






Practical Mystic Journey in Yoga and the Shattariyyah Order with Emphasis on Muhammad Ghawth Gwaliari's Jawahir Al-Khamsah

Maliheh Khaleqverdi¹  | Mahmoodreza Esfandiar²   | Jamshid Jalali Sheyjani³ 

1. PhD Student, Department of Religions and Mysticism, Yadegar-e-Imam Khomeini(RAH), Shahr-e-Rey Branch Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: melika.khaleghi67@gmail.com

2. Corresponding Author, Associate Professor, Department of Religions and Mysticism, Central Tehran Branch Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: mr.esfandiar@iau.ac.ir

3. Associate Professor, Department of Religions and Mysticism, Yadegar-e-Imam Khomeini(RAH), Shahr-e-Rey Branch Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: jalalishey@iausr.ac.ir

Abstract

In India, Sufism and Yoga as two mystical schools of Islam and Hinduism have had close relations each other. Comparative studies show that some of practical Mystic journey's (Soluk) rituals and practices have been integrated each other in Sufism and especially in the Yoga school. In India, especially since the time of Sheikh Muhammad Ghawth Gwaliari, the instructions of mystical journey in the Shattariyyah Order have mostly integrated with meditative practices in the school of Yoga. The present research that was done by an analytical and comparative method, considering one of the most important works of the Shattariyyah and practical mysticism, namely Muhammad Ghawth's Jawahir al-Khamsah, along with the text of the famous Indian sage, Patanjali's Yoga Sutras, has investigated the similarities and effects between the Shattariyyah and Yoga. Based on this research, it becomes clear that a Muslim mystic like Muhammad Ghawth did not see any obstacle in using the practical methods of the school of yoga in his system of practical mysticism. The application of Islamic invocations along with the physical actions of yoga in the practical mysticism of Shattariyyah is one of the best examples of the fusion of Hindu and Islamic mysticism.

Keywords: Jawahir al-Khamsah, Meditation, Shattariyyah, Yoga, Yoga Sutras.

Introduction

The field of Sufis interactions with Indian yogis and their familiarity with yogic ideas has been provided historically in the Indian subcontinent. These interactions, first of all, are a result of the efforts of Sufis in the field of learning local Indian languages and their familiarity with the most important works in the field of Hindu philosophy and worldview, and then translating and interpreting some of these works.

In Sufi tradition, each mystical Order (Tarighat) has its own methods for meditation and journey on the Mystical Path, and these methods distinguish the extent of progression in the Path. One of the Sufi Orders whose teachings and practices have deeply influenced by Indian religious traditions and institutions, especially the school of Yoga, is Shattariyyah.



Research Findings

Sheikh Muhammad Ghawth Gwaliari (d. 971/1981) is one of the most famous elders of Shattariyyah who lived in Gujarat- India. In the present paper, some concepts in the mysticism of the Yoga school and the Jawahir al-Khamsah of Ghawth Gwaliari have been studied comparatively. Following the cognition of common aspects of abstract concepts and terminology and various methods of meditation in Yoga and Sufism, it seems that a combination of them has been presented in the form of Islamic mysticism.

Conclusion

By studying the text of the Jawahir al-Khamsah, were observed similarities and effects of meditation in Yoga school on the ideas of practical mysticism of Sheikh Muhammad Ghawth, such as pieties and disciplines (Yama and Niāmah), various physical postures (Āsana), regulating and holding breath (Prānāyāma), concentration, attention and thought (Ekāgratā, Dhāranā and Dhyāna), and act of remembrance (Mantra). In this manner, the Shattariyyah Order with Sheikh Muhammad Ghawth's theoretical and practical views about Sufism was influenced by the Yoga school and especially its practical dimensions more than ever.

References

- Adli, Mohammadreza (1398). Morūri bar adabiyāte Shattāriyeh. *Faslnameh Elmi-Takhassosi-e Ettelā`aāt wa Ma`arefat*. 14(2). 34-37. (in Persian)
- Ahmad, Qazi Moin-uddin (1963). *History of the Shattari Silsila*. Thesis Submitted for PhD. Department of History. Delhi.
- Arjun Singh, Naorem (2019). *Yoga the Way of Life*. Delhi.
- Bajpai, R. S. (2002). *The Splendours and Dimensions of Yoga*. Vol.1. New Delhi.
- Bhoja Raja (1883). *The Yoga Aphorism of Patanjali with the Commentary of Bhoja Raja*. Rajendralala Mitra (trans.). Calcutta.
- Dārāshokūh (1387). *Majma` al-Bahrain*. Jamshid Arjomand (trans.). Dariush Shayegan (ed.). Tehran. (in Persian)
- Eliade, Mircea (1975). *Patanjali and yoga*. Charles Lam Markmann (trans.). New York.
- Idem* (2009). *Yoga: Immortality and Freedom*. Willard R. Trask (trans.). New Jersey.
- Idem* (1993). *Yoga. The Encyclopedia of Religion*. New York.
- Ernst, Carl W. (2008). Jawāher-e Kāmsa. *Encyclopædia Iranica*. Vol. XIV (6). 608-609.
- Idem* (2016). *Refractions of Islam in India: Situating Sufism and Yoga*. New Delhi.
- Idem* (2005). Situating Sufism and Yoga. *Journal of the Royal Asiatic Society*. Third Series. 15(1).15-43.

Print ISSN: 2228-5563
online ISSN: 2588-4816

Religions and Mysticism

University of Tehran
Faculty of Theology
and Islamic Studies



Cite this article: Khaleqverdi, M., Esfandiar, M., & Jalali Sheyjani, J. (2024). Practical Mystic Journey in Yoga and the Shattariyyah Order with Emphasis on Muhammad Ghawth Gwaliari's Jawahir Al-Khamsah. *Religions and Mysticism*, 56 (2), 337-354. (in Persian)

Publisher: University of Tehran Press.

© The Author(s).

DOI:<https://doi.org/10.22059/jrm.2023.362535.630457>



Article Type: Research Paper

Received: 2-Oct-2023

Received in revised form: 12-Nov-2023

Accepted: 25-Dec-2023

Published online: 16-Mar-2024



سلوک عملی در مکتب یوگه و طریقه شطاریه با تأکید بر رساله جواهر خمسة محمد غوث گوالیاری

ملیحه خالق وردی^۱ | محمودرضا اسفندیار^۲ | جمشید جلالی شیجانی^۳

۱. دانشجوی دکترا، گروه ادیان و عرفان، واحد یادگار امام خمینی (ره) شهرری، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: melika.khaleghi67@gmail.com
۲. نویسنده مسئول، دانشیار، گروه ادیان و عرفان، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: mr.esfandiar@iaua.ac.ir
۳. دانشیار، گروه ادیان و عرفان، واحد یادگار امام خمینی (ره) شهرری، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: jalalishey@iausr.ac.ir

چکیده

در سرزمین هند، تصوف اسلامی و آیین یوگه، به عنوان دو مکتب عرفانی، مناسبات تنگاتنگی را با یکدیگر تجربه کرده‌اند. بررسی‌های تطبیقی نشان می‌دهند که شماری از آداب و اعمال سلوکی تصوف اسلامی و مکتب یوگه با هم تلفیق یافته‌اند و دستورالعمل‌های طریقتی شطاریه در هند، به خصوص از زمان شیخ محمد غوث گوالیاری، بیشترین تلفیق را با آداب مراقبه در مکتب یوگه داشته‌اند. پژوهش حاضر به‌سبب تحلیلی و تطبیقی و با مطالعه مندرجات یکی از مهمترین آثار طریقتی و عرفان عملی شطاریان، یعنی جواهر خمسة شیخ محمد غوث گوالیاری، و مفاد یوگه‌سوتره‌های حکیم مشهور هندی، پتنجلی، به بررسی مشابهت‌ها و تأثیرپذیری‌های میان طریقه شطاریه و مکتب یوگه پرداخته‌است. بر بنیاد این پژوهش روشن می‌شود که عارفی مسلمان، مانند شیخ محمد غوث، در به‌کارگیری روش‌های عملی مکتب یوگه در نظام عرفان عملی خود، مانعی مشاهده نکرده‌است. کاربست اذکار اسلامی به‌همراه اعمال بدنی یوگه در سلوک عملی طریقه شطاریه، یکی از بهترین نمونه‌های تلفیق روش عرفانی عرفان هندویی و تصوف اسلامی است.

کلیدواژه‌ها: جواهرخمس، شطاریه، مراقبه، یوگه، یوگه‌سوتره.

استناد: خالق وردی، ملیحه، اسفندیار، محمودرضا، و جلالی شیجانی، جمشید (۱۴۰۲). سلوک عملی در مکتب یوگه و
طریقه شطاریه با تأکید بر رساله جواهر خمسة محمد غوث گوالیاری. ادیان و عرفان، ۵۶ (۲)، ۳۳۷-۳۵۴.

نوع مقاله: علمی-پژوهشی

ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران

دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۱۰

© نویسندگان

بازنگری: ۱۴۰۲/۰۸/۲۱ DOI: <https://doi.org/10.22059/jrm.2023.362535.630457>

پذیرش: ۱۴۰۲/۱۰/۰۴

انتشار: ۱۴۰۲/۱۲/۲۶



مقدمه

از دیرباز، زمینه‌های تعامل متصوفه اسلامی با یوگیان هندویی و آشنایی ایشان با اندیشه‌های مکتب یوگه در هند فراهم بود. این تعامل، بی‌تردید حاصل کوشش صوفیه در زمینه فراگیری زبان‌های محلی هندی و آشنایی آنان با مهم‌ترین آثار نوشته شده در زمینه فلسفه و جهان‌بینی هندویی و سپس، ترجمه و تفسیر برخی از این آثار بوده است (C.f. Rizvi, 1978: 1/335). در سنت تصوف، هر یک از طریقه‌های صوفیانه برای مراقبه و سلوک عملی، روش‌های خاص خود را دارند و تنوع همین روش‌هاست که سبک سلوک در سلسله‌های گوناگون تصوف را از هم متمایز می‌کند. یکی از طریقه‌های تصوف که تعالیم و اعمال طریقتی آن به طور عمیقی تحت تأثیر سنت‌ها و نهادهای دینی هندویی، به ویژه مکتب یوگه قرار گرفت، شطاریه است. شیخ محمد غوث گوالیاری (متوفی ۹۷۱ق) که از مشهورترین مشایخ شطاریه به شمار می‌رود، در گجرات هند می‌زیست. او از نوادگان عطار نیشابوری بود که خانواده‌اش از خراسان به شبه قاره مهاجرت کرده بودند. طریقه شطاریه در هند، با آراء نظری و عملی شیخ محمد غوث در تصوف، بیش از پیش تحت تأثیر مکتب یوگه و به خصوص ابعاد عملی آن قرار گرفت (نک. غوثی شطاری، ۲۰۰۱: ۲۶۷؛ لاهوری، ۱۹۱۴: ۳۳۳-۳۳۴). وی زمان مدیدی را در حوالی منطقه‌ای متروکه به نام ویندهیاچال^۱ (شهری در ایالت اوتار پرادش^۲ هند) که یکی از کانون‌های تربیتی سالکان یوگه بود، می‌زیست و بسیاری از تمرین‌های سلوکی هندویی را تحت تعلیم عارفان یوگه فرا گرفت. رساله جواهر خمسۀ که شیخ محمد غوث آن را پس از وقوع تجارب معنوی خود در ویندهیاچال تدوین کرد، گستره تأثیر آداب و اندیشه‌های عرفان هندی بر وی را به صراحت بیان می‌کند. شاید بتوان او را نخستین صوفی و عارف ایرانی-هندی نامید که تلفیقی از اندیشه‌های عرفانی مسلمانان و هندوها را در کنار هم جستجو کرد. در حقیقت، جواهر خمسۀ عبادات و آداب عرفانی هندویی را در متن نظام عرفانی اسلامی معرفی می‌کند و این در حالی است که ترجمه شیخ محمد غوث از امریتکونده^۳ (یعنی بحر الحیات) به زبان فارسی، او را در مقام عارفی مسلمان، با برخی از طبقه‌بندی‌های اندیشه عرفانی هندی آشنا می‌کند (Ahmad, 1963: 252).

در پژوهش حاضر، به روش تحلیلی و تطبیقی، ضمن توصیف ویژگی‌های کلی طریقه شطاریه در شبه قاره هند و با تأکید بر یکی از مهم‌ترین آثار طریقتی و عرفان عملی شطاریان به نام جواهر خمسۀ شیخ محمد غوث گوالیاری، مشابهت‌ها و تأثیرپذیری‌های سلوکی و طریقتی شطاریه و آداب مراقبه در مکتب یوگه بررسی شده است.

1. Vindhyaachal

2. Uttar Pradesh

3. Amritkunda

پیشینه تحقیق

گرچه دربارهٔ طریقهٔ شطاریه و نسبت آن با ادیان و مکاتب هندی، پژوهش‌هایی انجام گرفته‌است، اما تاکنون پژوهشی منطبق با موضوع مقالهٔ پیش‌رو، به ویژه در زبان فارسی، صورت نپذیرفته‌است. کارل و. ارنست^۴، از پژوهشگران مشهوری است که دربارهٔ ویژگی‌ها و آداب طریقتی شطاریه در هند و ارتباط آن با آیین یوگه، آثار متعددی منتشر کرده‌است. او در کتاب خود با عنوان انکسارات اسلام در هند: موقعیت تصوف و یوگه^۵، به بررسی تاریخی تصوف و اسلام در جنوب آسیا و ارتباط تصوف با ادیان هندی و یوگه پرداخته‌است. او در بخشی از این اثر، ارتباط تصوف و یوگه را بر اساس آراء شیخ محمد غوث گوالباری بررسی کرده که عمدتاً بر مبنای رسالهٔ بحرالحیات محمد غوث است. ارنست همچنین در مقاله‌ای تحت عنوان «موقعیت تصوف و یوگه»^۶، به بررسی کلی این مهم در میان طریقه‌های تصوف در هند، با تأکید بر مقایسهٔ تطبیقی مسألهٔ «ذکر» در سنت تصوف و «منتزه»^۷ در سنت یوگه می‌پردازد که در ضمن آن به‌شکلی گذرا به موضوع ذکر در آثار شیخ محمد غوث با تأکید بر بحرالحیات اهتمام کرده‌است. ارنست به‌علاوه در مدخلی با عنوان «جواهر خمسه»^۸، پس از معرفی کلی این رساله و توضیح دربارهٔ ساختار و محتوای آن، بیان می‌کند که تأثیر تعالیم یوگه بر متصوفهٔ هند به حدی نیست که پژوهشگران متقدم به آن اشاره کرده‌اند. جالب اینجاست که او در ادامه به جواهر خمسه استناد می‌کند و می‌افزاید، در این کتاب، تنها یک ذکر هندی وجود دارد و آن هم از قول فریدالدین گنج‌شکر، صوفی مشهور طریقهٔ چشتیه نقل شده‌است، هرچند وی همین نکته را در مقالهٔ پیشین خود نیز بیان می‌کند. ارنست در این اثر تأکید می‌کند که اساساً سنت عرفانی شیخ محمد غوث، مقتبس از طریقهٔ یوگیان هند نبوده‌است؛ حال آن که در مجال مقالهٔ حاضر، مشاهده خواهیم کرد که شیوه‌های سلوکی و دستورالعمل‌های مراقبه‌ای که شیخ محمد غوث در سراسر متن جواهر خمسه به سالکان راه حق توصیه می‌کند، شباهت زیادی با آداب مراقبه در مکتب یوگه دارد (Ernst, 2005: 29).

افزون بر این، یکی از آثار مهم در ارتباط با پژوهش حاضر، رسالهٔ پژوهشگری به نام قاضی معین الدین احمد با عنوان «تاریخ سلسلهٔ شطاریه»^۹ است. او در این رساله، ابتدا به معرفی کامل مشایخ شطاریه در هند پرداخته‌است و در ادامه پس از بیان آموزه‌ها و اعمال طریقهٔ شطاریه، به بررسی تأثیر اندیشهٔ هندویی بر شطاریه می‌پردازد.

4. Carl W. Ernst

5. Ernst, Carl W. (2016). *Refractions of Islam in India: Situating Sufism and Yoga*. New Delhi: SAGE Publications India Pvt Ltd.

6. Idem (2005). *Situating Sufism and Yoga*. *Journal of the Royal Asiatic Society*. Third Series. Vol. 15(1). 15-43.

7. Mantra

8. Idem (2008). *Jawāher-e Kamsa*. *Encyclopædia Iranica*. XIV (6). 608-609.

9. Ahmad, Qazi Mo'in-uddin (1963). *History of the Shattari Silsilah*. Thesis Submitted for Phd. Department of History. Delhi: published by Aligarh Muslim University.

همچنین «مروری بر ادبیات شطاریه»^{۱۰}، عنوان مقاله‌ای به زبان فارسی است. مؤلف در این مقاله، ضمن اشاره مختصر به تاریخچه اولیه طریقت شطاریه، به معرفی برخی از آثار مهم مشایخ شطاریه، نظیر رساله جواهر خمسۀ شیخ محمد غوث گوالیاری پرداخته است.

با توجه به پیشینه مذکور، در پژوهش پیش‌رو به بررسی تطبیقی برخی از مفاهیم مندرج در عرفان یوگه و رساله جواهر خمسۀ شیخ محمد غوث گوالیاری پرداخته خواهد شد. شایان ذکر است که تأکید بر یک باور یا رفتار عرفانی مشترک، لزوماً به معنای اثرپذیری مطلق نیست و می‌تواند مراد از آن، صرفاً اشاره به برخی شباهت‌ها در کنار بیان تأثیر احتمالی بوده باشد.

۱. پرهیزها و انضباطها

۱-۱. یامه و نیامه

در مکتب یوگه برای رسیدن به رهایی^{۱۱} مجموعه‌ای از مراحل انضباطی تنظیم شده است که شامل هشت مرحله مشهور به آشتانگه یا آشتانگه یوگه^{۱۲} (به معنی اندام یا اجزای هشتگانه یوگه) است. بخشی از این انضباطها با جسم، و بخشی دیگر با ذهن و روان ارتباط دارند و عبارتند از: ۱- پرهیزها (یامه)^{۱۳}، ۲- انضباطها (نیامه)^{۱۴}، ۳- حالات و وضعیت‌های بدن (آسنه)^{۱۵}، ۴- تمرینات تنفسی (پرانایامه)^{۱۶}، ۵- بازداشتن حواس (پرتیآهاره)^{۱۷}، ۶- تمرکز و توجه (دهارتا)^{۱۸}، ۷- تفکر، نظاره یا مراقبه (دهیانته)^{۱۹} و ۸- دل آرام‌یافته (سمادهی)^{۲۰}. آشتانگه یوگه در زمره مبانی نظری و عملی حکیم مشهور هندی، پَننجلی نیز بوده است؛ به طوری که او اندام هشتگانه یوگه را عیناً در متن یوگه‌سوتره‌های^{۲۱} خود که مهمترین متن در مکتب یوگه به شمار می‌رود، بیان کرده است (Patanjali, 1912: II/29, 41). بر بنیاد آنچه ذکر شد، یامه و نیامه، مقدمات هر نوع ریاضت یوگه‌ای به شمار می‌روند، هرچند این دو از مشخصه‌های خاص مکتب یوگه نیستند. پنج نوع پرهیز (یامه) در یوگه وجود دارد: ۱. اجتناب از بی‌جان کردن موجودات (آهیمسا)، ۲. دروغ نگفتن، ۳. دزدی نکردن، ۴. پرهیز از عمل جنسی، و ۵. عدم آزمندی یا نپذیرفتن هدایا (Loc. Cit, II/30). در حقیقت، این نوع پرهیزگاری، یوگی را به انسان مهذب تبدیل می‌کند تا در مرحله‌ای فراتر از سبک عادی زیستن قرار بگیرد، زیرا این تهذیب، برای مراحل بعدی

۱۰. عدلی، محمدرضا (۱۳۹۸). مروری بر ادبیات شطاریه. فصلنامه اطلاعات حکمت و معرفت، (۲) ۱۴-۳۴-۳۷.

۱۱. Mokṣa

۱۲. Aṣṭāṅga/ Aṣṭāṅgayoga

۱۳. Yama

۱۴. Niyama

۱۵. Āsana

۱۶. Prāṇāyāma

۱۷. Pratyāhāra

۱۸. Dhāraṇā

۱۹. Dhyāna

۲۰. Samādhi

۲۱. Yoga Sutras

مراقبه، ضروری است. همچنین یوگی در کنار این پرهیزها باید نیامه-مجموعه‌ای از انضباط‌های جسمی و روانی-را تمرین کند. پتنجلی در یوگه‌سوتره‌ها اشاره می‌کند که انضباط‌ها عبارتند از «پاکی، آرامش، ریاضت (تپس)^{۲۲}، کسب علوم ماورای طبیعی یوگه، و نیز خداوند [ایشوره] را در هر کاری در نظر داشتن» (Patanjali, Ibid: II/32, 42). در اینجا پاکی به معنای تصفیۀ درونی اندام‌ها است. این نوع تصفیۀ و تهذیب، از طریق پاک‌سازی‌های اکتسابی به دست می‌آید که در شاخه‌های هاتیه‌یوگه^{۲۳} در مکتب یوگه، تأکید ویژه‌ای بر آن شده‌است. ویاسه نشان می‌دهد که این تهذیب نیز مستلزم تخلیه‌ی روح از ناپاکی‌ها است. در حقیقت، آرامش عبارت است از بی‌میل بودن نسبت به افزایش ضروریات هستی؛ تپس یا ریاضت عبارت است از ایستادگی در برابر خوردن، نوشیدن، گرما، سرما و مطالعه علوم ماورایی، شناخت علوم مربوط به رهایی (موکشه) و مقولاتی نظیر آن است (1998: 159-160 Vyāsa, یوگی با راندن هر وسوسه‌ای از خود، نه تنها خود را از معنای منفی این کلمه می‌پالاید، بلکه سود مثبت و واقعی را نیز به دست می‌آورد؛ بنابراین، یوگی قدرت خود را بر مبنای آنچه که از آن چشم می‌پوشد، می‌گستراند. افزون بر این، وی نه تنها بر اموری که از آن چشم می‌پوشد، تسلط می‌یابد، بلکه وی بر یک نیروی جادویی بسیار ارزشمندتر از تمام این امور نیز احاطه می‌یابد. برای نمونه، کسی که پرهیزگاری آستی^{۲۴} (دزدی نکردن) را تمرین می‌کند، «خواهد دید که تمام جواهرات نزد او می‌آیند» (Patanjali, Ibid: II/37, 45). به این «قدرت‌های معجزه‌آسا» که یوگی از راه انضباط به دست می‌آورد، سیده‌ی^{۲۵} می‌گویند که همچنین عنوان یکی از وضعیت‌های حالت مراقبه در یوگه‌است و به آن اشاره خواهد شد (Eliade, 1975: 63-65).

۱-۲. جواهر خمسه

رساله جواهر خمسه شیخ محمد غوث که جایگاه و اهمیت کانونی در طریقه شطاریه دارد، نسبت به سایر آثار عارفان مسلمان در هند، متمایز است. در این رساله، «تصوف» در قالب اصطلاحاتی نظیر «اخلاقیات متعالی» یا «تشریفات اجتماعی» بیان نشده‌است؛ بلکه از آن در عبارت‌هایی مانند طلسم‌ها (تعویذات)، عبادات (تهلیل‌ها) و تمرینات و اعمال ماوراء طبیعی تعبیر می‌شود. ریشه‌های این نوع نگرش را نمی‌توان در دیدگاه‌های عارفان متقدم مسلمان هندی یافت و شاید بتوان آنها را برگرفته از فلسفه تَنتریک^{۲۶} هندی^{۲۷} در نظر گرفت (Ahmad, 1963: 252&261). ساختار تفکر شطاری

22. tapas

23. Hātha yoga

24. astya

25. siddhi

26. Tantric philosophy

۲۷. تنتره اصطلاحی سنسکریت معادل بستری برای انتشار نور و نجات است. تنتره در اصطلاح فلسفی، نوعی سنت باطنی به شمار می‌رود و مجموعه‌ای از شیوه‌ها و اعمال مراقبه‌ای است که در هند باستان رایج بوده است. متون تنتره‌ای در میان متون مقدس هندوان جایگاه خاصی دارند و مهم‌ترین متن تنتره‌ای در هند، کتاب مهائیروانه تنتره است. متون تنتره‌ای بر انجام آداب و آیین‌های ویژه و خواندن اوراد خاص تأکید دارند. (Finger, C.f. Alan and Newton, Wendy, 1/454)

همچنین بر پایه این تصور بنیادین استوار شده است که اسامی خداوند اثر شگرفی در سلوک و رسیدن به هدف نهایی و اتحاد الهی ایفا می کنند. آنچه در رساله جواهر خمسۀ آشکارا مشاهده می شود، اهمیت چنین موضوعی در دستورالعمل های سلوکی است. در واقع، شیخ محمد غوث گوالیاری در جواهر خمسۀ می کوشد، معنا و هدف یکسانی را از اصطلاحات گوناگونی که در میان یوگیان و صوفیان رایج است، برگزیند و بر اساس آن، طرحی نو در سلوک صوفیانه دراندازد. بر مبنای چنین دیدگاهی، شیخ محمد در مباحث مربوط به ذکرخوانی در این رساله نشان می دهد که چگونه اسماء الهی نظیر «یا رب» یا «یا حافظ» نزد صوفیه می تواند به معنی و مفهومی واحد درک و تجربه شود. به این ترتیب، شیخ محمد غوث در پی شناخت وجوه مشترک مفاهیم و اصطلاحات انتزاعی و شیوه های گوناگون و آداب عملی مراقبه در یوگه و تصوف بود تا تلفیقی از آنها را به صورت عرفان عملی اسلامی ارائه کند. (Ahmad, Ibid: 266-267)

در سنت سلوکی تصوف همواره بر تزکیه نفس، ترک علایق دنیوی، خویشتن داری، زهد و پرهیزگاری تأکید فراوان شده است. شیخ محمد غوث نیز در رساله جواهر خمسۀ، تأکید و اشارات فراوانی بر پرهیزگاری و دوری از علایق دنیوی در سلوک معنوی دارد. برای نمونه، او در جوهر سوم، ذیل «بیان خاصیت کلام الهی و دعوت اسماء ربانی»، در «تأثیر بیان بسم الله» به سالکان تأکید می کند که هر کس بر تکرار اسم الهی «بسم الله» به طریق خاصی که گفته شده است، ممارست کند، در حالی که در ترک تناول حیوانات جلالی و جمالی و پرهیز از دروغ گویی و بدگویی نباشد و به کسب روزی حلال نپردازد، راه به مقصود نخواهد برد (گوالیاری، بی تا: ۵۳/۱). شیخ محمد غوث همچنین بر گرفتن روزه تأکید دارد و شرط لازم برخی تمارین سلوکی و مداومت در بیان برخی اذکار را، روزه داری در ایام ممارست می داند (نک. همان، ۵۴-۵۵).

۲. وضعیت های گوناگون جسمی

سلوک عملی در مکتب یوگه با آسنه (حالات یا وضعیت های قرار گرفتن بدن) آغاز می شود. آسنه واژه ای سنسکریت و از ریشه اس^{۲۸} به معنی «سکون» و «نشستن» است و به مجموعه وضعیت های بدنی گفته می شود که هدف از کار بست آنها، رسیدن به فراآگاهی جسمی و متعاقباً هوشیاری معنوی است. آسنه نخستین گام ملموسی است که یک یوگی به سمت «یکپارچگی» و «کمال» جسمی و معنوی در تمرین ها بر می دارد (C.f. Eliade, 1993).

متن یوگه سوتره های پتنجلی از آسنه به عنوان تمرینی «استوار و مطبوع» (Patanjali, Ibid: 49) II/46, برای یوگی یاد می کند. در این متن، تنها اشاراتی کلی درباره آسنه در حین مراقبه وجود دارد، زیرا تعلیم آن، از راه شرح و بیان میسر نیست و باید نزد گورو^{۲۹} (معادل مرشد یا پیر در تصوف) فراگرفته

28. as

29. guru

و تمرین شود. در حقیقت، هدف از تمرین این گونه از وضعیت‌های مراقبه‌ای و فنون فیزیکی (آسنه‌ها)، «توقف کامل آشفستگی به وسیله اضمحلال است» (Ibid, II/48, 50) که امروزه، عمدتاً در کنار مودراها^{۳۰} (حالت یا حرکتی که به وسیله دست‌ها و به همراه آسنه تمرین می‌شود) در شاخه‌ای از مکتب یوگه مشهور به هاتیه‌یوگه قرار می‌گیرند (C.f. Saraswati, 1996: 2, 4).

در سنت تصوف، هر یک از طریقه‌های صوفیانه برای مراقبه و سلوک عملی، روش‌های خاص خود را دارند و همین روش‌ها است که سلوک در سلسله‌های گوناگون تصوف را از هم متمایز می‌کند. رساله جواهر خمسه از این حیث، در طریقه شطاریه از اهمیت بسیاری برخوردار است. زیرا شیخ محمد غوث در آن، آشکارا به بیان شیوه‌ها و طریق خاصی از ذکرگویی و مراقبه می‌پردازد. در میان هر یک از این دستورها و اشارات سلوکی، موقعیت فیزیکی سالک برای انجام و تمرین مراقبه شایان توجه است. با تأمل و بررسی چگونگی قرار گرفتن وضعیت بدنی سالک در انجام هر یک از دستورالعمل‌های سلوکی ارائه شده در جواهر خمسه، به شباهت‌هایی از آنها با آسنه‌ها (حالات مختلف بدنی یوگی در حین مراقبه) دست می‌یابیم که می‌تواند حاکی از تأثیر سنت عرفان عملی مکتب یوگه بر اندیشه‌های عرفانی شیخ محمد غوث و به تبع آن، سلوک عملی در طریقه شطاریه باشد. شیخ محمد غوث، اکثر دستورالعمل‌های سلوکی در جواهر خمسه را در حالت نشسته توصیه می‌کند که البته تفاوت‌هایی در چگونگی اجرا دارند. بدن سالک در اجرای برخی از این مراقبه‌ها باید در وضعیت نشسته چهار زانو و در برخی نیز در وضعیت نشسته دو زانو باشد، هرچند که مراقبه بر برخی اذکار هم در حالت ایستاده توصیه شده است. همچنین طرز قرار گرفتن دست‌ها، موقعیت سر و نحوه حرکت آنها موجبات تمایز و گوناگونی‌های بسیاری را در مراقبه به حالت‌های نشسته و ایستاده فراهم آورده است.

۳. ضبط، تنظیم و حبس نفس

۳-۱. پرانایامه

پرانایامه یا «تنظیم تنفس» در مکتب یوگه، خودداری از تنفس ناموزون و عادی است. آسنه و پرانایامه در کنار هم، روش‌های مخصوص یوگه‌ای به شمار می‌روند که مرتاضان هندی همواره از اشکال گوناگون آن در سلوک معنوی و مراقبه‌ای خود بهره برده‌اند. پتتجلی بر این باور است که پرانایامه، توقف جریان فرو بردن و برآمدن تنفس (دم و بازدم) است که پس از تسلط بر آسنه (وضعیت‌های گوناگون بدنی که پیش از این به آنها اشاره کردیم) صورت می‌گیرد (Patanjali, Ibid: II/49, 51). او به طور موجز، تنها از توقف یا حبس نفس سخن می‌گوید، اما بر اساس اشارات مفسران یوگه‌سوتره‌ها، پرانایامه از آهسته کردن حتی الامکان ضرب‌آهنگ تنفس شروع می‌شود و نخستین هدف یوگی در آغاز مراقبه هم همین است. در حقیقت، تنفس فرد عادی معمولاً به صورت ناموزون است و تحت شرایط و به خصوص با تنش‌های ذهنی و روانی تغییر می‌کند. این بی‌نظمی، موجب

³⁰. Mudrā

سیلان روانی و در نتیجه، بی‌ثباتی و آشفتگی حواس می‌شود. پتنجلی در یوگه‌سوتره‌ها، دربارهٔ پراناایامه در مراقبه چنین می‌گوید: «سپس تمرینات تنفس است که جریان نفس را معوق می‌گذارد و به نیروی حیاتی می‌افزاید. نیروی حیاتی با تنظیم دم و بازدم یا دم زدن در جریان تنفس، افزایش می‌یابد. بنا بر حجم و طول تکرار حبس نفس، تنفس کند و آرام می‌شود» (Loc. Cit, II/50). در اینجا همچنین باید به این نکته توجه داشت که ضرب‌آهنگ تنفسی را می‌توان با هماهنگ کردن سه لحظه یعنی دم^{۳۱}، حبس دم^{۳۲} و بازدم^{۳۳} به دست آورد. ممارست منظم و بیشتر در این خصوص، یوگی را قادر می‌سازد تا هر یک از این لحظه‌ها را اندک اندک طولانی‌تر کند (C.f. Eliade, 1993). ویاسه در شرح خود بر قسمت ۵:۲ از یوگه‌سوتره‌های پتنجلی، به طور مفصل، به بحث ضبط تنفس می‌پردازد و اشاره می‌کند که ضبط و تنظیم نفس به صورت‌های سه‌گانهٔ حبس بیرونی، درونی و کلی تمرین می‌شود. این امر البته با زمان و تعداد مشخصی (با اشکال مختلف طولانی مدت و صورت‌های ظریف و کوتاه) همراه است: انقطاع تنفس که مقدم بر دمیدن است، خارجی باشد؛ انقطاع تنفس که مقدم بر بازدم است، درونی است؛ و انقطاع کلی تنفس عبارت است از توقف هر دو (یا مهار کامل جریان تنفس) به طور هم‌زمان و یک‌جا. ویاسه در ادامه بیان می‌کند که هر سه نوع مذکور از ضبط تنفس، در حالت‌های خاص و همچنین با در نظر گرفتن مدت (یا به عبارتی، تعیین ثانیه‌های معین) و تعداد مشخص، تمرین می‌شوند (Vyāsa, Ibid: ۱۷۲-۱۷۳).

اما پتنجلی علاوه بر این سه مورد، به نوع چهارمی از تمرین‌های ضبط تنفس اشاره می‌کند و از آن حیث که بسیار سخت‌تر از سه نوع پیشین به شمار می‌رود، آن را به صورت مجزا و متمایز آورده است: «نوع چهارم پراناایامه، ما را به فراسوی قلمرو درون و بیرون می‌برد» (Patanjali, Ibid: II/51, 52). و اچسپتی‌میشره از مفسران پتنجلی، در توصیف چهارمین نوع پراناایامه یا تنظیم تنفس شرح می‌دهد که یوگی در این مرحله، به طور کامل بر تنفس خویش احاطه پیدا می‌کند و بر قلمروهای درونی و بیرونی نفس، یعنی دم و بازدم، چیرگی می‌یابد. به این ترتیب، او می‌تواند حالتی در فراسوی دم و بازدم را تجربه کند که قطع کامل جریان تنفسی، هم در دم و هم در بازدم خویش است (Vāchaspati (Miśra, 1998: 174).

۲-۳. جواهر خمسۀ

از ارکان مهم و اصلی مراقبه نزد صوفیه، ضبط و حبس تنفس است. خاستگاه انواع تمرین‌های تنفسی در آداب طریقتی متصوفه هرچه که باشد، تردیدی نیست که برخی از اهل تصوف در هند، با سلوک عملی یوگی‌ها آشنا شده و از آنها مواردی را اقتباس کرده‌اند. وجود برخی شباهت‌ها در نحوهٔ ضبط و حبس دم و بازدم حین بیان اذکار با فنون هندی می‌تواند گواه این مدعا باشد (Eliade, 1975: 75).

³¹. puraka

³². kumbhaka

³³. recaka

پرواضح است که توجه به تمرین‌های تنفسی و تنظیم دم و بازدم در اشارات آداب طریقتی جواهر خمسه نیز از اهمیت فراوانی برخوردار است. شیخ محمد غوث در بیان بسیاری از فقرات و مراقبه‌های سلوکی در این رساله، بر ضرورت توجه بر تنفس و تنظیم دم و بازدم تأکید کرده‌است. در اینجا برای توضیح این مهم، به برخی از اقوال وی اشاره می‌شود:

شیخ محمد غوث ضمن بیان مراقبه‌های سلوکی با ذکر الله، به طریقی دیگر در روش «پاس انفاس» بر ضرورت توجه بر دم و بازدم هنگام ذکر تأکید می‌کند؛ به این ترتیب که: «حینی که نفس برون آید، تصور «لا اله» کند، وقتی که [نفس] درون رود، تصور «الا الله» کند و بر وقت کشید و فروگذاشت دم، نگاه بر ناف خود قائم دارد و چنان ذکر کند که دم، ذاکر گردد» (گوالیاری، همان: ۹۱/۱). او همچنین در توضیح آداب سلوکی بجای آوردن «ذکر ثلاثی مجرد»، توجه سالک را بر هماهنگی کامل جریان تنفس با اجزای ذکر الهی معطوف می‌کند: «حبس «لا» را از میان ناف به حبس دم کشیده، «اله» را بر کتف راست، دم دهد. بعد، به طریق حمله، «الا الله» گویند. ضرب لفظ «هو» بی امتداد صوت، بر کتف چپ زند» (همان، ۹۴).

همچنین از جمله اشارات دیگر شیخ محمد غوث در جواهر خمسه، که حاکی از توجه وی به تنظیم نفس و تمرینات تنفسی در سلوک عرفان عملی است، «ذکر جاروب لا اله» به شمار می‌رود. او بیان می‌کند که: «به آواز دم، بینی بالا کشیده، زبان به کام (یعنی تالو) چسبیده، کشد و هر قدر که ممکن باشد کشش نفس کند و گردن ایستاده دارد. وقتی که نفس در دماغ، تنگی سازد، آن وقت رها کرده، ضرب «الا الله» بر دل زند و گاهی لفظ «الله» به آواز کشش دم، به بالا کشد؛ لیکن به قدر امکان؟ کند و در ام الدماغ، [نفس را] بند ساخته، هفت صفات یعنی اُمهات صفات را تصور کند. آن صفات هفت‌گانه این‌اند: سمع، بصر، علم، اراده، حیات، قدرت، [و] کلام. حینی که نفس، تنگی کند، دم را رها کند و بر دل ضرب زند. در این ذکر، مبتدی را دشوار است، تا وقتی که عادت حبس دم حاصل نکند و تصفیة باطن حاصل نشود» (همان، ۹۵-۹۶).

شیخ محمد غوث در ارائه دستورالعمل سلوکی در برخی فقرات، توجه سالک را به مراتب و درجات تنظیم تنفس معطوف می‌کند تا او در مراقبه‌های خویش به تدریج، به مهارت‌های عمیق‌تری از قطع جریان تنفس دست یابد و در نهایت بتواند به تجربه‌های معنوی نایل آید. برای نمونه، او در ذیل اشاره به اقسام ذکر خفی، به «ذکر قلب» اشاره کرده و بیان می‌کند: «آن ذکر بزرگ این است که ذاکر آن، بعد از یک سال، از نور ذکر چنان معمور و پُرحضور باشد که بی‌اختیار، هر شیء را معاینه کند و «یُسَبِّحُ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ» را برای آن عین، مشاهده کند. طریق آن، این است که بلا تعین، جلسه حبس دم کند، به تصور اسم ذات، دل را عیش داده می‌دارد. به بالا کشش کند و فرود آرد. غرض آن که علی‌التواتر به همین طور کند. هرگاه که نفس تنگ شود، آن آهسته بگذارد و باز از سر نو آغاز نماید. بعد از آن، هر مرتبه حبس دم را ترقی داده باشد که به ظاهر و باطن، هستی مطلق ظهور کند» (همان، ۹۷-۹۸).

۴. تمرکز، توجه و فکر

۴-۱. اِکاگرتا^{۳۴}، دهاژنا و دهیانه

سلوک یوگه با فعل «تمرکز بر یک شیء» که به اِکاگرتا مشهور است، آغاز می‌شود. پتنجلی نیز بر اهمیت تمرین مداوم روش‌های مراقبه برای تحقق اِکاگرتا و رسیدن ذهن یوگی به وضعی عاری از توجهات انحرافی اصرار دارد. او بیان می‌کند که توجه و تمرکز صرف به یک نقطه یا یک موضوع (اِکاگرتا) در ذهن^{۳۵}، موجب تعادل حالات آرام (یعنی تأثرات انباشته شده قبلی در ذهن) و حالات برانگیخته (اشتیاقات فعلی در ذهن) می‌شود و به این ترتیب، اِکاگرتا به یوگی کمک می‌کند تا ذهن خود را ساکن و بی‌حرکت نگه دارد. پتنجلی می‌افزاید: «و از این می‌آید اِکاگرتا پَرینامه، دگرگونی یک‌دلی است. حالی که در آن، کنش و خاموشی به یکسانی در دل تعادل می‌یابد» (Patanjali, Ibid: III/12, 67). به این ترتیب، در مکتب یوگه، تمرکز بر نقطه‌ای خاص، مثلاً بر میان دو ابرو یا بر نوک بینی، تمرکز بر یک تفکر یا حقیقت قدسی، تمرکز بر خدا (ایشوره) و حتی تمرکز بر یک شیء مادی، در مراقبه اهمیت فراوانی دارد. می‌دانیم که در مکتب یوگه، به وجود خدایی به نام ایشوره (لفظاً به معنی پروردگار) اشاره شده است. اما در این مکتب، ایشوره خدای خالق نیست و تنها می‌تواند به فرآیندهای انسانی کمک کند تا انسان به سمادهی^{۳۶} برسد. شایان ذکر است، اهمیتی که مفسران بعدی یوگه‌سوتره‌های پتنجلی به ایشوره داده‌اند، بسیار بیشتر از خود پتنجلی است. آنچه در یوگه‌سوتره‌ها اهمیت زیادی دارد، مهارت یا اراده خود یوگی در خویشتن‌داری و تمرکز است، و اهمیت ایشوره از دیدگاه پتنجلی، مطابقت آن با واقعیتی از نوع تجربی است. ایشوره در حقیقت می‌تواند به شرط این که یوگی، «ایشوره پرانیدهان»^{۳۷} یا «عشق به ایشوره» را تمرین کند، موجب وصول او به سمادهی شود (C.f. Eliade, 2009: 47-49). پس از آشنایی یوگی با اِکاگرتا و کوشش در برقراری ارتباط با آن، وی باید عمل تمرکز ذهن را به همراه حبس نفس تمرین کند که به دهاژنا مشهور است. دهاژنا ششمین اصل از اصول هشتگانه‌ای است که پتنجلی در یوگه‌سوتره به آن اشاره کرده است (Patanjali, Ibid: II/29, 41). دهاژنا در حقیقت یک اِکاگرتا یا عمل تمرکز بر یک نقطه است، با این تفاوت که شأنی صرفاً انتزاعی و ذهنی دارد. به عبارت دیگر، تنها هدف اِکاگرتا، متوقف ساختن جریان ذهنی و روانی و متمرکز کردن آن بر یک نقطه است، اما غایت دهاژنا، تحقق تمرکز پایدار ذهنی برای فهم است (C.f. Eliade, 2009: 68-70; 85-86). پتنجلی دهاژنا را معادل «تمرکز فکر بر یک نقطه» می‌داند (Patanjali, Ibid: III/1, 59).

34. Ekāgratā

35. Citta

36. Samādhi

37. Iṣvara prānidhāna

در اینجا باید به دهیانه^{۳۸}، سومین مرحله از تمرکز و تفکر نیز اشاره کرد که به دنبال اِکاگرتا و دهازنا، از سوی یوگی تجربه می‌شود. دهیانه در مکتب یوگه اصطلاحی است که برای هفتمین عضو یا اندام^{۳۹} در تمرین یوگه استفاده می‌شود. دهیانه در حقیقت، تکامل حالت دهازنا است که با طولانی کردن پیرانایامه‌ها (تمرینات تنفسی) به همراه تمرکز یوگی بر روی یک شی یا موضوع در مراقبه به دست می‌آید. پتنجلی دهیانه را «جریانی از تفکر پیوسته یا جریان فکری یکپارچه» می‌داند (Ibid, III/2, 60). ویاسه نیز در این باره می‌افزاید که دهیانه، استمرار کوشش ذهنی برای جذب شیء مورد مراقبه، آزاد از هر کوشش دیگری برای جذب سایر اشیا است (Eliade, 1975: 84-85).

۲-۴. جواهر خمه

با توجه به این که رساله جواهر خمه، کتابی جامع در هدایت سلوک معنوی پیروان طریقه شطاریه قلمداد می‌شود، روشن است که شیخ محمد غوث در اشارات طریقتی مندرج در آن به مقوله چگونگی تمرکز در مراقبه و اهمیت تفکر در حین ذکر نیز پرداخته باشد. او در برخی از فقرات سلوکی این رساله، تمرکز بر نقاط خاصی از بدن، مانند ناف و چشم، تمرکز بر خویش و تمرکز بر نقش کردن اسم الله یا شمایل مرشد (پیر) را در حین ذکرگویی و انجام مراقبه توصیه کرده‌است. برای نمونه، یکی از اذکار طریقتی که شیخ محمد غوث در جواهر خمه به آن اشاره می‌کند، «ذکر یک ضربی اسم ذات» (مراقبه بر ذکر الله به صورت تک کوبش) است. او در این مراقبه، توجه سالک یا ذاکر را بر ناف معطوف می‌دارد تا وی، آن قسمت از بدن خود را محل کوبش ذکر قرار دهد؛ به این صورت که: «هر دو دست بر دو زانو نهاده، الله گویان معده را به جانب بالا، به سختی کشد و سر و کمر را بلند ساخته، الله گویان ضرب زیر ناف زند و پی در پی به همین طریق کند تا بی‌خود شود» (گوالیاری، همان: ۹۳/۱).

شیخ محمد غوث همچنین در بیان ذکر «سر»، توضیح می‌دهد که سالک در حالی که «یا شاهد» را بر زبان می‌آورد و بر ناف خود ضرب می‌زند، چشم‌هایش را باز کند و «تصور کند که ذرات در آن صفت، متصف است و بعد، «یا شهید» گویان در میان خود ضرب زند و چشم‌های خود بند دارد و فکر کند که آن صفات، در ذرات خودش متصف است. پس بر این نوع کند در چند روز، مکاشفه حاصل شود» (همان، ۹۵). او در جوهر پنجم جواهر خمه، به بیان برخی اشغال (جمع شغل و در این متن به معنای مراقبه) و تفکرات صوفیه پرداخته‌است؛ از جمله «شغل آئینه» که در این طریق از مراقبه، سالک باید «آئینه را روبرو داشته، در عکس خود تصور خدا بکند؛ یعنی چنان که حرکت و سکون عکس از این است به همان طریق، به حکم المؤمنُ مرأه المؤمنین، حرکت و سکون رب روحی که عکس رب الارباب است لا تتحرک دَرَهْ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ در عکس این موجود است، تصور آن کند؛ العاقلُ تکفیه الإشارات» (گوالیاری، ۱۰۱/۲). او همچنین در بیان یکی از روش‌های مراقبه بر ذکر «لا اله الا الله»، توضیح می‌دهد که هنگامی که سالک یا ذاکر قصد تأکید بر جزء نفی این ذکر را دارد (یعنی گفتن لا

³⁸. dhyāna

³⁹. anga

اله)، «چشم گشاده دارد و ماسوی الله، همه را نفی کند» و هنگام اثبات ذکر (یعنی گفتنِ الا الله)، چشم خود را ببندد و «تصور کند که نیست معبودی بجز معبود حقیقی، خداوند تعالی» (همان، ۹۰/۱). شیخ محمد غوث در برخی از فقرات جواهر خمسة، بر ضرورت تصور ذکر و نقش کردن کلمه الله تأکید می‌کند. برای نمونه، در بیان «اذکار اثبات طریق یک ضربی»، توضیح می‌دهد که سالک «مفرد به فکر جلسه معهود نگاه دارد و پیاپی، بر زانوی چپ، ضربِ الا الله زند، لیکن از ظاهر زبان، الا الله گوید و در باطن، لا موجود الا الله تصور کند و در عین ذکر و فکر، نقش الله پیش نهاد دارد» (همان، ۹۳/۱-۹۲). همچنین او در بحث «اذکار اسم ذات»، به «طریق یک ضربی باطنی» اشاره می‌کند که سالک باید «جسم خود را به شکل لفظ الله تصور کند» و «إِنَّ اللَّهَ خَلَقَ آدَمَ عَلَى صَوْرَتِهِ» را خیال کند تا مرتبه فنا فی الله حاصل شود» (همان، ۹۳).

در سنت عرفان اسلامی و در نظام تعلیم و تربیت سلسله‌های تصوف، مرشد، پیر یا شیخ طریقه از جایگاه خاصی برخوردار است. شیخ محمد غوث نیز در جواهر خمسة، بر اهمیت پیر و مرشد کامل در طی طریقت و کسب اجازت از وی در «تعلیم طریق دعوت» اشاره می‌کند (نک. همان، ۶۷-۶۸). جایگاه معنوی پیر نزد شیخ محمد غوث تا آنجاست که وی، در دستورالعمل‌های عملی مراقبه و در بحث ممارست بر فکر در کنار ذکر، بر تصور و نقش کردن صورت پیر یا مرشد در دل تأکید دارد. او به سالک توصیه می‌کند، هنگامی که از مراقبه در اذکار فراغت حاصل کرد، «اشکال تصورات» اختیار کند و نخستین صورت فکریه‌ای که بر تصور آن تأکید دارد، «صورتاً و معنأً، انسان کامل یعنی مرشد» است و می‌افزاید که بهتر است که سالک در هر وقت و هر حال، نقش مرشد و صورت ظاهری وی را در دل مشاهده و فکر کند (همان، ۹۸). شیخ محمد غوث همچنین به حالتی از مراقبه به نام «شغل مرشد» اشاره می‌کند که سالک باید «چشم، بند کرده به این درجه تصور مرشد کند که خود مرشد و عین صورت مرشد شود و هر قول و فعل که از وی صادر شوند، آن را به جانب مرشد، تصور کند و از شعور خود، علیحدگی اختیار کند؛ یعنی شعور او فقط مرشد باشد و در او مرشد باشد و دیگر هیچ» (همان، ۱۰۱/۲).

۵. ذکر کلمات مقدس

۵-۱. منتره

می‌دانیم که در سنت‌های عرفانی هندی و نزد یوگی‌ها توجه به منتره^{۴۰} (معادل ذکر در تصوف) و تکرار کلمات مقدس در حالت مراقبه اهمیت و رواج داشته‌است. همچنین می‌دانیم که ریاضت و مراقبه در عرفان هندی انواع مختلفی دارد. داراشکوه در رساله خود با عنوان مجمع‌البحرین، به یکی از مراقبه‌های مهم و رایج در میان عارفان هند به نام آجیا^{۴۱} اشاره می‌کند و در فصلی با عنوان «بیان

40. Mantra

41. Ajapā

شغل) (مراد از شغل، مراقبه است)، از آجپا به عنوان بهترین نوع مراقبه یاد می‌کند. یوگی در این مراقبه، منتره «سوهن»^{۴۲} را تکرار می‌کند (داراشکوه، ۱۳۸۷: ۴۳۵). آجپا به معنی «تکرار و یادآوری» است. مراقبه بر منتره سوهن به این صورت است که یوگی باید هنگام دم، بخش اول این منتره یعنی «سو»^{۴۳} و هنگام بازدم، بخش دوم این منتره یعنی «اهن»^{۴۴} را تکرار کند. یوگی باید در مراقبه، بسیار بر ادای این منتره ممارست ورزد تا مرحله‌ای از سلوک را تجربه کند که در آن، این منتره در وجود یوگی نهادینه گردد و حتی بدون آگاهی و اراده یوگی، همه وجود او این منتره را تکرار کند. تجربه معنوی از مراقبه با منتره سوهن، به «آجپا جاپا» (به معنی آگاهی دائمی یافتن از منتره) مشهور است (Swami, 2004: 80-81).

یکی دیگر از منتره‌های مهم در میان یوگی‌ها، هجای مقدس «اوم»^{۴۵} (ا. و. م) است. یوگی‌ها این هجا را آوایی موجز از همه عوالم وجود فرض می‌کنند که به صورت منتره و نیایشی عاشقانه برای یوگی درآمده است. بر اساس این دیدگاه عرفانی، این منتره همچون عوالم صغیر آوایی تلقی می‌شود که بر محور بینش کلی و جهانی روابط غیبی حاکم بر تمامی وجوه هستی قرار دارد. از این منظر، اسم «الله» و منتره «اوم» را یکسان فرض می‌شوند، زیرا ضمن آنکه مظهر امر مطلق هستند، تمامیت عالم را نیز به اجمال در خود دارند (Ibid, ۸۳-۸۶).

۵-۲. جواهر خمسه

سلوک عملی سلسله‌های صوفیانه، عبارت از آداب طریقتی مخصوصی، نظیر اذکار، اوراد و نحوه مراقبه است که ضرورتاً سالک یا مرید از پیر یا مراد خود دریافت و تمرین می‌کند. شیخ محمد غوث نیز در جواهر خمسه کوشیده تا به طور مفصل به جزئیات آداب خواندن برخی اذکار، اوراد و ادعیه با توجه به تأثیرها و نتایج تمرکز و تکرار آنها بپردازد. او جوهر دوم از جواهر خمسه را به طور کامل، به «بیان اوراد ادعیه» اختصاص می‌دهد (نک. گوالیاری، ۱/۳۵-۵۳) و در جوهر سوم از این رساله، به خاصیت‌های بیان «کلام الهی و دعوت اسماء ربّانی» با خواندن و تکرار آنها در موقعیت‌ها و شرایط خاص، اشاره دارد (نک. همان، ۵۳-۸۹). افزون بر این، اهمیت ذکر از منظر شیخ محمد غوث تا آنجا است که او جوهر چهارم از رساله جواهر خمسه خود را «در بیان اذکار» می‌نامد و در مقدمه این جوهر، به دلایل اهمیت ذکر و بحث تلقین می‌پردازد. در این مجال، برای نمونه به برخی از اقوال وی اشاره می‌شود:

او «افضل اذکار» را ذکر «لا اله الا الله» برمی‌شمرد و از این رو، به طور کامل و مفصل به نحوه خلوت‌گزینی و نشستن به مراقبه و تکرار ذکر لا اله الا الله اشاره می‌کند (نک. همان، ۸۹-۹۰). از

42. So'ham

43. sah

44. aham

45. AUM

دیگر اذکار مهم نزد شیخ محمد غوث، «اسم ذات» یا «ذکر الله» است. او سلوک از طریق تمرکز و تکرار اسم ذات (الله) را به سه روش میسر می‌داند: روش نخست آنکه، «به حبس دم و به گشادگی چشم، این قدر الله الله گوید که زبان خیره و چشم تیره گردد». شیخ محمد غوث فایدهٔ اهتمام بر این روش را بسی فراوان ارزیابی کرده و کمترین آن را، ذاکر شدن «بی اختیار دل» و سپس «تمام اعضای جسمی» بیان می‌کند. او در نهایت اشاره می‌کند که ذاکر این ذکر، می‌تواند «تمام اشیاء ممکنات را معاینه کند»، «از گوش استماع نماید» و «در اندک مدت، به مقام فنا فی الله و بقا بالله فائز گردد». روش دوم «پاس انفاس» است؛ یعنی به وقت برآمدن نفس، «لا اله» و وقت درآمدن نفس، «الا الله». او همچنین توضیح می‌دهد که در این روش دوم، سالک می‌تواند به جای تمرین «لا اله» و «الا الله» هنگام برآمدن و درآمدن نفس، «هو هو» و «الله الله» بگوید. روش سوم «ذکرها، هو، هی» است که «سه لفظ اختصار کلمه لا اله الا الله، محمد رسول الله» به شمار می‌رود. همچنین اشاره می‌شود که در تکرار این ذکر می‌توان به جای بیان «هی» از «حی» استفاده کرد (همان، ۹۰-۹۱).

شیخ محمد غوث همچنین در جوهر چهارم جواهر خمسۀ، اذکار سلوکی را به انواع گوناگونی تقسیم کرده‌است؛ او به اذکار جلی و خفی و انواع آنها، اذکار نفی و اثبات و روش‌های کوبش آنها در حین مراقبه (اذکار یک ضربی، دو ضربی، سه ضربی، پنج ضربی، ضرب لامتناهی و غیره) به تفصیل سخن به میان می‌آورد و در ضمن بیان این جزئیات، به سایر اذکار سلوکی نظیر ذکر هو، یا احد، یا واحد، یا بدیع، یا باعث، یا نور، یا شهید، هو الاول، هو الاخر، هو الظاهر، هو الباطن و غیره اشاره می‌کند (همان، ۹۱-۹۹).

نتیجه‌گیری

از دیرباز زمینهٔ تعامل متصوفه با یوگی‌های هند و آشنایی آنها با اندیشه‌های یوگه در شبه قارهٔ هند فراهم بوده‌است. از شواهد تعامل صوفیه و یوگی‌ها می‌توان به وام‌گیری متصوفه از شیوه‌های سلوکی هندویی، روش‌های حبس نفس یا پاس انفاس و به کارگیری سایر روش‌های عملی یوگه در مراقبه اشاره کرد. در سنت تصوف، هر یک از سلسله‌های صوفیانه برای مراقبه و سلوک عملی، روش‌های خاص خود را دارند. یکی از طریقه‌های تصوف که تعالیم و اعمال طریقتی آن به طور عمیقی تحت تأثیر سنت‌ها و نهادهای دینی هندی به ویژه مکتب یوگه قرار گرفت، شطاریه‌است. شیخ محمد غوث گوالیاری از مشهورترین مشایخ شطاریه در هند است که به تعلیمات مکتب یوگه گرایش داشت. طریقهٔ شطاریه در هند، با آراء نظری و عملی شیخ محمد غوث در تصوف، بیش از پیش تحت تأثیر مکتب یوگه و به خصوص ابعاد عملی آن قرار گرفت. چنین به نظر می‌رسد که در پی شناخت وجوه مشترک مفاهیم و اصطلاحات انتزاعی و شیوه‌های گوناگون و آداب عملی مراقبه در یوگه و تصوف، تلفیقی از آنها، به صورت عرفان عملی اسلامی ارائه شده‌است. با بررسی متن رسالهٔ جواهر خمسۀ شیخ محمد غوث، شباهت‌ها و در بسیاری از موارد، تأثیراتی از آداب مراقبه در مکتب یوگه بر اندیشه‌های عرفان عملی

شیخ محمد غوث، به خصوص در مواردی نظیر پرهیزها و انضباطها، وضعیت‌های گوناگون بدنی، ضبط، تنظیم و حبس نَفَس، تمرکز، توجه، تفکر و ذکر در سیر و سلوک عرفانی مشاهده می‌شود. بر بنیاد این پژوهش، روشن می‌شود که عارفی مسلمان مانند شیخ محمد غوث، برای استفاده از روش‌های عملی مکتب یوگه در نظام عرفان عملی خود، مانعی نمی‌دید. کاربست اذکار اسلامی به‌همراه اعمال بدنی یوگه در سیر و سلوک عملی طریقه شطاریه، یکی از بهترین نمونه‌های تلفیق روش عرفانی هندویی و اسلامی است.

منابع

داراشکوه، محمد (۱۳۸۷). مجمع البحرین. ترجمه جمشید ارجمند. تصحیح داریوش شایگان. تهران: نشر و پژوهش فرزانه روز.
عدلی، محمدرضا (۱۳۹۸). مروری بر ادبیات شطاریه. اطلاعات حکمت و معرفت. (۲) ۱۴. ۳۴-۳۷.

غوثی شطاری، محمد (۲۰۰۱). گلزار ابرار. چاپ محمد ذکی. پتنه.
گوالیاری، شیخ محمد غوث [بی تا]. جواهر خمسة. چاپ سنگی. [بی جا].
لاهوری، غلام سرور (۱۹۱۴). خزینة الاصفیا. کانپور.

References

- Adli, Mohammadreza (1398). *Morūri bar adabiyāte Shattāriyeh. Faslnameh Elmi-Takhassosi-e Ettlā`aāt wa Ma`arefat*. 14(2). 34-37. (in Persian)
- Ahmad, Qazi Moin-uddin (1963). *History of the Shattari Silsila*. Thesis Submitted for PhD. Department of History. Delhi.
- Arjun Singh, Naorem (2019). *Yoga the Way of Life*. Delhi.
- Bajpai, R. S. (2002). *The Splendours and Dimensions of Yoga*. Vol.1. New Delhi.
- Bhoja Raja (1883). *The Yoga Aphorism of Patanjali with the Commentary of Bhoja Raja*. Rajendralala Mitra (trans.). Calcutta.
- Dārāshokūh (1387). *Majma` al-Bahrain*. Jamshid Arjomand (trans.). Dariush Shayegan (ed.). Tehran. (in Persian)
- Eliade, Mircea (1975). *Patanjali and yoga*. Charles Lam Markmann (trans.). New York.
- Idem* (2009). *Yoga: Immortality and Freedom*. Willard R. Trask (trans.). New Jersey.
- Idem* (1993). *Yoga. The Encyclopedia of Religion*. New York.
- Ernst, Carl W. (2008). *Jawāher-e Kamsa. Encyclopædia Iranica*. Vol. XIV (6). 608-609.
- Idem* (2016). *Refractions of Islam in India: Situating Sufism and Yoga*. New Delhi.
- Idem* (2005). *Situating Sufism and Yoga. Journal of the Royal Asiatic Society*. Third Series. 15(1).15-43.
- Finger, Alan and Newton, Wendy (2018). *Tantra of the Yoga Sutras: Essential Wisdom for Living with Awareness and Grace*. U.S.A.
- Ghowsi-e Shattari, Mohammad (2001). *Golzār-e Abrār*. Mohammad Zaki (ed.). Patna. (in Persian)
- Gwaliyari, Muhammad Ghawth (“n.d.”). *Jawāhir al-Khamsah*. Lithography. “n.p.”. (in Persian)
- Jain, Dhananjay (2023). *Yoga: Unlocking the Secrets of Preventive Health and Optimal Living*. India.

- Kumar Pal, Tarit (2020) *Subtle and Physical Aspects of Human Beings*. India.
- Lāhūrī, Gholām Sarwar (1914). *Khazinah al-Asfiyā*. Kanpur. (in Persian)
- Patanjali (1912). *The Yoga Sutras of Patanjali: the book of the Spiritual Man*. an interpretation by Charles Johnston. New York.
- Raja, Hareesh (2000). *Prajna Yoga*. New Delhi.
- Rizvi, S.A.A. (1978). *A History of Sufism in India*. New Delhi.
- Saraswati, Satyananda (1996). *Asana Pranayama Mudra Bandha*. Bihar-India.
- Sturgess, Stephen (2014). *The Book of Chakras & Subtle Bodies: Gateways to Supreme Consciousness*. London.
- Swami, Kriyananda (2004). *Yoga Book*. Delhi.
- Vāchaspati Miśra (1998). *Patanjali's Yoga Sutras with the commentary of Vyāsa and the gloss of Vāchaspati Miśra*. Rāma Prasāda (trans.). Rai Bahadur Śrīśa Chandra Vasu (intro.). New Delhi.
- Vyāsa (1998). *Patanjali's Yoga Sutras with the commentary of Vyāsa and the gloss of Vāchaspati Miśra*. Rāma Prasāda (trans.). Rai Bahadur Śrīśa Chandra Vasu (intro.). New Delhi.
- Woodroffe, Sir John George (2013). *The Great Liberation: Mahānirvāṇa Tantra*. Delhi.
- Worle, Luise and Pfeiff, Erik (2010). *Yoga as Therapeutic Exercise: A Practical Guide for Manual Therapists*. Amsterdam.