



ولتكن منكم امة يدعون الى الخير

۶۳۸

شماره (۴)

رمضان

۱۳۵۳

همايون

سال اول

دی ماه

۱۳۱۳

بسم الله الرحمن الرحيم

ماه رمضان و روزه گرفتن ما

یکی از امور مهمه که اسلام برای فائده بشر در نظر گرفته روزه ماه رمضان است که در درجه دوم احکام اسلامی است . روزه چنانچه از آثار اسلامی بدست میآید دارای فوائد دینی و اخلاقی و اجتماعی و صحتی و غیر اینهاست . اسلام در کمتر حکمی است که فقط یکفائده را منظور داشته باشد

فایده اخلاقی - نفس بواسطه روزه معتاد به ترك لذات و شهوات درنهمان و آشکار میشود . و بواسطه این در انسان ملکه ایجاد میشود که میتواند در مقابل هر گونه لذت مادی خود داری کند . و نیز انسان را دارای عزم راسخ و اراده قوی و صبر در سختی ها مینماید . زیرا کسی که یکماه تمام در ایستادگی مقابل شهوات نفسانی ورزیده شد در سایر امور نیز دارای طاقت شده و دیگر زحمات سخت را تحمل مینماید . این خود بزرگترین وسیله برای موفقیت مسلمان در جنگها

بود، چونکه بگر سنگی و تشنگی اختیاری عادت کرده بودند، باین جهت اگر در جنگها دچار آن میشدند چندان اهمیتی برای آنها نداشت و تحمل مینمودند

فائده صحی - در اثر روزه غذایی را که انسان خورده و مبدل

باخلاط فاسده شده، برای نبودن غذا در معده تحلیل میرود. فوائد امساک را طب قدیم و جدید ثابت نموده که اکنون در صدد شرح آن نیستیم و فقط بگفته یکی از اطباء امریکائی در اینجا اکتفاء میکنیم. دکتر کارلو میگوید: چونکه امراض زیاد شده است خود را

ناگزیر می بینم که هموطنان خود را نصیحت نمایم و آنها را بدوائی مؤثر که در دست رس هر فقیر و بی نیاز است راهنمایی کنم. این همانا روزه ایست که محمد عربی در جزیره العرب تشریح نمود. زیرا که در نتیجه یکماه تقلیل طعام در هر سال؛ میکروبهای مضره که در معده هستند چون غذا بآنها نمیرسد میمیرند و از مردن آنها بدن زنده می شود و معده بقوت و نشاط خود بر میگردد. ولی اگر همیشه غذا داشته باشند همواره زنده خواهند بود و بمعده صدمات سختی وارد میکنند. این یکی از تعالیم صحیحه ایست که محمد از وحی آسمانی برای سعادت مندی ملت خود استمداد نموده است (علاوه آنکه امساک معالجه ایست طبیعی و معالجات طبیعی بخلاف سائر معالجات ضرردگری ندارد

فائده اجتماعی - روزه دارد در نتیجه روزه احساس بگر سنگی

وضعف در خود، بسختی گرسنگی پی برده متذکر حال فقراء و تنگدستان میشود. و باین جهت عواطف او تحریک شده تا بآنان مساعدت و همراهی نماید. این فائده روزه بیش از فائده های دیگر در آثار اسلامی باو تذکر داده شده است

فائده دینی - بواسطه ترك شهوت در نفس روزه دار صفائی



پیدا شود که از آلاینس های مادی پاك گردد و او را با يك عالم نورانی مواجه نماید زیرا از شدت قوای مادی و حیوانی او کاسته و بر توای عقلی و روحی او میافزاید. اسلام پیش از هر چیز در احکام خود این فائده را در نظر گرفته. روزه دارای فوائد دیگری نیز هست که اکنون از بیان آنها صرف نظر میکنیم.

حال باید به بینیم، ما مسلمانین از کدام يك از فوائدیکه اسلام برای روزه در نظر گرفته استفاده میکنیم

اما فواید اخلاقی - در ما بالعکس نتیجه بخشیده زیرا چنانکه می بینیم روزه داران همواره غضبناک و مخصوصاً در نزدیکی افطار بطوری عصبانی هستند که کسی نباید با آنها حرفی بزند زیرا در آن موقع خود را بصورت منحوسی در آورده و قیافه عبوس خود را تحویل مردم میدهند. یا بمختصر جهتی بنای بد گوئی گذاشته و از استعمال هیچگونه الفاظ رکیک خود داری نمیکند

اما از نظر صحتی - این روزه های ما بیشتر اسباب خرابی مزاج روزه داران را فراهم آورده. زیرا برای اینکه مدت مدیدی امساک نموده اند بقدری در اول افطار می خورند و سیگار و دود می کشند که معده و مجرای تنفس را خراب میکنند. بعضی از آنها از زیاد خوردن بکناری افتاده و تا مدتی در حالت غشوه و بیهوشی هستند و آنرا ضعف روزه نام میگذارند. پس از آن هم تا سحر از این جلسه بآن جلسه و از این دوره بآن دوره هر خوراکی که در دسترس آنها بیافتد می خورند برای اینکه فردا را میبایست روزه بگیرند. در موقع سحر هم خواهی نخواهی، اشتها داشته یا نداشته پیش از حاجت غذا میخورند و موجبات تخمه و سوء هضم را فراهم میکنند.

دیگر از عادات مضر بصحت که معمول است افطار و شام جدا

گانه است که مخصوصاً در مهمانی‌ها بیش تر معمول است، و این یکی از عادات نکوهیده است و مکرر اتفاق افتاده که اشخاصی در نتیجه این کار مبتلای بامراض مزاجی شده اند که قابل علاج نبوده. پیغمبر واصحاب او در اول افطار چند دانه خرما میخوردند و پس از نماز مغرب صرف شام مینمودند

دیگر از عادات مضر بصحت که در این ماه معمول است بیداری شب و خوابیدن روز است. طب و شریعت با این عادت مخالف است چون واضح است که خواب روز دارای خاصیت خواب شب نیست و نیز شب برای خواب واستراحت معین شده (وجعل لكم اللیل سکناً) شب زنده داری خوب است ولی برای عبادت نه برای آنانکه نماز صبح را فدای بیداری شب میکنند مخصوصاً دسته که روز هم روزه نمیگیرند و شب را بیدارند (برای اینکه کافر مطلق نباشند) - بلی بیداری در شب های تابستان بواسطه کوتاهی شب و بلندی روز چندان زیانی ندارد ولی در زمستان جز ضرر صحی هیچ نتیجه ندارد. این است که می بینید در ماه رمضان رنگها زرد و مزاجها منحرف است و مردم نادان آن را از نتایج روزه می دانند در صورتیکه مربوط به خواب روز و پر خوری شب است.

دیگر از نتایج بیداری شب خواب بین الطلوعین است که بار از استنشاق هوای آزاد صبح محروم میکند. این هم یکی از عادات نکوهیده است که در غیر این ماه معمول است مخصوصاً در نزد تبتلیها و اروپا. آبها که صبح را تا چند ساعت از آفتاب خواب هستند. با آنکه فوائد صحی بیداری در این وقت محتاج بشرح نیست. هوا در این وقت آزادترین هواست زیرا از دود کارخانجات و طبیخها و غبارها و دیگر کثافات شهری پاک است علاوه هوا در این وقت بواسطه



اشعه شمس مملو از اثر و تنفس از آن برای صحت نافع است در شریعت اسلام آنرا از ساعات بهشت می‌شمارند زیرا از هر کثافت و آلاشی پاک است دیگر از زیانها صحتی که فقط در نتیجه جهل و عادت و تقلید است روزه گرفتن بعضی از مرضی است برای اینکه مبادا مورد نکوهش مردم واقع شوند و یا از روی بی اطلاعی با حکام شریعت است چنانکه اعتقاد بعضی است که می‌بایست روزه را بگیرند اگر چه بمیرند و بعکس دسته دیگر از مردم صحیح المزاج هستند که روزه نمیگیرند بگمان اینکه با صحت مخالف است و باید هر چند ساعت چیزی وارد معده شود . آنچه طب صحیح ثابت نموده آنست که امساک دارای فوائد بسیاری برای مزاج و معده میباشد که به آن تذکر دادیم

اما از نظر دینی - کار خیلی رسواست زیرا که برای این دوره ها و جلسه ها که برای بیداری شب تشکیل میشود شغلی لازم است . زیرا کسیکه از صبح تا شب دهانش بسته بوده و خود را محبوس می‌پنداشته باید در عوض شب را تفریح کنند و مجلسی مهیا نماید . بد گوئی و دسته بندی و برضد یکدیگر اقدام کردن و امثال اینها از کارهای معمولی است بسیاری از اوقات کار بقمار و مشروب و جای باریکتر هم میرسد !! چه مالهای هنگفت که باین سبب بر باد رود و چه ناموس ها که هتك شود . خیلی از زنهای نابکار استفاده هنگفت آنها در این ماه است !! راستی بآن حدیث که گوید (هنگام روزهت باید باغیر آن فرق داشته باشد) خوب عمل میکنند اگر در غیر این ماه بواسطه مشاغل زیاد از کردارهای ناپسندیده خود داری میکردند در این ماه حق او را ادا نمایند آنچه از شهوت پرستی و خود سری که از سابق باقی داشتند در این ماه حسابش را پاک میکنند

اما فائده اجتماعی - احسانی که مردم در اینجا بفقره و وزیر

دستان دارند چند دانه خرماست که بعنوان افطاری تقسیم مینمایند -
اگر هم مهمانی کنند جز یکدسته نروتمند و بی نیاز وهم پیشه های
خودشان و آنها که وسایل زندگانشان مهیاست ؛ کس دیگری نیست
و مردم بی بضاعت و تنگدست بآن مجالس راه ندارند مگر دسته
(رجال الغیب) که در هر عزا و عروسی و مهمانی حاضرند - خلاصه
مفاسد زندگانی ما عموماً و در این ماه خصوصاً بیش از آنست که
میتوان باین نگارش ها بیان نمود !!

اکنون به بینیم این است ماه رمضانی که اینهمه شریعت اسلام
باو مینالد؟؟ اینست اعمالیکه خدا در اینماه از ما خواسته؟! چرا باید
با این رفتار خود راه را برای آنها که باین ماه ارجحی نمیگذارند باز
کنیم و بآنها حق دهیم که ما را استهزاء کنند
اسلام میخواهد در اینماه مدرسه باز نماید و شاگردانی بیرون
دهد همه درس خداشناسی خوانده و رزشهای اخلاقی نموده و دارای
ملکات فاضله نه اینکه برای امساک چند ساعت اینهمه مفاسد اخلاقی و
صحی و اجتماعی بار آورند اسلام میخواهد در این مدرسه مردم را
بروزه داشتن چشم و گوش و دهان و تمام اعضاء و جوارح تربیت نماید
و کارهای ناپسند از میان آنها رخت بر بندد؛ در قرآن کریم **تَحَمَّلْ**
و تفکر نمایند تا با حقایق آن آشنا و مأنوس شوند (انزل فیه القرآن)
اسلام رهبانیت را که دارای مفاسد بسیار بود باطل کرد و روزه را که
دارای مصالح بیشمار است بجای آن قرارداد که **مفاسد مادی و معنوی**
و روحی بشری را تأمین نماید اینکه می بینید ما از نتایج روزه و رمضان
دیهره مند نمیشویم برای اینست که ما از حقیقت و معنی آن صرف نظر
کرده و بصورت و ظاهر آن چسبیده ایم و این خود پیداست که از
صورت تنها بدون حقیقت یا از پوست بدون مغز خاصیتی ظاهر نشود
عبدالحسین ابن الدین