

روزه در اسلام

وادیان دیگر

روزه داران حقیقی - فلسفه روزه - روزه طبی و اسلامی



روزه که در عربی از آن «صوم» تعبیر می‌شود، در لغت به معنی «امساکه» است، و اگر کسی از سخن گفتن، راه رفتن و یا غذا خوردن امساک کند به او «صائم» گفته می‌شود (۱) و در اصطلاح فقهی به کسی که از سبیده دم تا غروب شرعی از مفطرات دهگانه به نیت روزه امساک کند صائم (روزه‌دار) گفته می‌شود.

روزه دار راستین

روزه داری که از مفطرات دهگانه امساک کند، انجام وظیفه کرده است، ولی اگر بخواهد در ردیف روزه داران واقعی قرار گرفته، از پادشاهای عظیم الهی برخوردار گردد، باید از جمیع گناهان بپرهیزد. امام صادق (ع) روزه دار واقعی را چنین توصیف می‌فرماید:

«اگر روزه گرفتی، باید چشم و گوش و نیز از حرام روزه بگیری و دست و دیگر اعضای بدنت نیز از گناهان روزه بگیری». (۲)

۱- تاج العروس، ج ۸ ص ۳۷۳

۲- سفینه البحار، ج ۲ ص ۶۵

آری هنگامی که روزه دار دهان خود را از خوردنی ها و آشامیدنی ها به نیت روزه می بندد، باید چشمش را هم از نگاه به نامحرمان ، و صحنه های حرام و گوشش را از شنیدن ساز و آواز و نغمه های حرام فرو بندد، و زبانش را از دروغ و غیبت و بیعتن بازدارد و شکمش را از ربا و رشوه و مشروبات الکلی و دیگر لقمه های حرام دور بدارد؛ دستش هرگز به سوی حرام دراز نشود و هایش به مجالس حرام کشیده نشود.

امام باقر (ع) خطاب به «بابر بن عبدالله انصاری» فرمود : ای جابر! کسیکه در ماه رمضان روزها را روزه بگیرد و قسمتی از شبها را به عبادت سپری کند... و زبانش را از گناه نگاهدارد، چشمش را از نگاه نامشروع بپوشانید و مردم را نیازدارد از گناهان پاک می شود چنان که گویی تازه از مادر زاده شده است .

جابر گفت : به به ، چه حدیث زیبایی است ؟

امام فرمود: آری، حدیث بسیار دشواری است ! (۳)

اگر کسی چنین روزه ای بگیرد، روزه اش به تعبیر امام اکرم (ص) میر آتش است. و به هنگام انتظار خداوند به فرشتگان می فرماید : «گواه باشید که من او را آمرزیدم» (۴)

ولی اگر کسی فقط به بستن دهان اکتفا کند و از دیگر گناهان پرهیز نکند، هرگز در ردیف روزه داران واقعی قرار نمی گیرد ، اینک چند حدیث در این زمینه به نظر خوانندگان محترم می رسانیم:

۱- پیامبر اکرم (ص) فرمود: هر کس در ماه رمضان غیبت مسلمانی را بکند، آرزوی آن ماه نتوانی نمی برد.

۲- بازان حضرت فرمود: دروغ روزه را باطل می کند، نگاه به زن نامحرم و سایر کم باشد یازاید، روزه را باطل می کند.

۳- پیامبر اکرم (ص) خطاب به امیرمؤمنان (ع) فرمود : یا علی ! از غیبت و سخن چینی پرهیز ، که غیبت روزه را باطل می کند و سخن چینی موجب عذاب قبر می شود. (۵)

۴- حضرت علی (ع) در مورد چنین روزه داران می فرماید : ای بسا روزمنازانی که از روزه جز تشنگی و گرسنگی نصیبی ندارد . و ای بسا شب زنده داری که جز نوح

۳- وسائل الشیعه، ج ۷ ص ۲۲۰ ، ۴- اصول کافی، ج ۲ ص ۶۴ ، ۵- وسائل الشیعه، ص ۲۰

وی خواهی بفرماید ندارد. چه زیبات خواب زیرکان و انظار آنان. (۶)

بهی است که اگر کسی نتواند روزه واقعی بگیرد، حق روزه خواری ندارد، بلکه باید بگوید که هر روز بهتر از روز قبل روزه بگیرد. زیرا مسلمان هرگز نباید دیروز و امروزش را برایش بداند که به تمییز امام صادق (ع) مفیون است، و هر روز باید گامی به پیش نهاد هر روزش بهتر از روز قبل باشد.

تاریخچه روزه

روزه از کهن ترین عبادت ها است که در میان تمام اقوام و ملل جهان رایج بوده است رومیان و هندوها، به کثرت روزه مشهور بودند، یونانیها و مصریها در مرتبه بعدی قرار داشتند.

در تمام ادیان آسمانی و غیره چون یهود، مسیحیت ، بودائی ، برهمنائی، صائینی، زرتشتی و مانوی، روزه جزء احکام واجب به شمار می رفت ، و غالباً در حدود یک ماه بود .

این ندیم در فهرست خود می گوید: روزه صائین درست یکماه بود. (۷)

مانوی ها جمعاً یکماه روزه می گرفتند ، برهمنائی ها اول و چهاردهم هر ماه و اول هر فصل از سال و روزهای کسوف را روزه می گرفتند که جمعاً در حدود یکماه می شود .

بودائی ها اول ونهم و پانزدهم و بیست و دوم هر ماه را روزه می گرفتند و استراحت کامل می کردند، حتی افطارشان را از روز قبل تهیه می کردند. یهودیان ۹ نisan ، ۱۰ نسیس و ۲۴ تموز را روزه می گرفتند و روزه های مستحبی آنان به مناسبت اعیاد و حوادث تاریخی و مذهبی به ۲۵ روز در سال می رسد ولی در تورات فعلی از روزه واجب خبری نیست ! .

در میان اقوام مختلف مسیحی، پروتستانها روزه واجب ندارند و فقط روزه مستحبی دارند، ولی در میان کاتولیکها ارتدوکسها، ازمنی ها، قبطی ها و ... روزه های فراوانی همچون «جمله کرم» یافت می شود.

در آئین اسلام روزه ماه رمضان در سال دوم هجرت واجب گردید و همه مسلمانان باید به مجرد رویت هلال رمضان این فریضه بزرگ الهی را آغاز کنند و بکشند که تمام شرایط روزه واقعی را رعایت کنند.

۶- نهج البلاغه، کلمات قصار، شماره ۱۴۵ - ۷- فهرست این ندیم، ص ۴۵۷

روزه ماه رمضان از ضروریات دین مقدس اسلام است. (۸)

روزه ماه رمضان در متن قرآن به صراحت و تفصیل بیان شده است. (۹)
 و در احادیث وارد شده که روزه مبارک رمضان بیش از اسلام فقطیر پیامبران واجب
 بود. خداوند با تعیین روزه ماه رمضان امت مسلمان را گرامی داشت. (۱۰)
 از احادیث فراوانی که در زمینه عظمت ماه مبارک رمضان وارد شده برمی آید که همه
 کتابهای آسمانی در ماه رمضان نازل شده است :

صحن ابراهیم، در شب اول، تورات در شب ششم، انجیل در شب دوازدهم، زبور
 در شب هجدهم، قرآن در شب بیست و سوم. نزول قرآن در ماه رمضان، در متن قرآن به
 صراحت بیان شده است. (۱۱)

مفسران از مجموع آیات مربوط به نزول قرآن، استفاده می کنند که قرآن دو
 نزول دارد: یکی نزول دفعی و دیگری نزول تدریجی. نزول دفعی آن در ماه
 رمضان و در شب آنهم شب قدر انجام یافته و نزول تدریجی آن در مدت ۲۳ سال بوده
 است. (۱۲)

فلسفه روزه

ما، در پیروی از احکام اسلامی هرگز تابع فلسفه نیستیم، اگر فلسفه حکمی را بدانیم
 آنرا با امتثال فرمان خدا انجام می دهیم نه برای فلسفه آن، و اگر فلسفه حکمی را ندانیم
 باز هم به فرمان خدا هر حکمی از احکام اسلامی با توجه به یک سلسله مسالغ و مفاسد مقرر شده
 و هیچ حکمی بی جهت نمی باشد.

محمد بن سناک در نامه ای به محمدرامام رضا (ع) می نویسد :

«مردم خیال میکنند هر چه واجب است، خداوند خواسته است که
 واجب باشد، و هر چه حرام است باین دلیل است که خداوند خواسته است که
 حرام باشد» حضرت رضا (ع) در پاسخ نوشت :

«هر کس چنین خیال کند، از راه راست منحرف شده و در گمراهی
 روشنی فرو رفته است.»

۸- عروة الوثقی، باحواشی مراجع بزرگ، ص ۳۴۹-۹- سورة بقره آیه های ۱۸۴-۱۸۷
 ۱۰- وسائل الشیعه، ج ۷ ص ۱۷۳-۱۱ بقره: ۱۸۵، دخان: ۴، قمر: ۱۲- المیزان، ۲، ص ۱۴

روزه در طب قدیم

در طب قدیم روزه با اهمیت خاصی تلقی شده بود، فیثاغورث و بقراط برخی از
 امراض را با روزه معالجه می کردند. حارث بن کلدیه طبیب معروف زمان بعثت پیامبر
 اسلام، روزه را بگانه طریق معالجه بیمارها میدانست، و این سینما فصلی از کتاب قانون
 را به مداوا روزه اختصاص داده است.

روزه در طب جدید

روزه از دیدگاه طب جدید خانه تکانی انسان، و موجب نظافت کامل تمام دستگاهها
 و سلولهای بدن است. زیرا غذاهای مختلفی که می خوریم همه آنها جذب بدن نمی شود بلکه
 قسمتی از آنها به صورت رسوبات مضر در قسمتهای مختلف باقی می ماند، و بدن همانند
 ماشین با دستگاه صنعتی دیگری می گردد که انواع روشن و گریس در نقاط مختلف آن چسبیده
 و آن را آلوده کرده باشد و همین ها هستند که گاهی تولید عفونتهای گوناگون کرده سبب بروز
 بیماریها می شوند.

ولی روزه موجب شستشوی این رسوبات و مواد مزاحم می گردد و از این نظر، روزه
 طبیعی ترین و سالم ترین راه درمان بیماریهاست.

روزه دار به وسیله روزه، مواد عفونی را نابود و ریشه بیماریها را قطع کرده، تمام
 بدن را «واکسیناسیون» می کند. در صورتی که اگر قرار باشد برای از بین بردن این
 رسوبات از داروهای مختلف استفاده شود، این داروها خواه و ناخواه روی بافتهای سالم
 بدن، اثرات سوء خواهند گذاشت. چنانکه گفته می شود که به طور متوسط از استعمال ۱۰
 داروی بیماری دید می آید!

روزه طبی

به دنبال تجربیات فراوانی که دکتر «الکسی سوفورین» دانشمند شهیر روسی،
 از معالجه با روزه اندوخته، پزشکان بسیاری این روش را بهترین روش تشخیص داده، راه
 «الکسی سوفورین» را پیموده اند. تجربیات وی در سال ۱۹۲۶ میلادی در مجله معروف
 «نوفویه فریمیا» چاپ بلگراد (یوگوسلاوی) منتشر شده، سپس به صورت کتابی به نام
 «تداوی با روزه» منتشر گردید. و در سال ۱۹۳۰ توسط اسقف «ارشمندریت مخائیل خلوف»
 به عربی ترجمه و در جهان اسلام منتشر شد.

دکتر الکسی سوفورین می گوید :

«جسم به هنگام روزه، به جای غذا، از مواد داخلی استفاده می کند و آنها را مصرف می کند، و مواد کثیف و عفونی که در جسم هست و ریشه و خمیره بیماریهاست، ازین می رود بدین طریق روزه سبب بهبودی عمده بیماریهاست. بنابراین جسم خود را به وسیله روزه از داخل نظیف و پاکیزه کنید.»

بیماری هایی که این دانشمند توانسته به وسیله روزه معالجه کند به قرار زیر است :

ذو راستی، التهاب معده، التهاب حنجره، سفلیس، سل، تخریب شده های سرطان، درد چشم، زکام مزمن، درد مزمن سینه، نفخ و ورم ریه ها، بیماریهای عصبی، لرزش اندام، استسقا، فلج، کم خونی، اضطراب روحی، ضعف عمومی بدن، کبد و ترک دخانیات.

او معتقد است نه حتی کسانی که مبتلا به کم خونی هستند باز هم روزه بر آنها مفید است و هرگز آثار موفقی نخواهد داشت. او می گوید: آثار روزه بسیار عجیب است و باید گفت: «روزه اعجاز می کند».

دکتر ماک فادون می نویسد: هر انسان سالم و بایبمار به روزه احتیاج دارد.

دکتر الکسیس کارل در کتاب «انسان موجود ناشناخته» اهمیت روزه را بازگو کرده، تشریح روزه در ادیان را می ستاید.

دکتر کارلو آمریکائی، می نویسد: هر شخص بایبمار باید در هر سال مقدس از غذا پرهیز کند. زیرا مادامی که غذا بدتن می رسد، میکروبیها در حال رشد است، ولی هنگامی از غذا پرهیز می کند، میکروبیها روزه ضعف می روند... آنگاه می افزاید: روزه ای که اسلام واجب کرده، بزرگترین ضامن سلامتی تن می باشد.

اینجاست که به عظمت حدیث شریف پی می بریم که رسول اکرم (ص) می فرماید: «صوموا تصحوا» (روزه بگیرید تا سالم زندگی کنید) می فرماید: «معده خانه هر درد است، و پرهیز رأس هر دوا» (۱۳)

برایان باز هم یادآوری می شود که ما برای فرمان خدا روزه می گیریم نه برای

پایه در صفحه ۹

دست نیافته است، و چند عوامل نامرئی وجود دارد، که بر بشر امروز مغرور به علم ناقص و پوشیده است.

این حدیث و نمونه های دیگر آن می رساند که جامعه از یک پیوند ارگانیکی (۱) برخوردار است که عمل گروهی روی گروه دیگر هر چند از آن عمل بیزار باشند، اثر می گذارد.

پس با برگرامی می فرماید: **اذا اكثر انزنا، كثرت الفجاة**، اگر در جامعه ای ناپاکی زیاد شد، بیماری سکنه در آن شیوع پیدا می کند، رابطه میان عمل زنا و بیماری سکنه بر بشر امروز مکشوف نیست این وحی است که از چنین حقیقتی برده بر می دارد، و عاملی را برای شیوع این بیماری معرفی می کند که هنوز علم بر آن

۱- پیوند ارگانیکی در برابر پیوند مکانیکی است در ارتباط نخست، جامعه دارای روح واحدی است که بر آن حکومت می کند در حالی در ارتباط مکانیکی جامعه فاقد چنین پیوند بوده و فقط ارتباط ماشینی دارد.

بقیه از صفحه ۶۴

مسائل بهداشتی و... نقل سخنان این دانشمندان فقط برای توجه به عظمت این فریضه بزرگ الهی بود که انشاء الله امسال این فریضه انهی را با ایمانی راسختر و عزمی محکم تر انجام داده، از مکتب تربیتی ماه رمضان درسی های ارزنده ای بگیریم و فراموش نکنیم که برادران مسلمان ما در افغانستان برای سومین سال متوالی با دهان روزه و شکم گرسنه در جبهه نبرد حق و باطل در برابر کمونیسم اشغالگر می جنگند و از ما انتظار دارند که در سطحی که شایسته یک امت مسلمان انقلابی است، دست کمک به سوی آنها دراز کنیم.

اینک ملت ایران که گرفتار جنگ تحمیلی عراق است، به مصداق حدیث معروف حضرت موسی بن جعفر (ع) - **انما یعلم شدة الجور من حکم علیه به** - می تواند درک کند که بر برادران مسلمان ما در افغانستان و جنوب لبنان چه می گذرد؟ از اینجاست که امام صادق (ع) می فرماید: **«خداوند روزه را واجب کرد تا اغنیا کلهخی گرسنگی را بفهمند و بر فقرا ترحم کنند»**. (۱۴)