



بلاییکه است

علی مسعودی

□ چرا اسلام روزه را واجب کرده است؟

اثر روحی روزه آن است که سبب تقوا و پرهیزکاری در انسان روزه‌دار می‌شود. باید دانست که روزه تأثیر بزرگی در صحت بدن انسان دارد، چرا که روزه برای استراحت دستگاه گوارش خصوصاً معده و روده‌ها و منظم کردن ترشحات معده و ترتیب دادن به اعمال هضم، بسیار مفید می‌باشد و دانشمندان حیوان‌شناس گفته‌اند، حتی حیوانات هم از روی غریزه‌ی خدادادی گاهی روزه می‌گیرند، از جمله در درندگان از قبیل شیر و پلنگ و ببر ملاحظه شده که هفته‌ای یک روز از خوردن هرگونه غذا خودداری می‌کنند. خلاصه این که روزه تأثیرات روحی و اخلاقی و جسمی فراوانی دارد. باید گفت که در قدیم اطباء به امساک و خودداری از خوردن و آشامیدن خیلی اهمیت می‌دادند و به وسیله‌ی آن خیلی از امراض را معالجه نمودند و در طب جدید، نام امساک و پرهیز را رژیم غذایی گزارده‌اند و این همان روزه است که به نام‌های مختلف نامیده می‌شود.

علمای روان شناس جدید، روزه را یکی از بهترین عوامل صحت شمرده‌اند. پرفسور وکتور پوشر فرانسوی می‌گوید: روزه بهترین وسیله برای تندرستی می‌باشد.

باید گفت که روزه در معالجه‌ی اغلب امراض، مفید و در پاره‌ای از بیماری‌ها علاج منحصر به فرد می‌باشد و اگر هم منحصر به فرد نباشد، انصافاً بهترین و سهل‌ترین روش معالجه است.

اما فواید روزه به طور اختصار:

۱. در مورد اختلال حاد و مزمن روده‌ها و در هنگامی که فرمانتاسیون و تخمیرات معده و روده بیمار را دچار دل‌دردهای شدید می‌کند.

۲. هنگام زیاد شدن وزن بدن که معمولاً ناشی از پرخوری و کم‌حرکتی است.

۳. در بیماران مبتلا به فشار خون.

۴. در بیماری دولاپ و مرض قند^(۱).
در کشورهای اسلامی اغلب مسؤولین نظم اجتماع، با آمار و ارقام ثابت کرده‌اند که در ماه رمضان تعداد جرایم، نزاع‌ها، کشتارها و جنایات به حداقل می‌رسد^(۲).

در روزه گرفتن دو فایده منظور شده است:

۱. حفظ الصحه‌ی بدن ۲. تزکیه‌ی نفس و تربیت روح^(۳).

قرآن در فلسفه‌ی روزه می‌فرماید: «لعلکم تتقون» (تا شاید پرهیزکار شوید)

و حضرت علی (علیه السلام) می‌فرماید: «والصیام ابتلاء لاخلاص الخلق» (روزه برای آزمایش اخلاص مردم واجب‌گشت)^(۴)

حضرت زهر (علیه السلام) می‌فرماید: برای آن است که دل‌های شما تزکیه و پاک و با صفا گردد. و تیرگی‌ها را از آن بزدايد و روح انسان را برای مقاومت شایسته آماده سازد.^(۵)

□ چرا بنا بر روایتی روزه مهم‌تر از نماز است؟

از این جهت که زن در حال حیض و نفاس هم نماز و هم روزه را ترک می‌کند، ولی بعداً فقط باید روزه را قضا کند و دیگر این که اگر کسی علناً نماز نخواند،

حد شرعی ندارد، ولی اگر روزه را علنی خورد، حد بر او جاری می‌شود.

دیگر این که خداوند می‌فرماید: «انما اجزی به» یا «انما اجزی به» یعنی من پاداش روزه را می‌دهم، یا من پاداش روزه‌ی روزه‌دار هستم در حالی که درباره‌ی نماز چنین چیزی نفرموده است.

□ چرا خداوند شصت روز روزه را کفاره‌ی خوردن یک روزه قرار داده است؟

باید گفت که منظور از مساوات میان «گناه» و «کیفر» مساوات عدد نیست، بلکه کیفیت عمل را نیز باید در نظر گرفت. خوردن یک روزه‌ی ماه رمضان با آن همه اهمیتی که دارد، مجازاتش تنها یک روز کفاره نیست، بلکه باید آن قدر روزه بگیرد که به اندازه‌ی احترام آن یک روز ماه مبارک شود؛ به همین دلیل در بعضی از روایات آمده است که کیفر گناهان در ماه رمضان بیش از سایر ایام است و ثواب اعمال نیک هم بیش‌تر است، تا آن‌جا که مثلاً یک ختم قرآن در این ماه، برابر هفتاد ختم قرآن در ماه‌های دیگر است.^(۶)

□ چرا واجب شده است که در سال سی روز (ماه رمضان) روزه بگیرند؟

روایت است که وقتی حضرت آدم (علیه السلام) در بهشت از درختی که نهی شده بود، تناول کرد، تا سی روز آن غذا در شکمش بود، به همین دلیل خداوند بر بندگان و فرزندان حضرت آدم تا روز قیامت واجب نمود تا سی روز را در سال روزه بگیرند.^(۷)

۱. یوشعوا.

۲. دکتر یاران، ص ۵۰-۵۱.

۳. معراج السعید، ص ۲۹۰.

۴. مستدرک درخشان، ج ۱۰، ص ۱۸۵، محمدباقر زینبی.

۵. نهج البلاغه، کتابی قضا، ص ۱۱۹.

۶. نهج البلاغه، کتابی قضا، ص ۱۱۹.

۷. تفسیر نمونه، ج ۵، ص ۵۷.