



تلطیف روحی و معنوی فلسفه روزه در اسلام

آیت‌الله‌العظمی ناصر مکارم شیرازی

روزه ابعاد گوناگونی دارد و آثار فراوانی از نظر مادی و معنوی در وجود انسان می‌گذارد که از همه مهمتر، «بعد اخلاقی» و فلسفه تربیتی آن است.

از فوائد مهم روزه این است که روح انسان را «تلطیف»، اراده انسان را «قوی» و غرائز او را «تعذیل» می‌کند. روزه‌دار باید در حال روزه با وجود گرسنگی و تشنگی، از غذا و آب و همچنین لذت جنسی چشم‌پوشود و عملاً ثابت کند که او همچون حیوان دربنده اصطبل و علف نیست؛ او می‌تواند زمام نفس سرکش را به دست گیرد و بر هوس‌ها و شهوات خود مسلط گردد.

در حقیقت بزرگترین فلسفه روزه همین اثر روحانی و معنوی آن است. انسانی که انواع غذاها و نوشابه‌ها در اختیار دارد و هر لحظه که تشنه و گرسنه شد، به سراغ

چون غرائز سرکش را کنترل می‌کند، بر قلب انسان نور و صفای می‌پاشد. خلاصه روزه انسان را از عالم حیوانیت ترقی داده و به جهان فرشتگان صعود می‌دهد؛ جمله ﴿لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ (باشد که پرهیزگار شوید) در آیه ۱۸۳ سوره بقره، در بیان فلسفه وجوب روزه اشاره به همه این حقایق است. و نیز حدیث معروف «الصوم جنة من النار»؛ (روزه سپری است در برابر آتش دوزخ)، اشاره به همین موضوع است.^۱ در حدیث دیگری از علیؑ می‌خوانیم که از پیامبرﷺ پرسیدند: چه کنیم که شیطان از ما دور شود؟ فرمود: «روزه روی شیطان را سیاه می‌کند و انفاق در راه خدا پشت او را می‌شکند و دوست داشتن به‌خاطر خدا و مواظبت بر عمل صالح، دنباله او را قطع می‌کند و استغفارِ رگ قلب او را می‌برد.»^۲

در نهج‌البلاغه به هنگامی که امیر مؤمنان علیؑ فلسفه عبادات را بیان می‌کند، به روزه که می‌رسد، چنین می‌فرماید: «والصیام ابتلاء لخالص الخلق»؛ (خداوند روزه را از این جهت تشریع فرموده که روح اخلاص در مردم پرورش یابد).^۳

و نیز در حدیث دیگری از پیامبرﷺ می‌خوانیم: «ان للجنة باأيدعی الريان لايدخل فيها الا الصائمون»؛ (بهشت دری دارد به‌نام «ریان» (سیراب‌شده) که تنها روزه‌داران از آن وارد می‌شوند). مرحوم صدوق در «معانی الاخبار» در شرح این حدیث می‌نویسد: انتخاب این نام برای این در بهشت، به‌خاطر آن است که بیشترین زحمت روزه‌دار از ناحیه عطش است؛ هنگامی که روزه‌داران از این در وارد می‌شوند، چنان سیراب می‌گردند که بعد از آن هرگز تشنه نخواهند شد.^۴

اثر اجتماعی روزه بر کسی پوشیده نیست. روزه یک درس مساوات و برابری در میان افراد اجتماع است. با انجام این دستور مذهبی، افراد متمکن هم، وضع گرسنگان و محرومان اجتماع را به‌طور محسوس درمی‌یابند و هم با صرفه‌جویی در غذای شبانه‌روزی خود، می‌توانند به کمک آنها بشتابند. البته ممکن است با توصیف حال گرسنگان و محرومان، سیران را متوجه حال گرسنگان ساخت؛ ولی اگر این مسأله جنبه حسی و عینی به خود بگیرد، اثر دیگری دارد. روزه به این موضوع مهم اجتماعی رنگ حسی می‌دهد؛ لذا در حدیث معروفی از امام صادقؑ نقل شده که «هشام‌بن حکم»، از علت تشریع روزه پرسید. امامؑ فرمود: «روزه به این دلیل واجب شده است که میان فقیر و غنی مساوات برقرار گردد و این به‌خاطر آن است که غنی طعم گرسنگی را بچشد و نسبت به فقیر ادای حق کند؛ چراکه اغنیاء معمولاً هرچه را بخواهند، برای آنها فراهم است. خدا می‌خواهد، میان بندگان خود مساوات باشد و طعم گرسنگی و درد و زنج را به اغنیاء بچشاند تا به ضعیفان و گرسنگان رحم کنند»^۵

راستی اگر کشورهای نژوتمند جهان چند روز را در سال روزه بدارند و طعم گرسنگی را بچشند، باز هم این همه گرسنه در جهان وجود خواهد داشت؟!

• اثر بهداشتی و درمانی روزه

در طب امروز و همچنین طب قدیم، اثر معجزآسای

در گفت‌وگو با حجت‌الاسلام والمسلمین معصومی لاری صورت گرفت

تشریح وضعیت فعالیت کرسی‌های آزاداندیشی حوزه‌های علمیه



می‌کنیم و یا امکانات فیزیکی و فضا را برای برگزاری فراهم می‌کنیم و حتی در عرصه‌های رسانه‌ای و تبلیغی و اطلاع‌رسانی کرسی‌ها برای مخاطبان فعالیت داریم. وی در ادامه افزود: پس از برگزاری هر کرسی، خلاصه‌ای از آن در اختیار کمیته مرکزی قرار می‌گیرد و مورد نظرسنجی و ارزیابی واقع می‌شود و از جانب ما برای ناقد، ارائه‌دهنده، داور و مرکز برگزارکننده کرسی‌ها، گواهی صادر خواهد شد.

• دسترسی به متون کرسی‌های آزاداندیشی امکان‌پذیر است

دبیر کمیته مرکزی کرسی‌های آزاداندیشی حوزه‌های علمیه تصریح کرد: فعالیت کمیته مرکزی، به پایان برگزاری یک کرسی آزاداندیشی ختم نمی‌شود؛ بلکه پیاده‌سازی صورت، خلاصه‌سازی‌ها و تصویرپردازی‌ها را در یک بانک جمع‌آوری می‌کند؛ اگرچه هنوز موفق نشدیم این بانک را در سامانه‌ای که معاونت پژوهش باید آماده کند، ساماندهی کنیم؛ اما اطلاعات جمع‌آوری شده است؛ لذا مراکز تخصصی که مایل باشند، به متون این کرسی‌های آزاداندیشی که به‌لحاظ علمی بسیار قابل استفاده است، دسترسی پیدا کنند، به‌صورت الکترونیک امکان‌پذیر است.

حجت‌الاسلام والمسلمین معصومی لاری ادامه داد: علاوه بر این سعی می‌کنیم، بعد از زمان برگزاری کرسی‌های

«امساک» در درمان انواع بیماری‌ها به ثبوت رسیده و قابل انکار نیست. کمتر طبیبی است که در نوشته‌های خود، اشاره‌ای به این حقیقت نکرده باشد؛ زیرا می‌دانیم، عامل بسیاری از بیماری‌ها زیاده‌روی در خوردن غذاهای مختلف است؛ چون مواد اضافی، جذب نشده و به‌صورت چربی‌های مزاحم در نقاط مختلف بدن یا چربی و قند اضافی در خون باقی می‌ماند. این مواد اضافی در لایه‌ای عضلات بدن در واقع لجنزارهای متعفن برای پرورش انواع میکرب‌ها و بیماری‌های عفونی است و در این حال، بهترین راه برای مبارزه با این بیماری‌ها، نابود کردن این لجنزارها از طریق امساک و روزه است.

روزه زباله‌ها و مواد اضافی و جذب‌نشده بدن را می‌سوزاند و در واقع بدن را «خانه‌کثانی» می‌کند. به‌علاوه یک نوع استراحت قابل ملاحظه برای دستگاه گوارش و عامل مؤثری برای سرویس کردن آن است و با توجه به اینکه این دستگاه از حساس‌ترین دستگاه‌های بدن است و در تمام سال به‌طور دائم مشغول کار است، این استراحت برای آن‌ها نهایت لزوم را دارد.

بدیهی است شخص روزه‌دار، طبق دستور اسلام به‌هنگام «افطار» و «سحر»، نباید در غذا افراط و زیاده‌روی کند تا از این اثر بهداشتی، نتیجه کامل را بگیرد؛ در غیر این صورت ممکن است، نتیجه برعکس شود.

«الکسی سوفورین» دانشمند روسی در کتاب خود می‌نویسد:

«درمان از طریق روزه فائده ویژه‌ای برای درمان کم‌خونی، ضعف روده‌ها، التهاب بسيط و مزمن، دمل‌های خارجی و داخلی، سل، اسکلیروز، روماتیسم، نقرس، استسقاء، نوارستنی، عرق‌النساء، خراز(ریختگی پوست)، بیماری‌های چشم، مرض قند، بیماری‌های جلدی، بیماری‌های کلیه، کبد و بیماری‌های دیگر دارد. معالجه از طریق امساک، اختصاص به بیماری‌های فوق ندارد؛ بلکه بیماری‌هایی که مربوط به اصول جسم انسان است و با سلول‌های جسم آمیخته شده همانند: سرطان، سفلیس، سل و طاعون را نیز شفا می‌بخشد.»^۶

در حدیث معروفی پیغمبر اسلامﷺ می‌فرماید: «صوما تصحوا»؛ «روزه بگیرید تا سالم شوید».^۷

و در حدیث معروف دیگر نیز از پیغمبرﷺ رسیده است: «المعدة بيت كل داء والحمية رأس كل دواء»؛ (معدة خانه تمام دردهاست و امساک بالاترین داروها). بنابراین فلسفه روزه را در آثار ارزشمند آن باید جست که مهم‌ترین این اثرها، لطافت معنوی است.

• پی‌نوشت‌ها

- بحارالانوار، ج ۹۶، ص ۲۵۶؛
- همان، ص ۲۵۵؛
- نهج‌البلاغه کلمات قصار شماره ۲۵۲؛
- بحارالانوار، ج ۹۶، ص ۲۵۲؛
- وسائل الشیعه، ج ۷، باب اول، کتاب صوم، ص ۳؛
- «روزه روش نوین برای درمان بیماری‌ها»، ص ۶۵، چاپ اول؛
- بحارالانوار، ج ۹۶، ص ۲۵۵؛
- همان، ج ۵۹، ص ۲۹۰؛
- تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۶۲۸.

آزاداندیشی متناسب با توان برگزارکننده، یک گروه برای شرکت‌کنندگان در آن کرسی در عرصه فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی ایجاد کنیم که تا دو هفته، با هدف طرح نظرات شرکت‌کنندگان، پاسخ نقادان و ارائه‌کنندگان فعال است؛ بنابراین کرسی‌های آزاداندیشی را از قالب جلسات یک‌روزه بیرون می‌آوریم.

وی افزود: گفت‌وگوی علمی که در طول این دو هفته شکل می‌گیرد، علاوه بر ایجاد نشاط علمی در حوزه‌های علمیه، افراد را در یک کوران داد و ستد علمی قرار می‌دهد و همین مسئله، باعث رشد علمی افراد خواهد شد.

• میانگین هر ده روز، یک کرسی آزاداندیشی در حوزه علمیه قم داشتیم

حجت‌الاسلام والمسلمین معصومی لاری اظهار کرد: در طول سال ۱۴۰۱ به‌طور میانگین هر ده روز، یک کرسی آزاداندیشی در حوزه علمیه قم داشتیم که شناسنامه دارند و برای آن‌ها گواهی صادر شده است؛ البته برخی از مراکز، بدون هماهنگی با ما اقدام به برگزاری کرسی‌های آزاداندیشی می‌کنند؛ لذا اگر بخواهیم آمار آن کرسی‌ها را اضافه کنیم، شاید بتوان گفت: هر پنج روز یک کرسی برگزار شده است که آمار کمی نیست؛ اما انتظار بیش از این است.

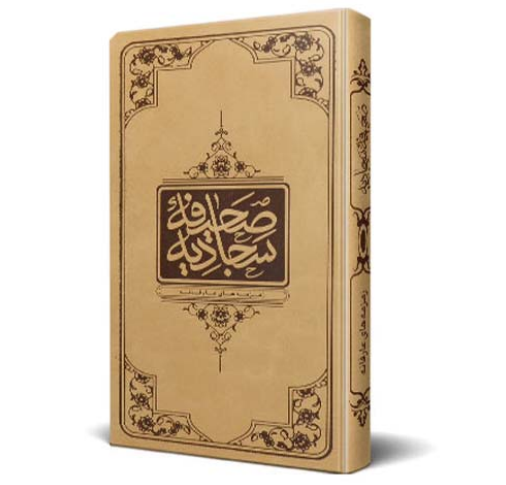
• احساس ناامنی؛ از موانع جدی کرسی‌های آزاداندیشی

دبیر کمیته مرکزی کرسی‌های آزاداندیشی حوزه‌های علمیه گفت: این انتظار وجود دارد که این نوع گفت‌وگوها در حوزه‌های علمیه بسیار رایج باشد؛ اما متأسفانه احساس ناامنی از بیان نظرات وجود دارد؛ لذا این مسئله یکی از موانع جدی در حوزه علمیه است و ما موظف هستیم، این احساس ناامنی را برطرف کنیم که با حمایت مسئولین حوزه علمیه از این کرسی‌ها آرام آرام برطرف می‌شود.

حجت‌الاسلام والمسلمین معصومی لاری اشاره کرد: مانع دیگری که بر سر راه برگزاری کرسی‌های آزاداندیشی وجود دارد، این است که برخی به‌دلیل تبعات اجتماعی و یا فشارهای سیاسی از این مسئله پرهیز می‌کنند و این امر هم، به فرهنگ‌سازی عمومی نیاز دارد. وی افزود: برای رفع این‌گونه امور، کرسی‌ها را به چند دسته تقسیم کردیم. برخی را در یک فضای کاملاً عمومی می‌توانیم مطرح و اطلاع‌رسانی کنیم؛ اما برخی از کرسی‌ها نیازمند

راهبرد تبیین در صحیفه سجادیه

علی‌رضا مکتب‌دار



هر اقدام بنیادین و سرنوشت‌ساز، در پایدگی و رواج خود نیازمند عنصر تبیین است. در غیر این‌صورت، گذر زمان و تغییر نسل‌ها، غبار ابهام و تردید را بر اندام آن نشانده و چهره حقیقت را رفته رفته از نگاه حق‌جویان پوشیده می‌دارد. تبیین رسالتی است که همه راهبران الهی از آن به‌عنوان راهبرد بهره برده و پیام‌های الهی را به گوش مردمان رسانده و حقایق را برای آنان بی‌پرده بیان کرده‌اند.

در تاریخ اسلام، پس از رحلت پیامبر مکرمﷺ، کینه و ستیزه‌جویی‌های پنهان‌شده در پس پرده عصبيت جاهلی دوباره رخ نمود، بازار تاویل و تفسیر به‌رای گرم شد، تیرگی خواش‌های نفسانی بر چهره حقیقت پرده افکند، دنیاپرستان کتاب و سنت پیامبرﷺ را بر اساس منافع خود، تفسیر و تاویل نمودند و سرانجام چهره‌ای بازگونه از اسلام باقی ماند که پیشتر امیر بیان ﷺ از آن این‌گونه خبر داده بود: اسلام پوستین بازگونه پوشد و کس سخن حق ننویشد.

این بازگونه‌گی تا آنجا ادامه یافت که امت پیامبر ﷺ، پاره تن او را با آسایش خاطر به مسلخ بردند و آثار نبوت را زیر سم مرکب‌های هوس نهادند و از هیچ تلاشی برای زدودن آثار رسالت از ذهن و قلب مردمان و عرصه اجتماع فروگذار نکردند. کتاب خدا را چنان می‌خواندند که سود ایشان بود. طبلسان زهد پوشیده بودند و تک‌بیره‌نان را پیرهن بر تن می‌دریدند و آن‌انکه دستار بر سر نهاده بودند، سر از تن خدا ترسان می‌انداختند و این نبود، آنچه پیامبر و جانشینانشؑ بدان فراخوانده بودند.

همه‌جا سیاهی بود و تباهی. بنی‌امیه و بنی‌مروان که بالاپوش اسلام بر قامتشان ناراست می‌آمد، بر پنجره‌های کشوده به حقیقت، قفل‌های تزویر زده بودند. نفس‌ها در سینه‌ها حبس شده بود. در این شرایط امام علی‌بن‌الحسینؑ، راهبردی یگانه را برای دریدن پرده‌های ظلمت و تبیین چهره حقیقت در پیش گرفت. ایشان از سلاح دها بهره برد؛ سلاحی که هم معارف راستین را به مردمان انتقال می‌داد و هم بهانه را از دست دش‌خیمان سیاه‌اندیش می‌گرفت. او از خود میراثی جاودانه به یادگار گذاشت و در جنگ نرمی که علیه دستگاه حکومت برپا کرد، پیروز میدان شد. صحیفه، دانشنامه‌ای است که با نوشیدن از آبشخور قرآن، آنچه را که بشر برای سعادت خود بدان نیاز دارد، در خود گردآورده است. این مؤثرترین راهبردی بود که در آن زمان می‌توانست، در پیش گیرد.

حضور مخاطبان متخصص هستند؛ اگرچه گاهی این کرسی‌های آزاداندیشی تخصصی را نیز، به‌صورت مجازی پخش می‌کنیم.

دبیر کمیته مرکزی کرسی‌های آزاداندیشی حوزه‌های علمیه با اشاره به اینکه دفاع از مرزهای دین و گسترش علوم، وظیفه و تکلیف شرعی ماست، گفت: اینکه کسی بخواهد بزرگاری کرسی‌های آزاداندیشی را مرتب کند بر اینکه مزیت و امتیازی دریافت کند، متناسب سیره حوزه علمیه نبوده، نیست و نخواهد بود و تا زمانی که این سیره وجود دارد، حوزه علمیه می‌تواند رشد کند؛ البته وظایفی در قبال حمایت از این افراد بر عهده ماست.

وی ادامه داد: ما با مراکز متعدد اعم از انجمن‌های علمی حوزه و پژوهشکده‌ها، پژوهشگران آزاد و نخبگان حوزه و حتی دانشگاه‌ها، توافق‌نامه‌هایی امضا کردیم که بر اساس آن‌ها و طبق برنامه‌های مشخص، به این مراکز و افراد برای برگزاری کرسی‌های آزاداندیشی کمک خواهیم کرد.

• فرهنگ بزرگاری کرسی‌های آزاداندیشی باید در جامعه شکل بگیرد

حجت‌الاسلام والمسلمین معصومی لاری اضافه کرد: علاوه بر همه این‌ها، حتی نگاه بین‌المللی به این مسئله داریم؛ به این معنا، بسیاری از نظراتی که در چالش با حوزه‌های علمیه مطرح می‌شوند، عمدتاً ریشه در خارج از کشور دارند که بعد از مدتی، ترکش این نظرات وارد کشور می‌شود و عده‌ای آن را مطرح می‌کنند؛ اما اگر به سرچشمه این نظرات ورود کنیم و کرسی‌های آزاداندیشی را ولو به‌صورت مجازی برگزار کنیم، اقدام شایسته‌ای است.

وی ادامه داد: در همین راستا با چند کشور از جمله عراق، آلمان و لبنان وارد مذاکره شدیم و افرادی را در نظر گرفتیم و حتی این نگاه را داریم که کرسی‌هایی را در بین ادیان برگزار کنیم.

حجت‌الاسلام والمسلمین معصومی لاری، در پایان با بیان اینکه در جریانات سیاسی حال حاضر، کرسی‌های آزاداندیشی باید نقش بسیار مهمی ایفا کنند، یادآور شد: یکی از مصادیق حضور حوزه در عرصه‌های به‌روز اجتماعی، برگزاری کرسی‌هاست که نشست‌های و جلسات علمی متعددی نیز در این زمینه داشتیم؛ بنابراین برگزاری کرسی، یک شاخه از شاخه‌های حضور حوزه علمیه است و الحمدلله انجمن‌ها فعال هستند.