

## تحلیل و بررسی تفسیری جوع در آیات قرآن کریم

مینا باهنر\*

### چکیده

«جوع» همواره به عنوان یکی از نمایه‌های ریاضت در عرفان و اخلاق مورد توجه بوده است و همه فرق صوفیه در ضرورت «جوع» به عنوان یکی از ارکان اساسی سیر و سلوک اتفاق نظر دارند. در چپستی معنای جوع، گروهی «جوع» را به معنای «به اندازه خوردن» و گروهی آن را معادل «روزه» دانسته‌اند و برخی نیز آن را تا حد «سدّ جوع» (نخوردن مگر به ضرورت) معنا کرده‌اند.

در این مقاله تلاش شده است تا با میزان قرار دادن قرآن و سنت به بررسی مفهوم‌شناسی جوع و دیدگاه‌های متعدد در این باره پرداخته شود و با مقایسه این نظرات، براساس میزان قرآنی و سنت نبوی نظر صائب معرفی گردد. جوع از نظر قرآن و متون اسلامی در خطاب‌های عام «یا بنی آدم» به معنای «به اندازه خوردن»؛ در خطاب‌های خاص «یا ایها الذین آمنوا» به معنای «روزه» و در خطاب به اخص خواص یعنی انبیا و اولیا، به معنای کم خوردن است.

### واژگان کلیدی

سیر و سلوک، ریاضت، جوع، صوم، تفسیر عرفانی.

\*. دکترای عرفان اسلامی و مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرضا.

bahonar\_m1386@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۱/۲/۲۱

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۱۰/۱۵

### طرح مسئله

سالک سیر الی الله در سلوک عرفانی خود ناگزیر به اجرای اعمال خاصی است تا ضمن پرورش و تعالی روح، کنترل قوای نفسانی و جسمانی خود را در دست گیرد و بتواند بر مشتتهای نفسانی خویش فائق آید. «جوع» از جمله اعمالی است که نوعی ریاضت و تمرین جهت کنترل قوای فردی سالک شمرده می‌شود.

«جوع» در لغت مقابل «شبع» - به معنای سیری و پر بودن از خوراک - آمده است (بنگرید به: ابن فارس ۱۴۰۴: ۱ / ۴۹۵) و مراد از آن رنج و دردی است که انسان در اثر خالی بودن معده از طعام احساس می‌کند، چنان که گفته شد: «الجوع الألم الذي ينال الحيوان من خلو المعدة من الطعام» (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۲۱۲) بنابراین به نظر می‌رسد برخی خالی بودن معده از طعام را که خود عاملی برای گرسنگی است به معنای گرسنگی به کار برده‌اند. (بنگرید به: بیهقی، ۱۳۷۵: ۱ / ۸۲)

در تاریخچه پرفراز و نشیب تصوف، جوع به عنوان عملی مقبول و موجه که هم در پیام‌های قرآنی و سنت نبوی ریشه دارد و هم در تمام گروه‌های تصوف پذیرفته شده، بسیار حائز اهمیت است. برخلاف اعمالی نظیر سماع که در معرض آرای متضاد قرار گرفته، جوع در اصل خود پذیرفته شده و واجد مطلوبیت ذاتی است.

از طرف دیگر، اهمیت پذیرش جوع به عنوان عملی خاص در تصوف، بر «روزه»، فریضه واجب همگانی، مبتنی بوده، درصد خلوص عمل و بازگشت اصلی آن به متن دین مبین اسلام را افزایش می‌دهد، برخلاف تردیها و تصوراتی که گاهی در ریشه سایر اعمال صوفیانه نظیر سماع، کرامات و خرقه‌پوشی به چشم می‌خورد و اصل آن اعمال را زیر سؤال می‌برد. (ابن الجوزی، بی تا: ۲۳۰ - ۲۰۱)

مسلمانان از همان ابتدا با تمسک به تعالیم دینی و احکام شرعی و اقتدا به شخص رسول اکرم ﷺ توجه خاصی به دو عمل عبادی نماز و روزه داشته‌اند و حتی در عصر حاضر نیز بیش از سایر احکام و فروع دین در نمایش وجهه مسلمانی ایفای نقش می‌کنند. «صوم» یا روزه بیانگر تغییر توجه یک مسلمان از تدبیر بدن به تدبیر روح است که خود،

جلوه‌ای از مبارزه انسان با شیطان نفس و غلبه بر تمایلات نفسانی است. در این میان گرچه حد واجب روزه در زمان معین بر تمام مسلمانانی که توانایی جسمی داشته باشند الزامی است، جنبه‌های استحبابی این عمل حد و مرز خاص ندارد و شخص نبی اکرم ﷺ و ائمه اطهار علیهم‌السلام همچون خواندن نوافل، در اجرای روزه‌های مستحبی نیز سرآمد و الگوی مسلمین بودند و شاید یکی از عوامل تحریض و تشویق مسلمانان مخصوصاً فرق صوفیه به روزه باشد. افزون بر اینکه از جنبه ریاضتی نیز در پرورش روح انسان بسیار مؤثر است. مضاف بر عمل روزه، سیره نبوی در گرایش به کم‌خوری بنا بر ادله خاص و تحلیل پذیر، باعث شد شکل «جوع» به نوعی گرایش افراطی در امساک متمایل گردد و از کانال اصلی خود خارج شود.

با توجه به متون روایی و عرفانی برداشت‌های متفاوتی از «جوع» را می‌توان در افکار مسلمانان یافت. برخی معتقداند جوع معادل صوم است و برخی دیگر جوع را نوعی تعادل در خوردن و عدم افراط در این امر می‌دانند. همچنین صاحبان نظریه افراطی، جوع را تحمل گرسنگی‌های شدید جهت ارتیاض نفس می‌دانند. به‌هر حال هریک از این دیدگاه‌ها جوع را از زوایای خاصی در نظر می‌گیرد و آن را به سالکین توصیه می‌نماید.

پرسش اصلی و محوری این مقاله آن است که کدام‌یک از مفاهیم «جوع» از نظر اسلام پذیرفته شده است. به عبارت دیگر، جوع مطلوب معادل کدام‌یک از مفاهیم کم‌خوری، نخوردن و یا به اندازه خوردن است؟

پاسخ به این پرسش از آن رو حائز اهمیت است که بدانیم سفارش به «جوع» نه تنها به‌عنوان یک عمل صوفیانه، بلکه عملی عام برای همه مسلمانان است با این تفاوت که مکاتب اهل تصوف توجه ویژه‌ای بدان نموده‌اند؛ بنابراین از آنجا که دستور شرع در این زمینه شامل همه مسلمانان است جست‌وجوی نظر صائب اسلام ضرورت می‌یابد.

برای دریافتن مفهوم صحیح و اصلی این اصطلاح، طی سه مرحله به بررسی دیدگاه‌های ارائه شده در این باره پرداخته شده است که عبارت‌اند از: بررسی معنا و مفهوم جوع در قرآن و روایات؛ بررسی نظر عرفای متقدم؛ و بررسی نظر علمای معاصر شیعه درباره حدود جوع.

## الف) جوع در قرآن و متون روایی

واژه «جوع» در قرآن کریم سه بار به صورت اسم و یک بار نیز، در آیه ۱۱۸ سوره «طه» به صورت فعل «تَجَوَّعَ» آمده است. این لغت در آیه هفت سوره غاشیة و ۱۱۲ سوره نحل، به معنای گرسنگی شدید و شکنجه خاص اخروی و نیز به عنوان آزمایشی برای صابرين آمده است که به نظر می رسد بیانگر نوعی گرسنگی غیر ارادی باشد.

اما اگر در پی فهم دیدگاه قرآن درباره میزان خوردن و آشامیدن، باشیم باید به آیه‌ای نظر کنیم که سرآمد تمام دستورالعمل‌های اخلاقی، رفتاری و حتی پزشکی است. خداوند در آیه ۳۱ سوره اعراف ما را به نوعی اعتدال و میانه‌روی در خوردن و آشامیدن سفارش نموده است؛ چنان که می فرماید:

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا.

بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید.

ابوالفتوح رازی در تفسیر این آیه، دلیل دستور را چنین گفته است: «سبب آن بود که بنی‌عمر در ایام حج طعام نخوردندی الا مقدار آنکه رمق بداشتندی به آن و چربی نخوردندی تعظیم حیشان را مسلمانان گفتند یا رسول الله ما اولی‌تریم به این، خدای تعالی این فرستاد که این را به حج تعلق نیست، طعام و شراب می‌خورید و اسراف مکنید در آن». (رازی، ۱۳۷۴: ۸ / ۳۶۲)

همچنین برخی به موشکافی و بررسی دقیق آیه پرداخته و معتقداند، این آیه براساس تحقیقات دانشمندان یکی از مهم‌ترین دستورهای بهداشتی است. چنان‌که در تفسیر آمده است:

رشید را طبیبی بود ترسا مردی حاذق، علی بن الحسین واقدی را گفت که در کتاب شما از علم طب چیزی هست یا نه و علم دواست یا علم ابدان یا علم ادیان؟ واقدی گفت: خدای تعالی جمله علم طب در نیم آیت جمع کرد فی قوله: «وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا» گفت از پیغمبر شما هیچ طب روایت کرده‌اند؟ گفت: بلی جمله طب در کلمتی چند جمع کرده است فی قوله: «المعدة بيت الدواء و الحمیته رأس كل دواء و اعط كل نفس ما عودتها»، معدة

خانه رنج‌هاست و پرهیز کردن سرجمله دواهاست و هر نفسی را آن باید داد که عادت کرده باشد، ترسا گفت: کتاب شما و پیغمبر شما سرمایه علم جالینوس آورده است. (جرجانی: ۱۳۳۷: ۳ / ۱۶۵؛ ملافتح‌الله کاشانی، ۱۳۴۴: ۴ / ۲۰)

آیت‌الله مکارم شیرازی در تفسیر آیه شریفه ۳۱ سوره اعراف می‌نویسد:

یک دستور مهم بهداشتی جمله بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید که در آیه فوق آمده است، گرچه بسیار ساده به نظر می‌رسد، اما امروز ثابت شده است که یکی از مهم‌ترین دستورات بهداشتی همین است؛ زیرا تحقیقات دانشمندان به این نتیجه رسیده که سرچشمه بسیاری از بیماری‌ها غذاهای اضافی است که به صورت جذب نشده در بدن انسان باقی می‌ماند، این مواد اضافی هم بار سنگینی است برای قلب و سایر دستگاه‌های بدن، و هم منبع آماده‌ای است برای انواع عفونت‌ها و بیماری‌ها، لذا برای درمان بسیاری از بیماری‌ها، نخستین گام همین است که این مواد مزاحم که در حقیقت زباله‌های تن انسان هستند، سوخته شوند و پاکسازی جسم عملی گردد. عامل اصلی تشکیل این مواد مزاحم، اسراف و زیاده روی در تغذیه و به اصطلاح پرخوری است، و راهی برای جلوگیری از آن جز رعایت اعتدال در غذا نیست، مخصوصاً در عصر و زمان ما که بیماری‌های گوناگونی مانند بیماری قند، چربی خون، تصلب شرایین، نارسایی‌های کبد و انواع سکتها، فراوان شده افراط در تغذیه با توجه به عدم ترک جسمانی یکی از عوامل اصلی محسوب می‌شود و برای از بین بردن این‌گونه بیماری‌ها راهی جز حرکت کافی و میانه روی در تغذیه نیست. (مکارم شیرازی، ۱۳۶۶: ۶ / ۱۵۲)

با بررسی واژه اسراف در این آیه می‌توان به این نتیجه رسید که: کلمه اسراف کلمه بسیار جامعی است که هرگونه زیاده‌روی در کمیت و کیفیت و بیهوده‌گرایی و اتلاف و مانند آن را شامل می‌شود و این روش قرآن است که به هنگام تشویق به استفاده کردن از مواهب آفرینش، فوراً جلو سوء استفاده را گرفته و به اعتدال توصیه می‌کند. (همان: ۶ / ۱۴۷)

چنان که برخی مفسران معتقداند، صرفه‌جویی محبوب خداوند است و بهره‌گیری از زینت و غذا باید به دور از اسراف باشد. (قرائتی، ۱۳۸۷: ۴ / ۵۳)

از نظر برخی مفسران به دلیل احتمال سوء استفاده طبع زیاده‌طلب انسان از این دو دستور

و در پیش گرفتن راه تجمل پرستی، اسراف و تبذیر، به جای استفاده عاقلانه و اعتدال آمیز از پوشش و تغذیه صحیح، بلافاصله اضافه می کند: «ولی اسراف نکنید که خدا اسراف کاران را دوست نمی دارد.» (نسفی، ۱۳۶۷: ۱ / ۲۹۴)

اما نکته اساسی و درخور توجه اینکه خطاب در ابتدای این آیه، خطاب عام است و با لفظ «یا بنی آدم» شروع می شود (بنگرید به: طباطبایی، ۱۳۷۴: ۸ / ۹۸؛ طیب، ۱۳۶۶: ۵ / ۳۰۶) درحالی که در آیه ۱۵۵ سوره بقره هم خطاب آیه تغییر می کند و هم نوع انتظاری که از مخاطب می رود متفاوت است. در آیه شریفه «وَكُنْتُمْ أَشْيَاءَ مِنَ الْخَوَافِ وَالْجُوعِ وَتَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ؛ و خداوند شما را به چیزی از گرسنگی و ترس و نقص در اموال و جانها و ثمرات می آزماید و صابری را بشارت ده»، «جوع» به عنوان یکی از ابتلائات الهی یاد می شود.

خطاب در این آیه صابری هستند و نوع انتظار تحمل گروه در برابر آزمایش های الهی و در رأس آنها جوع است؛ اما صابرین چه کسانی هستند و مراد از صبر چیست؟ خداوند در آیه ۱۵۳ سوره بقره خطاب به مؤمنان می فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ؛ ای اهل ایمان، از صبر و نماز یاری بجوید.» برخی از مفسران صبر در این آیه و دیگر آیات را به «صوم» معنا کرده اند<sup>۱</sup> و معنای آیه را به این صورت آورده اند که از روزه و نماز یاری بجوید. در تفسیر جامع به نقل از عیاشی به روایت از امام صادق علیه السلام صبر را روزه معنا نموده است. (بروجردی، ۱۳۴۱: ۲ / ۲۷۳؛ حسینی شاه عبدالعظیمی، ۱۳۶۳: ۱ / ۲۱۹) صاحب *حججہ التفاسیر* گفته است: «ممکن است صبر به معنای روزه باشد؛ زیرا روزه و نماز یک حالت روحانی ایجاد می کند که حقایق برای روزه دار نماز خوان کشف می شود و علاوه غبارهای حسد و خودخواهی و تکبر زدوده می گردد.» (بلاغی، ۱۳۸۶: ۱ / ۱۱۲) صاحب *نهج البیان* نیز به طور کامل تری

۱. شریف لاهیجی در تفسیر خود گفته است: «صبر، صوم است به حُسن مقابله با صلاه که آن متضمن شکیبایی است بر جوع و تشنگی (شریف لاهیجی، ۱۳۶۳: ۱ / ۱۳۵) در تفاسیر دیگری نیز در ذیل این آیه جوع به معنای گرسنگی روزه ماه رمضان معنا شده است. (بنگرید به: رازی، ۱۳۷۴: ۲ / ۲۳۹؛ جرجانی، ۱۳۳۷: ۱ / ۱۷۸؛ کاشانی، ۱۳۴۴: ۱ / ۳۶۵؛ سمرقندی، بی تا: ۱ / ۱۰۵)

بدین معنا اشاره نموده، و گفته است: «الصبر هاهنا هو الصوم و اصل الصوم في اللغة هو الكف و الحبس و منه سمي شهر رمضان شهر الصبر لكف صائمه عن الطعام والشراب و منه الصابر علي المصيبة لكف نفسه عن اظهار الجزع». (شیبانی، ۱۴۱۳: ۱ / ۲۲۵)

بنابراین، با توجه به آیه ۱۵۳، در آیه ۱۵۵ سوره بقره که نمی‌تواند از لحاظ معنایی و محتوا بی‌ارتباط و گسسته با آیات قبل باشد می‌توان صابریین را معادل مؤمنین دانست. درحقیقت، آیه ۱۵۵ سوره بقره از مؤمنان می‌خواهد خود را به صبر در برابر جوع مجهز کنند اما صبر در برابر جوع نیز با توجه به آیه قبل چیزی جز «صوم» نیست. بنابراین به نظر می‌رسد در مرتبه دوم، خطاب جوع مؤمنان و به معنای روزه‌داری است.

نکته بعد را در احادیث و متون روایی می‌توان یافت. آیا انبیا و اولیا و بزرگان از اهل عرفان در مرتبه عوام از مسلمانان یا مؤمنان هستند که مورد انتظار «وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَكَا تُسْرِفُوا» و یا «وَلَتَبْلُوَكُمْ شَيْءٌ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ» قرار گیرند؟ مسلماً شخص نبی اکرم ﷺ همچنان که در سایر عبادات و مستحبات مانند سایرین نبوده و نوافل نیز برایشان از واجبات بوده است، در این مرحله نیز وظیفه سنگین‌تری برعهده دارد. چنانچه در کیمیای سعادت آمده است، «پیامبر چون بامداد خوردی، شبانگاه نخوردی و چون شبانگاه خوردی بامداد نخوردی» (غزالی، ۱۳۸۴: ۴۹۸) و یا آن‌گونه که رساله قشیریه نقل می‌کند که حضرت رسول ﷺ روزه‌های سه روزه می‌گرفت (بنگرید به: قشیری، ۱۳۸۱: ۲۱۱) و یا به روایت حالات و سخنان ابوسعید سنگ بر شکم مبارک می‌بست تا گرسنگی را کمتر احساس نماید (بنگرید به: محمد بن منور، ۱۳۴۹: ۲۸ - ۲۷) همچنین با توجه به شأن نزول سوره دهر که همه مفسران آن را در شأن علی بن ابی‌طالب ﷺ و فاطمه زهرا ﷺ می‌دانند. (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۲ / ۲۱۲) و نظیر این موارد که در کتاب‌های بسیاری نقل شده است ما را به این نتیجه رهنمون می‌کند که مرتبه سومی از جوع وجود دارد که چنان که مولانا گفته و در جای خود بیان خواهد شد مربوط به خاصان حق است. این مرتبه، نهایت جوع است که بهترین معنا برای آن حفظ سد جوع و به تعبیری نخوردن تا حد ضرورت است و شاید این همان

مرتبه‌ای است که شیخ اکبر تحت عنوان «جوع اضطرار» از آن یاد کرده است و هیچ‌کس جز انبیا، ائمه و اولیا خاص را طاقت بر این مرحله نیست. حاصل این گرسنگی، الم جسم نیست که بارش حکمت بر اسرار وجود شخص جاع است.

همچنین در روایات با دو دسته برداشت به ظاهر متضاد درباره جوع روبه‌رو می‌شویم. دسته نخست روایاتی‌اند که به ذم جوع می‌پردازند که البته تعداد این روایات در برابر دسته دوم که به مدح جوع می‌پردازند چندان زیاد و درخور توجه نیست. برای نمونه در حدیثی از پیامبر گرامی اسلام ﷺ نقل شده است که: «اعوذ بک من الجوع فإنه بس الضجیع؛ پروردگارا از گرسنگی به تو پناه می‌برم که هم آغوش بدی است». (نوری، ۱۴۰۸: ۹ / ۸۱) و نیز از امام علی ﷺ روایت شده است که: «عشاء الانبیاء بعد العتمه فلا تدعوا العشاء فإن ترک العشاء خراب البدن؛ غذای پیغمبران در ثلث اول شب است، شما آن را ترک نگویید؛ زیرا ترک غذای شب موجب فرسایش بدن است.» (مجلسی، ۱۴۰۴: ۶۳ / ۳۴۲)

در این دو روایت که خطاب آن عوام مردم‌اند، تأکید بر ترک گرسنگی و درعین حال حفظ نوعی اعتدال است. در روایت دیگری که قبلاً بیان شد، حضرت علی ﷺ در نامه معروف خود به عثمان بن حنیف با عبارت: «ألا و إن امامکم قد اکتفی من دنياه بطمريه و من طعمه بقرصيه...؛ بدانید که پیشوای شما از دنیایش به دو لباس کهنه و فرسوده و از خوراکش به دو قرص نان اکتفا کرده است»، (سید رضی، ۱۳۷۹: ۵۵۲) به زهد و ریاضت خویش به‌عنوان مقتدای مسلمین اشاره می‌کند. این ویژگی زاهدانه علی ﷺ است. این نهایت زیستن او در دنیای مادی است؛ اما او هرگز توصیه نمی‌کند که یارانش نیز چنین کنند؛ چراکه می‌داند برای هرکسی مقدور نیست. از این رو، در ادامه می‌فرماید: «ألا و إنکم لا تقدرون علی ذلک و لکن أعینونی بورع و اجتهاد و عفه و سداد؛ شما هرگز چنین نتوانید کرد و قدرت بر این کار را ندارید.» (همان) امام ﷺ در این نامه مکرراً به وضع خود اشاره کرده، دلیل شیوه زاهدانه را در پیشوایی خود می‌داند؛ چراکه در سیره او یک پیشوا نمی‌تواند درحالی که فقیرترین افراد جامعه حتی یک لقمه نان برای خوردن ندارند و شب‌ها گرسنه‌اند، با آنها همراه و همدرد نباشد و



شب‌ها سیر بخوابد، تا با این کار هم به وظیفه الهی و انسانی خود عمل کرده باشد و هم مایه تسلی خاطری بر پیروان خود باشد.

اما روایاتی که در مدح جوع و شیوه زاهدانه شخص نبی اکرم صلی الله علیه و آله و ائمه اطهار علیهم السلام است فراوانند. در حدیث معراج آمده است که خداوند در پاسخ به پرسش پیامبر صلی الله علیه و آله درباره میراث جوع مواریثی را برشمرده است که عبارت‌اند از حکمت، حفظ قلب، تقرب به خداوند و...؛ اصل حدیث چنین است: «قال: یا رب ما میراث الجوع؟ قال: الحکمه، و حفظ القلب و التقرب إلی، و الحزن الدائم و خفه المؤمنه بین الناس و قول الحق و لایبالی عاشر بیسر أو بعسر.» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۷۷ / ۲۳) و نیز از حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله روایت شده که جوع نور حکمت است و سیری (شکم‌بارگی) دوری از خداست ... سیر نخورید که نور معرفت از قلب‌هایتان خاموش می‌شود. (همان: ۷۰ / ۷۱)

همچنین در کتاب *علل الشرایع* از حضرت رسالت پناه صلی الله علیه و آله آمده است، برادر من عیسی علیه السلام فرمود که پر خوردن آبرو را می‌برد و طراوت حسن و جمال را نابود می‌گرداند؛ و نیز در حدیث آمده است کسی که قوت یک روز داشته باشد و مع هذا سؤال کند، آن شخص از جمله مسرفین است. (شریف لاهیجی، ۱۳۶۳: ۲ / ۲۲)

(ب) نگرش متون عرفانی قبل از قرن هفتم به «جوع»

اگر «جوع» را نوعی عمل ریاضتی صوفیانه به شمار آوریم، با توجه به تاریخچه تصوف و آنچه ارباب سخن و اصحاب فن بیان نموده‌اند، رویکرد عمل‌گرایانه افراطی در زهد و ریاضت از ویژگی‌های قرون اولیه تاریخ تصوف است، طبعاً جوع نیز به‌عنوان یکی از این نمایه‌ها، خالی از نگرش افراطی نیست. نمونه‌های فراوانی از این گرایش‌های افراطی در باب جوع در متون عرفانی متقدم به چشم می‌خورد. به گفته ابونصر سراج *صاحب اللمع فی التصوف*، قدیمی‌ترین اثر عرفانی مکتوب، درباره سهل بن عبدالله می‌نویسد: «هرگاه [سهل بن عبدالله] گرسنه می‌شد، نیرو می‌گرفت و چون غذا می‌خورد ضعیف می‌گشت.» (سراج، ۱۳۸۲: ۲۳۸) و گاه می‌شد که همین فرد «بیست روز و اندی غذا نمی‌خورد، چه سهل غذا را ترک نمی‌کرد، که غذا از او می‌گریخت.» (همان: ۲۳۹)

این رگه‌های افراطی در *کشف المحجوب* و رساله *تفسیریه* بیش از *اللمع* به چشم می‌خورد. هجویری صاحب کتاب *کشف المحجوب*، برای حجیت بخشیدن به «جوع» صوفیانه، کلام خود را با شاهی از کتاب مبین، یعنی آیه ۱۵۵ سوره بقره آغاز، و آنگاه پس از نقل روایات زیادی در اسناد این مقوله از حضرت رسول ﷺ و صحابه ایشان نظر قطعی خود را بیان می‌کند. وی سیر خوردن را کار ستوران دانسته، گرسنگی را علاج مردان و علت رانده شدن آدم ﷺ از بهشت را لقمه‌ای نان بیان می‌کند. (بنگرید به: هجویری، ۱۳۸۴: ۴۷۵)

همو با نقل روایتی از کتانی وارد بحث «فاقه» شده، به تعریف جوع صادق می‌پردازد: «کتانی می‌گوید: رحمه الله علیه، من حکم المرید ان یکون فیه ثلاثه اشیاء: نومه غلبه و کلامه ضروره و اکل فاقه» و در نظر بعضی فاقه دو شبانه روز و در نظر بعضی سه شبانه روز بود و بعضی یک هفته، و بعضی چهل روز، از آنچه محققان بر آن اند که جوع صادق هر چهل روز یک بار بود، و این جاننداری بود. (همان: ۴۷۶)

سپس برای تبیین اهمیت «جوع» در سلوک به بررسی جریان این پدیده از دیدگاه علم النفسی قضیه پرداخت. از نظر هجویری «دل» موضع نظر خداست و عقل و هوی بر درگاه ورودی دل انسان قرار دارند، روح یاریگر عقل و نفس یاری‌کننده هوی است. هرچه انسان بیشتر غذا تناول کند نفس قوی‌تر و غلوات آن در اعضا پراکنده شده، حجاب‌های مختلف در انسان پدیدار می‌گردد. حال آنکه اگر طالب، اغذیه را از خود بازگیرد، هوای نفس ضعیف، و عقل قوی‌تر می‌شود. وی برای اثبات مدعای خود روایتی از ابوالعباس قصاب نقل کرد که گفت: «طاعت و معصیت من در دو گروه بسته است: چون بخورم مایه همه معاصی اندر خود بیابم، چون دست از آن بدارم اصل همه طاعت از خود بیابم.» (همان: ۴۷۷)

امام محمد غزالی در *کیمیای سعادت* به نحو مسبوط‌تر و منظم‌تری بحث «جوع» را مطرح کرد. وی در باب مهلکات خود معده را اصل همه شرارت‌ها دانسته است. وی معده را حوض تن دانست که رگ‌ها مثل جوی‌ها از معده به هفت اندام بدن روان‌اند. منبع همه شهوت‌ها معده است؛ زیرا چون معده سیر شد، شهوت نکاح می‌جنبد و برای قیام به ارضای

شهوت چاره‌ای جز توجه به شهوت مال نیست و مال به جاه و جاه به خصومت با خلق و بعد کبر و تعصب و عداوت و حسد و ... با این مقدمه وارد بحث فضیلت گرسنگی شد. او در فواید گرسنگی ده فایده اصلی را برشمرد که عبارت‌اند از: صافی دل، جواز ورود به بهشت، فراموش نکردن گرسنگان، اندک خفتن، پرداختن به علم و عمل، تن‌درستی. نکته دیگری که وی مطرح کرد، احتیاط‌هایی است که مرید درباره «جوع» باید بدان توجه نماید از جمله: ۱. اندک خوردن که چهار درجه دارد؛ نخست: درجه صدیقان و آن به مقدار ضرورت خوردن است که سه درجه دارد: یک. زیادت سه روز هیچ نخورد؛ دو. زیادت دو روز هیچ نخورد؛ و سه. روزی یکبار خوردن. ۲. جنس طعام که طالب، مجاز به خوردن همه خوراکی‌ها، هرچند حلال نیست، به تبعیت از سیره نبی اکرم و صحابه بزرگوارشان. این مسئله نیز به جهت تأدیب نفس است. (بنگرید به: غزالی، ۱۳۸۴: ۴۹۸ - ۴۸۵)

در نمونه‌های مزبور از متون قدیم صوفیه، نکته حائز اهمیت اینکه تقریباً همه آنها «جوع» را معادل «نخوردن» در حد رمق تحمل کردن و «در حد ضرورت سراغ غذا رفتن» می‌دانند. در عین حال نباید تصور کرد نفس جوع برای آنها ارزش ذاتی داشته است. صاحب‌اللمع با نقل روایتی از سهل بن عبدالله - فردی که بیست روز و اندی غذا نمی‌خورد! این ادعا را اثبات می‌کرد. سهل می‌گوید: «چون سیر شدید، در پی گرسنگی باشید و چون گرسنه شدید، در پی سیری، و گرنه به سرکشی دچار می‌شوید». (سراج، ۱۳۸۲: ۲۳۸)

نظیر همین معنا را در کلام هجویری، کسی که با ادله‌های کلامی و قرآنی و روایی درصدد تثبیت مفهوم «جوع» بود به نحو کامل‌تر و دقیق‌تری می‌توان یافت. وی معتقد است گرسنگی نباید مطلوب سالک باشد، چراکه هدف انسان «مشاهدت» است و اگر با سیری بتوان به این هدف رسید باید گرسنگی را رها کرد. پس سیری با مشاهدت، بهتر از گرسنگی با مجاهدت: «از آنچه مشاهدت معرکه گاه مردان است و مجاهدت ملاعب صبیان» (هجویری، ۱۳۸۴: ۴۷۸)

شاید بتوان به این پرسش که اگر با سیر بودن نیز می‌توان به مشاهدت رسید، دلیل این همه مدح گرسنگی چیست؟ این‌گونه جواب داد که اغلب نفوس ضعیفه چاره‌ای جز انتخاب

گرسنگی به عنوان ابزار مجاهدت ندارند؛ از این رو، ناگزیرند با این قسم ریاضت مرحله سلوک را طی نمایند. از طرفی بایزید بسطامی به نوعی دیگر به پاسخ این پرسش پرداخته است. وی بر آن است که «اگر فرعون گرسنه بودی هرگز انا ربکم الاعلی نگفتی و اگر قارون گرسنه بودی هرگز یاغی نشده بودی و...» (محمدی، ۱۳۷۹: ۱۰۵)

بنابراین، تأکید بر تحمل گرسنگی و توجه به هدف نبودن آن در سیر و سلوک صوفیانه، نکته‌ای است که متقدمین بدان توجه داشته‌اند. حاصل آنکه جوع در عرفان نوعی گرسنگی اختیاری قلمداد شده است و در صورت تناسب با شرایط و حالات سالک، تأثیرات فزاینده‌ای بر جسم و روح او دارد. هرچند جوع و صوم مشابهت‌های درخور توجهی دارند و فواید و حکمت‌هایی که بر روزه مترتب است، بنابه اقوال صوفیان شامل جوع نیز می‌شود، با توجه به نگرش‌های افراطی به جوع، عینیت این دو را به میزان شایان توجهی زیر سؤال می‌برد.

### ج) جوع و عرفای معاصر شیعه

با نگاهی گذرا به متون عرفانی عرفای معاصر شیعه، معنای «جوع» با آنچه قبلاً بیان شد متمایز است. عرفان شیعی ضمن پذیرش جوع به عنوان اصلی اساسی در سیر و سلوک، آن را تا حدی که موجب ضعف سالک از سلوک نشود مجاز دانسته؛ آن را مقابل کثرة الاکل قرار می‌دهد، نه امتناع از اکل؛ افزون بر اینکه بهترین نوع آن را «صوم» می‌داند. (بنگرید به: طباطبایی، ۱۳۷۲: ۱۶۰ - ۱۵۹)

علامه طهرانی در بیان فواید گرسنگی از قبیل سبکی و نورانیت نفس و طیران روح، جوع را معادل صوم دانسته، بیش از آن را مجاز نمی‌داند. وی معتقد است خوردن زیاد نفس را ملول و خسته می‌کند (بنگرید به: حسینی طهرانی، بی تا: ۱۳۲) آقا محمد بیدآبادی در رساله سیر و سلوک برای مجاهده با نفس اماره سه راه را انحصاراً بیان نموده است که عبارت‌اند از: جوع، صمت و عزلت. وی درباره «جوع» معتقد است اولاً جوع باید به صورت تدریجی باشد و نه دفعی و ثانیاً قوای روحانی و قوای جسمانی انسان به منزله دو کفه ترازوی‌اند که هرچه یکی از کفه‌ها سنگین تر شد آن دیگری سبک تر می‌شود. اگرچه علامه طهرانی طبق بیان روایتی

جوع را سحاب حکمت می‌داند، با اشاره به نکته اساسی و حائز اهمیت اجازه شارع مقدس می‌افزاید: آیا شارع مقدس تا آن حد و اندازه که صوفیان به گرسنگی اصرار می‌ورزند اجازه داده است که قوای حیوانی ضعیف شود؟ سپس در پاسخ به پرسش مزبور جوع را در دو معنا مجاز دانست: «شبع» درست نقطه مقابل جوع و نوعی رعایت در عدم پرخوری؛ و عدم تناول هر آنچه هوس انسان بدان میل کرد. وی این ادعا را با اشاره به حدیثی که یک سوم از وجود انسان متعلق به طعام و یک سوم برای شراب و یک سوم آن برای خود انسان و متعلق به اوست اثبات کرده است، اما در توجیه شیوه زاهدانه امام علی علیه السلام به جریان عثمان بن حنیف اشاره نموده است. عثمان بن حنیف یکی از یاران امام علی علیه السلام بود که به مهمانی اشراف‌زادگان می‌رفت و امام از این جریان سخت دلگیر شده به حقایقی اشاره کرد که شاید به زعم بسیاری چندان دلپذیر و باورکردنی نباشد. به‌هرحال نویسنده در این قسمت از کتاب خود در صدد بود به متش زاهدانه علی علیه السلام و درعین حال به مأمور نبودن سایر ائمه اطهار علیهم السلام به زهد و ریاضت دلیل بهبود شرایط اقتصادی جامعه اسلامی پس از زمان علی علیه السلام اشاره نماید؛ از این رو، مقتدا قرار دادن امیرالمؤمنین علیه السلام یک حرف، و زندگی به سبک زاهدانه او تا آن درجه زیاد حرف دیگری است. (بنگرید به: مدرس، ۱۳۷۷: ۱۱۴)

ملا احمد نراقی صاحب *معراج السعاده*، ابتدا به بیان اهمیت کم‌خوری از دیدگاه روایی پرداخته و آن را نوعی عبادت، محبوب‌ترین جهاد و عاملی بر جواز رویت خدا معرفی نموده است، سپس به تفسیر روایتی از امام باقر علیه السلام می‌پردازد. در حدیث هیچ عبادتی برتر از عفت شکم و فرج دانسته نشده است؛ وی در این حدیث در پی سه گزینه افراط، تفریط و حد وسط است. وی افراط در خوردن را ثقل معده، تفریط در خوردن را الم گرسنگی معرفی می‌کند، اما در اینکه حد وسط خوردن چیست؟ معتقد است حد وسط هر شخصی متفاوت از دیگری است؛ از این رو، بنا به روایتی دیگر معیار اعتدال در خوردن را خوردن به وقت گرسنگی و دست کشیدن قبل از سیری دانسته است. با این حال، حد اعتدال را غذا خوردن یکبار در شبانه روز و آن هم هنگام سحر و اگر میسر نبود دو دفعه سحر و عشاء می‌داند که به تعبیری این حالت

همان «صوم» است. وی در پایان این بحث موارد مزبور را مربوط به عوام دانسته قضیه را برای خواص عرفا البته از این حالت سخت‌تر و شرایط را پیچیده‌تر دانسته است به گونه‌ای که بسیاری از عرفا برای مهار نفس حتی ماهی یکبار یا سالی یکبار به غذا خوردن روی می‌آورند. (بنگرید به: نراقی، ۱۳۸۱: ۳۰۹ - ۳۰۵)

عبدالصمد همدانی، صاحب بحر المعارف، جوع را معادل کم‌خوری و مقابل پرخوری و شکم‌بارگی می‌داند. وی آرای بسیاری از عرفای متقدم و روایاتی از پیامبر ﷺ و ائمه اطهار علیهم‌السلام نقل کرده است. در این کتاب آنچه به چشم می‌خورد نظر دیگران است و همدانی هیچ نظری از خود بیان نکرده است؛ قدر مسلم این است که وی صرفاً روایاتی را بیان کرده که به کم‌خوری توصیه می‌کنند مانند روایتی از پیامبر که ایشان فرمود: «لا یدخل ملکوت السماء قلب من ملأ بطنه؛ قلب کسی که به شکم پیردازد به ملکوت آسمان وارد نمی‌شود». و روایتی دیگر که «به سهل بن عبدالله گفتند: اگر کسی روزی یکبار طعام بخورد، سهل گفت: این خوردن صدیقان است و گفتند: اگر کسی روزی دوبار طعام بخورد. سهل گفت: این خوردن مؤمنان است و گفتند: اگر روزی سه بار غذا بخورد، گفت: به اهلس بگویند برایش آخوری بسازد!» (بنگرید به: همدانی، ۱۳۷۰: ۱ / ۱۰۷)

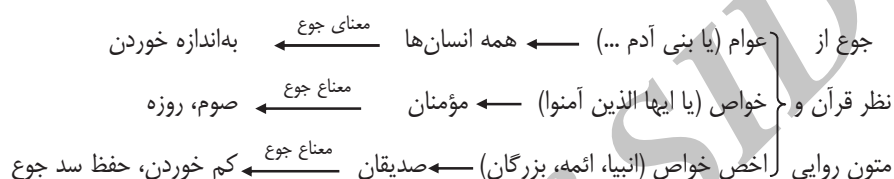
به‌هرحال آنچه در گزیده‌ای از متون عرفانی متقدم شیعه به چشم می‌خورد، توجه ویژه ایشان به حفظ اعتدال مزاج و رعایت صحت جسم است. تأکید عرفان شیعه بر حفظ وجهه شرعی این قضیه به‌خوبی مشهود است، چنان‌که در شرح رساله سیر و سلوک منسوب به آقا محمد بیدآبادی آمده است:

آثار جوع البته بر روح و سر و قلب انسان بسیار مؤثر است و شخص سالک باید رعایت جهات شریعت را ابتدا بکند و در مرحله بعدی، وارد طریقت شود؛ یعنی مقام تخلیه و تحلیه که مربوط به روح است و مربوط به صفات نفسانی رذایل و فضایل. اینها بعد از پیمودن راه شریعت است و باید مطابق دستور شرع باشد ... آیا شیوه انبیا و سیره اولیا این بوده است که یک جهت، تضعیف قوای جسمانی بکنند که به نسبت او، قوای روحانی و معنوی آنها تقویت می‌شود و به‌طوری که

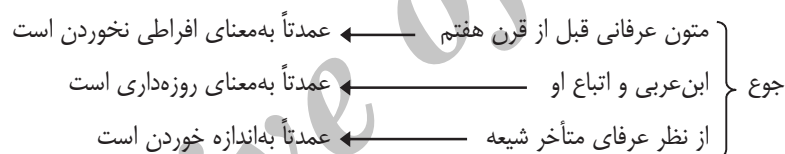
منجر به سقوط بنیه او شود؟ یا اینکه مقصود ایشان این است که شبع در او نباشد یعنی هیچ وقت سیر نخورد. و هرچه دلش می‌خواهد نخورد. (بنگرید به: مدرس هاشمی، ۱۳۷۷: ۱۱۴)

### نتیجه

«جوع» به‌عنوان یکی از اعمال مهم در خودسازی همه انسان‌ها و به‌منزله عملی خاص در سلوک عرفانی، عملی ذو مراتب است که می‌توان آن را براساس خطاب قرآنی و روایی و متون عرفانی از سه زاویه در نظر گرفت که هر سه مکمل یکدیگراند. تقسیم زیر از اقسام جوع در برگیرنده تمام مفاهیمی است که قرآن، متون روایی و متون عرفانی به آن توجه داشته، آن را مطرح کرده‌اند. اساس در این تقسیم آیات قرآن کریم است.



و بالاخره نمای کلی آنچه در این تحقیق ذکر شد به قرار زیر است:



در پایان باید گفت، نظر قرآن جامع تمام آرای فوق و دربرگیرنده همه گروه‌هاست.

### منابع و مأخذ

۱. ابن‌الجوزی، عبدالرحمن، بی‌تا، *تلبیس ابلیس*، بیروت، مؤسسه الکتب الثقافیه.
۲. احمد بن فارس بن زکریا، ۱۴۰۴ ق، *معجم مقاییس اللغه*، قم، مکتب الاعلام الاسلامی.
۳. بروجردی، سید ابراهیم، ۱۳۴۱ ش، *تفسیر جامع*، تهران، صدر.

۴. بلاغی، سید عبد الحجت، ۱۳۸۶ ش، *حجج التفسیر و بلاغ الاکسیر*، قم، حکمت.
۵. بیهقی، احمد بن علی، ۱۳۷۵ ش، *تاج المصادر*، تهران، عالم زاده.
۶. جرجانی، ابوالمحاسن الحسین بن الحسن، ۱۳۳۷ ش، *تفسیر گازر*، تهران، دانشگاه تهران.
۷. حسینی شاه عبدالعظیمی، ۱۳۶۳ ش، *تفسیر اثنی عشری*، تهران، میقات.
۸. حسینی طهرانی، سید محمد حسین، بی تا، *رساله لب اللباب در سیر و سلوک اولی الالباب*، تهران، حکمت.
۹. رازی، ابوالفتوح، ۱۳۷۴ ش، *روض الجنان و روح الجنان*، مشهد، نشر بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی.
۱۰. سراج، ابونصر، ۱۳۸۲ ش، *اللمع فی التصوف*، ترجمه مهدی محبتی، تهران، اساطیر.
۱۱. سمرقندی، نصر بن محمد بن احمد، بی تا، *بحرالعلوم*، بی تا.
۱۲. سیدرضی، ۱۳۷۹ ش، *نهج البلاغه*، ترجمه محمد دشتی، ستاد اقامه نماز تهران.
۱۳. شریف لاهیجی، بهاءالدین محمد، ۱۳۶۳ ش، *تفسیر شریف لاهیجی*، تهران، مؤسسه مطبوعات علمی.
۱۴. شیانی، محمد بن حسن، ۱۴۱۳ ق، *نهج البیان عن کشف معانی القرآن*، تهران، بنیاد دائرةالمعارف اسلامی.
۱۵. طباطبایی نجفی، سید مهدی بن سید مرتضی، ۱۳۷۲ ش، *رساله سیر و سلوک منسوب به بحرالعلوم*، تهران، حکمت، چ دوم.
۱۶. طباطبایی، سید محمدحسین، ۱۳۷۴ ش، *المیزان فی تفسیر القرآن*، ترجمه سید محمدباقر موسوی همدانی، دفتر انتشارات اسلامی.
۱۷. طیب، سید عبدالحسین، ۱۳۶۶ ش، *اطیب البیان فی تفسیر القرآن*، تهران، انتشارات اسلام، چ سوم.



۱۸. غزالی، ابوحامد محمد، ۱۳۸۴ ش، *کیمیای سعادت*، تهران، پیمان، چ دوم.
۱۹. قشیری، عبدالکریم هوازن، ۱۳۸۱ ش، *رساله قشیریہ*، تصحیح بدیع الزمان فروزانفر، تهران، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
۲۰. کاشانی، ملافتح الله، ۱۳۴۴ ش، *تفسیر منهج الصادقین فی الزام المخالفین*، تهران، کتابفروشی اسلامیہ، چ دوم.
۲۱. مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۳ ق، *بحارالانوار لدرر اخبار الائمه الاطهار*، بیروت، مؤسسه الوفاء.
۲۲. محمد بن منور، ۱۳۴۹ ش، *حالات و سخنان ابوسعید ابوالخیر*، به کوشش ایرج افشار، تهران، فروغی.
۲۳. محمدی، کاظم، ۱۳۷۹ ش، *بایزید بسطامی*، تهران، طرح نو.
۲۴. مدرس هاشمی، میر سید حسن، ۱۳۷۷ ش، *شرح رساله سیر و سلوک منسوب به آقامحمد بیدآبادی*، بی جا، کانون پژوهش.
۲۵. مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۵۳ - ۱۳۶۶ ش، *تفسیر نمونه*، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
۲۶. نراقی، ملا احمد، ۱۳۸۱ ش، *معراج السعاده*، قم، هجرت، چ هشتم.
۲۷. نسفی، ابوحفص نجم‌الدین محمد، ۱۳۶۷ ش، *تفسیر نسفی*، تهران، سروش، چ سوم.
۲۸. نوری، میرزا حسین، ۱۴۰۸ ق، *مستدرک وسائل الشیعه*، قم، مؤسسه آل‌البیت علیهم‌السلام.
۲۹. هجویری، ابوعثمان، ۱۳۸۴ ش، *کشف المحجوب*، تصحیح محمد عابدی، تهران، سروش، چ دوم.
۳۰. همدانی، مولی عبدالصمد، ۱۳۷۰ ش، *بحرالمعارف*، تحقیق حسین استاد ولی، تهران، حکمت.

## تحليل ودراسة تفسيرية للجوع في آيات القرآن الكريم

مينا باهنر\*

### الخلاصة

يُنظر إلي الجوع علي الدوام علي أنه واحد من رموز الرياضة الروحية في العرفان والأخلاق. وتتفق جميع الفرق الصوفية علي ضرورة الجوع باعتباره أحد الأركان الأساسية في السير والسلوك. وأما في ما يتعلق بمعني الجوع فقد ذهب جماعة إلي القول بأن الجوع يعنى الأكل علي قدر الحاجة، بينما قال آخرون أنه يعادل الصوم، فيما قالت فئة ثالثة أنه بمعني الاكل إلي حد سدّ الجوع، أي عدم الأكل الا عند الضرورة. تحاول هذه المقالة ان تجعل من القرآن والسنة معياراً لدراسة مفهوم الجوع، وطرح آراء متعدّدة في هذا المجال، ثمّ اجراء مقارنة بين هذه الآراء ثمّ بعد ذلك اتخاذ القرآن والسنة النبوية معياراً لمعرفة الرأي الصائب منها. ان الجوع من وجهة نظر القرآن والنصوص الإسلامية، إذا كان الخطاب فيه موجهاً إلي عموم الناس «يا بني آدم»، فهو يعنى الأكل علي قدر الحاجة، وإذا كان موجهاً بشكل خاص «يا ايها الذين آمنوا» فهو بمعني الصوم، وإذا كان موجهاً إلي أخص الخواص؛ أي الأنبياء والأولياء فهو يعنى قلّة الأكل.

### الألفاظ المفتاحية

السير والسلوك، الرياضة، الجوع، الصوم، التفسير العرفاني.

\*. دكتوراه في العرفان الإسلامية، ومدرس في الجامعة الإسلامية المفتوحة، فرع شهرضا.  
bahonar\_m1386@yahoo.com