

تاریخ دریافت: 94/5/16

تاریخ پذیرش: 95/12/20

مفهوم خواب و رویا از منظر قرآن، عرفان و فلسفه

محمدرضا حصارکی¹

حسین فیروزی²

چکیده:

«خواب» و «رویا» مضامینی هستند که در قرآن، احادیث، روایات، متون عرفانی، ادبی و از جنبه علمی بسیار مورد توجه بوده، به طوری که، کتب و مقالات فراوانی در این زمینه به رشته تحریر درآمده است. «خواب» و «رویا» جزیی از زندگی و حیات موجودات زنده است که در این بین برای انسان، به عنوان خلیفه الله، معنا و مفهوم خاص خود را دارد. در قرآن کریم و احادیث از «خواب» و «رویا» تعبیر متعددی آمده است و در متون عرفانی و ادبی نیز از زوایای مختلف به این حالت در زندگی بشر پرداخته شده و بسیار مورد توجه است. از طرفی از جنبه علمی نیز بر ضرورت «خواب» برای سلامت انسان تاکید شده است. در این مقاله سعی بر آن است تا این دو حالت خواب هم از دیدگاه قرآن و هم از دیدگاه عرفان و فلسفه مورد مطالعه قرار گیرد.

کلید واژه‌ها:

خواب، رویا، قرآن، عارفان، فیلسوفان.

1- استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد شهر قدس، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. نویسنده مسئول:

M.r.hesaraki@gmail.com

2- دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران.

h57f57@gmail.com

پیشگفتار

«خواب»، «خواب دیدن» و «به عالم رویا رفتن» از جمله مسائلی هستند که از گذشته تا زمان حال از زوایای مختلف بدان نگریسته شده است. این حالت در قرآن، احادیث و روایات و در بین عارفان، ادیبان، فیلسوفان و دانشمندان جایگاه خاصی داشته است به گونه‌ای که «خواب و رویا» همچنان مورد توجه و عنایت انسان امروزی است. اهمیت این پدیده در زندگی انسان، به تحقیقات و پژوهش‌های علمی فراوانی منجر گشته است؛ هرچند هنوز، پرسش‌های بی‌پایانی در رابطه با آن وجود دارد.

خواب از جمله احوالی اسرارآمیز است که بیان کیفیت و اسرار نهران آن، دیریاب و دست نیافتنی است. تعبیر و تحلیل رویاها از جمله پیچیده‌ترین و رازآلوده‌ترین مسائل و موضوعات بشری است (گلی و رجبی، 1389: 73). خواب یکی از نعمت‌های خداوند است که تقریباً یک سوم عمر انسان را در بر می‌گیرد. انسان و همه موجودات زنده برای تجدید قوا و به دست آوردن نیروی لازم برای ادامه کار و فعالیت، به استراحت احتیاج دارند. خواب، استراحتی الزامی است که خود به سراغ انسان می‌آید و او را وادار می‌سازد که تمام فعالیت‌های جسمانی و بخش مهمی از فعالیت‌های فکری و ذهنی خود را فروگذارد و تنها دستگاه‌هایی از بدن که کار آن‌ها، برای ادامه حیات، لازم است به کار خود ادامه دهند و به فعالیت مشغول باشند، آن هم بسیار آرام و آهسته (مکارم شیرازی، 1362: 398). برخی از اندیشمندان قدیم نیز چون ابن خلدون، خواب را به خاطر تعطیل حواس ظاهر به توعی باعث رفع خستگی و فرسودگی بدن می‌داند و این را فقط یکی از فواید خواب می‌شمارد (ابن خلدون، 1375: ج 1، 195) از میان اندیشمندان متاخر یونگ (Jung) و فروید (Freud) نیز درباره خواب و خصوصاً رؤیا نظریات درخور مذاقه‌ای دارند. یونگ معتقد است رویاها بر حقایق مبتنی‌اند، به انتظارات ما پاسخ نمی‌دهند و ما اختراعشان نکرده‌ایم. اگر کسی بخواهد خواب چیزهای معینی را ببیند، نمی‌تواند. زیرا از ضمیر ناخودآگاه ما برخاسته‌اند...» (یونگ، 1377: 36) یا فروید بر این عقیده است که: «رویا، درواقع همان عمل به خواست‌ها و آرزوهای پس‌رانده و سرکوب شده است در لباس مبدل» (فروید، 1342: 125) او نیز رویا را شاهراهی برای وصول به وادی بیکران ناخودآگاه می‌داند (سامی، 1362: 141).

به هر روی، زیست‌شناسان، روان‌شناسان، عارفان و... به شیوه‌های متعدد به موضوع خواب پرداخته، درباره تعریف، چگونگی و انواع خواب اظهار نظر کرده‌اند؛ با وجود این، هنوز جهان رویا،

خود را آشکار نکرده است (رضایی، 90:1394).

خواب و رویا از امور مهم و بُعدی قابل توجه در زندگی انسان است. واژه‌ها و مفاهیمی مانند: «نوم»، «نعاس»، «سینه» و «رقّد» مربوط به مفهوم خواب هستند و واژگان «رویا» و «حلم» مفهوم خواب دیدن را می‌رسانند. خواب و رویا هرکدام دارای فواید و آثار گسترده جسمی و روحی هستند. نمونه‌های متعددی از رویا در قرآن و روایات مطرح شده و بر آثار و احکام مربوط به آن دلالت دارند. از جمله عوامل موثر در چگونگی تعبیر خواب عبارتند از: وضعیت جسمانی خواب‌بین و شخصیت وی و نیز مقدار، زمان و مکان خواب و

اینک باید دید آیا همه رویاها قابل باور و پذیرش هستند یا خیر؟ آنچه در متن جامعه در زمینه اعتبار و اعتنای به رویا مشاهده می‌گردد تا حدودی مخالف آن چیزی است که نص آیات و روایات گویای آن هستند. با رجوع به آیات و روایات و منابع دینی به این مهم پی می‌بریم که سطح اعتبار برای رویا با توجه به شرایط و عواملی که در خواب و رویا مؤثرند، تعیین می‌شود (خرمدشتی، 1392).

علاوه بر قرآن، روایات و احادیث، که به مفهوم خواب و رویا نظر داشته‌اند، عارفان نیز، در دوره‌های مختلف، در آن مذاقه نموده و هر کدام به نوعی آن را مورد توجه قرار داده‌اند. این مضمون در افکار عارفان تجلی یافته است و به خوبی می‌توان نوع نگاه و نگرش آنان را به مقوله خواب و رویا مشاهده کرد. در ادامه اشاره می‌شود که هم در نگاه قرآن، احادیث و روایات و هم در نگاه عرفان؛ خواب و رویا حالتی زیبا و ملکوتی هستند. تعبیر به کار رفته برای تجسم خواب و رویا در این منابع چنان ظریف و دقیق می‌باشد که مخاطب می‌تواند به سادگی مفهوم آن را درک کرده و به بررسی فلسفه و زیبایی خواب و رویا پردازد.

خواب و خواب دیدن

خواب پدیده‌ای شگرف در زندگی انسان است. در فرهنگ معین، در تعریف خواب چنین آمده است: «حالتی است توأم با آسایش و آرامش که بر اثر از کار باز ماندن حواس ظاهر در انسان و حیوان پدید می‌آید. (فرهنگ معین: ذیل «رویا») دهخدا نیز تعریف خواب را چنین ضبط کرده است: «خواب در لغت نقیض بیداری است.» (لغت‌نامه: ذیل «خواب») از نظر فیزیولوژیک، خواب حالتی است که در آن ساختمان زنده موجودات، به تجدید حیات شیمیایی می‌پردازد. از نظر روان‌شناسی در هنگام خواب فعالیت اصلی انسان در بیداری که درک واقعیت و واکنش در برابر آن است به حالت تعلیق و وقفه موقت در می‌آید و تفاوتی که بین فعالیت بیولوژیک انسان در هنگام خواب و بیداری موجود است در حقیقت تفاوتی است بین دو حالت زیستی متفاوت (فروم، 33:1368).

خواب، رشته‌ای از صورت‌ها یا واقعه‌هاست که در ذهن شخص خوابیده پدید می‌آید (حلبی، 1386: 154) اندیشمندان ما، گاه خواب را عبارت از مجموعه تأثیرات گوناگونی از افکار و اعمال، گفتار، عواطف و احساسات محیط عالم بیداری می‌دانند (اسلامی، 1351: 15) و گاه آن را رمزی می‌دانند که اگرچه به ظاهر بی‌معنی جلوه می‌کند اما در حقیقت معنی و پیامی است که برای دست یافتن به آن، باید به تأویل یا تعبیر رمزهای آن پرداخت (پورنامداریان، 1364: 199).

مسلم این است که خواب و خواب دیدن بیش از سه ریشه نمی‌تواند داشته باشد. نخست ریشه طبیعی، دوم ریشه انسانی و روانی و سوم ریشه ملکوتی. در قرآن آیات متعددی درباره اهمیت خواب و نقش آن در سلامتی انسان وجود دارد و از لحاظ علمی نیز ثابت شده است که خواب سبب تقویت سیستم ایمنی بدنی و بازگرداندن قوای جسمی می‌شود. از سوی دیگر، بی‌خوابی و کم‌خوابی افزایش ناراحتی‌ها و بیماری‌های گوناگونی را به دنبال می‌آورد.

برای آدمی، خواب همیشه دریچه‌ای به عالم غیب بوده است. نیروی خواب و معنویت که در آن ساری است نزد بشر ابتدایی مقدس است. آنچه را می‌جوید از این طریق به تحقق می‌رساند و خواب را عامل نیرومندی در طرح آرزوها و اندیشه‌های خویش می‌شناسد. خواب، بخش درخشان وجود است. ذهن و عین در آن یگانه‌اند، آگاهی‌اش درونی است و قوانین منطق ارسطویی در آن روا نیست، بلکه این عرصه همه شکل‌های مرموز و ایده آل است (محسنی و مرندی، 1386: 176).

بررسی پدیده خواب و رویا و آموزه‌های نهفته در آن این نتیجه را به دست می‌دهد که خواب و رویا بر خلاف تصور عوام، دارای ارزش و کارایی است و بر جنبه‌های مختلف زندگی انسان تأثیر می‌گذارد. این ارزش و کارایی تا جایی است که در تحول شخصیت انسان و سیر او به سوی کمال، نقش اساسی و بنیادین دارد (پیرانی و عظیمی، 1389: 115). خواب دیدن بسیار مهم است و هر چه انسان از نظر معنوی، تقوا، معرفت و کمالات در سطح بالاتری باشد و موازین شرع را بیشتر رعایت کند، خواب‌هایش بیش از دیگران از نوع خواب‌های صادق و دارای پیام خواهد بود (مجلسی، 1392: 183).

بر اساس آنچه گفته شد خواب؛ حالتی است که به انسان فرصت می‌دهد تا خستگی را از جسم و روح خود خارج سازد تا حیات وی، با تقویت روح و جسم، برای سالیان متمادی ادامه یابد. از سوی دیگر در این حالت و با توجه به جدایی روح از جسم، روح انسان اجازه دارد تا به عوالم دیگر پرواز کند و به اذن خداوند، از برخی وقایع و اتفاقات گذشته و آینده آگاه شود. نکته دیگر آن- که، از «خواب» در قرآن به «مرگ موقتی» یاد شده است و همین موضوع می‌تواند، برای انسان، یادآور

روز قیامت و رستاخیز باشد.

خواب از نگاه قرآن

گفته شد یکی از پدیده‌هایی که در قرآن مورد توجه قرار گرفته «خواب و رویا» است. در یک نگاه کلی می‌توان گفت «خواب» حالتی است که نبود آن زندگی انسان را با مشکل مواجه می‌کند. اگر تصور کنیم انسان در تمام مدت روز مجبور به فعالیت بدنی بود، مسائل و مشکلات دنیای مادی او را تحت فشار قرار می‌داد و راهی برای استراحت و تجدید قوا وجود نداشت؛ چه بلایی بر سر انسان می‌آمد؟ اما خالق هستی که همه آفرینش او براساس قاعده و قانون است، خواب را برای رهایی از دغدغه‌ها و سختی‌های زندگی بشر قرار داد تا هر زمان احساس رنجوری و خستگی کرد، با «خواب» به آرامش برسد و نیروی تحلیل رفته خود را هم از لحاظ جسمی و هم از لحاظ روحی تامین نماید.

به طور کلی می‌توان گفت هیچ یک از خواب‌هایی که در قرآن از آن‌ها یاد می‌شود خالی از حقیقت نیستند و ریشه و اسبابی دارند که باعث پیدایش آن‌ها در نفس می‌شوند. پس هرکدام تعبیری دارند که از دیدگاه علامه طباطبایی به دو دسته تقسیم می‌شوند: قسم نخست، خواب‌هایی که خواب‌بیننده در آن‌ها هیچ‌گونه تصرفی ندارد و به راحتی با تأویل خود انطباق دارند؛ و قسم دوم، خواب‌هایی که غیرصریح هستند و خواب‌بیننده در آن‌ها تصرف کرده است. قسم نخست تعبیری آنچنان نیاز ندارد اما قسم دوم نیازمند تعبیر و تأویل است که البته گاه ممکن می‌شود و گاه برگرداندن آن به اصلش چندان مشکل است که آن را «اضغاث احلام» می‌گویند.

در فرهنگ ادیان مختلف از هزاران سال پیش و در فرهنگ اسلامی نیز از همان آغاز ظهور اسلام و نزول کتاب آسمانی قرآن، رویا و حقیقت داشتن مفهوم و معنای آن مورد توجه بوده و در قرآن کریم که ریشه همه معارف اسلامی است به آن بها داده شده و نمونه‌هایی از خواب‌ها و خواب‌گزاری‌ها ذکر گردیده است (پیرانی و عظیمی، 1390: 93). نیز از محل‌های کشف و شهود و یکی از منابع آگاهی بخش است. در قرآن به امکان دریافت پیام از سوی خدا به واسطه خواب و رؤیا اشاره شده و بیان شده است که خداوند از طریق خواب و رؤیا با بندگانش ارتباط برقرار می‌کند. بیش از نیمی از رؤیاهای موجود در قرآن مربوط به رؤیای پیامبران است که یا حقیقتی به آن‌ها گفته شده یا از این طریق دستوری را از خداوند دریافت کرده‌اند و خود را ملزم به انجام آن دانسته‌اند (محمدزاده حقیقی و رحیمیان، 1395: 177).

در قرآن، از خواب و رؤیا، بیشتر به عنوان یک «شأنه الهی» یاد شده است که پیامی برای ما به همراه دارد و ما را به سوی کمال هدایت می‌کند. در واقع، خواب، یکی از نشانه‌های الهی است که

در خود حکایت‌های ناگفته بسیار دارد که اگر کسی از خودی خود بیرون بیاید و به خواب، که سری در آن سو دارد و ما را به دیگر سو می‌کشاند، توجه کند، حکایت‌ها، اشارت‌ها و هدایت‌های بسیاری برایش پدیدار خواهد شد. از همین رو است که: خداوند متعال، علاوه بر آنکه خواب را به عنوان آیتی از آیات الهی برمی‌شمارد، در آن، نشانه‌ها و آیاتی را نیز منظوی کرده و ما را به شنیدن و تدبر در آن نشانه‌ها، دعوت کرده است (شجاعی، 12:1379).

در قرآن کریم آیات متعددی در رابطه با خواب و انواع آن وجود دارد که در ادامه به تعدادی از این آیات اشاره می‌شود:

«وَمِنَ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ» (روم، آیه 24). «و از نشانه‌های او خواب شما در شب و روز است.» در این آیه، خواب از نشانه‌های پروردگار است. پروردگاری که انسان را می‌میراند و زنده می‌کند حتی اگر این مردن و زنده شده شدن برای مدت زمان کوتاهی باشد.

«وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَ النَّوْمَ سُبَاتًا وَ جَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا» (فرقان، آیه 47). «و کسی است که شب را برای شما پوشش قرار داد و خواب را مایه استراحت و روز را وسیله حیات.» در این آیه نیز به خوبی به این نکته اشاره می‌فرماید که خواب فرصتی است برای تجدید قوا و استراحت جسمانی. خواب حالتی است که مربوط به یک زمان مشخص مثلاً شب یا روز نیست بلکه هر زمان که بدن نیاز به استراحت پیدا کند، با خواب انسان هم از لحاظ روحی و هم از لحاظ جسمی تجدید قوا می‌کند.

«إِذْ يُغَشِّبُكُمُ النَّعَاسُ أَمَنَةً مِنْهُ وَ يُنَزِّلُ عَلَيْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لِيُطَهِّرَكُمْ بِهِ» (انفال، آیه 11) «و هنگامی را که خواب سبکی که مایه آرامش بود از سوی خدا، شما را فرا گرفت و آبی از آسمان برایتان فرستاد، تا شما را با آن پاک کند و پلیدی شیطان را از شما بر طرف سازد و دلهایتان را محکم، و گام‌ها را با آن استوار دارد.» این آیه اشاره دارد به خواب سبکی که به خواست خداوند در جنگ بدر بر لشکر اسلام مستولی شد تا آنان از این طریق توان بدنی خود را به دست آورند و راه غلبه آنان بر دشمن فراهم شود.

«اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَ الَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَ يُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» (زمر، آیه 42)

«خداست که نفس‌ها را در هنگام مرگشان و نیز آن‌ها را که نمرده‌اند در خوابشان، به‌طور کامل می‌گیرد، پس هر یک از آن‌ها که حکم مرگش رسیده باشد نگه می‌دارد و آن دیگری را به بدنش باز می‌گرداند تا مدتی معین، به درستی که در این امر برای اهل تفکر نشانه‌هایی هست.»

در این آیه شریفه می‌توان به چند نکته ظریف و دقیق دست یافت: نخست آن‌که خداوند صاحب

جان انسان است و هر زمان که اراده کند می‌تواند آن را از جسم او جدا کند. دوم آن‌که به هنگام خواب نیز انسان دچار یک مرگ موقتی می‌شود و بازگشت روح به جسم در ید قدرت خداوند است. سوم آن‌که این فعل و انفعال یکی از نشانه‌های قدرت الهی است. از یک سو، خواب و مرگ برای همه آحاد بشر است و کسی بر کسی، در این خصوص، ارجحیت ندارد و از سوی دیگری همداری است برای انسان تا از اصل خود غافل نشود.

تفسیر علامه طباطبایی از این آیه نیز شایان مذاقه می‌نماید آنجاکه می‌گوید از این آیه دو نکته مهم استنباط می‌شود: اول، نفس آدمی غیر از بدن اوست، برای آنکه در هنگام خواب از بدن جدا می‌شود و مستقل از بدن و جدای از آن زندگی می‌کند. دوم، مردن و خوابیدن هر دو قبض روح است. (خرمشاهی، 1377: ج 1، 1011) بنابراین می‌توان گفت روح نسبت به بدن دارای سه حالت است: اول ارتباط تام (حالت بیداری)، دوم ارتباط ناقص (حالت خواب) و سوم قطع ارتباط (مرگ).

«وَهُوَ الَّذِي يَتَوَفَّيْكُمْ بِاللَّيْلِ وَيَعْلَمُ مَا جَرَحْتُمْ بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثْكُمْ فِيهِ لِيُقْضَىٰ أَجَلٌ مُّسَمًّى ثُمَّ إِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ» (انعام، آیه 60).

«اوست خدایی که شما را در شب به طور کامل استیفا می‌کند و آنچه را در روز کسب می‌کنید می‌داند، آنگاه شما را در روز بر می‌انگیزد تا بگذرد آن موعدی که معین شده است، آنگاه بازگشت شما به سوی اوست و سپس شما را به آنچه امروز می‌کنید، آگاه می‌نماید».

در این آیه نیز از خواب به عنوان یکی از یکی نشانه‌های قدرت پروردگار یاد شده است. پروردگاری که بر همه چیز آگاه است و ناظر بر کردار انسان در شب و روز است. در این آیه شب به عنوان فرصتی برای خواب است؛ به عبارت دیگر نقطه مقابل روز قرار دارد که انسان به کار و تلاش مشغول است.

بر اساس آنچه از محتوا و مفاد آیات فوق برمی‌آید خواب یک نعمت و هدیه الهی است که به انسان خاکی اجازه می‌دهد تا در یک زمان محدود آلام و دغدغه‌هایش را التیام بخشد و رنج و سختی زندگی دنیوی را بر خود آسان نماید. قرآن، خواب را در دو بعد درون و بیرون «آفاق و انفس» می‌داند و به عنوان نموداری از نظام حکیمانه آفریننده آن، مورد توجه قرار می‌دهد.

خواب از نگاه عرفان

عارفان از جمله کسانی هستند که نگاه دقیق و موشکافانه به «خواب و رویا» دارند. با نگاهی به افکار و اندیشه آنان این واقعیت آشکار می‌شود که نوع نگرش آنان برگرفته از قرآن و تعالیم اسلامی است. از دیدگاه قرآن «خواب و رویا» یک نشانه الهی است که انسان را به سوی کمال سوق می‌دهد. علاوه بر ارتباطی که میان عارف با خدا و پیامبر در رفع ابهامات درونی وجود داشته است، گاهی

عارفان در خواب‌های خود در رفع «حجاب»¹ برآمده‌اند؛ به عنوان مثال، در تعریف «تصوف» و «عرفان»، چه از نظر لغوی و چه از نظر اصطلاحی، میان عارفان اختلافاتی دیده می‌شود و تعاریف زیادی ارائه شده است. تا جایی که گاه مخاطب نمی‌تواند به تعریفی جامع و مانع دست یابد. از این رو، و برای رفع ابهام و حجاب، عارفانی همچون بسطامی و کازرونی به خواب متوسل شده‌اند. (جامی، 1386: 260)

غزالی یکی از عارفان نامداری است که نگرش او در رابطه با خواب و رویا، زیبا و قابل تامل است. هرچند، غزالی بیشتر در زمره متکلمان به شمار می‌آید تا عارفان، ولی اظهارنظر او عارفانه است: «و عجب در آن است که از درون دل، روزنی گشاده است به ملکوت آسمان... چنانکه پنج دروازه گشاده است به عالم محسوسات که آن را عالم جسمانی گویند، چنانکه عالم ملکوت را عالم روحانی گویند، و بیشتر خلق، عالم جسمانی را محسوس می‌دانند. و این علم نیز مختصر است و دلیل بر آنکه از درون دل، روزنی دیگر است علوم را، دو چیز است: 1- یکی خواب (رویای صادقه) است که چون راه حواس بسته شود، آن در درونی گشاده گردد و از عالم ملکوت و از لوح محفوظ غیب نمودن گیرد، تا آنچه در مستقبل خواهد بود بشناسد و ببیند. 2- دلیل دیگر آن است که هیچکس نباشد که وی را فراست‌ها و خاطره‌های راست، بر سیل الهام در دل نیامده باشد، که نه از راه حواس بود، بلکه در دل پیدا آید نداند که از کجا آمده و بدین مقدار بداند که علم‌ها همه از راه محسوسات نیست. (محسنی و مرندی، 1388: 178)

از نظر شیخ اشراق، شهاب‌الدین سهروردی، خواب عبارت است از انجباس روح از ظاهر در باطن، از دید وی خواب در دو معنی به کار می‌رود: یکی خوابیدن (نوم) که مقابل بیداری است و دیگر، خواب دیدن (رویا). تعریف فوق، تعریف خواب به معنی رویاست که به نظر شیخ اشراق، حالتی است که در آن روح با نفس ناطقه انسانی به سبب تعطیل حواس ظاهر، به باطن، یعنی به سوی بعد روحانی و عالم غیرمادی که عالم عقول و نفوس است روی می‌آورد و به نسبت رهایی از علائق مادی و شواغل حواس ظاهری و باطنی، از نفوس ناطقه‌ی فلکی منتقمش می‌شود و بر اسرار غیبی و حوادث عالم مطلع می‌گردد. (حداد و بیدهندی، 1392: 59) ابن سینا نیز در مقوله خواب و رؤیای صادقه، نظری موافق و مطابق سهروردی دارد. (امین، 1389) از نظر ابن سینا، رفع حجب و

¹ - از اصطلاحات عرفانی است و آن مانع میان عاشق و معشوق است و مانع میان فیوضات و تجلیات حق و انسان. آنچه مخالف با گوهر نفس بوده و با وی مشابهت و مناسبت نداشته باشد. (سجادی، 1378: ذیل «حجاب»)

موانع، هم در عالم خواب و هم در عالم بیداری امکان دارد. هر وقت که حجاب مادیات از میان نفس و عالم مجردات برداشته شد و نفس ناطقه به مبادی عالیه اتصال یافت، صوری که در عالم مجردات موجود است مانند آئینه‌های منعکس در نفس انسانی نقش می‌بندد و به هر نسبت که حجاب‌ها مرتفع‌تر گردید، نقوش نیز روشن‌تر و صافی‌تر خواهد بود. (رک همایی، 1366: 92)

ابوسعید ابوالخیر می‌گوید: «فرق میان خواب و بیداری جز رکود حواس و انتفاء شواغل نیست و همه بر این متفقاند که خواب، روح بیند. چون حواس آرام گیرد و باطن از وسواس و هواجس خالی شود، روح به عالم علوی سفر کند و کارهایی که هنوز از ارواح ملائکه به عالم سفلی نپیوسته باشد، بیند و از آن به دقت بیداری، خبر بازدهد.» (بوروح، 1367: 57) به نظر ابوسعید، لازمه دیدن چنین رویای صادقی، صیانت، تحفظ، داشتن نیت مستقیم، خویگری طبیعت انسانی با صدق و عدم اشتغال دل به اندیشه بیهوده است. البته این معنی را که می‌توان «ریاضت» نام نهاد، شیخ اشراق نیز مد نظر دارد.

عین‌القضات همدانی، عارف قرن پنجم هجری قمری، نیز درباره خواب نظریاتی دارد. به عنوان مثال در رساله تمهیدات خود، خواب را این‌گونه تعریف می‌کند: «متصرف بودن جان را در این قالب، حیات خوانند؛ و این تصرف را منقطع شدن، موت خوانند؛ و باز دادن این تصرف را بعد انقطاعه، احیا خوانند و بعث خوانند؛ و کاین انقطاع یا جزوی باشد که نوم خوانند، یا کلی که مرگ خوانند...» (عین‌القضات، 1370: 153)

عطار در تذکره‌الاولیای خویش مناظره‌گونه‌ای دارد میان علی سهل که یکی از مشایخ صوفیه است با جنید بغدادی که عارفی است وارسته. سهل به جنید می‌نویسد: «خواب غفلت است و قرار، چنان باید که محب را خواب و قرار نباشد، اگر بخسب از مقصود بازماند.» و پاسخ جنید عین نظر عارفان و مبین اعتقاد بیشتر ایشان است: «بیداری ما، معاملت ماست در راه حق و خواب ما، فعل حق است بر ما. پس آنچه بی اختیار ما بود و از حق به ما، بهتر از آن است که به اختیار ما بود و از ما به حق. والنوم موهبه من الله علی المؤمنین. آن عطایی بود از حق تعالی بر دوستان.» (عطار، 1346: 30)

مولانا گاه خواب را جایی برای روشن شدن درون انسان‌ها می‌داند:

بس عجب در خواب روشن می‌شود دل درون خواب روزن می‌شود

(مثنوی، دفتر دوم: 2235)

بسیاری از نظریات مولانا درباره خواب بر آیات قرآن و احادیث مبتنی است. او با تکیه بر سوره

مبارکه زمر، آیات سی و نهم تا چهل و دوم، جدایی جسم و جان را در حالت خواب این گونه بیان می‌دارد:

هر شبی از دام تن ارواح را می‌رهانی، می‌کنی السواح را
 می‌رهند ارواح هرشب زین قفس فارغان نه حاکم و محکوم کس
 شب ز زندان بی‌خبر، زندانیان شب ز دولت بی‌خبر، سلطانان
 (همان، دفتر دوم: 390 - 388)

او، گاه، خواب و رویا را تمثیل حال کسانی معرفی می‌کند که عمر، استعداد، هوش و فراست خود را در طلب دنیای فانی صرف می‌کنند و جز حسرت عمر تلف شده، بهره‌ای نمی‌گیرند. زیرا در تمام لحظاتی که آدمی به امید منفعت و حصول کمال می‌کوشد، جز خطا و اشتباه عایدش نمی‌شود و آنچه به حقیقت کمال و منفعت نیست در چشم او به صورت کمال و خیر و نیکی آراسته می‌شود؛ همانگونه که در حالت خواب، آدمی خیال را واقع و دیو را حور می‌پندارد و با او هم آغوش می‌گردد و از او کام می‌ستاند اما نتیجه آن در بیداری تنی پلید و ضعف جسمانی است (پارست و واهیم، 1388: 40).

خفته آن باشد که او از هر خیال دارد او مید و کند با او مقال
 دیو را چون حور بیند او به خواب پس ز شهوت ریزد او با دیو آب
 چون که تخم نسل رادر شوره ریخت او به خویش آمد، خیال از وی گریخت
 ضعف سریند از آن و تن پلید آه از آن نقشش پدیدناپدید
 (همان، دفتر 1، ابیات 419-416)

شایان مذاقه است که مولانا در مثنوی به دو نوع خواب اشاره می‌کند. نخست «رویای صادق» است که اولیای خدا می‌بینند و آن متضاد «رویای کاذبه» می‌باشد که عوام از آن بهره‌مند هستند و دو دیگر خوابی نکوهیده است که آن غفلت را شامل می‌شود و جنبه مادی دارد که گاه آن را در ردیف خوردن و شهوت قرار می‌دهد. مولانا با خوابی موافق است که او را به بی‌خبری از مادیات و کسب معرفت ناشی از رویاهای صادق رهنمون شود ولی از خوابی که مانع مجاهدت و کسب معرفت او شود حذر می‌کند.

در تفکر ابن عربی مسائل معنوی و باطنی مانند «خواب و رویا» به اندازه مسائل عادی و ظاهری

اهمیت دارند و مستقیماً با درک او از عالم خیال ارتباط دارند، زیرا خیال در عرفان او کارکردهای بسیار مهمی دارد (مظاهری، 1386).

شیخ ابواسحاق کازرونی از خداوند می‌خواهد تا از طریق خواب طریقت شیخی را که شایسته می‌داند به او نشان دهد (قربانی و محمودی، 1391: 153). ابونصر شروانی خواب می‌بیند که شخصی به او می‌گوید برخیز که شیخ بوسعید در گرمابه عدنی کویان است و جامه بداده است و برهنه مانده. برو و او را جامه بر (زمردی و حیدری، 1390: 122). به قول ابن سینا، قوه‌ی متخیله در حالت خواب، به عالم قدس متصل می‌شود و از طریق حس مشترک (بنطاسیا) به کشف و الهام نائل می‌گردد.

فارابی خواب و بیداری را اینگونه بیان می‌کند که «انسان دارای حالتی است که به آن بیداری می‌گویند و دارای حالتی است که به آن خواب می‌گویند. خواب بیداری عبارت از آن است که روح انسان از حواس بیرون بیاید تا کارهای بیرونی را انجام دهد و وقتی که کارهای بیرونی را انجام داده داخل برمی‌گردد تا کارهای داخلی را انجام دهد. وقتی روح انسان بیرون می‌آید و حواس مشغول فعالیت می‌شوند، این حالت را بیداری گویند و زمانی که به داخل می‌رود و حواس از کار باز می‌مانند، این حالت را خواب می‌گویند». از دید وی، وقتی روح به فعالیت‌های جسمانی می‌پردازد و حواس مشغول فعالیت می‌شوند، این حالت را بیداری می‌گویند و زمانی که حواس از فعالیت بایستند و مشغول استراحت شوند و روح از پرداختن به فعالیت‌های جسمانی رها شود، این حالت را خواب می‌گویند (حداد و بیدهندی، 1392: 57-58).

به نظر ابن سینا، قوه متخیله در حالت خواب، کار خود را بی مانع انجام می‌دهد و بر نفس انسان در حال خواب از طریق «حس مشترک» خوابی عارض می‌شود که از چهار صورت بیرون نیست: 1. اشیاء و امثال صوری که بازتاب مشاهدات و تجارب بیداری است 2. خوابی که از ناحیه قوه مفکره در قوه متخیله پیدا شده، بدون اینکه در خارج پیدا شده باشد، در عالم خیال تأثیر خود را گذاشته است 3. خیالات و تصوراتی که بر اثر تغییر وضع مزاجی و صحت و مرض و دیگر عوارض جسمی و روحی بر انسان عارض می‌شود، مثل اینکه بیمار تب‌دار، خود را کنار آتش یا برف و یخ می‌بیند 4. رویاهای صادقانه که تحت تأثیر هیچ یک از عوامل و عوارض سه گانه نباشد و بر کسی که نیروی جسمی و ذهنی متعادل داشته باشد، از طریق کشف و الهام مطالبی معلوم می‌شود و این در اثر تأیید و عنایت الهی از طریق فیض رسانی روح القدس و ملائکه یا ارواح طیبه صورت می‌گیرد (حداد و ناجی اصفهانی، 1394: 117).

با کمی تأمل در افکار و اندیشه عارفان و فیلسوفان، این واقعیت آشکار می‌شود که هیچ مغایرتی

بین مفهوم خواب و رویا از دیدگاه آنان با آنچه در قرآن بدانها اشاره شده است وجود ندارد. این خود حاکی از آن است که اندیشه و افکار عرفا و فلاسفه متأثر از قرآن است. از نگاه قرآن خواب یک مرگ موقتی است. مرگی که برای مدت زمان کوتاهی ارتباط انسان با دنیای مادی را قطع و سبب آرامش روحی و جسمی او می‌شود. در قرآن اشاره شده است که گاهی روح انسان با اتصال با عالم روحانی می‌تواند از برخی حقایق گذشته و آینده مطلع شود. آنچه مسلم است آنچه در خواب آشفته حاصل می‌شود با آنچه بدان رویای صادقانه گفته می‌شود کاملاً با هم متفاوت است؛ زیرا خواب آشفته نتیجه عدم سلامت روح و جسم و رویای صادقانه نتیجه تزکیه روح و جسم است.

نتیجه‌گیری:

چنانچه در متن مقاله بدان اشاره رفت، «خواب» و «رویا» جزئی از زندگی و حیات موجودات زنده است که در این بین برای انسان که خلیفه الله است معنا و مفهوم خاص خود را دارد. در قرآن و احادیث از «خواب» و «رویا» تعبیر متعددی وجود دارد و در متون عرفانی و ادبی نیز از زوایای مختلف به این حالت در زندگی بشر پرداخته شده است. خواب از لحاظ جسمی و فیزیولوژیک این فرصت را برای انسان فراهم می‌کند تا تجدید قوا کرده و خود را برای ادامه حیات مادی آماده کند. در چنین حالتی سیستم ایمنی بدن تقویت می‌شود. خواب به انسان آرامش می‌بخشد و سبب تسکین و آرامش سیستم عصبی وی می‌شود.

خواب از جمله پدیده‌هایی که در قرآن به کرات به آن پرداخته شده است. از دیدگاه قرآن خواب از دو جهت قابل تامل است. از یک جنبه خواب حالتی است که انسان برای بازیابی انرژی و سلامت خود بدان نیاز دارد و این همان چیزی است که از لحاظ علمی نیز مورد تاکید می‌باشد. از جنبه دیگر؛ «خواب دیدن» است که باعث می‌شود روح به عوالم دیگر سفر نماید. از این جنبه روح انسان به ملکوت پرواز می‌کند و از برخی اتفاقات و رویدادها که در گذشته رخ داده و یا در آینده رخ خواهند داد مطلع می‌شود. خواب و مرگ، از جهتی به هم شباهت دارند. این شباهت از آن جهت است که در هر دو روح از جسم جدا می‌شود اما جدایی روح از جسم به هنگام «مرگ» به طور کامل و در حالت «خواب» به طور موقتی است.

عارفان و فیلسوفان نیز نگاهی دقیق و موشکافانه به خواب و رویا دارند. غزالی خواب را هم مربوط به عالم جسم می‌داند و هم از عالم روح. از نگاه وی رویای صادقانه انسان را به عالم روحانی می‌برد تا در آنجا، از آنچه در آینده اتفاق می‌افتد آگاهی یابد. سهروردی نیز خواب را بر دو قسم می‌داند؛ یکی خواب در مقابل بیداری که مربوط به عالم جسمانی است و دیگری حرکت روح به سمت عالم غیرمادی است که باعث رهایی انسان از عالم جسم می‌شود. از نگاه مولانا حالت انسان

در حالت خواب در دنیای مادی و روحانی با یکدیگر متفاوت است. او به دوگونه بودن خواب معتقد است. ابن عربی خواب و رویا را ارتباط انسان با عالم خیال تلقی می‌کند. این تلقی از آن جهت است که خیال در عرفان کارکردهای فراوانی دارد. از نگاه شیخ ابواسحاق کازرونی، خواب یکی از نشانه‌های قدرت خداوند برای نشان دادن حقایق به بندگان خویش می‌باشد. ابن سینا نیز بر این اعتقاد است که خواب پل ارتباطی انسان با عالم قدسی است و این ارتباط سبب الهام اشاراتی روحانی به وی می‌شود. فارابی نیز خواب را رهایی جسم از دنیای مادی می‌داند. در این حالت حواس آدمی تعطیل و روح به عالم ملکوت متصل می‌شود.

به طور کل باید گفت دیدگاه عارفان و فیلسوفان در رابطه با خواب و رویا به طور دقیق مبتنی بر تعالیم قرآن است. همانگونه که در قرآن اشاره شده است خواب از یک طرف باعث آرامش و تجدید قوای جسمی و روحی انسان می‌شود و از طرف دیگر در شرایطی که برای انسان حادث می‌شود روح وی به عالم روحانی و ملکوتی متصل می‌شود. فلاسفه و عرفا نیز مبتنی بر این دیدگاه، بر این باورند که در عالم خواب، به قدرت خداوند روح انسان به طور موقت و زودگذر از جسم وی جدا شده، مجدداً به جسم برمی‌گردد. از دیدگاه آنان سلامت روح و جسم می‌تواند در کیفیت «خواب دیدن» انسان موثر واقع شود.

منابع و مأخذ:

- 1- قرآن مجید.
- 2- ابن خلدون، عبدالرحمن، (1375)، شرح مقدمه قیصری بر فصوص الحکم. تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- 3- ابوروح، جمال‌الدین، (1367)، حالات و سخنان ابوسعید ابوالخیر، تصحیح محمدرضا شفیعی کدکنی، تهران: آگاه.
- 4- اسعد، محمدرضا، (1387)، بازتاب خواب و رویا در شاهنامه فردوسی، فصلنامه تخصصی ادبیات فارسی دانشگاه آزاد اسلامی مشهد، دوره 4، شماره 13.
- 5- اسلامی، حبیب‌الله، (1351)، روان‌شناسی و رویا؛ از دیدگاه اسلام و فلاسفه، تهران: اشراقی.
- 6- امین، سیدحسن (1389)، خواب و رویا در شاهنامه، فصلنامه آفتاب اسرار، شماره 11-12.
- 7- پارسا، سیداحمد، واهیم، گل اندام، (1388)، انواع خواب و رویا در مثنوی، دو فصلنامه علمی پژوهشی ادبیات فارسی دانشگاه الزهراء، سال اول، شماره اول.
- 8- پورنامداریان، تقی، (1364)، رمز و داستان‌های رمزی در ادب فارسی؛ تحلیل از داستان‌های عرفانی - فلسفی ابن سینا و سهروردی. تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- 9- پیرانی، منصور، عظیمی، فاطمه، (1390)، آموزه‌های اخلاقی خواب و رویا و تاثیر آن بر تحول شخصیت عرفا، فصلنامه علمی پژوهشی زبان و ادب فارسی، شماره،
- 10- جامی، نورالدین عبدالرحمن، (1386)، نفحات الانس، تهران: انتشارات سخن.
- 11- حداد، وحیده، بیدهندی، محمد، (1392)، ماهیت خواب و رویا از نگاه فارابی، سهروردی و ابن عربی، فصلنامه اندیشه دینی دانشگاه شیراز، دوره 13، شماره 4.
- 12- حداد، وحیده، ناجی اصفهانی، حامد، (1394)، خواب و رویا و تحلیل آن از منظر سینا و ملاصدرا، فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه قم، سال هفدهم، شماره اول.
- 13- حلبی، علی‌اصغر، (1386)، تاریخ فلسفه در ایران و جهان اسلامی. تهران: نشر زوار.
- 14- خرم‌دشتی، ابراهیم، (1392)، بررسی جایگاه و اعتبار خواب و رویا از منظر قرآن و حدیث، دانشگاه کاشان، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، پایان نامه کارشناسی ارشد.
- 15- رضایی، احمد، (1394)، مقایسه خواب و رؤیا در متون حماسی و عرفانی، فصلنامه پژوهش‌های ادبی، سال 12، شماره 48.
- 16- زمردی، حمیرا، حیدری، محبوبه، (1390)، ریخت‌شناسی قصه‌های خواب در متون نثر صوفیه، فصلنامه ادب فارسی، دوره جدید، شماره 3-5.
- 17- سامی، کاظم، (1362)، بررسی نظرات مختلف درباره رویا. تهران.
- 18- سجادی، جعفر، (1378)، فرهنگ اصطلاحات و تعبیرات عرفانی، تهران: کتابخانه طهوری.
- 19- شجاعی، محمد، (1379) خواب و نشانهای آن. تهران: انتشارات مؤسسه فرهنگی دانش و اندیشه

معاصر.

- 20- عطار، فریدالدین، (1346) تذکره الاولیاء. تصحیح محمد استعلامی. تهران: زوار.
- 21- عین‌القضات همدانی، (1370)، تمهیدات. تصحیح عقیف عسیران، تهران: منوچهری.
- 22- فروزانفر، بدیع الزمان، (1367)، شرح مثنوی شریف، جلد چهارم، زوار.
- 23- فروم، اریک، (1368)، زبان از یاد رفته، ترجمه ابراهیم امانت، تهران: مروارید.
- 24- فروید، (1342)، تعبیر خواب و بیماری‌های روانی، ترجمه ایرج پورباقر، تهران: آسیا.
- 25- گلی، احمد، رجبی، رقیه، (1389)، خواب در شاهنامه، فصلنامه کهن نامه ادب پارسی، سال اول،

شماره اول.

- 26- مجلسی، محمدباقر، (1392)، بحارالانوار، تهران: نشر کتاب فروشی اسلامیه.
- 27- محسنی، محمدباقر و مرندی، لیلا، (1386)، تجلی خواب عارفان در مثنوی مولانا، فصلنامه تخصصی عرفان، سال پنجم، شماره 19.
- 28- محمدزاده حقیقی، عرفانه، رحیمیان، سعید، (1395)، ارتباط وحی و روای صادقانه با عالم مثال از دیدگاه سهروردی و صدرالدین شیرازی، فصلنامه پژوهش‌های فلسفی - کلامی، سال هجدهم، شماره 69.
- 29- مکارم شیرازی، ناصر، (1362)، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- 30- همایی، جلال‌الدین، (1366)، مولوی‌نامه، تهران: انتشارات هما.
- 31- یونگ، کارل گوستاو، (1377)، تحلیل رویا. ترجمه رضا رضایی، تهران: نشر افکار.