



<https://coth.ui.ac.ir/?lang=en>

**Journal of Comparative Theology**

E-ISSN: 2322-3421

Document Type: Research Paper

Vol. 17, Issue 2, No.36, 2026 pp.75-102

Receive: 23/09/2024 Accepted: 07/07/2025

## **The Scope of the State of Muraqaba in the Thought of Rumi and ‘Izz al-Din Kashani (With Emphasis on *Masnavi Ma‘navi* and *Miṣbah al-Hidayah*)**

**Farshad Hasani**

PhD. Student in Persian Language and Literature, Zanjan Branch, Islamic Azad University, Zanjan, Iran  
Farshadhassani07@gmail.com

**Heidar Hasanlou**  \*

Assistant Professor, Department of Persian Language and Literature, Zanjan Branch, Islamic Azad University, Zanjan, Iran  
heydar.hasanloo@iauz.ac.ir

**Mehri Talkhabi**

Assistant Professor, Department of Persian Language and Literature, Zanjan Branch, Islamic Azad University, Zanjan, Iran  
Mehri.takhabi@gmail.com

**Hossein Ariyan**

Associate Professor, Department of Persian Language and Literature, Zanjan Branch, Islamic Azad University, Zanjan, Iran  
arian.amir20@yahoo.com

### **Abstract**

Muraqaba is one of the foundational states (aḥwal) of the mystical path, signifying the servant’s certitude of God’s constant watch over the inner self, as well as the vigilant monitoring of one’s own deeds, behaviors, and blameworthy thoughts. This study, using a descriptive-comparative method with an analytical approach, investigates how Rumi and ‘Izz al-Din Kashani conceptualize muraqaba and explores their shared and divergent perspectives. The findings reveal that muraqaba is intimately linked with spiritual discipline (riyaḍa) and seclusion (khalwa). Kashani views muraqaba as the highest stage of khalwa, embedded within a structured spiritual hierarchy, while Rumi does not clearly delineate between these concepts, instead portraying muraqaba as a fluid, experiential state. Both thinkers affirm the necessity of self-purification, divine proximity, and transcending sensory perception toward a sacred reality; however, Kashani emphasizes adherence to Shari‘a and systematic progression, whereas Rumi adopts an intuitive, symbolic, and affective approach. These differences are particularly evident in their treatments of dietary restraint, sleep, speech, and invocation (dhikr). Ultimately, both perceive muraqaba as a means to attain truth, awareness, and divine illumination, though Rumi foregrounds its qualitative and visionary dimensions, while Kashani underscores its pedagogical and jurisprudential aspects.

**Keywords:** Muraqaba, Spiritual States (Aḥwal), Seclusion (Khalwa), Rumi, ‘Izz al-Din Kashani.

\*Corresponding author

Hasani, Farshad, Hasanlou, Heidar, Talkhabi, Mehri and Ariyan, Hossein (2026). The Scope of the State of Muraqaba in the Thought of Rumi and ‘Izz al-Din Kashani (With Emphasis on *Masnavi Ma‘navi* and *Miṣbah al-Hidayah*). *Comparative Theology*, 17(2), 75-102.



2322-3421© University of Isfahan

This is an open access article under the CC BY-NC-ND/4.0/ License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).



10.22108/coth.2025.142881.1931

## Introduction

"*Muraqabah*" literally means taking care of, guarding, and keeping the heart from evil. In the mystical term, "Muraqabah" is the servant's certainty that God watches over his heart and conscience and knows his inner secrets in all circumstances. Knowing that God is watching over his actions, the mystic watches over his actions, behavior, and unseen thoughts, because bad deeds prevent the heart from mentioning God. In Islamic sources, "Muraqabah" is considered one of the names of God, meaning "the memorizer from whom nothing is hidden". The pioneer of classification and the main criteria for recognizing the approach of mystical states belongs to Abu Nasr as-Sarraj al-Tusi in the book *Al-luma' Fi'l-Taṣawwuf*, which in the following periods has a lot of credibility for many Sufis. For the first time, by mentioning the sayings and opinions of the Sufis of the first generation, Sarraj al-Tusi gave the authorities in the seven Maqams (stations) of Repentance (Tawba), Wara' (Abstinence), Asceticism (Zuhd), Poverty (Faqr), Patience (Ṣabr), Trust or Surrender (Tawakkul), and Satisfaction (Riḍa), along with mystical states in the ten topics of Meditation (Muraqabah), closeness (Qorb), love (Mohabbat), fear (Khauf), hope (Raja'), longing (Syauq), intimate (Suns), peaceful (Thuma'ninah), witnessing (Musyahadah), and real certainty or sure (Yaqin). This study, in the field of mystical states, investigates the first state (*Muraqabah*) in the view of Mawlana and Izz al-Din Kashani.

## Materials and Methods

This research uses a comparative-analytical approach. Its type of comparative method is also consistent with the structure of the American comparative school. In this conventional method of comparison, which is common in literature, religions, and mysticism, the researcher with a generalist thought tries to investigate the cultural relations and human thoughts and does not seek to prove the influence of the thoughts of literary and mystical theorists. However, in Michael Payne's opinion, contemporary comparative studies do not have a limited and traditional concept. In comparative and parallel studies of different disciplines, it refers to the explanation of cultural works and issues.

## Research Findings

The comparative analysis of Rumi and 'Izz al-Din Kashani's views on muraqaba reveals both shared foundations and divergent methodologies. Both thinkers regard muraqaba as a spiritual condition linked to self-purification, divine proximity, and transcendence from sensory reality toward sacred truth. However, Kashani treats it within a structured mystical framework, presenting muraqaba as the highest stage of spiritual retreat (khalwa), whereas Rumi approaches it through intuitive, poetic, and experiential language, often interchanging terms like muraqaba, 'uzla, and khalwa.

They both emphasize spiritual actions such as reduction of food, sleep, and speech. In food reduction, Kashani views it as a means to attain divine inspirations and even metaphysical influence, while Rumi focuses on inner illumination and ascension to angelic states. Sleep reduction is seen by both as essential for awakening the heart; however, Rumi links it to inner sincerity, whereas Kashani emphasizes its practical spiritual benefits.

Regarding speech, both affirm silence as a gateway to muraqaba. Rumi sees outward silence as concealing divine attraction, while Kashani approaches it through ethical and disciplinary lenses. In their treatment of chelleh-neshini (forty-day retreats), both refer to the hadith of "springs of wisdom" and regard isolation as necessary for spiritual ascent, though Kashani emphasizes numerical discipline and theological reasoning, and Rumi the qualitative effects of mystical presence.

In the practice of dhikr, Rumi stresses continuity and inward journeying, while Kashani classifies mystical inspirations and warns against false perceptions. Both affirm that muraqaba requires the negation of distracting thoughts (khawaṭir) for divine insight to manifest. Kashani's language, influenced by Ibn 'Arabi, remains doctrinally reserved on waḥdat al-wujud, while Rumi expresses personal mystical unity through poetic imagery.

Ultimately, riyāḍa (spiritual discipline) is, for Rumi, the preparation for muraqaba, whereas Kashani sees riyāḍa as a subordinate step within the structured stages of khalwa. Thus, while Kashani's system is more hierarchical and formal, Rumi's is more fluid and experiential. Both offer complementary insights into muraqaba as a transformative process toward divine realization.

## Discussion of Results and Conclusions

A comparative analysis of Rumi and 'Izz al-Din Kashani's views on muraqaba (spiritual watchfulness) reveals both convergence and divergence in their mystical thought. Both thinkers regard muraqaba as a central spiritual practice aimed at self-purification, divine proximity, and inner awakening. However, their approaches differ in structure, language, and emphasis.

Kashani presents muraqaba as the culmination of a well-ordered sequence of khalwa (seclusion), integrating it within a hierarchical framework of spiritual development. His treatment is systematic, drawing on Islamic legal and mystical traditions, particularly the legacy of Ibn 'Arabi. For Kashani, each stage of khalwa entails specific disciplines, leading to a gradual unveiling of the heart's receptivity to divine illumination. He emphasizes the precise number of days (e.g., the forty-day retreat) and the spiritual effects associated with disciplined practice.

In contrast, Rumi approaches muraqaba through a poetic and experiential lens, where spiritual discipline (riyāḍa)

precedes the state of muraqaba. While he uses terms such as khalwa, 'uzla (isolation), and muraqaba somewhat interchangeably, he highlights the role of inner transformation over external structure. For Rumi, riyāḍa purifies the soul, enabling the seeker to become a clear mirror for divine presence.

Despite these methodological differences, both mystics emphasize key preparatory practices: reducing food intake (taqlil al-ṭa'am), minimizing sleep (taqlil al-manam), controlling speech (taqlil al-kalam), and sustaining remembrance (dhikr). They agree that muraqaba silences distracting thoughts (khawāṭir) and allows the seeker to witness divine truths prior to the afterlife.

The main divergence lies in structure and emphasis. Kashani's approach is pedagogical and hierarchical, while Rumi's is intuitive and centered on inner experience. Kashani integrates riyāḍa as part of the broader stages of khalwa, whereas Rumi sees it as a distinct stage that precedes muraqaba. Nevertheless, both see muraqaba as a transformative state in which the divine becomes present and the seeker transcends the sensory world.

In conclusion, Kashani offers a disciplined, Sharia-informed path to muraqaba, while Rumi emphasizes its inner, experiential nature. Together, they reflect two complementary trajectories within Islamic spirituality: structure and ecstasy, order and illumination.



## ساحت حال مراقبه در اندیشه مولانا و عزالدین کاشانی (با تأکید بر مثنوی معنوی و مصباح الهدایه)

فرشاد حسنی، دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران

Farshadhassani07@gmail.com

حیدر حسنلو\* , استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران

heydar.hasanloo@iauz.ac.ir

مهری تلخابی، استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران

Mehri.takhabi@gmail.com

حسین آریان، دانشیار گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران

arian.amir20@yahoo.com

### چکیده

«مراقبه» از احوال عرفانی و به معنای یقین بنده به نظارت خداوند بر احوال درونی سالک و مراقبت وی بر اعمال و رفتار و خواطر مذموم است. پژوهش حاضر با روش توصیفی از نوع مقایسه‌ای و تطبیقی با رویکرد تحلیلگری به این پرسش پاسخ داده است که نوع تلقی مولانا و عزالدین کاشانی و وجوه اشتراک و افتراق آن دو درباره حال «مراقبه» چه بوده است. نتایج نشان می‌دهد مراقبه با ریاضت و خلوت پیوندی استوار دارد. کاشانی مراقبه را مرتبه‌اعلا خلوت می‌داند؛ اما مولوی در تبیین مراقبه، مرزهای معنای متفاوتی قائل نیست. هر دو به تهذیب نفس، قرب الهی و عبور از دنیای محسوسات به سوی حقیقت قدسی اعتقاد دارند، با این تفاوت که کاشانی بیشتر بر شریعت و مراتب سلوکی تأکید دارد، در حالی که مولانا با رویکرد شهودی و تمثیلی به مراقبه می‌نگرد. این تفاوت‌ها در موضوعاتی همچون تقلیل طعام، خواب، کلام، و ذکر مشهود است. در مجموع، هر دو به مراقبه به مثابه راهی برای رسیدن به حقیقت، آگاهی و مشاهدات اشراق الهی نگاه می‌کنند، هرچند نگاه مولانا بیشتر به جنبه‌های کیفی و شهودی است و دیدگاه کاشانی بر جنبه‌های تربیتی و شریعتی متمرکز است.

### واژه‌های کلیدی

مراقبه، احوال، خلوت، مولانا، کاشانی.

\* مسؤل مکاتبات

حسینی، فرشاد، حسنلو، حیدر، تلخابی، مهری و آریان، حسین. (۱۴۰۵). ساحت حال مراقبه در اندیشه مولانا و عزالدین کاشانی (با تأکید بر مثنوی معنوی و مصباح الهدایه)، *الهیات تطبیقی*، ۱۷ (۲)، ۷۵-۱۰۲.



## ۱- مقدمه

«مراقبه»<sup>۱</sup> در لغت به معنای «مواظبت کردن، نگاهبانی کردن و نگه داشتن قلب از بدی‌ها» است (لغت‌نامه دهخدا). در اصطلاح عرفانی، مراقبه عبارت از یقین بنده است به اینکه خداوند در جمیع احوال ناظر بر قلب و ضمیر و مطلع بر رازهای درونی اوست. سالک با اطلاع از اینکه خداوند ناظر اعمال وی است، مراقب اعمال و رفتار و خواطر ناپسند خود است؛ زیرا اعمال ناپسند قلب را از ذکر خداوند باز می‌دارد. در کتاب *اللمع آمده* است اگر بنده یقین پیدا کند خداوند بر اسرار درونی او واقف است، دل را از وسوسه‌های ناپسند که او را از خدا دور می‌کند، نگه می‌دارد (سراج طوسی، ۱۴۲۱ق، ص. ۵۱).

مراقبه در منابع اسلامی یکی از اسمای خداوند به معنای «حافظی که چیزی از او پنهان نیست» تلقی می‌شود (ابن منظور، ۱۴۰۸ق، ج. ۲۲۴/۱؛ ابن اثیر، ۱۳۶۷، ج. ۲۴۸/۲). و آن را مأخوذ از آیه «إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا» (نساء/۱). و نیز از روایات پیامبر اکرم (ص) می‌دانند. خداوند در قرآن بندگان را به مراقبت سر و سرّ خویش امر می‌کند و به آنها هشدار می‌دهد موکلان الهی حتی یک لحظه از آنها غافل نیستند و تمام اعمال نیک و بد آنها را ثبت و ضبط می‌کنند. آیات «فَارْتَقِبْ إِنَّهُمْ مُرْتَقِبُونَ» (دخان/۵۹) و «إِنَّ عَلَيْكُمْ لِحَافِظِينَ كَرَامًا كَاتِبِينَ يَعْلَمُونَ مَا تَفْعَلُونَ» (انفطار/۱۲-۱۰) ناظر بر این امر هستند.

پیشگام تقسیم‌بندی و معیار اصلی تشخیص رویکرد احوال عرفانی متعلق به ابونصر سراج طوسی در کتاب «اللمع فی التصوف» است که در دوره‌های بعدی برای بسیاری از صوفیان متشروع دارای مناط اعتبار است. سراج طوسی برای اولین بار با ذکر اقوال و آرای صوفیان نسل اول، مقامات را در هفت مرتبه توبه، ورع، زهد، فقر، صبر، رضا و توکل و احوال<sup>۲</sup> عرفانی را در ده موضوع مراقبه، قرب، محبت، خوف، رجا، شوق، انس، اطمینان، مشاهده و یقین تقسیم‌بندی کرد (سراج طوسی، ۱۴۲۱ق، ص. ۵۰).

اهل عرفان عقیده دارند زمانی که خداوند متعال بر انسان رقیب است، انسان نیز باید از خود مراقبه کند؛ مراقبت بنده به حق آن است که خدا را در جمیع احوال و اعمال بر خود ناظر بداند و در تمامی آثار و خواطر و حرکاتش، مراقب خویشتن باشد تا از این طریق رضایت خداوند جلب شود (سعیدی، ۱۳۹۲، ص. ۹۵۸)؛ چنانکه پیامبر اسلام (ص) فرموده است: «الإحسان أن تعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه فإنه يراك؛ نیکی و احسان این است که خداوند را به گونه‌ای عبادت کنی مثل اینکه او را می‌بینی که اگر تو او را نمی‌بینی او تو را می‌بیند» (متقی، ۱۴۱۹ق، ج. ۲۲/۳). ابن عربی مراقبه را در خداوند و بنده به صورت توأمان به کار می‌برد و مراقبه را در زمره مقامات می‌شمرد. او مراقبت را صفت الهی می‌داند که ریشه در این آیه قرآنی دارد: «كَانَ اللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ رَقِيبًا» (احزاب/۵۲)، یعنی خداوند علاوه بر مالکیت شیء بر صفات و حالات او نیز اشراف دارد (ابن عربی، ۱۹۹۴م، ج. ۲۲۹/۱۴). شیخ اکبر باور دارد صفت مراقبه باید در قاموس تعاریف انسان جای بگیرد، زیرا خداوند کسی نیست که در او هام و افهام ضبط شود یا زمان محدودش کند. عاری از صفات و احکام است و کسی که صفات را نمی‌پذیرد چگونه مراقبه شود؟ در نتیجه، خداوند «رقیب» است نه مراقب. «حفیظ» است نه محفوظ. در واقع، آن چیزی که انسان را حفظ می‌کند، اعتقاد او در قلبش است و این قلب همان استعداد روحانی است که پروردگارش را فرا می‌گیرد (ابن عربی، ۱۳۹۳، ج. ۳۵۰/۷).

در این جستار، بر آن هستیم تا با بررسی حال مراقبه در اندیشه مولانا و عزالدین کاشانی، به این پرسش مهم پاسخ دهیم: وجوه اشتراک و افتراق آرای این دو اندیشمند متصوفه درباره مراقبه چیست؟ نگارندگان از رهگذر بررسی نظرات مولانا و کاشانی، حلقه‌های اتصالی مشترک آرای آن دو و احیاناً نوع تلقی متمایز و نتایج صریح را باز نمایند.

<sup>1</sup> Meditation

<sup>2</sup> States/Spiritual States

## ۲- مبانی نظری و پیشینه پژوهش

متصوفه بر آن است که تمامی انبیا و بزرگان طریقت در خلوت و جلوت، مراقب احوال خویش بوده‌اند. نمونه‌های اولیه اقوال مشایخ متصوفه در کتاب *اللمع حاکی* از توجه بزرگان متصوفه به حال مراقبه دارد؛ چنانکه ابوسلیمان دارانی می‌گوید: «آنچه در قلب است چگونه از خداوند پنهان می‌ماند در حالی که خداوند، القاکننده هر چیزی بر قلب است» (سراج طوسی، ۱۴۲۱ق، ص. ۵۲).

جنید از ابراهیم الاجری نقل می‌کند که او می‌گفت: «ذره‌ای توجه به سوی خداوند بهتر از تابش خورشید بر اوست» یا حسن بن علی دامغانی سفارش می‌کرد که «عَلَيْكُمْ بِحِفْظِ السَّرَائِرِ، فَإِنَّهُ مُطَّلِعٌ عَلَى الضَّمَائِرِ؛ بر شما باد که مراقب اسرار درون باشید زیرا که خداوند، آگاه بر درون‌هاست» (سراج طوسی، ۱۴۲۱ق، ص. ۵۲). ابونصر سراج طوسی اهل مراقبه را به سه دسته تقسیم می‌کند: ۱) پوشیده‌داشتن رازها و آگاهی از اینکه خداوند بر سر دل‌ها آگاه است. ۲) آنان که خدا را با خدا مراقبت می‌کنند تا هرچه جز خدا در دل دارند فنا سازند و پیرو رفتار و کردار و اخلاق حضرت پیامبر (ص) باشند. ۳) حال بزرگان است، اینان به خدا می‌نگرند و هم از خدا می‌خواهند که یاری‌شان کند، زیرا خداوند برگزیدگان را به حال خودشان و نمی‌گذارد و همواره خود سرپرست آنهاست به استناد «هُوَ يَتَوَكَّلُ الصَّالِحِينَ» (اعراف: ۱۹۶) (سراج طوسی، ۱۴۲۱ق، ص. ۵۲).

عطار نیشابوری نیز در *تذکره الاولیاء*، در شرح احوال جنید می‌نویسد: «به پاسبانی دل مشغول شد و سجاده در عین مراقبت بازکشید تا هیچ دون حق بر خاطر او گذر نکرد...» (عطار نیشابوری، ۱۳۷۰، ج. ۷/۲). حقیقت مراقبه از نظر جنید آن حالی است که «مراقبت را انتظار می‌کنند آنچه از وقوع او ترسند. لاجرم خلقی بود چنانکه کسی از شیخون ترسد، نخسبد. قال الله تعالی: «فَارْتَقِبْ» (ر.ک: دخان: ۱۰) (عطار نیشابوری، ۱۳۷۰، ج. ۳۳/۲). ذوالنون مصری عقیده داشت هر کس در احوال درونی خویش خداوند را مراقبت کند، خداوند نیز او را در حرکات ظاهر مراقبت کند (عطار نیشابوری، ۱۳۷۰، ج. ۱۳۱/۱). ابن اسباط از جمله مشایخی است که برای مراقبه پنج علامت قائل است: «برگزیدن آنچه خدای تعالی برگزیده است و عزم نیکو کردن به خدای تعالی و شناختن افزونی و تقصیر از جهت خدای و آرام گرفتن دل به خدا و منقطع شدن از جمله خلق خدا» (عطار نیشابوری، ۱۳۷۰، ج. ۷۸۷/۲).

ابوالقاسم قشیری در رساله خویش با تمسک به حدیث «الإحسان أن تعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه فإنه يراك» و تفسیر آن درباره مراقبه می‌گوید: «این قول که گفت اگر تو او را نبینی دانی که او تو را می‌بیند اشارت به مراقبه کرد و... و هر که از این جمله غافل بود او دور است از بدایات وصلت فکیف از حقایق قربت» (قشیری، ۱۳۸۸، ص. ۲۸۹).

ابوطالب مکی در *قوت القلوب* بر آن است که مراقب از سه حال خارج نیست: نخست اینکه پروردگارش او را به عملی امر یا از عملی نهی فرموده است. دوم اینکه خدای علیم او را به کاری مستحب تشویق کرده است. سوم اینکه خدای حکیم چیزهایی که به صلاح بدن و قلبش است، بر او مباح کرده است. در غیر این سه حالت، تجاوز از حدود الهی است. بنده باید در این سه حال، مراقب اعمال خویش باشد، به اوامر الهی عمل کند، از نواهی دست بکشد، آنگاه برای بهره بیشتر در حد امکان، نوافل و مستحبات را انجام دهد و برای کسب توش و توان لازم در ترک محرّمات و انجام واجبات و مستحبات، به کارهای مباح تن دهد (مکی، ۱۴۱۷ق، ج. ۱۶۴/۱).

روزبهان بقلی شیرازی و عبدالرزاق کاشانی عقیده دارند مراقبه به منظور مواظبت از قلب و نفی خواطر نکوهیده است. از نظر آنان، خاطر خطایی است که بر قلب انسان وارد می‌شود، می‌گذرد بدون اینکه در آن قرار بگیرد و چهار نوع خاطر ربانی، ملکی، نفسانی و شیطانی وجود دارند که در اصطلاح ایشان، خاطر ربانی، خاطر حق است، خاطر ملکی الهام، خاطر نفسانی هاجس و خاطر شیطانی وسواس خوانده می‌شود (بقلی شیرازی، ۱۴۲۸ق، ص. ۱۰؛ قاسانی، ۱۴۲۶ق، ج. ۳۶۵/۲).

ابن عربی، در *فتوحات مکیه*، مراقبه بنده را به سه نوع تقسیم می‌کند. بخش اول شامل مراقبه حیاست که در آن بنده، خداوند را حاضر بر اعمال خویش می‌بیند و از انجام گناه در حضور او شرم می‌کند، زیرا به مصداق «أَلَمْ يَعْلَمْ بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى» (علق: ۱۴) خداوند

همه چیز را نظاره‌گر است. بخش دوم مراقبه قلب به استناد آیه «سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَ فِي أَنفُسِهِمْ» (فصلت: ۵۳) برای مشاهده نشانه‌های الهی در آفاق و انفس است. و بخش سوم مراقبه انجام وظایف شرعی است (ابن عربی، بی تا، ج. ۲۰۸/۲-۲۰۹).

پیشینه این پژوهش در سه دسته قابل بررسی است:

**دسته اول:** پژوهش‌هایی که صرف‌نظر از آرای مولانا و کاشانی، بر دامنه ثابت این پژوهش، یعنی «مراقبه» در حوزه شریعت و طریقت تأکید دارند و عبارت‌اند از:

- «مراقبه معنوی و محاسبه نفس با تأکید بر سیره علمای ربانی» (پاک‌نیا، ۱۴۰۲، صص. ۸۹-۹۸).

- «جایگاه مراقبه در اخلاق عقلی» (مطیعی و رضایا شیرازی، ۱۳۹۶، صص. ۱-۲۰).

■ تمرکز پژوهش‌های بالا بر روی «مراقبه» در حوزه شریعت و بنیان‌های معرفتی دین نیز هست و نقشه‌راهی برای تهذیب نفس، تعالی روح، و تربیت معنوی تلقی می‌شوند. به بیان دیگر، تأکید نگارندگان بر نوع تلقی از مراقبه نشانگر این است که این آموزه‌ها از سنخ دستورهای سلوکی صرف نیستند، بلکه دارای پشتوانه‌ای وحیانی و روایی هستند و در بطن فرهنگ دینی، جایگاهی ریشه‌دار دارند.

- «جایگاه مراقبه در طریقت» (ابوالحسنی، ۱۳۹۲، صص. ۶۳-۷۴)

**دسته دوم:** پژوهش‌هایی که به صورت تطبیقی، اشتغال بر آرای اندیشمندان متصوفه و سایر ادیان دارند:

- «مراقبه به روایت یوحنا صلیبی و علاءالدوله سمنانی» (جعفری و همکاران، ۱۴۰۱، صص. ۸۷-۱۰۴).

- «مراقبه (دهیانه) در مهیانه بودایی بر اساس آمیتایور دهیانه سوتره» (افراشته و محمودی، ۱۴۰۱، صص. ۲۹-۴۶).

- «مراقبه در چشم‌انداز ملاصدرا و اولین آندرهیل» (بیادار و امامی جمعه، ۱۳۹۵، صص. ۱۷-۳۴).

- «بررسی تطبیقی مفهوم و حقیقت مراقبه در عرفان اسلامی و عرفان بودایی» (احمدی و موحدیان، ۱۳۹۴، صص. ۷-۳۰).

- «شرایط و نتایج مراقبه و عزلت نزد محی‌الدین ابن عربی و علاءالدوله سمنانی» (افتخار و زمانی، ۱۳۹۱، صص. ۹۵-۱۱۶).

**دسته سوم:** پژوهش‌هایی که بر آرای اندیشمندان مورد بحث جستار حاضر تأکید دارند.

- «مقایسه تطبیقی جایگاه مراقبه در اشعار مولانا و عرفان اسلامی» (رضازاده زوارم و همکاران، ۱۴۰۰، صص. ۱۸۵-۲۰۳).

- «نفس‌ستیزی مولوی در مثنوی»؛ در این پژوهش، نگارنده تربیت و تهذیب نفس از طریق مجاهده و ریاضت را در دیدگاه مولانا، راهبردی بنیادین برای تعالی روح و وصول به مقام فناء فی الله تلقی می‌کند و نفس اماره را مهم‌ترین مانع سلوک الی الله و جهاد با آن را شرط تحقق قرب الهی می‌داند (حیدری نوری، ۱۳۹۵، صص. ۵-۲۶).

پژوهش‌های دیگری نیز درباره احوال عارفانی در آرای مولوی و سایر اندیشمندان متصوفه به سامان رسیده‌اند که بیان آنها به سبب خروج از دامنه ثابت و متمرکز این پژوهش، در این اندک مقال ضروری نمی‌نماید.

اما تا جایی که نگارنده توانسته است اطلاع حاصل کند، پژوهشی که حال مراقبه را در اندیشه مولوی و عزالدین کاشانی بررسی کند در شمار پژوهش‌های انجام‌شده مشاهده نشد.

### ۳- روش پژوهش

روش کار در این پژوهش رویکرد تحلیلی تطبیقی است و نوع روش تطبیقی آن نیز با ساختار مکتب تطبیقی آمریکایی هم‌خوانی دارد، زیرا در این روش مرسوم تطبیقی که در ادبیات و ادیان و عرفان مرسوم است، پژوهشگر با اندیشه کلی‌گرا به بررسی روابط فرهنگی و اندیشه‌های انسانی همت می‌گمارد و به دنبال اثبات تأثیر و تأثر تفکرات نظریه‌پردازان ادبی و عرفانی

نیست (Lawall, 1988, p. 3; Wellek, 1970, p. 4)؛ در نظر مایکل پاین<sup>۱</sup> نیز، مطالعات تطبیقی معاصر مفهوم محدود و سستی را ندارند و به مثابه یک کلیت در رشته‌های مختلف، فارغ از قید اثبات‌گرایی، آثار و موضوعات فرهنگی را تطبیق می‌دهند (رک: پاین، ۱۳۸۲، صص. ۶۳-۶۵).

#### ۴- ارزیابی مراقبه و بحث تطبیقی

##### ۴-۱- مراقبه از دیدگاه مولانا

در نظام فکری مولانا، مراقبه یکی از مؤلفه‌های بنیادین سلوک عرفانی است که در پیوند تنگاتنگ با مفاهیمی همچون ریاضت<sup>۲</sup>، حضور، تمکین و شهود قرار دارد. او مراقبه را نه یک حالت ذهنی انتزاعی، بلکه یک فرایند سلوکی می‌داند که با تلاش مستمر، پالایش نفس و تهی شدن از اوصاف فردی تحقق می‌یابد. از نگاه وی، مراقبه زمانی ممکن می‌شود که سالک با عبور از مظاهر تشمت حسی و اشتغالات ذهنی، به مرتبه‌ای از سکون و حضور درونی دست یابد که در آن، ادراک حقیقت بدون وساطت الفاظ و مفاهیم حاصل شود. بر همین اساس، مراقبه در اندیشه مولانا نه صرفاً تمرکز درونی، بلکه مرحله‌ای از حضور شهودی است که انسان را از قلمرو تلون بیرون می‌برد، به ثبات و تمکین معنوی می‌رساند. این تجربه شهودی در آثار مولانا با دقت و عمق درونی بازتاب یافته است. از نظر او، فقط کسانی که با مراقبه به تهی‌شدگی از تعینات نفسانی دست یافته‌اند، به دریافت‌های حقیقی و شهود مستقیم نائل می‌شوند؛ در حالی که صاحبان علوم رسمی در حجاب الفاظ و مفاهیم باقی می‌مانند.

مولوی توصیه می‌کند ابتدا برای گشودن راهی به سوی درون، - نه فقط در معنای فیزیکی، بلکه در سطحی عمیق‌تر - باید صداها بیرون را خاموش کرد. به بیان دیگر، خاموشی حواس پنجگانه حالتی را به دست می‌دهد که سالک از جهان بیرون برمی‌گردد تا شنونده سکوت درون باشد. اما برای شنیدن این ساحت معنوی، گوش سرری لازم است تا ابزار شنیدن حقیقت‌هایی باشد که به گوش ظاهر راه نمی‌یابد. تا زمانی که گوش ظاهر مشغول صداها دنیایی باشد، گوش باطن قادر به شنیدن نخواهد بود. در سنت عرفانی، این همان مرحله‌ای است که در آن، سالک باید تعطیل حواس کند تا قوه شهود در او فعال شود:

پنبه اندر گوش حس دون کنید      بند حس از چشم خود بیرون کنید  
پنبه آن گوش ســـــر گوش سر است      تا نگردد ایـــــن کر آن باطن کر است

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۵۶۶-۵۶۷)

مولانا با کاربست تعبیراتی همچون «بی‌حس»، «بی‌گوش» و «بی‌فکرت»، بر آن است که با خاموش کردن این سه، انسان می‌تواند صدای آن دعوت الهی را مبتنی بر «یا ایُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِی» (فجر/ ۲۷-۲۸) بشنود. این تعبیر در نظرگاه او، همان ورود به وضعیت مراقبه است؛ حالتی که در آن ذهن آرام می‌گیرد، حواس از کار می‌افتند و دل آماده دریافت الهام می‌شود:

بی‌حس و بی‌گوش بی‌فکرت شوید      تا خطاب ارجعی را بشنوید

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، بیت ۵۶۸)

مولانا در بخش‌هایی از مثنوی معنوی، گاهی واژه «مراقبه» را به صورت تلویحی به کار می‌برد و مضامین مرتبط با آن، از جمله سکوت، خاموشی، توجه به درون، مهار حواس و شنیدن صدای باطن در اشعار او موج می‌زند. خاموشی در نگاه مولوی فقط سکوت زبانی نیست، بلکه عادت دادن خود به خاموشی، به آرام کردن هیاهوی درون تعبیر می‌شود. در این شرایط، هوش و ذهن که معمولاً درگیر تحلیل و نتیجه‌گیری هستند، باید عقب‌نشینی کنند تا «گوش دل» مجال شنیدن یابد. این همان جابه‌جایی نقطه تمرکز از عقل تحلیلی به شهود بی‌واسطه است:

<sup>1</sup> Michael Payne

<sup>2</sup> Asceticism/Spiritual Discipline

گفت‌وگویی ظاهر آمد چون غبار  
مدتی خاموش خوش خو کن هوش دار  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، بیت ۵۷۷)

هوش را بگذار وانگه گوش دار  
گوش را بربرند وانگه هوش دار  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، بیت ۱۲۹۱)

گر نخواهی در تردد هوش جان  
کم فشار این پنبه اندر گوش جان  
تا کنی فهم آن معماهاش را  
تا کنی ادراک رمز و فاش را  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۱۴۵۶-۱۴۵۷)

گوش جان، به محض آنکه از آلودگی‌ها پاک شود، محل نزول معانی علوی می‌شود. این حالت روحانی بیانگر تجربه‌ای شهودی و خالص تلقی می‌شود که محصول مراقبه است:

پس محل وحی گردد گوش جان  
وحی چه بود؟ گفتنی از حس نهمان  
گوش جان و چشم جان جز این حس است  
گوش عقل و گوش ظن زین مفلس است  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۱۴۶۱-۱۴۶۲)

در منظومه فکری مولوی، مراقبه امری صرفاً ذهنی یا منفعل نیست، بلکه نتیجه سلوکی فعالانه و مجاهدانه است که از رهگذر «ریاضت» حاصل می‌شود. به بیان دیگر، مراقبه در عرفان مولوی حالتی نیست که بی‌مقدمه بر سالک وارد شود، بلکه محصول پالایش تدریجی نفس و زدودن موانع درونی است و این مهم جز از طریق ریاضت میسر نمی‌شود.

ریاضت در لغت به معنای «رام کردن و پرورش ستوران» است. در اصطلاح عرفان، تهذیب و تربیت نفس و زدودن زنگار و غبار هواجس شهوانی از آن تلقی می‌شود. در واقع، همین ریاضت و مراحل آن انسان را به مراقبه رهنمون می‌شود و مس وجود او را تبدیل به زر می‌کند:

بهر آنست این ریاضت وین جفا  
تا بر آرد کسوره از نقره جفا  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، بیت ۲۳۲)

از نظر مولوی، ریاضت موجب صفای باطن می‌شود؛ یعنی روح انسان در اثر ریاضت جسمانی جلا می‌پذیرد. بنابراین، او توصیه می‌کند سالک با جان و دل طالب ریاضت باشد، زیرا در این معامله، جان سود می‌برد:

همچو آهن ز آهنی بی‌رنگ شو  
در ریاضت آینه بی‌زنگ شو  
خویش را صافی کن از اوصاف خود  
تا ببینی ذات پاک صاف خود  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۳۴۵۹-۳۴۶۰)

تا بدانی که زیان جسم و مال  
سود جان باشد رهانند از وبال  
پس ریاضت را به جان شو مشتری  
چون سپردی تن به خدمت جان بری  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، ابیات ۳۳۹۵-۳۳۹۶)

مراقبه در اندیشه مولوی مستلزم خلوتی با خویش است؛ خلوتی که در آن، ذهن از پراکندگی‌ها و جان از تعلقات تهی می‌شود. این تهی‌شدن بی‌تردید نیازمند مجاهدت مستمر و صبر بر مشقت‌هایی است که ریاضت فراهم می‌آورد؛ به همین سبب است که ریاضت، نه فرع مراقبه، بلکه مقدمه اجتناب‌ناپذیر آن تلقی می‌شود. سالک فقط زمانی به مقام حضور می‌رسد که از فقدان حضور عبور کرده باشد و این عبور جز در آتش ریاضت حاصل نمی‌شود.

با تأمل در نگاه مولانا درمی‌یابیم مراقبه در اندیشه او نه یک حالت لحظه‌ای، بلکه تجربه‌ای عمیق و فرایندی تدریجی است که سالک را از پراکندگی‌های ذهنی به حضوری زلال و بی‌واسطه از حقیقت می‌رساند. او با زبانی شاعرانه اما بن‌مایه‌ای دقیق و

ژرف، مراقبه را راهی برای گذار از ظاهر به باطن و از دانش نظری به شهود درونی می‌داند. اما این تنها روایت از مراقبه در سنت عرفانی نیست. عزالدین کاشانی، از چهره‌های برجسته عرفان نظری، با نگاهی فلسفی تر و با تأکید بر ساختارهای سلوکی دقیق، ابعاد دیگری از این ساحت معنوی را نمایان می‌کند. در ادامه، دیدگاه او را واکاوی می‌کنیم تا با مقایسه‌ای میان دو افق فکری، وجوه اشتراک و افتراق در تعریف، مسیر و مقصد مراقبه روشن تر شود.

## ۲-۴- مراقبه از نظر عزالدین کاشانی

عزالدین کاشانی در تعریف مراقبه به آیه مشهور «إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا رَقِيبًا» (نساء/۱) استناد می‌کند؛ او میان معنای عرفانی مراقبه و معنای قرآنی «رَقِيب» پیوند برقرار می‌کند، به گونه‌ای که مراقبه عبارت است از آگاهی دائم سالک به این حقیقت که حق تعالی همواره ناظر و آگاه بر اوست. با این حال، کاشانی در تبیین سلوک مبتنی بر مراقبه، از سخت‌گیری بیش از اندازه بر نفس و گرایش به رهبانیت باز می‌دارد و تأکید می‌کند که سالک ممکن است در برخی اوقات از مراقبه و مرارت‌های آن ناتوان و دچار غلبه و سواس یا مشتبهات شود؛ در این صورت، به جای اصرار بر فشار بی‌وقفه، سزاوارتر آن است که «نفس را ساعتی به خواب استراحت دهد تا از کلال و تعب برآساید و دیگر باره از سر نشاط و رغبت روی به عمل آورد» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۳۲۳).

در منظومه عرفانی عزالدین محمود کاشانی، مراقبه به عنوان غایت و عالی‌ترین مرتبه از مراتب هفت‌گانه «خلوت»<sup>۱</sup> مطرح می‌شود. وی در مصباح‌الهدایه، «خلوت» را مجموعه‌ای از مراحل سلوکی برای تصفیه باطن می‌داند که با مخالفت با نفس، «ریاضت» و «ذکر»<sup>۲</sup> همراه است. این مراحل هفت‌گانه عبارت‌اند از: «تقلیل طعام، دوم قَلت منام، سوم قَلت کلام، چهارم ترک مخالطت انام، پنجم مدامت بر ذکر، ششم نفی خواطر، هفتم مراقبه؛ تا به هر یکی از این اجزاء جزوی از کثافت و کدورت و ظلمت، از وی تحلیل برود و خفیف و لطیف و صافی گردد» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۳).

این تفسیر از کاشانی برای اینکه خلوت در معنای عام و مراقبه در زیرمجموعه آن آورده شده، عقیده‌ای است که در نزد بزرگان متصوفه نیز دارای گونه‌های مختلف دارد؛ برای مثال، ابن عربی، برعکس سایر متصوفه، «مراقبه» را از مقامات عرفانی می‌داند و برای نیل این مقام، «ریاضت» را امری لازم تلقی می‌کند (ابن عربی، ۱۳۹۳، ج. ۳۴۹/۹). شیخ اکبر در بیان سایر مراحل «مقام مراقبه»، «عزلت و خلوت» را برای سالک پیشنهاد می‌کند. عزلت<sup>۳</sup> از نظر ابن عربی دو قسم است: عزلت مریدین بالاجسام از مخالطت اغیار و عزلت محققین به دل از اکوان که برای معتزلین سه نیت وجود دارد: یکی نگهداشتن خود از شر مردم، دوم مردم از شر خود و سوم ایثار صحبت مولی. از نظر شیخ، برترین و اعلاهی مردمان کسانی هستند که به نفس خود عزل کنند برای ایثار هم‌نشینی پروردگار خود. نتایج این حال آگاهی بر سر وحدانیت و معارف الهی و گذر از معرفت دنیا تلقی می‌شود. ابن عربی بالاترین احوال عزلت را «خلوت» می‌داند. در این حال، سالک باید از «ملاً اعلی» نیز خلوت‌گزیند (ابن عربی، ۱۳۶۷، ص. ۵۲).

از دیدگاه کاشانی، مراقبه، به مثابه اوج مراتب خلوت، مصداق بارز اتصال قلبی به حضرت حق تلقی می‌شود. در این مقام، سالک باید در ظاهر و باطن خود را در برابر حضرت ربوبی عرضه کند و با وقار و احترام تام به ذکر مشغول شود تا بدین وسیله متعرض نفحات الهی و مستعد نزول فیض ربانی شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۵). وی در تبیین این معنا، بر حالت پیامبر اکرم (ص) در غار حراء استناد می‌کند؛ جایی که شوق لقای الهی و محبت راستین موجب انقطاع ایشان از خلق و اشتغال شبانه‌روزی به ذکر می‌شد (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۵۱).

<sup>1</sup> Solitude/Seclusion

<sup>2</sup> Dhikr (Remembrance)

<sup>3</sup> Isolation/Withdrawal

کاشانی شرط تحقق مراقبه را پاک‌سازی تدریجی باطن می‌داند و از این رو، بر مقدمات خلوت تأکید می‌ورزد. برای نمونه، دربارهٔ تقلیل طعام، وی معتقد است این امر سبب فنای صفات خاکی و تحلیل کثافات جسمانی می‌شود. به باور وی، اهل مراقبه برای رسیدن به درجات عالی، باید طعام را به حداقل برسانند، به گونه‌ای که گروه اقویا فقط هر سه شب یکبار غذا تناول می‌کنند (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۶). او این کاهش خوراک را نه فقط موجب تقویت قوای عبادی، بلکه راهی برای ظهور علوم لدنی و فنای خواطر دنیوی می‌داند (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۶).

در ادامه، تقلیل منام به عنوان یکی دیگر از شروط مهم مراقبه مطرح می‌شود. کاشانی می‌نویسد سالک تا حد امکان باید از خواب احتراز کند و در صورت غلبهٔ خواب، آن را با وضو و ذکر دفع کند. از نظر وی، خواب اضطرابی چنین سالکی عین عبادت است و موجب تحلیل رطوبات بدنی، کاهش نسیان و غفلت، و در نهایت، احیای قلب می‌شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۷).

مرتبهٔ بعدی تقلیل کلام و خاموشی است. کاشانی با تصریح به آفات سخن، سکوت را شعاری برای عاقلان و اهل دل می‌داند و معتقد است در خاموشی، هیچ آفتی مترتب نیست (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۷). پس از آن، مداومت بر ذکر و تداوم حضور قلبی در ذکر از مراتب کلیدی مراقبه است. وی تصریح می‌کند سالک باید برابر قبله بنشیند و حضور ربوبی را درک کند، با وقار و در هیئت عبودیت، پیوسته در ذکر باشد تا قلبش مستعد نفحات الهی شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۵).

اما مرتبهٔ ششم، یعنی نفی خواطر، از دشوارترین مراحل مراقبه است. کاشانی بر آن است که مبتدیان به سبب ضعف تمییز، نمی‌توانند بین خواطر رحمانی و شیطانی فرق بگذارند. از این رو، پس از مدتی مراقبه، حالتی موسوم به «حدیث‌النفس» بر آنان عارض می‌شود که در آن، نفس با قلب به گفت‌وگو می‌نشیند و امور گذشته و آینده را مرور می‌کند (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۹). راه چاره نزد کاشانی تداوم ذکر و توجه به توحید است، به گونه‌ای که به‌تدریج هادهٔ حدیث‌النفس از بین می‌رود و گوش دل برای شنیدن کلام الهی آماده می‌شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۹).

در نهایت، در اوج این مراتب، مراقبه تحقق می‌یابد؛ مقامی که سالک با مداومت بر ذکر به مشاهدهٔ حقیقت توحید می‌رسد و ذکر در او متجوهر و حقیقت آن با جوهر دل متحد می‌شود. به بیان کاشانی، در این حالت، سالک همچون شجرهٔ طیبه‌ای است که اصل آن در زمین و فرعش در آسمان است و امدادهای غیبی بر او متواتراً نازل می‌شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۷۰). از نظر او، این نوع مراقبه به معنای حقیقی توجه به اطلاع حق تعالی بر احوال باطن است (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۷۱).

با این حال، کاشانی با صراحت هشدار می‌دهد سالک نباید مراقبه، ریاضت یا حتی ظهور کرامات و خوارق عادات را نهایت مطلوب بداند، بلکه اگر این حالات به ترک حدود و احکام شریعت منتهی شود، می‌توان از آنها به دام‌های استدراج الهی تعبیر کرد. او تأکید دارد سالک باید بین احوال حادث در اثر مراقبه و سلوک حقیقی به سوی قرب الهی تمایز قائل شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۴).

به این ترتیب، دیدگاه عزالدین کاشانی دربارهٔ مراقبه منظومه‌ای دقیق، هدفمند و ترکیبی از شریعت و طریقت را ترسیم می‌کند که در آن، سالک فقط از رهگذر تهذیب نفس، دوام ذکر و حفظ مرزهای شریعت می‌تواند به قرب الهی نائل شود.

## ۵- وجوه اشتراک و افتراق

### ۱-۵- تعیین مرزهای معنایی و ساختاری مراقبه

در تحلیل تطبیقی دیدگاه‌های مولانا و عزالدین کاشانی دربارهٔ مراقبه، باید به این نکته اشاره کرد که در نظرگاه کاشانی، خلوت کانون و محور اصلی سلوک عرفانی است که مراتبی مختلف دارد و اوج این مراتب در «مراقبه» تجلی می‌کند. کاشانی با توجه به تأکید بر مراحل خلوت، آن را از لحاظ معنایی به طور دقیق و سلسله‌وار طبقه‌بندی و فرایند مراقبه را به عنوان نهایت این مراتب

معرفی می‌کند. در این نگاه، هر مرحله از خلوت دارای ویژگی‌های خاص خود است و عبور از هر یک از این مراحل به طور تدریجی باعث نزدیکی بیشتر سالک به حقیقت الهی می‌شود. تعیین حدود و ثغور خلوت در اندیشه کاشانی منجر به تبیین دقیق‌تر از این مفهوم می‌شود.

اما در دیدگاه مولانا، مفهوم «مراقبه» مرزهای معنایی و سلسله‌مراتب خاصی ندارد و «خلوت» و «مراقبه» و «عزالت» به طور هم‌معنا به کار می‌روند و تأکید بر ابعاد معنوی و روحی مراقبه، به مثابه حضور، بیش از هر چیز مشهود است. ولی در مفهوم «ریاضت» و تفاوت آن با «مراقبه»، ملاحظه می‌شود ریاضت از نظر مولانا زمینه‌ساز مراقبه است. وقتی نفس از علائق و تعلقات تخلیه شد و صفا یافت، آماده حضور و مراقبت دائمی از حضور حق می‌شود. بنابراین، می‌توان گفت ریاضت مرحله تخلیه و مراقبه مرحله حضور است. در نتیجه، از نظر مولوی، این دو یکسان نیستند، اما کاملاً به هم پیوسته‌اند. ریاضت همانند کوره‌ای است که ناپاکی‌ها را می‌زداید، و پس از آن، مراقبه میسر می‌شود:

همچو آهن ز آهنی بی‌رنگ شو / در ریاضت آینه بی‌زنگ شو  
خویش را صافی کن از اوصاف خود / تا ببینی ذات پاک صاف خود  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۳۴۵۹-۳۴۶۰)

بنابراین، می‌توان گفت منظومه فکری عزالدین کاشانی در تقسیم‌بندی و تعیین حدود و ثغور «مراقبه و خلوت» دقیق‌تر از مولوی است، زیرا او مراقبه را اوج مراتب خلوت می‌بیند. در حالی که در اندیشه مولانا، این مراتب و تقسیم‌بندی‌ها به طریقی دقیق‌تر تبیین نمی‌شوند و فقط از این میان، مرز معنایی «ریاضت» و ارتباط آن با «مراقبه» معلوم می‌شود و نگارندگان در تحلیل دیدگاه مولانا، با تأسی از منظومه فکری او، «خلوت» و «عزالت» را نیز در معنای عام «مراقبه» لحاظ می‌کنند.

## ۲-۵- مراقبه، ابزاری برای رهایی از تعلقات دنیوی

هم مولانا و هم عزالدین کاشانی مراقبه را وسیله‌ای برای رهایی از تعلقات دنیوی و رسیدن به حضور باطن در محضر الهی می‌بینند. در دیدگاه هر دو، هدف اصلی مراقبه، پاک‌سازی دل از خواطر نفسانی و رسیدن به حقیقت است. مولانا در مثنوی معنوی، تأکید دارد برای تهذیب نفس باید از دنیا و مادیات دوری جست و به خلوت و مراقبه روی آورد:

پر نـتـنـیـانی کند رو خلوت گزین / تا نگردي جمله خرج آن و این  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۵، بیت ۷۱۷)

عزالدین کاشانی نیز مانند مولانا معتقد است اصل خلوت روی‌برگرداندن از هر چیزی است که سالک را از حق مشغول می‌کند و کمال خلوت به این معناست که جهان عارف تا ابد خلوت است و چیزی غیر از الله در آن وجود ندارد و حتی خود عارف هم حضور ندارد (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۰). این دیدگاه را از کاشانی در بیتهای زیر می‌یابیم:

روی در دیوار کن تنها نشین / وز وجود خویش هم خلوت گزین  
(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، بیت ۶۴۵)

در همین راستا، کاشانی نیز خلوت را به عنوان ابزار اساسی در تهذیب نفس و نزدیکی به خداوند مطرح می‌کند و می‌نویسد مراقبه به عنوان فرایندی از انقطاع و غلبه بر تعلقات، سالک را به حضور الهی رهنمون می‌شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۰). از نظر مولوی، سالک برای تهذیب نفس باید مراقبه کند و در مراحل گوناگون خلوت‌نشینی و مراقبه، با عوامل تحریک نفس، دست‌وپنجه نرم کند تا با غلبه بر هواجس و مادی‌طلبی نفس، صفای دل حاصل کند (زمانی، ۱۳۸۶، ص. ۶۴۰). از این رو، مولانا اعراض از خلق و توجه به مراقبه و عزالت را به مردمان توصیه می‌کند:

قعر چه بگـزید هرکه عاقل ست  
 ظلمت چه به که ظلمت‌های خلق  
 زانک در خلوت، صفاهای دل ست  
 سر نبرد آنکس که گیرد پای خلق  
 (مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۱۲۹۹-۱۳۰۰)

که مرا عیسی چنین پیغام کرد  
 روی در دیوار کن تنها نشین  
 کز همه یاران و خویشان باش فرد  
 وز وجود خویش هم خلوت گزین  
 (مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۶۴۴-۶۴۵)

البته گفتنی است، از نظر مولوی، اعراض از خلق و روی آوردن به مراقبه، آن رهبانیت مذموم در دیدگاه اسلام نیست، بلکه اعراض از آن دسته مردم عوامی است که انسان را به دنیا مشغول می‌دارند، زیرا آدمیان از راه هم‌نشینی بر یکدیگر اثر می‌گذارند و هم از اغیار اثر پذیرند. در نتیجه، مولوی تأکید دارد اگر مصاحبتی هم باشد فقط با صالحان و پاکان رواست:

هرکه خواهد هم‌نشینی خدا  
 از حضور اولیاء گر بگـسلی  
 تا نشینند در حضور اولیا  
 تو هلاکی ز آنکه جز و بی‌کلی  
 (مولوی، ۱۳۸۶، د. ۲، ابیات ۲۱۶۳-۲۱۶۴)

### ۳-۵- تقلیل طعام و نقش آن در مراقبه

در منابع دینی، پرخوری نه فقط به عنوان یک رفتار ناپسند جسمانی، بلکه عامل تبعات روحی نیز شناخته شده است. امام صادق (ع) در حدیثی می‌فرماید: «ما من شیءٍ أضرَّ لقلب المؤمن من كثرة الأكل...» (کلینی، ۱۳۶۳، ج. ۶/۲۷۰). این روایت به روشنی نشان می‌دهد کم‌خوری نه صرفاً یک دستور بهداشتی، بلکه توصیه‌ای معنوی برای حفظ سلامت قلب و قوای نفسانی است.

در آموزه‌های نبوی، افراط در خوردن و آشامیدن نه فقط یک رفتار ناپسند جسمانی، بلکه نشانه نوعی غفلت معنوی و دنیاگرایی شمرده شده است. این نگرش در حدیثی از پیامبر اکرم (ص) به وضوح نمایان است؛ آنجا که سه گروه را از سخت‌ترین عذاب‌شدگان در قیامت معرفی می‌کند: «أشدّ الناس عذاباً يوم القيامة، العالمُ الذی لم ینفعه علمه، ومحبّ الدنیا، والمکثر من الطعام والشراب؛ سخت‌ترین مردم از نظر عذاب در روز قیامت، عالمی است که علمش سودی به حالش نبخشید، و دوست‌دار دنیا، و کسی که در خوردن و آشامیدن افراط کند» (ابن‌فهد الحلّی، ۱۳۷۸ق، ص. ۲۴۴).

این روایت پرخوری را در ردیف دنیاپرستی و علم بی‌عمل قرار داده است و چنین جایگاهی حکایت از آن دارد که «کثرت طعام» در منطق دینی فقط زیان بدنی ندارد، بلکه مایه سقوط معنوی و زمینه‌ساز قساوت قلب و دوری از خداست.

از نگاه شیخ کاشانی، تقلیل طعام نه فقط مقدمه‌ای برای خلوت و دوام ذکر است، بلکه دارای تأثیرات عینی و قوی بر ساختار روحانی سالک است. وی معتقد است غذاهای مادی اجزای ترابی بدن را کثیف و سنگین می‌کنند و مانع نورانیت قلب می‌شوند. در مقابل، امساک از طعام به تحلیل این اجزای زمینی می‌انجامد و موجب تخفیف صفات خاکی و به تبع آن، تجلی خواطر رحمانی و کاهش خواطر نفسانی می‌شود. وی می‌نویسد: «قلّت طعام را در تقلیل و تحلیل اجزای ترابی که مایه کدورت و ظلمت و کثافت‌اند، اثری تمام است» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۶).

مولانا با نگاهی ذوقی-عرفانی، تقلیل طعام را نه فقط عامل تلطیف باطن و آمادگی برای مراقبه می‌داند، بلکه آن را شرط ورود به خوان آسمانی و طعام الله می‌شمارد. از نظر او، انسان در قید طعام دنیوی، از درک و تجربه طعام معنوی محروم می‌ماند. از همین رو، او به امساک از خوراک جسمانی دعوت می‌کند تا قلب سالک مهیای دریافت «رزق آسمانی» شود و اگر در اثر این تقلیل، جسم انسانی نزار و ضعیف شود، به عوض آن، هشت جنت در قلب او شکفته می‌شوند:

لب فرو بند از طعام و از شـــراب	سوی خـوان آسمانی کن شـــتاب
دم به دم بـــر آســـمان می دار امید	در هوای آســـمان رقصان چو بید
دم به دم از آســـمان می آیدت	آب و آتـــش رزق می افـــزایدت
خلق گوید مـــرد مسکین آن فلان	تـــو بگویی زنده ام ای غافلان
گر تن من هم چو تن ها خفته است	هشت جنت در دلم بشکفته است
گر نخواهد بی بدن جان تو زیست	فی السماء رزقکم روزی کیست

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۵، ابیات ۱۷۳۰-۱۷۳۲، ۱۷۳۶-۱۷۳۷، ۱۷۴۲)

مولوی بر آن است که تقلیل طعام‌های دنیایی که پرورش جسم انسان را به دنبال دارد، منجر به متنعم شدن از طعام الله می‌شود و سالک حقیقی از محبوب حقیقی انتظار طعام و نان ندارد، بلکه به دنبال طعام‌های معنوی است که روح او را جلا می‌دهد. روح انسان نیاز به خوراک دنیایی ندارد، بلکه هدیه‌های آسمانی را می‌طلبد که در کمال سلوک او سودمند است. برای نیل به طعام الله، صبر بر گرسنگی جسم ضروری است:

از طعام الله و قـــوت خوش گوار	بر چنان دریا چو کشتی شو سوار
باش در روزه شکیبایا و مصر	دم به دم قـــوت خدا را منتظر
که آن خدای خوب کار بر دبار	هدیه‌ها را می‌دهد در انتظار

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۵، ابیات ۱۷۴۸-۱۷۵۴)

از نظر شیخ کاشانی، تقلیل طعام نقشی اساسی در مسیر مراقبه، دوام ذکر و تصفیة باطن ایفا می‌کند. وی این عمل را نه فقط ریاضتی جسمانی، بلکه سلوکی روحانی می‌داند که به پالایش قوای نفسانی و رهایی از کدورت‌های بشری منجر می‌شود. در نگاه او، تقلیل طعام زمینه‌ساز فروکاستن از صفات خاکی و جسمانی و در نهایت منتهی به نورانی شدن قلب و دریافت برخی از علوم لدنی و الهامی است. به بیان دیگر، استمرار در تقلیل طعام و خلوت نوعی زمینه معنوی برای جایگزینی خواطر رحمانی به جای خواطر حسی و دنیوی فراهم می‌آورد؛ حالتی که گاه سالک را به مرتبه‌ای از تصرف در نفوس دیگران نیز می‌رساند.

با وجود این، کاشانی با نگاهی آسیب‌شناسانه و هشدارآمیز، نسبت به آفات این مرحله از سلوک هشدار می‌دهد. او معتقد است ممکن است برخی سالکان، به واسطه مراقبه و دست‌یابی به تجلیاتی محدود، دچار فریب و غرور شوند و این تجلیات را مقصد نهایی سلوک بپندارند. چنین خطایی، از نظر او، ناشی از استیلائی خواطر شیطانی و تغیر روحانی است که پیامد آن غفلت از جایگاه شریعت، بی‌اعتنایی به وقار نبوت و در نهایت، سقوط از مسیر هدایت است. کاشانی به‌صراحت یادآور می‌شود مقصود نهایی از ریاضت و خلوت قرب حضرت حق است، نه ظهور کرامات و خوارق عادات. او تأکید می‌کند: «مراد ایشان از خلوت و ریاضت، ظهور کرامات و خوارق عادات بود، نه قرب حضرت عزت؛ اگر چیزی از مطلوب برایشان منکشف شود، عین مکر و استدراج بود و سبب بُعد، حماقت و غرور» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۴).

در ادامه، وی تصریح می‌کند اگرچه فراغت از شواغل، قلت طعام، و دوام ذکر در تصفیة باطن و تنویر قلب و حتی در ظهور برخی از علوم نامکتسب مؤثر است، توقف در این مراحل و خلط آن با مقامات متعالی سلوک، انحرافی خطرناک در مسیر مراقبه به شمار می‌رود. به باور او، سالکی که از تمایز میان احوال و مقامات غفلت ورزد، ممکن است به تدریج از التزام به حدود و احکام شرع فاصله بگیرد و در نتیجه، از مسیر عبودیت به راه قهقرا بازگردد و از حضرت حق مردود و مطرود شود؛ چنانکه هشدار می‌دهد: «پندارد که مقصود اعلی و مقصد اعلی از خلوت آن است، و به تغیر شیطان مغرور گردد... بر ترک حدود

و احکام الهی مبالغه‌آمیز، تا به طریق قهقری از شارع بازگردد و مردود و مطرود شود» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۴). در نتیجه، سالک باید تمایز احوال حادث در اثر مراقبه را از سلوک متعالی و عبور از وادی‌های عرفانی تشخیص دهد و در مراقبه و ریاضت و خلوت متمکن نشود.

مولانا نیز همچون شیخ کاشانی بر نقش اساسی تقلیل طعام در نیل به مقامات معنوی تأکید کرده است. او با بهره‌گیری از ذوق شاعرانه و تمثیل‌های متنوع، این معنا را تبیین می‌کند که خوراک مادی در تعالی سلوک نقشی ندارد و توان عبودیت انسان در برابر حق وابسته به قوای جسمانی نیست، بلکه این توان از رهگذر تقلیل طعام و بهره‌مندی از طعام معنوی و قوت الهی حاصل می‌شود.

مولوی برای اثبات این دیدگاه، به سرشت فرشته وحی، جبرئیل امین، اشاره می‌کند و بر آن است که نیروی او برخاسته از خوراک دنیوی نیست، بلکه این قوت از سوی حق به وی عطا شده است و ماهیتی فرامادی دارد. در همین راستا، مولانا، ابدال را نیز، به سبب تزکیه نفوس، در مرتبه‌ای برتر از فرشتگان می‌نشانند، زیرا اگر عقل مجردی همچون جبرئیل منشأی الهی دارد، پس به طریق اولی، قوت اولیای الهی نیز از مبدأ قدسی سرچشمه می‌گیرد، نه از طعام مادی:

قوتت از قوت حق می‌زهد	نه از عروقی کز حرارت می‌جهد
این چراغ شمس کو روشن بود	نه از فتیل و پنبه و روغن بود
قوت جبرئیل از مطبخ نبود	بود از دیدار خلاق وجود
همچنان این قوت ابدال حق	هم ز حق دان نه از طعام و از طبق
جسم‌شان را هم ز نور اسرشته‌اند	تا ز روح و از ملک بگذشته‌اند

(رک: مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، ابیات ۳-۸)

#### ۴-۵- تقلیل منام و نقش آن در مراقبه

تقلیل خواب، در ساحت سلوک، به مثابه عاملی برای افزایش حضور آگاهانه و بیداری روحانی تلقی می‌شود. خواب بیش از حد در متون دینی نه فقط مخل بیداری ظاهری، بلکه مزاحم بیداری باطنی دانسته شده و از آن به عنوان عامل غفلت، تنبلی و دوری از ذکر حق یاد شده است. بیداری شبانه و تهجد، در مقابل، فرصتی برای خلوت با خدا و تمرین حضور دائم در محضر الهی تلقی شده است. پیامبر اسلام (ص) در مذمت خواب بسیار فرموده است: «إِيَّاكُمْ وَ كَثْرَةَ النَّوْمِ فَإِنَّ كَثْرَةَ النَّوْمِ يَدْعُ صَاحِبَهُ فَقِيْرًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ» (مفید، بی‌تا، ج. ۲۱۸/۱) و نیز امام صادق (ع) می‌فرماید: «كَثْرَةُ النَّوْمِ مَذْهَبَةٌ لِلدُّنْيَا وَلِلدُّنْيَا؛ پرخوابی از بین برنده دین و دنیاست» (کلینی، ۱۳۶۳، ج. ۸۴/۵). از این رو، اصل «أقل النوم» نه صرفاً توصیه‌ای تجربی در متون سلوکی است، بلکه ریشه در آموزه‌های دینی دارد و در شمار توأسی معنوی و جسمی مورد توجه منابع حدیثی قرار گرفته است.

تقلیل منام یکی از ارکان تهذیب نفس و ابزارهای مراقبه نیز محسوب می‌شود. عزالدین کاشانی، پس از تأکید بر تقلیل طعام، تقلیل خواب را نیز از شرایط اساسی اهل سلوک می‌داند و آن را عنصری بنیادین در مسیر تزکیه و بیداری قلب معرفی می‌کند. وی سالک را به احتراز از خواب تا حد امکان توصیه می‌کند و باور دارد در صورت غلبه خواب، سالک باید با وسایلی همچون تجدید طهارت و اشتغال به ذکر، بر آن غلبه یابد. در صورتی که غلبه بر خواب ممکن نباشد و سالک از سر اضطراب و ضرورت ناچار به خواب شود، این خواب نیز به سبب نیت صادق و ضرورت سلوکی، در حکم عبادت خواهد بود. کاشانی بر آثار باطنی و جسمانی شب‌زنده‌داری تأکید دارد و آن را مؤثر در تحلیل رطوبات بدن و کاهش اسباب فراموشی، عصیان، جهل و غفلت می‌داند. به تعبیر وی، «بلید که تا بتواند خواب نکند و هرچند نوم غالب می‌گردد آن را به تجلید طهارت یا اشتغال به وردی

دفع می‌کند... و هر خواب که بر سیبیل صورت و اضطراب بود عین عبادت باشد. چه دفع کلالت حواس و ملالت نفس که موجب فقدان روح طاعت و ذوق عبادت‌اند بدان میسر شود... و دوام سهر در تحلیل رطوبات بدنی و تقلیل مواد نسیان و عصیان و جهل و غفلت به‌غایت مؤثر است و در امانت نفس و احیاء قلب نیک مفید» (کاشانی، ۱۳۹۱، صص. ۱۶۶-۱۶۷).

از سوی دیگر، مولانا نیز با تأکید بر صفت «قلیل النوم» به مثابه خصیصه بارز اهل مراقبه، به ویژه اهل تهجد، بر اهمیت سهر در تقویت حالت عبادت و ذکر مستمر تأکید می‌ورزد. وی نیز همچون کاشانی، خواب اضطرابی و اندک اولیاء را نه فقط مذموم نمی‌داند بلکه آن را همچون «چاشنی» و مددکار دوام عبادت تلقی می‌کند. مولانا از منظری شهودی و تمثیلی، خواب اولیاء را همچون قیام و بندگی اصحاب کهف می‌داند که در خواب نیز در حال تقلب و حرکت و در مدار قرب هستند. در بخشی از مثنوی معنوی می‌گوید:

اندکی صبر بکن از خواب و خور	ارمغان بهر ملاقاتش ببر
شو قلیل النوم مما یهجعون	باش در اسحار از یستغفرون
حاملی تو مر حواسست را کنون	کند و مانده می‌شوی و سرنگون
چونک محمولی نه حاهل وقت خواب	ماندگی رفت و شدی بی رنج و تاب
چاشنیی دان تو حال خواب را	پیش محمولی حال اولیا
اولیا اصحاب کهنند ای عنود	در قیام و در تقلب هم رقود

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۳۱۹۱-۳۱۹۲، ۳۱۹۷-۳۲۰۰)

از نظر مولانا، خواب برای اولیای الهی به سبب صفای باطن و اخلاص نیت، ترجمان عبادت است؛ چنانکه تعبیر «اولیا اصحاب کهنند» نشانگر نوعی «حضور معنوی» در خواب است. به تعبیر وی، آنگاه که انسان «محمول» فضل الهی باشد، نه «حامل» قوای مادی، خواب نیز به عبادت بدل می‌شود و رنج و ملال از او رخت برمی‌بندد.

## ۵-۵- تقلیل کلام و نقش آن در مراقبه

کم‌گویی در سنت مراقبه اسلامی، نه به مثابه انزوای کلامی یا خاموشی محض، بلکه به عنوان مهار آگاهانه قوه ناطقه در راستای صیانت از جان، تمرکز قوای ذهنی و مراقبت از لغزش‌های گفتاری تلقی می‌شود. افراط در سخن، افزون بر پراکندگی حواس و فرسایش قوه تأمل، موجب سلب حضور قلب و سستی در بیداری باطنی می‌شود. به همین دلیل، «أقلّ الکلام» در ادبیات سلوکی ابزاری برای تلطیف درون و تهذیب زبان و مقدمه‌ای برای سکوت تأملی و حضور در محضر حق شمرده شده است. بر این آموزه در متون دینی نیز تأکید شده است و با فضایل حکمت، عقل و پارسایی پیوندی استوار دارد؛ از امام علی (ع) نقل شده است: «مَنْ كَثَرَ كَلَامَهُ كَثَرَ خَطْوُهُ، وَ مَنْ كَثَرَ خَطْوَهُ قَلَّ حَيَاؤُهُ، وَ مَنْ قَلَّ حَيَاؤُهُ قَلَّ وَرَعُهُ، وَ مَنْ قَلَّ وَرَعُهُ مَاتَ قَلْبُهُ، وَ مَنْ مَاتَ قَلْبُهُ دَخَلَ النَّارَ؛ هر که سخن بسیار گوید، خطایش بسیار شود و هر که بسیار خطا کند، شرم و حیایش کم شود و هر که شرم و حیا کم شود، پارسایی‌اش کاهش یابد و هر که پارسایی‌اش کم شود، دلش بمیرد و هر که دلش بمیرد، به آتش رود» (نهج البلاغه، حکمت ۳۴۹). یا آن حضرت (ع) نشانه کمال عقل را کم‌گویی تلقی می‌فرمایند: «إِذَا تَمَّ الْعَقْلُ نَقَصَ الْكَلَامُ» (نهج البلاغه، حکمت ۷۱).

این دو روایت، نسبت میان کم‌گویی و رشد عقلانی از یک‌سو، و پرگویی و افزایش لغزش‌های اخلاقی از سوی دیگر را به روشنی بیان می‌کنند؛ امری که نشان می‌دهد سکوت، در نگاه دینی، نه نشانه ضعف، بلکه جلوه‌ای از بلوغ و حضور آگاهانه در عرصه اخلاق و سلوک معنوی است.

در سلوک عرفانی، تقلیل کلام یکی از ارکان اساسی تهذیب نفس و دست‌یابی به مقام مراقبه شمرده می‌شود. عارفان، به ویژه آنان که بر طریقت خلوت‌نشینی تأکید دارند، سکوت را نه فقط نوعی پرهیز سلبی از آفات زبان، بلکه مقدمه‌ای ایجابی برای حضور قلب و توجه به باطن تلقی می‌کنند.

کاشانی تقلیل کلام را، نه امری زینتی، بلکه ضرورتی سلوکی می‌داند. به باور او، سالک باید زبان خود را از مکالمه با خلق بازدارد، زیرا آفات کلام بسیار است و سکوت به سبب خالی‌بودن از آفات، به مراتب ایمن‌تر و سالم‌تر است. وی تصریح می‌کند: «چگونه عاقل سکوت را شعار و دثار خود نسازد و حال آن است که در آن هیچ آفت متوقع نبود» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۷).

از نظر کاشانی، تا زمانی که نفس انسان به کمال تهذیب نرسیده و ریشه‌های صفات بشری از وجود او برکنده نشده باشد، در اظهار کلام، حتی اگر نیکو باشد، حظی نهفته است که می‌تواند منشأ آفات جدی همچون اعجاب نفس و تغلیظ حجاب شود. از این رو، حتی کلام نیکو نیز بی‌خطر نیست: «و کلام اگر حسن بود و اگر قبیح از آفتی خالی نباشد. چه نفس را مادام تا به کمال تزکیه نرسیده باشد و اصول صفات وی منقلع نگشته در اظهار کلام حسن حظی و شربی تمام بود و ظهور اعجاب و تغلیظ حجاب از آن متوقع ... پس طریق نجات و سلامت از این آفات جز سکوت و صموت نیست» (کاشانی، ۱۳۹۱، صص. ۱۶۷-۱۶۸).

بنابراین، تنها طریق ایمن از این آفات سکوت است؛ سکوتی که زمینه‌ساز تجرد باطن و آمادگی برای درک حقایق معنوی است. کاشانی در تحلیل خود به شواهد قرآنی نیز تمسک می‌جوید و خاموشی مریم (س) و زکریا (ع) را نمونه‌هایی از سکوت مقدس می‌داند که زمینه‌ساز افاضه الهی شد (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۸).

از سوی دیگر، مولوی با بیانی شهودی و سرشار از تجربه درونی، سکوت را نه صرفاً امری سلبی، بلکه حامل نعره‌های علوی می‌داند. او با تکیه بر حقیقت‌ناپیدای سکوت، بر این نکته تأکید می‌کند که خاموشی اهل دل، خود فریادی است که از عمق جان برخاسته است، اما درک آن گوش حقیقت‌نیوش می‌طلبد. از نظر مولانا، انسان‌های عادی سکوت را نوعی خلأ می‌پندارند، در حالی که این خاموشی صحنه خروش عشق و معرفت است:

هر خموشی که ملولت می‌کند	نعره‌های عشق آن سو می‌زند
تو همی‌گویی عجب خامش چراست	او همی‌گوید عجب گوشش کجاست
من ز نعره کمر شدم او بی‌خبر	تیزگوشان زیـن سمر هستند کر
آن یکی در خواب نعره می‌زند	صد هزاران بحـث و تلقین می‌کنند
این نشسته پهلوی او بی‌خبر	خفته خود آنست و کر زان شور و شر

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۶، ابیات ۴۶۲۵-۴۶۲۹)

#### ۶-۵- نقش مراقبه و چله‌نشینی در انکشاف حکمت

کاشانی در تبیین حقیقت مراقبه، سیره نبوی را شاهد می‌آورد و گرایش پیامبر اکرم (ص) به خلوت‌گزینی در غار حراء را ناشی از غلبه محبت الهی و اشتیاق راستین به یاد خدا می‌داند. بر پایه این تحلیل، سلوک نبوی الگوی اصیل مراقبه است که در آن، عشق به خداوند زمینه‌ساز خلوت و تعبد شبانه می‌شود. تعبیر «عَشِقَ رَبَّهُ» که از زبان قریش نقل می‌شود، مؤید شدت علاقه پیامبر به معبود خویش است: «إِنَّ مُحَمَّدًا عَشِقَ رَبَّهُ؛ محمد عاشق پروردگارش شده است» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۵۱). از نظر کاشانی، این خلوت نه صرفاً کناره‌گیری فیزیکی، بلکه توجهی عمیق و عاشقانه به حضرت حق است که سالک را از اغیار جدا می‌کند و در مسیر کشف حقیقت سوق می‌دهد.

کاشانی با تمسک به داستان میقات حضرت موسی (ع)، عدد «چهل» را در سیر سلوکی بسیار معنادار می‌داند. بر پایه آیه «وَوَاعَدْنَا مُوسَى ثَلَاثِينَ لَيْلَةً وَأَتَمَمْنَاهَا بِعَشْرِ» (اعراف: ۱۴۲)، وی نتیجه می‌گیرد مجموع این خلوت چهل شبانه‌روز میقات کامل

با پروردگار است. همچنین، او به روایت نبوی «مَنْ أَخْلَصَ لِلَّهِ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا ظَهَرَتْ يَنَابِيعُ الْحِكْمَةِ مِنْ قَلْبِهِ عَلَى لِسَانِهِ» استناد می‌کند و معتقد است چهل روز مراقبه خالصانه موجب ظهور چشمه‌های حکمت در قلب عارف و جاری شدن آن بر زبان او می‌شود: «اما تعیین آن به اربعین مستفاد است از خبر رسول علیه‌الصلوة و السلام «مَنْ أَخْلَصَ لِلَّهِ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا ظَهَرَتْ يَنَابِيعُ الْحِكْمَةِ مِنْ قَلْبِهِ عَلَى لِسَانِهِ» و از کلام الهی در بیان میقات تبئل و انقطاع موسی علیه السلام با حق تعالی آنجا که گفت «وَوَاعَدْنَا مُوسَى ثَلَاثِينَ لَيْلَةً وَأَتَمَمْنَاهَا بِعَشْرِ فِتْمٍ مِيقَاتُ رَبِّهِ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً...» اول گفت سی شبانه‌روز روزه‌دار و آخر ده روز دیگر بر آن اضافه کرد تا چهل تمام شد» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۱).

مولوی نیز چله‌های صوفیان را در مفهوم مراقبه به کار می‌برد و عقیده دارد مشکلات سالکان با روی آوردن به مراقبه و خلوت، در آستان مقدس حضرت حق حل می‌شود:

در چله کس نی که گردد عقده حل      جز کس که درگاه خدا عزوجل

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۵، بیت ۷۹۳)

یا هم‌رأی با شیخ کاشانی، جاری شدن حکمت از قلب بر زبان را در اثر مراقبه چنین می‌سراید:

آن یُنَابِيعُ الْحِكْمِ هم‌چون فرات      از دهان او دوان از بسی‌جهات

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۶، بیت ۱۰۱۶)

از نگاه کاشانی، تعیین عدد «چهل» به این دلیل است که در هر روز یک حجاب سلوکی از پیش پای سالک برداشته می‌شود. اگر سالک بتواند در این مدت، مراقبه را با اخلاص کامل انجام دهد، به مرحله‌ای می‌رسد که حکمت الهی از قلب او بر زبانش ظاهر می‌شود. به تعبیری دیگر، ظهور حکمت نشان صحت مراقبه و علامت کناررفتن حجاب‌های سلوکی است (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۲).

#### ۷-۵- نقش ذکر در مراقبه

مراقبه پیوندی نزدیک با ذکر و سایر اعمال و افعال سالک دارد و مولانا در «مثنوی معنوی معنوی» به فراوانی مصادیقی اشاره دارد که محصول چنین پیوندی هستند. برای تشریح به مراقبه، اعمالی همچون جوع، سکوت، صوم و بیداری (یقظه) و در کل، ریاضت نفسانی ضروری می‌نمایند. مولانا در جای‌جای مثنوی معنوی به ریاضت و مجاهده با نفس اشاره دارد؛ یعنی باید اذعان داشت مراقبه و ریاضت دو عمل توأمان هستند که هر دوی آنها به طور نسبی لازم و ملزوم یکدیگر هستند. اما جایگاه «ذکر» در تحقق «مراقبه» یک امر غیرقابل انکار و ضروری است. ذکر توأم با مراقبه حواس باطنی و ظاهری را قطع می‌کند و روح آدمی را از هواجس نفسانی و زنگار مادیات صیقل و جلا می‌دهد؛ چنانکه مولوی یکی از مهم‌ترین شرایط تحقق چله‌نشینی و مراقبه را تداوم ذکر می‌داند، زیرا ذکر هواجس را از دل سالک محو می‌کند و با بیرون‌راندن اغیار از قلب صافی، اسمای الهی در آن فضای معنوی متجلی می‌شود. به معنای دیگر، اگر نام پاک الهی در دهان آید، تلاًؤ نور آن اندوه و پلیدی را از قلب زایل می‌کند:

ذکر حق پاکست چون پاکی رسید      رخت بر بنسدد برون آید پلید

می‌گریزد ضدها از ضدها      شب گریزد چون بر افروزد ضیا

چون در آید نام پاک اندر دهان      نه پلیدی ماند و نه اندهان

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، ابیات ۱۸۶-۱۸۸)

عزالدین کاشانی نیز بر نقش ذکر در مراقبه تأکید دارد و بر آن است که انسان در حال مراقبه باید بعد از انابت از سر صدق نیت مقابل قبله نشیند و خدا را در حضور حضرت ربوبیت ببیند و با وقار و احترام تام به ذکر مشغول شود و این اذکار را با

موافقت احکام الهی همراه کند تا با این اعمال نفحات رحمانی بر قلب او جلوس کند: «... برابر قبله نشیند ... چنان تصور کند که حاضر حضرت عزت است ... تا به قید وقار و احترام مقید بود و پیوسته باندرون خواهان بود که ظاهر و باطن خود را در هیئت عبادت و نعت عبودیت و کسوت موافقات احکام الهی بر نظر حق تعالی عرضه کند تا بدان سبب متعرض نفحات الهی و مستعد نزول فیض نامتناهی گردد» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۵).

سالک در حالت مراقبه، وظیفه دارد به ذکر مشغول شود و نفس ناطقه او از کالبد جسمانی منسلخ شود و در فضای روحانی در دریای محبت غرق شود. در این حالت، اهل مراقبه باید مواظب واردات ملکی و شیطانی نیز باشند و حتی واردات ملکی را نیز طلب نکنند و در همه حالت متوجه حق باشند و او را بخواهند. اهل مراقبه در اثر استمرار مراقبه، حال را به مقام مبدل می‌کنند و آگاهی یافتن از غیب و توفیق یافتن بر مکارم اخلاق و تحفظ واجبات و طهارت دل، بهره آنها می‌شود (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۲). بین سخن زیر از مولانا:

ور ازین افزون تو را همت بود از مراقب کسار بالاتر رود

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۴، بیت ۲۴۶۸)

و تعبیر کاشانی سنخیتی آشکار می‌یابیم مبنی بر اینکه استمرار بر مراقبت در نظرگاه هر دو اندیشمند، سالک را از کرامت‌های حسی و معنوی بهره‌مند می‌کند.

#### ۸-۵- نفی خواطر در پرتو مراقبه

شیخ کاشانی مرتبه ششم خلوت را نفی خواطر معرفی می‌کند که سامان این مرتبه به قوت ذکر و اشتغال دل به نظر الهی است. او در تبیین این مرتبه معتقد است مبتدیان سلوک قدرت تمییز خواطر نیک از بد ندارند؛ از این رو، بعد از چندی مراقبه و تزکیه نفوس، به این دسته از سالکان مبتدی حدیث نفس روی می‌دهد. شیخ بر آن است که نفس انسانی در مراحل ابتدایی سلوک به سبب ارتباط با روح ناطقه، پیوسته مترصد فرصتی برای گفت‌وگو با قلب است و در این حالت، امور گذشته و آینده را با ذکر در قلب تقریر می‌کند و سمع قلب به جای سماع کلام روح و کلام الهی به مکالمه با او مشغول می‌شود: «باید که پیوسته جمله خواطر را بقوت ذکر و اشتغال دل به مطالعه نظر الهی بظاهر و باطن خود دفع می‌کند ... نفس انسانی ... مترصد فرصت محادثت و مکالمت بود با قلب ... هرگاه که قلب را متوجه خود بیند ... حالی با وی بحدت درآید. امور ماضیه را از مقولات و مسموعات و مریات و مذوقات ... بر سیبل تذکیر با دل تقریر می‌کند یا امور مستقبلیه را از امال و امانی با خاطر می‌دهد ...» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۹).

مولانا نیز، مانند شیخ کاشانی، در کشمکش روح ناطقه با نفس حیوانی بر آن است که سالک باید برای گذر از وادی محسوسات و عبور به عالم علوی، لازم است با نفس حیوانی جدال کند و عزت اصلی نفس ناطقه را احیا گرداند. با زایل شدن نفس حیوانی، در مرتبه بعدی، حجاب انسانی است که باید زایل شود. سالک بعد از برداشتن حجاب انسانی، به عالم هوشیاری معنوی قدم می‌نهد. مولانا این هوشیاری را عقل کل می‌داند و آن را با عقل جزئی مقایسه می‌کند. هوش جزئی یا عقل جزئی ناقص و نارساست و برای درک حقایق امور و اشیاء کافی نیست، زیرا در معرض آفت وهم و گمان است؛ این همان عقل بالقوه و هیولانی انسان است که در مقابل عقل کل، ارزشی ندارد. او در ادامه معتقد است خوی حیوانی انسان در مقایسه با حیوانات وحشی، خطرناک‌تر و درنده‌تر است:

قصه عباد و ثمود از بهر چیست تا بدانی کانسیا را نازکیست

این نشان خسف و قذف و صاعقه شد بیان عز نفس ناطقه

جمله حیوان را پی انسان بکش	جمله انسان را بکش
هش چه باشد عقل کل هوشمند	هش جزوی هش بود اما نژند
جمله حیوانات وحشی ز آدمی	باشد از حیوان انسی در کمی

(رک: مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۳۳۰۷-۳۳۱۱)

برای نائل آمدن به محادثت الهی، لازم است نفس حیوانی کشته و صفاتش از روح ناطقه انسانی زایل شود. مولانا به این سبب اعتقاد دارد تنزل به درجه حیوان و ظهور صفات وحشی منجر به مباح شدن خون آن حیوان و امان ماندن از خطرات خصلت درندگی است؛ او با تمسک به عنصر بلاغت و تشبیه نفس حیوانی به خر وحشی، بر آن است که نزول نفس به درجه وحوش، کشتن آن را ضروری می‌نماید:

خر نشاید گشت از بهر صلاح	چون شود وحشی شود خورش مباح
پس چو وحشی شد از آن دم آدمی	کی بود معذور ای یار سمی
لاجرم کفار را شد خون مباح	همچو وحشی پیش نشاب و رماح

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۱، ابیات ۳۳۱۵-۳۳۱۸)

از نظر شیخ کاشانی، اگر صاحب مراقبه و خلوت بر نفی خواطر و توجه تام به معنای توحید اهتمام ورزد، حدیث‌النفس از او زایل می‌شود و قلب او به جای مکالمه نفس به کلام الهی گوش می‌سپارد: «پس هرگاه که صاحب خلوت بر نفی خواطر و اثبات معنی توحید در دل مواظبت نماید ماده حدیث‌النفس بتدریج سوخته و فانی گردد و نفس ساکت بود و مسامع قلب از طنین حدیث او خالی ماند و استماع کلام الهی را مستعد گردد» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۹).  
مولانا نیز در نظری مشابه بر آن است که اگر مراقبه بدون سالوس و ریا باشد، بستری را فراهم می‌آورد تا صدق باطن و خلوص نیت ظهور کند، زیرا در خلوت و مراقبه، کسی جز خداوند، نظاره‌گر بنده نیست. مولوی این نوع مراقبه را مصداق «جهاد اکبر» می‌داند:

نذر کردم کسه ز خلوت هیچ من	سر برون نارم چو زنده‌ست این بدن
زانک در خلوت هر آنچه تن کند	نه از برای روی مرد و زن کند
جنبش و آرامش اندر خلوتش	جز برای حق نباشد نیتش
این جهاد اکبرست آن اصغرست	هر دو کار رستم است و حیدراست

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۵، ابیات ۳۷۹۹-۳۸۰۲)

#### ۹-۵- دوام عمل در پرتو مراقبه

کاشانی شرط هفتم مراقبه را «دوام عمل» ذکر می‌کند، طوری که به مدد ذکر و عبادت حق، سالک اثبات توحید حضرت باری تعالی را به عین بقا مشاهده می‌کند و با تلازم به تکرار «لا اله الا الله» صورت توحید در قلب او متمکن می‌شود. در این حالت، کاشانی سالک را به مثابه شجره‌ای طیبه می‌داند که اصل آن در زمین و فرعش در آسمان ارواح، سیر صعودی دارد و امدادهای غیبی به تواتر بر قلب او نزول می‌کند. شیخ در توصیف این حالت، ذکر را صفت لازم قلب می‌داند و می‌گوید: «بعد از آن به جایی رسد که صفت ذکر در دل متجوهر شود و حقیقت آن با جوهر دل متحد گردد و ذاکر در ذکر و ذکر در دل و دل در مذکور محو و فانی شود؛ حقیقت آن در وجه باطن او مثبت بود» (کاشانی، ۱۳۹۱، صص. ۱۶۹-۱۷۰). مداومت بر ذکر قلبی در نظر عزالدین کاشانی، معنای حقیقی «مراقبه» و «مطالعه اطلاع حق تعالی بر احوال خود» است (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۷۱).

مولوی نیز، در تأیید سخن عزالدین کاشانی، بر آن است که انسان در مراقبه، تمرکز باطنی خود را متوجه حضرت حق و خود را فراموش می‌کند؛ یعنی تمرکز ذهنی موجب تعطیلی حواس می‌شود. او برای تقریب ذهنی، با تمسک به تمثیلات گوناگون، نظر خود را درباره فراموشی سالک و محوشدن در محبوب این‌گونه بیان می‌کند:

چون به جد مشغول باشی آدمی	او ز دید رنج خود باشی دمی
از زنان مصر یوسف شد سمر	که ز مشغولی بشد زیشان خبر
پاره پاره کرده ساعدهای خویشت	روح واله که نه پس بیند نه پیش
ای بسا مرد شجاع اندر حراب	که بر دست یا پایش ضراب
او همان دست آورد در گیر و دار	بر گمان آن که هست او بر قرار
خود ببیند دست رفتی در ضرر	خون ازو بسویار رفته بی‌خبر

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، ابیات ۱۶۰۴-۱۶۰۹)

از نظر مولوی، هر کس در خلوت‌خانه دل بتولند به کسب بینش نائل شود، از طریق علوم و فنون ظاهری، جاه و جلال طلب نمی‌کند. زیرا در نظرگاه مولانا، آنکه به مرتبه رؤیت و شهود حقیقت رسیده، برای او رنج‌آور و کسالت بار است که کسی بیاید و برای او درباره حقیقت حرف بزند. وقتی علم و عین برای سالک روشن است و آن حالت‌های معنوی را در خلوت‌خانه دل گذرانده و به تعبیری از مرحله دانش به پیش رسیده است، بسیار سخت خواهد بود که انسانی عامه در حضور او از حقیقت دم زند؛ چنانکه می‌گوید:

هر که در خلوت به بینش یافت راه	او ز دانش‌ها نجوید دست‌گاه
با جمال جان چو شد همکاسه‌یی	باشدش ز اخبار و دانش تاسه‌یی

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، ابیات ۳۸۵۶-۳۸۵۷)

#### ۱۰-۵- شهود نتایج اعمال و کناررفتن حجب در پرتو مراقبه

مولوی مراقبه را فرایندی می‌داند که سالک را از حالت «تلوین» به «تمکین» می‌رساند. در نگاه او، مراقبه باعث عبور از محدودیت‌های زمان و حال می‌شود و سالک را وارد فضای بی‌زمانی و بی‌مکانی می‌کند؛ فضایی که در آن اسرار الوهی مکشوف می‌شود:

ساعتی با آن گروه مجتبی	چون مراقب گشتم و از خود جدا
هم در آن ساعت ز ساعت رست جان	زانک ساعت پیر گرداند جوان
جمله تلویین‌ها ز ساعت خاستست	رست از تلویین که از ساعت برست
چون ز ساعت ساعتی بیرون شوی	چون نماند محرم بی‌چون شوی
ساعت از بی‌ساعتی آگاه نیست	زانکش آن سو جز تحیر راه نیست

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، ابیات ۲۰۷۲-۲۰۷۶)

این عبور از «ساعت» به معنای عبور از زمان و محسوسات و ورود به حوزه شهود بی‌واسطه الهی است. از نظر مولوی، سالک در پرتو مراقبه، به مقامی می‌رسد که در آن هیچ مرز و تعینی بر او حکومت نمی‌کند. یکی از کارکردهای اصلی مراقبه در اندیشه عرفانی، روشن‌شدن باطن انسان و مشاهده نتایج اعمال خویش، چه در ساحت محسوس و چه در عرصه ملکوتی است. مولوی به‌صراحت از این معنا سخن می‌گوید و باور دارد اگر سالک در مراقبه، استمرار داشته باشد، پاسخ اعمال خود را درمی‌یابد:

گر مراقب باشی و بیدار تو  
چون مراقب باشی و گیری رسن

بینی هر دم پاسخ کردار تو  
حاجت نیاید قیامت آمدن...

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۴، ابیات ۲۴۶۰-۲۴۶۱)

او مراقبه را موجب گشودگی ادراکات باطنی می‌داند که نه فقط در قیامت، بلکه در همین دنیا به سالک اجازه می‌دهد ثمره رفتار خود را مشاهده کند. مولانا با این بینش اخلاقی-عرفانی، بر آن است که مراقبه راه برآورده شدن حاجت‌ها و نیل به کمال است:

هین مراقب باش گر دل بایدت  
ور ازین افزون تو را همت بود

کز پی هر فعل چیزی زایدت  
از مراقب کار بالاتر رود

(مولوی، ۱۳۸۶، د. ۴، ابیات ۲۴۶۷-۲۴۶۸)

عبدالرزاق کاشانی نیز بر آن است که مراقبه در سایه خلوت و مجاهده، به کناررفتن حجاب‌های نفسانی می‌انجامد و سالک را به فضای علوی و مقام شهود جمال ازلی وارد می‌کند: «حجب چهل‌گانه مرتفع و منکشف گردد و لطیفه انسانی از سفر بعد، با وطن قرب حضرت الهی که مجمع حسن و جمال و مصدر علوم و معارف است، عود کند... و ینابیع حکمت از دل او منفجر شود» (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۲).

از نظر کاشانی، شرط این شهود گداختگی نفس در آتش ریاضت و صیقلی شدن آن در خلوت است؛ جایی که سالک از آرایش طبیعت رهایی می‌یابد و همچون آبگینه، صورت‌های غیبی را انعکاس می‌دهد: «پس خلوت بر سان کوره‌ای ساختند تا نفس، در وی به آتش ریاضت گداخته شود... و از ورای او، صورت غیب بنماید» (کاشانی، ۱۳۹۱، صص. ۱۶۲-۱۶۳).

میان ابیات مولانا و سخنان کاشانی درباره خرق حجاب و شهود جمال ازلی پیوند معنایی روشنی دیده می‌شود. هر دو دیدگاه تأکید دارند مراقبه، سالک را از مرزهای زمان، تعیین و کثرت عبور می‌دهد و او را به فضای شهود و اتصال با حقیقت ربوبی می‌رساند. مراقبه وسیله عبور از ظاهر به باطن، از حس به معنا و از زمان به بی‌زمانی است و در این حالت است که انسان، محرم راز الوهی می‌شود و «ینابیع الحکمه» از دل او بر زبانش جاری می‌شود.

مولانا و عزالدین کاشانی نتایج خلوت و مراقبه را کسب فتوحاتی می‌دانند که بهره سالک می‌شود. آنها بر آن هستند که وقتی انسان دچار توهم و مستی دنیا می‌شود، باید خلوت اختیار کند. اشتغال به ذکر و تداوم بر تکرار اسماء الله دل انسان را گویا و گوشش را شنوا می‌کند. به این ترتیب، نفس ناطقه به واسطه اعراض از لوازم مادی و دوام توجه، منسلخ و به ملاً اعلی ملحق می‌شود. سالک در این حالت با درنوردیدن عالم اجسام، در عالم امکان سیر می‌کند. تداوم این امر باعث می‌شود تا سالک حجاب‌های عالم امکان را نیز مکشوف کند و با ربّ خود متحد می‌شود و در این مقام، «أنا الحق» و «سبحانی من اعظم شأنی» می‌گوید (کاشانی، ۱۳۹۱، ص. ۱۶۲؛ مولوی، ۱۳۸۶، د. ۳، ابیات ۲۰۷۵-۲۰۷۶).

جدول ۱. مقایسه وجه اشتراک و افتراق

محمور تطبیق	اندیشه مولانا	اندیشه شیخ کاشانی	وجه اشتراک / افتراق
ماهیت مراقبه	حالت شهودی، نتیجه ریاضت و ذوق عرفانی؛ گاه هم‌پوشانی و توارد با مفاهیمی همچون خلوت و عزلت؛ واژگان با سیالیت معنایی به کار می‌روند.	حالتی خاص پس از ریاضت، در نظام مراتب خلوت؛ تعاریف دقیق و تمایزهای معنایی روشن بین مراقبه، عزلت، خلوت، ریاضت و محاسبه.	اشتراک: مراقبه به عنوان نقطه اوج سلوک. افتراق: زبان و نظام‌مندی دقیق در کاشانی، در مقابل سیالیت و نگاه تجربه‌محور در مولوی.
تقلیل طعام	امساک برای نیل به طعام معنوی؛ ابزار گسستن از عالم جسمانی برای وصال معشوق الهی؛ همراه با	امساک با هدف تصفیه باطن، دفع وساوس و خواطر و آمادگی برای تلقی علوم لدنی؛ تحلیل سلوکی و	اشتراک: امساک به عنوان ابزار تهذیب و تقرب. / افتراق: غایت شهودی و عاشقانه (نزد مولوی)، در مقابل؛ غایت سلوکی

محور تطبیق	اندیشه مولانا	اندیشه شیخ کاشانی	وجه اشتراک / افتراق
	توصیفاتی شهودی و نمادین از گرسنگی و فقر.	مبتنی بر سلسله مراتب تهذیبی.	و نظام مند (نزد کاشانی).
تقلیل منام	خواب کم، مایه بیداری روحانی و ادراک شهودی؛ حتی خواب اولیاء را تا دوام عبادت می داند؛ تأکید بر صفای باطن و نیت خالص.	خواب کمتر، شرط برطرف شدن غفلت و آلودگی؛ موجب آمادگی برای تلقی واردات نوری و کنار رفتن حجابها؛ تحلیل با رویکرد تربیتی و جسمانی.	اشتراک: خواب کمتر به منزله عامل بیداری قلب. / افتراق: نگرش کیفی و نیتی در مولوی، در برابر نگرش تدرجی و تربیتی در کاشانی.
تقلیل کلام	سکوت، حجاب معنی و درجه ای به جذبیه های الهی؛ پوشش رازآلود بر جوشش باطن؛ زبان شاعرانه و شهودی.	سکوت به مثابه ابزار تمرکز، حضور قلب و دفع آفات؛ تحلیل عقلانی و مبتنی بر تربیت سلوکی.	اشتراک: سکوت به منزله ابزار مراقبه. افتراق: سکوت شهودی و رمزآلود در مولوی، در مقابل سکوت تربیتی و هدفمند در کاشانی.
ذکر و خواطر	ذکر مستمر، راهی به درون؛ بدون تفکیک واردات و مکاشفات؛ تمرکز بر حضور قلبی و سیر باطنی.	ذکر همراه با تفکیک دقیق واردات ملکی، شیطانی و ربانی؛ توصیه به پرهیز از واردات حتی مثبت؛ غلبه رویکرد احتیاط عرفانی.	اشتراک: محوریت ذکر در سلوک. / افتراق: جامعیت شهودی در مولوی، جزئی نگری و احتیاط گرایی در کاشانی.
چله نشینی	چهل روز را بستر دریافت فیوضات و فتح عالم غیب می داند؛ نگاه کیفی به عدد چهل؛ روایت های چهل روزه با رنگ و بوی عرفانی و ذوقی.	عدد چهل، حامل نظام معنوی خاص؛ هر روز، مرحله ای از خرق حجاب؛ تفسیر دقیق عددی با استناد به آیات و روایات.	اشتراک: سنت چله نشینی به عنوان راه تهذیب. / افتراق: تفسیر عددی و ساختاری در کاشانی، تأکید بر کیفیت و حال در مولوی.
نفی خواطر	تهی شدن از غیرحق، شرط دریافت اشراق؛ خواطر مزاحم، مانع تجلی معشوق؛ مراقبه، ساحت خالی از اغیار و پر از محبوب.	خواطر در سیر تهذیبی باید تدریجاً مهار شوند؛ مراقبه ابزار انقطاع از خواطر نفسانی؛ تحلیل دقیق خواطر و تمایز مراتب آنها.	اشتراک: مراقبه، عرصه نفی خواطر. / افتراق: نگاه وحدانی و شهودی مولوی، در برابر تحلیل تمایزی و تدریجی کاشانی.

## جدول ۲. تحلیل نوآوری ها و تلقی از حال مراقبه در اندیشه مولانا و شیخ کاشانی

شاخص اکتشافی	مولانا (نوآوری و تلقی مراقبه)	شیخ کاشانی (نوآوری و تلقی مراقبه)	وجه تمایز تحلیلی
رویکرد زبانی به مراقبه	زبان رمزی، تمثیلی، سرشار از استعاره های شهودی.	زبان تحلیلی، تربیتی، مبتنی بر طبقه بندی اصطلاحات عرفانی در قالب مکتب سلوکی.	مولانا مراقبه را در شعر و تجربه بی واسطه بازتاب می دهد، کاشانی در نظام مفاهیم دقیق تربیتی سلوک، آن را بازتعریف می کند.
نوع مواجهه با واردات	واردات در دل مراقبه پدیدار می شوند؛ تمرکز بر خالی شدن از غیر برای تجلی الهامات.	واردات به مثابه پدیده هایی قابل طبقه بندی؛ تقسیم به رحمانی، شیطانی، ملکی و بررسی کارکرد آنها در مسیر سلوک.	مولانا به ظهور خودانگیزه واردات اشاره می کند، کاشانی آنها را به عنوان نشانه های سلوکی مدیریت و تمییز می دهد.
شناخت مراقبه به مثابه حال	مراقبه حالت بی واسطه «حضور»، «شهود» و «بی خودی» است؛ گاهی با جذب یا شور همراه است.	مراقبه مرتبه ای تعریف پذیر پس از خلوت و ریاضت، نیازمند تمرکز، محاسبه و مراقبت بر واردات.	مولانا به تجربه مستقیم و بی واسطه اتکا دارد، کاشانی به مراتب دقیق و تحلیل پذیر از منظر فقه سلوکی توجه می کند.
نظام مندی مراقبه	فاقد ساختار عددی مشخص؛ عدد چهل نماد حضور شهودی و کیفیت عرفانی است.	ساختار کاملاً نظام مند؛ عدد چهل با پشتوانه قرآنی و حدیثی برای خرق روزانه حجابها استفاده می شود.	تفاوت در تلقی از «عدد» و برنامه ریزی مراقبه؛ شهودی بودن در برابر ترتیبی بودن.
نسبت مراقبه با ذکر	ذکر، خالی شدن از غیر و توجه	ذکر، تمرین هم زمان پالایش نفس	مولوی «ذکر» را ساحت حضور عاشقانه

کامل به معشوق؛ تمرکز بر کیفیت عشق و حضور.	و تمرکز قلبی بر معانی و اسماء؛ ورود به مراقبه پس از ذکر خالص.	می‌داند، کاشانی آن را شرط عقلانی و اخلاقی برای ورود به ساحت مراقبه تلقی می‌کند.
---	---	---

## ۶- نتیجه

بررسی تطبیقی اندیشه‌های مولانا و شیخ کاشانی درباره مراقبه نشان می‌دهد با وجود تفاوت‌های روش شناختی و زبانی، هر دو متفکر دغدغه تہذیب نفس، قرب الهی و عبور از عالم محسوسات به سوی حقایق قدسی را در بطن مراقبه جست‌وجو می‌کنند. اگرچه کاشانی با زبان تعلیم‌گرای سلوکی و التزام به مراتب و ضوابط دقیق سخن می‌گوید و مولانا با بیانی شهودی، تمثیلی و شاعرانه، تجربه باطنی را برجسته می‌کند، اشتراکاتی معنادار در بنیان معرفتی آن دو دیده می‌شود. مولانا با رویکردی شاعرانه، مراقبه را حالتی شهودی، کیفی و درهم‌تنیده با عشق الهی و سلوک قلبی می‌بیند، در حالی که کاشانی آن را مرحله‌ای دقیق، ساختارمند و وابسته به مراقبت‌های سلوکی و تہذیبی تعریف می‌کند.

جدول‌های تطبیقی (۱) و تحلیلی (۲) این پژوهش آشکار کرد نوآوری مولانا در تأکید بر حضور الهی بی‌واسطه و رمزگشایی از مراقبه در زبان شاعرانه نهفته است، در حالی که نوآوری کاشانی در نظام‌مندسازی مراحل مراقبه و پالایش دقیق واردات سلوکی نمود یافته است. در نهایت، مراقبه در هر دو مکتب، نه یک عمل منفصل، بلکه مفصلی از شبکه سلوکی گسترده‌ای شامل ذکر، چله، ریاضت و خلوت است که تحقق آن مستلزم پیوستگی معرفتی، اخلاقی و شهودی در باطن سالک است.

## منابع

قرآن کریم

نهج البلاغه

ابن اثیر، مبارک‌بن محمد (۱۳۶۷). *النهاية في غريب الحديث والأثر* (ج. ۵؛ به تحقیق طاهر احمد زاوی و محمود محمد طناحی). اسماعیلیان.

ابن عربی، محیی‌الدین محمدبن علی (۱۳۶۷). *رسائل ابن عربی* (به تصحیح و تعلیق نجیب مایل هروی). انتشارات مولی.

ابن عربی، محیی‌الدین محمدبن علی (۱۳۹۳). *فتوحات مکیه* (محمد خواجوی، مترجم؛ هفده جلد). انتشارات مولی.

ابن عربی، محیی‌الدین محمدبن علی (۱۹۹۴م). *الفتوحات المکیه* (چهارده جلد؛ به تحقیق عثمان اسماعیل سعید). دار احیاء التراث العربی.

ابن عربی، محیی‌الدین محمدبن علی (بی‌تا). *اصطلاحات الصوفیه* (عبدالرحمان حسن محمود، مصحح). عالم‌الفکر.

ابن فهد الحلّی، أحمد بن محمد (۱۳۷۸ق). *عده الداعی و نجاح الساعی*. مؤسسه البعثه.

ابن منظور، جمال‌الدین (۱۴۰۸ق) *لسان‌العرب*. دارالجلیل.

ابوالحسنی، محمدعلی (۱۳۹۲). جایگاه مراقبه در طریقت. *پژوهش‌های فلسفی-کلامی*، ۱۴ (۳-۴)، ۶۳-۷۴.

<https://doi.org/10.22091/PFK.2013.59>

احمدی، جعفر، و موحدیان عطار، علی (۱۳۹۴). بررسی تطبیقی مفهوم و حقیقت مراقبه در عرفان اسلامی و عرفان بودایی. *معرفت ادیان*، ۶ (۳)، ۷-۳۰.

<https://marefateadyan.nashriyat.ir/node/230>

افتخار، مهدی، و زمانی، مهدی (۱۳۹۱). شرایط و نتایج مراقبه و عزلت نزد محی‌الدین ابن عربی و علاءالدوله سمنانی. *فصلنامه اندیشه دینی دانشگاه شیراز*، ۱۱ (۳۸)، ۹۵-۱۱۶.

<https://doi.org/10.22099/jrt.2013.1202>

افراشته، سپیده، و محمودی، ابوالفضل (۱۴۰۱). مراقبه (دهیانه) در مهیانه بودایی براساس آمیتایور دهیانه سوتره. *ادیان و عرفان*، ۵۵(۱)، ۲۹-۴۶.

<https://doi.org/10.22059/JRM.2022.338136.630302>

بقلی شیرازی، صدرالدین ابومحمد (۱۴۲۸ق). *تقسیم الخواطر* (احمد فرید مزیدی، محقق). دارالآفاق العربیه. بیادار، هنگامه، و امامی جمعه، مهدی (۱۳۹۵). مراقبه در چشم انداز ملاصدرا و اولین آندرهیل. *فصلنامه اندیشه دینی دانشگاه شیراز*، ۱۶(۶۱)، ۱۷-۳۴.

<https://doi.org/10.22099/JRT.2017.4006>

پاک‌نیا، عبدالکریم (۱۴۰۲). مراقبه معنوی و محاسبه نفس با تأکید بر سیره علمای ربانی. *فصلنامه ره توشه*، ۴(۴)، ۸۹-۹۸.

<https://doi.org/10.22081/RT.2024.67918.1378>

پاین، مایکل (۱۳۸۲). *فرهنگ اندیشه انتقادی؛ از روشنفکری تا پسا مدرنیته* (پیام یزدان‌جو، مترجم). مرکز جعفری، عبدالخالق، قنبری، بخشعلی، و مظاهری، عبدالرضا (۱۴۰۱). مراقبه به روایت یوحنا صلیبی و علاءالدوله سمنانی. *عرفان اسلامی*، ۱۹(۷۳)، ۸۷-۱۰۴.

<https://sanad.iau.ir/fa/Journal/mysticism/Article/907543>

حیدری نوری، رضا (۱۳۹۵). *نفس ستیزی مولوی در مثنوی*. پژوهش‌های اخلاقی، ۷(۲۶)، ۵-۲۶.

<http://akhlagh.saminattech.ir/Article/16512/FullText>

رضازاده زوارم، محمد، ناظر آستانه، معصومه، و صابری، انیسه (۱۴۰۰). مقایسه تطبیقی جایگاه مراقبه در اشعار مولانا و عرفان اسلامی. *پژوهشنامه اورمزد*، ۵(۵۴)، ۱۸۵-۲۰۳.

<https://www.noormags.ir/view/ar/articlepage/2063081/>

زمانی، کریم (۱۳۸۶). *میناگر عشق؛ شرح موضوعی مثنوی معنوی معنوی* (چاپ ششم). نشر نی. سراج طوسی، ابونصر (۱۴۲۱ق). *اللمع فی تاریخ التصوف الاسلامی*. دارالکتب العلمیه. سعیدی، گل بابا (۱۳۹۲). *فرهنگ جامع اصطلاحات عرفانی با تکیه بر آثار ابن عربی*. انتشارات زوار. عطار نیشابوری، فریدالدین محمد (۱۳۷۰). *تذکره الأولیاء* (به تصحیح علامه قزوینی؛ به اهتمام رینولد نیکلسون). صفی علیشاه. قاسانی، عبدالرزاق (۱۴۲۶ق). *اصطلاحات الصوفیه* (عاصم ابراهیم الکیالی، مصحح). نشر دارالکتب العلمیه. قشیری، ابوالقاسم (۱۳۸۸). *ترجمه رساله قشیریه* (ابوعلی حسن بن احمد عثمانی، مترجم؛ بدیع الزمان فروزانفر، مصحح). انتشارات علمی و فرهنگی.

کاشانی، عزالدین محمود (۱۳۹۱). *مصباح الهدایه و مفتاح الکفایه* (علامه همایی، مصحح). نشر هما. کلینی، محمدبن یعقوب (۱۳۶۳). *الکافی* (علی اکبر غفاری، مصحح). دارالکتب الإسلامیه. *لغت‌نامه دهخدا*. مؤسسه لغت‌نامه دهخدا، برخط دانشگاه تهران [منبع آنلاین اینترنتی]. متقی، علی بن حسام‌الدین (۱۴۱۹ق). *کنز العمال فی سنن الأقوال و الأفعال*. دارالکتب العلمیه. مطیعی، محمدحسین، و رضانیا شیرازی، حمید (۱۳۹۶). جایگاه مراقبه در اخلاق عقلی. *پژوهش‌های اخلاقی*، ۷(۴)، ۲۰-۱.

<http://akhlagh.saminattech.ir/Article/16605/FullText>

مفید، محمدبن مفید (بی تا). *الایختصاص* (به اهتمام علی اکبر غفاری و محمود موسوی). انتشارات اسلامی. مکی، ابوطالب (۱۴۱۷ق). *قوت القلوب فی معامله المحبوب و وصف طریق المرید إلى مقام التوحید* (دو جلد). دارالکتب العلمیه. مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۳۸۶). *مثنوی معنوی معنوی*، بر اساس نسخه ۶۷۷ ه. ق. (به اهتمام توفیق سبحانی). انتشارات روزنه.

## References

*Holy Quran.*

*Nahjul Balagha.*

- Aboulhasani, M. A. (2013). The position of morāqebah in the tariqat. *Philosophical–Theological Research*, 14(3-4), 63–74. <https://doi.org/10.22091/PFK.2013.59> [In Persian].
- Afrashsteh, S., & Mahmoudi, A. (2023). Morāqebah (Dhyāna) in Mahāyāna Buddhism based on the Amitāyur Dhyāna Sūtra. *Journal of Religions and Mysticism*, 55(1), 29–46. <https://doi.org/10.22059/JRM.2022.338136.630302> [In Persian].
- Ahmadi, J., & Movahedian Attar, A. (2015). A comparative study of the concept and reality of morāqebah in Islamic and Buddhist mysticism. *Marefat-e Adyan*, 6(3), 7–30. <https://marefateadyan.nashriyat.ir/node/230> [In Persian].
- Attar Nishapuri, F. D. M. (1991). *Tazkirat al-Awliya* (A. Qazvini, Ed.; R. Nicholson, Rev.). Safi Alishah. [In Persian].
- Baghlishirazi, S. D. A. M. (2007). *Taqsim al Khawater* (A. Farid Mazidi, Ed.). Dar al Afaq al Arabiya. [In Arabic].
- Bayadar, H., & Emami Jomeh, M. (2016). Morāqebah in the perspective of Mulla Sadra and Evelyn Underhill. *Journal of Religious Thought, Shiraz University*, 16(61), 17–34. <https://doi.org/10.22099/JRT.2017.4006> [In Persian].
- Dehkhoda Dictionary*. [Online Source]. Available at: <https://dehkhoda.ut.ac.ir/fa/dictionary> [In Persian].
- Eftekhari, M., & Zamani, M. (2012). Conditions and results of morāqebah and seclusion in the thought of Ibn Arabi and Alā' al Dawla Semnānī. *Journal of Religious Thought, Shiraz University*, 11(38), 95–116. <https://doi.org/10.22099/jrt.2013.1202> [In Persian].
- Heidari Nouri, R. (2016). Nafs sitizi (self-struggle) in Rumi's Masnavi. *Ethical Studies*, 7(26), 5-26. <http://akhlagh.saminattech.ir/Article/16512/FullText> [In Persian].
- Ibn Arabi, M. M. I. A. (1988). *Risā'IL Ibn Arabi* (Edited and Annotated by N. Mayil Harawi). Mowlavi Publications. [In Persian].
- Ibn Arabi, M. M. I. A. (1994). *Al Futuhat al Makkiyya* (14 Vols; O. Ismail Said, Ed.). Dar Ihya al Turath al Arabi. [In Arabic].
- Ibn Arabi, M. M. I. A. (2014). *Al Futuhat al Makkiyya* (M. Khajavi, Trans.; 17 Vols; 5<sup>th</sup> Ed.). Molla Publishing. [In Arabic].
- Ibn Arabi, M. M. I. A. (n.d.). *Al Istilahat al Sufiyya* (A. Hassan Mahmoud, Ed.). Alam al Fikr. [In Arabic].
- Ibn Athir, M. I. M. (1988). *Al Nihaya fi Gharib al Hadith WA al Athar* (Vol. 5; T. A. Zawi & M. M. Tanahi, Eds.). Ismailian. [In Arabic].
- Ibn Fahd al Hilli, A. I. M. (1959). *Uddat al Da'i WA Najāh al Sā'i*. Mu'assasat al Ba'thah. [In Arabic].
- Ibn Manzur, J. D. (1987). *Lisan al Arab*. Dar al Jalil. [In Arabic].
- Jafari, A., Ghanbari, B., & Mazaheri, A. (2022). Morāqebah according to John of the Cross and Alā' al Dawla Semnānī. *Islamic Mysticism*, 19(73), 87–104. <https://sanad.iau.ir/Journal/mysticism/Article/907543> [In Persian].
- Kashani, E. M. (2012). *Misbah al-Hidaya WA Miftah al-Kifaya* (A. Homa, Ed.). Nashr-e Homa. [In Persian].
- Kulayni, M. B. (1984). *Al-Kafi* (A. A. Ghafari, Ed.; 5<sup>th</sup> Ed.). Dar al-Kutub al-Islamiyya. [In Arabic].
- Lawall, S. (1988). Rene wellek and modern literary criticism. *Comparative Literature, JSTOR*, 40(1), 3. <https://www.jstor.org/stable/i301552>
- Makki, A. T. (1996). *Quwwat al-Qulub fi Mu'amalat al-Mahbub WA Wasf Tariq al-Murid ILA Maqam al-Tawhid* (Vols. 1–2). Dar al-Kutub al-'Ilmiyya. [In Arabic].
- Mofid, M. B. M. (n.d.). *Al-Ikhtisas* (A. A. Ghafari & M. Mousavi, Eds.). Islamic Publications. [In Arabic].
- Molavi, J. D. M. (2007). *Masnavi Ma'navi* (based on 677 AH manuscript; T. Sobhani, Ed.; 6<sup>th</sup> Ed.). Rozaneh Publications. [In Persian].

- Motiee, M. H., & Rezanian Shirazi, H. (2017). The position of morāqebah in rational ethics. *Pazhuhesh-haye Akhlagi*, 7(4), 1–20. <http://akhlagh.saminattech.ir/Article/16605/FullText> [In Persian].
- Mutaqi, A. B. H. (1998). *Kanz al-‘Ummal fi Sunan al-Aqwal wa al-Af’al*. Dar al-Kutub al-‘Ilmiyya. [In Arabic].
- Paknia, A. K. (2023). Spiritual morāqebah and self-accounting with emphasis on the conduct of pious scholars. *Rahtoosheh Quarterly*, 4(4), 89–98. <https://doi.org/10.22081/rt.2024.67918.1378> [In Persian].
- Payne, M. (2003). *The Critical Thinking Dictionary: From Enlightenment to Postmodernism* (P. Yazdanjo, Trans.). Markaz. [In Persian].
- Qasani, A. R. (2005). *Sufi Terminology* (A. I. Al-Kiyali, Ed.). Dar al-Kutub al-Ilmiyah Publishing House. [In Arabic].
- Qushayri, A. Q. (2009). *Tarjomeh-ye Resaleh Qushayriyeh* (A. A. H. I. A. Othmani, Trans.; B. Z. Foruzanfar, Ed.). Entesharat Elmi VA Farhangi. [In Persian].
- Rezazadeh Zavarem, M., Nāzer Āstāneh, M., & Sāberi, A. (2021). Comparative study of the position of morāqebah in the poems of Molavi and Islamic mysticism. *Ormazd Research Journal*, (54), 185–203. <https://www.noormags.ir/view/ar/articlepage/2063081/> [In Persian].
- Saeedi, G. B. (2013). *Farhang-e jame’-e estelahat-e ‘erfani ba tekiye bar asar-e Ibn Arabi*. Entesharat-e Zavvar. [In Persian].
- Siraj Tusi, A. N. (2000). *Al-Luma’ fi Tarikh al-Tasawwuf al-Islami*. Dar al Kutub al ‘Ilmiyya. [In Arabic].
- Wellek, R. (1970). *Discriminations: Further concepts of criticism*. Yale University Press.
- Zamani, K. (2007). *Mināgar-e ‘Eshq: Thematic commentary on Masnavi Ma’navi* (6<sup>th</sup> Ed.). Nashr-e Ney. [In Persian].