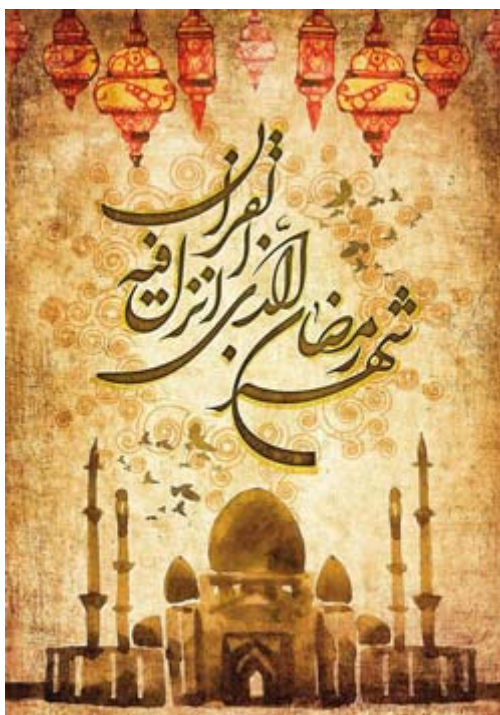


روزه، روزگار پیوستن به اصل خویش «1»

<"xml encoding="UTF-8?">



مقدمه

آمد رمضان و عید با ماست	قفل آمد و آن کلید با ماست
بر بست دهان و دیده بگشاد	و آن نور که دیده دید با ماست
آمد رمضان به خدمت دل	و آن کس که دل آفرید با ماست
در روزه اگر پدید شد رنج	گنج دل ناپدید با ماست
کردیم ز روزه جان و دل پاک	هر چند تن پلید با ماست
روزه به زبان حال گوید	کم شو که همه مزید با ماست

مولوی

بر سر سفره الهی

بار دیگر ضیافتی برپا می‌شود و مؤمنان بر سر سفره رحمت الهی حاضر می‌گردند. در نیمه‌های شب تک چراغی در

هر خانه اما چلچراغی در دل‌ها روشن می‌شود، نجوای مناجات و رایحه سحرانگیز صلوات و تسبیح فضا را ملکوتی و معطر می‌کند.

اینک ماه رمضان بر دوستانش اقبال نموده است، ماهی که آلودگی‌ها را می‌شوید و می‌سوزاند توبه دل‌های خطاکاران و گرسنگی بندگان در این ایام مبارک رحمت الهی را جلب می‌کند اگر خواستار آن هستیم که از سفره پر بهره این ماه بهتر و بیشتر برخوردار شویم باید روح و روان را در چشمه زلال روزه بشوییم و نفس اماره را در بند کشیم.

ماه رمضان در دستورات اسلامی و مکتب قرآن یک دوره آموزشی، تربیتی و هدیه‌های آسمانی به حساب می‌آید، آدمی در چنین اوقاتی بیش از ماههای دیگر ملتزم و مقید می‌گردد که با خدای خویش راز و نیاز کند، عبادات را اعم از واجبات و مستحبات جدی‌تر انجام دهد، با قرآن انس گیرد و بدین گونه روح خود را با کلام حق صفا دهد، روزه‌دار رابطه اش را در این ماه با افراد جامعه خصوص محرومان و رنج دیدگان قوی‌تر می‌نماید و برای رفع گرفتاری‌های اقشار کم بضاعت با کوشش افزون‌تری گام بر می‌دارد، در واقع روزه دار راستین هم فاصله بین خود و خدا را کم می‌کند و هم فاصله‌ها و تضادها و شکاف‌های اجتماعی را از بین می‌برد، او برای تفاهم، اتحاد و انسجام بین مؤمنان لحظه‌های آرام نمی‌گیرد، بین قلب‌ها پیوند و اخوت برقرار می‌سازد هم از نفس خویش آلودگی‌ها را دور می‌سازد و هم همت به خرج می‌دهد که ناگواری‌های اجتماعی زایل گردند و به جای آن تفاهم، موّدت، صمیمیت و هم‌دردی و دل‌سوزی متقابل جایگزین شود، روزه دار این گونه خود را به تقوا و پارسایی نزدیک می‌کند و کسی که پرهیزگاری را در تمامی ابعاد به کار گیرد نزد خداوند از کرامتی ویژه بهره‌مند است، در سرای آخرت برای خود جایگاه ویژه و شایسته در نظر گرفته و نیز به برکت این خویشستن داری و خوش‌نیتی نوعی فراست و فرزاندگی را بدست می‌آورد و از سرچشمه فیوضات ربّانی جرعه‌های جاویدی می‌نوشد.

در ضیافت پروردگار نشانی از تشریفات اهل دنیا دیده نمی‌شود، قشربندی‌های متداول اجتماعی در این فراخوانی ملکوتی مشاهده نمی‌گردد، همه از کوچک و بزرگ، زن و مرد و فقیر و غنی، دعوت شده‌اند، از این میهمانی شمیم معنویت و نوای اجابت دعا به مشام می‌رسد. شب زنده داری بر سجاده راز و نیاز از رسم‌های این دعوت باشکوه است اینک در بگشائید، عود بسوزانید و این همدم مبارک را در تار و پود وجود و لحظه‌های زندگی خود جای دهید، شاید سعادت و فضیلت دیدار این میزبان بی‌همتا دیگر بار نصیب نگردد. رمضان دیگر سرشار از فضیلت، معنویت و جاذبه‌های درونی نقاب از سیمای تابان خود برداشت و زمین و زمان و دنیای اسلام را از رایحه دل‌آویز خود عطرآگین ساخت. ماه نزول کتاب محکم الهی و ایامی که کرامت و شرافت و برتری آن با سایر ماههای سال قابل قیاس نمی‌باشد، تحمّل گرسنگی و تشنگی و به دیگر سخن «صوم» به معنای تجلی تمام جلوه‌های آن نیست، ماه پالایش از معاصی و مناهی است.

بارش برکات

رمضان فرصت سبز فراخوان الهی است که دل‌های روبه‌آفتاب برای شرکت در حرکتی شکوهمند صلازده می‌شوند و بساط پرنشاط اما ساده و بی‌پیرایه این ضیافت پر عمق دل‌های اهل ایمان گسترانیده می‌شود، خوانی به

وسعت ملک و ملکوت، باران رحمت الهی که شروع به ریزش می‌کند باید دل را از روی زمین خاکی برداشت و زیر قطره های این نشانه لطف الهی رفت، باران با طراوت می بارد تا آئینه زنگار گرفته «قلوب الناس» به صفایی دیگر نشیند و جان و روان غبار گرفته ایشان به زلال این بارش لطیف و لطف آمیز پاک و پیراسته شود. عارفان و اهل سلوک گفته اند در این ماه دل‌ها را باید از اغیار شست و مهر به فناپذیری‌ها را سوزانید. پس خسران بزرگی خواهد بود اگر این ایام را به غفلت و بدون منفعت از دست دهیم و در آخر کار مشاهده کنیم جز جوع و عطش و زجر و صجر چیزی نصیبمان نگردیده و درخاتمه باز همان باشیم که بودیم، همان آدم سابق با همان ویژگی‌های نفسانی که بر حوزه وجودمان سایه افکنده است. پس باید دیده بصیرت را گشود و نظر در بطن و باطن این عبادت انداخت تا مراد و منظور غایی و عالیش را دریافت به تعبیر شاعر :

نظر را نغز کن تا نغز بینی	گذر از پوست کن تا مغز بینی
---------------------------	----------------------------

خواجه عبدالله انصاری گفته است: اینک ماه رمضان آمد که هم بسوزد و هم بشوید، به آتش گرسنگی تن ما را بسوزاند و به آب توبه دل‌های گناهکاران را بشوید. ماه رمضان که شریف‌ترین ماه هاست موسم معاملات تو دانسته، ماهی که در آن گناهان آمرزیده، دیوها رانده، درب بهشت گشوده و درهای دوزخ بسته می‌شود.

گر بسوزد گوبسوز و گرنواز گونواز	عاشق آن به کومیان آب و آتش در بود
تا بدان اوّل بسوزد، پس بدین غرقه شود	چون زخودی خود شود معشوقش اندر بر بود

آن صاحب دل که در این ماه پر معرفت بدرجات معرفت قلبی خود بیفزاید منجّای تجلّیات حضرت دوست می‌شود. رمضان که می‌آید می‌باید خم خانه نفس رذیله فرو ریزد و بت خانه وجود از لوّث وجود تمام اصنام فرودین مادی و اهریمنی پالوده و پیراسته گردد که به فرموده مولانا امیرالمؤمنین (علیه السلام) مادر بت‌ها، بت نفس شماسست.

کوتاه سخن آن که رمضان درهای باغ مغفرت و معرفت را سحر تا سحر می‌گشاید تا ساکنان حریم خلوت دل، افطار تا افطار، روزه در آن بگشایند و دیده به روی دوست گشایند که اهل دل را یک چنین درخت روزه‌ای در پایان ماه به برگ و ثمر می‌نشیند شجره طوبایی که حاصل پالایش خاک وجود از ذره‌های تعلّق و تعین جز اوست. پس قدر این بوستان معنا را بدانیم و از کف با کفایت ساقی اش ساغرهای مکارم و معارف ستانیم که چون ماه رمضان به هلال نشیند و محو گردد ما نیز در حالت صحو عارفانه خویش در محیط انوار و جذباتش که بسیار اعلاست محو شویم و چنان نگردیم که در پایان کار از سر تحسّر و تغبان دست بر روی دست زنیم که ای دل غافل:

قرب یک ماه به میخانه اقامت کردم	اتفاقاً رمضان بود و ندانستم من! (1)
---------------------------------	-------------------------------------

روزه در میان امت‌های گذشته

روزه در میان یهود و مسیح متداول بوده و جزو آیین و از ارکان عبادات آن‌ها به حساب می‌آمده است. در تورات

به وجوب روزه و حدود آن تصریحی نمی باشد ولی روزه داران ستوده شده اند. در این کتاب درج گردیده که حضرت موسی چهار روز صائم بود و از قول او نقل شده است: هنگام برآمدنم به کوه که لوحه ای سنگی یعنی لوحه ای عهدی که خداوند با شما بست، را بگیرم، در کوه چهار روز و چهار شب ماندم و نه نان خوردم و نه آب نوشیدم. (2) یهودیان به یادمان خرابی اورشلیم یک روز از ماه آب را روزه می گیرند و نیز هنگام توبه و طلب رضایت خداوند روزه می داشتند تا به گناهان خود اعتراف کرده به واسطه روزه و ندامت از خطاهای قبلی رضای حضرت اقدس الهی را تحصیل نمایند. (3)

در اناجیل اربعه نیز به وجوب روزه تصریح گردیده و روزه دار مورد تحسین قرار گرفته و از ریا برحذر داشته شده است. روزه مشهور مسیحیان قبل از عید فصح است، حضرت مسیح نیز چنانکه از کتاب مقدس مسیحیان بر می آید چهار روز، روزه دار بوده است: آن گاه عیسی از قوت روح به بیابان برده شد تا ابلیس او را امتحان نماید پس چهار شبانه صائم گشت تا سرانجام گرسنه گردید. (4) حتی از انجیل «لوقا» فهمیده می شود که حواریون حضرت عیسی (علیه السلام) روزه می گرفته اند. بنابراین حیات حواریون و پیروان راستین ادیان در ایام گذشته عمری مملو از انکار لذات های زودگذر و رحمت های بی شمار روزه داری بوده است. (5)

در مذاهب قدیم مصر، روم، یونان و هند نیز انواع روزه معمول و مرسوم بوده است، در روایات اسلامی آمده است که کتاب های بزرگ آسمانی چون تورات، انجیل، زبور، صحف و قرآن در ماه رمضان نازل شده اند، امام صادق (علیه السلام) فرموده اند: «تورات ششم ماه مبارک، انجیل در دوازدهم و زبور داود در هیجدهم این ماه خجسته فرو فرستاده شده اند. قرآن کریم در شب قدر نازل گردید و سپس تدریجاً در مدت بیست و سه سال بر رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) وحی گشت و چون آیه «شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ» (6) در این ماه نازل گشت این ماه دارای شرافت و فضیلت ویژه ای گردید و مناسب با وجوب روزه که عبادت مهمی است، گردید.» (7)

در کلام وحی

کلمه صوم در قرآن چهارده بار تکرار شده است. (8) اصل آن امساک از مطلق فعل شامل خوردن، نوشیدن و گفتن می باشد و این معنا در مفردات راغب و اقرب الموارد آمده است اما مؤلف تفسیر مجمع البیان می افزاید هرچه از حرکت بایستد و نیز سکوت هم می تواند معنای صوم را برساند. (9) اما صوم در فرهنگ قرآن امساک ویژه ای است از طعام و امور دیگر که در منابع فقهی مندرج است (10) و از طلوع فجر شروع شده و با رسیدن تاریکی اولیه شب به پایان می رسد، از قرآن ب رمی آید که روزه در میان امت های دیگر رواج داشته اما این امت مشخص نشده اند. درباره صوم زکریا از سخن گفتن در قرآن تصریحی نمی باشد بلکه خداوند قدرت سخن گفتن را برای مدت سه روز از وی سلب کرده است (11) اما در مورد مریم قرآن به صراحت روزه صمت را مطرح کرده است، (12) از این نکته بر می آید که چنین روزه ای در میان بنی اسرائیل بوده و نیز مبین آن است که دم فرو بستن برای چند روز و فکر کردن در مورد یک موضوع خردمندانه و مورد تأیید قرآن است و سکوت توأم با اندیشه دریچه ای را بر روی آدمی می گشاید، بیتوته حضرت نبی اکرم (صلی الله علیه و آله) در غار حراء نیز همراه سکوت توأم با تفکر بوده است. در اسلام صوم صمت تشریع نشده بلکه با اشکالاتی همراه می باشد و فقها فرموده اند حرام است

انسان در نیت روزه خود سکوت را قید کند ولی اگر بدون تکلم روزه بگیرد اشکال ندارد. در فرهنگ عترت نبی اکرم (صلی الله علیه و آله) و منابع روایی اگرچه روزه سکوت و امساک از تکلم نهی گردیده ولی از دیدگاه ائمه هدی کم سخن گفتن و بیشتر فکر کردن یک ممدوح اخلاقی است (13) و سعدی با الهام از احادیث می گوید: «کم گوی و گزیده گوی چون در» در بحث های تفسیری آیات 183 تا 187 قرآن ابعادی مهم از روزه روشن گردیده که در محورهای ذیل قابل ذکر هستند:

- 1- روزه بر مؤمنان مکتوب گشته چنان که بر امت های گذشته واجب بوده است یعنی این عبادت همانند نماز، امر به معروف و نهی از منکر، اقامه عدل و قسط، مبارزه با ستم و حرام خواری، وجه مشترک تمام ادیان آسمانی است و از این منظر روزه یک تشریع تأسیسی به حساب نمی آید چون حکمش سابقه دار بوده است.
- 2- روزه یک سنت الهی است و روزه دار از دستورات پروردگارش پیروی کرده است.
- 3- روزه دار به سرمایه ای به نام پارسایی نایل می گردد و برای رسیدن به این مهم از آنچه خلاف، حرام، ممنوع و غیرمجاز است اجتناب می کند، تأکید اصلی این است که روزه برای پروا داری و تقوا تعیین شده اگرچه منافع و مزایا و خیرات زیادی برای فرد و جامعه در بردارد.
- 4- موضوع «لعلکم تتقون» عام، جامع و مطلق است و پرهیز در تمامی میدان های اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، خانوادگی و انفرادی از هر آن چه نباید، معرفی شده است. آن چه وجدان اخلاقی، فطرت خدادادی، قوانین عرفی، مبانی علمی و عقلی ممنوع اعلام کرده اند در قلمرو تقوا قرار دارند، دسترسی به این توشه و زاد زیربنایی، آگاهی، اندیشه، تحریر، ریاضت، تمرین، تدبیر و تعبد را می طلبد.
- 5 - روزه عبادتی است که به دلیل بیماری، سفر، ناتوانی، قضا، فدیة و بدل دارد و هرگز هیچ مسلمانی از این قوانین معاف نمی گردد و به نوعی باید جبران کند.
- 6- در حکم روزه مدت زمانی مشخص در طول سال تعیین گردیده که یک ماه و در "شهر رمضان" می باشد، ماهی که قرآن در آن نازل گردیده و لیالی مبارک قدر به آن زینت ویژه ای داده اند.
- 7- روزه حکمی است برای جوامع انسانی و بنابراین در حدود توان، امکانات و شرایط بشری تشریع شده و محدودیت های آدمیان در آن لحاظ گردیده است.
- 8 - اهمیت روزه به اندازه ای است که نباید به عنوان دستوری دینی آن را تلقی کرد بلکه به دلیل تکریم لطف و عنایت خداوند که در این ماه بر بندگان روا نموده باید نسبت به انجام وظایف عبادی و معنوی خویش در این ایام مبارک دقت و توجه ویژه ای مبذول داشت.
- 9- در هنگام روزه داری ضمن احترام به حکم الهی باید از آلودگی های اخلاقی چون غیبت و تهمت و دروغ گویی پرهیز کرد و شایسته است حقوق بندگان خدا و حرمت شخصیت مؤمنین توسط روزه داران حفظ شود.

از دیدگاه رسول اکرم (صلی الله علیه و آله)

امام صادق (علیه السلام) به این نکته اشاره دارند که رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمودند: روزه سپر و پوششی است از آفت های دنیا و مانع عذاب آخرت است، پس هرگاه قصد روزه کردی، نیت کن که به روزه خود

نفس را از خواهش‌های آن بازداری و همت و اندیشه را از پیروی شیاطین جدا کنی و نفس خود را (از جهت ارتکاب گناهان) به منزله بیمار فرض کن، همان گونه که بیمار جسمانی به امید بهبودی میل به خوردنی و آشامیدنی نمی‌کند تو نیز با عمل روزه و به برکت آن هر لحظه امید و انتظار شفای بیماری عصیان و گناهان را داشته باش و باطن خود را از هر تیرگی، غفلت و ظلمتی که تو را از معنای اخلاص برای خدا خالی و جدا می‌سازد پاک کن. رسول خدا (صلی الله علیه و آله) فرمود: خدای تعالی می‌فرماید: «روزه برای من و مختص به من است و من ثواب درخور آن را خواهم داد و روزه خواهش نفس و شهوت طبع را می‌میراند و در آن صفا و جلای دل و پاکی اعضاء و جوارح و آبادانی ظاهر و باطن است و موجب شکرگزاری بر نعمت‌های الهی و نیکی و احسان به فقیران است و باعث افزونی تضرع و خشوع و نرمی دل و گریه و پناه بردن به خداست و سبب شکستن شهوت و سبکی حساب قیامت و دوچندان شدن حسنات است و فواید روزه بی شمار است.» (14)

خاتم پیامبران حضرت محمد (صلی الله علیه و آله) درباره اهمیت مقام روزه داران در درگاه حضرت احدیت فرموده‌اند: شب اول ماه رمضان خداوند متعال به فرشتگان فرمان می‌دهد بهشت را برای روزه داران امت محمد (صلی الله علیه و آله) مهیا کنید، درهای دوزخ را بر این روزه داران ببندید و تا پایان ماه باز نکنید و به جبرئیل هم فرمان می‌دهد به زمین فرودآی و راه نفوذ شیاطین را بر امت محمد ببند تا نتوانند ایمان و روزه آنان را فاسد کنند. (15) امام علی (علیه السلام) فرموده اند از رسول اکرم پرسیدند چکار کنیم تا شیطان از ما دور شود، پیامبر فرمودند: روزه روی شیطان را سیاه می‌کند. (16) همچنین آن حضرت تأکید فرموده‌اند: روزه بگیری تا سالم شوید. (17)

سلمان فارسی از رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) نقل کرده است که عربی از آن حضرت مطالب بسیاری را پرسید که پیامبر در پاسخ وی این موضوع را مطرح فرمودند: خداوند برای هر کتابی سروری قرار داده و برای هر آفریده‌ای سالاری، قرآن سرور کتب آسمانی و ماه رمضان سرور ماهها و شب قدر سالار شب‌ها می‌باشد، فردوس سرور اماکن بهشت و خانه کعبه سالار بقعه‌های زمین، جبرئیل سالار فرشتگان، من سرور پیامبران و علی سرور اوصیاء و حسن و حسین سرور جوانان بهشتی می‌باشند. (18) آن مصطفای پیامبران رمضان را ماه برکت و انابه به پیشگاه خداوند و ماه توبه، آمرزش و مغفرت و آزادی از آتش دوزخ معرفی کرده‌اند و نیز افزوده‌اند: رمضان ماه صبر است و پاداش صبر بهشت خواهد بود، ماه مواسات است و در آن روزی مؤمن افزایش می‌یابد. (19) امیرمؤمنان علی (علیه السلام) می‌فرمایند: پیامبر گرامی در آخرین جمعه ماه شعبان المعظم برای ما خطبه‌ای ایراد فرمودند و در آن مژده فرا رسیدن ماه مبارک رمضان را داده و مقام و جایگاه این ماه عظیم را برای ما تشریح فرمودند. در فرازی از این خطبه آمده است: ای مردم همانا ماه خدا با برکت و رحمت به شما روی آورده، ماهی که نزد خدا برترین ماه هاست و روزهایش برترین روزها و شب‌هایش برترین شب‌ها و ساعتش برترین ساعت هاست، ماهی است که در آن به میهمانی خدا دعوت شده‌اید و بدین سبب مورد تکریم الهی قرار گرفته‌اید. نفس‌هایتان در آن تسبیح خدا و خوابتان در آن عبادت است و اعمال شما در این ماه پذیرفته و دعاهایتان مستجاب است. پس با نیت‌های صادق و دل‌های پاک از خدا بخواهید که شما را در این ماه به روزه داری و خواندن قرآن کریم موفق گرداند. به درستی که شقی و دور از سعادت کسی است که در این ماه بزرگ از آمرزش الهی محروم ماند. با گرسنگی و تشنگی خود در این ماه گرسنگی و تشنگی روز قیامت را به یاد آورید. بر فقیران و درماندگان خود صدقه دهید و بزرگان خود را احترام کنید و با کودکان مهربان باشید، با خویشاوندتان رفت و آمد کنید و پیوند برقرار سازید و زبانتان را (از گفتار بی‌هوده) نگاهدارید. (20)

از منظر ائمه هدی

حضرت علی (علیه السلام) فرموده اند: «صَوْمُ شَهْرِ رَمَضَانَ فَإِنَّهُ جُنَّةٌ مِنَ الْعِقَابِ؛ (21) و روزه ماه رمضان که سپری است در برابر مجازات خدا» آن حضرت در حکمت عبادات می فرمایند: «خداوند بندگان را با نماز، زکات و تلاش در روزه داری حفظ کرده است تا اعضاء و جوارحش آرام و دیدگانش خاشع و جان و روان او فروتن و دل‌هایشان متواضع باشد. کبر و خودپسندی از آنان رخت بربندد چرا که در سجده بهترین جای صورت را به خاک مالیدن فروتنی آورد و گذاردن اعضای پر ارزش بر زمین اظهار کوچکی کردن است و روزه گرفتن و چسبیدن شکم به پشت عامل فروتنی است... به آثار عبادات بنگرید که چگونه شاخه‌های درخت کبر را در هم می شکند.» (22)

امام مؤمنان تأکید فرموده اند: «رَكَاةُ الْبَدَنِ الصَّيَامُ؛ (23) زکات بدن روزه داری است.» آن حضرت روزه را آزمونی برای میزان اخلاص بندگان معرفی کرده اند. (24)

از امام باقر (علیه السلام) روایت شده است که پیامبر به جابرین عبدالله فرمود: این ماه رمضان است که هر که روزاش را روزه بدارد و پاره‌ای از شبش را به عبادات بایستد و شکم و اندامش را از حرام بازدارد و زبانش را نگاه دارد، از گناهان خود بیرون می‌رود چنان که از ماه بیرون می‌رود، جابر گفت چه نیکوست این سخن که فرمودید، حضرت افزود ولی چه سخت است این شرط‌هایی که کرده ام. (25)

امام سجاد (علیه السلام) در فراز دعایی که هنگام دخول ماه مبارک رمضان زمزمه فرموده‌اند، گفته اند: ستایش خدایی را که از آن طرف بهشت رضوان یکی را ماه خود یعنی ماه رمضان قرار داد، ماه روزه داری که ویژه اسلام است و روزه دار را پاک می‌کند و بندگان را از آلودگی‌ها می‌رهاند، ماه قیام اهل ایمان است و خدا در آن برای هدایت مردم و برهان اهل ایمان و تمییز حق از باطل، قرآن عظیم الشان نازل کرد و بدین جهت‌ها فضیلت و شرافت این ماه را بر سایر ماهها پدیدار ساخت و به واسطه شرف و برتری و احترامات فراوان از آن جمله اموری که در غیر این ماه حلال است، حرام گردید و برای روزه این ماه وقت تمام ماه (از سپیده صبح تا مغرب) معین شده و ایزد متعال ابداً تقدیم و تأخیر آن را اجازه نفرموده، دیگر آن که شبی از شب‌های این ماه را بر هزار ماه برتری بخشیده و آن را شب قدر نام نهاده است که فرشتگان عالم بالا و روح اعظم به امر پروردگار جهان برای تعیین و تقدیر و تمامی امور قضای الهی با سلام و تحیت و برکت تا طلوع فجر صبح از آسمان بر آن کس که مشیت ازلی خدا خواسته است فرود آمدند تا حکم مبرم و قضای حتمی الهی را انجام دهند. (26)

امام صادق (علیه السلام) فرموده اند: «بدون شک روزه، تنها دست کشیدن از طعام و آشامیدنی نیست و برای آن شرطی است که تنها با رعایت آن، روزه متحقق می‌گردد و آن نگاهبانی معنوی و درونی است، پس هنگامی که روزه دارید زبان خود را از دروغ نگاه دارید و دیدگان را از ناروا فرو پوشید... ای روزه دار چنان باش که در راه خدا از آن چه غیر اوست بیزاری جست‌های و با روزه‌ای کامل از آن چه خدایت نهی کرده در آشکار و نهان به سوی او تقرّب یافت‌های و خشیت خدا را آن چنان که حق اوست در آشکار و نهان پیشه ساخته و جانت را در روزه داری به پیشگاه خداوند به طور کامل تقدیم داشت‌های و دلت را برای او از هر چیز فارغ کرده و بر آن چه خدایت فرمان داده و به انجام آن فراخوانده برگمارده‌ای. پس چون این اعمال را کامل به جای آوری روزه دار حقیقی خواهی بود و آن چه را که خدایت فرموده بنا نموده‌ای اما اگر از این اعمال بکاهی به همان مقدار از فضل و ثواب روزه‌ات کاسته‌ای به

راستی روزه صرفاً دست کشیدن از خوراک و آشامیدنی نیست بلکه خداوند آن را مانعی در برابر رفتار و گفتاری که روزه را باطل می‌کند قرار داده است، چه کم اند روزه دارند و چه بسیارند آنان که گرسنگی بر خود روا می‌دارند.» (27)

شیخ طوسی با سند خود از محمد بن فضل بغدادی نقل می‌کند که گفت: به امام هادی (علیه السلام) نوشتم فدایت شوم ماه رمضان می‌آید و در دل انسان هوای زیارت امام حسین (علیه السلام) و زیارت پدر بزرگوار تو در بغداد (کاظمین) می‌افتد، آیا در وطن خود بماند و روزه بگیرد تا ماه رمضان به پایان برسد یا در این ماه مسافرت کند و افطار نماید؟ امام در پاسخ نوشت: ماه رمضان از آن چنان فضیلت و اجری برخوردار است که هیچ ماهی ندارد پس چون فرا رسید به آن عمل بشود. (28)

امام حسن عسکری (علیه السلام) فرموده اند: «هر کس ده ماه رمضان بطور متوالی روزه بگیرد وارد بهشت گردد.» (29)

حکمت روزه

چند نفر یهودی به محضر رسول خدا (صلی الله علیه و آله) آمدند و یکی از آنان مسایلی از آن حضرت پرسیداز جمله عرضه داشت: برای چه خداوند عزّ و جلّ سی روز، روزه بر امت تو واجب کرده ولی بر امم گذشته بیش از سی روز فرض و لازم قرار داده بود؟ نبی اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمودند: «وقتی جناب آدم از شجره نهی شده تناول کرد و آن چه خورده بود سی روز در شکمش باقی ماند پس حق تعالی بر ذریه‌اش واجب کرد که سی روز گرسنه و تشنه باشند و آن چه را که در بین این سی روز (خوردن و آشامیدن در شب‌ها) می‌خورند و در خوراکی‌ها مجازند تفضلی است از جانب حق تعالی و همین حکم بر جناب آدم نیز ثابت بود. باری حق عزّ و جلّ حکم مزبور را بر امت من واجب گردانید.» (30)

نا گفته نماند که روزه از احکام انسان ساز است و پی بردن به فلسفه کامل آن همچون سایر احکام الهی برای انسان عادی امکان‌پذیر نخواهد بود، دانش محدود بشر نمی‌تواند راهگشای همه اسرار نهفته باشد و اندیشه خود را به سوی کشف تمام مجهولات رهنمون نماید اما انسان مؤمن معتقد و خردمند می‌داند که خداوند خیر محض است و جز خوبی و سعادت برای بندگانش نمی‌خواهد پس اگر به چیزی فرمان می‌دهد برای انسان مزایایی دارد و بشر را به کمال و فضیلتی می‌رساند و هرچه را نهی می‌فرماید برای جوامع بشری زیان بخش بوده و بر مصالح مادی و معنوی آدمی لطمه می‌زند، در عین حال می‌توان ابعاد از حکمت روزه را روشن کرد چنانچه در بالا به نمونه‌ای بر اساس روایت معتبری اشاره کردیم و اگر ما به تمامی جنبه‌های فلسفه روزه پی‌نبریم به هیچ وجه این حالت بهانه‌ای برای سرپیچی از امر الهی نمی‌باشد.

روزه یک عبادت جامع است یعنی بدن، قلب و روح را پاک می‌سازد، در تمام عبادات دستورات دینی یکی از این بعدها مطرح شده اما روزه همه را شامل می‌شود به همین دلیل رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) فرموده اند: «روزه قلب عبادات است، روزه آدمی را به یاد آخرت می‌اندازد و انسان را متوجه سرای جاوید و فرجام خویش می‌سازد زیرا وقتی آدمی بر خلاف غریزه تنازع بقاء و شهوات حیوانی و تمایلات نفسانی دمی چند از پرورش بدن و

رسیدگی به خواهش های خود چشم پوشی کرد متوجه می شود عمر خویش را نباید در این دنیا صرف خوردن، خفتن و شهوترانی بکند و به فکر تدارک توشه آخرت خواهد بود، به علاوه خالی بودن شکم بشر را متوجه معارف و احکام می کند.» سعدی سروده است :

اندرون از طعام خالی دار	تا در او نور معرفت بینی تهی
از حکمتی به علت آن	که پری از طعام تا بینی

یکی از عرفا هم چه نیکو گفته است :

این دهان بستی دهانی باز شد	که خورنده لقمه ها راز شد
----------------------------	--------------------------

علمای روان شناس هم تصریح نموده اند اعراض از خواهش های مادی و بدنی، جاذبه های روحی و معنوی را تقویت می کند.

زندگی انسان در این دنیا گاهی مقرراتی را برهم می زند و آدمی را برده خویش می سازد یکی از قیودی که جوامع انسانی را اسیر می کند و طوق بندگی بر گردن آنان می افکند، غذا خوردن در ساعاتی خاص است و چنان مردم را به اسارت وادار می دارد که می گویند اگر فلان سفره با تزئینات نباشد و در ساعتی خاص مهیا نگردد، چه می شود. روزه انسان را این گونه پرورش می دهد که بر وجودش مسلم گردد این تمایلات درونی برای خوردن و عافیت طلبی ظالمانه است و اراده انسان را در اختیار می گیرد و اگر روزی ترتیب غذایی او بهم بخورد، عنان نفس را از دست می دهد، باید این زنجیر اسارت را با روزه پاره کرد که یک قوت روحی پدید آید و آدم را به عالم علوی سیر دهد. روان شناسان ثابت کرده اند هرچند انسان درباره موضوعی زحمت بکشد، بیشتر آن را دوست می دارد و بدان علاقه افزون تری دارد و بهترین مثال در این مورد اشتیاق مادر است که نسبت به کودک خود ابراز می دارد و او هرچه بیشتر برای فرزندش رنج و بیداری در شب را تحمل می کند وی را بیش از گذشته دوست دارد و کودکی که دور از مادر در پرورشگاهها و نزد دایگان بزرگ می شوند چندان مورد توجه مادر خود نمی باشند. هر دستور دینی که اجرا شود ایمان انسان را پایدارتر می نماید و آنان که در عبادات ثابت ترند بیشتر نفس خود را وادار به آداب بندگی کرده اند، روزه برای این مقصود حداکثر استفاده را می بخشد چرا که روزه داری به زحمت نفس نیاز دارد و انسانی که مدتی این سختی ها را تحمل کرده است به دلیل این که روح و دل را صفا و صیقل داده است در اواخر ماه رمضان به جای خستگی و افسردگی و ناتوانی یک نوع وجد و شغفی را در اعماق وجود خود احساس می کند روزه یک آزمایش به ناراحتی هم هست، خداوند متعال در این سرای فانی به بشر اجازه زندگی اختیاری داده است که هم می تواند در آن کار خوب انجام دهد و از این رهگذر مقام خود را بالاتر از فرشتگان نماید و هم مختار است که به شرارت و شقاوت و خلاف رویکرد نشان دهد و به آن جا تنزل یابد که حتی از چهارپایان هم پست تر گردد. بنابراین کردار انسان در این جهان یک نوع آزمون است، گاهی امتحان به خوشی ها و امکانات فراوان و نعمت های گوناگون است و در این حال خداوند مراقب اعمال این فرد است که آیا شکر نعمت را به جای می آورد و این عطاها و نشاهای لطف بی کرانش را کجاها مصرف می گردد، در راه حق و یا باطل، یک وقت هم هست که پروردگار بنده اش را به اموری آزمایش می کند که با یک کاستی و محرومیت و تحمل زجر و مشقت روبروست و در این حال آن شخص باید صبر پیشه کند، گرسنگی را تحمل نماید و از برخی خواهش های نفسانی چشم بپوشد و لذت ها را ترک کند و این امتحان دوم در روزه داری کاملاً قابل مشاهده است.

یک حکمت دیگر هم این است که انسان در موقع خوشی‌ها و راحت طلبی‌ها خداوند را فراموش می‌کند و هنگام گرفتاری و سختی‌ها به یاد خالق می‌افتد، البته آنان که دل را به نور ایمان روشن کرده‌اند در هیچ شرایطی ارتباط معنوی و ملکوتی خود را با آسمان قطع نمی‌کنند ولی اکثر مردم در خوشگذرانی‌ها و راحت طلبی‌ها ذکر حق را به بوته فراموشی می‌سپارند، روزه برای این گونه افراد دارویی بسیار درمان کننده است، زیرا در حالت روزه انسان خود را محتاج می‌بیند که به سوی برآورنده حاجات توجّه کند این است که رمضان را ماه عبادت خوانده‌اند و ماهی است که نفس آدمی بیش از همیشه یاد خدا را در دل می‌پروراند.

مادری که بنا به برخی ضرورت‌ها از فرزندش فاصله می‌گیرد، با وجود گرفتاری گاهی کودک را نزد خود می‌آورد و با وی انس می‌گیرد و می‌کوشد او را با زندگی خود آشنا و مأنوس سازد اگر مادر چنین نکند و سال‌ها کودکش نزد دایه باشد و یا در مکانی تحت نظارت مربیان قرار گیرد سرشت آن طفل به محیط زندگی دایه و کودکستان انس می‌گیرد و همان تربیت را که در آن محیط می‌بیند فرا می‌گیرد و نسبت به والدین و تربیت خانوادگی بیگانه می‌شود.

انسان در این دنیا از خدای خویش بر اثر برخی حجاب‌ها و نسیان‌ها فاصله گرفته است و از اصل خویش دور افتاده است. روزه یک شرایط معنوی ویژه‌ای فراهم می‌کند که حداقل برای مدت معینی انسان را متوجه ملکوت و جهان والا می‌کند و او را از این فرودگاه فانی به سوی آسمان‌ها و عالم قدس و ملکوت سیر می‌دهد و به او هشدار می‌دهد مبادا این فضیلت‌ها و معنویت‌ها را فراموش کند، در عین این آشنایی روزه مانع از آن نیست که این انسان از برخی امکانات دنیا بهره‌گیرد، بنابراین یکی از حکمت‌های مهم روزه این است که می‌تواند انسان روزه‌دار را متوجه مبدأ و تربیت حقیقی خویش کند به علاوه روزه جسم و روح را بهم متصل می‌کند و هر دو را متوجه حقایق می‌نماید، خداوند در این ماه به بندگان نزدیک‌تر است و به همین دلیل توبه‌ها را می‌پذیرد و گناهان را می‌بخشد و از فضل خویش بندگان را برخوردار می‌سازد.

پیامبران، ائمه هدی، دانشمندان اخلاق و عرفان و حکماء مدام به مردم نوید می‌دهند که اگر کمی از توجه به دنیا کم کنید خواهید دید لذت‌های بسیاری وجود دارد که حظّ جهان در برابرش اندک است اما گوش شنوا در میان مردم وجود ندارد یا حداقل درصد آنان که به این فراخوانی ندای مثبت می‌دهند ناچیز می‌باشد و عموم اقشار جامعه غالباً، در لذت‌های مادی غرق‌اند و چنان وجودشان مسخّر این امور است که به آنان اجازه نمی‌دهد حقایق دیگری را مشاهده کنند و نمونه‌ای از مسرتّ روحانی را درک نمایند، برای چشاندن این مسرتّ‌ها به مردم باید وسایلی باشد که خواهی نخواهی آنان را برای مدتی معین از عالم ماده دور کرده و دری از عالم معنا بر رویشان بگشاید. بهترین این وسایل روزه است که طعم لذت معنوی را به همه می‌فهماند و به مردمی که تصور می‌کردند لذت منحصر به خوردن، خوابیدن و شهوت رانی است می‌آموزد که تنها فقدان و نقصان این لذائذ حظّ آدمی را کم نمی‌کند بلکه نفس را برای قبول لذت‌های جدید و جاویدان مهیّا می‌کند. پس از این که آدمی نمونه مسرتّ را چشید و معتقد شد که این حالات همان گونه که انبیاء و اولیاء فرموده‌اند درجات مهمی دارند، روش خود را عوض می‌کنند و دیگر تمام تلاش خود را صرف تن‌پروری، عافیت طلبی و آرایش دنیایی نمی‌سازند.

کودکی را در نظر بگیرید که تا کنون مزه شیرینی حلوا را نچشیده است و هرچه والدین از مزایای این ماده شیرین می‌گویند نمی‌تواند بفهمد بالأخره حلوا چیست و احتمالاً از خوردن آن هم اجتناب می‌ورزد اما مادرش به هر ترتیبی شده مقداری حلوا به دهنش می‌گذارد و او چون دید آن چه گفته‌اند صحتّ دارد دیگر نیاز نیست که با اصرار و اجبار دیگران حلوا بخورد، بلکه خود دنبالش دویده و از همان غذایی که ابتدا نمی‌خورد، می‌خواهد بیشتر

و فراوان‌تر تناول کند. اصولاً ترک لذت‌های بدنی و دنیایی خود با لذت معنوی توأم است :

اگر لذت ترک لذت بدانی || دگر لذت نفس لذت نخوانی

بنابراین روزه برای انسان اموری را فراهم می‌کند که از مسرت‌های دنیوی بالاتر است ممکن است برخی این تردید را مطرح کنند که مؤمنان پس از پایان ماه رمضان غالباً شادمان هستند که از روزه گرفتن نجات یافته‌اند، در جواب آنان باید گفت: این همان نفس حیوانی است که می‌خواهد به لذت‌های دنیا اکتفا کند و از لذات آخرتی غافل بماند. در برابر این تردید یک نکته دیگر مطرح است که اشاره به آن جالب خواهد بود: یک انسان روزه‌دار که گرسنه و تشنه است و ساعت‌ها و روزها خود را از برخی امکانات و خواهش‌های نفسانی محروم کرده، هیچگاه وقتی یک آدم روزه خوار را مشاهده می‌کند به هیچ عنوان از دیدنش احساس حسادت نمی‌کند که چرا از شرایط او محروم است، بر عکس یک خوشحالی و شادمانی معنوی را در وجود خود می‌بیند این مسرت از جسم و تمایلات مادی او که نیست زیرا بدنش در رنج و سختی است بلکه این روح و سرشت اوست که احساس لذت می‌کند که خداوند چنین توفیقی را نصیب او کرده و این سعادت جاوید را برایش در نظر گرفته است. (31)

فضل بن شاذان از حضرت امام رضا (علیه السلام) درباره علت وجوب روزه سؤال کرد، حضرت فرمود: مسلمانان مأمور شده اند روزه بگیرند تا درد گرسنگی و عطش را درک کنند و به فقر آخرت راهنمایی شوند، روزه داری که خود را محتاج خدا ببیند پاداشش افزوده می‌شود، با روزه گرفتن هوای نفسانی کنترل می‌گردد و روزه برای روزه دار اندرز گوی خوبی است و او را برای انجام واجبات تشویق می‌نماید. (32)

پی نوشت ها :

1. تفسیر ادبی و عرفانی قرآن مجید، خواجه عبدالله انصاری، ذیل تفسیر آیات 185 و 187 سوره بقره.
2. قاموس کتاب مقدس، ص 427.
3. نک: تورات، فصل نهم، ش 9.
4. انجیل متی، باب چهارم، ش اول و دوم.
5. قاموس کتاب مقدس، ص 428.
6. سوره بقره، آیه 185.
7. دائرةالمعارف تشیع، ج 8، ص 372.
8. سوره بقره، آیات 183 تا 187 و نیز آیه 196، سوره نساء، آیه 92، مجادله، آیه 4، مائده، آیه 95، احزاب، آیه 35، مریم، آیه 26 (بنگرید به المعجم المفهرس لالفاظ القرآن الکریم، وضعه فواد عبدالباقی، ص 417).
9. قاموس قرآن، سید علی اکبر قرشی، ج 4، ص 165، فرهنگ اصطلاحات قرآنی، یوسف حریری.
10. از جمله بنگرید به تحریر الوسیله، ج 1، ص 278، من لایحضره الفقیه، ج 2، ص 132.
11. چنان که در آیه 41 آل عمران و آیه دهم سوره مریم آمده است.
12. سوره مریم، آیه 26.
13. نک: وسایل الشیعه فی تحصیل مسایل الشریعه، شیخ حرّ عاملی، کتاب الصوم.
14. جامع السعادات، مولی مهدی نراقی، فصل 109 (درجات روزه)، ص 475-476؛ مصباح الشریعه، باب بیستم و مستدرک الوسایل، ج اول، ص 590 - 589.

15. بحار الانوار، ج96، ص.255
16. همان، ص.255
17. همان.
18. همان، ج40، ص.54
19. همان، ج96، ص 340..342
20. متن کامل این خطبه در بحارالانوار، ج96 و اقبال الاعمال سید بن طاووس آمده است.
21. نهج البلاغه، خطبه.110
22. همان، خطبه. 192
23. همان، حکمت. 136
24. همان، حکمت. 252
25. مفاتیح الجنان، بخش اعمال ماه رمضان.
26. صحیفه سجادیه، دعای 44، با استفاده از ترجمه حکیم میرزا مهدی الهی قمشه‌ای.
27. وسایل الشیعه، کتاب الصوم، ج 7، ص 117..119
28. تهذیب الاحکام، ج 2، ص110، حدیث 14، بحارالانوار، ج 100، ص 115، حدیث.23
29. خصال، شیخ صدوق، ص 445، حدیث 42؛ وسایل الشیعه، ج 7، ص. 176
30. علل الشرایع، شیخ صدوق، جلد سوم، باب. 110
31. روزه از نظر دین و طب، ص 25.. 23
32. عیون اخبار الرضا(علیه السلام)، شیخ صدوق، ص353-352.

پاسدار اسلام : شهریور 1386، شماره 309