

کریمه‌ای است که واژه صوم (روزه) در آنها به کار رفته است، به گونه‌ای که با ذکر آیه یا بخش‌هایی از آیاتی که این کلمه در آنها واقع شده، به بررسی آن آیه‌ها در زمینه روزه‌داری خواهیم پرداخت.

روزه رمضان و اسرار و حکمت‌های آن

اللّٰه در قرآن به صورت الوهیتی تجلی می‌کند که انسان و سرنوشت او را بسه دست دارد^(۴). او در کنار سایر عبادات، روزه را نیز بر بنده واجب کرده است. آنچه که از قرآن کریم در باب کلمه «صوم» در معنای خاص آن یعنی معنای روزه‌داری در ماه مبارک رمضان استفاده می‌شود، در آیاتی از سوره بقره آورده

است که در لغت به معنای امساک (خودداری) مطلق از یک عمل است؛ خواه آن عمل خوردن باشد یا گفتن یا رفتن. صوم اسلامی مخصوص است به خودداری از طعام و چیزهای دیگری که در کتب فقهی مذکور است^(۱). در حقیقت، صوم در شریعت، امساک است، از دمیدن پگاه تا غروب آفتاب از مفطرات^(۲).

این واژه در قرآن کریم در سوره‌های بقره (آیات ۱۸۳، ۱۸۷، ۱۹۶)، نساء (آیه ۹۲)، مائده (آیات ۸۹، ۹۵)، مریم (آیه ۲۶)، مجادله (آیه ۴) و همچنین به صورت فعل، در سوره بقره (آیه ۱۸۴، ۱۸۵) و نیز به صورت اسم فاعل، در سوره احزاب (آیه ۳۵) به کار رفته است^(۳).

کلمه صوم به معنای روزه گرفتن و یکی از مهمترین عبادات مؤمنان است و در حکمت آن باید تعمق و تدبر فراوانی صورت گیرد.

بحث ما در این مقال، بررسی آیات

۱. سید علی اکبر قرشی، قاموس قرآن، ج ۴، ص ۱۶۵.
۲. فخر رازی، تفسیر کبیر (مفاتیح الغیب)، ج ۵، ص ۲۱۳.
۳. جعفری، آرتور، واژه‌های دخیل در قرآن مجید، ترجمه دکتر فریدون بدره‌ای، ص ۲۹۸.
۴. بلاشر، رژی، در آستانه قرآن، ترجمه دکتر محمود رامیار، ص ۲۴۷.

بنا به روایات متعدد خیر دنیا و آخرت در آن است.

در آیه ۱۸۴ سوره بقره، خداوند متعال ایضاحی در خصوص «صوم» به عمل می‌آورد:

«إِيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَّرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مَسْكِينٍ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ».

«چند روز معدودی را (باید روزه بدارید) و هرکس از شما بیمار یا مسافر باشد تعدادی از روزهای دیگر را (روزه بدارد) و بر کسانی که روزه برای آنها طاقت فرساست؛ (همچون بیماران مزمن، و پیر مردان و پیر زنان) لازم است کفاره بدهند: مسکینی را اطعام کنند؛ و کسی که کار خیری انجام دهد، برای او بهتر است؛ و روزه داشتن برای شما بهتر است اگر بدانید!»^(۳).

در این آیه، کلمات «ایاماً معدودات»

۱. رفیعی محمدی، تفسیر علمی قرآن، ج ۱، ص ۳۳.

۲. بقره، ۱۸۳. ۳. بقره، ۱۸۴.

شده و دقت در آیات بر ما مشخص خواهد کرد که جامعیت قرآن در مورد احکام الهی تردیدناپذیر است^(۱).

بنابر نص صریح قرآن کریم، روزه و روزه‌داری بر تمام مسلمانان مکلف واجب می‌باشد چنانکه بر موحدان پیش از اسلام نیز واجب بوده است:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ».

«ای ابرادی که ایمان آورده‌اید! روزه بر شما نوشته شده، همان‌گونه که بر کسانی که قبل از شما بودند نوشته شد؛ تا پرهیزکار شوید»^(۲).

از این آیه چند نکته استفاده می‌شود: اول اینکه خطاب آیه به مؤمنان است. دوم آنکه روزه داشتن امری است که وجوب آن حتمی و بلاشک است. سومین مورد آن است که این امر فقط مختص مسلمین نبوده و موحدان پیش از اسلام را نیز دربر گرفته است. دیگر مورد، بیان هدف که همان پرهیزگاری و

می‌رساند که منظور همان ماه مبارک رمضان است که روزهای آن در سال قمری مشخص گردیده‌اند^(۱). حکم دیگر در این آیه، عدم وجود روزه بر مریض و مسافر است. در این آیه اعلام شده است کسانی که این عمل برای آنها مشکل است، باید مستمندی را به عنوان فدیة، سیر کنند و البته هرچه بیشتر، بهتر. در آخر آیه، خداوند متعال، قواید روزه‌گرفتن را برای انسان مطرح می‌کند و البته این امر را انسان‌های آگاه درک خواهند کرد.

است؛ ماهی که قرآن، برای راهنمایی مردم، و نشانه‌های هدایت، و فرق میان حق و باطل، در آن نازل شده است. پس آن کس از شما که در ماه رمضان در حَضَر باشد، روزه بدارد! و آن کس که بیمار یا در سفر است، روزهای دیگری را به جای آن، روزه بگیرد! خداوند، راحتی شما را می‌خواهد، نه زحمت شما را! هدف این است که این روزها را تکمیل کنید؛ و خدا را بر اینکه شما را هدایت کرده، بزرگ بشمرید؛ باشد که شکرگزاری کنید!»^(۳).

این واژه در قرآن کریم در سوره‌های بقره (آیات ۱۸۳، ۱۸۷، ۱۹۶)، نساء (آیه ۹۲)، مائده (آیات ۸۹، ۹۵)، مریم (آیه ۲۶)، مجادله (آیه ۴) و همچنین به صورت فعل، در سوره بقره (آیه ۱۸۴، ۱۸۵) و نیز به صورت اسم فاعل، در سوره احزاب (آیه ۳۵) به کار رفته است

در آیه ۱۸۵ از سوره بقره، نزول قرآن در ماه رمضان، بیان شده و کلمه صوم در آن، اشاره به روزه‌داشتن می‌کند^(۲):

﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَ مَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَ لِيَتَّكِمُوا الْعِدَّةَ وَ لِتَكْبُرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَىٰكُمْ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾.

«روزه، در چند روز معدود) ماه رمضان

۱. ترجمه تفسیر مجمع‌البیان، ج ۱، ص ۶۴۴.
 ۲. محمدی، کاظم، سیری در مفاهیم قرآنی، ص ۳۳۵.
 ۳. بقره، ۱۸۵.

هدایت و راهنمایی است برای امتیاز حق از باطل و ماه رمضان ماهی است که قرب به خدا در عین «یُسْر» بر بندگان میسر می‌گردد.

خداوند در این آیه، مؤمنین را به یادکردن عظمت حق تعالی به دلیل هدایت ایشان به نعمت شریعت اسلام فراخوانده و این؛ البته خود نعمتی است بس بزرگ که شایسته سپاس‌گزاری است. «ل» در «لتکبروا» لام غایت است که می‌خواهد غایت و نتیجه اصل روزه را بیان کند که اشتغال به روزه برای اظهار کبریایی حق تعالی است که با نزول قرآن مسلمانان را هدایت کرد^(۱). و به دنبال آن، لزوم شکرگزاری در برابر این نعمت را یادآوری می‌کند.

در آیه ۱۸۷ از سوره بقره، خداوند متعال بندگان خود را به روزه گرفتن از پگاه تا شامگاهان دعوت و شب‌هنگام را موقع افطار و برخورداری از لذایذ مقرر

قرآن که آوای وحی است^(۱)، در ماه مبارک رمضان نازل گردیده و ماه مبارک رمضان، در این آیه، به عنوان ماهی مشخص شده است که باید در آن روزه گرفت. در حقیقت تفسیر «ایاماً معدودات» را باید در این آیه جستجو کرد.

از دیگر موارد استنباطی از این آیه، باید به تأکید مجدد آن به روزه‌گیری توسط افراد قادر به این کار، اشاره کرد و اینکه، کسانی که عذری موجه برای روزه‌نگرفتن در ماه مبارک رمضان دارند، باید به تعداد روزهای روزه نگرفته، در ماه‌های غیر از رمضان روزه بگیرند. دلیل آن در ضمن آیه چنین عنوان شده است که خداوند، راحتی را برای انسان مقدر کرده، نه مشقت و رنج. آنچه از کلام الهی از این آیه بر می‌آید، عدم رضایت حق از مشقت بندگان است و این همان چیزی است که شارع دین مبین اسلام بر آن تأکید ورزیده است.

پس روزه باید بر طریق «یُسْر» باشد و نه بر قاعده «عُسْر». این دین، دین

۱. عمید زنجانی، عباس‌علی، مبانی و روش‌های

تفسیر قرآن، ص ۱۹۱.

۲. ترجمه خلاصه تفسیر المیزان، ص ۱۲۸.

اما دسته دیگری از آیات، از روزه‌هایی سخن به میان آورده‌اند که به جای بعضی از واجبات فوت شده، به عنوان فدیة در حساب عمل‌های نیک جایگزین می‌شود. و یا روزه، به عنوان کفاره و جبران بعضی از خطاها مقرر گردیده که ذیلاً به تفکیک، آنها را مطرح می‌کنیم:

۱. در بخشی از آیه ۱۹۶ از سوره

«بقره» چنین می‌خوانیم:

«...فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضًا أَوْ بِهِ أَذًى مِنْ رَأْسِهِ فَفِدْيَةٌ مِنْ صِيَامٍ أَوْ صَدَقَةٍ أَوْ نُسُكٍ...»

خداوند در این آیه در خصوص کسانی که به حج مشرف شده‌اند و پیش از رساندن قربانی به قربانگاه، به دلیل بیماری یا آزاری در سر مجبور به تراشیدن سر می‌گردند می‌فرماید: «...و اگر کسی از شما بیمار بود، و یا ناراحتی در سر داشت، (و ناچار بود سر خود را بتراشد)، باید فدیة و کفاره‌ای از قبیل، روزه یا صدقه یا گوسفندی بدهد!...»

در این آیه، ذکر شده است که مؤمن

فرموده است. خداوند در بخشی از این آیه می‌فرماید:

«...كُلُوا وَ أَشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتَمُوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ...»

«...بخورید و بیاشامید، تا رشته سپید صبح، از رشته سیاه (شب) برای شما آشکار گردد! سپس روزه را تا شب، تکمیل کنید!...»

در این آیه شریفه، زمان روزه گرفتن بر مؤمنین مشخص گردیده است؛ یعنی از صبح‌گاه تا شامگاه هنگام «صوم» است و بنده (در ماه رمضان) جز در شب، اجازه استفاده از غذاها و نوشیدنی‌ها و سایر مفطرات را ندارد.

روزه‌های غیر ماه رمضان

آنچه در باب واژه «صوم» و آیاتی که این کلمه در آنها آمده، قابل ذکر می‌نماید این است که یک سری از آیات شریفه، در خصوص روزه‌داری در ماه رمضان و شرایط آن نازل گردیده‌اند (که درباره آنها توضیح دادیم).

آزادی برده) معرفی و مقرر شده است.
 «فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامَ شَهْرَيْنِ
 مُتَتَابِعَيْنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسَا فَمَنْ لَمْ
 يَسْتَطِعْ فإِطْعَامُ سِتِّينَ مَسْكِينًا ذَلِكَ
 لِيَتُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ
 وَلِلْكَافِرِينَ عَذَابٌ أَلِيمٌ».

«و کسی که توانایی (آزاد کردن برده‌ای) نداشته باشد، دو ماه پیاپی قبل از آمیزش روزه بگیرد؛ و کسی که این را هم نتواند، شصت مسکین را اطعام کند؛ این برای آن است که به خدا و رسولش ایمان بیاورید؛ اینها مرزهای الهی است: و کسانی که با آن مخالفت کنند، عذاب دردناکی دارند!»^(۱).

باز کلمه «شهرین متتابعین» در این آیه وجود دارد که حکایت از تعداد و توالی روزه‌ای می‌کند که روزه گیرنده به جای بنده آزادکردن (به جهت کفاره گناه) ناگزیر به گرفتن آن است.

یکی از مهمترین نکاتی که در خصوص این روزه دو ماهه مطرح

*. ظهار این است که شوهر به همسرش بگوید: پشت تو برای من مانند پشت مادرم یا خواهرم است که در این صورت پیش از آزادکردن برده، یا دو ماه متوالی روزه، حق همبستری ندارند.
 ۱. مجادله، ۴.

به عنوان جبران سرتراشیدن پیش از موعد خود در حج، فدیة‌ای بدهد که آن فدیة به صورت روزه گرفتن یا صدقه دادن و ذبح گوسفند است.

۲. در سوره مبارکه «نساء» در قسمتی از آیه ۹۲، «صوم»، در مورد قتل غیر عمدی یک فرد مسلمان، به عنوان جایگزین برای آزادکردن برده، به کفاره گناه قتل غیر عمدی آمده است:

«...فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامَ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ...».

«...و آن کس که دسترسی (به آاد کردن برده) ندارد، دو ماه پی‌درپی روزه می‌گیرد...».

دو کلمه «شهرین متتابعین» (دو ماه متوالی)، در این آیه تعداد و توالی روزه‌هایی که بایستی فرد در عوض آزادکردن بنده جهت این امر خاص، روزه بگیرد، به صراحت ذکر گردیده است.

۳. باز دو ماه روزه متوالی، در سوره «مجادله»، آیه ۴ به عنوان کفاره ظهار* (در صورت عدم تمکن ظهارکننده بر

می‌شود، صبری است که انسان در طول این مدت بر گرسنگی و تشنگی می‌کند که خود موجب فولادین شدن اراده آدمی جهت نیل به هدف تکامل معنوی خویشتن می‌گردد^(۱). صبر که رکن مهمی از ارکان دین به شمار می‌رود در رهگذر حوادث، بیمه‌کننده آدمی است^(۲). بنابراین بر ما روشن می‌گردد که چرا خداوند، در سوره آل عمران، آیه ۱۴۶ می‌فرماید:

«...و اللّٰهُ يُجِبُّ الصّٰبِرِيْنَ»
«و خداوند استقامت‌کنندگان را دوست دارد».

اینجاست که ما به رابطه تنگاتنگ بین «صوم» و «صبر» و حب خداوند پی خواهیم برد و صبر را به صورت جنبه اساسی از ایمان واقعی به خدا خواهیم شناخت^(۳).

در قرآن آیاتی هست که با بیاناتی گوناگون، خودسازی را توصیه می‌کند^(۴)، که این آیه نیز از آن جمله است که جهت خودسازی بنده نازل گردیده تا بنده با تزکیه نفس به حق تعالی

نزدیک‌تر شود.

۴. در بخشی از آیه ۸۹ از سوره «مائده» در مورد کفاره گناه شکستن سوگند و قسم می‌خوانیم:

«...فَكَفَّارَتُهُ إِطْعَامُ عَشْرَةِ مَسَاكِيْنَ مِنْ أَوْسَطِ مَا تُطْعَمُونَ أَهْلِيْكُمْ أَوْ كِسْفَتُهُمْ أَوْ تَحْرِيرُ رَقَبَةٍ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامُ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ...».

«کفاره این گونه قسمها، اطعام ده نفر

قرآن که آوای وحی است، در ماه مبارک رمضان نازل گردیده و ماه مبارک رمضان، در این آیه، به عنوان ماهی مشخص شده است که باید در آن روزه گرفت. در حقیقت تفسیر «ایام معدودات» را باید در این آیه جستجو کرد.

مستمند، از غذاهای معمولی است که به خانواده خود می‌دهید؛ یا لباس پوشاندن بر

۱. مفاهیم اخلاقی - دینی در قرآن مجید، ص ۲۰۸.
۲. مؤسسه مکاتباتی اسلام‌شناسی، انسان کامل از دیدگاه قرآن، ص ۲۵.
۳. مفاهیم اخلاقی - دینی در قرآن مجید، ص ۲۱۲.
۴. جعفری، محمدتقی، فلسفه دین، ص ۱۳۲.

دیدی، (با اشاره) بگو: من برای خداوند رحمان روزه‌ای نذر کرده‌ام؛ بنابراین امروز با هیچ انسانی سخن نمی‌گویم! (۱).

در آیه مذکور، خداوند، جهت رهایی حضرت مریم از تهمت بدگمانان، وی را به روزه سکوت فرا می‌خواند تا عیسی علیه السلام به جای او سخن بگوید. پس در این آیه، منظور از «صوم»، روزه سکوت است نه روزه معمول؛ چراکه پیش از آن، مفهوم پیشکش طعام و آب از طرف خداوند به مریم در آیه مذکور آمده است.

سرانجام سخن آنکه خداوند متعال در «صوم» اجر عظیمی قرار داده است، خاصه در ایام ماه مبارک رمضان که ماه نزول قرآن است این امر جلوه ویژه‌ای دارد. آنچه در بطن روزه نهفته است، گوه‌هایی چون پرهیزگاری، حس انسان دوستی و سلامت جسم و جان می‌باشند که از نفس روزه تفکیک ناشدنی‌اند (۲). بنابراین آشکار می‌گردد که خداوند

آن ده نفر، و یا آزاد کردن یک برده؛ و کسی که هیچ‌کدام از اینها را نیابد، سه روز روزه می‌گیرد؛.....».

در این آیه، یکی از کفاراتی که انسان در قبال شکستن سوگند خود باید بپردازد، سه روز روزه گرفتن عنوان شده است. بر طبق این آیه، هرکس که توانایی غذا دادن ده فقیر و یا پوشاندن آنان یا آزاد کردن بنده را ندارد، باید سه روز به کفاره این گناه و لغزش، روزه بگیرد تا مورد بخشش درگاه الهی قرار بگیرد.

۵. یک نوع دیگر از روزه‌هایی که در قرآن از آنها نام برده شده است، روزه سکوت می‌باشد. این روزه، امساک روزه‌دار از سخن گفتن است. این روزه در قرآن کریم در سوره مریم آیه ۲۶ در مورد حضرت مریم ذکر گردیده است:

«فَكَلِمَاتٍ وَ أَشْرَبِي وَ قَرِي عَيْنًا فَاِمَّا تَرَيْنَ مِنَ الْبَشَرِ اٰحٰدًا فَقُولِي اِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمٰنِ صَوْمًا فَلَنْ اُكَلِّمَ الْيَوْمَ اِنْسِيًا».

«از این غذای لذیذ بخور؛ و از آن آب گوارا بنوش؛ و چشمت را (به این مولود جدید) روشن دار! و هرگاه کسی از انسانها را

۱. مریم، ۲۶.

۲. ترجمه تفسیر مجمع‌البیان، ص ۶۵۷ - ۶۵۸.

چرا روزه‌داران را از جمله بهترین‌ها دانسته و برای ایشان پاداشی بزرگ در نظر گرفته است:

«إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَانِتِينَ وَالْقَانِتَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالخَاشِعِينَ وَالخَاشِعَاتِ وَالْمُتَّصِدِّقِينَ وَالْمُتَّصِدِّقَاتِ وَالصَّائِمِينَ وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيراً وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفرةً وَ أَجراً عَظِماً».

«به یقین، مردان مسلمان و زنان مسلمان، مردان با ایمان و زنان با ایمان، مردان مطیع فرمان خدا و زنان مطیع فرمان خدا، مردان راستگو و زنان راستگو، مردان صابر و شکیبیا و زنان صابر و شکیبیا، مردان با خشوع و زنان با خشوع، مردان انفاق‌کننده و زنان انفاق‌کننده، مردان روزه‌دار و زنان روزه‌دار، مردان پاکدامن و زنان پاکدامن و مردانی که بسیار به یاد خدا هستند و زنانی که بسیار یاد خدا می‌کنند، خداوند برای همه آنان مغفرت و پاداش عظیمی فراهم ساخته است»^(۱).

تدبر در این آیه، نکته مهمی را بر ما

روشن می‌کند و آن قرارگرفتن «صائمین و صائمات» یعنی مردان و زنان روزه‌دار، در موازات کسانی چون انسان‌های مؤمن، عابد، راستگو، صابر، خاشع، خیرخواه و پرهیزگار است. با توجه به این آیه، ما نه تنها می‌توانیم به علو مقام روزه‌داران و ارجمندی آنان نزد حق تعالی پی ببریم، بلکه به این حقیقت خواهیم رسید که وجود صائمین و صائمات، همان وجود درستکاران، صادقان، صابران، خاشعان و پرهیزگاران است، چراکه نفس روزه مستلزم تجمع صفات فوق در باطن مؤمن است و لذا انفکاک وجودی این خصال و تجسم مجزای آنها از یکدیگر، عملاً مصداق ندارد.

این بدان معناست که روزه‌دار، انسانی است با صفات یادشده، در نهایت این مؤمن که جامع مختصات فوق است، شایسته برخورداری از لطف، عنایت، مغفرت و پاداش عظیم حضرت حق تعالی خواهد بود.

۱. احزاب، ۳۵.



گوناگون

خشنودی خدا را با هیچ چیز عوض مکن

امیر مؤمنان علیه السلام خطاب به محمد بن ابی بکر فرماندار مصر فرمود: «ای محمد بن ابی بکر! بدان که من تو را بر بزرگترین لشگرهایم اهل مصر فرمانروا گردانیدم. پس سزاواری که با نقس خویش مخالفت نموده از دین و کیشت دفاع کنی هرچند از روزگار برایت نمانده باشد مگر ساعتی، و خدا را به خشم نیاور با خوشنود ساختن یکی از آفریه هایش، زیرا عوض آن چه در غیر خداست در نزد او هست، و عوض آن چه در خداست، در غیر او نیست (اگر خدا راضی باشد، از دیگری چه بیم، و اگر او راضی نباشد از غیرش چه امید؟»

(نهج البلاغه فیض الاسلام، نامه ۲۷، پاراگراف ۹ تا ۱۱)

دهان یک چهارم ایرانی‌ها بدبوست

شایع‌ترین علت بروز بوی بد دهان، خشکی دهان، رعایت نکردن بهداشت دهان و قرار گرفتن باقی‌مانده غذا در حفره‌های لوزه است.

دکتر امیر آب‌زاده، متخصص گوش، حلق و بینی، با تقسیم بوی بدن دهان به دو نوع گذرا و دائم گفت: ۲۵ درصد مردم ایران گرفتار بوی بد دهان به صورت دائم یا تقریباً دائم هستند.

وی با اشاره به علل گوارشی، بینی، سینوس و ریوی بوی بد دهان تصریح کرد: انگل‌های گوارشی به ویژه در کودکان و ترش کردن مزمن معده از علل گوارشی،