

بررسی تطبیقی مراحل سلوک در منطق الطیر عطار و یوگاسوتراه‌های پاتنجلی

دکتر علی صادقی شهپر - دکتر رضا صادقی شهپر

استادیار گروه الهیات و معارف اسلامی دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان - استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان

چکیده

مراحل سلوک در یوگاسوتراه، هشت مرحله و در منطق الطیر عطار هفت وادی است. سالک طریقت در هر دوی آنها ابتدا از شریعت، اخلاقیات شرعی و قواعد انضباطی آغاز می‌کند و به مراحل لطیف‌تر سلوک قدم می‌نهد و پس از عبور از این مراحل به نوعی یگانگی و به اصطلاح، «فنا» (در منطق الطیر) یا «سمادهی» (در مکتب یوگا) می‌رسد؛ با این تفاوت ساختاری که سالک عرفان اسلامی در پی وحدت با خداوند است اما سالک یوگایی در پی وحدت با خویشتن. این مقاله آموزه‌های عرفانی در یوگاسوتراه‌ها و منطق الطیر را با تأکید بر وادی‌های هفت‌گانه و مراحل هشت‌گانه سلوک به صورت تلفیقی مورد بررسی و مقایسه قرار می‌دهد و اختلافات و اشتراکات آنها را بیان می‌کند.

کلیدواژه‌ها: منطق الطیر عطار، یوگاسوتراه‌های پاتنجلی، مقامات سلوک، فنا، سمادهی.

تاریخ دریافت مقاله: 1390/5/10

تاریخ پذیرش مقاله: 1392/2/22

Email: sadeghishahpar@gmail.com

مقدمه

به طور کلی سالک طریقت در مکتب یوگا و منطق الطیر، ابتدا از شریعت، اخلاقیات شرعی و قواعد انضباطی شروع می‌کند و در نهایت به مراحل بسیار لطیف‌تر سلوک قدم می‌گذارد و در آن حالت با مطلوب خویش احساس یگانگی می‌کند. مکتب یوگا در مسایل شرعی، بر وداها و کتب مقدس هندی مبتنی است و عرفان منطق الطیر نیز بر کتاب مقدس اسلام و سنت عرفان اسلامی. نکته مشترک این است که این دو، هرچند اعمال عبادی و اخلاقیات شرعی را لازم و ضروری می‌دانند، آن را برای راه سلوکی که طرح می‌کنند، کافی نمی‌دانند؛ حتی مراحل بالاتر سلوک شرعی را به نوعی ناقص و مانع هدف سالک به حساب می‌آورند، چنانکه هدهد در منطق الطیر به عنوان مرشد، همه پرندگان را مورد خطاب قرار می‌دهد و هر کدام را منتسب به نقص و

کوتاه‌اندیشی می‌کند و چون همه مرغان به نوعی بهانه می‌آورند و به مرتبه‌ای که غالباً از طریق شریعت به دست آورده‌اند، اکتفا می‌کنند، او نقص‌ها و موانع کمال را هشدار می‌دهد و آنها را متوجه هدفی متعالی (سیمرغ و خودشناسی) می‌کند. در نهایت آنها را به وادی بیهوشی و محو و فنا می‌کشاند و در آنجا طاعات و اعمال و توانایی‌های قبلی پرندگان که فروتر است، به کارشان نمی‌آید و چون خود را در برابر سیمرغ بسیار ناچیز می‌بینند، بی‌اختیار تسلیم و محو او و چون او می‌شوند و پس از چندین هزار سال بار دیگر سیمرغ (خدا) آنها را به خود باز می‌گرداند و بقا می‌دهد.

در مکتب یوگا نیز هرچند اعمال عبادی، اخلاقیات شرعی و اهیمنسا به عنوان مبادی سلوک مورد توصیه و تأکید است، هدف نهایی نیست؛ بلکه مقدمه سلوک، تزکیه و تصفیه جسم و ذهن برای ورود به مراحل لطیف‌تر و باریک‌تر است که شخص با طی آن مراحل می‌تواند تمرکز عالی را آسان‌تر به دست آورد و خود را محو و مستغرق در مطلوب خویش گرداند. از نظر یوگاسوتره حتی توانایی‌هایی را که شخص در طی سلوک به دست می‌آورد و نیز دیدار خدایان و موجودات آسمانی که آخرین وعده شریعت است، به عنوان مانع و بازدارنده شخص در رسیدن به مراتب بالاتر سلوک است.

در این پژوهش، آموزه‌های عرفانی یوگاسوتره و منطق‌الطیر را با تأکید بر هشت مرحله یوگا و هفت وادی عرفان در منطق‌الطیر مورد بررسی و مقایسه قرار می‌دهیم. روش مقایسه آموزه‌های عرفانی به صورت تلفیقی یا ترکیبی خواهد بود؛ بدین ترتیب که مراحل سلوک عرفانی را در یوگا و منطق‌الطیر مورد بحث قرار می‌دهیم و موارد اشتراک و اختلاف آنها را مشخص می‌کنیم. قصد ما در این مقاله مطابقت دادن (در مفهوم منطبق کردن) تک تک اصطلاحات عرفانی اسلامی و یوگایی و عین هم نشان دادن آنها نیست، بلکه اظهار شباهت‌ها و اختلافات ساختاری و کلی است که در این دو روش عرفانی موجود است. به همین دلیل نگارنده اول این مقاله در رساله دکتری‌اش، به این بحث به طور مفصل پرداخته است و خوانندگان را برای اطلاعات بیشتر به آن ارجاع می‌دهد. در آن جا روش کسانی چون داراشکوه در مجمع‌البحرین و به پیروی از آن، شایگان در «آیین هندو و عرفان اسلامی» که مبتنی بر تطبیق - نه مقایسه - الفاظ و اصطلاحات عرفانی و کنار هم نهادن آنها به طور تصنعی بدون تحلیل‌های ساختاری هستند، مورد نقد قرار گرفته است. (ر.ک. به: صادقی شهپر 1390: 92-100) و همچنین در مقاله‌ای تحت عنوان «روش‌شناسی عرفان تطبیقی» با طرح مشکلات «معادل‌یابی» و «معادل‌سازی» در عرفان تطبیقی، این بحث مورد تأکید قرار گرفته است. (صادقی شهپر 1387: 80-86) روش داراشکوه در مجمع‌البحرین که قصد تقریب دو دین هندو و اسلام را دارد، عمدتاً بر مبنای اصطلاحات و اشتراکات لفظی است و داریوش شایگان که آن را تفصیل و شرح داده است، اظهار می‌کند که او به‌جز چند اختلاف لفظی، هیچ اختلافی میان نظریه‌های هندی و اسلامی پیدا نمی‌کند. بنابراین خطای روشی آنها این است که با وجود غلبه اختلافات آن دو دین نسبت به اشتراکات، هر دو نویسنده بر اشتراکات تأکید کرده‌اند و چنان نشان داده‌اند که

این دو دین عمدتاً و اساساً دارای اشتراک هستند تا اینکه دارای اختلاف باشند. داراشکوه سعی می‌کند معادل تمام اصطلاحات هندی را در شریعت و عرفان اسلامی پیدا کند. برای مثال او مایای هندی را با عشق اسلامی، پرالایه را با قیامت کبری، چهار حالت آتمن را با عوالم اربعه، خدایان سه‌گانه را با سه فرشته اسلامی، هیرنیه گربه را با عقل اول یا حقیقت محمدی مقایسه و یکی تلقی می‌کند. (ر.ک. به: شایگان 1384: 37 به بعد)

بنابراین روش زینر¹ در کتاب خود - برخلاف داراشکوه - در تطبیق و مقایسه عرفان اسلامی و عرفان‌های هندی سازگاری بیشتری با مبانی و ساختار روش‌شناسی عرفان تطبیقی دارد؛ زیرا اظهارات او درباره روش‌های عرفانی با توجه به ساختارهای کلی روش‌های عرفانی است و بنابراین وقتی در موارد جزئی نیز تحلیلی عرضه می‌کند، از این ساختارها خارج نمی‌شود. او می‌پذیرد که روش‌های عرفانی اسلامی و هندی مشابهت‌هایی با هم دارد، اما همچون داراشکوه در مورد این مشابهت‌ها مبالغه نمی‌کند و از تفاوت‌های ساختاری نیز کاملاً آگاه است. (زینر 1969: 5-7) پیش از مقایسه مراحل سلوک در منطق الطیر و یوگا سوتره، ابتدا به معرفی مختصر مکتب یوگای پاتنجلی می‌پردازیم.

مباحث نظری مکتب یوگا

یوگای پاتنجلی در حقیقت متضمن انواع مختلف روش‌های یوگایی پیش از آن در هند است. یوگای پاتنجلی در بین روش‌های گوناگون، به راجه یوگا² یا یوگای شاهانه و خسروانی معروف شد؛ زیرا محصول اصلی بحث یوگای پاتنجلی «ذهن» و تمرکز ذهن است و ذهن نسبت به سایر اعضای بدن دارای نقش حکمرانی و وظیفه شاهی دارد. روش‌های یوگایی را به اشکال مختلفی تقسیم کرده‌اند، اما متداول‌ترین آن تقسیم‌بندی چهارگانه است. یوگا تتوه / اوپانیشاد³ از چهار نوع یوگا یاد می‌کند: متره یوگا، لایه یوگا، هتهه یوگا، و راجه یوگا. (داسگوپتا⁴ 1974: 50) تقسیم بندی چهارگانه دیگری نیز بدین صورت ذکر شده است: 1- کرمه یوگا⁵ (یوگای عمل بدون خودخواهی)؛ 2- جنانه یوگا⁶ (یوگای معرفت معنوی)؛ 3- بهکتی یوگا⁷ (یوگای عشق و اخلاص)؛ 4- راجه یوگا (یوگای تمرکز) که از این نوع اخیر یوگا، با عناوین دیگری از قبیل دهیانه یوگا⁸ (یوگای مراقبه) و آشتانگا یوگا⁹ (یوگای هشت مرحله‌ای) یاد شده است. (آناند¹⁰ 2002: 110-111) از انواع دیگر یوگا تحت

1 . Zaehner

2 . Rāja yoga

3 . Yoga tattva up.

2. Dasgupta

3. Karma Yoga

4. Jnāna Yoga

5. Bhakti Yoga

6. Dhyāna Yoga

7. Āshtānga Yoga

8. Anand

9 . Mantra Yoga

10. Japa Yoga

11 . Kundālīni Yoga

12. Tantra Yoga

عناوین متره یوگا،¹¹ جاپا یوگا،¹² کندالینی یوگا،¹³ تتره یوگا¹⁴ و غیره نیز یاد می‌شود، اما مهم‌ترین و رایج‌ترین انواع یوگا، کرمه یوگا، جنانه یوگا، بهکتی یوگا، راجه یوگا، و کندالینی یوگا است. راجه یوگا تقریباً در برگیرنده همه آنها و مقصود این مقاله است. اصطلاح کلیدی دیگر در یوگا سوتره (1/2) کریا یوگا است که در مفهوم مقدمات عملی یوگا از قبیل رعایت یمه، نیامه (ایشوره پرائندهانه، تپس و سوادھیایه) است. (موکرجی¹⁵ 1977: 125-127)

پانتجلی تمام گزاره‌های سانکھییه⁽¹⁾ را پذیرفت و سعی کرد رهایی مورد نظر سانکھییه را با کمک روش‌های عملی از قبیل اخلاقیات، ریاضت، مراقبه، و تمرکز بر ایشوره (خدا) متحقق کند. همچنین او تفسیری روانشناختی از ذهن (چیتة)، رنج‌های ذهنی، کرمه (تأثرات ناشی از عمل) و راه‌های رهایی از این رنج‌ها را عرضه کرد.

یوگای پانتجلی همچون دین بودایی، خود را به طور آشکار در برابر ارتدوکس هندی و سنت ودایی قرار نداد. پانتجلی برای رسیدن به مقصود (رهايي) خود از اخلاقیات هندی که در کتب مربوط به احکام و قوانین مانو¹⁶ آمده بود، بهره گرفت و با تحلیلی روانشناسانه، از اخلاق و رفع بیماری‌های اخلاقی سخن گفت و در این مورد از شیوه «معکوس» برای درمان اخلاقی استفاده کرد. این روش بدین صورت است که وقتی عارف یا یوگی نسبت به امر منفی وسوسه می‌شود، باید کاملاً برعکس آن را تصور یا عمل کند. بدین صورت پس از مدتی تمرین، انرژی مثبتی در عوض آن «پرهیز» و زهد در ذهن او پدید خواهد آمد که شخص را در رفع موانع اخلاقی و سلوکی یاری می‌کند. (همان: 242-243)

در عرفان اسلامی نیز امام محمد غزالی در *کیمیای سعادت و احیاءالعلوم* در بخش «مهلکات» که مباحث مربوط به بیماری‌های اخلاقی و نفسانی است، شاید به طور اتفاقی از این شیوه «معکوس» استفاده کرده است. (ر.ک. به: غزالی 1382، ج 2: 107-240)

همچنین پانتجلی بر خلاف کپيله و مفسران سانکھییه از عقیده به خدایی بنام «ایشوره» حداقل به دو منظور استفاده کرد؛ یکی اینکه به تعبیر میرچا الیاده، خود را در تقابل با جامعه مؤمنان و خداگرایان هندی و عموم مردم قرار نهد و بدین وسیله مقبولیت همگانی پیدا کرد و دیگر اینکه بر اساس نظر عموم مفسران یوگایی از ایشوره به عنوان بهترین و لطیف‌ترین موضوع مراقبه به ویژه در مراتب بالای سمادهی استفاده کرد. (الیاده¹⁷ 1975: 86-90)

15. Mukerji

2. Manu

17. Eliade

2. Viddha

روانشناختی خود را از آنها، با توجه به اهمیت ذهن و تمرکز ذهنی عرضه کرد و مفسرانش آن را گسترش دادند؛ اما پانتجلی حداقل در یکجا در برابر سنت ودایی و برهمنی، مخالفت خود را آشکارا اعلام کرد و آن، اعتراض به قربانی‌های ودایی و ساکن شدن در بهشت و عوالم خدایان از این طریق و حتی تجسد در قالب خدایان بود. تفسیر پانتجلی که ریشه سانکهییه‌ای نیز داشت بر این مبتنی بود که اولاً انجام اعمال قربانی هر چند دارای کرمه مثبت و تقریب به خدایان و بهشت است، در تضاد آشکار با عقیده اصیل اهیمسا است که محور و اصل اساسی اخلاقیات یوگایی است. دوّم اینکه سکونت در بهشت و حتی تجسد در اجساد لطیف (ویدهه)¹⁸ خدایان امری موقّتی و گذرا است و زمانی که آثار اعمال خوب (کرمه مثبت) تمام می‌شود، شخص دوباره تناسخ پیدا می‌کند و در نتیجه گرفتار رنج سمساره¹⁹ می‌شود. بنابراین پانتجلی مقام انسان یا یوگی رهایی‌یافته (جیوان موکته)²⁰ را فراتر از مقام خدایان دانست. (همان: 51-53) و این نوع تلقّی از مقام انسانی شبیه تلقّی صوفیان و عارفان اسلامی از انسان است که مقامی فراتر از فرشتگان برای وی قایل هستند و در واقع جایگاه فرشتگان در عرفان و شریعت اسلامی به نظر نگارندگان می‌تواند معادل و مشابه جایگاه خدایان هندی باشد.

پانتجلی نیز همچون بودا و اغلب حکیمان سنت هندی تکرار کرد که «برای شخص حکیم همه چیز رنج است». بنابراین او در این مورد نگرش سانکهییه به انواع سه‌گانه رنج‌های انسانی را اتخاذ کرد و کوشید آن رنج‌ها را از طریق معرفت‌شناسی سانکهییه‌ای، روانشناسی مختص یوگایی و روش عملی تمرکز و مراقبه براندازد و به فراسوی جسم و ماده به عنوان مصادر پرکریتی²¹ (ماده) گام نهد؛ زیرا از نظر سانکهییه و یوگا منشأ تقریباً همه رنج‌ها در پرکریتی و مصادر آن است که روح (پوروشه)²² نیز در اثر مجاورت با پرکریتی گرفتار این رنج‌ها می‌شود. پانتجلی برای رهایی یافتن از رنج و گرفتاری تناسخ و ماده، راه هشتگانه‌ای عرضه کرد که مقصود اصلی این مقاله است.

مرکز معنای سلوک یوگایی، تمرکز و مراقبه است. در مکتب یوگا تمام تعالیم و دستورهای اخلاقی، فیزیکی و ذهنی به همین منظور است و بنابراین روش یوگا بر مراقبه و تمرکز مبتنی است. در یوگا از غذا خوردن، لباس پوشیدن، خوابیدن، راه رفتن و در کل تمام کارهایی که انسان در سراسر زندگی انجام می‌دهد، تا امور عبادی و تمرینات معنوی مختص یوگایی، همگی برای ایجاد تمرکز و در نتیجه رهایی از ذهن و ماده و گرفتاری‌های ذهنی است. بنابراین در یوگا حرکات کششی بدنی، تنظیم تنفسی، رعایت قواعد اخلاقی و دستورهای شرعی به همین منظور است؛ زیرا در نظر یوگای پانتجلی تنها از طریق فایق آمدن برآشفتگی‌ها و تموجات ذهنی می‌توان به رهایی پوروشه از پرکریتی رسید و مراقبه روشی برای تسلط معنوی است.

3. Samsāra

4. Jivānmukta

21. Prakṛti

2. Puruṣa

از نظر پاتنجلی معرفت ماوراء طبیعی سانکھیهای تنها زمینه را برای رهایی انسان فراهم می‌کند و بنابراین، رهایی، از طریق کوشش جدی (و فردی) به ویژه فنون ریاضتی و مراقبه‌ای حاصل می‌شود. هدف یوگا نیز مانند سانکھی بر انداختن آگاهی عادی در جهت کسب آگاهی فراطبیعی است، اما این کار مستلزم تمرین (ابهیاسه)، ریاضت (تپس) و انجام فنون جسمانی است. (2)

تعریف پاتنجلی از یوگا این بود: «براندازی حالات خودآگاهی»²³. (یوگاسوتره، 1/2) (موکرجی 1977: 7) ثمره فن یوگایی دربرگیرنده معرفت تجربی از تمام «حالاتی» است که بر خودآگاهی عادی، مادی و خاموش اثرگذار هستند، اما حدّ و مرزی برای شمار حالات خودآگاهی وجود ندارد و با این حال همه آنها در سه دسته قرار می‌گیرند: 1- اشتباهات، خیالات، رؤیاهای، خطاهای ادراکی، آشفتگی و غیره؛ 2- کلّ تجربیات عادی روان که توسط غیر یوگی احساس، ادراک و اندیشه می‌شود؛ 3- تجربیات فراروانی که برانگیخته فن یوگایی است. به اعتقاد پاتنجلی هر یک از این مراتب تجربه ذهنی دارای علمی متناسب با آن است و تقریباً همه علوم ناظر به تجربه عادی روانی - هر چند واقعی - هستند، اما از نظر یوگا همه این تجربیات، دروغین و خیالی‌اند و تنها تجربه‌ای واقعی و حقیقی است که ناظر به سومین مرحله یا مرتبه ذهنی باشد که قادر به رفتن به فراسوی حالات عادی است و این تجربه فراروانی در مراقبه و سمادهی روی می‌دهد و شخص را به رهایی از قالب‌های روانی می‌رساند.

پس هدف یوگای پاتنجلی برانداختن دو تجربه نخستین از تجربه (به ترتیب زاییده خطای منطقی و خطای ماوراء طبیعی) و نیز جایگزین کردن تجربه ثابت، فراحسی و فراعقلانی است. شخص از راه سمادهی با قاطعیت به فراسوی وضعیت انسانی - که غم‌آلود و زاییده رنج است و در رنج کامل می‌شود - می‌رود و سرانجام به آزادی کاملی که روح هندی با حرارت و اشتیاق خواهان آن است، دست می‌یابد. (الیاده 1958: 37-40)

در این براندازی نمی‌توان موفق شد مگر اینکه شخص به‌طور تجربی به شناخت ساختار، ریشه و عمق آنچه محکوم به نابودی است، پردازد. «معرفت تجربی» در این زمینه به معنای روش، فن و تمرین است. در تکیه کلام ادبیات یوگایی اظهار می‌شود که هیچ چیزی را بدون عمل و تمرین ریاضت (تپس) نمی‌توان به دست آورد. فصل‌های دوم و سوم یوگاسوتره بیشتر به همین عمل یوگایی (تصفیه، حالات بدن، فنون تنفسی و غیره) اختصاص دارند. به همین علت عمل یوگایی ضروری است و تنها پس از آزمون نخستین پیامدهای این فن است که شخص به واسطه تجربه می‌تواند به اثربخشی این روش، ایمان (شرادهه)²⁴ پیدا بکند. (موکرجی 1977: 87-88) بنابراین از نظر پاتنجلی و آموزگاران یوگا و آیین تنتره، براندازی حالات عادی ذهن و رهایی از آنها

23. Yoga Āttavṛtt Nirudhyah

24. Śrāddha

2. Dasgupta

فقط از راه «تجربه» میسر می‌شود. از این رو خدایان فاقد تجسد (ویدهه) به دلیل نداشتن جسم تجربه‌ای ندارند و در وضعیتی پایین‌تر از وضعیت انسانی هستند و نمی‌توانند به رهایی کامل برسند. (الیاده 1975: 51-53)

به نظر داسگوپتا²⁵ هدف نهایی یوگا جدا ساختن ما از احساسات، تفکرات، عقاید ذهنی، حواس و در نتیجه شناخت و تجربه خویشتن واقعی است که فراتر از ذهنیات مان است. یوگی وقتی می‌تواند احساس خرسندی کند که به این خویشتن واقعی (پوروشه) برسد. در منطق یوگیان خویشتن همواره آزاد است، اما فعالیت و آشفته‌گی‌های ذهنی چهره روح را تیره می‌کند و بنابراین ما تصوّر می‌کنیم که روح اسیر و گرفتار و غمگین است. روح مانند نور سفید و درخشانی است که با پوشش و غلاف رنگی ذهن پوشانده شده است و ما از روی خطا اوصاف ذهن را که متغیر و مادی است، به روح که ثابت و غیر مادی است، نسبت می‌دهیم. (داسگوپتا 1927: 65-71)

فنون یوگایی در حقیقت برای توقّف تموجات ذهنی و شکستن غلاف ذهن است تا روح خود را در روشنایی اصیل نشان دهد. پاتنجلی مسیر این کوشش برای توقّف تموجات ذهنی را در هشت مرحله ترسیم می‌کند. طی این مسیر عرفانی در حقیقت با شناخت تجربی از مراتب ذهنی از طریق ریاضت و مراقبه صورت می‌گیرد. (3)

وادی‌های هفت‌گانه سلوک در منطق‌الطیر و مراحل هشتگانه در یوگا

مراحل سلوک در یوگا هشت مرحله و در منطق‌الطیر هفت وادی است. در حقیقت مرحله هشتم یوگا، یعنی سمادهی²⁶ به عنوان مقام نهایی، نتیجه سلوک هفت مرحله قبلی و در منطق‌الطیر نیز، بقاء بالله نتیجه سلوک هفت مرحله پیشین است؛ بنابراین شاید بتوان گفت که هم در منطق‌الطیر و هم در یوگا شمار مراحل سلوک هفت مرتبه است. در هر صورت تعداد مقامات در عرفان، صرفاً نمادین است؛ زیرا در طریقه‌های متعدّد عرفان اسلامی نیز تعداد مقامات ثابت و یکسان نیست؛ چنانکه خواجه عبدالله انصاری صد میدان (خواجه عبدالله انصاری 1363)، ابوسعید ابوالخیر چهل مقام (نصر 1382: 125-130) و ابونصر سراج هفت مقام و ده احوال (ابونصر سراج 1382: 95-120) را مطرح می‌کنند. خود عطار نیز در منطق‌الطیر هفت وادی (عطار نیشابوری 1384: 384-430)، اما در مصیبت‌نامه چهل مرحله (همو 1386: 398-399) را طرح می‌کند. از نظر نگارندگان، عطار به تفکیک احوال و مقامات قایل نیست و برخی از مقاماتی که آورده در نظر قدمای صوفیه به عنوان احوال مطرح بوده است. هفت وادی سلوک در منطق‌الطیر عبارتند از: طلب، عشق، معرفت، استغنا، توحید، حیرت، فقر و فنا. هریک از این منازل از نظر عطار دارای ویژگی‌هایی هستند:

وادی «طلب» مقرون به تعب و بلا است و سالها جد و جهد لازم است و سالک باید ترک مال و ملک و بلکه ترک همه چیز (غیر از مطلوب و هدفش) کند. او باید ظاهر و دل خود را از آلودگی‌ها پاک کند تا در نتیجه زوال صفات خودی و رفع انانیت، صفات حضرت حق در او تافتن گیرد. سالک نباید شیفته چیزی شود که در راه طلب بدو می‌رسد. از حق، حق را باید خواست که او مطلوب و معشوق کل است.

وادی دوّم وادی «عشق» است. عشق دو نوع است: عشق صورت و عشق معرفت. عشق صورت همان عشق حسی و جمال‌پرستی است که زوال‌پذیر است، اما عشق ناشی از معرفت، حقیقی و پایدار است. وادی عشق چون آتش نافذ است و صفات را بدل می‌کند.

وادی سوّم وادی «معرفت» است که راه‌ها در آن مختلف می‌آید؛ زیرا سلوک جان و تن متفاوت است. علاوه بر این راه هر کسی در حدّ و استعداد خود و قرب هر کس بر حسب حال او است. در اثر این معرفت، صد هزار اسرار بر او مکشوف می‌شود و او مغزین می‌گردد و طلب او تشدید می‌شود.

در وادی «استغنا» هیچ چیز ارزش و قیمت ندارد. شیخ عطار این وادی را با امثله بیان می‌کند و خودپسندی و خویش‌تن‌بینی انسان را که می‌پندارد جهان از برای او است، درهم می‌شکند. رفتن این وادی سهل نیست و پایان آن را کس ندیده است. چاره، ترک جان و تسلیم شدن است.

وادی «توحید» منزل تجرید و تفرید و یگانگی است. این وحدت و یگانگی، حقیقی و ذاتی است نه عددی. سالک در مقام توحید به کلی فانی می‌شود. در این وادی تکلیف از انسان برداشته می‌شود.

وادی «حیرت» وادی درد و حسرت است. در این مقام سالک از حکم نفی (نیستی) و اثبات (هستی) بیرون است. در این مقام اضداد و کفر و ایمان باهم آشتی می‌کنند.

آخرین وادی «فقر و فنا» است. این وادی عین فراموشی، گنگی و کری و بی‌هوشی است و سخن گفتن از آن ممکن و روا نیست. گم شدن در دریای فنا آسودگی و نجات است. برخی در این وادی فنا می‌مانند، اما برخی دیگر خلعت بقا می‌پوشند و برای ارشاد خلق بر می‌گردند. این مرتبه اصطلاحاً بقاء بعدالفنا نام دارد. (عطار نیشابوری 1384: 381-414)

هشت مرحله یوگا (یوگانگه)²⁷ هم به ترتیب عبارتند از:

- 1- یمه²⁸ (پرهیزگاری‌ها)؛ عبارت است از: الف - خودداری از آزار رساندن به موجودات (اهیمسا)²⁹؛ ب - راستگویی و صداقت (ستیه)³⁰؛ ج - دزدی نکردن (استیه)³¹؛ د - مهار امیال نفسانی و شهوات (برهمه‌چاریه)³²؛ ه - نپذیرفتن صدقه و هدایای غیر لازم و به عبارتی دیگر نداشتن طمع (اپریگراهه)³³.

27. Yogāngas
3. Ahimsā
5. Asteya
7. Aparigraha
9. Śauca

2. Yamas
4. Satya
6. Brahmacharya
8. Niyāmas

2- نیامه‌ها³⁴ (نظامات و ضوابط)؛ عبارتند از: الف- پاکی و نظافت (شئوچه)³⁵ که دارای دو نوع بیرونی و درونی است.

نوع بیرونی مربوط به نظافات جسمانی و نوع درونی مربوط به پرورش و تصفیه احساسات پاک و گرایش به مهرورزی و فضیلت و اجتناب از رذایل و بدی‌ها است؛ ب- رضایت و خشنودی نسبت به وضع موجود (سنتوشه)³⁶؛ ج- تزکیه و ریاضت (تپس)³⁷؛ د- مطالعه کتب مقدس و متون دینی (سوادهیایه)³⁸؛ ه- تفکر و مراقبه و تسلیم به خدا (ایشوره‌پرنیده‌انه)³⁹.

3- آسنه‌ها⁴⁰ (حالت و وضعیت بدن)؛ عبارت است از حالت‌های استوار و وضعیت‌های آسان برای کنترل تنفس و تمرکز.

4- پرانا‌یامه⁴¹ (کنترل تنفس)؛ حبس دم و بازدم است. یوگیان معتقدند تنظیم تنفس و حبس دم و بازدم به کنترل جریانات ذهنی و متوقف ساختن آنها کمک می‌کند.

5- پرتیاهاره⁴² (ترک محسوسات)؛ با کنترل تنفس و تمرکز می‌توان ذهن و حواس را از عالم محسوس برکند.

6- دهارنا⁴³ (تمرکز بر یک نقطه)؛ تمرکز ذهن بر یک چیز مثلاً بر عضوی از بدن مثل ناف، نوک بینی یا نقطه میان ابروان و یا تمرکز بر تمثال یک خدا، ماه و یا یک تصور و اندیشه است.

7- دهیانه⁴⁴ (مراقبه و تمرکز عالی)؛ تمرکز پایدار و مستمر و بدون وقفه است.

8- سمادهی (مراقبه خلسه‌ای و سکون)؛ مراقبه‌ای است که در آن احساس و شعور نسبت به حالت مراقبه وجود ندارد و ذهن کاملاً خالی از همه چیز است. این حالت از طریق خلسه رخ می‌دهد و در آن تمایز بین شیء مراقبه و مراقبه کننده برداشته می‌شود. (داسگوپتا 1973: 132-136)

اکنون که مراحل سلوک را برشمردیم، به مقایسه تلفیقی آموزه‌های عرفانی یوگا و منطق الطیر عطار می‌پردازیم.

36. Santośa
3. Svādhyāya
5. Āsanas
7. Pratyāhāra
9. Dhyāna

2. Tapas
4. Īśvarapranidhāna
6. prānāyāma
8. Dhāranā

اعمال عبادی و اخلاقیات به عنوان مقدمه سلوک (طلب = یمه و نیامه)

مرحله اول و دوم یوگا یعنی «یمه» و «نیامه» و مرحله اول هفت وادی منطق الطیر، یعنی «طلب» ناظر به شریعت و اعمال عبادی و اخلاقیات است. هم در یوگا و هم در منطق الطیر مراحل اولیه سلوک بر شریعت و سنت استوار است. این اعمال عبادی اعم از اخلاقیات و منهیات در کتاب مقدس هر دو سنت فرهنگی ایران و هند موجود است، اما این اعمال و اخلاقیات به عنوان مقدمه سلوک برای تصفیه جسم و ذهن و آماده‌سازی برای راهی باریک‌تر و دشوارتر هستند. پاتنجلی در یوگاسوتره، وداها و متون مقدس هندی را در همین حد می‌پذیرد. او به سه منبع معرفتی، یعنی ادراک، استنتاج و گواهی متون مقدس معتقد است، اما معرفت ناشی از متون مقدس را نیز برای رهایی یافتن کافی نمی‌داند. (موکرجی 1977: 46-50) ⁽⁴⁾

در یوگاسوتره چندین سوتره به ایشوره (خدا) و ذکر کلمه مقدس «اُم» ⁴⁵ اختصاص دارد که از طریق اخلاص و تسلیم به ایشوره و ذکر نام مقدس آن، یوگی می‌تواند به سمادهی یا آزادی برسد (همان: 62-78) و نیز در فصل دوم یوگاسوتره‌ها، سوتره اول و دوم راجع به یوگای عملی (کریا یوگا) ⁴⁶ است که در آن به ریاضت (تپس) ذهنی، اخلاقی و جسمانی، تکرار مانترای مقدس (سوادهیایه) و تسلیم کامل به خدا توصیه شده است و این اعمال برای رفع موانع و غم‌ها - معاصی (کلیشه) ⁴⁷ - پرورش تمرکز و سمادهی مفید دانسته شده است. در همین فصل، سوتره هفتم و هشتم تعلق و دلبستگی و تنفر را که همگی دردآور و از منهیات اخلاقی متون مقدسی چون بهگودگیتا هستند، منع کرده است. همچنین سوتره‌های 29 - 45 فصل دوم یوگاسوتره همگی مربوط به اخلاقیات متون مقدس هندی هستند. در همین سوتره‌ها است که هشت مرحله یوگا به ترتیب آمده‌اند و همچنان‌که گفته شد، دو مرحله نخستین مربوط به تعالیم شرعی موجود در کتب مقدس هستند؛ اعم از پرهیزگاری، اهیمنسا یا نیاززدن موجودات، درستی در گفتار و رفتار، دزدی نکردن و عدم تصاحب اموال دیگران، پاکدامنی و حفظ انرژی جنسی، بی‌تعلقی و عدم حرص، قناعت و خرسندی، پاکیزگی جسمانی و ذهنی، ریاضت جسمانی و ذهنی، عشق و تسلیم به خدا، رعایت حد اعتدال زندگی، مطالعه متون مقدس و تکرار مانترها. این‌ها نه تنها تعالیم عملی و اخلاقی متون مقدس هندی هستند، بلکه تقریباً همه آنها در تمام ادیان از جمله متون اسلامی نیز آمده است. از نظر داسگوپتا، «اهیمنسا» اصل و عصاره تمام اخلاقیات یوگایی است و کسی که در اهیمنسا کامل شود، گویی در همه اخلاقیات کامل شده است. وی در این باره می‌گوید: از بین یمه‌ها، نیاززدن موجودات یا اهیمنسا بیشترین اهمیت را دارد و ریشه دیگر یمه‌ها تلقی می‌شود. می‌توان گفت نه تنها یمه‌ها، بلکه تمام نیامه‌ها، همگی در جهت تقویت اهیمنسا هستند. اهیمنسا وقتی کمال یابد و بدون

محدودیت‌های طبقاتی، مکانی و زمانی از آن پیروی شود، «مهاورته»⁴⁸ (وظیفه بزرگ نیاززدن) نامیده می‌شود. اهیمنسا گاهی محدود به طبقات می‌شود؛ مثلاً یک ماهیگیر از آزدن موجودات خودداری می‌کند که در این مورد «انوورته»⁴⁹ نامیده می‌شود؛ در برابر اهیمنسای جهانی یوگیان که «مهاورته» نام دارد. همین اهیمنسا نیز محدود به مکان می‌شود؛ در مورد کسی که با خود می‌گوید: «من در مکان مقدس به جانداران صدمه نخواهم زد»، یا محدود به زمان می‌شود، وقتی که با خود می‌گوید: «من در روز مقدس به جانداران صدمه نخواهم زد»، یا محدود به شروط می‌شود، وقتی کسی با خود می‌گوید: «من فقط به خاطر خدایان و برهمنان به جانداران صدمه نخواهم زد»، یا وقتی صدمه زدن فقط از جنگجویان در میدان جنگ ناشی بشود، نه در جای دیگر. این نوع اهیمنسا فقط برای انسان‌های عادی است که نمی‌توانند از قانون جهانی اهیمنسای یوگیان که مطلق است، پیروی کنند.

اهیمنسا وظیفه‌ای جهانی است که انسان باید در همه حالات زندگی، در هر جا و در هر زمان بدان عمل کند. بر اساس آموزه‌های یوگا اهیمنسا در تمام حالات باید برای انسان بزرگ‌ترین انگیزه اخلاقی باشد. تنها به واسطه اهیمنسا است که ما می‌توانیم خود را شایسته نوع بالاتر سمادهی بکنیم. همه فضایل دیگر از قبیل درستی، صداقت و دزدی نکردن در جهت تکمیل اهیمنسا هستند.

در مکتب یوگا اهیمنسا اهمیت زیادی دارد و اعتقاد بر این است که انسان باید از همه اعمال بیرونی خودداری کند؛ زیرا به هر حال این اعمال بیرونی ممکن است منجر به نوعی صدمه (هیمنسا) به موجودات شوند؛ چون اعمال بیرونی را نمی‌توان بدون کمی صدمه زدن به دیگران انجام داد. از این دیدگاه در مکتب یوگا اعتقاد بر این است که تنها اعمال خالص (شوکله کرمه)⁵⁰ و اعمال و افکار خوب ذهنی هستند که در آن کمال اهیمنسا به دست می‌آید.

با رشد اعمال خوب و تحقق کامل اهیمنسا، ذهن به طور طبیعی به حالتی می‌رسد که در آن، اعمال نه خوب (شوکله)⁵¹ هستند و نه بد (اشوکله)⁵²، و پس از این حالت حالت کیوالیه⁵³ (رهایی) می‌آید. (داسگوپتا 1973: 139-140)

مجموعه یمه‌ها و نیامه‌ها «کریا یوگا»⁵⁴ یا یوگای عملی نامیده می‌شوند که مبتدیان با انجام آنها به تدریج شایسته حالت «جنانه یوگا»⁵⁵ از طریق سمادهی و کسب کیوالیه می‌شوند. بنابراین مرحله اول است که مردمان

1. Mahāvratā

2. Anuvratā

1. Śuklakarma

1. Śukla

3. Kaivalya

5. Jnanayoga

7. Vairāgya

2. Aśukla

4. Kriyāyoga

6. Abhyāsa

عادی به وسیله آن کار یوگا را شروع می‌کنند؛ اما کسانی که ذهن‌شان در حدی است که می‌توانند خود را با سمادهی وفق بدهند، دیگر نیازی به کریایوگا ندارند، بلکه می‌توانند از جنانه یوگا شروع کنند. اینان کسانی هستند که بدون تمرین کریا یوگا می‌توانند از طریق «بهیاسه»⁵⁶ (تمرین) و «ویراگیه»⁵⁷ (بی‌تعلقی) به کیوالیه و سمادهی برسند.

در بررسی دقیق‌تر یمه‌ها و نیامه‌ها باید به تفاوت آنها نیز اشاره کرد که یمه‌ها کسب فضایل مربوط به امور منفی (منهیات) و نیز اعمال بیرونی هستند، ولی نیامه‌ها فضایل مثبت (منجیات) و نیز اخلاقیات و اعمال ذهنی هستند. یمه‌ها را می‌توان - و بنابراین باید - در تمام مراحل یوگا تمرین کرد، در حالی که نیامه‌ها تنها از طریق رشد برجسته ذهن در طی تمرین یوگا به دست می‌آیند. (داسگوپتا 1973: 143)

پس از این مراحل است که شخص در حقیقت، سلوک خاص یوگایی را شروع می‌کند؛ یعنی به انجام آسنه‌ها، پرانایامه و تمرکز و مراقبه می‌پردازد. این مراحل بعدی در واقع بسیار لطیف‌تر و روحانی‌تر هستند و شخص سالک در اثر انجام اعمال قبلی دچار احوال ذهنی و روحی می‌گردد.

در منطق الطیر عطار نیز سلوک عرفانی مبتنی بر مراحل خاص و طی کردن وادی‌های هفت‌گانه است. عطار در منطق الطیر به بیان احوال و تحولات باطنی سالک از مرحله طلب، یعنی نخستین منزل سلوک تا آخرین قدم، یعنی فقر و فنا می‌پردازد. بعضی از این مراحل صفت طالب و سالک است؛ مانند طلب و حیرت و بعضی صفت مطلوب است؛ مانند استغنا که به اعتبار ظهور و شهود آن از منازل سلوک شمرده می‌شود و از آن میان معرفت و عشق صفت مشترک بین طالب و مطلوب است. (فروزانفر 1374: 318)

وادی «طلب» با سختی و ریاضت و بلا همراه است و سالک باید همه چیز (غیر از مطلوب و هدفش) را ترک کند و دل خود را از آلودگی‌های دنیایی و صفات خودی و انانیت بپیراید تا نور حق در او متجلی شود. سالک نباید شیفته چیزی شود که در راه طلب بدو می‌رسد. باید از حق، حق را بخواهد؛ زیرا که او مطلوب و معشوق کل است.

پیش‌ت آید هر زمانی صد تعب	چون فرو آیی به وادی طلب
طوطی گردون مگس اینجا بود	صد بلا در هر نفس اینجا بود
زانکه اینجا قلب گردد حال‌ها	جد و جهد اینجات باید سال‌ها
ملک اینجا بایدت درباختن	ملک اینجا بایدت انداختن
دل بیاید پاک کرد از هرچه هست	چون نماند هیچ معلومت به دست
تافتن گیرد ز حضرت نور ذات	چون دل تو پاک گردد از صفات

جرعه‌ای زان باده چون نوشش شود هر دو عالم، کل فراموشش شود

(عطار نیشابوری 1384: 381)

«طلب» تمام اعمال و احکام ظاهری و باطنی شریعت را در بر می‌گیرد. در حقیقت طلب مترادف با «یمه» در یوگا است. وادی طلب مستلزم جدّ و جهد در اوامر و دستورهای الهی و اخلاقیات، زهد و ریاضت، ترک دنیا و حتی ترک خویشتن و انانیت و شهوات و دل‌نستن به غیر مطلوب و چیزهای ناپایدار است. گفت‌وگوی هدهد با مرغان در منطق‌الطیر تقریباً همگی مربوط به مسایل شرعی و اخلاقی است. هدهد آنها را با یادآوری عیوب‌شان، متوجه هدف عالی (سیمرغ) می‌کند. «عندلیب» یا بلبل نمودار جمال‌پرستان است. او عاشق گل و خنده او است، اما هدهد به او هشدار می‌دهد که صورت در معرض زوال است و آنچه زوال می‌پذیرد، کاملان را ملال می‌آورد. «بط» یا مرغابی نماد زاهد ظاهرپرستی است که تنها به نظافت جسمانی (که بخش بیرونی نیامه یوگایی است) می‌پردازد و در آن وسواس دارد؛ در حالی که هدهد جست‌وجوی سیمرغ را اولی می‌داند:

کرده‌ام هر لحظه غسلی بر صواب	پس سجاده باز افکنده بر آب
همچو من بر آب چون استدی یکی	نیست باقی در کراماتم شکی
زاهد مرغان منم با رأی پاک	دایم هم جامه و هم جای پاک

(عطار نیشابوری 1384: 270)

«کوف» (جغد) نیز نماد عزلت‌نشینان است که در ویرانه‌ها به دنبال گنج هستند و نیز شاید مقصود شیخ از کوف، مردمان امساک پیشه باشد که به انباشتن زر و مال و گنج می‌پردازند و به خیال محال، رنج می‌برند. جواب هدهد این است که عشق به گنج و میل به زر از کافری است و کسی که عاشق زر باشد، دلش افسرده و جماد و صورتش در آخرت به موش بدل می‌شود:

هر دلی کز عشق زر گیرد خلل	در قیامت صورتش گردد بدل
---------------------------	-------------------------

(عطار نیشابوری 1384: 278)

«طاووس» هم نماد کسانی است که به خاطر بهشت و نعیم جنّت عبادت می‌کنند و به همین علت از دیدار حضرت حق در حجاب مانده‌اند:

کی بود سیمرغ را پروای من	بس بود فردوس عالی جای من
من ندارم در جهان کاری دگر	تا بهشتم ره دهد باری دگر

(عطار نیشابوری 1384: 269)

پس مطلوب نهایی طاووس، بهشت است و خود را لایق سیمرغ نمی‌داند و در همین مرحله متوقف می‌شود. مشابه این در یوگا سوتره (5/3) نیز شخص یوگی نباید به دعوت خدایان و بهشتیان جواب مثبت بدهد و در

آنجا باقی بماند: «وقتی یوگی از طرف موجودات آسمانی جذب و دعوت شود، نباید آن را بپذیرد و نباید دچار غرور شود؛ زیرا ممکن است او را با پیامدهای ناخواسته مواجه کند.» (موکرجی 1977: 372-373)

چنانکه می‌بینیم خواسته‌های مرغان منطق‌الطیر، غالباً در سطح دنیا و امیال دنیایی و یا در سطح پایینی از معنویت و شریعت است. هدهد هرچند برخی پرندگان را به علت داشتن یک صفت پسندیده می‌ستاید، آن را برای رسیدن به هدف عالی (سیمرغ) کافی نمی‌داند و حتی گاهی آن را مانع هم به شمار می‌آورد. از این رو می‌بینیم که غالب نتایج و پیامدهای اخلاقیات شرعی که در مرحله اول (طلب) مطرح می‌شوند، به عنوان مقدمات سلوک، لازم و مطبوع هستند، اما توقف در آنها نقص است. در نتیجه، مرحله «طلب» در منطق‌الطیر و دو مرحله «یمه» و «نیامه» در یوگا به عنوان مقدمات سلوک به کار می‌آیند.

احوال و اعمال لطیف عرفانی (تمرکز و مراقبه)

سخن ما در این قسمت ناظر به مرحله سوّم تا هفتم یوگا (آسنه، پرانایامه، پرتیاهاره، دهارتا، دهیانه) و پنج مرحله پس از «طلب» در منطق‌الطیر (عشق، معرفت، استغنا، توحید و حیرت) است. هم در یوگا و هم در منطق‌الطیر تمامی این مراحل بر طبق شریعت، اما چیزی فراتر از آن هستند. تعالیم و آموزه‌های مربوط به این مراحل را می‌توان در کتب عرفانی یافت. آنچه در این مراحل مهم است، توجه و تمرکز یا مراقبه و در نهایت، تسلیم است؛ یعنی مراقبه بر چیزی که مورد نظر یا مطلوب سالک است. در عرفان یوگا چستی آنچه مورد مراقبه قرار می‌گیرد مهم نیست؛ زیرا در یوگا اصل بر پرورش قدرت مراقبه است. موضوع مراقبه حتی می‌تواند نقطه‌ای از اعضای بدن خود سالک مانند ناف، نوک بینی، و یا حتی یک شیء بیرونی مثل ماه و یا شعله یک شمع باشد. هر چند خدا (ایشوره) نیز یکی از موضوعات مهم مورد مراقبه برای کسانی است که نسبت به او عشق می‌ورزند. آنچه در عرفان یوگا اصل و مهم است، این است که مراقبه رفته‌رفته طولانی، مستمر و بی‌وقفه می‌گردد. در اثر آن، شخص سالک با شیء مورد مراقبه احساس یگانگی می‌کند و از طریق این احساس یگانگی، نسبت به ذات شیء آن طور که هست، نه آن طور که قبلاً از طریق اسم و شکل و اندازه می‌نمود، معرفت پیدا می‌کند.

در حقیقت از طریق این تمرین، ذهن نیرویی را در خود بیدار می‌کند که اگر آن را بر هر چیزی معطوف و متمرکز کند، به اصل و ذات آن، شناخت پیدا می‌کند؛ یعنی او بدین وسیله فنی را کسب می‌کند که می‌تواند آن را در مورد هر چیزی بکار ببندد؛ مثلاً خود را نامرئی کند، بیماری را علاج کند و یا درد را تسکین دهد. سرانجام اینکه او از طریق این تمرین و کسب معرفت، می‌تواند به معرفت تفکیکی و جدایی پرورده از پرکریتی برسد و در نتیجه آن، پرورده از گرفتاری و اسارت خیالی جسم و ماده و پیامدهای آن خلاص می‌شود.

در منطق الطیر، بر خلاف یوگا، مطلوب و موضوع مورد مراقبه و تمرکز، بسیار مهم است. در بحث‌های پیشین همان‌طور که دیدیم، هدهد پرندگان را به خاطر کوتاه بینی‌شان در انتخاب مطلوب‌های ناپایدار و سطحی نکوهش می‌کرد، هرچند برخی از آنها در رسیدن به مطلوب‌شان مسیری موفقیت‌آمیز هم پیموده بودند. آنچه در منطق الطیر مهم است، انتخاب سیمرغ به عنوان بالاترین و متعالی‌ترین هدف و دست نیافتنی‌ترین موجود است. ناگفته نماند که در عرفان یوگا نیز مطلوب‌های بیرونی و دنیوی رفته‌رفته وجه لطیف‌تری پیدا می‌کنند و حتی شخص در مراحل نهایی (سمادهی) هیچ انتزاع و تصویری از هدف و شیء مورد مراقبه ندارد. در هر صورت در هر دو عرفان به لحاظ روانشناختی در انجام مراقبه و تمرکز بر روی مطلوب، یک کار انجام می‌گیرد و آن، احساس حضور پیوسته و مداوم با مطلوب به عنوان تنها دغدغه سالک و در نهایت، احساس یگانگی و رفع تمایزات است.

نقطه مشترک و بسیار مهم این دو عرفان در مسأله روانشناختی سلوک، اهمیت خودشناسی و شناخت روح و خویشتن است. در هر دو عرفان، بالاترین معرفتی که سالک پیدا می‌کند، کشف خویشتن و روح کامل است. در یوگا همین که سالک به شناخت روح (پوروشه) پی می‌برد، به رهایی از تمام محدودیت‌ها و رنج‌ها می‌رسد. در عرفان منطق الطیر نیز بالاترین شناختی که سی مرغ بدان می‌رسند، شناخت خود (سیمرغ) است و در حقیقت خودشناسی پایان راه معرفت است. در یوگای عملی ابتدا با وضعیت یا حالت یوگی تحت عنوان آسنه‌ها مواجه هستیم. آسنه‌ها وضعیت‌های مطلوب برای تمرکز و به عبارتی نوعی تمرکز جسمانی است که شخص یوگی را برای ورود به تمرکز ذهنی آماده می‌سازد. هدف از انجام این اعمال آرام کردن تنش‌های جسمانی و تصفیه و تقویت جسم است که شخص با کامل شدن در آنها می‌تواند تمرکز ذهنی و مراقبه را آسان‌تر انجام دهد. این تمرکز برای پایان دادن به کوشش‌های اضافی بدن است و وقتی کامل شود، هیچ حرکت بدنی باقی نمی‌ماند. شخص باید بیندیشد که چگونه این زمین بزرگ آرام است و بنابراین به دنبال قدرت ذهنی باشد تا خود را در حالت و وضعیت خودش استوار نگه دارد. (داسگوپتا 1974: 333)

آسنه‌ها وقتی استوار شوند، حرکات غیر ارادی طبیعی متوقف می‌گردد و این در اثر تمرکز ذهن بر مار اسطوره‌ای که سنگینی زمین را بر سرش تحمل می‌کند، ممکن می‌شود. بنابراین حالت و وضعیت، کامل می‌شود و دیگر بدن حرکتی ندارد، یا ذهن به بی‌نهایت انتقال می‌یابد. وقتی حالت (آسنه) کامل گردد، دیگر هیچ نوع آشفستگی ناشی از اضداد گرما و سرما و غیره وجود نخواهد داشت. (همان: 145)

شخص پس از کسب استواری در حالت بدنی، باید در پرنایامه‌ها بکوشد. پرنایامه حبس‌های پس از دم و بازدم عمیق است: دم درونی و باز دم بیرونی. این کار را می‌توان با نگه داشتن چشم بر روی فضا، زمان و اعداد تنظیم و مدت حبس را کم‌کم طولانی‌تر کرد. همچنین در حالی که پرنایامه‌ها تمرین می‌شود، ذهن باید از طریق

دهارنا و دهیانه بر چیزی بیرونی یا درونی متمرکز شود. با تمرین پراناایامه، ذهن برای تمرکز آماده می‌شود و استواری آن به دست می‌آید و این استواری و ثبات همان تمرکز است. (همان: 335)

پیروان مکتب یوگا معتقدند که ضرباهنگ فرایندهای تنفسی بر روی جریان‌های ذهنی اثر می‌گذارد و ذهن ناخودآگاه به دم و بازدم هوا در سینه معطوف می‌شود و به همین علت نمی‌تواند پیوسته تمرکز کند؛ از این رو باید فرایند تنفس را متوقف کرد تا در حالت تمرکز ذهن، اختلال و قطع و وصلی رخ ندهد. بنابراین ضروری است که یوگی با تمرین و ممارست در کنترل تنفس خود، بیاموزد که نفس خود را به مدت طولانی حبس کند تا بدین وسیله به درازای زمان تمرکز ذهنی‌اش بیفزاید. (چاترجی 1384: 567)

پراناایامه (تنظیم تنفس) در حقیقت «خودداری کردن» از تنفس ناموزون است که مردم عادی انجام می‌دهند. پاتنجلی این خودداری را اینگونه تعریف می‌کند: پراناایامه توقف⁵⁸ جریان دم فرو بردن و دم بر آوردن است که پس از تسلط بر آسنه‌ها صورت می‌گیرد. پاتنجلی از «توقف» یا حبس نفس سخن می‌گوید، اما پراناایامه از آهسته کردن حتی‌الامکان ضرباهنگ تنفس شروع می‌شود و نخستین هدف همین کار است. (شایگان 1375، ج 2: 677-680)

بهوجه در تفسیر یوگاسوتره (4/1) می‌گوید که «همواره ارتباطی بین تنفس و حالات ذهنی وجود دارد.» (موکرجی 1977: 13-15) این اظهار نظر بسیار مهم است؛ زیرا تنفس شخص عصبانی ناآرام است؛ در حالی که تنفس شخص متمرکز، آهسته و خود به خود منظم است. یوگی از راه کند کردن تدریجی تنفسش و منظم کردن آن قادر است به طور تجربی و با ذهنی کاملاً روشن به برخی حالات خودآگاهی که به هنگام بیداری غیر قابل دسترس‌اند، مخصوصاً به آن حالات خودآگاهی که ویژه خواب هستند، نفوذ کند؛ زیرا ریتم تنفس شخص خوابیده آهسته‌تر از شخص بیدار است. یوگی وقتی این ریتم مربوط به خواب را از راه پراناایامه به دست می‌آورد، می‌تواند بدون اینکه روشن‌بینی‌اش را از دست بدهد، به «حالات خودآگاهی» مخصوص خواب نفوذ کند. اگرچه پراناایامه تمرین پراهمیت خاص یوگایی است، در عین حال پاتنجلی تنها سه سوتره بدان اختصاص داده است. جزئیات فنی را در تفاسیر ویاسه⁵⁹، بهوجه⁶⁰ و واپسپتی میشره⁶¹ و عمدتاً در رسالات مربوط به هتتهه هتتهه یوگا می‌توان یافت.

به نظریاده کنترل تنفس را عارفان مسلمان نیز تمرین می‌کنند. ریشه این فن در سنت اسلامی هر چه باشد، در این شکی نیست که برخی عارفان مسلمان در هند، تمرینات یوگایی را اقتباس کرده، انجام می‌داده‌اند. فن «ذکر» در اسلام گاهی اوقات باعث برجسته شدن شباهت‌های ظاهری با تنظیم تنفس هندی می‌شود. تی. پی.

1. Viccheda
3. Bhoja

2. Vyāsa
4. Vācaspati Miśra

هیوگز⁶² بیان می‌کند که از زندگی مذهبی یک مرزنشین افغانی گزارش شده است که وی ذکر را چنان کامل تمرین کرده بود که می‌توانست نفسش را تقریباً به مدت سه ساعت نگه دارد. (الیاده 1975: 82-83) عمل برقراری ریتم در تنفس و به تعویق انداختن آن، تمرکز (دهارنا) را بی‌نهایت آسان می‌کند؛ زیرا پاتنجلی در یوگاسوتره (53-52/2) می‌گوید که در اثر پرانیامه، حجاب تاریکی‌ها برافکننده می‌شود و خرد قادر به تمرکز (دهارنا) می‌شود. (موکرجی 1977: 273-275) یوگی می‌تواند کیفیت تمرکز خود را از طریق پرتیاهاره تشخیص دهد؛ این واژه معمولاً به «ترک محسوسات» یا «تجرد» ترجمه می‌شود، اما بهتر است آن را به «استعداد» رهایی دادن فعالیت حسی از سلطه اشیاء خارجی ترجمه کنیم. بر طبق یوگاسوتره (45/2) «پرتیاهاره» را می‌توان به استعدادی تفسیر کرد که خرد (چیتة) بدان وسیله دارای حواسی است که گویی باهم در ارتباط واقعی بوده‌اند. (همان: 254) این جداسازی فعالیت حسی از سلطه اشیاء خارجی (پرتیاهاره)، آخرین مرحله ریاضت جسمی _ روانی است. از این رو یوگی با حواس، فعالیت حسی، یاد و غیره دیگر آشفته و ناآرام نخواهد شد. بنابراین تمام فعالیت‌ها متوقف می‌شوند. چیتة از آنجا که توده‌ای آگاهی روانی است که حواس بیرونی را مشخص و مرتب می‌کند، می‌تواند چون آینه اشیاء، بدون واسطه حواس بین آن و شیء آن عمل کند. گرچه یوگی از پدیده‌ها جدا می‌شود، اما به مراقبه درباره آنها ادامه می‌دهد. یوگی به جای دانستن به واسطه ظواهر (روپه)⁶³ و حالات ذهنی (چیتة ورتیتی) که روش قبلی او بود، اکنون به طور مستقیم به مراقبه تنه⁶⁴ یا ذات اشیاء می‌پردازد. (الیاده 1975: 83)

مرحله پرتیاهاره یا ترک محسوسات در یوگا در حقیقت مشابه همان ترک دنیا در عرفان اسلامی است. تعلق به دنیا مانع سلوک است و بنابراین حضرت عیسی (ع) به علت داشتن کوچک‌ترین تعلق، به اندازه نوک سوزن، در فلک چهارم متوقف می‌ماند. نیز تعلق به دنیا باعث مهجور ماندن از معنی می‌شود. از نظر عطار سالک باید هم از دنیا و هم از عقبی چشم بپوشد تا لایق افاضه الهی شود:

بسته —ردار دنیا آمدی	لاجرم مهجور معنی آمدی
هم ز دنیا هم ز عقبی در گذر	پس کلاه از سر بگیر و در نگر
هر چه پیشت آید از گرمی بسوز	ز آفرینش چشم جان کل بدوز
چون بسوزی هر چه پیش آید تو را	نزل حق هر لحظه بیش آید تو را

(عطار نیشابوری 1384: 262)

تأمل در باب ناپایداری جهان به ترک آن کمک می‌کند. هر چه بر روی زمین از اندوه و شادی هست، گذرا و ناپایدار است. اگر مرگ نبود، جهان زیبا بود. روی زمین همچون مزرعه بزرگی از مردگان است و خاک روی

1. T. P. Huges
1. Rūpa

2. Tattva

زمین از استخوان‌های پوسیده مردگان است. یکی از مرغان که از او دعوت شده بود به سوی سیمرغ سفر کند، می‌گوید که کاخ زیبایی دارد و سخت بدان دل بسته است؛ چگونه می‌تواند چنین کاخی را ترک کند و به سفری خطرناک و دراز روی آورد؟ هدهد به او می‌گوید: چون مرگ در انتظار تو است آن کاخ زیبا برای تو قفسی بیش نیست. (همان: 328) همچنین عطار در منطق‌الطیر یادآور می‌شود که زندگی در این دنیا به حال آن عنکبوت می‌ماند که با زحمت فراوان خانه‌ای از تار برای خود می‌تند تا مگسی در آن گرفتار شود و او خونش را بمکد و خشک کند. ناگهان صاحب خانه از گوشه‌ای می‌آید و با جاروبی عنکبوت و تار و مگسی را که در آن گرفتار شده است، بر هم می‌زند و نابود می‌کند. (همان: 330)

سه مرحله آخر یوگا، یعنی «دهارنا»، «دهیانه» و «سمادهی» در حقیقت یک چیزند، با این تفاوت که سمادهی کامل‌ترین فرایند ذهنی در تمرکز است. در دهارنا ذهن یا چپته بر یک نقطه متمرکز می‌شود، اما جریان تمرکز منقطع می‌شود، ولی در دهیانه جریان متغیر کوشش ذهنی در تمرکز دائمی، پیوسته و طولانی است. سمادهی یا مراقبه خلسه‌ای نیز وقتی نتیجه می‌دهد که با تمرکز عمیق، ذهن به شیء مورد مراقبه تبدیل و با آن یکی می‌شود و حتی ذهن در این حالت، نسبت به حالت سمادهی هم ناآگاه و بی‌خبر است. (داسگوپتا 1974: 335-336)

در یوگا سوترها آمده است که دهارنا تمرکز ذهن بر نقطه خاصی است و جریان مستمر تمرکز در دهارنا، دهیانه نام دارد و وقتی ذهن خالی از هر چیزی می‌شود و شیء مورد مراقبه در ذهن می‌تابد، سمادهی نام می‌گیرد. یوگاسوترها این سه مرحله آخر یوگا را «سمیمه»⁶⁵ می‌نامد که از طریق تسلط یافتن بر سمیمه، نور معرفت (پرجنا)⁶⁶ طلوع می‌کند. بنابراین سمیمه نسبت به پنج مرحله اول یوگا درونی‌تر است. (7/3) از طریق به کار بستن سمیمه می‌توان به قدرت‌های معجزه‌آسا (سیدهی)⁶⁷ دست یافت؛ از قبیل آگاهی یافتن بر گذشته و آینده، معرفت اصوات همه موجودات، معرفت تولدهای گذشته، نامریی کردن جسم و بدن، آگاهی قبلی از مرگ و کسب قدرت‌های بسیاری دیگر که همه آنها در فصل سوّم یوگاسوترها (از سوتره شانزدهم به بعد) فهرست شده و با کرامات در عرفان اسلامی قابل مقایسه است. (شایگان 1375، ج 2: 702-708)

سمادهی و فنا (بقا)

چندین سوتره از فصل اول یوگاسوترها (17/1-29) به سمادهی اختصاص دارد. در یوگاسوترها، سمادهی به دو نوع، یعنی سمادهی با ریشه (سمپرجنیاته)⁶⁸ و سمادهی بی‌ریشه (اسمپرجنیاته)⁶⁹ تقسیم شده است. سمادهی

65. Samyama
3. Siddhi

2. Prajnā

68. Samprajnāta
3. Ānanda

2. Asamprajnāta
4. Asmita

با ریشه از طریق ویچاره (انعکاس اشیاء لطیف)، آنده⁷⁰ (سعادت و سرور محض)، و اسمیتا⁷¹ (حس شخصیت) به دست می‌آید. سمادهی بی‌ریشه نیز از طریق عمل پَر ویراگه (ویراگه عالی) حاصل می‌شود که در آن تمام جریانات ذهنی متوقف می‌شوند و تنها تأثرات لطیف در آگاهی می‌ماند. از نظر یوگاسوتره علت تناسخ خدایان و یوگیان وجود تأثرات مادی (ناشی از سمادهی با ریشه) است. یوگی می‌تواند با پیروی از کوشش منظم، ایمان، نیرو، حافظه، تمرکز و معرفت حقیقی، اشتیاق شدید به آرامش، عشق به ایشوره و مراقبه بر او و ذکر مقدس «ام» که معرف خداست، به رهایی کامل و «سمپرجنیاته سمادهی» و در اثر آن به رهایی از تناسخ دست یابد. «سمپرجنیاته سمادهی» (تمرکز مجذوبانه بر یک شیء) نیز به چهار دسته، سویتارکه،⁷² نیرویتارکه،⁷³ سویچاره⁷⁴ و نیرویچاره⁷⁵ تقسیم می‌شود که برای فهم قلمرو آنها باید ابتدا به ارتباط بین یک چیز، مفهوم آن، و نام خاصی که به مفهوم یا شیء مربوط می‌شود، توجه کنیم. فهم این امر آسان است که شیء⁷⁶، مفهوم⁷⁷، و نام⁷⁸ کاملاً مجزاً هستند، اما عملکرد ذهن بر خلاف این حقیقت طوری است که نمی‌تواند این تمایز را بفهمد. به این حالت ذهن «ویکلپه»⁷⁹ گفته می‌شود. در حالی که در حالت سمادهی «سویتارکه» این سه چیز (شیء، مفهوم، و اسم) یک چیز می‌شود. این مرحله، مرحله اول سمادهی است که ذهن در آن ثابت نشده و در عین حال به فراسوی آگاهی عادی فرد نرفته است. مرحله «نیرویتارکه» ناشی از این است که ذهن با استواری اش می‌تواند با موضوعش یکی شود؛ آزاد از همه همکاری‌های اسم و مفهوم؛ به طوری که در تماس مستقیم با واقعیت شیء و نیالوده به روابط است. شیء در این مرحله به عنوان موضوع آگاهی من ظاهر نمی‌شود، بلکه آگاهی من از تمام «من»، یا «مال من» آزاد شده و با خود شیء و نیز مفهوم ذهن و عین یکی می‌شود. این مرحله، معرفت حقیقی اشیاء را به ما می‌دهد که آزاد از روابط خیالی و خطا است. اشیاء این مرحله ممکن است اشیاء مادی خشن یا حواس باشند. (داسگوپتا 1973: 150-151)

حالت بعدی «سویچاره سمادهی» است که در آن، ذهن صورت خشن (کثیف) اشیاء را فراموش می‌کند و هر چه عمیق‌تر به درون مواد لطیف آنها می‌رود. در این حالت، صورت خشن اشیاء متوقف می‌شود و ذهن بر «تنماتره»⁸⁰ های لطیف متمرکز و با آن یکی می‌شود. تنماتره‌ها مواد سازنده اتم‌ها (قابل مقایسه با «ذره» در مکتب

5. Savitarka
7. Savicāra

6. Nirvitarka
8. Nirvicāra

76. artha
3. śabda
5. Tanmātra

2. jñāna
4. Vikalpa

اشاعره اسلام و اتم در وایشیشیکه هندی) هستند. حالت «سویچاره» شبیه حالت «سویتارکه» است؛ با این تفاوت که در حالت سویچاره بر خلاف «سویتارکه» تمرکز بر «تنماتره» شیء است نه «بهوته»⁸¹ خشن. در حالت سویچاره ارتباط شخص با «تنماتره» اشیاء اعم از نور و غیره است و عاری از رنگ‌ها است. باید یادآوری کرد که اشیاء لطیف تمرکز در این مرحله تنها تنماتره‌ها نیستند، بلکه مواد لطیف دیگر اعم از انانیت، بودهی و پرکریتی نیز هستند. در حالت نیرویچاره تمرکز بر تنماتره‌های شیء فارغ از زمان، مکان، علیت و غیره است.

پس مراتب سمادهی به سطح لطافت شیء مورد مراقبه بستگی دارد. اگر صورت خشن شیء مورد مراقبه قرار بگیرد، سویتارکه سمادهی، اگر صورت لطیف شیء مثلاً مربوط به حواس باشد، نیرویتارکه سمادهی، اگر تنماتره لطیف شیء مورد مراقبه قرار بگیرد، سویچاره سمادهی، و اگر شیء مورد مراقبه عاری از همه این اسامی ذهنی زمان، مکان و غیره باشد، نیرویچاره سمادهی نامیده می‌شود. (داسگوپتا 1973: 151-153)

میرچا الیاده سمادهی را به «سکون یا سکون دادن» ترجمه می‌کند تا با تمرکز (دهارنا) خلط نشود. از نظر او سمادهی تمام معانی یگانگی، مجذوبیت، کلیت، تمرکز کامل روح و پیوستگی را دارد. او نظر ویجینیانه بهیکشو را نقل می‌کند که بین دهیانه و سمادهی تفاوت آشکاری وجود ندارد: مراقبه یا دهیانه ممکن است در صورت مواجه شدن فرد با اشیاء «جذاب» قطع شود، در حالی که سمادهی یک حالت آسیب‌ناپذیر و کاملاً تأثیرناپذیر نسبت به محرکات است. به نظر وی وقتی سمادهی به کمک یک شیء یا تفکری به دست آید، این سکون دادن، سمپرجنیاته سمادهی (سکون دادن با پایه) نام دارد. برعکس، وقتی سمادهی بدون هیچ رابطه‌ای اعم از بیرونی و ذهنی به دست آید، سمپرجنیاته سمادهی (سکون دادن بی‌پایه) است.

اما هر سمادهی، خویشتن (روح) را کشف نمی‌کند و هر «سکونی» رهایی نهایی را متحقق نمی‌سازد. آن اسمپرجنیاته سمادهی است که تأثرات (سمسکاره)⁸² تمام اعمال پیشین ذهنی را نابود می‌کند و حتی در بازداشتن نیروهای کر مه که قبلاً به لحاظ فعالیت‌های گذشته یوگی لگام گسیخته بود، مؤفق می‌شود و او را به رهایی کامل می‌رساند. (الیاده 1975: 90-93)

اکنون به «فنا و بقا»، آخرین وادی منطق‌الطیر و مقایسه آن با سمادهی یوگا می‌پردازیم. از نظر عطار وادی فقر و فنا عین فراموشی، گنگی، کری و غیره قابل وصف و بیان است. در این وادی سالک گم و فانی می‌شود؛ زیرا نسبت سالک یا کثرات به حق، نسبت سایه به خورشید یا کف و خاشاک به دریا است. وقتی دریا شروع به جنبش می‌کند، همه نقوش و کف‌ها روی دریا محو می‌شوند و تنها با گم شدن در این دریای کل می‌توان برای همیشه آسوده و آرام شد. سالک در مقام وصال یا فنا چون سایه در خورشید محو و عین او می‌گردد؛ یعنی صفات خودی و انانیت خود را از دست می‌دهد و صفات حق را به خود می‌گیرد. هر چند سالک و حق در

81. Bhūta

82. Samskāra

ظاهر دارای یک نوع صفات هستند، اما در عین حال تفاوت‌های زیادی نیز باهم دارند. در حقیقت در این وادی، وجود سالک محو می‌شود و جز حق چیزی باقی نمی‌ماند:

بعد از این وادی فقر است و فنا	کی بود اینجا سخن گفتن روا
عین وادی فراموشی بود	گنگی و کَرّی و بیهوشی بود
صد هزاران سایه جاوید تو	گم شده بینی زیک خورشید تو

(عطار نیشابوری 1384: 413)

توضیح اینکه شخص سالک تا «انانیت» و «خود کاذب» را ترک نکند، به فنا نمی‌رسد. در یوگا هم شخص باید انانیت (اهمکاره) را ترک کند و این شرط رسیدن به بی‌خودی سمادهی است. سالک منطق‌الطیر بر خلاف سالک یوگا سوتره می‌خواهد بی‌خود از خود، ولی با خدا باشد و این بیخودی را عین خدایی می‌داند، اما در مکتب یوگا، یوگی می‌خواهد بی‌خود (از اهمکاره) و با پروروشه باشد. یوگی قصد پیوستن به موجودی غیر از پروروشه خود را ندارد. او می‌خواهد با پروروشه خود یگانه شود؛ یعنی پروروشه خود را از قید انانیت و بودهی (ظریف‌ترین بخش پرکریتی) خلاصی بدهد. او هرگز قصد بودن با ایشوره (خدا) را نمی‌کند، بلکه برخی یوگیان از او برای کشف پروروشه خود و اتحاد با آن استمداد می‌کنند. (ر.ک. به: زینر 1388: 28-73)

ممکن است این تصور پیش‌آید که در عرفان یوگا، یوگی در سمادهی، فقط به فنا می‌رسد، ولی مثل عارف عرفان اسلامی به بقاء بالله (ایشوره) نمی‌رسد. باید گفت که این نکته درست است که او به بقاء بالله (ایشوره) نمی‌رسد؛ زیرا چنانکه قبلاً گفتیم یوگی چنین هدفی هم ندارد. هدف او کشف پروروشه به عنوان وجود حقیقی‌اش و خلاصی دادن خود (پروروشه) از اسارت جسم است. در واقع یوگی مانند عارف اسلامی به دنبال موجودی متعال به نام «خدا» نمی‌گردد. یوگی در آخرین مرحله سمادهی حتی نسبت به حالت سمادهی و مراقبه خود، ناآگاه و بی‌شعور است و در حقیقت، او در این حالت، پروروشه‌ای است که به اشیاء می‌نگرد و صرفاً ناظر و آگاه است و هیچ فعل و عملی ندارد. البته در منطق‌الطیر هم تجربه فنا و بقا چیزی بالاتر از این نمی‌تواند باشد و بقا چیزی افزون بر سمادهی (فنا) نیست؛ زیرا خود عطار در بیتی می‌گوید که وقتی سالک از میان می‌رود و بی‌خویشتن می‌شود، به حالت فنا می‌رسد و حالت بقا در حقیقت، فنا گشتن یا ناآگاهی از حالت فنا است؛ یعنی دقیقاً همان چیزی که در آخرین مرحله سمادهی رخ می‌دهد و یوگی از حالت سمادهی هم ناآگاه می‌شود:

هر که او رفت از میان اینک فنا	چون فنا گشت از فنا اینک بقا
گم شو و زین هم به یک دم گم بباش	پس از این قسم دوم هم گم بباش
همچنین می‌رو بدین آسودگی	تارسی در عالم گم بودگی
گر بود زین عالمت مویی اثر	از میان جمله او دارد خبر
تا نگردی بی‌خبر از جسم و جان	کی خبر یابی ز جانان یک زمان

(عطار نیشابوری 1384: 415-416)

در منطق الطیر نیز مرغان در مرحله نهایی به جایی می‌رسند که پی می‌برند آنچه را می‌جستند، در خودشان بوده است؛ «سی مرغ»، «سیمرغ» را در خود و خود را در سیمرغ می‌یابند. عطار برای «فنا» بیشتر از اصطلاحاتی نظیر «استغراق»، «مستغرق» و «گم بودگی» استفاده می‌کند و فنا را گاهی به معنای استغراق در ذات احدیت و گاهی به عنوان گم گشتن در تجلیات او به کار می‌برد. از نظر عطار خدا و انسان نمی‌توانند باهم و یک جا باشند. او بدین منظور از مثال‌هایی چون محو شدن سایه در خورشید بهره می‌جوید:

محو او گشتند آخر بر دوام سایه در خورشید گم شد والسلام
(همان: 427)

عطار در جایی دیگر (مصیبت نامه) این مسأله را بدین‌گونه بیان می‌کند که هر دو در یک جا نمی‌گنجند و یکی از آنها باید میدان را ترک کند. (ر.ک. به: ریتز 1379، ج 2: 257)

چون برون آیی ز جسم و جان تمام تو نمایی حق بماند والسلام
(عطار نیشابوری 1386: 127)

نتیجه

هم در هند و هم در اسلام نظریه «مقامات سلوک» مختص مکاتبی است که دیدگاه خاصی نسبت به جهان‌شناسی و نحوه تکوین جهان دارند. در جهان‌شناسی این مکاتب، جهان به هنگام تکوین، از خداوند به عنوان خالق جهان فاصله می‌گیرد. همین فاصله گرفتن جهان از خداوند است که به هنگام بازگشت انسان به سوی خداوند در جهان، نظریه مقامات را موضوعیت می‌بخشد. بیشتر عرفایی که در اسلام از نظریه مقامات دم زده‌اند، از دیدگاه جهان‌شناسی تابع جهان‌شناسی کلامی و فلسفی هستند و خداوند را موجودی جدا از کاینات به شمار می‌آورند. به تعبیر دیگر از نظر آنها همان‌طور که انسان به صورت تدریجی از مبدأ فاصله گرفته و خلقت یافته است، در هنگام بازگشت هم باید به صورت تدریجی به سوی خدا باز گردد. در مکتب هندی نیز، یوگا که مبتنی بر مبانی نظری سانکھییه است، می‌خواهد این فاصله و شکاف معرفتی (سیر روح از آزادی تا اسارت در ماده) را با بازگشت به اصل خویش (آزادی روح از ماده) پُر (طی) کند.

به علت اختلاف در مبانی معرفتی و شریعتی، اگرچه میان عرفان یوگا و منطق الطیر تفاوت‌های اساسی هست، آن دو در برخی آموزه‌های عرفانی دارای وجوه اشتراک هم هستند. مهم‌ترین وجه مشترک بین آنها، کشف خود به عنوان بالاترین معرفت در اثر مراقبه و احساس یگانگی با خویش (سیمرغ در منطق الطیر و پوروشه در یوگا) است. سالک در هر دو مکتب در مسیر رسیدن به مطلوب خویش حتی از توجه به موجودات آسمانی و کرامات (سیده‌هی) پرهیز می‌کند.

مراحل سلوک در منطق الطیر، هفت وادی و در یوگا، هشت مرحله است. سالک هر دو طریق، سلوک خود را ابتدا از قواعد انضباطی و اخلاقیات و شریعت می‌آغازد و سپس به مراحل بالاتر و لطیف‌تر سلوک می‌رسد. «طلب» در منطق الطیر و «یمه» و «نیامه» در یوگا، مقدمات سلوک‌اند. سالک منطق الطیر با گذشتن از شش مرحله سلوک، در نهایت به مرحله «فنا» می‌رسد و یوگی هم پس از طی هفت مرحله آغازین، به «سمادهی» می‌رسد که معادل «فنا» است.

نکته دیگر اینکه در هر دو مکتب عرفانی، وجود راهنما یا مرشد (گورو در یوگا) لازم و مهم است؛ با این تفاوت که در عرفان اسلامی دستگیری مرشد و پیر تا مراحل نهایی لازم و ضروری است و بدون هدایت او نمی‌توان به بالاترین تجربه (فنا) رسید، اما در یوگا دستگیری «گورو» بیشتر در مراحل پایین سلوک، خصوصاً در «هتیه یوگا» ضروری است و شخص سالک در مراحل بالاتر (سمادهی) به خود بازگذاشته می‌شود و حتی «گورو» هم در آنجا نمی‌تواند برای سالک کاری بکند. این تفاوت یا خلأ در عرفان یوگا شاید ناشی از عدم اعتقاد به دخالت جدی خدا در سلوک و آزادی یوگی باشد، اما در عرفان اسلامی شخص سالک معتقد است که مرشد به عنوان انسان کامل و تجلی حق قادر است او را تا مرحله وصال (فنا) راهنمایی و دستگیری کند. نیز در عرفان یوگا بر خلاف عرفان اسلامی، سلوک جمعی و دستگیری فردی خارج از خود چندان نقشی ندارد، اما همان‌طور که در منطق الطیر می‌بینیم، هدهد به تنهایی و بدون همراهی مرغان دیگر راه رسیدن به سیمرغ را حاضر و یا شاید قادر نیست طی کند.

سلوک این دو عرفان به لحاظ روانشناختی هر چند نزدیک به هم است، در هدف و نتیجه سلوک، کاملاً متفاوت است. در عرفان منطق الطیر شخص سالک یا پرندگان سالک تنها هدفشان سیمرغ (خدا) و محو و فانی شدن در او است. راهی که مرغان بسوی سیمرغ در پیش گرفته‌اند، بسیار پرشور و عاشقانه است و آنها به عنوان سالکان طریق به دلیل همجنس بودن با مطلوب، خود را ذوب و مستغرق در او می‌کنند و چون سایه در خورشید محو و فانی می‌شوند؛ اما در عرفان یوگاسوتره یا یوگای تمرکز (یوگای خسروانی)، خدا (ایشوره) مطلوب نیست، بلکه او یکی از طرق تمرکز است که می‌تواند از روی همدردی با پوروشه‌ها «سمادهی» را برای معتقدان و پرستندگان خالص خویش تسهیل و تسریع کند. در یوگا سوتره، یوگی حتی بدون کمک «ایشوره» نیز می‌تواند به استغراق و سمادهی (مطلوب) برسد.

پی‌نوشت

(1) - سانکھییه، جنبه نظری یوگا است و خود مکتب مستقلی است. اعتقاد به خدا در آن، هیچ جایگاهی ندارد و مبانی هستی‌شناسی و انسان‌شناسی آن مبتنی بر دو اصطلاح پرکریتی (ماده) و پوروشه (روح) است. یوگای

پاتنجلی، همه این مبانی نظری سانکھییه را می‌پذیرد و سعی دارد که آن را از طریق عمل مبتنی بر تمرکز ذهنی، محقق سازد. همچنین اعتقاد به خدای ایشوره را به آن افزوده است.

(2) - برای آگاهی بیشتر درباره‌ی روانشناسی و یوگا، به منابع زیر نگاه کنید:

- یونگ، کارل گوستاو. 1379. *یوگا (مجموعه مقالات)*. ترجمه جلال ستاری. تهران: میترا.

- یاکوبس، هانس. 1376. *حکمت شرق و روان درمانی غرب*. ترجمه جلال ستاری. تهران: سروش.

- ایستوپ، آنتونی. 1382. *ناخودآگاه*. ترجمه شیوا رویگریان. تهران: نشر مرکز.

(3) - برای آگاهی بیشتر درباره‌ی مباحث نظری یوگای پاتنجلی نگاه کنید به:

- الیاده، میرچا. *یوگای پاتنجلی (فلسفه یوگا)*. ترجمه علی صادقی شهپر. تهران: نشر کتاب پارسه. زیر چاپ.

(4) - ارجاعات مربوط به متن کتاب مقدس یوگاسوترها بر اساس دو نسخه معتبر و همراه با تفاسیر مشهور است که James Haughton Woods و P.N. Mukerji چاپ کرده‌اند و آدرس کامل آنها در بخش فهرست منابع مقاله حاضر آمده است.

کتابنامه

ابونصر سراج، عبدالله بن علی. 1382. *اللمع فی التصوف*، تصحیح نیکلسون، ترجمه مهدی محبتی. چاپ اول، تهران: اساطیر.

ایستوپ، آنتونی. 1382. *ناخودآگاه*. ترجمه شیوا رویگریان. تهران: نشر مرکز.

چاترجی، ساتیش چاندرا و دریندراموهان داتا. 1384. *معرفی مکتب های فلسفی هند*، ترجمه فرناز ناظرزاده کرمانی، چاپ اول، قم: مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب.

انصاری، خواجه عبدالله. 1363. *صدمیدان*. به اهتمام قاسم انصاری. تهران: طهوری.

ریتز، هلموت. 1379. *دریای جان*. ج 2. ترجمه عباس زریاب خوبی و مهر آفاق بایوردی. تهران: الهدی.

زینر، روبرت چارلز. 1388. *عرفان هندو و اسلامی*. ترجمه نوری سادات شاهنگیان. تهران: سمت.

شایگان، داریوش. 1375. *ادیان و مکتبهای فلسفی هند*. ج 2. چاپ دوم. تهران: امیرکبیر.

_____ . 1384. *آیین هندو و عرفان اسلامی*. ترجمه جمشید ارجمند. چاپ دوم. تهران: فرزانه.

صادقی شهپر، علی. 1387. «روش شناسی عرفان تطبیقی» مجله علمی و پژوهشی پژوهشنامه ادیان، سال دوم. شماره چهارم.

_____ . 1390. *مقامات سلوک در مکتب یوگا و عرفان یوگا*. رساله دکتری رشته ادیان و عرفان. دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.

عطار نیشابوری، فریدالدین محمد. 1384. *منطق الطیر*. تصحیح محمد رضا شفیعی کدکنی. چاپ دوم. تهران: سخن.

_____ 1386. *مصیبت نامه*. تصحیح محمد رضا شفیعی کدکنی. چاپ دوم. تهران: سخن.

غزالی، ابوحامد محمد. 1382. *کیمیای سعادت*. ج 2. به کوشش حسین خدیو جم. تهران: علمی و فرهنگی.
فروزانفر، بدیع الزمان. 1374. *شرح احوال و نقد و تحلیل آثار عطار*. چاپ دوم. تهران: انجمن آثار و مفاخر فرهنگی.

نصر، سید حسین. 1382. *آموزه‌های صوفیان*. چاپ اول. تهران: قصیده‌سرا.

یاکوبس، هانس. 1376. *حکمت شرق و روان درمانی غرب*. ترجمه جلال ستاری. تهران: سروش.

یونگ، کارل گوستاو. 1379. *یوگا (مجموعه مقالات)*. ترجمه جلال ستاری. تهران: میترا.

English References

Anand, Sudhir. 2002. *The Essence of the Hindu Religion*. New Delhi: UBSPD.

Dasgupta, S. N. 1927. *Hindu Mysticism*. Chicago: Open Court Publishing Co.

_____. 1973. *Yoga as Philosophy and Religion*, Delhi; Patna.

_____. 1974. *Yoga Philosophy*, Delhi, Patna.

Eliade, Mircea. 1958. *Yoga Immortality and Freedom*. Trans. By Willard R. Trask. New York: Pantheon Books.

_____. 1975. *Patanjali and Yoga*, Trans. Charles Lam markmann, New York.

Mukerji, P.N. 1977. *Yoga Philosophy of Patanjali*. India: University of Calcutta.

Woods, James Haughton. 1966. *The Yoga-System of Patanjali*. Delhi: Patna.

Zaehner, R. C. 1969. *Hindu and Muslim Mysticism*, New York.

References

'Atār Neishābouri, Sheikh Farid-oddin. (1994/1373H). *Mosibatnāmeḥ*. Ed. By MohammadRezā Shafī-i-e Kadkani. 2nd ed. Tehran: Sokhan.

_____. (2009/1388SH). *Manteq-otteir*. Ed. By MohammadRezā Shafī-i-e Kadkani. 2nd ed. Tehran: Sokhan

Chatrjy, Satish Chāndrā & Dryndrā, Mohān dātā. (2005/1384SH). *Mo'arefi-e maktab-hā-ye falsafi-e Hend (Introduced the philosophical schools of India)*. tr. by Farnāz Nāzerzādeh-ye Kermāni. 1st ed. Qom: Motāle'āt va tahghighāte adyān.

Easthope, Antony. (2003/1382SH). *Nākhodāgāh (The unconscious)*. TR. By Shivā Rouigariān. Tehran: Markaz.

Frouzānfār, Badi-i-ozzamān. (1974/1353SH). *Sharh-e ahvāl o naqd o tahlil-e āsār-e Sheikh Farid-oddin Mohammad 'Atār-e Neishābouri*. 2nd ed. Tehran: Anjoman-e āsār o mafākher-e farhangi.

Ghazzālī, Abu-hāmed Mohammad. (2003/1382SH). *Kimyā-ye Sa'adat*. With the efforts of Hosein Khadiv Jam. Vol. 2. Tehran: 'Elmi o Farhangi.

- Jacobs, Hans (1997/1376SH). *Hekmat-e sharq o ravāndarmāni-e gharb (Sagesse orientale et psychothérapie occidentale: contribution à une étude comparée de psychologie et de métaphysique)*. Tr. By Jalāl Sattāri. Tehran: Soroush.
- Jung, Carl Gustav. (2000/1379SH). *Yougā (Majmou'e-ye Maqālāt) (Yoga: Collection of Articles)*. Tr. By Jalāl Sattāri. Tehran: Mitrā.
- Ritter, Helmut. (1995/1374SH). *Daryā-ye jān. (Das meer der seele: mensch, welt und gott in den geschichten des FariduddinAttar)*. Tr. By 'Abbas-e Zaryāb-e Khoei & MehrĀfāq-e Bāybordi. Vol. 2. 1st ed. Tehran: Al-Hoda.
- Sādeqi Shahpar, Ali. (2009/1387SH). "Ravesh-shenāsi-e 'Erfān-e tatbiqi", In *Pazhouheshnāme-ye adiān Journal*. No. 4.
- _____. (2011/1390SH). *Maqāmāt-e solouk dar maktab-e Yoga o 'erfān-e Yoga*. Ph.d. Theses In IAU, Science & Research Branch.
- Shāyegān, Dārioush. (1996/1375SH). *Adiān va Maktab-hā-ye falsafi-e Hend (Indian religions and philosophy schools)*. 2nd. ed. vol.2. Tehran : Amirkabir.
- _____. (2005/1384SH). *Āein-e Hendou o 'erfān-e Eslāmi (Les relations de l'hindouisme et du soufisme d'après le Majma' al-Bahrayn de DaraShokuh)*. Tr. By Jamshid Arjmand. 2nd ed. Tehran: Farzān.
- Zaehner, Robert Charles. (2000/1379SH). *'Erfāne Hendou o Eslām (Hindu and Muslim Mysticism)*. Tr. By NouriSadāt-e Shāhangīān. Tehran: Samt.