

## فلسفه روزه چیست؟

همان طور که می دانید، انسان علاوه بر جنبه مادی و جسمی، دارای جنبه معنوی و روحی هم هست و هر یک از آن ها در رسیدن به کمال مطلوب خود، برنامه های خاصی احتیاج دارند. یکی از برنامه هایی که جنبه معنوی دارد، تقوا و پرهیزگاری است. به این معنا که اگر انسان بخواهد خودش را از جنبه معنوی ارتقاء دهد و به عالم طهارت و رفعت متصل کند، اولین چیزی که باید بدان ملتزم بشود، جلوگیری از افسار گسیختگی خود است. او نباید خود را سرگرم لذت های جسمی و شهوات بدنی کند، باید خود را بزرگتر از آن بداند که زندگی مادی را هدف پندارد. بهترین، نزدیک ترین، مؤثرترین و عمومی ترین راهی که افراد را در این امر (تقوا) می تواند کمک کند، روزه است که با پرهیز از خوردن، آشامیدن و شهوت جنسی، علاوه بر این که نیروی خویشتن داری از گناهان در آنان قوت می گیرد، به تدریج بر اراده خود مسلط می شوند و در برابر هر گناهی عنان اختیار را از کف نمی دهند.

«یا ایها الذین ءامنوا کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم لعلکم تتقون»<sup>(1)</sup>؛ «ای افرادی که ایمان آورده اید! روزه بر شما نوشته شد؛ همان گونه که پیشینیان از شما نوشته شده تا پرهیزگار شوید»<sup>(2)</sup>.

روزه، علاوه بر فایده معنوی (تقوا)، فایده های دیگری هم دارد:

الف - اثر اجتماعی روزه: روزه، درس مساوات و برابری در میان افراد اجتماع است. با انجام این دستور مذهبی، افراد متمکن، وضع گرسنگان و محرومان اجتماع را به طور محسوس درمی یابند، و این باعث می شود که به کمک محرومان بشتابند. امام صادق (علیه السلام) می فرماید: «روزه به این دلیل واجب شد که میان فقیر و غنی مساوات برقرار گردد، و این بدان جهت است که غنی، طعم گرسنگی را بچشد و نسبت به فقیر ادای حق کند؛ چرا که اغنیا معمولاً هر چه را بخواهند، برای آن ها فراهم است. خدا می خواهد میان بندگان خود مساوات باشد، و طعم گرسنگی و درد و رنج را به اغنیا بچشاند تا به ضعیفان و گرسنگان رحم کنند.»

ب) اثر بهداشتی و درمانی: عامل بسیاری از بیماری ها، زیاده روی در خوردن غذاهای مختلف است؛ چون مواد اضافی جذب نشده به صورت چربی های مزاحم در نقاط مختلف بدن، یا به صورت چربی و قند اضافی در خون باقی می ماند. این مواد لجنزارهای متعفن برای پرورش انواع میکروب های عفونی است، و در این حال، بهترین راه برای مبارزه با این بیماری ها، نابود کردن این لجنزارها از طریق روزه است. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) می فرماید: «معهده خانه تمام دردها و امساک (روزه) بالاترین داروهایست»<sup>(3)</sup>.

علت این که ماه رمضان برای روزه گرفتن انتخاب شده، این است که این ماه بر سایر ماه ها برتری دارد. در این ماه، «قرآن» کتاب هدایت و راهنمای بشر که «فرقان» است و با دستورها و قوانین خود روش های صحیح را از ناصحیح جدا کرده و سعادت انسان ها را تضمین نموده، نازل گردیده است و در این ماه، شب قدر قرار دارد که

بهترین شب سال است و مقدرات انسان در آن مشخص می شود؛ «شهر رمضان الذی انزل فیہ القرآن هدی للناس و بینات من الهدی و الفرقان»<sup>(4)</sup> ... در روایات اسلامی نیز چنین آمده است که همه کتاب های بزرگ آسمانی در این ماه نازل شده اند؛ به این ترتیب، ماه رمضان که همواره ماه نزول کتاب های بزرگ آسمانی و ماه تعلیم و تربیت بوده، بر ماه های دیگر برتری محسوسی دارد<sup>(5)</sup> .

آداب تلاوت قرآن در کلام معصومین چیست؟

پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله) می فرماید: «خانه های خود را با تلاوت قرآن نورانی کنید»<sup>(6)</sup> .

قرائت قرآن، آدابی دارد که به برخی از آن ها اشاره می شود:

الف) مسواک زدن که پیامبر (صلی الله علیه و آله) بر آن دستور داده است<sup>(7)</sup> ;

ب) وضو و طهارت داشتن هنگام تلاوت قرآن<sup>(8)</sup> ;

ج) پناه بردن به خداوند پیش از قرائت قرآن: خداوند در آیه ۹۸ سوره نحل می فرماید: «وقتی قرآن می خوانی، از (شر) شیطان رانده شده، به خداوند پناه ببر؛»

د) قرائت از روی قرآن: پیامبر (صلی الله علیه و آله) فرمود: «قرائت قرآن از روی مصحف، بهترین اعمال امت من است»<sup>(9)</sup> ;

ه) قرائت قرآن با صدای خوش: خاتم پیامبران (صلی الله علیه و آله) فرمود: «هر چیزی زیوری دارد و زیور قرآن، صورت نیکو است»<sup>(10)</sup> ;

و) قرائت قرآن همراه با خشوع: خداوند در آیه ۱۶ سوره حدید می فرماید: «آیا وقت آن نرسیده است که دل های مؤمنان در برابر ذکر خدا و آن چه از حق نازل شده، خاشع گردد؟» ;

ز) قرائت همراه با حزن و با حالت اندوه: پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله) فرمود: «به راستی قرآن همراه با حزن نازل شده است . بنابراین، هنگامی که قرآن می خوانید، گریه کنید و اگر گریه نکردید، حالت گریه به خود بگیرید»<sup>(11)</sup> ;

ح) تلاوت قرآن همراه با ترتیل: در آیه ۴ سوره مزمل آمده است: «و رتل القرآن ترتیلا» ; قرآن را با دقت و تانی بخوان;

ط) قاری قرآن تنها به خواندن الفاظ، بدون توجه به معانی آن، اکتفا نکند؛ بلکه همراه با قرائت آن، در معانی قرآن اندیشه کند، و از آیاتش پند گیرد؛ چنان که امیرمؤمنان علی (علیه السلام) در وصف پرهیزکاران می فرماید: آنان در شب به پا خاسته و قرآن را شمرده و با تدبیر تلاوت می کنند . جان خویش را با آن محزون می سازند و دوی درد خود را از آن می گیرند . هر گاه به آیه ای می رسند که در آن تشویق باشد، با علاقه و امید

به آن روی می آورند و روح و جانشان با شوق بسیار در آن خیره می شود و آن را همواره «نصب العین» خود می سازند، و هر گاه به آیه ای برخورد کنند که در آن بیم باشد، گوش های دل خود را برای شنیدن آن باز می کنند و صداهای ناله و برخورد زبانه های آتش در گوششان طنین انداز است<sup>(12)</sup>.

لطفا فایده های قرائت قرآن را بنویسید؟

در میان کلمات گهربار پیشوایان معصوم (علیهم السلام)، فواید بسیاری را برای قرائت قرآن می توان یافت که بخشی از آن ها چنین است:

1- پاداش عظیم خداوند، به قرائت کننده قرآن: پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمود: «هر کس برای رضای خدا و آگاهی عمیق در دین، قرآن بخواند، ثواب ملائکه و انبیاء و رسولان را خواهد داشت<sup>(13)</sup>».

2- بالا رفتن مقام و درجه قاری در بهشت: حفص گوید: از امام کاظم (علیه السلام) شنیدم که می فرمود: درجات بهشت به اندازه آیات قرآن است. به قاری گفته می شود: بخوان و (در مراتب بهشت) بالا برو. سپس می خواند و مقامش بالا می رود<sup>(14)</sup>.

3- روشنایی چشمان و طولانی شدن عمر بینایی: امام صادق (علیه السلام) فرمود: هر کس قرآن را از رو (با نگرستن بر آیات) بخواند، از بینایی اش برای مدتی طولانی لذت خواهد برد<sup>(15)</sup>.

4- آمیخته شدن قرآن با گوشت و خون قاری: امام صادق (علیه السلام) فرمود: هر جوان مؤمنی که قرآن بخواند، قرآن با گوشت و خونس آمیخته خواهد شد<sup>(16)</sup>.

5- صفای دل: پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمود: بدون شک این دل ها زنگار می گیرند؛ همچنان که آهن زنگ می زند. عرض شد: صیقل آن به چیست؟ فرمود: قرائت قرآن.

6- استجاب دعا: امام باقر (علیه السلام) فرمود: دعا را هنگام چهار چیز غنیمت بشمارید؛ قرائت قرآن و ...<sup>(17)</sup>

7- نورانی شدن خانه: پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمود: «خانه هایتان را با تلاوت قرآن نورانی کنید ...»<sup>(18)</sup>

8- زیاد شدن برکت خانه: امام صادق (علیه السلام) از امیر مؤمنان علی (علیه السلام) چنین نقل می کند: «خانه ای که در آن قرآن تلاوت و یادی از خدا شود، برکتش زیاد شده، ملائکه در آن جا حاضر می شوند و شیاطین را دور می کنند<sup>(19)</sup>».

9- بهترین عبادت: پیامبر (صلی الله علیه و آله) فرمود: بهترین عبادت امت من، تلاوت قرآن است.<sup>(20)</sup>

10- بخشش گناهان: نوشته شدن حسنه و پاک شدن گناهان<sup>(21)</sup>.

11- تخفیف عذاب از پدر و مادر<sup>(22)</sup> .

12- باروری ایمان<sup>(23)</sup> .

13- سخن گفتن با خداوند.

14- علم اولین و آخرین به او عنایت می شود.

نزول یکباره قرآن، در لیلۃ القدر، بر پیامبر (صلی الله علیه و آله) چگونه بوده است؟

بنابر نظر و عقیده بسیاری از دانشمندان، قرآن دوبار نازل شده است؛ یکبار به طور دفعی در شب قدر و بار دیگر، به صورت تدریجی و در مدت بیست و سه سال . درباره چگونگی نزول دفعی قرآن چند نظریه وجود دارد.

برخی بر اساس ظاهر احادیث و روایات معتقدند: قرآن در شب قدر به «بیت المعمور» در آسمان چهارم (به نظر شیعه)، و یا به «بیت العزّة» در آسمان دنیا (به عقیده اهل تسنن)، یک دفعه نازل شده و سپس، در مدت بیست و سه سال، به تدریج فرود آمده است.

عده ای نیز بر این باورند که: قرآن در شب قدر به صورت دفعی بر قلب پیامبر (صلی الله علیه و آله) فرود آمده است . اما علامه طباطبایی (ره)، قرآن را دارای دو وجود می داند: یکی ظاهری در قالب الفاظ و عبارات و دیگری وجود و حقیقتی واحد و باطنی که عاری از تجزیه و تفصیل است . طبق نظر ایشان قرآن در شب قدر، با وجود باطنی و اصلی خود، که دارای حقیقت واحدی است، یک جا بر قلب پیامبر (صلی الله علیه و آله) فرود آمد . سپس به تدریج، با وجود تفصیلی و ظاهر، خود در فاصله های زمانی و در مناسبت های مختلف و پیشامدهای گوناگون، در مدت ۲۳ سال، نازل گردید<sup>(24)</sup> .

پی نوشت ها:

(1) بقره، ۱۸۳.

(2) علامه طباطبایی (ره)، تفسیر المیزان، ج ۲، ص ۸.

(3) آیت الله مکارم شیرازی و دیگران، تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۶۳۱.

(4) بقره، ۱۸۵.

(5) تفسیر نمونه، ص ۶۳۴.

(6) محمد بن یعقوب کلینی کافی، ج ۲، ص ۵۷۴، باب ۴۶۱، حدیث ۱.

(7) بحار الانوار، ج ۸۹، ص ۲۱۳.

- (8ر . ك: همان، ص ٢١٠، حديث ٢.
- (9همان، ص ٢٠٢.
- (10كافي، ج ٢، ص ٦١٥.
- (11جامع الاخبار، ص ٥٧ و بحار الانوار، ج ٩٢، ص ٢١٠ و ٢١٦.
- (12نهج البلاغه، خطبه ١٩٣.
- (13حر عاملی، وسائل الشيعه، ج ٦، ص ١٨٤.
- (14همان، ص ١٨٧.
- (15بحار الانوار، ج ٨٩، ص ٢٠٢.
- (16كافي، ج ٢، ص ٥٦٨.
- (17همان، ص ٤٤٨.
- (18بحار الانوار، ج ٨٩، ص ٢٠٠.
- (19كافي، همان، ص ٥٧٥.
- (20وسائل الشيعه، همان، ص ١٦٨.
- (21كافي، همان، ص ٥٧٥ و ٥٨٤.
- (22همان، ص ٥٧٨.
- (23آمدی، غرر الحكم، ص ١١٢.
- (24ر . ك: آيت الله معرفت، تاريخ قرآن، ص ٤٣ و ٤٢؛ الميزان، ج ٢، ص ١٦ و ١٥.