روزه عوام، غایت

آن نگاهداشت فرج و بطن است، و این کم‌ترین

درجات است. اما روزه خاص‌الخواص بلندترین







درجات است، و آن، آن است که دل خود را از اندیشه هر چیز جز خدای تعالی نگاه دارد و همگی خود بدو دهد و از هر چه جز اوست به ظاهر و باطن روزه دارد. اما روزه خاص آن بود که جوارح خود را از ناشایست نگاه دارد، و تمامی این روزه، شش چیز بود: یکی آنکه چشم نگاه دارد از هر چه او را از خدای مشغول کند، خاصه چیزی که از آن شهوت خیزد، دوم آنکه زبان نگاه دارد از بیهوده و هر چه از آن مستغنی است، سیم آنکه گوش نگاه دارد، که هر چه شنیدن نشاید، پنجم آنکه به وقت افطار حرام و شبهت نخورد، ششم آنکه پس از افطار دل او میان بیم و امید معلق بود که روزه او مقبول خواهد بود یا نه.<sup>۳۳</sup>

عین القضاة همدانی حقیقت روزه را در خوردن طعام معنوی و شراب الهی جست و جو می‌کند و می‌گوید: «صوم عبارت است از خوردن طعام و شراب! کدام طعام؟ طعام «أَيُّتْ عِنْدَ رَبِّي» کدام شراب؟ شراب «وَكَلِمَ اللَّهُ مُوسَى تَكْلِيمًا» این را صوم معنوی گویند، روزه جان باشد، این صوم خدا باشد، زیرا که در این صوم جز خدا نباشد». وی حقیقت امساک و افطار را در دیدار و شهود حق می‌بیند و می‌گوید: «الصوم الغيبه عن رؤيه مادون الله لرؤيه الله تعالى. مصطفى عليه السلام از این جا گفت: «صُومُوا لِرُؤْيَيْهِ وَ أَفْطِرُوا لِرُؤْيَيْهِ» که ابتدای آن صوم باشد و آخر افطار آن به خدا باشد.<sup>۳۳</sup>

عزالدین کاشانی در «مصباح الهدایه»

صوفیه را بر سه فرقه در روزه‌داری تقسیم کرده است و می‌نویسد: «فرقه‌ای آنند که علمشان بر حال غالب بود، و به عوارض حالات مبالغت نمایند، و بر نیتی که دارند در صوم ثابت قدم باشند؛ و فرقه‌ای که حالشان بر علم غلبه دارند هر روز که برخیزند بر موجب اشارت علم در دل ایشان اختیار صوم بود؛ و هرگاه سببی از غیب سانح شود چون احضار طعامی و حضور جماعتی موافقت ایشان فضیلت بینند، و بر مقتضای حال از اختیار واردات خود به اختیار واردات حق تعالی مسلخ شوند؛ و فرقه‌ای آنند که حال و علم در ایشان معتدل بود، و ایشان متصرف در هر دو، گاهی اختیار صوم کنند، و گاهی اختیار افطار کنند، و اختیار ایشان در هر حال از اختیار حق بود.<sup>۳۴</sup>

مولانا جلال‌الدین محمد بلخی روزه را امساک از حلال‌ها می‌داند و در مثنوی شریف می‌فرماید:

روزه گوید: کَرَدِ تَقْوَى از حلال  
در حرامش دان که نبود اتصال<sup>۳۵</sup>  
از نظر مولانا، روزه، رزق معنوی به همراه دارد:

باش در روزه شکبیا و مَضْرِبِ  
دَم به دم قوت خدا را منتظر  
کآن خدای خوب کار بردبار  
هدیه‌ها را می‌دهد در انتظار  
انتظار نان ندارد مرد سیر  
که سبک آید وظیفه یا که دیر<sup>۳۶</sup>

\*\*\*

لب فرو بند از طعام و از شراب  
سوی خوان آسمانی کن شتاب  
دم به دم بر آسمان می‌دار امید  
در هوای آسمان، رقصان چو بید  
دم به دم از آسمان می‌آیدت  
آب و آتش، رزق می‌افزایدت<sup>۳۷</sup>  
جوع اختیاری یا گرسنگی عارفانه نه تنها  
پرهیز از هرگونه حرام و شبهه است بل پرهیز  
از بهره‌مندی غیر لازم از حلال‌هاست. از این  
رو پرخواری و انباشتن شکم از طعام‌های  
رنگین، نکوهش شده است. چنانکه حضرت  
رسول (ص) فرماید:

«لَا يَدْخُلُ مَلَكُوتُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مِنْ  
مَلَأَ بَطْنَهُ

دل کسی که شکم خود را انباشته باشد به  
ملکوت آسمان اندر نشود».<sup>۳۸</sup>

البته این گرسنگی با آن گرسنگی که  
ناشی از ستم اجتماعی و عدم توزیع عادلانه  
ثروت است تفاوتی بنیادین دارد. از این  
رو هیچ یک از انبیا و اولیا نه تنها گرسنگی  
اجباری و ظالمانه را تأیید و تشویق نکرده‌اند  
بلکه برای برکندن ریشه‌های شوم این شجره  
خبیثه، مجاهدت‌ها کرده‌اند. گرسنگی عارفانه  
از نظر مولانا فقط منحصر به کم خوردن طعام  
نیست بلکه به معنی پرهیز از هر گونه امور  
نفسانی است.

از نظر مولانا گرسنگی عارفانه باعث  
شکوفایی باطنی می‌شود:

این دهان بستی، دهانی باز شد  
کو خورنده لقمه‌های راز شد  
گر ز شیر دیو، تن را وا بُری  
در فِطامِ او، بسی نعمت خوری<sup>۳۹</sup>

\*\*\*

زین خورش‌ها اندک اندک بازُبر  
کین غذایِ خَر بُود، نه آنِ خُر  
تا غذایِ اصل را قابل شوی  
لقمه‌های نور را آکل شوی<sup>۴۰</sup>

\*\*\*

لب فرو بند از طعام و از شراب  
سوی خوانِ آسمانی کن شتاب  
دم به دم بر آسمان می‌دار امید  
در هوای آسمان، رقصان چو بید  
دم به دم از آسمان می‌آیدت  
آب و آتش رزق، می‌افزایدت<sup>۴۱</sup>

\*\*\*

گر تو این انبان ز نان خالی کنی  
پر ز گوهرهای اجلالی کنی  
طفل جان، از شیر شیطان باز کن  
بعد از آتش با ملک انباز کن  
تا تو تاریک و ملول و تیره‌ای  
دان که با دیو لعین همشیره‌ای<sup>۴۲</sup>  
از منظر مولانا شرط رسیدن به ملکوت  
تبدیل کردن طعام‌های مادی به طعام معنوی  
است. اگر آدمی مزاج روحش را به طعام‌های  
معنوی عادت دهد و از طعام‌های شهوانی بازش  
دارد به روشن‌بینی رسد.





## جایگاه گرسنگی و ترک شهوات در عرفان اسلامی

مشایخ عرفا را در مورد روزه و جایگاه گرسنگی و ترک شهوات، اقوال بسیار آمده است از آن جمله است: مظفر قرمیسینی گفت: «روزه بر سه گونه باشد: روزه روح بود به کوتاهی امل، و روزه عقل بود به مخالفت هوی، و روزه نفس بود به باز ایستادن از طعام و محارم».<sup>۴۳</sup> بشر حافی گفت: «گرسنگی دل را صفا دهد و هوای را بمیراند و مورث علم دقیق شود».<sup>۴۴</sup> فتح موصلی گفت: «مصاحب سی شیخ بودم که همه مرا به ترک مصاحبت احداث و کم خوراکی توصیه کردند».<sup>۴۵</sup> ابوسلیمان دارانی گفت که: «ترک شهوت دل مرا نافع‌تر از قیام و صیام یک‌ساله است».<sup>۴۶</sup> جنید گفت: «صوم نصفی است از طریقت».<sup>۴۷</sup> و نیز در «رساله قشیریه» فصلی در این باب از نقل و قول عرفا آمده است:

و قال الله تعالی «وَلْتَبْلُوْا نَفْسَكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ» پس به آخر آیه گفت «وَبَشِّرِ الصَّابِرِيْنَ» مژده داد ایشان را به ثواب بر صبر و برکشیدن گرسنگی و قال الله تعالی «وَلْيُؤْتُوْا عَلٰی اَنْفُسِهِمْ وَ لَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ»<sup>۴۸</sup> انس بن مالک گوید: «که فاطمه (س) به نزدیک پیغمبر (ص) آمد و پاره نان آورد، گفت چیست این نان یا فاطمه! گفت: قرصی پخته بودم، دلم خوش نبود تا این پاره به نزدیک تو [آوردم] گفت این اول طعامی است که اندر دهن پدرت می‌رسد از سه روز باز؛ و بدانک

گرسنگی از صفات این قوم (صوفیه) است و این یکی است از ارکان مجاهدت و سالکان این طریق به گرسنگی بدین درجه رسیدند و از طعام باز ایستادند و چشم‌های حکمت اندر گرسنگی یافتند و حکایت بسیارست ایشان را اندرین».<sup>۴۹</sup>

ابن سالم گوید: گرسنگی آن است که از عادت خویش کم نکند مگر چند گوشِ گربه، گویند: سهل بن عبدالله هر پانزده روز یک‌بار خوردی چون ماه رمضان درآمدی تا ماه ندیدندی طعام نخوردی هر شب روزه به آب تنها گشادی.

یحیی بن معاذ گوید: اگر گرسنگی بفروختندی در بازار، اصحاب آخرت هیچ چیز واجب نکند که خریدندی مگر آن را. سهل عبدالله گوید: چون خدای دنیا را بیافرید معصیت اندر سیری نهاد و جهل و اندر گرسنگی علم و حکمت نهاد.

یحیی بن معاذ گوید: گرسنگی مریدان را از ریاضت بود و تائبان را تجربت بود و زاهدان را سیاست و عارفان را مکرمت بود.

از استاد ابوعلی شنیدم که یکی از این مردان اندر نزدیک پیری شد او را دید که می‌گریست، گفت! چپودت؟ گفت: گرسنه‌ام! گفت: چون توئی از گرسنگی بگرید؟ گفت: خاموش، ندانی که مراد او از گرسنه داشتن من، گریستن منست.<sup>۵۰</sup>

مخلد گوید: حجاج بن الفرافسه، با ما بود به شام، به پنجاه شب هیچ آب نخورده و طعام

همی خورد!

ابوتراب نخشی، از بادیه بصره، به مکه شد. پرسیدند که طعام کجا خوردی؟ گفت: از بصره به نِباچ آمدم طعام خوردم، پس به ذات العرق و از ذات العرق این جا، در بادیه دو بار طعام خورده بود.

عبدالعزیز بن عُمَیر گوید: نوعی از مرغان چهل روز گرسنگی کشیدند پس اندر هوا بپریدند پس از چند روز باز آمدند، بوی مشک همی آمد از ایشان.<sup>۵۱</sup>

سهل بن عبدالله چون گرسنه بودی قوی بودی، چون چیزی خوردی ضعیف شدی.

ابوعثمان مغربی گفت: ربّانی به چهل روز نخورد و صَمَدانی به هشتاد روز نخورد. ابوسلیمان دارانی گفت: کلید دنیا سیر خوردن است و کلید آخرت گرسنگی.

کسی فرا سهل عبدالله گفت: چه گوئی اندر شبان روزی یکبار خوردن؟ گفت: خوردن صدیقان است. گفت: دو بار خوردن چه گوئی؟ گفت: اکل مؤمنان است. گفت: سه بار خوردن؟ گفت: اهل خویش را بگوی تا علف جایی، بکند تو را.

یحیی بن معاذ گوید: گرسنگی نور بود و سیر خوردن نار و شهوت همچون هیزم، ازو آتش تولّد کند، آن آتش فرو ننشیند تا خداوند وی را بسوزد.<sup>۵۲</sup>

ابوعبدالله خفیف اندر دعوتی بود، یکی از شاگردان او دست دراز کرد به طعامی پیش از شیخ، از آنک فاقه کشیده بود یکی از

شاگردان شیخ خواست که بی ادبی او باز نماید که پیش دستی کرد، طعام پیش این درویش بنهاد، درویش دانست که او را مالش می دهد به بی ادبی که کرده بود، نیت کرد که پانزده روز هیچ چیز نخورد عقوبت خویش را و اظهار توبه را اندر بی ادبی و پیش از آن فاقه کشیده بود.

از استاد ابوعلی -رَحِمَهُ اللهُ- شنیدم که حکایت کرد از بعضی مشایخ که گفتند اهل دوزخ آن هابند که شهوت ایشان غلبه کرده است بر حَمَیت ایشان از بهر آن، فصحیح شدند.<sup>۵۳</sup>

و هم از وی شنیدم که به کسی گفتند هیچ چیز تو را آرزو کند؟ گفت: کند ولیکن خویشتن را نگاه دارم.

دیگر را گفتند هیچ چیز آرزو کند؟ گفت: آرزوم آن کند که آرزو باشد و گویند این در معنی تمام تر است.

ابوعبدالله بن احمد الصغیر گوید: ابوعبدالله خفیف مرا فرمود: که هر شب ده دانه مویز نزد من آر، روزه گشادن را، من یک شب شفقت کردم پانزده دانه پیش وی بردم، اندر من نگریست و گفت: تو را این که فرموده است؟ آنکه ده دانه بخورد و باقی بگذاشت.

ابوتراب نخشی گوید: هرگز تن از من هیچ آرزو نخواست مگر یکبار نان سپید خواست و سپیده مرغ و من در سفر بودم و آهنگ دیه ای کردم یکی بیامد و در من آویخت که این با دزدان بوده است، مرا هفتاد چوب بزدند، یکی مرا باز شناخت، گفت این ابوتراب است، از من



عذر خواستند، یکی مرا باز خانه برد و نان سپید و سبیده مرغ آورد، نفس خویش را گفتم بخور پس از هفتاد چوب که بخوردی.

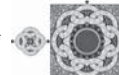
ابونصر تَمَّار گوید: که شبی بشر حافی به خانه من آمد گفتم: اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ که خدای تعالی تو را به خانه من آورد که مرا در خانه پنبه آورده بودند از خراسان از وجهی حلال و اهل خانه برشتند و بفروختند و از بهای آن گوشت خریدند، امشب به هم روزه گشائیم، بشر گفت: اگر نزدیک کس طعام خوردمی اینجا خوردمی، پس گفت چندین سالست تا مرا آرزوی بادمجان می کند هنوز اِتِّفَاق نیفتاد. گفتم: درین دیگ بادنجانست حلالی. گفت: صبر کن تا دوستی بادمجان مرا درست شود آن گاه می خورم.<sup>۵۴</sup>

### خلاصه سخن

روزه در اصطلاح شرع همان امساک یک ماهه رمضان یا ایام شریف دیگر است از خوردن و آشامیدن و شهوت رانی و غیر آن، و آن را آداب و شرایطی است که در رسالات شرعی و آثار فقها و عالمان دین باید دید. اما در اصطلاح طریقت حفظ جوارح است از آنچه بر سالک طریق نهی شده است مانند چشم پوشی از اتساع و فزون طلبی، و نگاه داشتن گوش از آنچه لغو و گناه است، و حفظ زبان از سخنان ناشایست، و مراعات دل و قطع خواطر و افکار ناپسند، و ترک تمنای آنچه بدان دسترسی نیست، و بازداشتن دست و پا از محرمات و آنچه حرام است.

پس روزه در نظر این قوم فقط امساک در غذا و نوشیدنی و جز آن نیست، بلکه «روزه غایب گشتن است از دیدار خلق به دیدار حق» و غرض از روزه، کسر شهوات است و قطع علایق بشری. به همین جهت یکی از شرایط خلوت و اربعین را روزه قرار داده اند که سالک با شرایطی خاص روزه گیرد تا بتواند پای بر سر شهوات نفسانی نهد و ترک آنچه ماسوی الله است گوید؛ و این گونه روزه را خواص و فوایدی است که امام محمد غزالی آن را در دو فایده عمده خلاصه کرده است: یکی چشم پوشی از خلق و ترک ریا، و دیگر منکوب کردن لشکر شیطان که همان شهوات نفسانی باشد، و نجم الدین کبری برایش بیست و دو فایده قائل شده است.

روزه صوفی و افطار او را شرایطی است که مهم ترینش آن است که مبنای روزه او بر اخلاص استوار باشد، و با ریا و نفاق و هوی و هوسها آمیخته نگردد، دیگر آنکه از آنجا که روزه سَری است از اسرار الهی، سالک باید بکوشد تا آن را از نظر خلق ببوشد. دیگر آنکه جوارح خود را به قید علوم و احوال یعنی مطابق فرامین شرع و موازین سلوک حفظ نماید. دیگر آنکه روزه دار هیچ گاه به فکر رزق و روزی نباشد، و برای افطار خود چیزی ذخیره ننماید بلکه دل در خدا بندد و به آنچه رزق مقسوم اوست در افطار اکتفا کند، تا آنجا که اگر در هنگام روزه پیش از افطار فتوحی دست دهد و رزق و روزی رسد آن را به محتاجان دهد و خود



به عنایت الهی واثق باشد. اما مبطلات روزه سالک علاوه بر آنچه در شرع مقرر است عبارت است از، دروغ‌گویی و غیبت و نمایی، و نظر کردن به شهوت به کسی، و قسم دروغ خوردن، چون روزه سالک را «صوم‌القلب» یا روزه دل نامند، و اگر سالک در این گونه روزه از دنیا و عوامل آن صرف‌نظر نکند، و جوارح خود را به طوری که اشاره شد حفظ ننماید، یا به دروغ و غیبت و نمایی و قسم دروغ و نظر شهوانی بپردازد، دیگر روزه او از جنس «صوم‌القلب» یا روزه خاصان نخواهد بود؛ و چه بسا که یک قسم دروغ یا غیبت و نمایی و نظر کردن از سر شهوت آن روزه را باطل کند.

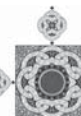
اما در نوع روزه مشایخ اختلاف است. هجویری گوید: «دیدم که بعضی از مشایخ روزه پیوسته (روزه وصال) داشته‌اند، و نیز دیدم که بسیاری از آنان به همان روزه ماه رمضان بسنده می‌کردند و نیز دیدم که بعضی از مشایخ قصد روزه می‌کردند اما اگر میبهمانی می‌رسید موافقت با او روزه را می‌شکستند و با آنان غذا می‌خوردند، و نیز دیدم که بسیاری از آنان غیر ماه رمضان، ایام شریف و فاضل را نیز روزه‌دار بودند مانند ماه رجب و پانزده روز اول شعبان و روزهای سیزده تا پانزدهم هر ماه و مانند آن».<sup>۵۵</sup>

کاشانی گوید: احوال مشایخ در این موضوع مختلف است: «طایفه‌ای از آنان در سفر و حضر روزه داشته‌اند، و طایفه‌ای این گونه روزه را روزه «وصال» گویند مکروه می‌داشتند، و برخی

«روزه داوودی» می‌گرفتند و آن چنان بود که یک روز در میان روزه می‌گرفتند، و طایفه‌ای بر صوم ایام شریفه اختصار می‌نمودند؛ و عده‌ای روزه وصال را مکروه می‌دانستند همه روزه در سال روزه داشتند ولی آخر روز با جرعه‌ای آب صاف افطار می‌کردند؛ و هر کدام از این انواع مشایخ چنان که در نقل قولشان گذشت برای اثبات عمل به سنت پیغمبر<sup>(ص)</sup> استناد می‌نمودند. اما «صوم وصال» عبارت است از روزه دو روزه یا سه روزه بدون افطار، و آن حضرت<sup>(ص)</sup> در بعضی از لیالی رمضان وصول کردی، یعنی پیایی روزه داشتی بی‌آنکه چیزی بخورد و بنوشد و افطار کند، و صحابه را به جهت رحمت و شفقت نهی فرمودی. علما را در «صوم وصال» مر غیر آن حضرت را اختلاف است: طایفه‌ای می‌گویند جایز است هر کسی را که قادر است سوای ایام منهبیه، و اکثر برآند که جایز نیست؛ و از اهل سلوک آن‌هایی که مریضند به ریاضت نفس افطار می‌کنند به کف آبی تا از حقیقت روزه وصال برهند».<sup>۵۶</sup>

بعضی از مشایخ صوفیه به استناد منع حضرت<sup>(ص)</sup> آن را جایز نمی‌دانستند از جمله جلایی گوید: «به حقیقت روزه وصال خود محال بود از آنچه چون روزه بگذشت شب روزه نباشد، و چون عقد روزه به شب می‌بندد وصال نباشد»؛ و عین القضاة نیز گوید: «صایم ابد آن یکی آمد که «الصمد» نعت او بود. صایم‌الدهر او بود. -جل‌جلاله- دیگران را فرموده است: صوموا ساعه و افطروا ساعه».<sup>۵۷</sup>





امام محمد غزالی معتقد است که: «روزه پیوسته داشتن همه سال جامع بود لیکن پنج روزه لابد بود که بیاید گشودن؛ و آن روزه عید قربان و فطر و سه روز ایام تشریق بود از عید اضحی». در آثار صوفیان بسیار برمی‌خوریم که بعضی از مشایخ آنان روزه وصال می‌گرفتند و می‌گفتند که رسول خدا<sup>(ص)</sup> آن را از سر رأفت و شفقت منع فرمود، اما بر کسانی که قادر باشند ترک سنت روا نیست، از این جهت بسیاری از آنان دو روز و سه روز و بعضی که قدرت داشتند تا یک ماه، شاید با تمرین و ممارست در ریاضت روزه داشته‌اند، و اغلب آنان جهت جمع بین عمل رسول خدا<sup>(ص)</sup> و منع شفقت‌آمیزشان هر شنبی با جرعه‌ای آب خالص افطار می‌نمودند.<sup>۵۸</sup>

اغلب مشایخ علاوه بر روزه رمضان، و روزهایی که در خلوات و اربعین‌ها مقرر بود، در روزهای شریف و فاضل هم روزه می‌گرفتند و روزه داشتن در آن روزها را توصیه می‌کردند، مانند روز عرفه و تمام ماه رجب و پانزده روز اول شعبان و روزهای پنجشنبه و جمعه و شنبه هر هفته و ایام البیض و غیره. «صوم ایام البیض» روزه سیزدهم و چهاردهم و پانزده هر ماه است، بعضی گفته‌اند از چهاردهم به بعد؛ و آن در نزد بعضی از علماء مکروه است؛ و ابی‌یوسف آن را مستحب دانسته است؛ و شیخ عبدالحق دهلوی در «مدارج النبوه» آورده است که: «آن حضرت<sup>(ص)</sup> در صوم ایام البیض تأکید تام نمودی تا در سفر نیز روزه داشتی».<sup>۵۹</sup>

لازم می‌آید که اسامی روزه‌هایی که در آثار

صوفیان به آن اشاره شده است، برشماریم:

۱. صوم ظاهر که روزه اهل شرع باشد.
۲. صوم باطن که آن را «روزه سر» هم می‌نامیدند و آن روزه اهل سلوک بوده است.
۳. صوم اربعین و آن چهل روزی بوده است که سالک باید در خلوت روزه بگیرد.
۴. صوم عوام که غایت آن نگاه‌داشتن بطن و فرج است و این کم‌ترین درجات است.
۵. صوم خاصان آن بود که جوارح خود را از ناشایست نگاه دارد.
۶. صوم خاصان‌الخاصان «که بلندترین درجاست است، و آن، آن است که خود را از اندیشه هر چه جز خداست نگاه دارد، و همگی خود بدو دهد».
۷. صوم قلب که همان صوم باطن یا روزه سر است.
۸. صوم وصال که روزه مدام و پیوسته است.
۹. صوم ایام شریفه، روزه در روزهای متبرک در طی سال و هفته بوده است.

#### پی‌نوشت:

۱. پژوهشگر و نویسنده
۲. احکام قرآن، محمد خزائلی، ص ۴۱۶ - ۴۱۵
۳. الرساله العلیه، کمال‌الدین حسین کاشفی، ص ۷۳
۴. جامع‌الصغیر، ج ۱، ص ۳۰
۵. جامع‌الصغیر، ج ۲، صص ۴۹-۵۱
۶. عوارف‌المعارف سهرودی، ص ۱۳۸
۷. عوارف‌المعارف سهرودی، ص ۱۳۸
۸. منتهی‌الارب
۹. تعریفات جرجانی، ص ۱۱۹
۱۰. کشف اصطلاحات‌الفنون، ص ۸۱۸
۱۱. رواة البخاری و مسلم عن ابن عمر

## منابع و مأخذ:

۱. قرآن کریم
۲. التهانوی، محمدعلی الفاروقی، ۱۸۶۲م، کشف اصطلاحات الفنون، کلکته.
۳. الملکی، ابوطالب محمدبن علی به عطیه الحارثی الملکی، ۱۳۱۰ه. ق، قوت القلوب فی معامله المحجوب، چاپ مصر
۴. باخرزی، ابوالماخر یحیی، ۱۳۴۵، اوراد الاحباب و خصوص الاداب، به کوشش ایرج افشار، دانشگاه تهران
۵. جرجانی، علی بن محمد (می‌رسید شریف)، ۱۳۵۷، تعریفات جرجانی، دانشگاه تهران
۶. جلالی هجویری، ابولحسن علی بن عثمان، ۱۳۸۷، کشف المحجوب، به تصحیح و تحشیه، دکتر محمود عابدی، انتشارات سروش، تهران
۷. جیلانی، عبدالکریم، ۱۳۵۰، انسان کامل، دانشگاه تهران
۸. حافظ، شمس الدین محمد، ۱۳۸۲، نسخه محمد قزوینی، دکتر قاسم غنی، سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، تهران
۹. خزائلی، محمد، ۱۳۵۳، احکام القرآن، انتشارات جاویدان
۱۰. سهروردی، شیخ شهاب الدین، ۱۳۷۴، به اهتمام قاسم انصاری، شرکت انتشارات علمی فرهنگی، تهران
۱۱. عین القضاة، ابوالمعالی عبدالله بن محمد علی الحسن بن علی المیانجی الهمدانی، ۱۳۸۵، تمهیدات، به اهتمام عقیف عسیران، چاپ دانشگاه تهران
۱۲. غزالی، محمد، ۱۳۷۵، کیمیای سعادت، تصحیح خدیوم، انتشارات علمی فرهنگی، تهران
۱۳. فروزانفر، بدیع زمان، ۱۳۶۱، ترجمه رساله قشریه، با تصحیحات و استدرکات، انتشارات علمی و فرهنگی
۱۴. کاشانی، عزالدین محمود بن علی، ۱۳۵۷، مصباح الهدایه و مفتاح الکفایه، با تصحیح و مقدمه مرحوم جلال همایی، انتشارات سنایی، تهران
۱۵. کاشفی، ملاحسین، ۱۳۴۶، الرسالة العلیه، بنگاه نشر و ترجمه
۱۶. کلاآبادی، ابوبکر بن محمد، ۱۳۶۳، شرح التعریف لمذهب التصوف، با تصحیح محمد روشن.
۱۷. انتشارات اساطیر، تهران
۱۸. گوهرین، صادق، ۱۳۸۲، شرح اصطلاحات تصوف (ج هفتم)، انتشارات زوار، تهران
۱۹. نووی دمشقی، امام ابی زکریا یحیی بن شرف، ۱۳۷۳، ریاضی الصالحین، ترجمه عبدالله خاموش هروی، نشر احسان، تهران
۲۰. نهج البلاغه، امام علی (ع)، ترجمه محمد دشتی، ۱۳۸۰، انتشارات زهد، تهران

۱۲. قرآن کریم، سوره بقره آیات ۱۸۳-۱۸۵
۱۳. رواة البخاری و مسلم عن ابی هریره
۱۴. رواة البخاری، ج ۴، ص ۹۷ مسلم ۱۰۷۹
۱۵. نهج البلاغه، خطبه ۱۱۰، ص ۲۱۱؛ علی دشتی
۱۶. نهج البلاغه، خطبه ۱۹۲، ص ۳۹۱
۱۷. نهج البلاغه، حکمت ۱۳۶، ص ۶۵۹
۱۸. نهج البلاغه، حکمت ۱۴۵، ص ۶۵۹
۱۹. قرآن کریم، سوره بقره، آیه ۱۴۸
۲۰. قرآن کریم، سوره بقره، آیه ۴۵
۲۱. قوت القلوب، ج ۱، به اختصار، صص ۷۳-۷۴
۲۲. قرآن کریم، سوره مائده، آیه ۴۸
۲۳. قوت القلوب، ج ۱، به اختصار، ص ۷۶ و قوت القلوب، ج ۱، ص ۷۷
۲۴. قوت القلوب، ج ۲، اختصار از، ص ۱۱۳
۲۵. شرح تعرف کلاآباد، ج ۴، ص ۱۵۴
۲۶. شرح تعرف کلاآباد، ج ۴، ص ۱۵۴
۲۷. دیوان حافظ، ص ۲۵۱
۲۸. دیوان حافظ، ص ۲۷۳
۲۹. اللمع فی تصوف، صص ۱۶۲-۱۶۶
۳۰. کشف المحجوب به اختصار، صص ۴۱۳-۴۱۸
۳۱. غزالی، کیمیای سعادت، صص ۱۷۱-۱۷۹
۳۲. غزالی، کیمیای سعادت، صص ۱۷۱-۱۷۹
۳۳. تمهیدات، ص ۹۱ به بعد
۳۴. مصباح الهدایه، به اختصار، صص ۳۳۳-۳۳۹
۳۵. مثنوی معنوی، دفتر پنجم، ص ۱۸۹
۳۶. مثنوی معنوی، دفتر پنجم، صص ۱۷۵۱-۱۷۴۹
۳۷. مثنوی معنوی، دفتر پنجم، صص ۱۷۳۲-۱۷۳۰
۳۸. المحجبة البيضاء، ج ۵، ص ۱۴۶
۳۹. مثنوی معنوی، دفتر سوم، صص ۳۷۴۸-۳۷۴۷
۴۰. مثنوی معنوی، دفتر چهارم، صص ۱۹۵۷-۱۹۵۶
۴۱. مثنوی معنوی، دفتر پنجم، صص ۱۷۳۲-۱۷۳۰
۴۲. مثنوی معنوی، دفتر پنجم، صص ۱۶۴۱-۱۶۳۹
۴۳. ترجمه رساله قشیری، ص ۷۵ و امالی پیر هرات، ص ۴۱۰
۴۴. کشف اصطلاحات الفنون، صص ۸۵۹-۲۹۶
۴۵. مصباح الهدایه، ص ۳۳۴
۴۶. مصباح الهدایه، ص ۳۳۴
۴۷. اوراد الاحباب، ص ۳۳۲
۴۸. تذکرة الاولیاء، ج ۲، ص ۳۱
۴۹. قرآن کریم، سوره حشر، آیه ۹
۵۰. ترجمه رساله قشیری، ص ۲۱۱
۵۱. ترجمه رساله قشیری، ص ۲۱۱
۵۲. ترجمه رساله قشیری، ص ۲۱۲
۵۳. ترجمه رساله قشیری، ص ۲۱۲
۵۴. ترجمه رساله قشیری، ص ۲۱۴
۵۵. ترجمه رساله قشیری، ص ۲۱۵
۵۶. کشف المحجوب هجویری
۵۷. کشف اصطلاحات الفنون، ص ۸۵۸
۵۸. تمهیدات، ص ۹۱ به بعد
۵۹. کشف اصطلاحات الفنون، ص ۸۵۹

