

ماه رمضان

در بیان پیامبر صلی الله علیه و آله

(خطبه شعبانیه)

حسین استاد ولی

استادولی، حسین، ۱۳۳۱
ماه رمضان در بیان پیامبر ﷺ (خطبه شعبانیه) / حسین استادولی.
تهران: مرکز فرهنگی انتشاراتی منیر، ۱۳۷۹.
۴۸ ص.
ISBN 964 - 5601 - 65 - 7
فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.
کتابنامه بصورت زیر نویس.
۱. ماه رمضان. ۲. دعای شعبانیه. ۳. محمد ﷺ، پیامبر اسلام، ۵۳
قبل از هجرت - ۱۱ ق. - خطبه ها. ۴. روزه. الف. عنوان. ب. عنوان:
خطبه شعبانیه.
م ۲ ۴۶ الف / BP ۱۸۸ / ۲۹۷ / ۳۵۴
کتابخانه ملی ایران
۱۴۹۱۶ - ۷۹ م

شابک ۷-۶۵-۵۶۰۱-۹۶۴-۵۶۰۱-۶۵-۷ - ۹۶۴-۵۶۰۱-۶۵-۷ ISBN 964 - 5601 - 65 - 7

ماه رمضان در بیان پیامبر ﷺ

حسین استادولی

ناشر: مرکز فرهنگی انتشاراتی منیر

نوبت چاپ: پنجم / ۱۳۹۰

تیراژ: ۵۰۰۰ نسخه

حروفچینی: شبیر / ۷۷۵۲۱۸۳۶

چاپ: زنبق

دفتر مرکزی: خیابان مجاهدین، چهارراه آبسردار، ساختمان پزشکان، واحد ۹ تلفن و فاکس: ۷۷۵۲۱۸۳۶ (خط ۶)
فروشگاه: تهران، خیابان ایران، خیابان مهدوی پور، پلاک ۶۴ تلفن: ۳۳۵۶۶۸۰۱ (خط ۴) ۷۵۲۱۸۳۶ (۰۹۳۵)

وب سایت: <http://www.monir.com>

پست الکترونیک: info@monir.com

دیگر مراکز پخش: تبریز (صحیفه) ۵۵۵۱۸۴۸ = ۰۴۱۱ * اهواز (رشد) ۲۲۱۷۰۰۱ = ۰۶۱۱ * مشهد ۲۲۵۷۲۵۷ = ۰۵۱۱
شیراز (شاهچراغ) ۲۲۲۱۹۱۶ = ۰۷۱۱ * اصفهان (مهر قائم) ۲۲۲۱۹۹۵ = ۰۳۱۱ * دزفول (معراج) ۲۲۶۱۸۲۱ = ۰۶۴۱

۱۰۰۰ تومان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال الله تبارك وتعالى:

الصَّوْمُ لِي، وَأَنَا أَجْزِي بِهِ.

روزه مخصوص من است، خودم پاداش آن

رامی دهم و خود پاداش آن هستم.

(من لايخضره الفقيه ٢/٧٥)

تقدیم به مادرم

که با مهر علی علیه السلام و خاندان مطهرش مرا پرورانید و
انتظار ظهور میراث‌دار آن بزرگوار، آخرین حجّت سبحان
حضرت بقیة الله **عجل الله تعالی فرجه الشریف**
را به من آموخت.

سیّد محمّد سبط

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله رب العالمين

و صَلَّى اللهُ عَلَى سَيِّدِنَا وَ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ الطَّاهِرِينَ

ماه مبارک رمضان با گنجایشی به پهنای آسمان و زمین، سرشار از برکت و رحمت و مغفرت الهی از راه می‌رسد. شیفتگان یگانه معشوق و عاشقان یکتا معبود، با رویی گشاده و آغوشی باز به استقبال آن می‌روند و خود را برای بهره‌وری از فرصت‌های طلایی و نسیم‌های رحمانی آماده می‌سازند. چه خوب است که مسلمانان روزه‌دار که با اخلاصی تمام، رنج و مشقت آن را به جان می‌خرند، با فضایل این ماه مبارک و آداب روزه‌داری و وظایف بندگی در آن بیشتر آشنا گردند و عمل پرشور خویش را با معرفت و شعور نیز همراه سازند و بهره‌ وافر را از این ماه عزیز فراگیرند.

البته درباره‌ مسائل فوق سخن بسیار می‌توان گفت، اما چه بهتر و به صواب نزدیکتر که از زبان معصومین علیهم‌السلام باشد. در سخنان آن بزرگواران نیز نکته‌ها فراوان است و گزینش آنها مشکل؛ از این رو

به پیشنهاد ناشر گرامی بنا شد که خطبه شعبانیه رسول گرامی ﷺ که درباره این ماه مبارک ایراد فرموده‌اند با ترجمه فارسی و مدخلی بر آن خطبه، تقدیم خوانندگان عزیز گردد، تا علاوه بر بالا رفتن سطح کیفی اعمال روزه‌داران و مضاعف شدن اجر آنان، ما هم در پاداش ایشان سهمیم باشیم و از دعای خیرشان محروم نمانیم.

حسین استاد ولی

خطبه شعبانیه

پیامبر گرامی اسلام ﷺ در یکی از جمعه‌های آخر ماه شعبان خطبه‌ای ایراد نمود و در آن ضمن بیان اهمیت و فضیلت ماه مبارک رمضان، نکات درخور و جالب توجهی را در مسائل فردی و اجتماعی و وظایف و تکالیف بندگان در این ماه بزرگ گوشزد فرمود.

این خطبه را امیرالمؤمنین علی علیه السلام روایت کرد و مورد توجه مسلمانان قرار گرفت و علمای اسلام و محدثان مسلمان آن را در کتابهای حدیثی خود نقل کردند و برخی از آنان - از جمله مرحوم شیخ بهایی در کتاب اربعین خود - بر آن شرح نوشتند.

از آنجا که این خطبه را می‌توان دستورالعملی برای روزه‌دار در ماه مبارک رمضان دانست، متن پیراسته همراه با ترجمه روان آن تقدیم می‌شود و پیش از آن، به عنوان مقدمه، نکاتی چند پیرامون این خطبه شریفه به عرض می‌رسد. امید آنکه توفیق آگاهی و عمل به محتوای آن بهره همه خوانندگان گرامی گردد.

این خطبه گراندگر که به **خطبه شعبانیه** معروف است حاوی

مسائل فراوانی است که هر یک درس تربیت و پرورش روح و آداب زندگی فردی و اجتماعی است و در اینجا فهرستی از آنها ارائه می شود:

- فضیلت ماه مبارک رمضان
- اهمیت روزه
- تلاوت قرآن در این ماه
- آداب روزه‌داری
- رسیدگی به تهیدستان و بی‌نویان
- احترام به بزرگان و ترحم به زبردستان
- پیوند با خویشان
- حفظ اعضا و جوارح از گناهان
- یتیم‌نوازی و بنده‌پروری
- توبه از گناهان
- دعا و نیایش
- اطعام مؤمنان روزه‌دار
- تحسین اخلاق
- سبک کردن زحمت کارکنان و پیشکاران
- خودداری از آزار دیگران
- سفارش به فرستادن صلوات فراوان
- فرصت‌شناسی و بهره‌وری کامل از این ماه
- تقوا و پرهیزگاری
- خبر از شهادت امیرمؤمنان علیه السلام در این ماه و بیان برخی از فضایل ایشان

عَلَىٰ آيَاتِنَا كَمَا وَتُؤْتُوا إِلَى اللَّهِ مِنْ دُونِكُمْ، وَارْتَفَعُوا إِلَيْهِ أُيُودِكُمْ * ۱۱

بِالدُّعَاءِ فِي أَوْقَاتِ صَلَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ،

اینها موادی است که اینطور از خداوند تعالی در قرآن مجید بیان شده است و شرح

هر کدام و ذکر برخی مباحث از ادبیات و مستحبات آن در این مباحث با لایحه و حل

مشکلات عبارتی و ذکر آیات و روایات و حکایات مناسب با آنها، و

آوردن مباحث اخلاقی و تائیدی و تأکیدی و اعکاسی که در آیه این خطبه به آنها

اشاره شده است، به طول می انجامد و از آنجمله این جزوه بیرون

است. از این رو در این مقدمه تنها به دو نکته اصلی و آغازین آن

(یعنی اهمیت ماه مبارک رمضان و عبادت در آن) و مسأله

روزه اشاره می کنیم و خواننده را با متن خطبه تنها می گذاریم.

فَقَالَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ:

إِنْفَعُوا النَّارَ وَلَوْ بِشِقِّ قَمَرَةٍ، انْفَعُوا النَّارَ وَلَوْ بِشِرْبَةٍ مِنْ مَاءٍ.

۱ - اهمیت ماه مبارک رمضان

این ماه از نظر قرآن کریم اهمیتی ویژه دارد، زیرا هم ماه نزول قرآن است، هم شامل شب قدر که هر ساله تکرار می‌شود و مقدرات جهان هستی در هر سال به ویژه مقدرات تکوینی انسانها، در آن شب رقم می‌خورد و انسانها می‌توانند در آن شب با اعمال عبادی مخلصانه یا با غفلت و گناه، آینده‌ای درخشان یا تاریک را برای خود ترسیم نمایند. و هم ماه خودسازی و ظرف زمان روزه است که مایه پاک‌سازی جانها از هر آلودگی است.

(۱) در روایات ما چندان از این ماه شریف تجلیل به عمل آمده که تکلیف را دو چندان می‌کند و لزوم مراقبت در این ماه را افزایش می‌دهد، تا آنجا که نام این ماه مبارک را نباید بدون پیشوند ذکر کرد، بلکه باید با احترام خاصی از آن یاد نمود. علی علیه السلام می‌فرماید:

لَا تَقُولُوا رَمَضَانَ، فَإِنَّكُمْ لَا تَدْرُونَ مَا رَمَضَانُ! فَمَنْ قَالَهُ
فَلْيَتَصَدَّقْ وَلْيُصِمْ كَفَّارَةً لَهُ، وَلَكِنْ قَوْلُوا كَمَا قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ:
شَهْرُ رَمَضَانَ.^۱

عَلَىٰ آيَاتِكُمْ، وَتُؤْتُوا إِلَى اللَّهِ مِنْ دُونِكُمْ، وَارْتَفَعُوا إِلَيْهِ أُبْدِيكُمْ * ۱۳

بِالدُّعَاءِ فِي أَوْقَاتِ صَلَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ.

نگویید رمضان؛ زیرا بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ وَبِإِذْنِهِ إِلَى عِصْيَانِ حَبِيبِ اللَّهِ پس هر که

بگوید رمضان، باید بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ مَجَازٍ وَابْنُ سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ تا کفاره آن

شود. ولی همان گونه که بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ ماه رمضان

(با احترام از آن بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ باخوردن بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ و اعلموا ان الله تعالى ذكره - أقسم بعباده أن

البته معلوم است که این نهی، حرمت را نمی‌رساند و امر به لَا تُعَذِّبُ الْمُصَلِّينَ وَالسَّاجِدِينَ، وَأَنْ لَا تَرَوْعَنَّهُ بِاللَّيْلِ

کفاره دادن نیز امری مستحبی است. بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ بیان کننده

اهمیت این ماه مبارک است بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ آن بزرگوار بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ که آن بزرگوار بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ فرموده است بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ

سعد بن طریف می‌گوید: ما هشت نفر از اصحاب امام باقر بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ در

خدمت آن حضرت نشسته بودیم بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ و امام

فرمود: نگویید: این رمضان است، بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ و رمضان رفت، بِأَنَّ هَذَا مَذْهَبُ أَهْلِ كُوفَةٍ وَهُوَ كَمَا رَوَاهُ أَبُو حَنِيفَةَ وَابْنُ كَثِيرٍ وَابْنُ عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي شَيْبَةَ وَابْنُ أَبِي سَعْدٍ وَابْنُ أَبِي عَسَاكِرَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ وَابْنُ أَبِي عَرِينَةَ زیرا

رمضان یکی از نامهای خدای عزوجل است، و خدای عزوجل آمد

و رفت ندارد و این موجود مخلوق و زایل است که می‌آید و

می‌رود. بلکه بگویید: ماه رمضان، زیرا «ماه» اضافه به اسم «رمضان»

است و این اسم نام خداوند - عزذکره - است (و در واقع «شهر

رمضان» به معنای «شهر الله تعالی» است) ^۱...

در معنای «رمضان» هم اختلاف است و چنانکه گفتیم، برخی آن

را نام خداوند متعال می‌دانند. برخی دیگر گویند: رمضان از «رَمَضٌ»

است و آن باران پاییزی است که زمین را غبار رومی می‌کند. و این ماه

را رمضان گفته‌اند از آن جهت که بدنها را از آلودگیها و بار سنگین

گناهان پاک می‌سازد.

برخی دیگر آن را از «رَمَضٌ» به معنای گرمای شدید و سوزان

آفتاب گرفته‌اند. زمخشری در کشاف گوید: این نامگذاری یا به جهت سوزش گرسنگی است که در این ماه متحمل می‌شدند، یا از آن روست که در این ماه گناهان آتش می‌گیرد و می‌سوزد.^۱ اقوال دیگری نیز نقل شده که معانی گذشته با بحث مورد نظر موافق‌تر است.

امام صادق علیه السلام فرمود: تعداد ماهها در کتاب [آفرینش] الهی روزی که آسمانها و زمین را آفرید دوازده ماه است، و چشم و چراغ ماهها ماه رمضان، و قلب این ماه شب قدر است.^۲

۲) حرمت این ماه به حدی است که شکستن این حرمت، تعزیر و تنبیه بدنی دارد. امام صادق علیه السلام فرمود: مردی را نزد علی علیه السلام آوردند که در ماه رمضان بدون جهت، روزه خورده بود. علی علیه السلام فقط برای شکستن احترام ماه رمضان، به او سی و نه تازیانه زد.^۳ همچنین به خاطر حفظ حرمت این ماه و روزه آن، علی علیه السلام فرمود: اگر مسافر (پس از آنکه در راه افطار کرد) قبل از ظهر به شهر خود برسد و از غذا خوردن خودداری کند، این کار نزد من محبوب‌تر است.^۴

۳) ماه رمضان بهار عبادت و راز و نیایش با خداست. امام باقر علیه السلام فرمود: هرچیز بهاری دارد و بهار قرآن ماه رمضان است.^۵

۱- مرآة العقول ۱۶/۲۱۲-۲۱۳.

۲- وسائل ۷/۲۵۸.

۳- النوادر، راوندی، حدیث ۳۰۷، چاپ کوشانیپور.

۴- همان، حدیث ۳۰۹.

۵- همان، ص ۲۱۸.

عَلَىٰ آيَاتِكُمْ، وَتُؤْتُوا إِلَى اللَّهِ مِنْ دُونِكُمْ، وَارْتَفَعُوا إِلَيْهِ أُنْيُوكُمْ * ۱۵

بِالدُّعَاءِ فِي أَوْقَاتِ صَلَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ،

در این ماه مبارک، اعمال نماز عبادی در شبها و کعبه می باشد. می باشد یا با او ثواب آنها

چند برابر می گردد در صورتی که از نماز و سجده و غیره عمل همان است. از

این رو خواب روزه دار و نفس کشیدگی او نیز در این ماه اجر و ثواب

پیدا می کند. سُبْحَانَكَ، وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ تَعَالَىٰ ذِكْرُهُ أَقْسَمُ بِعَرَّتِهِ أَنْ

سعید سمان از امام صادق علیه السلام پرسید: چگونه شب قدر از هزار

ماه برتر است؟ فرمود: زیرا عمل صالح در این شب ثواب آن عمل در هزار

ماه از ماههای دیگر که شب قدر از میان آنها تنها یک شب قدر است.^۱

امام صادق علیه السلام فرمود: رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم در دهه آخر ماه رمضان

دامن همت به کمر می زد و فلان نفر را بیدار می گرفت، شب را بیدار

می ماند و خود را یکسره برای عبادت قائل می شد.^۲

امیرالمؤمنین علیه السلام فرمود: در ماه رمضان فراوان دعا بخوانید و

استغفار کنید، زیرا دعا بلا را از شما دور می سازد، و استغفار موجب

پاک شدن گناهانتان می گردد.^۳

امام سجاده علیه السلام در ماه رمضان جز به دعا و تسبیح و استغفار و

تکبیر لب نمی گشود، و چون افطار می کرد می گفت: خداوندا، تو هر

کاری بخواهی می توانی کرد (پس مرا بیامرز).^۴

(۴) در ماه مبارک رمضان خداوند عنایت ویژه ای به بندگان دارد و

تخفیف بیشتری بر آنان روا می دارد. رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم فرمود:

خدای بزرگ به فرشتگان نیکو رفتار که نویسندگان اعمال بندگانند

وحی می فرستد که ملالت و لغزشهای بندگان و کنیزان مرا در ماه

۱- همان، ص ۲۵۶.

۲- همان، ص ۲۵۷.

۳ و ۴- همان، ص ۲۲۳.

رمضان از عصر به بعد ننویسید^۱ (زیرا روزه گرفته‌اند و خسته‌اند و
 احیاناً دچار ضعف اعصاب، و لغزشهای آنان عمدی نیست).

(۵) اولیاء الهی عاشق این ماه بودند. لذا پیش از فرارسیدن آن
 خود را برای استقبال از آن آماده می‌کردند و دیگران را نیز آمادگی
 می‌دادند، و پس از پایان این ماه با دلی دردمند و قلبی سوزان با آن
 وداع می‌نمودند. نگاهی به دعاهایی که در هنگام رؤیت هلال این
 ماه و هنگام وداع با آن رسیده (مانند دعای چهل و چهارم و چهل و
 پنجم صحیفه سجّادیه) بیانگر این واقعیت است.

ابوالصّلت هر وی گوید: در جمعه آخر ماه شعبان خدمت
 حضرت رضا علیه السلام رسیدم، به من فرمود: ای اباصلت ماه شعبان
 بیشترش گذشت و این آخرین جمعه آن است. در این چند روزی
 که از این ماه باقی مانده تقصیرات گذشته خود را جبران کن و تنها به
 آنچه برایت کارساز است پرداز و از آنچه به کارت نمی‌آید دست
 بردار. فراوان دعا بخوان و استغفار کن و قرآن بخوان و از گناهانت
 به درگاه خداوند توبه کن، تا وقتی ماه خدا به تو روی آورد خود را
 برای خدای عزّوجلّ پاک و مخلص کرده باشی. هر امانتی را که بر
 عهده داری اداکن؛ هر کینه‌ای از مؤمنی به دل داری از دل بزدا؛ از هر
 گناهی که به آن آلوده‌ای دست بازدار؛ تقوای الهی پیشه کن و در نهان
 و آشکارت بر خدا توکل نما....^۲

۱- همان، ۲۲۸.

۲- همان، ص ۲۱۸.

۲ - ماه رمضان در تاریخ

ماه مبارک رمضان حاوی وقایع بسیار مهم و سرنوشت‌ساز در تاریخ است که به برخی از آنها اشاره می‌شود:

در روز اول این ماه و به قولی روز دهم آن سه سال پیش از هجرت (سال دهم بعثت)، بانوی باوفای اسلام و سرور زنان جهان، حضرت خدیجه کبری صَلَّی اللهُ عَلَيْهَا دیده از جهان فرو بست. بانوی فداکاری که دست از مادیات و اعتبارات ناپایدار این جهان شست و آنچه داشت در طبق اخلاص نهاد و در اختیار پیشرفت اسلام و اهداف مقدس پیامبر اسلام صَلَّی اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قرار داد. آن بانو نخستین همسر پیامبر صَلَّی اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بود و تا زنده بود آن حضرت همسری دیگر اختیار نکرد و پس از وفات وی نیز همواره از او یاد می‌کرد و به یاد وفاداری و فداکاری‌هایش اشک می‌ریخت. خدیجه یکی از چهار سرور زنان بهشتی است. او را فضایل بسیاری است و همین فضیلت برای او بس که دختری چون فاطمه صَلَّی اللهُ عَلَيْهَا را در دامن پرورید،

که فخر زنان جهان و بانوی بانوان جنان^۱ گشت.

در روز ششم این ماه تورات و در روز سوم یا دوازدهم آن انجیل، و در روز هیجدهم آن زبور و در شب قدر آن قرآن کریم نازل شد.^۲ به این ترتیب ماه رمضان ماه نزول کتابهای بزرگ آسمانی و ماه تعلیم و آموزش بوده است، زیرا تربیت و پرورش بدون تعلیم و آموزش صحیح ممکن نیست.

در روز دوازدهم این ماه پیامبر اسلام ﷺ در اوایل ورود به مدینه میان یاران خود از مهاجرین و انصار پیمان برادری برقرار نمود و امیر مؤمنان علی علیه السلام را به برادری خویش اختصاص داد و آن بزرگوار را بدین فضیلت مفتخر ساخت.

روز پانزدهم این ماه سال سوم هجری منور و معطر است به ولادت سبط اکبر پیامبر، نخستین فرزند رشید علی و میوه دل فاطمه علیها السلام یعنی سرور جوانان بهشتی حضرت امام حسن مجتبی علیه السلام که نقشی عظیم در سرنوشت امت اسلام داشت و اگر علم و حلم و خرد و بردباری و درایت و آینده‌نگری آن بزرگوار نبود پرده از چهره نفاق بنی امیه کنار نمی‌رفت و آن دشمنان دیرینه اسلام فاتحه این دین را می‌خواندند و نامی از رسول گرامی اسلام ﷺ و نیز احدی از پیروان واقعی او را به جای نمی‌گذاشتند. آری آن حضرت با پاره پاره شدن جگرش اجازه نداد رشته اسلام از هم بگسلد و امت اسلامی در معرض نابودی قرار گیرد. سلام خدا

۱- جنان: بهشت.

۲- وسائل ۷/ ۲۲۵.

روز هفدهم این ماه سال دوم هجری، روز جنگ سرنوشت‌ساز بدر کبری است. روزی که سیصد و اندی مسلمان با کمترین امکانات و ساز و برگ جنگی در برابر حدود هزار تن از مشرکان تا دندان مسلح صف کشیدند و به یاری خداوند بر آنان پیروز گشتند. در این روز بود که پیامبر ﷺ دست به دعا بلند کرد و عرضه داشت:

پروردگارا، اگر امروز این گروه اندک شکست بخورد دیگر در

روی زمین کسی نیست که به عبادت تو پردازد!

روزی که به همت مسلمانان به ویژه به دست باکفایت دلیرمرد عالم اسلام علی عليه السلام صف مشرکان درهم شکست و هفتاد کشته و هفتاد اسیر به جای گذاشتند. جنگ بدر از حوادث بسیار مهم عالم اسلام است و شرکت‌کنندگان در آن از بزرگان اهل اسلام به شمار می‌آمدند و در فضیلت هریک گفته می‌شد: فالانی از بدریون است. البته این افتخار تا زمانی بود که ایمان و تقوای خود را حفظ کرده باشند، و الا خداوند هیچ تضمینی برای آینده هیچ‌کس صادر نکرده است. لذا در تاریخ می‌بینیم که برخی از آنان عهد شکستند و با وصی به حق پیامبر ﷺ سرناسازگاری گذاشتند و بلکه بر روی او و سایر مسلمانان شمشیر کشیدند!

در روز هیجدهم این ماه مراسم بیعت با حضرت رضا عليه السلام در

مروبه ولایتعهدی برگزار شد.

روز بیستم این ماه سال هشتم هجری روز فتح مکه است. روزی

که مسلمانان پس از هشت سال یا بیشتر، دوری از وطن خود مکه، با

عَلَىٰ آيَاتِكُمْ، وَتُؤْتُوا إِلَى اللَّهِ مِنْ دُونِكُمْ، وَارْتَفَعُوا إِلَيْهِ أُبْدِيكُمْ * ۲۱

بِالدُّعَاءِ فِي أَوْقَاتِ صَلَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ،

افتخار تمام به شهر خود با آنکه شش روزی در میان روزهای آن است و این روزها را با خود بسیم آنان به

خانه‌های خود خزیدند. اما فرمودند: وَإِذَا نَادَىٰ رَبُّكَ فَاسْتَجِبْ لَهُ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكَ مِنْ حَالِ أَنْهَاكَ و

مورد بخشش بزرگوارانه پیامبر صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ و او که فتیله، که چه عده‌ای از بِتَابِ اسْتِغْفَارِكُمْ، وَظُهُورِكُمْ تَقِيَهُ مِنْ أَوْرَاقِكُمْ، يَخْفَوْنَ عَنْهَا طُولَ

آنان منافقانه به اسلام پیوستند و عَلِمُوا أَنَّهَا كَالْوَأَالِ عَلَيْهِمْ؛ دانش‌پژدگان و سرانجام

زهرکین خود را در کام اسلام وَالْمُسْلِمِينَ زِيحًا وَنَسْرًا نُوشت عالم يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ.

اسلام را دگرگون ساختند.

أَيُّهَا النَّاسُ، مَنْ فَطَرَ مِنْكُمْ صَائِمًا مُؤْمِنًا فِي هَذَا الشَّهْرِ

و سرانجام روزهای نوزدهم و بیست و یکم این ماه ایام

سوگواری مسلمانان دلباخته و شیعیان وَمَغْفِرَةٌ لِمَنْ مَضَىٰ مِنْ دُونِهِ، چه در روز فَقِيلَ لَهُ يَا رَسُولَ اللَّهِ، (وَ) لَيْسَ لَنَا بِقَدْرٍ (نَقْدَرُ) عَلَىٰ ذَلِكَ

نوزدهم آن در سال چهل هجری عَشْرَةَ عَشْرَةَ و کین خوارج فرق

مبارک پیشوای پرهیزکاران، امام عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ را شکافت.

روزی که طبق بیان خود آن امام، حضرتش به فوز اکبر دست یافت.

و روز بیست و یکم روز فراق آن امام همام از میان جمع یاران و

شیعیان است. روزی که با فرارسیدن آن دل‌هایی سوخت و جان‌هایی

آتش گرفت و دنیا در نظرها تیره شد و چهره ایمان و عدالت و

هجرت و جهاد و زهد و پارسایی و عشق و فداکاری در خاک

بخفت.

بر شماری فضایل و حسنات ماه مبارک رمضان و شرح هر یک از

وقایعی که در آن اتفاق افتاده مجالسی وسیع می‌طلبد و این جزوه را

گنجایش آن نیست.

۳- روزه، ضیافت الهی

مهم‌ترین عملی که در این ماه مبارک انجام می‌گیرد و به آن نور و بهاء و جمال می‌بخشد مسألهٔ روزه است.

روزه سفرهٔ ضیافت الهی است که برای اولیاء خود گسترده و نعمتهای رنگارنگ معنوی در آن نهاده، و هر که بر سر این سفرهٔ نشیند سیر و سیراب از تحفه‌های معنوی خداوند از سر آن برخیزد. این سفرهٔ الهی نه تنها برای مسلمانان، که در همهٔ دورانها و برای همهٔ امتهای گسترده بوده است، چنانکه در قرآن کریم فرموده:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى
الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ^۱

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، روزه بر شما واجب و مقرر شد چنانکه بر کسانی که پیش از شما بودند واجب و مقرر شده بود، باشد که پرهیزگار و پروا پیشه شوید. از تورات و انجیل کنونی نیز برمی‌آید که روزه در میان یهود و

۴ - فلسفه و حکمت‌های روزه

می‌دانیم که احکام مبین اسلام شامل مصالح واقعی برای بندگان خداست و هر یک از آنها دارای یک یا چند حکمت، مصلحت و فایده است که پی‌بردن به برخی از آنها از طریق عقل و تجربه، و آگاهی از همه آنها تنها از طریق بیان شارع مقدس امکان‌پذیر است. بنابراین بحث درباره فلسفه احکام الهی با توجه به دلایل عقل و نقل که در جای خود مذکور است هیچ مانعی ندارد، بلکه دانستن آنها شور و شوق بیشتری در انسان ایجاد می‌کند و او را به عمل بهتر و آگاهانه‌تر وامی‌دارد.

ولی باید دانست که دانستن فلسفه احکام شرعی یک مسأله است و عمل کردن به آن احکام به خاطر حکمت و فلسفه آنها مسأله دیگری است. لذا باید توجه داشت که با فرض دانستن فلسفه احکام، وظایف دینی را نه به خاطر دست‌یافتن به آن فلسفه‌ها و حکمتها، بلکه تنها به نیت تقرب به خدا و امتثال فرمان او و برگزاری مراسم بندگی باید انجام داد، زیرا انجام تکالیف الهی به خاطر فلسفه آنها دیگر عبادت و خداپرستی نیست بلکه

بر شهوات و هوسها چیره می‌گردد.^۱ به همین جهت در قرآن کریم از روزه به «صبر» تعبیر شده است.^۲

انسانی که هر لحظه تشنه و گرسنه شد آب و غذا در اختیار اوست مانند درختی است که در پناه دیوار باغ بر لب نهرها و یا در باغچه‌های خانگی می‌روید که ناز پرورده، نامقاوم و کم‌دوام است و یک روز قطع آب به پژمردگی و خشکی آن می‌انجامد. اما درختی که از لابلای صخره‌های سخت و یا در بیابانها و جنگلها می‌روید و نوازشگر شاخه‌های آن طوفانهای سخت کوهستان است و محرومیت‌های گوناگون دارد محکم و مقاوم و بادوام است.^۳

روزه نیز با محدودیتها و محرومیت‌های موقت خود، روح و جسم آدمی را توان و قدرت و مقاومت می‌بخشد و نور و صفا و پاکی را برای نفس آدمی به ارمغان می‌آورد. و شاید به همین دلیل است که قرآن کریم پس از بیان وجوب روزه می‌فرماید:

لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ.^۴

شاید پرهیزگار شوید.

(۲) همچنین برخورد محسوس با سختی‌ها، روح فروتنی و آرامش را در انسان پدید می‌آورد و نیز وی را به یاد سختی‌های روز قیامت می‌اندازد و بدین وسیله دست از شهوات نفس می‌شوید و با

۱- بیان حضرت رضا علیه السلام در فلسفه روزه، وسائل ۳/۷.

۲- بقره / ۴۵.

۳- برگرفته از فرمایش علی علیه السلام در نامه ۴۵ نهج البلاغه.

۴- بقره / ۱۸۳.

عَلَىٰ آيَاتِكُمْ، وَتُؤْتُوا إِلَى اللَّهِ مِنْ دُونِكُمْ، وَارْتَفَعُوا إِلَيْهِ أُبْدِيكُمْ * ۲۷

بِالدُّعَاءِ فِي أَوْقَاتِ صَلَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ،

تحمل مشکلات امروز دنیا از الله عزوجل می آید و این با خجسته می باشد. ^۱

در حدیث آمده: «هر که روزی را نذر کند که در آن روز نماز کند، خداوند

او را از تشنگی قیامت با شراب سیر به مهر بهشتی سیراب می کند. ^۲»

و رسول خدا ﷺ فرمود: **صَلِّوا لِلَّهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَمَا صَلَّيْتُمْ لِيَوْمِ الْيَوْمِ** «ریان»

یعنی سیراب کننده، که تنها روزی که در آن روز نماز کرد و در آن روز بهشت

می شوند. ^۳

۳) علاوه بر اینها، روزی که در آن روز نماز کرد و در آن روز تشنگی و

تشنگی و رنجهای دیگر، به یاد نعمتهای فراوان الهی که همیشه و

بی دریغ در اختیار اوست تعالی ﷻ و روحیه شناخت منعم و

بزرگداشت او و شکرگزاری در برابر نعمتهای بی شمار او تقویت

می شود. لذا می بینیم که قرآن کریم می فرماید:

وَلِيُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَيْكُمْ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ. ^۴

تا خدا را به پاس آنکه هدایتان کرد به بزرگی یاد کنید و باشد

که سپاس گزاید.

۴) وانگهی روزه دار را آدابی است که هر کدام نقش مهمی در

پرورش روح و سازندگی باطن وی دارد و تحمل گرسنگی و

تشنگی کمترین و آسان ترین آنهاست. ^۵

امام باقر علیه السلام به جابر فرمود: ای جابر، هر که ماه رمضان بر او

۱- بیان حضرت رضا علیه السلام، وسائل ۳/۷.

۲- مجمع البیان ۴۵۶/۱۰.

۳- محجة البیضاء ۱۲۲/۲.

۴- بقره ۱۸۵.

۵- وسائل ۱۱۸/۷.

فرارسد و او روزش را روزه بدارد و شبش را به نماز و عبادت بپردازد، و دامن و زبان خود را حفظ کند و دیده از حرام فرو پوشد و آزار و اذیت خویش را از دیگران باز دارد، از گناهان بیرون می‌رود و پاک می‌شود مثل روزی که از مادر متولد شده باشد. جابر گفت: چه حدیث خوبی! امام فرمود: و چه شرط سختی!^۱

آری با حفظ اعضا و جوارح از گناه، درهای دوزخ به روی انسان بسته می‌شود و روزه سپری از آتش جهنم در برابر او خواهد بود.^۲ و نیز با تحمل گرسنگی و تشنگی است که پشت شیطان می‌شکند و ابزار هلاکت آدمی از دست او گرفته می‌شود. پیامبر گرامی اسلام ﷺ فرمود:

شیطان مانند خون در رگ و پی آدمیزاد جاری است، پس با گرسنگی راه ورود او را ببندید.^۳

(۵) دیگر از آثار تربیتی روزه و بهداشت روحی آن، تشبیت اخلاص عمل در آدمی است. به تعبیر دیگر: روزه نماینده اخلاص بنده است. زیرا سایر اعمال عبادی (همچون نماز، زکات، حج، زیارات، انفاقات و صدقات، جهاد و ...) از آن جهت که صورتی دارد و دارای ارکانی است که در رفتار انسان مشهود است، احتمال آنکه ریا و خودنمایی بدان راه یابد زیاد است، ولی روزه از آن جهت که عملی سلیبی است و صورت ظاهر ندارد و تا روزه‌دار از خود خیر ندهد کسی بر روزه او آگاه نمی‌شود، احتمال ریا در آن

۱- وسائل ۷/۲۲۰.

۲- من لا یحضره الفقیه ۲/۷۵.

۳- محجة البیضاء ۲/۱۲۵.

عَلَيَّاتِيكُمْ، وَتُؤْتُوا إِلَى اللَّهِ مِنْ دُونِكُمْ، وَارْفَعُوا إِلَيْهِ أَيْدِيَكُمْ * ۲۹
 بِالدُّعَاءِ فِي أَوْقَاتِ صَلَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ،
 نمی رود. و به همین خاطر نیز آنکه هر چه عبادت است، برای خداوند انجام
 می شود اما خداوند آنها را بشه بطور مداومت اختصاص نداده، اما درباره
 آیه الناس، إِنَّ أَنْفُسَكُمْ مِرْهُونَةٌ بِأَعْمَالِكُمْ، فَكُفُّوا
 بِاسْتِغْفَارِكُمْ، وَظَهْرَكُمْ ثَقِيلَةٌ مِنْ أَوْزَارِكُمْ، تَخَفُّوا عَنْهَا يَطُولُ
 روزه دار، شهوت و محبت طعم و اعتسوا القبله خلودكم، لَقَدْ جَاءَكُمْ مِنْ تَرْكِ
 می کند، بنابراین روزه مخصوص من است و بخودم پاداش آن را
 يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ
 می دهم (یا خودم پاداش اینان هستم) من هستم صائماً مؤمناً في هذا الشهر
 و از آن جهت که روزه مالک است و روزی که روزه در محبوب آن ذات
 اقدس است، رسول خدا ﷺ
 و مَغْفِرَةٌ لِمَنْ تَصِيَّ مِنْ دُونِهِ.
 قَوْلُ اللَّهِ تَعَالَى: يَا رَسُولَ اللَّهِ، (وَ) لَيْسَ لَنَا بِقَوْلِكَ تَقْوَرٌ عَلَى ذَلِكَ،
 سوگند به آن که جانم لهذا عیسیت است، بوی بد دهان روزه دار
 در نزد خداوند از بوی مسک خوشبو تر است.
 انْفُوا النَّارَ وَلَوْ بِسُقِّ قَمْرَةَ، انْفُوا النَّارَ وَلَوْ بِسُقِّ قَمْرَةَ مِنْ مَاءٍ.

و نیز شاید به همین دلیل است که آن حضرت می فرماید:

هر چیزی را دری است، و در عبادت روزه است.^۳

۶) دیگر از خواص معنوی روزه آن است که روزه دار با قطع
 شهوات و دست کشیدن از خور و نوش، شباهتی با فرشتگان عالم
 بالا که مجرد از جسم و جسمانی اند پیدا می کند و موجودی
 ملکوتی می گردد. یکی از بزرگان گفته است:

اگر روزه را فایده ای جز این نباشد که آدمی را از حسیض
 بهره های نفس حیوانی به اوج شباهت به فرشتگان روحانی
 می رساند، همین نقش برای فضل و برتری آن کافی است.^۴

۱- محجة البيضاء ۲/ ۱۲۲. من لایحضره الفقیه ۲/ ۷۵.

۲- من لایحضره الفقیه ۲/ ۷۵.

۳- محجة البيضاء ۲/ ۱۲۲.

۴- همان، ۱۲۵.

روزه ظاهر هست امساک طعام
روزه معنی توجه دان تمام
این دهان بندد که چیزی کم خورد
و آن بیند چشم و غیرش ننگرد
لب فروبند از طعام و از شراب
سوی خوان آسمانی کن شتاب
این دهان بستی دهانی باز شد
کو خورنده لقمه‌های راز شد
ضیف باهمت چو زآشی کم خورد
صاحبِ خوانِ آشِ بهتر آورد
روزه گیر الانتظار الانتظار
از برای آشِ بالا مردوار^۱

گرتو این انبان زنان خالی کنی
پر ز گوهرهای اجلالی کنی
طفل جان از شیر شیطان باز کن
بعد از آتش با ملک انباز کن
نفس، فرعون است هان سیرش مکن
تا نیارد یاد زان کفر کهن

۱- لب‌الباب مثنوی / ۵۰. مراد از آش، نعمت معنوی الهی است که باید به کم آن قناعت نکرد و نعمتها و درجات بالاتر را طلبید.

عَلَىٰ آيَاتِكُمْ، وَتَوَوُّوا إِلَى اللَّهِ مِنْ ذُنُوبِكُمْ، وَارْتَفَعُوا إِلَيْهِ أُبْدِيكُمْ
بِالرُّعَا فِي أَوْقَاتِ صَلَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ،
بِإِظْهَارِ اللَّهِ حُرْمَةَهَا فِيهَا يَنْزِلُ إِلَيْكُمْ إِلَى عِبَادِهِ، يُجِيبُهُمْ إِذَا نَاجَوْهُ.

کاشف إذا نادى به مستحيباً له أو عفيفاً مدد

أيها الناس، إن أنفُسكم مَرْهُونَةٌ بِأَعْمَالِكُمْ، فَكُوهَا

بِاسْتِعْمَالِكُمْ، وَظَهْرَكُمْ ثَقِيلَةٌ مِنْ أَوْزَارِكُمْ، خَفِّفُوا عَنْهَا بِطَوْلِ

کشی عَمَّنْ لَمْ يَأْتِ بِالسَّلَامِ كَرَامَتِكُمْ وَأَرْبِئُوا

لَا يُعَذِّبُ النَّصَلِينَ وَالسَّاجِدِينَ، وَأَنْ لَا يَرَوْعَهُمُ النَّارُ

يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ.

بهداشت جسمانی روزه

در طب امروز و طب قدیم این **معجزه ایسی** است که **پرهیز** و **کم خوری** در درمان انواع **دیابت** بسیار مؤثر بوده است، چرا که روشن است عامل بسیاری از **بیماریها** زیاده روی در خوردن غذاهای رنگارنگ یا پر خوراک است. **نوعی کم خوری** که معده انباشته شد غذاها درست جذب نشده، مواد اضافی به صورت چربیهای مزاحم در نقاط مختلف بدن، یا چربی و قند اضافی در خون باقی می ماند و در دسرهای فراوانی ایجاد می کند. روزه (که نوعی کم خوری و منظم خوردن است) باعث سوخته شدن مواد اضافی جذب نشده می شود و در واقع نوعی «خانه تکانی» برای بدن و نیز استراحت قابل ملاحظه ای برای دستگاههای گوارشی و سرویس کردن آنهاست.

از نظر پزشکان متخصص، روزه فایده ویژه ای برای درمان کم خونی، ضعف روده ها، التهاب بیض و مزمن، دملهای خارجی و داخلی، روماتیسم، نقرس، عطش زدگی، ریختگی پوست، بیماریهای چشمی، مرض قند، کلیه، کبد و همچنین سایر

بیماریهایی که مربوط به اصول جسم انسان است و با سلولهای جسم آمیخته شده مانند سرطان، سفلیس، سل و طاعون دارد و برای همه شفابخش است.

در حدیث معروفی از پیامبر اسلام ﷺ نقل است که:

صُومُوا تَصِحُّوا.

روزه بدارید تا سالم بمانید.

و نیز:

الْمِعْدَةُ بَيْتُ كُلِّ دَاءٍ، وَالْحِمِيَةُ رَأْسُ كُلِّ دَوَاءٍ.

معدده خانه تمام دردها، و امساک و پرهیز ریشه همه دواهاست.^۱

امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمود:

لِكُلِّ شَيْءٍ زَكَاةٌ، وَ زَكَاةُ الْأَجْسَادِ الصِّيَامُ.^۲

هر چیزی را زکاتی است و زکات بدنها روزه است.

زکات به معنی پاکسازی و دفع اضافات و پالایش است، و روزه همین آثار را در بدن دارد.

البته این پاکسازی باید در تعداد معینی از روزها باشد. به همین دلیل کسی که روزه همه یا برخی از روزه‌های ماه رمضان را که بیمار یا در سفر بوده و روزه نگرفته باید قضا کند تا آن تعداد معین که یک ماه است کامل شود. لذا در قرآن کریم می‌فرماید:

۱- تفسیر نمونه ۴۵۸/۱ با تلخیص و تصرف.

۲- وسائل ۳/۷.

متن و ترجمه

خطبه شعبانیه

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ اِبْرَاهِيمَ بْنِ اسْحَاقَ قَالَ: حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ
مُحَمَّدٍ اَلْهَمْدَانِيُّ قَالَ: حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ اَلْحَسَنِ بْنِ عَلِيٍّ بْنِ
فَضَّالٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي اَلْحَسَنِ عَلِيِّ بْنِ مُوسَى الرِّضَا،
عَنْ أَبِيهِ مُوسَى بْنِ جَعْفَرٍ، عَنْ أَبِيهِ الصَّادِقِ جَعْفَرِ بْنِ
مُحَمَّدٍ، عَنْ أَبِيهِ اَلْبَاقِرِ، عَنْ أَبِيهِ زَيْنِ العَابِدِينَ، عَنْ أَبِيهِ
سَيِّدِ الشُّهَدَاءِ اَلْحُسَيْنِ بْنِ عَلِيٍّ، عَنْ أَبِيهِ سَيِّدِ الوَصِيِّينَ
أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عَلِيٍّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ عَلَيْهِمُ السَّلَامُ قَالَ:
إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ خَطَبَنَا ذَاتَ يَوْمٍ فَقَالَ:

شَيْخِ صَدُوقٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ گويد:

حديث كرد ما را محمد بن ابراهيم بن
اسحاق، گفت: حديث كرد ما را احمد بن
محمد همداني، گفت: حديث كرد ما را
علي بن حسن بن علي بن فضال، از پدرش،
از حضرت ابي الحسن علي بن موسي
الرضا، از پدرش موسي بن جعفر، از پدرش
امام صادق جعفر بن محمد، از پدرش امام
باقر، از پدرش زين العابدين، از پدرش
سيد الشهداء حسين بن علي، از پدرش سيد
اوصيا امير مؤمنان علي بن ابي طالب عليه السلام

که فرمود:

روزي رسول خدا صلى الله عليه وآله وسلم براي ما خطبه
خواند و چنين فرمود:

أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّهُ قَدْ أَقْبَلَ إِلَيْكُمْ شَهْرُ اللَّهِ بِالْبَرَكَةِ
 وَالرَّحْمَةِ وَالْمَغْفِرَةِ، شَهْرُهُ عِنْدَ اللَّهِ أَفْضَلُ الشُّهُورِ، وَأَيَّامُهُ
 أَفْضَلُ الْأَيَّامِ، وَلَيَالِيهِ أَفْضَلُ اللَّيَالِي، وَسَاعَاتُهُ أَفْضَلُ
 السَّاعَاتِ. وَهُوَ شَهْرٌ دُعِيتُمْ فِيهِ إِلَى ضِيَا فَةِ اللَّهِ، وَجُعِلْتُمْ
 فِيهِ مِنْ أَهْلِ كَرَامَةِ اللَّهِ. أَنْفَاسُكُمْ فِيهِ تَسْبِيحٌ، وَنَوْمُكُمْ فِيهِ
 فِيهِ عِبَادَةٌ، وَعَمَلُكُمْ فِيهِ مَقْبُولٌ، وَدُعَاؤُكُمْ فِيهِ مُسْتَجَابٌ.
 فَاسْأَلُوا اللَّهَ (رَبَّكُمْ) بِنِيَّاتٍ صَادِقَةٍ، وَقُلُوبٍ طَاهِرَةٍ،
 أَنْ يُوفِّقَكُمْ لَصِيَامِهِ وَتِلَاوَةِ كِتَابِهِ، فَإِنَّ الشَّقَى مَنْ حَرَّمَ
 غُفْرَانَ اللَّهِ (مَنْ حَرَّمَ عَلَيْهِ غُفْرَانَ اللَّهِ) فِي هَذَا الشَّهْرِ الْعَظِيمِ.
 وَادْكُرُوا بِجُوعِكُمْ وَعَطَشِكُمْ فِيهِ جُوعَ يَوْمِ الْقِيَامَةِ
 وَعَطَشَهُ.

وَتَصَدَّقُوا عَلَى فَقْرَائِكُمْ وَمَسَاكِينِكُمْ، وَوَقِّرُوا كِبَارَكُمْ،
 وَارْحَمُوا صِغَارَكُمْ، وَصَلُّوا أَرْحَامَكُمْ، وَاحْفَظُوا أَلْسِنَتَكُمْ، وَ
 غُضُّوا عَمَّا لَا يَحِلُّ لَكُمْ النَّظْرُ إِلَيْهِ أَبْصَارَكُمْ، وَعَمَّا لَا يَحِلُّ
 الْإِسْتِمَاعُ إِلَيْهِ أَسْمَاعَكُمْ. وَتَحَنَّنُوا عَلَى أَيْتَامِ النَّاسِ يُتَحَنَّنَ

ای مردم، ماه خدا با برکت و رحمت و آمرزش به شما روی آورده است. ماهی که نزد خدا بهترین ماهها، روزهایش بهترین روزها، شبهایش بهترین شبها و ساعتها و لحظه‌هایش بهترین ساعتها و لحظه‌هاست. ماهی است که در آن به میهمانی خدا دعوت شده‌اید و از کسانی که مورد لطف و عنایت الهی هستند قرار گرفته‌اید. نَفَس‌های شما در این ماه ذکر تسبیح است، و خوابتان عبادت، و اعمالتان پذیرفته و دعایتان مستجاب.

پس با نیت‌های راست و دل‌های پاک از خدا بخواهید که شما را به روزه‌داری این ماه و تلاوت کتاب خود توفیق دهد، که بدبخت واقعی کسی است که در این ماه بزرگ از آمرزش الهی محروم بماند.

با گرسنگی و تشنگی خود در این ماه از گرسنگی و تشنگی قیامت یاد کنید.

به نیازمندان و تهیدستان خود صدقه دهید. به بزرگان‌تان احترام گزاریید. کودکان‌تان را بنوازید. به خویشان خود سربزنی‌دوبه آنان رسیدگی نمایید. زبان‌تان را نگه دارید. دیدگان خود را از نگاه حرام بپوشانید. گوش‌های خود را از شنیدن حرام ببندید. به کودکان یتیم مردم مهر ورزید تا

عَلَىٰ آيَاتِكُمْ، وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ مِنْ ذُنُوبِكُمْ، وَارْفَعُوا إِلَيْهِ أَيْدِيَكُمْ
بِالدُّعَاءِ فِي أَوْقَاتِ صَلَوَاتِكُمْ (صَلَاتِكُمْ) فَإِنَّهَا أَفْضَلُ السَّاعَاتِ،
يَنْظُرُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ فِيهَا بِالرَّحْمَةِ إِلَىٰ عِبَادِهِ، يُجِيبُهُمْ إِذَا نَاجَوْهُ،
وَيُلَبِّبُهُمْ إِذَا نَادَوْهُ، وَيَسْتَجِيبُ لَهُمْ إِذَا دَعَوْهُ.

أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّ أَنْفُسَكُمْ مَرَّهُونَةٌ بِأَعْمَالِكُمْ، فَكُوِّهَا
بِاسْتِغْفَارِكُمْ. وَظُهُورِكُمْ ثَقِيلَةٌ مِنْ أَوْزَارِكُمْ، فَخَفِّفُوا عَنْهَا بِطُولِ
سُجُودِكُمْ. وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ - تَعَالَى ذِكْرُهُ - أَقْسَمَ بِعِزَّتِهِ أَنْ
لَا يُعَذِّبَ الْمُصَلِّينَ وَالسَّاجِدِينَ، وَأَنْ لَا يُرَوِّعَهُمْ بِالنَّارِ
يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ.

أَيُّهَا النَّاسُ، مَنْ فَطَرَ مِنْكُمْ صَائِمًا مُؤْمِنًا فِي هَذَا الشَّهْرِ
كَانَ لَهُ بِذَلِكَ عِنْدَ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ عِتْقُ رَقَبَةٍ (نَسَمَةٍ)
وَمَغْفِرَةٌ لِمَا مَضَىٰ مِنْ ذُنُوبِهِ.

فَقِيلَ لَهُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، (وَ) لَيْسَ كُلُّنَا يَقْدِرُ (نَقْدِرُ) عَلَىٰ ذَلِكَ!

فَقَالَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ:

اتَّقُوا النَّارَ وَلَوْ بِشِقِّ تَمْرَةٍ، اتَّقُوا النَّارَ وَلَوْ بِشْرِبَةٍ مِنْ مَاءٍ.

با کودکان یتیم شما مهر ورزند. از گناهانتان به درگاه خدا توبه کنید و در اوقات نمازها دستهای خود را به دعا به آستان او بردارید، که این اوقات بهترین لحظه‌هاست، خداوند در این اوقات با نظر رحمت به بندگان می‌نگرد، به راز و نیازشان پاسخ می‌دهد، ندایشان را لبیک می‌گوید و دعایشان را به اجابت می‌رساند.

ای مردم، جانهای شما در گرو اعمال شماست، پس با طلب آمرزش از خدا آنها را آزاد کنید. و پشت‌های شما از بار گران گناهان سنگین شده، پس با سجده‌های طولانی از سنگینی آن بکاهید. و بدانید که خدای والای نام، به عزت خود سوگند خورده است که نمازگزاران و سجده‌کنندگان را عذاب نکند، و آنان را به روزی که مردم در پیشگاه عدل پروردگار جهانیان می‌ایستند به آتش دوزخ نترساند.

ای مردم، هر که در این ماه روزه‌دار مؤمنی را افطاری دهد، برای او در نزد خداوند پاداش یک بنده آزاد کردن دارد و موجب آمرزش گناهان گذشته او خواهد شد.

عرض شد: یا رسول‌الله، همه ما توان این کار را نداریم. فرمود:

از آتش دوزخ بپرهیزید هر چند با انفاق نصف دانه خرما؛ از

آتش دوزخ بپرهیزید گرچه با جرعه‌ای آب به کسی دادن.

أَيُّهَا النَّاسُ، مَنْ حَسَّنَ مِنْكُمْ فِي هَذَا الشَّهْرِ خُلِقَهُ
 كَانَ لَهُ جَوَازًا (جَوَازٌ) عَلَى الصِّرَاطِ يَوْمَ تَزُلُّ فِيهِ الْأَقْدَامُ.
 وَمَنْ خَفَّفَ فِي هَذَا الشَّهْرِ عَمَّا مَلَكَتْ يَمِينُهُ
 خَفَّفَ اللَّهُ عَلَيْهِ حِسَابَهُ.

وَمَنْ كَفَّ فِيهِ شَرَّهُ كَفَّ اللَّهُ عَنْهُ غَضَبَهُ يَوْمَ يَلْقَاهُ.
 وَمَنْ أَكْرَمَ فِيهِ يَتِيمًا أَكْرَمَهُ اللَّهُ يَوْمَ يَلْقَاهُ.
 وَمَنْ وَصَلَ فِيهِ رَحِمَهُ وَصَلَهُ اللَّهُ بِرَحْمَتِهِ يَوْمَ يَلْقَاهُ.
 وَمَنْ قَطَعَ فِيهِ رَحِمَهُ قَطَعَ اللَّهُ عَنْهُ رَحْمَتَهُ يَوْمَ يَلْقَاهُ.
 وَمَنْ تَطَوَّعَ فِيهِ بِصَلَاةٍ كَتَبَ اللَّهُ لَهُ بِرَاءَةً مِنَ النَّارِ.
 وَمَنْ أَدَّى فِيهِ فَرَضًا كَانَ لَهُ ثَوَابٌ مِنْ أَدَى سَبْعِينَ
 فَرِيضَةً فِيمَا سِوَاهُ مِنَ الشُّهُورِ.

وَمَنْ أَكْثَرَ فِيهِ مِنَ الصَّلَاةِ عَلَى ثَقَلِ اللَّهِ مِيزَانَهُ
 يَوْمَ تَخْفُ الْمَوَازِينُ.

وَمَنْ تَلَا فِيهِ آيَةً مِنَ الْقُرْآنِ كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرٍ مَنْ
 خَتَمَ الْقُرْآنَ فِي غَيْرِهِ مِنَ الشُّهُورِ.

ای مردم، هر که در این ماه اخلاق خود را نیکو کند، جواز عبور او بر صراط خواهد بود در روزی که گامها بر صراط می‌لغزد. و هرکه در این ماه از کار و زحمت بردگان [و زیردستان و کارمندان] خود بکاهد، خداوند حسابش را بر او آسان گیرد. و هرکه در این ماه آزار خود را از دیگران باز دارد، خداوند در روز قیامت که روز دیدار اوست خشم خود را از او باز دارد. و هرکه در این ماه یتیمی را گرامی دارد، خداوند در روز دیدار او گرامیش خواهد داشت. و هرکه در این ماه به خویشان خود سر زند و به آنان رسیدگی نماید، خداوند در روز دیدار او، او را به رحمت خود خواهد رساند. و هرکه در این ماه با خویشان خود قطع رابطه کند، خداوند در روز دیدار او، رحمتش را از وی قطع نماید. و هرکه در این ماه نماز مستحبی گزارد، خداوند براتی از آزادی دوزخ برای او خواهد نوشت. و هرکه در این ماه نماز واجبی بگزارد، ثواب کسی که هفتاد نماز واجب را در ماههای دیگر گزارده خواهد داشت. و هرکه در این ماه فراوان بر من صلوات فرستد، خداوند ترازوی عمل او را سنگین کند در روزی که ترازوهای اعمال سبک آید. و هرکه در این ماه آیه‌ای از قرآن بخواند، ثواب کسی دارد که قرآن را در ماههای دیگر ختم کرده باشد.

أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّ أَبْوَابَ الْجَنَانِ فِي هَذَا الشَّهْرِ مُفْتَحَةٌ،
فَاسْأَلُوا رَبَّكُمْ أَنْ لَا يُغْلِقَهَا عَلَيْكُمْ. وَأَبْوَابُ النَّيرانِ مُعَلَّقَةٌ،
فَاسْأَلُوا رَبَّكُمْ أَنْ لَا يَفْتَحَهَا عَلَيْكُمْ. وَالشَّيَاطِينُ مَعْلُولَةٌ
فَاسْأَلُوا رَبَّكُمْ أَنْ لَا يُسَلِّطَهَا عَلَيْكُمْ.

قال أمير المؤمنين عليه السلام: فَعَمْتُ، فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ،

مَا أَفْضَلُ الْأَعْمَالِ فِي هَذَا الشَّهْرِ؟ فَقَالَ:

يَا أَبَا الْحَسَنِ، أَفْضَلُ الْأَعْمَالِ فِي هَذَا الشَّهْرِ الْوَرَعُ

عَنْ مَحَارِمِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ.

ثُمَّ بَكَى. فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا يُبْكِيكَ؟ فَقَالَ:

يَا عَلِيُّ، أَبْكِي لِمَا يُسْتَحَلُّ مِنْكَ فِي هَذَا الشَّهْرِ،

كَأَنِّي بِكَ وَأَنْتَ تُصَلِّي لِرَبِّكَ، وَقَدْ أَنْبَعَثَ أَشَقَى الْأَوْلِيَيْنِ

وَالْآخِرِينَ - شَقِيقُ عَاقِرٍ نَاقَةَ ثُمُودَ - فَضَرَبَكَ ضَرْبَةً عَلَى قَرْنِكَ

فَنُخِضَ مِنْهَا الْحَيْثُوكَ.

قال أمير المؤمنين عليه السلام: فَعَمْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، وَذَلِكَ

فِي سَلَامَةٍ مِنْ دِينِي؟ فَقَالَ (صلى الله عليه وآله وسلم): فِي سَلَامَةٍ مِنْ دِينِكَ.

ای مردم، در این ماه درهای بهشت گشوده است، از پروردگارتان بخواهید آنها را به روی شما نبندد. و درهای دوزخ بسته است، از پروردگارتان بخواهید آنها را به روی شما نگشاید. و اهریمنان و شیطانها در بند و زنجیرند، از پروردگارتان بخواهید آنها را بر شما مسلط نگردانند.

آن‌گاه من برخاستم و گفتم: یا رسول‌الله، برترین اعمال در این ماه چیست؟ فرمود:

ای ابوالحسن، برترین اعمال در این ماه پرهیز از حرامهای خداست.

آن‌گاه پیامبر گریست، گفتم: یا رسول‌الله، از چه می‌گریید؟ فرمود: ای علی، گریه من از آن است که در این ماه حرمت تو را می‌شکنند. گویی تو را می‌بینم در حالی که برای پروردگارت نماز می‌گزاری، بدبخت‌ترین و شقی‌ترین گذشتگان و آیندگان، همتای پی‌کننده شتر صالح پیامبر قوم ثمود، داوطلب شده و ضربتی بر فرق تو می‌زند که محاسنت از آن رنگین شود.

گفتم: یا رسول‌الله، این درحالی است که دینم سالم است؟ فرمود: آری، در حالی است که دینت سالم است.

ثُمَّ قَالَ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ):

يَا عَلِيُّ، مَنْ قَتَلَكَ فَقَدْ قَتَلَنِي، وَمَنْ أَبْغَضَكَ فَقَدْ
 أَبْغَضَنِي، وَمَنْ سَبَّكَ فَقَدْ سَبَّنِي، لِأَنَّكَ مِنِّي كَنَفْسِي، رُوحُكَ
 مِنْ رُوحِي، وَطِينَتُكَ مِنْ طِينَتِي. إِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى
 خَلَقَنِي وَإِيَّاكَ، وَاصْطَفَانِي وَإِيَّاكَ، وَاخْتَارَنِي لِلنَّبُوءَةِ،
 وَاخْتَارَكَ لِلْإِمَامَةِ، فَمَنْ أَنْكَرَ إِمَامَتَكَ فَقَدْ أَنْكَرَ نُبُوءَتِي.
 يَا عَلِيُّ، أَنْتَ وَصِيِّي، وَأَبُوؤَلَدِي، وَزَوْجُ ابْنَتِي،
 وَخَلِيفَتِي عَلَى أُمَّتِي فِي حَيَاتِي وَبَعْدَ مَوْتِي. أَمْرُكَ أَمْرِي،
 وَنَهْيُكَ نَهْيِي. أَقْسِمُ بِالَّذِي بَعَثَنِي بِالنَّبُوءَةِ، وَجَعَلَنِي خَيْرَ
 الْبَرِيَّةِ، إِنَّكَ لِحُجَّةُ اللَّهِ عَلَيَّ خَلْقِهِ، وَأَمِينُهُ عَلَيَّ سِرِّهِ،
 وَخَلِيفَتُهُ عَلَيَّ عِبَادِهِ.^١

١- عيون اخبار الرضا، شيخ صدوق، باب ٢٨، حديث ٥٣ ج ١ ص ٢٩٥-٢٩٧،
 الامالي، شيخ صدوق، مجلس ٢٥، ص ٨٢. فضائل الاشهر الثلاثة، شيخ صدوق، ص ٧٧،
 اقبال الاعمال، سيد بن طاوس، ص ١ به نقل از بشارة المصطفى لشعبة المرتضى، الاربعين،
 شيخ بهايي (با ترجمه خاتون آبادي)، ص ١٩١-٢١٥، حديث ٩ به نقل از شيخ
 صدوق عليه السلام. بحار الانوار، علامة مجلسي، ج ٩٦، ص ٣٥٦ به نقل از كتابهاي مذكور شيخ
 صدوق.

سپس فرمود:

ای علی، هر که تو را بکشد مرا کشته، و هر که تو را به خشم آورد مرا به خشم آورده، و هر که تو را ناسزا گوید مرا ناسزا گفته، زیرا تو به منزله جان من هستی، روح تو از روح من است، و سرشت تو از سرشت من است. خدای بزرگ من و تو را آفرید، و من و تو را برگزید، مرا برای نبوت و پیامبری و تو را برای امامت و پیشوایی برگزید. پس هر که امامت تو را انکار کند، هرآینه نبوت مرا انکار کرده است.

ای علی، تو وصی من، پدر فرزندانم، همسر دخترم و جانشین من بر امتم در حال حیات و مرگ من هستی. امر تو امر من و نهی تو نهی من است. به خدایی که مرا به پیامبری برانگیخت و مرا بهترین آفریدگان قرار داد سوگند می‌خورم که تو حجت خدا بر خلق او، و امین خدا بر اسرار او، و خلیفه خدا بر بندگان او هستی.