

((سلسله احكام فقهي)) ۵

روزه

تدوين و تقديم :

مؤسسه ی فرهنگي قرآن و سنت نبوي روانسر

فهرست مطالب

ردیف	موضوع	صفحه
	مقدمه	
۱	معنی و مفهوم روزه	
۲	منزلت و اهمیت روزه	
۳	فضیلت روزه	
۴	فواید روزه	
۵	شروط باطنی روزه	

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَيَّ نَبِيِّنَا
مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَآتْبَاعِهِ أَجْمَعِينَ...

خداوند متعال بعد از علم به اصول اعتقادات دینی و استقرار ایمان در دلها ، به منظور سیر در جهت کمال انسانی ، عبادات را مقرر فرموده است.

مؤمن در نماز ، روش راز و نیاز و عبودیت و استعانت را عملاً آموخت و با رها ساختن خویشتن از بندِ بندگی بنده ، قدم اول بسوی کمال را در صراط مستقیم شروع نمود. قدم دوم با پرداختن زکات و فدا کردن مال به منظور تزکیه درون (از صفات بخل ، حسادت ، حرص ، طمع ، آز ، حب مال و مادیات و...) برداشته شد. حال می خواهد با ادای روزه قدم سوم را به منظور ادای عبودیت خالصانه بردارد تا نفس سرکش را مهار و از حالت بی قید و بندی در ارضای خواسته های نفسانی خارج ساخته و زمینه غلبه بر خواسته های نفسانی و کسب تقوی و فضایل را در او فراهم نماید...

معنی و مفهوم روزه

صوم (روزه) از نظر لغوی به معنی خوداری و پرهیز کردن است، و در اصطلاح شرعی عبارت است از: خوداری کردن با عزم و اراده از خوردن و نوشیدن و آمیزش با همسر و مطلوبات نفس و پرهیز از سخنان ناروا (همچون لہو و لعب، غیبت، تهمت، فحش و ناسزا و سخن چینی) و رفتارهای زشت می باشد.

منزلت و اهمیت روزه

روزه بعد از نماز و زکات سومین رکن عبادی در اسلام می باشد که ادای آن بر مؤمنین واجب شده است. خداوند متعال در آیه ۱۸۳ سوره بقره می فرماید: **يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ**

ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى
 الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿۱۸۳﴾

ای کسانی که ایمان آورده اید بر شما روزه واجب شده
 است همانگونه که بر کسانی که پیش از شما بوده اند واجب
 بوده است، تا باشد که پرهیزگار شوید.

رمضان ماه نزول قرآن است: شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ
 فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ۚ
 بقره/ ۱۸۵ . ماه رمضان است که قرآن در آن فرو فرستاده
 شده است تا مردمان را راهنمایی کند و نشانه ها و آیات
 روشنی از ارشاد (به حق و حقیقت) باشد و (میان حق و
 باطل در همهٔ ادوار) جدایی افکند.

پیامبر(ص) در این باره فرمود : بُنِيَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ :
 شَهَادَةِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ وَ إِقَامَةِ الصَّلَاةِ
 وَ إِيْتَاءِ الزَّكَاةِ وَ صَوْمِ الرَّمَضَانَ وَ حَجِّ الْبَيْتِ إِنْ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ
 سَبِيلًا . (متفق علیه). اسلام بر پنج رکن استوار است :

شهادت و گواهی دادن به اینکه غیر از الله کسی فرمانروا و فریادرس و معبود نیست و محمد (ص) فرستاده خداست و اقامه نماز و ادای زکات و روزه ماه رمضان و در صورت توانایی بجای آوردن حج می باشد.

خداوند متعال درباره اجر و پاداش روزه می فرماید : كُلُّ حَسَنَةٍ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا إِلَى سَبْعِمِائَةٍ ضَعْفٍ إِلَّا الصِّيَامُ فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أُجْزِي بِهِ . (رواه الخمسه). پاداش هر عمل نیک ده تا هفتصد برابر خواهد بود غیر از روزه ، زیرا روزه خاص من ، و پاداش آن با من است .

فضیلت روزه

خداوند متعال از میان همه عبادات روزه را بر سایر عبادات ترجیح داده و اجر و پاداش خاصی برای آن در نظر گرفته است.

پیامبر (صلی الله علیه و سلم) در باره فضیلت روزه می فرماید: « لِيَصَائِمِ فَرِحَتَانِ يَفْرَحُهُمَا إِذَا أَفْطَرَ فَرِحَ وَإِذَا لَقِيَ رَبَّهُ فَرِحَ بِصَوْمِهِ » رواه الخمسه . روزه برای شخص روزه دار دو

خوشحالی با خود دارد : یکی هنگامی که افطار می کند و دیگری هنگامی است که پروردگارش را ملاقات می نماید.

« مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَ احْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ »

رواه الخمسه. هر کس بر اساس ایمان و اخلاص و امید به اجر و پاداش خداوند ماه رمضان را روزه بگیرد گناهانش بخشوده می شوند .

« إِذَا جَاءَ رَمَضَانَ فَتَحَتْ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ وَ غُلِقَتْ أَبْوَابُ النَّارِ وَ صُفِدَتِ الشَّيَاطِينُ »

رواه الخمسه. هنگامی ماه رمضان فرا می رسد درهای بهشت گشوده و درهای دوزخ بسته و شیاطین در بند می شوند...

فواید روزه

انسان موجودی است دو بُعدی ، بُعد جسمانی با نیازهایی همچون ؛ خوردن ، آشامیدن ، خوابیدن و ارضای شهوات نفسانی مشروع ، و بُعد معنوی با نیازهای خاص خود همچون سخاوت ، نועدوستی ، ایثار و از خودگذشتگی و میل به کمال و ... می باشد .

اگر انسان به خود واگذار شود ، چون نیازهای جسمانی همیشه و هر از چند ساعت ، آدمی را بسوی خود جلب می کنند و نسبت به نیازهای معنوی محسوس تر و ملموس تر می باشند ، و بر اثر تکرار فراوان روزانه ، بیش از پیش خود را می نمایانند و روزبروز دامنه آنها گسترده تر می شود بطوری که بتدریج سرکشی و قلدری و طغیان و ستمگری و تجاوز از حد خود ، از صفات بارز آنها شده و عرصه را برمعنویات تنگ می گردانند. روزه که خداوند متعال بر انسانها واجب گردانده است موجب جلوگیری از سرکشی و طغیان تمایلات حیوانی و شهوانی و ایجاد تعادل و توازن در آنها شده و او را از اسارت در چنگال مادیات و خورد و خوراک و شهوات و... نجات داده و زمینه رشد و تعالی او را بسوی کمال انسانی فراهم می نماید...

۱- تمرین صداقت و راستگویی:

با توجه به اینکه روزه عبادتی پنهان و رازی است میان خداوند و انسان ، در صورتی که انسان با خدای خود صادق

باشد و در حالی که کسی از روزه بودن او آگاه نیست ، او از خواسته ها و خوردنیها و نوشیدنیها و... خوداری نماید ، کم کم از طریق روزه به صدق و راستی عادت کرده و در زندگی روزمره هم در ارتباط با دیگران صادق و راستگو خواهد شد...

۲- آموزش امانتداری:

خداوند روزه را (که خوداری از تجاوز به حریم گناه و معصیت و موقتاً دوری از خواسته های مشروع نفس است) به عنوان امانتی از سحر تا افطار به او سپرده است که در صورت عدم خیانت در این امانت ، شایستگی حمل امانت خداوند را کسب می نماید *إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ تَحْمِلَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ*^ط ... احزاب / ۷۲ . ما امانت (اختیار و اراده) را بر آسمانها و زمین و کوهها عرضه داشتیم آنها از

پذیرش امانت خوداری کردند و ترسیدند ، و حال اینکه
انسان زیر بار آن رفت...

۳- تمرین وفاداری:

خداوند از طریق روزه با انسان عهد و پیمان می بندد
که اگر از بامداد تا شامگاه بر خوداری از خوردن و نوشیدن
و ... وفادار بماند اجر و پاداشش با خداوند است و خداوند
گناهان پیشین او را می بخشد : « مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَ
اِحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ » رواه الخمسه. هر کس بر
اساس ایمان و اخلاص و امید به اجر و پاداش خداوند ماه
رمضان را روزه بگیرد گناهانش بخشوده می شوند .

۴- درس صبر و شکیبایی:

غذا و آب و تمایلات نفسانی از نیازهای اولیة انسان
می باشند ، در روزه از او خواسته می شود که از ارضای
اینگونه نیازها و همچنین هرگونه ناروایی بپرهیزد ، لذا
مؤمن به منظور ادای وظیفه چاره ای جز صبر و تحمل

ندارد که به موجب آن به مرور صفت صبر و شکیبایی در راستای تحمل مشکلات زندگی در او ایجاد می شود.»
الصَّوْمُ نِصْفُ الصَّبْرِ» رواه ابن ماجه. روزه نیمی از صبر است.

۵- تعلیم جهاد:

جهاد ، مبارزه با دشمنان است و یکی از دشمنان ، نفس و تمایلات بی قید و بند آن است . و روزه مبارزه با خویشتن و تمایلات نفسانی مشروع در محدودهٔ زمان مقرر (سحر تا افطار) و مبارزه با نیروهای اهریمنی و متجاوز نفس ، و سرکوب امیال نامشروع و مهار و به بند اسارت کشیدن آنها است...

۶- کسب عزت و کرامت:

هرگاه انسان به منظور دستیابی به خواسته های مادی و نفسانی و مال و ثروت و شکم چرانی ، از جادهٔ اعتدال خارج شده است به ذلّت و سرافکندگی و بردگی و بندگی دچار

شده است . اما روزه موجب پیروزی معنویات بر مادیات و روح بر ماده و کسب حریت و آزادی است...

۶- آموزش سخاوت و بخشندگی:

انسان در هنگام روزه ، گرسنگی اجباری نیازمندان و درد گرسنگی و محرومیت را عملاً احساس می نماید ، که علاوه بر پی بردن به ارزش نعمتهای خداوند به یاد سختی و درماندگی محرومان افتاده و به همین سبب در ماه رمضان بیش از هر وقت دیگری در جهت سیر کردن و رفع حوائج نیازمندان گام بر می دارد ، که انفاق و صدقات روزانه و زکات فطر نمونه هایی از تاثیر روزه در تشویق روزه دار به سخاوت و بخشندگی است.

۷- وحدت و انسجام مسلمین:

در تمام سرزمین های اسلامی عموم مسلمین با شور و اشتیاق به استقبال ماه رمضان می شتابند و با شروع آن نمود و مظاهر وحدت در عبادت دسته جمعی مؤمنین در

روزه ، نماز تراویح ، ادای زکات فطر و اقامه نماز عید و ابراز محبت و اخوت و دید و بازدید و... نمایان می شود.

۹- تامین سلامتی:

کار درست دستگاه گوارش در گِرَوِ روش صحیح و نظم و ترتیب در اوقات مصرف غذا است ، که ماه رمضان فرصتی است تا شخص نظم و ترتیب و وقت شناسی در مصرف غذا را عادت نماید و دستگاه گوارش از استراحت لازم برخوردار می شود. و در صورت التهاب روده و معده ، آرامش یکماهه دستگاه گوارش زمینه مناسبی برای معالجه آن فراهم می آورد.

۱۰- پرورش اراده:

شخص روزه دار با عزم و اراده و جدیت تمام از مطلوبات نفسانی خوداری می نماید و به مدت یک ماه تمام، هر روز از سحر تا افطار به تمرین در خوداری از مطلوبات نفس اشتغال دارد ، و این عمل سبب تقویت اراده او می شود که اثرات آن در شبانه روز ماه رمضان بصورت

شرکت در نمازهای جماعت یومیه، مراسمات دینی، نمازهای شبانه تراویح و شرکت در کارهای خیر نمایان می شود.

۱۱- سپر گناهان:

شخص روزه دار در ایام روزه بالاجبار از خوردن و نوشیدنیهای حرام ، سخنان ناروا و استماع آنها پرهیز می نماید و مجبور به مهار شهوات نفسانی می باشد ، در این یک ماه در این زمینه تمرین می کند . لذا روزه سبب می شود بخاطر عدم ابطال روزه اش ، از نزدیک شدن به گناهان بپرهیزد . که در ماه رمضان و ایام بعد از آن هم این اثرات همچنان بر پایبندی شخص مؤمن تأثیر می گذارند و در واقع همچون سپری او را از شرّ گناهان حفظ می نمایند : « اِنَّمَا الصَّوْمُ جُنَّةٌ فَاِذَا كَانَ اَحَدُكُمْ صَائِمًا فَلَا يَرْفُثُ وَلَا يَجْهَلُ وَ اِنْ اِمْرُؤٌ قَاتَلَهُ اَوْ سَابَهُ فَلْيَقُلْ اِنِّي صَائِمٌ ، اِنِّي صَائِمٌ ... » رواه الخمسه . روزه سپر است ، پس هرگاه یکی از شما روزه بود باید دیگران را ناسزا نگویند و جهل نوزرد

(اعمال و اقوال جاهلانه از او سرزنند) و اگر کسی باوی جنگ و دعوا کرد یا دشنام داد ، باید بگوید: من روزه ام ، من روزه ام... .

شروط باطنی روزه

امام محمد غزالی (رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ) در کتاب احیاء علوم

الدین در باره روزه می فرماید: “ روزه سه نوع است :

۱- روزه عوام : عبارت است از خوداری از خوردن و آشامیدن و مباشرت با همسر از سحر تا افطار ، که آن روزه عوام الناس است.

۲- روزه خصوص : این نوع روزه روزه صالحان است و آن علاوه بر خوداری از خوردن و آشامیدن و مباشرت با همسر دارای شش شرط دیگر است:

۱- نگاه داشتن چشم از دیدن هر آنچه منکر و مکروه است و دل را از ذکر خداوند غافل نماید. پیامبر(ص) فرماید: «الْتَّظَرُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِيسَ» نظر به نا محرم تیری است زهر آگین از تیرهای شیطان... .

هیچیک از حواس به اندازه حس بینایی بر دل تأثیر
نمی گذارند و دل را بخود مشغول نمی نمایند. بابا طاهر
عریان گوید :

زدست دیده و دل هر دو فریاد
هر آنچه دیده بیند دل کند یاد
بسازم خنجری نیشش ز پولاد
زنم بر دیده تا دل گردد آزاد

جابر از انس (رضی الله عنهما) روایت کرده که
پیامبر(ص) فرمود :

« خَمْسٌ يَفْطِرْنَ الصَّائِمَ ؛ الْكَذِبُ وَالْغَيْبَةُ وَ التَّمِيمَةُ وَ الْيَمِينُ
الْكَاذِبَةُ وَالنَّظْرُ بِشَهْوَةٍ » پنج چیز روزه را باطل می کنند:
دروغ ، غیبت ، سخن چینی ، سوگند ناحق و نظر به نامحرم
از روی شهوات.

۲- نگاه داشتن زبان از سخنان لغو ، بیهوده ، دروغ ، سخن
چینی ، فحش ، خصومت و جدل ، و عادت کردت به
سکوت و مشغول گرداندن زبان به ذکر حق تعالی و تلاوت
قرآن ، روزه زبان است. پیامبر(ص) فرمود « إِنَّمَا الصَّوْمُ

جُنَّهٖ فَإِذَا كَانَ أَحَدُكُمْ صَائِمًا فَلَا يَرِفْثُ وَلَا يَجْهَلُ وَإِنْ أَمْرُؤُ
قَاتَلَهُ أَوْ سَابَهُ فَلْيَقْلُ إِنِّي صَائِمٌ، إِنِّي صَائِمٌ...» رواه الخمسه.

در عهد پیامبر (ص) دو زن روزه بودند ، در آخر روز
از شدت گرسنگی و تشنگی چنان شدند که بیم هلاک آنها
بود ، از پیامبر(ص) در گشادن روزه اجازه خواستند . پیامبر
(ص) قدحی برای ایشان فرستاد تا آنچه خورده اند در آن
قی کنند ؛ از گلوی آنها خونی تازه و گوشتی خام بیرون
آمد ، مردمان از آن در شگفت شدند . پیامبر(ص) فرمود : «
هَاتَانِ صَامَتَا عَمَّا أَحَلَّ اللَّهُ لَهُمَا وَ أَفْطَرَتَا عَلَيَّ مَا حَرَّمَ اللَّهُ
عَلَيْهِمَا فَعَدَّتْ إِحْدَاهُمَا عَلَيَّ الْآخَرَى فَبَجَعَلْتَا تَغْتَابَانِ النَّاسَ
فَهَذَا مَا أَكَلْتَا مِنْ لُحُومِهِمْ» . این دو زن از آنچه حق تعالی
برایشان حلال کرده است (خوردن و آشامیدن) روزه
داشتند و بدانچه حرام کرده است (غیبت) افطار کردند ، با
هم نشستند و به غیبت مردمان پرداختند ، و آنچه از
گلویشان بیرون آمد گوشت مردمان است که خورده اند .»

۳- باز داشتن گوش از شنیدن هر آنچه ناپسند است ،
زیرا هر آنچه را که حق تعالی گفتنش را حرام کرده است

شنیدن آن را هم حرام کرده است ، و خداوند متعال
شنوندهٔ دروغ و حرام خوار را همردیف هم قرار داده و
فرموده است: « سَمْعُونََ لِلْكَذِبِ أَكْثَرُونَ لِلسُّحْتِ ...

« مائده / ۴۲ . آنان بسی دروغ می شنوند و می پذیرند و بسیار
مال حرام می خورند...»

پیامبر(ص) فرمود : « أَلْمُغْتَابُ وَ أَلْمُسْتَمِعُ شَرِيكَاَنِ فِي الْإِثْمِ
« غیبت کننده و شنونده هر دو در گناه شریک هستند.

۴- بازداشتن سایر اعضا و جوارح از مکروهات ، مثلاً باز
داشتن شکم در وقت افطار از خوردن غذایی که در آن شبه
باشد ، و عدم پُرخوری با خوراک حلال ، چون هدف از روزه
تقلیل غذا است . خوراک حلال همچون دارو است که کم
خوردن آن مفید و سودمند و زیاد خوردن آن ایجاد
مسمومیت کرده و مضر واقع می شود. پیامبر(ص) فرمود :
« كَمْ مِنْ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الْجُوعُ وَالْعَطَشُ »
بسیاری روزه دار ، از روزه اش جز گرسنگی و تشنگی
بهره ای نمی برد.

۵- در وقت افطار از غذای حلال هم زیاد نخورد و ناهار نخورده را در وقت افطار قضا ننماید و از خوردن طعامهای رنگارنگ بپرهیزد ، زیرا مقصود از روزه ، خلاء معده و در هم شکستن قوّت و قدرت شهوات نفسانی است تا نفس بر کسب تقوی تقویت شود . چون تأخیر غذای ناهار و تنوع آن در وقت افطار، موجب افزایش قوّت شهوات شده و روزه دار را از فواید روزه محروم می نماید.

۶- دل وی پس از افطار میان خوف و رجا معلق باشد ، چون نمی داند که آیا روزه اش پذیرفته می شود و یا به وی باز گردانده می شود...

بنابراین روزه بندگان صالح در عدم خوردن ، نوشیدن، مباشرت با همسر، نگهداشتن چشم و گوش و زبان و سایر اعضا و جوارح از ناروا ، تقلیل در غذا ، پرهیز از پرخوری و نگهداشتن دل در حالت خوف و رجا می باشد ، که اگر یکی از این موارد را رعایت ننماید ، روزه اش باطل خواهد شد...

۳- روزه خصوص خصوص:

این نوع روزه ، روزه انبیاء و صدیقین و مقربین است .
و آن علاوه بر رعایت همه شروط روزه صالحان ، ممانعت از
مشغول شدن دل به همتهای پست و اندیشه های دنیوی
جز اموراتی که در راستای تحقق اهداف دینی و وظایف
خَلِيقَةُ اللّٰهِ باشد ، و واداشتن دل به ذکر خدا و یاد مرگ و
اندیشه آخرت . روزه اینان با اشتغال به غیر خدا و روز
آخرت و تفکر و تدبر ، باطل می شود.