

تولدی دوباره در رمضان

نادیا دهقان

ماه رمضان کم کم از راه می‌رسد و ما را به حس و حال روزه‌داری‌ها، سفره‌های افطار و سحر، شب‌های قدر، جلسات قرآن و عباداتش مهمان می‌کند و بعد کم‌کم می‌رود و ما را دل‌تنگ می‌گذارد تا سال بعد. نمی‌خواهم در این متن در مورد حس زیبایی کنار هم بودن سر سفره‌ی افطار با شما سخن بگویم؛ چون بعید می‌دانم هدف روزه، دور هم بودن و خوردن افطاری‌های مفصل باشد. نمی‌خواهم در مورد معنویت سحرگاهان سخنی بر زبان آورم؛ چون حتی ما روزه‌داران هم بیشتر از درک معنویت سحرگاهی درگیر خوردن سحری عجله‌ای و بعد هم خوابیدن هستیم.

نمی‌خواهم از آثار کاملاً علمی روزه بر بدن انسان که حتی پزشکان هم به آن معترف هستند، با شما سخن بگویم؛ چون باور نمی‌کنم خدا فقط برای این، روزه را بر ما واجب کرده باشد تا بدنمان سالم‌تر و قوی‌تر باشد. نمی‌خواهم از ضرورت درک فقر و گرسنگی بگویم؛ چون حتی وقتی روزه‌دار هستیم هم حال گرسنگان را متوجه نمی‌شویم که مطمئن هستیم بعد از افطار یک عالمه خوراکی خوشمزه در انتظار ماست. ما حتی در ماه رمضان هم حال فقرا و گرسنگانی که روزها را تنها با نان خالی سپری می‌کنند درک نمی‌کنیم؛ چون سفره‌های

رنگارنگ و متنوع افطار و سحر ما شباهتی به سفره‌های خالی فقر ندارد. پس چرا روزه می‌گیریم؟ ممکن است هر کس برای این سوال پاسخی داشته باشد: من روزه می‌گیرم؛ چون خداوند روزه‌داری را بر من واجب کرده است تا حداقل چند ساعت در روز انسان‌تر بودن را تمرین کنم. بتوانم شکیباتر باشم، کمتر به فکر خودم باشم، کمتر دروغ بگویم، غیبت کنم، قسم الکی بخورم، بیشتر حواسم به خدا باشد، حتی ذرهای هم که شده انسان‌پهتری باشم، برای من روزه‌داری تمرین سختی کشیدن برای بهتر شدن است. مهم نیست که این روزه روی جسمم، معده، قلب، روده و کبدم اثر خوبی دارد یا نه، این بار مهم روح من است. این که یک ماه در سال هم شده اولویت با روح خسته‌ام باشد نه

جسم و خورد و خوراک و لذت‌هایش، من در این ماه می‌خواهم کمی به داد روحم برسم، تا با خواندن چند آیه‌ی کوتاه از چشمه‌ی زلال قرآن سیراب شود، با انجام دادن یک کار خیر کوچک، مهربان‌تر باشد و با تمرین صبر و شکیبایی بزرگ‌تر شود، می‌خواهم به روحم و خودم کمک کنم. در این ماه می‌توان خیلی از خطاها را جبران کرد، فرصتی فراهم شده تا از گناهان پاک شد، از تموم بدی‌ها، از تموم اون چیزای دوست نداشتنی و آزار دهنده خالی شد. به فرصت، فرصت به زندگی جدید با حال و هوای جدید، حال و هوای خوشی، خوشبختی، شادی، نزدیکی به خدا. آگه می‌خوای حال و هواتو عوض کنی باید در این ماه، به زندگی جدیدی آغاز کنی. افق تازه، طلوعی زیبا و تولدی دوباره.