

# از خدا جوییم توفیق ادب

## (در بایسته‌ها و آداب روزه)

- ❑ پیامبر اکرم (ص): خداوند می‌فرماید: «هر کس اعضایش از حرام‌های من روزه‌دار نباشد، نیازی نیست که به خاطر من خوراک و نوشیدنی‌اش را ترک کند.»
- ❑ حضرت فاطمه (ع): روزه‌دار، اگر زبان و گوش و چشم و اعضایش را نگه ندارد، با روزه‌اش می‌خواهد چه کند؟!
- ❑ امام علی (ص) - در حکمت‌های منسوب به ایشان: روزه، تنها نخوردن و نیاشامیدن نیست. روزه، پرهیز از هر چیزی است که خداوند آن را خوش نمی‌دارد<sup>۱</sup>.
- ❑ امام علی (ع): روزه‌داری، پرهیز از حرام‌هاست، همان‌گونه که انسان از غذا و نوشیدنی خودداری می‌کند.
- ❑ امام سجّاد (ع): حقّ روزه، آن است که بدانی آن، حجابی است که خداوند بر زبان و گوش و چشم و شهوت‌زده تا تو را از آتش، نگه دارد. پس اگر روزه را ترک کنی، پوشش الهی را بر خویش دریده‌ای.
- ❑ امام سجّاد (ع) - در دعای خویش به هنگام ورود ماه رمضان: ما را بر روزه‌داری این ماه یاری کن، با نگه داشتن اعضا از نافرمانی‌ات و به‌کارگیری آن‌ها در آن چه خشنودت می‌سازد، تا آن‌که با گوش‌هایمان به بیهوده گوش‌ن سپاریم و با چشم‌هایمان به بازیچه‌نشتابیم و دست‌ان خویش را به آن چه ممنوع است، نگشاییم و با گام‌هایمان، به سوی آن چه حرام است، راه‌نپویم، و تا آن‌که شکممان جز از آن چه حلال کرده‌ای، پُر نشود و زبان‌هایمان جز به آن چه فرموده‌ای، گویا نشود و خود را جز در آن چه ما را به پاداش تو نزدیک می‌سازد، به زحمت نیفکنیم و جز به آن چه از کيفرت باز می‌دارد، نپردازیم.
- ❑ امام صادق (ع): روزه، تنها پرهیز از غذا و نوشیدنی نیست که انسان، تنها نخورد و نیاشامد. پس وقتی روزه گرفتی، بسیار سکوت کن، مگر از گفتن نیک؛ و با خدمت‌گزارت مدارا کن.
- ❑ امام صادق (ع): روزه، تنها پرهیز از خوردن و آشامیدن نیست و سزاوار است که انسان در ماه رمضان و غیر آن، زبانش را از بیهوده‌گویی و باطل، نگه دارد.

\*\*\*

روزه، از نظر مراتب و از جهت نقشی که در تکامل انسان دارد، مراتبی دارد. مرتبه‌ی والای روزه باز داشتن قلب و نگهداری آن از هر چیزی است که مشغول‌کننده دل به غیر یاد خداست (چه حلال و چه حرام).

ابو حامد غزالی در توصیف این مرتبه از روزه می‌گوید: اما روزه خواصّ خواص، روزه دل از همّت‌های دون و اندیشه‌های دنیوی و باز داشتن کلیّ آن از غیر خداوند است. شکستن این مرتبه از روزه، با اندیشه درباره‌ی غیر خدا و قیامت، و فکر درباره‌ی دنیا تحقیق می‌یابد - مگر دنیایی که به خاطر دین خواسته شود، که چنین دنیایی، توشه‌ی آخرت است و دنیا نیست - تا آن‌جا که اهل دل گفته‌اند: «هر کس در روزش به تدبیر آن‌چه با آن افطار می‌کند، اهتمام ورزد، گناه بر او نوشته می‌شود؛ چراکه این، از کم اطمینانی به فضل خدا و یقین اندک به روزی موعود خویش است». این مرتبه، رتبه‌ی پیامبران، صدّیقان و مقربان است. در

<sup>۱</sup> در مورد آثار پیروی «رضوان» خدا، رجوع کنید به سوره مائده، آیه ۱۶؛ و نیز رجوع کنید به آیه ۲۸ سوره محمد (ص) در مورد نتیجه‌ی ناخوش داشتن «رضوان» خداوند.

تفصیل قولی آن، نباید درنگ طولانی داشت؛ ولی در تحقق عملی آن، تأمل به جاست؛ چراکه آن، رویکرد به خداوند و روی گردانی از غیر خدا با همه‌ی همت است و آراسته شدن به این سخن خداست که: **قُلِ اللَّهُ تُمَّ ذَرَّهُمْ فِي خَوْضِهِمْ يَلْعَبُونَ**؛<sup>۱</sup> «بگو: خدا! سپس وا گذارشان تا در باطل خویش به بازیچه مشغول باشند.»

شاید امیر مؤمنان، امام علی(ع)، در اشاره به این سه مرتبه است که می‌فرماید: «روزه‌ی دل، بهتر از روزه‌ی زبان است و روزه‌ی زبان، بهتر از روزه‌ی شکم.»

\*\*\*

- از حدیث معراج: خدای متعال فرمود: «... ای احمد! هر که روزه بدارد، ولی زبانش را نگه ندارد، همچون کسی است که به عبادت، ایستاده، اما در نمازش قرائت ندارد. پس به او پاداش ایستادن به نماز را می‌دهم؛ اما پاداش عبادتگرا را به او نمی‌دهم.»
- امام صادق(ع): اگر روزه‌دار بودی، گوش و چشم تو از حرام، و همه‌ی اعضا از زشتی، روزه باشند. هنگام روزه‌داری، یاوه‌گویی و آزدن خدمت‌گزار را رها کن و وقار روزه‌داری در تو باشد. تا می‌توانی برخوردار از سکوت و خموشی باش، مگر در یاد خدا. روز روزه‌داری‌ات را مثل روز خوردنت قرار مده، و بپرهیز از آمیزش و بوسه و قهقهه در خندیدن، که خداوند آن را خوش نمی‌دارد.
- پیامبر اکرم(ص): هر کس از فرد مسلمانی غیبت کند، روزه‌اش می‌شکند و وضویش باطل می‌شود.
- امام صادق(ع): پدرم فرمود: پیامبر اکرم(ص) شنید که زنی روزه‌دار، کنیز خود را دشنام می‌دهد. پس، غذایی طلب کرد و به او گفت: «بخور». زن گفت: من روزه‌ام، ای پیامبر خدا! فرمود: «چگونه روزه‌ای، که کنیزت را دشنام دادی؟! روزه، تنها نخوردن غذا و نوشیدنی نیست و همانا خداوند، روزه را حجابی در برابر کار و سخن زشت قرار داده، که روزه‌دار با آن، روزه را افطار می‌کند. روزه‌داران، چه اندکانند و گرسنگان چه بسیار!»
- پیامبر اکرم(ص): هر کس در باره‌ی مرد و زن مسلمانی غیبت کند، خداوند تا چهل شبانه روز، نماز و روزه‌اش را نمی‌پذیرد، مگر آن‌که آن شخص از وی درگذرد.
- پیامبر اکرم(ص): وقتی روزه‌داری، دشنام مده، و اگر کسی دشنام داد، بگو: «من روزه‌ام» و اگر ایستاده بودی، بنشین [تا خشم فرونشیند].
- عیون أخبار الرضا(ع) - به نقل از عبد السلام بن صالح هروی - در آخرین جمعه‌ی ماه شعبان، خدمت امام رضا(ع) رسیدم. به من فرمود: ای ابوصلت! بیشتر شعبان گذشته است و این، آخرین جمعه از آن است. پس در آن چه از آن مانده، کوتاهی‌هایت را در آن چه گذشته است، جبران کن. به کاری روی آور که برایت مفید باشد و آن چه را بیهوده است و به تو مربوط نیست، واگذار. زیاد دعا و استغفار و تلاوت قرآن داشته باش و از گناهانت به درگاه خدا توبه کن، تا در حالی ماه خدا سوی تو آید که برای خدا خالص شده باشی. هیچ امانتی را بر عهده‌ی خویش باقی نگذار، مگر آن‌که ادا کرده باشی، و هیچ کینه‌ای را در دلت نسبت به مؤمنی نگاه مدار، مگر آن‌که از دل به در آورده باشی، و هیچ گناهی را که مرتکب می‌شدی، رها مکن، مگر این‌که از آن، دست برداشته باشی. از خدا پروا کن و در نهان و آشکار کارت، بر او توکل کن «و هر کس بر خدا توکل کند، او برایش بس است.»

<sup>۱</sup> سوره انعام، آیه ۹۱

خداوند، فرمان خویش را پیش خواهد برد. به یقین، خداوند برای هر چیزی اندازه‌ای قرار داده است.<sup>۱</sup> و در باقیمانده‌ی این ماه، زیاد بگو: خدایا! اگر ما را در آنچه از شعبان گذشته است، نیامرزیده‌ای، پس ما را در باقیمانده‌ی آن ببخشای! همانا خداوند متعال، در این ماه به احترام ماه رمضان، بسیاری را [از آتش] آزاد می‌کند.

❑ پیامبر اکرم (ص): پس چون شب قدر شود، خداوند، به همان اندازه که در رجب و شعبان و ماه رمضان تا آن روز آمرزیده است، می‌آمرزد، مگر کسی را که میان او و برادرش دشمنی باشد، که خداوند متعال می‌فرماید: «[آمرزش] اینان را به تأخیر اندازید تا با هم آشتی کنند.»

❑ پیامبر اکرم (ص): خداوند به فرشته‌ای فرمان می‌دهد که در هر روز از ماه رمضان در هوا ندا دهد: «ای بندگان من! مژده! گناهان گذشته‌ی شما را بخشیدم و شفاعت شما را دربارهی یکدیگر در شب قدر قبول کردم، مگر آن‌که با شراب افطار کرده باشد، یا از برادر مسلمانش کینه در دل داشته باشد.»

❑ إرشاد القلوب - به نقل از حدیقه بن یمان - پیامبر اکرم (ص) فرمود: «روز قیامت، گروهی می‌آیند، در حالی که حسناتشان همچون کوه‌هاست. خداوند، همه‌ی آن‌ها را نابود و پراکنده می‌سازد. سپس فرمان می‌رسد که آنان را به آتش بیفکنید». سلمان گفت: ای پیامبر خدا (ص)! آنان را برای ما توصیف کن. فرمود: «آنان، کسانی هستند که روزه گرفته، نماز خوانده و شب زنده‌داری کرده‌اند؛ لیکن هرگاه حرامی بر آنان عرضه می‌شده، بر آن می‌شتافتند.»

❑ پیامبر اکرم (ص): غذای حلال بخورید تا روزه برای شما کامل گردد.

❑ عده‌الداعی - به نقل از پیامبر اکرم (ص) - «عبادت با حرام‌خواری، همچون ساختن بنا بر شن‌زار است» و نیز نقل شده است: «همچون ساختن بنا بر آب.»

\*\*\*

### توضیحی دربارهی غذای حرام:

خوردنی‌ها و آشامیدنی‌های حرام، چند قسم‌اند:

- ❑ آنچه حرمت ذاتی دارد، مثل: گوشت حیوانات حرام گوشت، مردار، یا شراب.
- ❑ آنچه حرمت عَرَضی دارد، مانند: غذاهایی که به سببی ناپاک شده‌اند، یا برای جسم و جان انسان زیان عمده دارند.
- ❑ آنچه با مال حرام تهیه می‌شود، مثل: سفره‌های افطاری‌ای که بدون اجازه قانونی، هزینه‌شان از بیت المال، پرداخت می‌شود.
- ❑ آنچه از مال مخلوط به حرام، تهیه می‌شود.
- ❑ آنچه از مالی تهیه می‌شود که حقوق دینی آن پرداخت نشده است.
- ❑ آنچه با مال حلال فراهم می‌شود؛ ولی در کیفیت و مقدار آن، اسراف می‌گردد.

<sup>۱</sup> سوره طلاق، آیه ۳

اگر روزه‌دار بخواهد از روزه‌اش بهره ببرد، سزاوار است که نه تنها از غذاهایی که حرمتشان قطعی است، بلکه از غذاهای شبهه‌ناک هم پرهیز کند. غذاهای شبهه‌ناک دو گونه‌اند: نوع اول: غذاهایی که در ظاهر، حلال شمرده می‌شوند، مثل: غذایی که میزبان مسلمان برای میهمانش تهیه می‌کند؛ ولی میهمان، احتمال می‌دهد که از مال حرام باشد. نوع دوم: غذاهایی که در ظاهر، حرام شمرده می‌شوند، مثل: غذایی که از مال مخلوط به حرام تهیه می‌شود، به گونه‌ای که جدا کردن حلال و حرام آن، ممکن نیست.

\*\*\*

□ امام صادق(ع): روزه‌داری، تنها پرهیز از خوردن و آشامیدن نیست. روزه، شرطی دارد که نیازمند مواظبت است تا کامل شود، و آن، سکوت درونی است. آیا نمی‌شنوی که مریم، دختر عمران، گفت: «من برای خدا، روزه‌ای نذر کرده‌ام. پس، امروز با هیچ انسانی سخن نمی‌گویم»، یعنی سکوت [می‌کنم]؟

پس چون روزه گرفتید، زبانهایتان را از دروغ نگه دارید، چشم‌هایتان را فرو بندید، نزاع نکنید، حسد نوزید، غیبت نکنید، ستیزه‌جویی نکنید، دروغ نگوئید، آمیزش نکنید، با هم مخالفت نکنید، به هم خشم نگیرید، یکدیگر را ناسزا نگوئید و دشنام ندهید، در عبادت سستی نکنید، جدال نکنید، به تفرقه نگرایی، ستم نکنید، با هم با سفاقت (با دلتنگی) رفتار نکنید، همدیگر را نیازارید، از یاد خداوند و نماز غافل نشوید، پیوسته سکوت و بردباری و شکیبایی و راستگویی پیشه کنید، از اهل شر دوری نمایید، و از سخن ناروا، دروغ، افتراء، دشمنی، بدگمانی، غیبت و سخن چینی پرهیزید.

از آنان باشید که روی به آخرت دارند. چشم به راه روزهای خود باشید. منتظر آن چه خداوند به شما وعده داده است، باشید. برای دیدار با خدا ره‌توشه بگیرید. آرامش و وقار و خشوع و خضوع داشته باشید. فروتنی بنده‌ی بیمناک از مولایش را داشته باشید. حیران و بیمناک و امیدوار، شیفته و هراسان، خواستار و ترسان باشید، آن‌چنان که دل‌ها را از عیب‌ها پاک، درون خویش را از آلودگی پیراسته، و بدن را از آلودگی، پاکیزه نمایید.

چنان باش که از غیر خدا به خدا بی‌زاری بجویی و در روزه‌داری‌ات، با سکوت همه جانبه از آن چه خداوند، تو را در نهان و آشکار از آن نهی کرده، با او دوستی کنی و در نهان و آشکار از او به حق، خشیت داشته باشی، و خود را در روزهای روزه‌داری‌ات به خدا بخشنده باشی و دلت را برای او خالی ساخته و جان خویش را در آنچه فرمانت داده و به آن فراخوانده است، بخشیده باشی.

پس، هرگاه همه‌ی این‌ها را انجام دادی، تو روزه‌دار واقعی برای خدایی و آن چه فرموده، ادا کرده‌ای؛ و از آنچه برایت بیان کردم، هر چه بکاهی، به همان مقدار، از [فضیلت] روزه‌ات کاسته شده است.

□ به نقل از زراره و فضیل، از امام صادق(ع) «در [ماه] رمضان نماز می‌خوانی و سپس افطار می‌کنی، مگر آنکه با گروهی باشی که منتظر افطارند. اگر با آنان بودی، بر خلاف آنان عمل نکن؛ افطار کن و سپس نماز بخوان، وگرنه اول، نماز بخوان». گفتیم: برای چه؟ فرمود: «برای آن که دو واجب برایت پیش آمده است: افطار و نماز. اول به آن پرداز که برتر است و نماز، برترین آن دو است». سپس فرمود: «نماز می‌خوانی، در حالی که روزه‌ای. پس، آن روزه‌ات با نماز به پایان برده می‌شود. این پیش من، محبوب‌تر است.»

- ❑ پیامبر اکرم(ص): روزه‌دار را هنگام افطارش، دعایی چنین است: «پروردگارا! تو را به آن رحمتت که هر چیز را فرا گرفته است، می‌خوانم که گناهانم را ببامری. »
- ❑ پیامبر اکرم(ص): هرگاه نزدیک یکی از شما که روزه است، غذایی آوردند، بگویند: «به نام خدا، و حمد از آن خداست. خداوند! برای تو روزه گرفتم و بر روزی تو افطار کردم و بر تو توکل نمودم. تو منزهی و تو را می‌ستایم. از من بپذیر! همانا تو شنوای دانایی.»
- ❑ به نقل از معاذ: پیامبر خدا(ص)، هر وقت افطار می‌کرد، می‌گفت: «سپاس، خدایی را که مرا یاری کرد تا روزه گرفتم و روزی‌ام داد تا افطار کردم. »
- ❑ پیامبر اکرم(ص): خداوند می‌فرماید: «... روزه‌دار، دو شادی دارد: یکی خوشحالی او هنگامی که افطار می‌کند، و دیگری خوشحالی او هنگامی که با پروردگارش دیدار می‌نماید. »
- ❑ امام علی(ع): ماه خدا را روزه بگیرید تا از شراب ناب و سر به مهر بهشتی بنوشید.

(برگرفته از کتاب «ماه خدا»، انتشارات دارالحدیث)