

دوره نهم

رمضان - شماره چهاردهم



دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم
روابط عمومی

آثار فردی و اجتماعی روزه

کاری از گروه تولید محتوای معاونت فرهنگی و تبلیغی دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم. ره توشه ماه رمضان ۱۴۰۰.

مقدمه

را تا غروب بدون خوراک به سر می بردند». همچنین «حیات حواریون و مؤمنین ایام گذشته، عمری مملو از انکار لذات و زحمات بی شمار و روزه داری بود». [۲] امیرمؤمنان (علیه السلام) در بیان فلسفه روزه فرموده است: «و الصَّيَّامُ ابْتِلَاءٌ لِإِخْلَاصِ الْخَلْقِ؛ [۳] خداوند روزه را واجب کرد تا به وسیله آن اخلاص خلق را بیازماید». حضرت در روایتی دیگر درباره روزه فرموده است: «و لِكُلِّ شَيْءٍ زَكَاةٌ وَ زَكَاةُ الْبَدَنِ الصَّيَّامُ؛ [۴] برای هر چیز زکاتی است و زکات بدن، روزه است». مناسب ترین معنای زکات در این روایت، نمو، تزکیه و پاکی است؛ زیرا روزه بدن را از نظر ظاهری و معنوی پاک و پاکیزه می کند و برای اطاعت از خداوند رشد می دهد. قرآن با جمله «لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ» [۵] فلسفه روزه را بیان داشته است تا به مؤمنان یادآور شود که هدف از روزه، همان است که شما به امید رسیدن به خدا و پیامبر ایمان آوردید و آن، تقوای الهی است که بهترین زادوتوشه است؛ افزون بر آنکه روزه، شکرگزاری از نعمت های پروردگار و آفریننده هستی و تعظیم الهی است.

آثار روزه

دستورهای الهی بر اساس حکمت و مصالح انسان هاست. قرآن کریم پس از بیان شماری از دستورهای الهی فرماید: «ذَلِكَ مِمَّا أَوْحَى إِلَيْكَ رَبُّكَ مِنَ الْحِكْمَةِ؛ [۶] این [احکام] از حکمت هایی است که پروردگارت به تو وحی فرستاده است». روزه نیز آثار و برکاتی دارد که برخی از آثار آن را ذکر می نمایم.

الف. آثار فردی

۱. عبادی

یکی از آثار مهم روزه، جلوه های توحیدی و عبادی آن است که به دو مورد از آن اشاره می کنیم.

گستره سبک زندگی اسلامی یا همان حیات طیبه، عبودیت و بندگی خداست که بر چهار اصل رابطه با خدا، رابطه با خویشان، رابطه با مردم و رابطه با طبیعت استوار است. مهم ترین جلوه های رابطه با خدا، عبادت هایی است که اساس آن، بر قصد قربت نهاده شده و یکی از آنها روزه، به عنوان یکی از جلوه های زیبای عبادت و بندگی است. روزه از پایه های اسلام است؛ به این معنا که فرد زمانی در شمار مسلمانان قرار می گیرد که به روزه معتقد باشد. در این مقاله ضمن اشاره به پیشینه روزه، به بخشی از آثار و فواید ارزشمند آن اشاره می شود تا حکمت الهی درباره این مسأله بیش از پیش آشکار گردد.

پیشینه و فلسفه روزه

قرآن کریم از وجوب روزه در امت های پیشین یاد نموده است. اگر چه برخی مفسران بر این باورند تشبیه در جمله «كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ» [۱] تنها در اصل تکلیف و حکم روزه بوده است. نقل است «قوم یهود غالباً در موقعی که می خواستند اظهار عجز و تواضع در حضور خدا نمایند، روزه می داشتند تا به گناهان خود اعتراف و به واسطه روزه و توبه، رضای حضرت اقدس الهی را تحصیل نمایند؛ شروع روزه و امتناع از خوراک، از غروب آفتاب بود که آن شب و فردا

۱/۱. بزرگ شمردن خدا

و مسافر؛ در نتیجه معنای آن این است که روزه برای اظهار کبریایی خداوند و به جای آوردن شکر است؛ [۱۱] بدین سان که نعمت نزول قرآن و هدایت را از خداوند می داند و با سرور و خوشحالی، جان و دل را برای انجام تکلیف روزه آماده می کند.

۲. اخلاقی

انسان زمانی می تواند به اهداف و آرمان های انسانی خویش دست یابد که هواهای نفسانی اش را مهار کند و از سبک زندگی حیوانی دوری گیرند. فردی که اوقات خویش را صرف عیاشی و ارضای تمایلات شهوانی می کند، نمی تواند به دانش، هنر، صنعت، ایثار، احترام به حقوق دیگران، کرامت و فضیلت های انسانی دست یابد؛ از همین روست که در روایت آمده است: «وَلَا عَقْلَ مَعَ هَوَىٰ» [۱۲] عقل با هوس جمع نمی گردد. تقوا، ایجاد حفاظ و قدرت روح در مقابل گناهان، هوس ها و کارهای ضد اخلاق است. یکی از راه های دستیابی به تقوا، روزه است؛ چنان که خداوند می فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ» [۱۳] ای افرادی که ایمان آورده اید، روزه بر شما نوشته شده است؛ همان گونه که بر کسانی که قبل از شما بودند، نوشته شد تا پرهیزکار شوید. تقوا در قرآن به لباس تشبیه شده است: «وَلِبَاسُ التَّقْوَىٰ ذَلِكَ خَيْرٌ» [۱۴] شاید به این دلیل که تقوا همانند لباس، مصونیت و زینت است؛ مصونیت از گناه و هوس های زودگذر و زینت برای روح و شخصیت انسانی. امیرمؤمنان (علیه السلام) فرموده است:

أَلَا وَإِنَّ الْخَطَايَا خَيْلٌ شُمْسٌ حِمْلٌ عَلَيْهَا أَهْلُهَا وَ خُلِعَتْ لُجْمُهَا فَتَقَحَّمَتْ بِهِمْ فِي النَّارِ أَلَا وَإِنَّ التَّقْوَىٰ مَطَايَا ذُلِّلَتْ

قرآن، یاد کردن عظمت و بزرگی خداوند را بعد از انجام توفیق روزه با جمله «لِتَكْبِرُوا لِلَّهِ عَلَىٰ مَا هَدَاكُمْ» [۷] بیان داشته است. برخی مفسران «لِتَكْبِرُوا» را علت برای اصل روزه می دانند؛ یعنی انجام روزه برای اظهار کبریایی حق تعالی است. [۸] سعید نقاش می گوید امام صادق (علیه السلام) به من فرمود: «در عید فطر تکبیر مستحب است». پرسیدم: «این تکبیر در چه وقت مستحب است؟». فرمود: «در شب عید، در مغرب و عشا و در نماز صبح و نماز عید؛ آنگاه قطع می شود». گفتم: «چگونه تکبیر بگویم؟». فرمود: «می گویی «الله اکبر، الله اکبر، لا اله الا الله و الله اکبر، الله اکبر و لله الحمد، الله اکبر علی ما هدانا» و منظور از کلام خدا که می فرماید: «و روزه را کامل کنید و خدا را در برابر اینکه هدایت تان کرده، به عظمت یاد کنید»؛ [۹]

۱/۲. شکر الهی

لزوم شکر، امری فطری است. سرشت انسان به گونه ای است که به افرادی که به وی نیکی نموده اند، احترام می گذارد. بر این اساس وقتی انسان هستی خویش را از ذات هستی بخش می یابد و نعمت های او را از تسخیر خورشید و ماه و زمین، آب و خاک یادآور می گردد؛ این احساس به او دست می دهد که از درون جان و عمق دل خویش ستایشگر و سپاسگزار آفریننده این نعمت ها باشد. یکی از آثار روزه، اظهار شکر و سپاس به درگاه حضرت احدیت است. برخی مفسران ذیل جمله «لِتَكْبِرُوا لِلَّهِ عَلَىٰ مَا هَدَاكُمْ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ» [۱۰] می نویسند: «ظاهر دو جمله فوق به قرینه حرف «لام»، بیانگر غرض و نتیجه اصل روزه است، نه حکم استثنای مریض

حُمِلَ عَلَيْهَا أَهْلُهَا وَأَعْطُوا أَرْمَتَهَا فَأُورِدَتْهُمْ الْجَنَّةَ؛ [١٥] را «خانه تکانی» می‌کند. بدیهی است شخص روزه‌دار آگاه باشید همانا گناهان چون مرکب‌های بدرفتارند که سواران خود (گناهکاران) را عنان رها شده در آتش دوزخ می‌اندازند؛ اما تقوا چونان مرکب‌های فرمانبرداری هستند که سواران خود را عنان بر دست، وارد بهشت جاویدان می‌کنند.

امام صادق (علیه السلام) نیز فرموده است: «إِذَا صُمْتَ فَلْيَصُمْ سَمْعَكَ وَبَصْرَكَ مِنَ الْحَرَامِ وَالْقَبِيحِ وَدَعِ الْمِرَاءَ وَأَذَى الْخَادِمِ وَلْيَكُنْ عَلَيْكَ وَقَارُ الصَّائِمِ وَلَا تَجْعَلْ يَوْمَ صَوْمِكَ كَيَوْمِ فِطْرِكَ؛ [١٦] هر گاه روزه گرفتی، گوش و چشم تو نیز باید از ارتکاب حرام و زشت روزه بدارد و در این حال از کشمکش و آزار خدمتکار پرهیزی و بر توست که دارای سنگینی و وقار روزه‌دار باشی و آن روزت با روزی که روزه نداری، یکسان نباشد».

۳. بهداشتی

در حدیث معروفی از پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله) آمده است: «صُومُوا تَصِحُّوا؛ [١٧] روزه بگیرید تا سالم شوید». برخی دانشمندان درباره رابطه روزه با سلامت معتقدند عامل بسیاری از بیماری‌ها، زیاده‌روی در خوردن غذاهای مختلف است؛ چون مواد اضافی جذب نمی‌شود و به صورت چربی‌های مزاحم در نقاط مختلف بدن و قند اضافی در خون باقی می‌ماند.

این مواد اضافی در لابه‌لای عضلات بدن، در واقع لجنزارهای متعفن برای پرورش انواع میکروب‌ها و بیماری‌های عفونی است. در این حال بهترین راه برای مبارزه با این بیماری‌ها، نابود کردن این لجنزارها از راه امساک و روزه است. روزه، زباله‌ها و مواد اضافی و جذب نشده بدن را می‌سوزاند و در واقع بدن

۴. روحی و روانی

۴/۱. تقویت اراده

یکی از مهم‌ترین عوامل موفقیت و کامیابی انسان، داشتن اراده‌ای قوی و محکم است. انسان توانایی دارد در برابر میل‌های درونی خود ایستادگی کند و فرمان آنها را اجرا نکند. انسان این توانایی را به حکم یک نیروی دیگر دارد که از آن به «اراده» تعبیر می‌شود و تحت فرمان عقل عمل می‌کند؛ یعنی عقل تشخیص می‌دهد و اراده انجام می‌دهد. [۲۰]

اگر اراده قوی باشد، بدن او را همراهی می‌کند؛ چنان‌که امام صادق (علیه السلام) در حدیثی فرموده است: «مَا ضَعَفَ بَدَنٌ عَمَّا قَوَّيْتُ عَلَيْهِ النَّيَّةَ؛ [۲۱] هیچ بدنی از تحمل آنچه نیت و اراده بر انجام آن قوی باشد، ناتوان نشده است».

یکی از آثار روزه، تقویت اراده و تمرین مقاومت است. رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) هر گاه با مشکلی روبه‌رو می‌شد که او را ناراحت می‌کرد، از نماز و روزه مدد می‌گرفت. [۲۲] تفسیر صبر به روزه، از باب

شناخت، سبب یقین می‌گردد و چون یقین حاصل شود، دیگر برایش فرق نمی‌کند که در آسانی و رفاه باشد یا در سختی و مشقت.

۵. پاداش اخروی

یکی از مهم‌ترین آثار روزه، بهره‌مندی از پاداش‌های اخروی است؛ چنان‌که قرآن فرموده است: «فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ» [۲۹] هر کس را از آتش دور سازند و به بهشت در آورند، به رستگاری رسیده است». از پیامبر (صلی الله علیه و آله) روایت شده است: «الصَّوْمُ جُنَّةٌ مِنَ النَّارِ» [۳۰]

روزه، سپر محافظت‌کننده از آتش است». همچنین فرموده است: «خداوند عزوجل در برابر هر یک از کردار فرزندان آدم، ده تا هفتصد برابر پاداش می‌دهد، مگر صبر؛ زیرا آن برای من است و خود پاداش آن را خواهم داد. بنابراین پاداش صبر در خزانه علم خدا نگهداری شده است و منظور از صبر، روزه است» [۳۱]

ب. آثار اجتماعی

یکی از ویژگی‌های عبادت‌های اسلامی، هماهنگی آنها با تکالیف اجتماعی است. به همان سان که روزه واجب شده است، جهاد و امر به معروف و نهی از منکر و زکات و حج نیز واجب شده است.

۱. انجام تکالیف مالی

اسلام برای عدالت اجتماعی و اقتصادی، احکام خاصی را مقرر داشته است. برخی از آنها را همانند خمس [۳۲] و زکات، [۳۳] واجب و برخی دیگر را مستحب قرار داده است و انفاق را نشانه تقوای پیشگی و هدایت و رستگاری انسان‌ها [۳۴] و کمک مالی به

تطبیق و بیان یکی از مصادیق روشن آن است؛ [۲۳] زیرا انسان در پرتو این عبادت بزرگ، اراده‌ای نیرومند و ایمانی استوار پیدا می‌کند و حاکمیت عقلش بر هوس‌هایش مسلّم می‌گردد. [۲۴]

۴/۲. شادمانی

از رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) روایت شده است: «لِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ فَرْحَةٌ عِنْدَ افْطَارِهِ وَ فَرْحَةٌ يَوْمَ يَلْقَى رَبَّهُ» [۲۵] برای روزه‌دار دو خوشحالی است: یکی هنگام افطار و دیگری زمان ملاقات با خدا».

مقصود از خوشحالی در زمان افطار، احساس مسرت از توفیق بر عمل نیک و افزون شدن خوبی‌ها در نامه عمل است، (و گرنه دستیابی به خوردن و آشامیدن، موجب مدح و ستایش نیست) [۲۶] و خوشحالی در قیامت، به دلیل رسیدن به پاداش‌های بزرگ الهی و خشنودی خداوند است.

۴/۳. معرفت شهودی

دانش‌های انسانی از دو راه حاصل می‌شود: نظری و شهودی که دستیابی به آن، از راه تقوا و تزکیه است؛ چنان‌که قرآن فرموده است: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ فُرْقَانًا» [۲۷] هر که تقوای الهی داشته باشد، خداوند به او فرقان و قدرت جداسازی حق از باطل می‌دهد». بر اساس حدیث معراج، خداوند به پیامبر (صلی الله علیه و آله) فرمود:

الصَّوْمُ يُورِثُ الْحِكْمَةَ وَالْحِكْمَةُ تُورِثُ الْمَعْرِفَةَ وَالْمَعْرِفَةُ تُورِثُ الْيَقِينَ فَإِذَا اسْتَيْقَنَ الْعَبْدُ لَا يُبَالِي كَيْفَ أَصْبَحَ بَعْسَرٍ أَمْ بِيُسْرٍ [۲۸] روزه حکمت را به ارث می‌گذارد و حکمت، معرفت و شناخت را. این در حالی است که

خویشاوندان، یتیمان، مسکینان، واماندگان در راه، سائلان و بردگان را از مصادیق نیکی واقعی و نشانه صداقت و تقوا معرفی نموده است. [۳۵] برای تحقق خارجی آن نیز راهکارهای مختلفی قرار داده است که یکی از آنها، روزه است. امام صادق (علیه السلام) در این باره فرموده است: «وَلْيَعْرِفُوا شِدَّةَ مَبْلَغِ ذَلِكَ عَلَى أَهْلِ الْفَقْرِ وَالْمَسْكِنَةِ فِي الدُّنْيَا فَيُؤَدُّوا إِلَيْهِمْ مَا افْتَرَضَ اللَّهُ لَهُمْ فِي أَمْوَالِهِمْ»؛ [۳۶] علت روزه این است که اغنیا سختی و شدت فقر را بشناسند و در نتیجه آنچه را خداوند از پرداخت اموال واجب نموده است، ادا نمایند.»

۲. برتری نداشتن ثروتمندان بر فقیران

برخی به تصور باطل، ثروت را نشانه کرامت و برتری خود بر فقرا می دانند و به آن فخر می فروشند. قرآن کریم این روحیه ناپسند را توبیخ کرده و امتیاز طبقاتی را ناروا دانسته است.

در فلسفه روزه، بر این نکته تأکید شده است و با تعبیر «لَيْسَتْوَى بِهِ الْغِنَى وَالْفَقِيرُ» [۳۷] مساوات معنوی فقیر و ثروتمند را بیان داشته است تا همگان متوجه شوند ملاک ارزش تقواست، نه فقر و ثروت؛ چنان که در آیه دیگر گرامی ترین انسان ها را نزد خداوند یاتقواترین آنها قرار داده است: «إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ». [۳۸]

نگارنده: حجت الاسلام والمسلمین عباس کوثری

فهرست منابع:

تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد؛ غرر الحکم و درر الکلم؛ قم: دارالکتاب الاسلامی، ۱۴۱۰ ق.

حر عاملی، محمد بن حسن؛ تفصیل وسائل الشیعة؛ تحقیق مؤسسه آل البیت؛ قم: مؤسسه آل البیت؛ ۱۴۰۹ ق.

دیلمی، حسن بن محمد؛ ارشاد القلوب؛ قم: الشریف الرضی، ۱۴۱۲ ق.

شریف الرضی، محمد بن حسین؛ خصائص الاثمه؛ تصحیح محمد هادی امینی؛ چاپ اول، مشهد: آستان قدس رضوی، ۱۴۰۶ ق.

نهج البلاغه؛ ترجمه محمد دشتی؛ قم: نشر مشرقین، ۱۳۷۹.

طباطبایی، سید محمد حسین؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ قم: منشورات جماعة المدرسين فی الحوزة، ۱۴۱۷ ق.

طبرسی، فضل بن حسن؛ مجمع البیان فی تفسیر القرآن؛ تحقیق هاشم رسولی محلاتی و فضل الله یزدی طباطبایی؛ بیروت: دار المعرفه، ۱۴۰۸ ق.

صدوق، محمد بن علی؛ ثواب الاعمال و عقاب الاعمال؛ قم: الدار الشریف الرضی، ۱۴۰۶ ق.

کتاب من لایحضره الفقیه؛ قم: مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۴۰۴ ق.

معانی الاخبار؛ قم: انتشارات اسلامی، ۱۴۰۳ ق.

مجلسی، محمد باقر؛ بحار الانوار؛ بیروت: دار احیاء التراث العربی، مؤسسه الوفاء، ۱۴۰۳ ق.

مسترهاکس؛ قاموس کتاب مقدس؛ بیروت: مطبعة آمریکایی، ۱۹۲۸ م.

مطهری، مرتضی؛ مجموعه آثار؛ قم: انتشارات صدرا، ۱۳۶۸.

مکارم شیرازی، ناصر و همکاران؛ تفسیر نمونه؛ تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۹.

[۱]. بقره: ۱۸۳.

[۲]. مسترهاکس؛ قاموس کتاب مقدس؛ ص ۴۲۷ و ۴۲۸.

- [۳]. محمد بن حسین شریف الرضی؛ نہج البلاغہ؛ حکمت ۲۵۲.
- [۴]. محمد بن حسین شریف الرضی؛ خصائص الائمہ؛ ص ۱۰۳.
- [۵]. بقرہ: ۱۸۳.
- [۶]. اسرا: ۳۹.
- [۷]. بقرہ: ۱۸۵.
- [۸]. سید محمد حسین طباطبائی؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۲، ص ۲۴.
- [۹]. محمد بن حسن حر عاملی؛ وسائل الشیعہ؛ ج ۷، ص ۴۵۶.
- [۱۰]. بقرہ: ۱۸۵.
- [۱۱]. سید محمد حسین طباطبائی؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۲، ص ۲۴.
- [۱۲]. عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی؛ غرر الحکم و درر الکلم؛ ج ۱۰۵۴۱.
- [۱۳]. بقرہ: ۱۸۳.
- [۱۴]. اعراف: ۲۶.
- [۱۵]. محمد بن حسین شریف الرضی؛ نہج البلاغہ؛ خطبہ ۱۶.
- [۱۶]. محمد بن علی صدوق؛ کتاب من لایحضرہ الفقیہ؛ ج ۲، ص ۱۰۸.
- [۱۷]. محمد باقر مجلسی؛ بحار الانوار؛ ج ۹۳، ص ۲۵۵.
- [۱۸]. ناصر مکارم شیرازی و همکاران؛ تفسیر نمونہ؛ ج ۱، ص ۶۳۲.
- [۱۹]. محمد بن علی صدوق؛ ثواب الاعمال و عقاب الاعمال؛ ص ۷۹.
- [۲۰]. ر.ک: مرتضی مطہری؛ مجموعہ آثار؛ ج ۲۳، ص ۶۶۲.
- [۲۱]. محمد بن علی صدوق؛ کتاب من لایحضرہ الفقیہ؛ ج ۴، ص ۴۰۰.
- [۲۲]. فضل بن حسن طبرسی؛ مجمع البیان فی تفسیر القرآن؛ ج ۱، ص ۲۱۷.
- [۲۳]. سید محمد حسین طباطبائی؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۱، ص ۱۵۱.
- [۲۴]. ناصر مکارم شیرازی؛ تفسیر نمونہ؛ ج ۱، ص ۲۱۸.
- [۲۵]. محمد بن علی صدوق؛ معانی الاخبار؛ ص ۴۰۹.
- [۲۶]. همان.
- [۲۷]. انفال: ۲۹.
- [۲۸]. حسن بن محمد دیلمی؛ ارشاد القلوب؛ ج ۱، ص ۲۰۳.
- [۲۹]. آل عمران: ۷۱.
- [۳۰]. محمد بن علی صدوق؛ کتاب من لایحضرہ الفقیہ؛ ج ۲، ص ۷۴.
- [۳۱]. محمد بن علی صدوق؛ معانی الاخبار؛ ص ۴۰۹.
- [۳۲]. انفال: ۴۱.
- [۳۳]. توبہ: ۶۰.
- [۳۴]. بقرہ: ۲، ۳ و ۵.
- [۳۵]. بقرہ: ۱۷۷.
- [۳۶]. محمد بن حسن حر عاملی؛ وسائل الشیعہ؛ ج ۱۰، ص ۷.
- [۳۷]. همان.
- [۳۸]. حجرات: ۱۳.



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فَوَيْلٌ لِلَّذِينَ كَفَرُوا
لِلْآلَاءِ الْعَذَابِ
الَّذِي يُصْرَبُونَ
لَا يُغْنِي عَنْهُمْ
أَسْوَابُهُمْ
وَلَا يَنْفَعُهُمْ
أَسْوَابُهُمْ

