

مدیریت و واکاوی خلوت و چله نشینی در دفتر اول و دوم مثنوی مولوی

زهرا مهر افشان

کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول

چکیده

هدف از نگارش این مقاله این است که تمام ابیات دفتر اول و دوم مثنوی مولوی در زمینه ی موضوع خلوت و چله نشینی بررسی شوند. این پژوهش به صورت کتابخانه ای انجام شده است. البته با مشکلاتی مانند دسترسی به منابعی که موضوع خلوت را تشریح کرده باشند، مواجه بودیم.

مولانا در دفتر اول و دوم مثنوی ضمن بیان این نکته که باید در میان جمع باشیم و خدا را فراموش نکنیم، این نکته را نیز بیان می کند که تنهایی از همنشین بد بهتر است. چله نشینی و ریاضت باید راهی به سوی شناخت بهتر خود و خداوند باشد. شرایط و ذکر های خاصی برای خلوت و چله نشینی بیان شده است که سالک باید به آن ها توجه کند. مدت، وقت و محل خلوت بسیار مهم است.

در این پژوهش حکمت عدد چهل در خلوت بیان شده است. سالک در اثر ریاضت هایی که می کشد به پاکی روح می رسد و این یکی از مهم ترین نتایج خلوت است. فناء فی الله و تجلی حق در خلوت می تواند یکی از اصلی ترین دستاوردهای خلوت باشد که در این پژوهش به صورت کامل تشریح شده اند.

واژگان کلیدی: خلوت، چله نشینی، ریاضت، مثنوی مولوی.

۱- مقدمه

آنچه در این مقاله بررسی می‌شود این است که نگارنده راه و روش و فلسفه‌ی درست چله نشینی را شرح نموده و نظر مولانا را در این مورد بررسی کرده است.

قبل از هر چیز لازم است که گفته شود عدد چهل از تقدس خاصی برخوردار است و اعتقاد عجیبی به آن وجود دارد. همان طور که برای مردگان و نوزادان چهلم می‌گیرند، وجود چله نشینی و ریاضت‌های گوناگون نیز در میان سالکانی که برای رسیدن به حق در تلاش هستند، وجود دارد.

چله‌ها و ختم‌هایی که صورت می‌گیرد علاوه بر این که روح و باطن انسان را برای رسیدن به خدا تزکیه می‌کند، اراده و اعتماد به نفس را هم بالا می‌برد و یک نوع مبارزه علیه وسوسه‌های شیطانی و نفس اماره است.

در بعضی از چله نشینی‌ها، ترک‌های حیوانی صورت می‌گیرد و سالک حتی غذا خوردنش نیز باید مطابق دستور شیخ و پیروی باشد که او را راهنمایی می‌کند.

شیخ به هر سالک متناسب با استعداد درونی و توانایی معنوی اش، ذکر را تعلیم می‌دهد که همیشه در قلب و بر سر زبانش باشد و به او می‌گوید که غذا کم بخورد، کم سخن بگوید، کم بخوابد و همیشه وضو داشته باشد و افکارش را از ورود وسوسه‌های شیطانی حفظ کند. سالک، به مرور در این راه توانایی اش را نشان می‌دهد. نماز‌های مستحبی زیاد می‌خواند، و آن قدر در مسائل معنوی غرق می‌شود که شهوت در وجودش کمرنگ می‌شود فناء فی الله و غرق شدن در وجود خدا باعث رسیدن به مقصود و بقای حقیقی می‌گردد.

گاهی یک ریاضت اجباری، انسان را به مقصود می‌رساند و آن قرار گرفتن در معرض امتحان‌های الهی می‌باشد و وارد شدن بلاهای مختلف که در نتیجه‌ی صبر و شکرگزاری انسان است راهی می‌شود تا او روحی معنوی پیدا کند. و به قول مولانا:

«هر که در این بزم مقرب تر است جام بلا بیشترش می‌دهند»

مولوی ریاضت و خلوت نشینی را در حد اعتدال پذیرفته است و این دیدگاه را دارد که سالک باید در میان مردم ولی تنها از مردم باشد، یعنی باید ارتباط اجتماعی داشته باشد ولی وجود عوامل مختلف در اطرافش او را از خدا غافل نکند. گاهی نیز وجود یک همنشین خوب که انسان را با خدا بیشتر آشنا کند از خلوت و تنهایی که احتمال ورود شیطان به آن محفل است بهتر است.

بنابراین خلوت و چله نشینی، می‌تواند به عنوان زمینه‌ای مطرح شود تا سالک حقیقت وجود خود و خالق خود را بهتر بشناسد، نه این که بعضی افراد امروزه در راه کارهای شیطانی از آن استفاده می‌کنند و با انجام دادن کارهای خارق العاده در نتیجه‌ی ریاضت، اذهان عمومی را منحرف می‌سازد.

کسی که در اثر خلوت و ریاضت واقعی تصفیه و تزکیه می‌شود می‌تواند جلوه‌ی واقعی حق را در تمام پدیده‌ها و موجودات عالم امکان مشاهده نماید.

پس می توان گفت: آراستگی باطن، دوری از وسوسه های شیطانی، مبارزه با نفس اماره، دیدن جلوه ی واقعی حق، پیدا شدن چشم بصیرت، یافتن عقل آخرت اندیش و درونی صاف و بی غل و غش از نتایج ریاضت و خلوت های واقعی است که در نهایت سرچشمه ی حکمت ها می شود.

تعریف خلوت

یکی از مهم ترین مسائل عرفان، خلوت، چله نشینی یا ریاضت می باشد که مباحثی پیرامون آن در میان عرفا رایج است. خلوت در واقع به معنای عزلت و گوشه نشینی است و به نظر اهل صوفیه انقطاع از غیر و پیوستن به حق از طریق پیمودن مراحل مختلف سیر و سلوک است که طی آن سالک به درجه ای می رسد که در میان مردم زندگی می کند ولی غیر از خدا چیزی نمی بیند و چشمه های حکمت از درونش می جوشد. سالکی که از طریق ریاضت و چله نشینی به حق می رسد در واقع با نفسش مبارزه کرده است و درونش را برای خدا صاف و بی غل و غش نموده است.

ریاضت در لغت به معنای رام کردن و پرورش ستور است و در اصطلاح اهل الله عبارت است از تهذیب نفس از شهوات حیوانی.

شاه نعمت الله می گوید: « خلوت عبارت از مجموعه ایست از چند گونه مخالفت نفس و ریاضات از تقلیل طعام و قلت منام و صوم ایام و قلت کلام و ترک مخالطت انام و مداومت ذکر ملک علام و نفی خواطر» (گوهرین، ۱۳۴۱).

طبق آنچه که در دستور العلماء و مصباح آمده است: خلوت از امور محدثه و از جمله مستحسانات است که در زمان پیامبر (ص)، مردم همواره در صحبت و همنشینی بودند ولی به علت پدید آمدن اختلاف آرا و جدال، خلوت رایج شد و طالبان برای حفظ سلامت دین خلوت را برگزیدند همان طور که «جنید» عقیده دارد: مردم باید برای رسیدن به سلامت از هم کناره گیری کنند زیرا این زمانه ی وحشت است.

عمده آداب خلوت نشینی نیز بدین قرار است: کم خوردن، کم خفتن یا خاموشی کامل اجتناب از معاشرت، مداومت بر ذکر، نفی خواطر و دوام مراقبه.

خلوت یا صحبت؟

مولانا در باب این که خلوت برتر است یا صحبت، به طور قطعی داوری نکرده است و رجحان یکی از آن دو را بر هم مربوط به اوضاع و احوال و شرایط سالکان می داند و می گوید: خلوت برای کسی که در تنهایی دچار وسوسه های شیطانی می شود، پسندیده نیست و این افراد بهتر است که در جمع باشند. مخصوصا جمع افراد نیک دل و صالح زیرا که تنهایی از همنشین بد بهتر است و همنشین خوب داشتن نیز برتر از تنهایی است.

به نظر افرادی مانند امام قشیری و نجم رازی نیز خلوت سلامت تن و روح است و معتقد بودند که زمانه، زمانه ی وحشت است و خردمند کسی است که تنها باشد، همان طور که انبیاء و اولیاء نیز برای وصول به مقامات یقین، مدتی از خلق انقطاع داشتند.

هدف خلوت

«خلوت و عبادت و مجاهدت چهل روزه، از مستحسَنات صوفیه است و طبق قول عزالدین محمود کاشانی این سنت در زمان پیامبر (ص) نبوده است و صوفیان بعد از آن را پذیرفتند. و طالبان حق از بهر سلامت دین، صوامع و خلوات را اختیار کردند.» (سجادی، ۱۳۸۳).

در واقع کسی که می‌خواهد در مرتبه‌ی صدیقان و صوفیان واقعی قرار گیرد باید در مدت چهل روز عمل خود را برای خدا خالص کند و یا دو ماه یا سه ماه متوالی در خلوت بنشیند و بعضی در میان سال، ۳ یا ۴ بار چله می‌گیرند.

مدت خلوت

مدت خلوت ۴۰ روز می‌باشد. همان‌طور که رسول اکرم (ص) فرموده‌اند: هر کس که قلب خود را چهل شبانه روز برای خدا خالص و پاک کند و ترک علائق دنیوی نماید و در ذکر گفتن مداومت کند و کم بخورد و کم بگوید و از دیگران عزلت بگیرد، از دلش چشمه‌های حکمت و ایمان خالص می‌جوشد. میقات حضرت موسی (ع) چهل روز بود، گل حضرت آدم در چهل روز تخمیر گردید و کسی که واقعا قلبش را به مدت چهل روز از ذائل پاک کند، نفسش پاک و رقیق می‌شود و به خدا نزدیک می‌شود.

حکمت عدد چهل در خلوت

چهل عدد کامل و مقدسی است و توجه به این عدد تا این زمان در بسیاری از مراسم ادامه دارد و توجه به آن از جایی پیدا شده است که در حدیث قدسی آمده است: «خَمَرْتُ طَيْنَةَ آدَمَ بِنَدَى أَرْبَعِينَ صَبَاحاً» و به این جهت آدم را زاده‌ی چهل صبح و چهل صباح دانسته‌اند.

خاقانی شروانی گفته:

به یک قیام و چهل اصل و چهل صباح که هست از این سه معنی الف دال میم بی اعراب

به بهترین خلف و اربعین صباح پدر به صبح محشر و خمسین الف روز حساب

خاک چهل صباح سرشتی به دست صنع خود بر زبان لطف براندی ثنای خاک

طبق حدیث نبوی: «مَنْ أَخْلَصَ لِلَّهِ أَرْبَعِينَ صَبَاحاً ظَهَرَتْ يَنَابِيعُ الْحِكْمَةِ مِنْ قَلْبِهِ عَلَي لِسَانِهِ» (زمانی، ۱۳۸۱)

و در قرآن کریم در مورد وعده‌ی خداوند به موسی، میعاد و میقات مشخص کرده که ابتدا سی روز بوده و به دلیل نقصانی که پیش آمده روز دیگر به آن اضافه شد و چهل روز شد: وَ وَاَعَدْنَا مُوسَى ثَلَاثِينَ لَيْلَةً وَ اَتَمَمْنَاهَا بِعَشْرِ فِتْمٍ مِيقَاتٍ رَبِّهِ اَرْبَعِينَ لَيْلَةً. همان‌طور که برای مردگان و نوزادان هم چهل می‌گیرند.

انبیاء و اولیاء برای حق خلوت می کردند و معمولاً چهل روزه بوده است. ولی خلوت های پیامبر (ص) که در غار حرا بود از سی روز بیشتر نمی شد و آن قدر میل به خلوت داشت که قریشیان به طعنه می گفتند پیامبر(ص) عاشق پروردگار خویش شده است.

حکمت خلوت نشینی در چهل صباح آن است که در هر صبح حجابی از سالک برداشته می شود و صحت آن این است که پس از اتمام این دوره، جویبار حکمت از دل او می جوشد و بر زبانش جاری می گردد.

وقت خلوت

بیستم هر ماه وقت خلوت می باشد به شرط آن که سالک به خود اعتماد کند و در چله نشینی تمام شرایط آن را باید رعایت کرد که دشوارترین آن نفی خاطر است بر دوام و ارتباط قلب با خویش و تسلیم و رضا به چیزی که از حق می رسد و هرکس که در خود توانایی نمی بیند، این نیت را نکند که: چهل روز توجه می کنم به حق و از خلق دوری می گیرم به این امید که خداوند توفیق دهد که باقی عمرم را این گونه به سر برم.

محل خلوت

خلوت باید در محل و موقعیتی خاص باشد. صاحب خلوت در آن جا از محسوسات غایب می شود و بعضی از حقایق و اسرار بر او کشف می شوند و متصوفه به آن واقعه می گویند و اگر در حال حضور باشد، مکاشفه می گویند. صاحب خلوت چون به در خلوت رسد می گوید (رَبِّ ادْخُلْنِيْ مُدْخَلَ صِدْقٍ وَاَخْرِجْنِيْ مَخْرَجَ صِدْقٍ وَاَجْعَلْ لِيْ مِّنْ لَّدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِيْرًا) (گوهرین، ۱۳۴۱).

مولوی: من نخواهم شد از خلوت برون زآنکه مشغولم به احوال درون

خلوت حقیقی

طبق نظر نیکلسون « خلوت حقیقی عبارت است از خالی بودن از انانیت و خود پرستی و نفسانیات » (زمانی، ۱۳۸۱). خلوت و چله نشینی واقعی به این صورت است که سالک درون خود را از هوا های نفسانی و وسوسه های شیطانی پاک سازد و من بودن و خود پرستی را از خود دور کند، آنگاه به سوی معبود حقیقی رو کند.

شرایط خلوت

در خلوت هشت شرط وجود دارد که دوام در هر شرط الزامی است و کسی که نیت خلوت می کند باید این موارد را رعایت کند تا به مقصود برسد.

شرط اول دوام خلقت است. یعنی کسی که نیت می کند چهل شبانه روز در خلوت بنشیند باید خلوتش دوام داشته باشد و از محل خلوت بیرون نیاید، خود را از معصیت ها دور کند و در این مدت معین به ذکر و تصفیه ی نفس مشغول باشد و نخواهد تا وقتی که خواب بر او غالب شود.

شرط دوم دوام وضو است. کسی که دائم الوضو است قلبش نورانی می شود و شیطان از وجودش دفع می شود و وضو وسیله ای قوی برای این کار است.

شرط سوم دوام صوم و روزه است. شرط مهم در تصفیه ی باطن تقلیل غذا و کم خوردن است؛ زیرا وقتی معده پر باشد و سوسه های شیطانی هم زیاد می شوند. رسول اکرم(ص) می فرماید: « فاضل ترین شما نزد خدای تعالی آن است که تفکر و گرسنگی وی دراز تر است و دشمن ترین شما نزد حق آن است که طعام و آب بسیار خورد و بسیار بخوابد.»

شرط چهارم در دوام ذکر و یاد کردن خدای تعالی است. برترین ذکر در خلوت، ذکر « لا اله الا الله » می باشد؛ و این ذکر است که بندگان را از هستی ایشان رها می کند و به حق می رساند و چون ذاکر بر ذکر مداومت کند، اثر ذکر به روح رسد و روح ذاکر شود.

شرط پنجم در دوام سکوت و سخن نگفتن با غیر شیخ می باشد، و آن نیز به قدر حاجت و شرط ادب است.

به ظاهر چون شیخی خامش همه باطن زبان باشی

حضرت عیسی فرموده اند: عبادت ۱۰ است. نه خاموشی است و یکی گریختن از مردمان.

پیامبر اکرم(ص) می فرماید: « در ایام خلوت جز به ذکر لب نجانبانید.»

شرط ششم نفی خواطر و ترک اندیشه ی پراکنده است و سالک باید تمام حواس خود را معطوف حق کند و قلب و فکرش را از اغیار پاک کند. رسول اکرم(ص) می فرمایند: « حذر کنید از هر چه شما را از خدای تعالی مشغول کند.»

مقصود از خلوت خود نفی خاطر است و این را طهارت باطن خوانند که خاطر بر مثال حدی است. بزرگان را هر گاه خاطری در آمده است غسل کرده اند.

شرط هفتم تسلیم است و اعتراض نکردن به هر چیز که از حق تعالی به او رسد. از قبض و بسط و رنج و راحت و گشایش و فروبستگی و تندرستی و بیماری و غیر این و به همه راضی باشد.

شرط هشتم دل با پیر راست داشتن است و خود را در همه ی وقت ها در حمایت و سایه ی عنایت او دانستن است؛ نه آن گونه که دائم شیخ را در خیال و خاطر داری تا از خدای باز بمانی. در واقع نباید راهنما یا پیر مانع رسیدن به مقصود شود.

ذکر در خلوت نشینی

«در خلوت نشینی بهتر است که ذکر «لا اله الا الله» گویند و بر آن ذکر مداومت کنند که بهترین ذکر است و در خلوت خیال و واقعه برای صوفی پیدا می شود و فرق آن ها این است اگر خیال و تصور اول از میان برود و ثانی بماند، خیال است و اگر آنچه در تخیل اول دیده به تصور تخیل ثانی محو و متلاشی شود بدانند که واقعه است که

او را استقبال کرده تا آن واقعه را علمی و ذوقی و کشفی و نوری و سری به تمام استیفا کند تا واقعه دیگری روی نماید. در هر حال اهل خلوت را واقعات کشف دقیای امور غیبی دست می دهد. مانند خواب دیدن یا در حضور بدون غیبت او پیش آید که آن را مکاشفه گویند.» (سجادی، ۱۳۸۳).

انواع ذکر در خلوت

ذکر شش است. اول ذکر ظاهر و باطن، و این مقام سالکانی است که ابتدای راه اند و مبتدی هستند. دوم ذکر قلب و روح، و این مقام متوسطان است. سوم ذکر سر و خفی، و این مقام آن هایی است که به نهایت راه رسیده اند و سالک حقیقی هستند و منتهیان می باشند.

انواع ذاکران در خلوت

قسمتی از ذاکران در عالم انسان ذکر می گویند و آن ها سلامتیان اند.

قسمتی از آن ها در ملکوت عالم انسانی ذکر می گویند و ملامتیان اند.

و قسمتی در ملک عالم غیب ذکر می گویند و ایشان کرامتیان اند.

و قسمتی در ملک عالم غیبی ذکر می گویند و مکاشفانند.

و قسمتی در ملکوت قاب قوسین ذکر می گویند و ایشان مقربان اند.

و قسمتی در ملکوت او ادنی ذکر می گویند و ایشان واصلان اند.

و ذاکر که می باید در حمایت صدق باشد و مخلص باشد حق را برای حق بپرستد و مراد و مقصودش رضای خداوند باشد، نه طمع ثواب و یا ترس عذاب و مقصود او هیچ چیز غیر از حق نباشد.

لزوم خلوت نشینی

کسی که نمی تواند خود را در برابر وسوسه های شیطانی و عوامل فریبنده ی دنیایی حفظ کند باید خلوت کند و اراده کند تا باطنش را قوی نماید و توسط خلوت و چله نشینی صدق و خلوص باطنش را به ظهور رساند. اگر نیت خلوت فقط برای خداوند باشد و همراه با صدق و خلوص باشد نفس تصفیه خواهد شد؛ زیرا فقط حق ناظر بر اعمال انسان است. در این زمینه مولانا می گوید:

نذر کردم که ز خلوت هیچ من سر برون نارم چو زنده است این بدن

زان که در خلوت هر آن چه تن کند نه از برای روی مرد و زن کند

جنبش و آرامش اندر خلوتش جز برای حق نباشد نیتش

این جهاد اکبر است آن اصغر است هر دو کار رستم است و حیدر است (دفتر پنجم / ۳۸۰۲_۳۷۹۹)

انبیاء و اولیاء وقتی با عموم مردم ارتباط داشتند، برای اطمینان از اینکه درونشان تیرگی پیدا نکنند، بعد از ارتباط، مدتی را در خلوت به سر می بردند تا دوباره درونشان صاف و روشن شود. به اعتقاد مولانا روح و روان اشخاص پاک مثل آب روشن و پاک است که در اثر برخورد با پلییدی ها، طعم و رنگش تغییر می کند و تیره می شود، ولی دوباره بر اثر تبخیر و خلوت شفاف و تمیز می شود و به بالا صعود می کند. و تشکیل قطرات پاک می دهد و بر زمین به صورت رحمت می بارد و این لزوم خلوت نشینی از نظر مولانا است.

نظر اسلام در مورد خلوت

اسلام انقطاع و بریدگی از خلق را به طور کامل نپذیرفته و از نظر اجتماعی، رهبانیت را نپسندیده و ریاضت های سخت و طولانی را برای رسیدن به حق تجویز نکرده است. در حدیث آمده است: «آن مومن که با مردمان آمیزش کند و بر جفا و آزار خلق شکیبیا باشد، بهتر از کسی است که با خلق در نیامیزد و رنج و زحمت معاشرت را تحمل نکند.» (همایی، ۱۳۵۴).

سنت خلوت نشینی نزد اولیا

خلوت نشینی و تحمل ریاضت به صورت معقول در بین اولیاء رایج بود و انبیاء همان طور که وقتی را برای خلوت در نظر می گرفتند و فکرشان را از هر چه جز خدا می شستند ولی از نظر اجتماعی هم با خلق ارتباط داشتند و به طور کامل از مردم جدا نمی شدند.

این خلوت را به قصد تمرکز فکر و جمعیت خاطر برای رسیدن به حق انجام می دادند. این سنت از سنن پسندیده ی اولیاء و انبیاء است. در میان پیامبران حضرت موسی (ع) چهل شبانه روز به میقات رفت و از خلق دوری کرد. حضرت عیسی (ع) نیز این سنت را رعایت می کرد. پیامبر اکرم (ص) نیز سالی یک ماه در غار حرا خلوت می کرد و با خدای خود راز و نیاز می کرد.

نجات واقعی انسان معرفت نه ریاضت

با وجود موثر بودن ریاضت و خلوت نشینی در رسیدن به نجات، نجات واقعی انسان به معرفت و شناخت است نه به ریاضت. کسی که توانایی شناخت خود و هواهای نفسانی درونش را دارد و راه ریشه کن کردن آن ها را می شناسد، به راحتی می تواند به حق برسد. این معرفت نوعی مکاشفه است مبتنی بر شهود و اشراق روحانی.

دوره ی ریاضت در هر سالکی بنا بر استعدادش تفاوت می کند. پشمینه پوشی، دائم الذکر بودن، ترک حیوانی، روزه داری، شب زنده داری، نماز و دعا و گریه و یا خدمت به خانقاه از راه های گوناگون ریاضت است و معرفت به این که چه راهی بهتر است و مدت آن چقدر باید باشد، راه نجات سالک است. گاهی اصرار بر یک روش که از لحاظ روحی با آن سالک سازگار نیست، باعث گمراهی سالک می شود نه نجات او. پس معرفت در این باره با کمک و تجربه ی شیخ بسیار مهم است.

رابطه خلوت و عزلت

بعضی از محققان، خلوت و عزلت را مترادف دانسته‌اند. بعضی هم میان آن دو فرق گذاشته‌اند و گفته‌اند که خلوت، تنها شدن از اغیار است و عزلت، تنها شدن از خود و مشاهده‌ی حضرت معشوق. با این معنی مرتبه‌ی عزلت بالاتر از خلوت، چنانچه یکی از عارفان گوید: خلوت، صفت اهل صفوت است و عزلت از نشانه‌های وصل است.

نظر مولانا در باب خلوت و عزلت

مولانا به صورت قضیه‌ی کلی سلبی یا ایجابی حکم نمی‌کند، بلکه معتقد است که رجحان خلوت و عزلت بر صحبت و معاشرت یا برعکس، بستگی به احوال و اوضاع سالکان و مقام منزلت یاران و همنشینان و ادوار مختلف سیر و سلوک و امثال دیگر این خصوصیات است.

نظر مولانا درباره‌ی معنای خلوت

«یک معنی خلوت و وحدت این است که سالک تنها روی اختیار کند؛ یعنی خود سرو از پیش خود بدون این که ولی مرشد و استاد راهنما و پیر و شیخ راهبری داشته باشد، برای پیمودن مقامات و مدارج روحانی طریقه‌ی سیر و سلوک عرفانی و مسلک زهد و ترهب و عبادت و ریاضت پیش گیرد. مولوی در این مورد جداً و به طور قاطع معتقد به وجوب صحبت و پیروی کردن از شیخ و استاد راهبر است. وی بیعت و اطاعت ولی امر و تسلیم پیش خضر راستین و متابعت پیر کامل مکمل را که دلیل راه و چراغ هدایت است، شرط اصلی سیر و سلوک عرفانی و طی مراحل و درجات کمال انسانی می‌داند و خودسری و تنها روی را در این راه موجب ضلالت و گمراهی می‌داند؛ عنی خلوت‌گزینی سالک هم به دستور و تعلیم پیر ارشاد و شیخ راهبر است، نه خودسر و خود ساخته.» (همان، ۱۳۵۴).

طریقه‌ی سلسله‌ی مولویه در خلوت نشینی

«در این سلسله رسم چنان است که طالب ورود در آن سلسله، باید هزار و یک روز (۳ سال) به این طریق خدمت کند: هر سال چهل روز خدمت چار پایان، چهل روز کناسی فقرا، چهل روز آب کشی، چهل روز فراشی، چهل روز هیزم کشی، چهل روز طباخ‌ی، چهل روز خرید حوایج، چهل روز خدمت مجلس درویشان، چهل روز نظارت و باید که این خدمات تمام شود یک روز کسر نشود. پس از این خدمات که هر سال، ۹ چهل روز که ۳۶۰ می‌شود و روزهای بعد او را غسل می‌دهند و توبه و تلقین اسم جلاله بر او کنند و حجره‌ای جهت آسایش و عبادت به او دهند و ریاضت و مجاهدت به او تعلیم دهند.» (سجادی، ۱۳۸۳).

تأثیر ریاضت‌های جسمانی در کمال نفسانی

«مولوی درباره‌ی زهد و تقوا و عبادت و ریاضت‌های جسمانی، تأثیر آن در تزکیه‌ی روح و تصفیه و تجلی باطن از کدورت‌های نفسانی که مقدمه‌ی تحلیه و وصول به مدارج عالی کمال انسانی است گفته‌های نغزی دارد:

همچون آهن ز آهنی بیرنگ شو
در ریاضت آینه ی بی رنگ شو
خویش را صافی کن از اوصاف خود
تا ببینی ذات پاک صاف خود
مردن تن در ریاضت زندگی است
رنج این تن روح را پایدگی است
تا بقای خود نبیند سالکی
چون کند تن را سقیم و هالکی
این ریاضت‌های درویشان چرا ست
آن بلا بر تن، بقای جان ماست» (همایی، ۱۳۵۴)

طبق نظر مولوی، سختی دادن به جسم باعث صعود روحی و کمال نفسانی می شود و کسی که بلا و رنج را بر تن خود تحمل می کند، روحش آماده ی پذیرش الطاف و حکمت های الهی می شود.

ریاضت های اجباری

ریاضت ها دو نوع هستند: اختیاری و اجباری. ریاضت هایی اختیاری هستند که سالک به اختیار و اراده ی خود نیت کند به مدت چهل شبانه روز خود را برای خدا خالص کند و در خلوت نشیند و ریاضت هایی را متحمل شود و سختی هایی در این مدت بکشد تا روحش آماده درک حکمت های حق شود و چشمه های علم و دانایی از قلبش بجوشد و به ایمان واقعی برسد.

ولی ریاضت های اجباری، مصیبت ها و آلام و دردها و حوادثی هستند که روزگار بر سر انسان ها می آورد و در واقع آزمایش های الهی می باشند که این گونه ریاضت و سختی ها، اجباری و بی اراده شخصی هستند و نقش مهمی در تربیت باطن و نفس انسان دارند. وظیفه ی انسان در این موقع این است که صبور و بردبار و شکرگزار باشد، زیرا مثلاً از دست دادن مال، فرزند و یا هر چیز ارزشمندی ممکن است بلا گردان جان او باشد.

مولوی می گوید:

در ریاضت آیدت بی اختیار سربنه شکرانه ده ای کامیار
مرگ اسب و استر و مرگ غلام بُد قضا گردان آن مغرور خام.

خلوت خانه

خلوت کردن با حق، محلی دارد که خلوت خانه می گویند و در واقع مقام کمالات ولایت و رسیدن به یقین را می گویند. و در آن جا اتحاد محب و محبوب و عاشق و معشوق و نبی و ولی است و غیر از آنها کسی حضور ندارد و خلوت خانه ی اسرار، مقام انس با حق است.

طبق گفته ی عطار

«هست گنجی از دو عالم مانده پنهان تا ابد
جای او جز گنج خلوتخانه اسرار نیست

در زمین و آسمان آن گنج کی یابی تو باز زآنکه این جز درد درون مرد معنی دار نیست» (سجادی، ۱۳۵۰)

انواع خلوت خانه

«خلوت خانه‌ها چند دسته اند: خلوت خانه اشتیاق، خلوت خانه احسان، خلوت خانه خاص، خلوت خانه شهود، خلوت‌گه اصلاص، خلوت‌گه دل.» (سجادی، ۱۳۵۰)

خلوتیان ملکوت

خلوتیان ملکوت جوان مردان طریقت را گویند.

مست بگذشتی و از خلوتیان ملکوت
پیش رفتار تو پا برنگرفت از خجلت
به تماشای تو آشوب قیامت برخاست
سرو سر کش که به ناز قد و قامت برخاست (حافظ)

خلوت خانه پیامبران

هر کدام از پیامبران خلوت خانه‌ای داشتند که در این خلوت از وسوسه‌ها و هواهای نفسانی رها شده و به حضرت حق و دوست واقعی پیوسته بودند.

خلوت خانه یوسف (ع) خانه زلیخا بود که هر چند در آن جا او و زلیخا بودند ولی چون از نفس شیطانی جدا شده بودند و از وسوسه دور بود خلوتش با خدا بود و اگرچه با زلیخا حرف می زد ولی سرش با خدا بود و در دل با خدا می گفت « معاذا... انه ربی ». خلوت خانه ی ابراهیم (ع) درون آتش بود که هر چند درون آتش به ظاهر می سوخت؛ در گلستان حق به سر می برد و سر و تکلمش با حق بود که « این ذاهب الی ربی سیه‌دین ». خلوت خانه ی موسی (ع) نیز کوه طور بود، ظاهرش را به مطالعه ی آثار باز داشتند و باطنش را به مشاهده انوار مستغرق، تا از آن معنی به این عبارت اشاره فرمود که: « سبحانک ثبت الیک و انا اول المومنین ».

خلوت خانه ی یونس (ع) شکم ماهی بود. تنش را به حوصله ی ماهی سپردند و سر او را به خود مشغول کردند تا می گفت: « لا اله الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین » و خلوت خانه ی عیسی فلک چهارم بود. چشمش با ملائکه بود ولی جانش با حضرت حق دمساز بود و در خلوت خانه از خلق جدا می شدند و به حق می پیوستند. خلوت خانه ی حضرت رسالت مقام قرب و در شب معراج و قاب قوسین بود. آن جا نفس نفیس او را به افق اعلی مشغول کردند تا سر او فراغت خلوت یافت. به حضرت خطاب آمد بنشین و خاموش باش که همه ی پیغمبران را ایستادن آمدن تو را نشستن آمد. همگان را گفتن بود تو را شنیدن آمد. همه گفتند تا من شنیدم اکنون تو بشنو تا من بگویم همه کس راز خود با حبیب خود گفت؛ من راز خود به تو می گویم: « فاوحی الی عبده ما اوحی »

خلوت خانه توحید

«مقام فناء ظاهر را گویند که هنوز به مرتبت کمال فناء نرسیده باشد لکن قطع علاقه از ما سوا کرده باشد.

عطار در این زمینه چنین می‌سراید:

گر تو خلوتخانه‌ی توحید را محرم شوی
تاج عالم گردی و فخر نبی آدم شوی
سایه شو تا اگر خورشید گردد آشکار
تو چو سایه محو خورشید آبی و محرم شوی» (سجادی، ۱۳۵۰)

خلوت خانه دوستان و قرب

مقام انس با حق است و بهترین موقع راز و نیاز دوستان با حضرت عشق هنگام شب است. و مقام قرب و نزدیکی با حضرت ربوبی هم خلوت خانه‌ی قرب است.

ابیات مولوی در مثنوی در باب خلوت

معنای ریاضت

در یکی راه ریاضت را و جوع
رکن توبه کرده و شرط رجوع (۴۶۵/۱)
در واقع در این بیت ریاضت کشیدن و فضیلت گرسنگی را مطرح می‌کند که هر دو باعث برگشت به سوی خدا می‌باشند و آن دو را ارکان توبه می‌داند.

عرفا اعتقاد دارند که در وجود آدم روح حیوانی وجود دارد که او را به طرف بدی‌ها می‌کشاند که در قرآن نفس اماره می‌گویند و کسی که بر این نفس، سلطه دارد دارای ایمان قوی می‌باشد و رضایت و سختی کشیدن باعث دستیابی به این ایمان می‌شود.

بهر آن است این ریاضت وین جفا
تا بر آرد کوره از نقره جُفا
بهر آن است امتحان نیک و بد
تا بجوشد، بر سر آرد زر، زبد (۲۳۳/۱ و ۲۳۲)

ریاضت به معنای پرورش ستور و به خصوص اسب است و در واقع رنج و تحمل سختی در عبادت است برای تربیت نفس؛ و آزمایش‌های الهی و ریاضت‌های اجباری در واقع برای جدا کردن خوب از بد است. مانند: آزمایش سره و ناسره که طلا به جوش می‌آید و ناخالصی از آن جدا می‌شود و عیارش کامل می‌شود.

نتایج خلوت

قعر چه بگزید هر که عاقل است
زآنکه در خلوت، صفاهای دل است (۱۲۹۹/۱)
ظلمت چه به که ظلمت‌های خلق
سر نبرد آنکس که گیرد پای خلق (۱۳۰۰/۱_۱۲۹۹)

کسی که عاقل و داناست سعی می‌کند از آمیزش و ارتباط زیاد با مردم خودداری کند و خلوت را انتخاب می‌کند و در واقع تاریکی درون چاه خلوت را بر تاریکی ارتباط با مردم ترجیح می‌دهد و کسی که بی حساب با مردم ارتباط داشته باشد به تهذیب نفس نمی‌رسد. و خلوت تنها نشستن است به گونه‌ای که سالک از این تنهایی و ذکر گفتن

و عبادت راهی به سوی خدا بیابد و در طی خلوت، نفس سرکش را مهار کند و ظلت های خلق تأثیری است که معاشران نامناسب در سالک راه خدا می گذارند و کسی که بخواهد به دنبال این معاشران برود نجات نمی یابد و به مقصود نمی رسد.

ریاضت راهی برای کامل شدن

پر و مالا مال از نور حق است جام تن بشکست، نور مطلق است (۱/ ۳۴۱۰)

سالک، هستی مادی را توسط ریاضت در راه هستی حقیقی فنا کرده است و یکسره نور شده است. انسان کامل، درونش آکنده از نور هدایت است فقط کافی است با سنگ خلوت و رنج کشیدن بدنش را فنا کند، تا به هستی حقیقی برسد.

صداقت در اثر ریاضت

کاندر ایمان، خلق عاشق تر شدند در فنای جسم صادق تر شدند (۱/ ۸۰۸)

سالک حقیقی در اثر ریاضت و چله نشینی، صداقت و خلوص بیشتری پیدا می کند و ایمانش قوی تر می شود.

معنای خلوت نشینی در ۴۰ روز

مکر دیگر آن وزیر از خود بیست وعظ را بگذاشت و در خلوت نشست (۱/ ۵۴۹)

در مریدان در فکند از شوق، سوز بود در خلوت چهل پنجاه روز (۱/ ۵۵۰)

در این آیات مولانا تصریح می کند که مدت خلوت چهل شبانه روز است که در آن مدت، سالک خودش را برای پروردگار خالص می کند تا به مقصود برسد.

ظاهر و باطن ریاضت

یک زنی با طفل آورد آن جهود پیش آن بت و آتش اندر شعله بود

طفل از او بستد در آتش در فکند زن بترسید و دل از ایمان بکند

خواست تا او سجده آرد پیش بت بانگ زد آن طفل کانی لم أمّت

اندر آ ای مادر! اینجا من خوشم گرچه در صورت میان آتشم (۱/ ۷۸۶_ ۷۸۳)

اندر آ و آب بین آتش مثال از جهانی کآتش است آبش مثال (۱/ ۷۸۹)

در اینجا منظور از آتش، آتش ریاضت و فنای فی الله است. دنیای شهوت ها به ظاهر همچون آب گواراست و به باطن آکنده از عذاب. ولی ریاضت و کف نفس ظاهراً آتش است و باطناً آب حیات.

خاموشی شهوت با ریاضت

کی شود باریک هستی جمل جز به مقرض ریاضات و عمل (۱/ ۳۰۶۶)

وجود طبیعت نفسانی آدمی فقط با قیچی ریاضت‌ها و اطاعات و عبادات سخت باریک می‌شود و این خلوت‌ها و چله‌نشینی‌ها باعث می‌شود که علایق دنیوی قطع شوند.

طبق شرح استعلامی و نظر مولانا در آن، دشواری سیر الی‌الله به گذشتن از سوراخ سوزن تشبیه شده است و برای عبور از آن باید مانند یک رشته نخ باریک شوی و این عمل فقط با ریاضت انجام می‌شود.

زانکه خوی بد بگشته ست استوار مور شهوت شد ز عادت همچو مار

مار شهوت را بکش در ابتدا ورنه اینک گشت مارت ازدها (۲/ ۳۴۷۲ و ۳۴۷۱)

تا خوی بد در وجود انسان دائمی نشده است باید آن را ریشه کن کرد وگرنه در صورتی که ماندگار شد، مور شهوت و هواهای نفسانی تبدیل به ماری می‌شود.

در شرح مثنوی از استعلامی به جای «ابتدا»، «ابتلا» آمده است و این‌گونه تفسیر شده است که «مار شهوت را در ابتدا باید کشت. ابتلا یعنی امتحان و رنج و ریاضت دادن به مرید برای اصلاح درون او.» (استعلامی، ۱۳۷۲).

اثر خلوت در اعمال و رفتار

باز با خود گفته فرعون: ای عجب من نه در یا ربنا ام جمله شب؟

در نهران، خاکی و موزون می‌شوم چون به موسی می‌رسم، چون می‌شوم؟ (۱/ ۲۴۶۱ و ۲۴۶۰)

در این ابیات خلوت و چله‌نشینی و اثر آن بر اعمال و رفتار سالک مطرح است که فرعون بنا بر گفته‌ی خودش در خلوت‌های شبانه در حال گفتن یا حق و یا رب است و همین‌که به موسی می‌رسد شروع به مخالفت می‌کند. در واقع به نظر نگارنده غرور او را در برابر خلق نشان می‌دهد.

خلوت از وجود خود

آن وزیر از اندرون آواز داد کای مریدان از من این معلوم باد

که مرا چنین عیسی پیغام کرد کز همه یاران و خویشان باش فرد

روی در دیوار کن تنها نشین وز وجود خودش هم خلوت گزین

بعد از این دستوری گفتار نیست بعد از این با گفتگویم کار نیست

الوداع ای دوستان من مرده ام رخت بر چارم فلک بر برده ام (۱/ ۶۴۷ _ ۶۴۳)

طبق گفته ی حضرت عیسی (ع)، مولانا در این ابیات، خلوت از خویشتن را بیان می کند این که سالک بهتر است از معاشرت با افراد دیگر خودداری کند و در ریاضت و خلوت به سر برد. حضرت عیسی هم در فلک چهارم، خلوت کرد و آنجا اقامت گزید.

آرامش در خلوتگاه حق

گر گریزی بر امید راحتی ز آن طرف هم پیشت آید آفتی

هیچ کنجی بی دد و بی دام نیست جز به خلوتگاه حق آرام نیست (۲/ ۹۱ و ۹۰)

دنیا محل آسایش و راحتی نیست و هر نقطه ی آن پر از آفت است و پر از آدمیان حیوان صفت است؛ تنها حالتی که میان بنده و حق به وجود می آید و در واقع خلوتگاه حق آرامش دارد.

ریاضت برای رهایی از نفس اماره

نفسش اندر خانه ی تن نازنین بر دگر کس دست می خاید به کین (۲/ ۷۷۵)

ریاضت و سختی و خلوت های چهل روزه باعث می شود که شهوت هوا های نفسانی که در وجود انسان عزیز شمرده می شوند، سرکوب شوند و به جای اینکه سالک به دیگران بدبین شود دشمن را در وجود خویش ببیند و سعی کند آن را از خودش دور کند.

مدت شش ماه می رانند کام تا به صحت آمد آن دختر تمام

بعد از آن از بهر او شربت بساخت تا بخورد و پیش دختر می گذاخت (۱/ ۲۰۲ و ۲۰۱)

داستان درمورد کنیزک و زرگر است. در واقع کلمه ی مورد بحث در این ابیات « شربت » است که طبیب الهی به زرگر داد و مرحله ی تدریجی ریاضت و سختی دادن به نفس اماره است و این گونه نفس از علائق شهوانی رها می شود.

هر چه بینی سود خود، ز آن می گریز زهر نوش و آب حیوان را بریز (۲/ ۲۳۲۹)

هر چیزی را که برای نفس اماره تلخ است انجام بده و خودت را به ریاضت و خلوت ها عادت بده تا امیال شهوانی تحت سلطه ات باشند. زهر کنایه از عبادت و ریاضت و آب حیوان کنایه از عیش و نوش حیوانی می باشد.

تصفیه نفس در اثر ریاضت

در تو نمرودی است، آتش در مرو رفت خواهی، اول ابراهیم شو (۱/ ۱۶۰۶)

کسی که می خواهد با حق ملاقات کند در اولین قدم باید نمرود هوا های نفسانی را از خود دور کند و روحش را مانند ابراهیم از آلودگی ها پاک کند و در صورتی می شود وارد آتش حوادث شد که مانند ابراهیم مردی کامل و واصل شد. سالک باید ریاضت بکشد تا نفسش تصفیه شود.

خلوت و قلب پاک راه انس با حق

چون بماند از خلق، او باشد یتیم انس حق را قلب می باید سلیم (۳۷۴ / ۲)

آدم وقتی که از خلق جدا می شود، تنها می ماند؛ ولی صرف این که از مردم دوری کند و خلوت برگزیند او را به حق نمی رساند، بلکه باید قلبش پاک باشد و از غبار کینه و آز و شهوت زوده شود تا بتواند با حق تعالی انس بگیرد.

ریاضت دنیوی سعادت اخروی

از خطر هاروت و ماروت آشکار چاه بابل را بگردند اختیار

ای خنک آن کو جهادی می کند بر بدن زجری و دادی می کند

تا ز رنج آن جهانی وا رهد بر خود این رنج عبادت می نهد (۲۴۷۱ - ۲۴۶۹)

در اینجا مولانا امتحان‌های الهی و سختی‌های دنیوی را مایه‌ی سعادت اخروی معرفی می کند؛ همانطور که هاروت و ماروت عذاب دنیوی را بر جزای اخروی ترجیح دادند و این چله نشینی‌ها و سختی‌ها در واقع در رسیدن به حق و سعادت اخروی نقش مهمی دارند. بی توجهی به زندگی مادی در رسیدن به زندگی معنوی خیلی نقش دارد.

چگونگی وصال به حق از طریق ریاضت

آن لطافت‌ها نشان شاهی است آن نشان پای مرد عابدی است (۱۶۶۵ / ۲)

تمام زیبایی‌ها نشانه‌ی وجود خالق بی همتاست و راه وصول به حق از راه دیدن این علائم، ریاضت و طاعت‌های طاقت فرسا می باشد.

گر مسیر کردن حق، ره بدی هر جهود و گبر از او آگه بدی (۴۸۴ / ۱)

هر کس قادر به وصول به درگاه حق نمی باشد. اگر خداوند راه رسیدن به حقیقت را آسان می کرد هر کافری این راه را می پیمود و به مقصود می رسید، در حالی که این راه فقط از طریق خلوت نشینی و ریاضت و توسط مومنان حقیقی طی می شود.

صورت سرکش گدازان کن به رنج تا ببینی زیر او وحدت چو گنج

ور تو نگذاری، عنایت‌های او خود گدازد، ای دل‌م مولای او (۶۸۴ - ۶۸۳)

طبق شرح زمانی:

صورت معنا ستیز را باید با آتش ریاضت ذوب کنی و همین که چند گانگی را محو کردی در زیر ویرانی های آن گنجی بیابی به نام وحدت. اهل سلوک، راه رهایی از صورت پرستی و تعصبات قشری و «من» و «مایی» را مبارزه با امیال و آرزو های بی اساس دانسته اند. اگر تو ای صورت پرست، صورت های حق ستیز را ذوب نکنی، عنایات خداوند آن ها را ذوب خواهد کرد.

وصول به قرب الهی به دو وجه انجام می شود: یکی کسبی و دیگری و هبی. وصال کسبی آن است که سالک با ادای فریضه ها و نافله ها از عالم صورت رها شود. و وصال و هبی آن است که سالک با طاعات و ریاضات نتواند به وصال حق رسد. در این هنگام جذب و عنایتی از بارگاه الهی در رسد و او را از قید صورت برهاند. اگر با موت ارادی از صورت پرستی نرهی، خداوند با موت اجباری تو را از دام صورت برهاند.» (زمانی، ۱۳۸۱).

پس دهان دل ببند و مهر کن پر کنش از باد گیر من لدن (۱/ ۹۹۰)

در این بیت در واقع مولانا توصیه می کند که دهان دل را باید از ورود هوا های نفسانی بست و آن را از حال و هوای کبریایی پر کرد. و این کار فقط از طریق خلوت نشینی و انجام ریاضت میسر است.

حامل دین بود او، محمول شد قابل فرمان بد او، مقبول شد (۱/ ۱۰۷۴)

سالک در ابتدا سختی راه را به جان می خرد و با قبول عبادت و ریاضت ها فرمان حق را می پذیرد و هنگامی که منازل سلوک را طی کرد محمول قدرت و مشیت حق تعالی می شود. و فرمان های حق را به بندگان دیگر می رساند.

ریاضت در حد اعتدال

ای خنک آن کو جهادی می کند بر بدن زجری و دادی می کند (۲/ ۲۴۷۳)

طبق نظر مولانا، ریاضت باید با اعتدال همراه باشد. او همان گونه که با زندگی حیوانی مخالف است با عبادات و ریاضت های طاقت فرسا نیز سخت مخالف است. و حق درمورد جسم این است که نه زیاد پرورشش دهند نه این که خیلی زارش نمایند.

سخن موثر در نتیجه ریاضت

گر سخن خواهی که گویی چون شکر صبر کن از حرص و، این حلوا مخور (۱/ ۱۶۰۰)

برای گفتن سخنان شیرین و موثر باید ریاضت را تحمل نمود و از هوا های نفس دوری کرد. طبق شرح استعلامی: اگر می خواهی سخن تو سود داشته باشد نباید در سخن گفتن عجله کنی بلکه باید سخت را بسنجی، آن گاه بر زبان بیاوری.

صعود روحی بر اثر ریاضت

گاو کشتن هست از شرط طریق تا شود از زخم دمّش جان مفیق (۱۴۴۵ / ۲)

نفس اماره و هوای نفس مانند گاوی است که با ضربه های تازیانہ ی ریاضت به هوش می آید. روح و روان آدم نیز در اثر این سختی ها توفیق صعود پیدا می کند.

نابودی خودبینی با ریاضت

کو حمیت تا ز تیشه و ز کلند این چنین که را بکلی بر کنند؟ (۱۳۳۶ / ۲)

دلی را که حال و هوای الهی ندارد و دچار خود پرستی شده است را باید با تیشه ی ریاضت و خلوت نشینی از جا کند.

تهذیب اخلاق در اثر ریاضت

ای برادر، صبر کن بر درد نیش تا رهی از نیش نفس گبر خویش (۳۰۰۲ / ۱)

یکی از مهم ترین شرایط سلوک از نظر پیامبر(ص)، جهاد اکبر است که همان مبارزه با نفس و آرزو های شهوانی است که در نتیجه ی آن و ریاضت ها و عبادت های سخت، نفس از هوا های نفسانی پاک و تهذیب شده و به سوی حق صعود می کند. و اگر کمی بر درد ریاضت تحمل کنیم از زخم نفس خود پرست رها می شویم.

روشنی انوار قلب با ریاضت

تا نمردست این چراغ با گهر هین فتیلش ساز روغن زودتر (۱۲۶۸ / ۲)

تا زمانی که این چراغ روشن قلب به خاطر تیرگی ها و کدورت ها و هوای نفسانی خاموش نشده است آن را با فتیله و روغن ریاضت و عبادت و خلوت نشینی و پاک سازی درون روشن و درخشان کن.

در شرح استعلامی می گوید: « چراغ با گهر، زندگی است و مولانا می گوید: پیش از پایان زندگی آن را در راه حق بینداز. » (استعلامی، ۱۳۷۲).

ریاضت لازمه تقویت عقل و روح

زآنکه غالب عقل بود و خر ضعیف از سوار زفت گردد خر نحیف (۱۸۵۹ / ۲)

در صورتی که عقل بر جسم حاکم جسم ضعیف می شود ولی اگر جسم پرور شود و توجهی به امور معنوی نشود عقل دور اندیش تضعیف می شود؛ همان طور تقویت عقل و روح هم لازمه این ریاضت و عبادت متعال است.

گریه کردن در خلوت برای توبه

زین سخن گر نیستی بیگانه ای دلق واشکی گیرد و ویرانه ای

ز آنکه آدم، ز آن عتاب از اشک رست اشک تر باشد دم توبه پرست

بهر گریه آدم آمد بر زمین تا بود گریان و نالان و حزین (۱/ ۱۶۳۴-۱۶۳۲)

اشک چشم باعث نجات توبه کار می شود و اگر سالک در گوشه ای خلوت برود و برای استغفار از گناهان اشک پشیمانی بریزد و از سوز دل گریه کند توبه اش مقبول است. مانند حضرت آدم (ع) که برای فرار از گناهش به زمین گریان و نالان آمد.

طبق آنچه در شرح استعلامی گفته شده: مولانا می گوید: « برای کسی که توبه می کند اشک ریختن مانند نفس کشیدن است و ضروری است.» (استعلامی، ۱۳۷۲).

کم خوردن در ریاضت

گر تو این انبان زنان خالی کنی پر ز گوهر های اجلالی کنی

طفل جان، از شیر شیطان باز کن بعد از آنش با ملک انباز کن (۱/ ۱۶۴۰-۱۶۳۹)

اگر انسان سالک شکم خود را خالی نگه دارد شهوت ها از درونش خارج می شوند. زیرا معده ی پر، شهوت ها را زیاد می کند و به قول مولانا گرسنگی اختیاری از برنامه های جدی سلوک است و اگر جان و روح انسان از شهوت های پست حیوانی پرهیز کند با فرشتگان یار می شود و توسط ریاضت ها می شود نفس را از شهوت های پست حیوانی دور کرد و به حق تعالی نزدیک نمود. و اگر علایق مادی رها شوند به علایق معنوی می رسیم. و در واقع کم خوردن یکی از عمده ترین آداب خلوت نشینی است زیرا خوردن زیاد چشم معنویت را کور می کند.

رابطه ی خلوت و دوری از همنشین بد

خلوت از اغیار باید نه ز یار پوستین بهر دی آمد نه بهار (۲/ ۲۵)

در خلوت نشینی، سالک باید از همنشین بد دوری کند نه از صالحان و نباید از یاران محبوب خلوت گزینی کرد. برای مثال پوستین برای فصل سرماست نه گرما. دوری از همنشین بد در خلوت ضروری است.

تجلی حق در خلوت

آه که چون دلدار ما غم سوز شد خلوت شب در گذشت و روز شد (۲/ ۱۸۴۸)

حق در خلوت های شبانه تجلی پیدا می کند و حالتی واقعی پیدا می شود که جلوه حق را می شود نظاره گر شد. منظور از خلوت شب، حالت استغراق است که موجب فنای تعینات و رفع کثرات اعتباری می شود و یا خلوتی است

که سالک با خود می‌کند و در آن خلوت، حضرت حق بر او تجلی می‌کند و انیس او می‌شود و منظور از روز، عالم کثرت است؛ زیرا در روز همه اشیاء ظهور می‌کند.

روزه های سه گانه در خلوت

چند از این زنبیل و این دربوزه چند؟ چند از این صبر و از این سه روزه چند؟ (۲/ ۵۲۳)

روزه گرفتن و کم خوردن یکی از آداب ریاضت بوده است، به خصوص روزه های سه گانه ۱۳، ۱۴ و ۱۵ هر ماه که برای رسیدن به حق مرسوم بوده است.

لزوم پیر در خلوت

چون ز تنهایی تو نومیدی شوی زیر سایه ی یار خورشیدی شوی

رو بجو یار خدایی را تو زود چون چنان کردی، خدا یار تو بود (۲/ ۲۳ و ۲۲)

در این آیات به لزوم داشتن پیر و مرشد در مراحل خلوت اشاره می‌کند و بیان می‌کند که هرگاه سالک در خلوت از تنهایی نا امید شد و حس کرد که به مقصود راه نیافته است، لازم است که با یک انسان کامل همنشینی کند و اگر آن یار، خدایی باشد، سالک به نهایت مقصود می‌رسد.

آنکه بر خلوت نظر بردوخته است آخر آن را هم زیاد آموخته است (۲/ ۲۴)

آموختن راه و روش سلوک و خلوت کردن از طریق یار و مرشدی آگاه و انسان کاملی است که روش پیمودن راه را به سالک نشان می‌دهد و او را راهنمایی می‌کند و مراقبه و خلوت نشینی بدون استفاده کردن از راهنمایی های پیر، تقریباً غیرممکن است و سالک را به سر منزل مقصود نمی‌رساند.

پنهان شدن در خلوت

لا به و زاری همی کردند و او از ریاضت گشته در خلوت دوتو

گفته ایشان نیست ما را بی تو نور بی عصا کش چون بود احوال کور

از سر اکرام و از بهر خدا بیش از این ما را مدار از خود جدا

ما چو طفلانیم، ما را دایه تو بر سر ما گستران آن سایه تو

گفت: جانم از محبان دور نیست لیک بیرون آمدم دستور نیست (۱/ ۵۵۲-۵۵۶)

تو بهانه می کنی و ما ز درد می زنییم از سوز دل، دم های سرد (۱/ ۵۵۹)

کسی که نیت می‌کند به مدت چهل روز در خلوت بنشیند، اجازه بیرون آمدن از محل خلوت را ندارد.

من نخواهم شد از این خلوت برون زآنکه مشغولم به احوال درون (۵۹۸/۱)

علت اینکه سالک در محل خلوت می ماند و بیرون نمی آید این است که به احوال درون و عبادت مشغول است.

بعد از آن چل روز دیگر در بیست خویش کشت و از وجود خود برست (۶۶۶ /۱)

سالک اگر خود پرستی را کنار بگذارد به حق می رسد و وصال با معبود حقیقی را تجربه می کند.

ضرورت تهذیب و تخلیه باطن

کرد ویران خانه بهر گنج زر وز همان گنجش کند معمورتر

آب را ببرید و جو را پاک کرد بعد از آن در جو روان کرد آب خورد

پوست را بشکافت و پیکان را کشید پوست تازه بعد از آتش بردمید

قلعه ویران کرد و از کافر ستد بعد از آن برخاستش صد برج و سد (۳۰۷-۳۱۰ /۱)

همانطور که برای به دست آوردن گنج طلا ابتدا خانه را ویران می کنند، گنج را می یابند و سپس آن را آباد می کنند و برای آن که جوی آب را از ناپاکی، پاک کنند ابتدا جریان آب را قطع کرده، آلودگی ها را پاک می کنند و سپس آب پاک به درون جوی جاری می کنند و برای خارج کردن پیکان از پوست، اول آن را می شکافتند و بعد از بیرون آمدن پیکان پوست تازه رشد می کند، برای به دست آوردن یک روح پاک و مستعد برای صعود به حق، ابتدا باید با ریاضت ها و عبادت ها خانه ی جسم را ویران کرد و بعد توسط برنامه های سلوک به سر منزل مقصود رسید. پس تهذیب و تخلیه باطن از کار های لازم برای رسیدن به حق می باشد.

ریاضت برای سلامتی دین

حسن دنیا نردبان این جهان حس دینی، نردبان آسمان

صحت این حس بجوید از طبیب صحت آن حس بخواهید از حبیب

صحت این حس، ز معموری تن صحت آن حس، ز ویرانی بدن

راه جان هر جسم را ویران کند بعد از آن ویرانی، آبادان کند (۳۰۳-۳۰۶ /۱)

سلامتی حواس ظاهره از سلامتی کالبد جسمانی و مادی است ولی سلامتی حواس دینی از ویرانی جسم است و کسی که برای سلامتی دین و آخرتش تلاش می کند باید در اثر ریاضت جسمش را ویران کند. بعد از فنای جسم مقام شهود قلبی حاصل می شود.

استاد فروزانفر می گوید: « تخریب بدن خود آزاری راهبانه و خودکشی نیست و منظور مولانا این است که سالک غرق در شهوت و خور و خوراک نشود تا همراه با زندگی عادی به معرفت حق نیز راه یابد.» (استعلامی، ۱۳۷۲).

فناى فى الله در رياضت و رسيدن به بقاى حقيقى

من كسى در ناكسى دريافتم پس كسى در ناكسى دريافتم (۱/ ۱۷۳۵)

سالک اگر بخواهد به هویت حقیقی برسد باید از وجود خود بگذرد و به فناء فی الله برسد تا به بقای حقیقی برسد. هویت حقیقی وقتی به دست می آید که انسان خودبینی را کنار گذاشته و وجودش را در راه حق فنا کند، آن را در ریاضت ذوب کند تا جاودانه شود.

۲- نتیجه گیری

پس از بررسی هایی که در دفتر اول و دوم مثنوی مولوی در خصوص خلوت و چله نشینی صورت گرفت، این نتیجه حاصل شد که مولانا به اعتدال در این مسئله اعتقاد داشته است و تنهایی را از همنشین شدن با افراد بد بهتر می داند. تعالی روح و تهذیب نفس به وسیله ی خلوت انجام می شود و سالک می تواند با این عمل به درجات بالایی برسد؛ البته اگر تمام شرایط را داشته باشد. حکمت خلوت و چله نشینی در تمام مراحل سیر به سوی خداوند وجود دارد و حتی تأکید به عدد چهل در این دوره شایان توجه است. سالک در اثر خلوت به جلوت می رسد و تمام عناصر وجودی خداوند را در تمام موجودات متجلی می بیند که این امر نیز قابل پژوهش و بررسی است.

منابع

۱. شرح مثنوی معنوی: استعلامی، محمد، جلد(۱)، تهران، زوآر با همکاری سیمرغ، چاپ چهارم، ۱۳۷۲.
۲. شرح مثنوی معنوی: استعلامی، محمد، جلد(۲)، تهران، زوآر با همکاری سیمرغ، چاپ چهارم، ۱۳۷۲.
۳. شرح مثنوی معنوی: زمانی، کریم، جلد(۱)، تهران، اطلاعات، ۱۳۸۱.
۴. شرح مثنوی معنوی: زمانی، کریم، جلد(۲)، تهران، اطلاعات، ۱۳۸۴.
۵. فرهنگ لغات و اصطلاحات و تعبیرات عرفانی: سجادی، سید جعفر، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۵۰.
۶. فرهنگ لغات و تعبیرات مثنوی: گوهرین، سید صادق، جلد(۴)، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۴۱.
۷. مقدمه ای بر مبانی عرفان و تصوف: سجادی، سید ضیاء الدین، تهران، سمت، چاپ دهم، ۱۳۷۳.
۸. مولوی نامه (مولوی چه می گوید): همایی، جلال الدین، جلد(۱)، تهران، آگاه، ۱۳۵۴.