

فلسفه روزه و رمضان

استاد دارالعلوم زاهدان

استاد دارالعلوم زاهدان

آری، بر همگان روشن است که سعادت در این نهفته است که نفس شیطانی از نفس ملکی بگونه‌ای تبعیت کند و فرامین آن را به اجرا در بیاورد که به راحتی رنگ و بوی متبوعش را که همانا نفس ملکی است بخود گیرد و در مقابل نفس ملکی چنان قوی و تأثیر گذار باشد که رنگ و بوی نفس شیطانی را پشت پا زده و به خواسته‌های پست آن تن در ندهد. و آن گونه که خاتم نقش خود را بر شمع بر جای می‌گذارد، نفس شیطانی بر نفس ملکی تأثیر گذار نباشد و برای رسیدن به این نقطه از کمال و معنویت راهی وجود ندارد جز این که، نفس ملکی از پیش خود تصمیماتی را اتخاذ نموده و آن را به نفس شیطانی ابلاغ کند و از آن بخواهد که به آن تصمیمات جامه‌ی عمل بپوشاند و نفس شیطانی در برابر خواسته‌های نفس ملکی سر تسلیم فرو آورده و راه بغاوت را اختیار نکند و از پذیرش آن امتناع نورزد. و این روند (تبعیت نفس شیطانی از نفس ملکی) بدون وقفه ادامه یابد تا این که نفس شیطانی تن دادن به خواسته‌های نفس ملکی را تمرین نموده و به آن معتاد شود. این خواسته‌ها که نفس ملکی، نفس شیطانی را بر خلاف میلش به پذیرفتن و ادا می‌کند لزوماً باید از نوع خواسته‌هایی باشند که باعث انشراح و شادمانی نفس ملکی و انقباض و پریشانی نفس شیطانی شوند، مانند تشبه به ملکوت و گرایش به جبروت یعنی نزدیک شدن به صفات خداوندی همانطور که در خبر آمده است «تَخَلَّقُوا بِأَخْلَاقِ اللَّهِ» - خود را با خصلت‌های خداوندی آراسته کنید - و این دو خصیصه (تشبه به ملکوت و گرایش به جبروت) وجهی امتیاز نفس ملکی هستند و نفس شیطانی از این خصلتها بسیار دور است. یا این که نفس شیطانی خواسته‌ها و مقتضیات خود را رها نموده و در استفاده از تجملات و لذت‌ها از حد مجاز تجاوز نکند. روح و جوهری روزه عبارت از دو خصلت مذکور است: یعنی تشبه به ملکوت و گرایش به جبروت و رها شدن از مقتضیات نفس شیطانی و مهار کردن (نه سرکوب کردن) خواسته‌های بشری.

روزه دهر، خیر! روزه یک ماه، آری!

با توجه به نیازهای شدید و فوری که توده‌ها با آن مواجه هستند و با عنایت به وابستگی مردم به اموال و آمیزش آنان با ازدواج، روزه گرفتن مداوم و مستمر امری ناممکن و غیر مقدور برای عامه مردم و تکلیف مالایطاق است.

انسان بگونه‌ای آفریده شده که دو عنصر بر آن حکومت می‌کند:

۱- نفس ملکی ۲- نفس شیطانی
خواسته‌های نفس ملکی و ویژگیهای آن، همان خواسته‌ها و ویژگیهای فرشتگان و معصومان است و از آنجایی که حاکمیت و غلبه نفس شیطانی مانع از ظهور و بروز احکام نفس ملکی است؛ لازم بود که برای مغلوب و مقهور شدن نفس شیطانی ترتیبی الهی اتخاذ شود.
قطعاً می‌دانیم که ابزار و عوامل رشد و تقویت نفس شیطانی، خوردن، نوشیدن و غرق شدن در ورطه لذات جنسی و شهوی است.

زیرا پیامدهای غرق شدن در لذایذ جنسی و انهماک در خوردن و نوشیدن، بسیار مخرب و سرانجامی بس مهلک و خطرناک دارد. تأمین نیازهای بشری در چهار چوب شرایع و ادیان الهی متفاوت با انهماک در لذایذ بطن و فرج است. انسان اگر در چهارچوب شرایع و ادیان الهی غرایز بشری را تأمین کند، نفس شیطانی هرگز غلبه پیدا نمی‌کند و نفس ملکی مغلوب و مقهور نمی‌شود. اما از آنجا که انسان خطاکار است «فعضی آدم ربه فغوی» اگر چراغ قرمزی در مسیر او نصب نشود و حوزه حلال و حرام برایش بارها تکرار نشود، نه تنها حقوق خالق و مخلوق را رعایت نمی‌کند بلکه دست به اعمالی می‌زند که خود را نیز دچار حرمان می‌کند و به نابودی می‌کشاند.

برای این که جلوی تحرکات نفس شیطانی و حاکمیت آن بر نفس ملکی گرفته شود، الهیون و پیروان ادیان آسمانی شیوه‌های مختلف و متعددی ارایه کرده‌اند. این شیوه‌ها هر چند که بی‌ثمر نبودند اما بدلیل افراط و تفریطی که همراه داشتند به تمام معنا مورد پسند اسلام که دین وسط و اعتدال است، قرار نگرفته‌اند. اسلام و برخی ادیان آسمانی و سایر مکاتبی که در پی بروز و ظهور خواسته‌های نفس ملکی هستند، با وجود فاصله زیادی که میان آنها وجود دارد و با وجود اختلاف مذاهب و تفاوت رسم و آئین، بر این اتفاق نظر دارند که مؤثرترین راه جلوگیری تحریکات نفس شیطانی این است که جلوی انهماک آن گرفته شود و به آن اجازه داده نشود که بطور مداوم و مستمر نیازهایش را تأمین کند و برای مغلوب ساختن آن لازم است در تأمین نیازهایش وقفه ایجاد شود تا توانش مضمحل شده و مقهور نفس ملکی گردد.

از این رو خداوند بعد از یک فاصله معین زمانی، روزه گرفتن روزهایی را که بتوان از آنها به اوضاع و احوال نفس ملکی پی برد، واجب گردانید.

روزه این روزها برای ظهور احکام نفس ملکی و مغلوب و مقهور شدن نفس شیطانی، چنان مقیاس استاندارد است که نفس ملکی در پرتو روزه این روزها، علاوه بر ابراز مقتضیات خود می‌تواند به جبران کاستی‌هایش نیز بپردازد.

مثال نفس و روزه گرفتن آن در بخشی از روزهای سال عیناً مانند اسبی است که ریسمان یا طناب آن با چوب یا زنجیری که دو طرف آن در داخل دیوار می‌باشد، گره زده شده است و آن اسب در حالی که بسته است در طول مسافت طناب خود به این سو و آن سو می‌دود ولی از مسافت طول طناب خود تجاوز نمی‌کند.

آری، لازم بود که مقدار روزه‌های روزه فرض نه بسیار اندک و نه خیلی زیاد، بلکه از لحاظ اصلاح نفس استاندارد و هماهنگ با توانمندی اغلب توده‌ها باشد. نه چندان کم که روزه‌دار را به هدف نرساند و نه چنان زیاد که باعث تحلیل بنیه فیزیکی شده و روزه‌دار را به مرگ نزدیک کند و علاقه و دلبستگی او را بطور کلی از بین ببرد.

بی‌گمان روزه تریاق دفع زهرها و سم‌های نفس شیطانی است، اما فراموش نکنیم که در عین حال نوعی زخم و جراحت است که دستگاه ماشین پنهان انسان را دچار عیب و نقص می‌کند. اگر بدون وقفه و به مدت بیش از یک ماه طولانی شود، شاید برای تعلیم این نکته رسول اکرم صلی الله علیه و آله جز رمضان هیچ ماهی را تا آخر روزه نگرفته است^(۱). روی این حساب لازم بود که روزه و تعداد روزهای آن به مقدار نیاز تصویب شود زیرا بر اساس اصل فقهی و شرعی «الضرورة تقدر بقدر الضرورة».

آری، همه ما می‌دانیم که کاستن از خوردن و نوشیدن دو صورت دارد:

۱- یکی این که انسان بدون ایجاد وقفه، مقدار خوردن و نوشیدن را تقلیل دهد. خیلی کم بخورد و خیلی کم بنوشد و وقفه‌ای در فاصله‌ی غذا ایجاد نکند.

۲- دوم این که در غذا خوردن و نوشیدن فاصله ایجاد کند و این فاصله را از فاصله معمول و عادی طولانی‌تر کند.

آنچه که در ادیان و شرایع معتبر است صورت دوم است زیرا ایجاد فاصله نسبتاً طولانی و بیش از فاصله معمول جلوی چاقی و چربی بدن را که منشأ بسیاری از

بیماری‌ها است، می‌گیرد. خواسته‌های نفس شیطانی را مهار (نه سرکوب) می‌کند و عملاً انسان را با طعم گرسنگی و تشنگی آشنا می‌سازد. نفس شیطانی را مغلوب و مقهور می‌کند و بطور محسوس بر نفس شیطانی تأثیر می‌گذارد.

اما صورت اول، ممکن است برای مدت کوتاهی به ضعف نفس شیطانی بینجامد ولی با مرور زمان این ضعف از بین می‌رود و کم خوردن و کم نوشیدن عادت نفس قرار می‌گیرد و برای عمل کردن بر آن هیچگونه فشاری بر نفس وارد نمی‌شود. طعم گرسنگی و تشنگی را لمس نمی‌کند و علاوه بر این شیوه (صورت اول) را نمی‌توان در تشریح و تدوین احکام عامه به راحتی رعایت نمود. زیرا مردم در مقدار خوردن و نوشیدن دارای تفاوت‌های زیادی هستند. ممکن است دو بست گرم برنج برای یک فرد خوراکی کافی و عادی باشد و برای فرد دیگری بسیار اندک. روی این حساب تعیین دو بست گرم غذا اگر برای فرد اول کافی باشد، بی‌گمان در حق فرد دوم اجحاف و ظلم است. ولی در نظر گرفتن فاصله نسبتاً طولانی‌تر از فاصله عادی و معمول برای همه مردم، عرب و عجم، دارا و نادار، پرخور و کم‌خور و برای کلیه ملل و اقوامی که از مزاج سالم و صحیح انسانی برخوردار هستند، یکسان است. زیرا اغلب مردم دنیا غذای شان، همان شام و نهار است و قطعاً امتناع از خوردن در طول روز بدون این که مهلک باشد، طعم گرسنگی را به روزه دار می‌چشانند و در تحقق اهداف روزه بسیار مؤثر واقع می‌شود. و صورت اول به این دلیل نیز مردود است که مقدار اندک را نمی‌توان مقفوض به نظر هر فرد گذاشت و چنین گفت: «هرکس همان اندازه بخورد که غلبه نفس شیطانی‌اش را شکسته و بتواند آن را مهار کند». زیرا چنین چیزی در وضع احکام عامه و فراگیر سنخیت ندارد.

آری، این بمنزله آن می‌ماند که صاحب گوسفندان به گرگ بگوید: «تو چوپان گوسفندان هستی»، هر چند که چنین دستوری در ضیافت، اباحت و احسانات بلامانع است.

آری، لازم است مدت زمان روزه گرفتن و فاصله شروع و پایان روزه بقدری زیاد نباشد که منجر به تلف شدن روزه دار و از بین رفتن او شود مانند روزه گرفتن

انسان بگونه‌ای آفریده شده که دو عنصر بر آن حکومت می‌کند:

۱- نفس ملکی ۲- نفس شیطانی

انسان اگر در چهارچوب شرایع و ادیان الهی غرایز بشری را تأمین کند، نفس شیطانی هرگز غلبه پیدا نمی‌کند و نفس ملکی مغلوب و مقهور نمی‌شود.

روح و جوهری روزه عبارت از دو خصالت مذکور است: یعنی تشبه به ملکوت و گرایش به جبروت و رها شدن از مقتضیات نفس شیطانی و مهار کردن (نه سرکوب کردن) خواسته‌های بشری.

بی‌گمان روزه تریاق دفع زهرها و سم‌های نفس شیطانی است.

۱- بخاری و مسلم به روایت ام المؤمنین حضرت عایشه رضی الله عنها

سه شبانه روز پیاپی و بیش از آن زیر چنین چیزی علاوه بر این که مخالف با موضوع تشریح (وضع حکم بری همه است برای اغلب مردم و جمهور مؤمنین و مکنتین قبر عس نیست. مصلحت خداوند چنین مقتضی است که کل مدت روزه خوری در نظر گرفته شود که امساک (خودداری از خوردن، نوشیدن و جماع) بارها در آن تکرار شود تا تمرین و نتایج نفس شیطانی تحقق یابد. وگرنه گرسنگی پیوسته و یک سوخت سودی ندارد و تمرین و انقیاد در آن تحقق پیدا نمی کند.

برای تعیین مدت زمان غیر متلف که فاصله تکرار امساک نیز به لحاظ تربیت روحی و روانی در آن استاندارد باشد، لازم است زمان و بخشی از ۲۴ ساعت در نظر گرفته شود که همه مردم (با سواد و بی سواد، کاخ نشین و کوخ نشین، متمدن و غیر متمدن، پیر و جوان) آن را بشناسند. این مدت زمان که همه با آن مأنوس و آشنا هستند جز فاصله میان طلوع فجر و غروب آفتاب، که «روز» یا «نهار» نام دارد، نمی تواند باشد زیرا اگر این مدت بجای مدت مذکور چند ساعت از میان ۲۴ ساعت در نظر گرفته می شد. امروز که دنیا پیشرفت کرده است هنوز هم بسیاری تعداد کسانی که با ساعت آشنایی ندارند و حساب ساعت را نمی دانند. اندکی تأمل کنید اگر چنین می شد، چه نابسامانی و ناهماهنگی و تشویشی در انجام این فریضه الهی رخ می داد؟ ملاحظات مذکور چنین ایجاب می کند که مدت زمان امساک و خودداری از خوردن، نوشیدن و جماع به نیت روزه، یک روز کامل و به مدت یک ماه کامل تعیین گردد. زیرا مدت زمان کمتر از یک روز کامل در واقع روزه و امساک نیست بلکه نوعی تأخیر در برنامه ی غذا خوردن است. و امساک بجای روز، در شب تقریباً امری است معمول و عادی که به حال مردم تفاوت چندانی ندارد و به اهداف روزه تحقق نمی بخشد. هم چنین مدت زمان کمتر از یک ماه، یعنی یک و دو هفته، مدت کوتاهی است که تأثیر مطلوب را در پی ندارد و مدت بیش از یک ماه، یعنی دو ماه و بیشتر موجب فرو رفتن چشم ها شده و ناتوانی مفرط را همراه دارد. آری چنین چیزی بارها تجربه و مشاهده شده است حتی ممکن است این عمل منجر به مرگ روزه دار شود. در اعتصاب غذا که معمولاً زندانیان بخاطر رسیدن به مقاصد سیاسی بدان دست می زنند، این گونه آثار نامیمون همواره مشاهده شده است.

یک روز کامل، آغاز و پایانش به ترتیب طلوع فجر و غروب آفتاب است. زیرا طبق محاسبات عرب روز کامل عبارت است از طلوع فجر تا غروب آفتاب. اعراب قبل از اسلام که روز عاشورا را روزه می گرفتند. آغاز امساک آنان طلوع فجر و پایانش غروب آفتاب بود.

ماه کامل نیز آغاز و پایانش رویت هلال می باشد. زیرا ماه کامل در عرف عرب عبارت بود از روزهای میانی دو هلال. -

آنان ماه را با حساب شمسی محاسبه نمی کردند - آری به جهت این که تشریح و وضع احکام برای همه مردم و بخاطر اصلاح توده ها، عرب و عجم است لازم بود که انتخاب این یک ماه در اختیار خود مردم گذاشته نشود تا هر کس ماهی را که روزه گرفتن برایشان آسان باشد، انتخاب کند زیرا چنین اختیاری در واقع باب بهانه جویی و ترک روزه را می گشاید و موجب بسته شدن باب امر به معروف و نهی از منکر می گردد و در نتیجه، روزه که از ارکان مهم اسلام است از اهمیت آن کاسته می شود و از بین می رود. علاوه بر این تعیین یک ماه برای همه، اجتماع و اتفاق انبوه و جم غفیری از مسلمانان بر یک امر و همزمان، نوعی یاری و کمک به همدیگر است و مشکل ترین کار را برای آنان آسان نموده و آنان را برای انجام هر مشکل تشجیع می کند حتی به قول معروف: (مرگ انبوه جشنی دارد) و هم چنین این اتفاق و عبادت هماهنگ بیشتر موجب نزول برکات الهی بر خواص و عامه مردم گردیده و غیر کاملین را از انوار کاملین بهره مند می سازد و نزول انوار کاملین را بر غیر کاملین تحقق می بخشد و دعوت کاملین را فراگیر می سازد. از آن جهت که مصلحت بندگان، روزه یک ماه را مقتضی است ماهی بهتر و مناسب تر از ماه رمضان نبود. رمضان ماه نزول قرآن است «شهر رمضان الذی انزل فیہ القرآن». ماهی است که ملت اسلام پایه های ایمانی خود را در این ماه استحکام بخشیده است. ماه رمضان ماهی است که شب قدر را در بر دارد «لیلة القدر خیر من الف شهر».

در پایان به این نکته اشاره می شود که رمضان و روزه، دارای دو مرتبه است، مرتبه ای که برای همگان، تیزهوشان و کودکان، فارغان و مشغولان به کار، خواص و توده ها، لازم است، مرتبه ای است که اگر مراعات نشود به اصل برنامه لطمه خورده است و مرتبه دوم مرتبه تکمیلی است که در واقع برنامه محسنین و سابقین است.

مرتبه اول عبارت است از: روزه رمضان و اکتفا به فرایض پنجگانه. در حدیث وارد شده است «من صلی العشاء و الصبح فی جماعة فکانما قام اللیل» هر کس نماز صبح و فجر را با جماعت بخواند، مانند این است که تمام شب را عبادت کرده است. مرتبه دوم به لحاظ کمی و کیفی، برتر از مرتبه اول است و آن عبارت است از: عبادت در شب های رمضان، پاک نگاه داشتن زبان و سایر اعضاء بدن، روزه گرفتن شش روز شوال، روزه گرفتن ۳ روز در هر ماه، روزه عاشورا و اعتکاف ده روز پایانی رمضان.

به امید این که روزه رمضان مایه نجات همه روزه داران سراسر گیتی قرار گیرد.*