



کمیته فرهنگی بسیج اساتید دانشگاه محقق اردبیلی با همکاری دفتر هم اندیشی استادان

تابستان ۱۳۹۰
رمضان المبارک ۱۴۳۲

این دهان بستی دهانی باز شد
چند خورده لقمه های راز شد
چند خوردی چرب و شیرین از طعام
چند شب ها خواب را گستی اسیر
گر تو این انبان ز نان خالی کنی
تا تو تاریک و ملول و تیره ای
دان که با دیو لعین هم شیره ای
طفل جان از شیر شیطان باز کن!
بعد از آتش با ملک انباز کن
لقمه تخم است و برش اندیشه ها
تا خورنده لقمه های راز شد
امتحان کن چند روزی در صیام
یک شبی بیدار شو! دولت بگیر
پر ز گوهرهای اجلالی کنی
دان که با دیو لعین هم شیره ای
بعد از آتش با ملک انباز کن
لقمه بحر و گوهرش اندیشه ها

رمضان کریم

واژه رمضان و معنای اصطلاحی آن

رمضان از مصدر «رمض» به معنای شدت گرما، و تابش آفتاب بر رمل... معنا شده است، انتخاب چنین واژه‌ای براستی از دقت نظر و لطافت خاصی برخوردار است. چرا که سخن از گداخته شدن است، و شاید به تعبیری دگرگون شدن در زیر آفتاب گرم و سوزان نفس و تحمل ضربات بی امانش، زیرا که رمضان ماه تحمل شدائد و عطش می باشد، عطشی ناشی از آفتاب سوزان یا گرمای شدید روزهای طولانی تابستان. و عطش دیگر حاصل از نفس سرکشی که پیوسته می‌گذارد، و سوزشش براستی جبران ناپذیر است. (۱)

پیامبر کرامی اسلام (ص): **معدۀ پر حرکات شیطان است.**

امام خمینی (ره): **«آنچه نیمی که انسان را به ضیافتگاه خدا راه می‌دهد این است که غیر خدا را کنار بگذارد...»**



دوازده ماه

وقتی که به خود آمدم و چشم باز کردم ، دیدم راهی است تا خدا

ابتدا « محرم » بود، فهمیدم که در این بی کرانه عالم محدوده‌ای لازم و برنامه‌ای باید، تا این راه طی شود و فاصله‌ها کم گردد.....



لذا توجه به خود(تن پروری) خطاست. در آنجا پرچم (تابلو) جاویدان عاشورا بود، افق زندگی و اوج شکوه انسان ترسیم شده بود: قربانی شدن و فنا

به ماه «صَفَر» رسیدم و همچنان متحیر و پریده رنگ !
ناگه صفیر علوی(ع) را (پس از ۲۸ صفر) شنیدم که ندای الرحیل اش گوش‌ها را می‌نواخت:

« یاران توقف بس است به سوی دوست حرکت کنید »

چهارماه دیگر گذشت ، فرصت‌های عمر همچون ابر در گذر بودند و زمان مقصد به نصف رسیده بود،
(۶ماه از سال گذشته بود)

فرستی دیگر، حرکتی نو ایجاب می‌کرد، « ماه رجب » رسیده بود، ماه بعثت و حرکت به سوی هدف (خدا) ،

ماه میلاد علی(ع)، پدر خودشناسان(ابوتراب) ، و سرور خداشناسان(ماه ولایت).

سپس ماه «شعبان»، ماه و راه رسول خدا(ص)، (که هنوز مقام و منزلتش ناشناخته مانده است... تا وقت ظهور، وقت طلوع خورشیدی دیگر، خورشید مغرب).

ماه انتظار، انتظار هدف، انتظار « موعود(عج) » و آنگاه انتظار « خدا ». ماه شعبه های نیکی و خیرات و آویختن به شاخه‌های « طوبی » و قرب نور توحید . ماه بریدن از « ز قوم تلخ » پلیدی‌ها که ریشه‌اش در جهنم «جهل و فراق» است ، ماه عمل به سنت‌های نبوی.

تمسک به سنت ، به مقدار حرکت(در ماه رجب) وابسته بود، تا همراه طوبای محبت درخت نبوت و شاخه ولایت به خانه دوست برسیم.

حال ، ماه «رمضان» است (شهر الله).

ماه رحمت عام و گسترده‌ای که هرکس از «امت» محمدی(ص) بهره‌ای دارد.

اکنون ماه دعوت است ، (ماه ضیافت)، سفره معرفت نیز برای مشتاقان باز است
ماه پرهیز از خواهش‌های نفسانی و پرهیزکاری،

ماه احسان و اطعام (حذف وعده‌ی غذایی و ارزانی، نه تشریفات و گرانی). ماه صیام از محرّمات و

قیام به واجبات ، ماه برکت و فزونی رحمت ، ماه ریزش گناهان و رویش ، ماه بیداری و جبران ۸

ماه خواب ، ماه پاکی و کسب نورانیت دل، تا درخشندگی « سؤال» را به منظور روشن شدن

مقصد «ذی حجه» (خدا) بگیریم ، و در آنجا نیز زایدات را « تقصیر» نمائیم، تا بلکه از منای ذبح

ابراهیمی گذشته و وارد منای عشق حسینی شویم.....(۲)



فلسفه پزشکی روزه

فلسفه و حکمت روزه

خداوند روزه را برای آزمایش اخلاص مردم واجب فرموده است، که روزه در اخلاص عمل بسیار مؤثر است، یعنی کسی که روزه می‌گیرد و تمامی روز را با همه امکان به خوردنی‌ها و آشامیدنی‌هایی که در اختیار دارد، در عین حال امساک می‌نماید، جز اخلاص به پیشگاه حضرت حق مفهومی دیگر ندارد، و امیرالمومنین (ع) در قسمتی از نهج البلاغه می‌فرماید: «و صوم شهر رمضان فانه جنه من العقاب» و یکی از دلائل وجوب روزه این است که روزه ی ماه رمضان سپر است از عقاب الهی، یعنی روزه موجب غفران و آمرزش گناهان و معاصی انسان است، که به وسیله روزه نجات از آتش جهنم و عقوبت پروردگار به دست می‌آید.

امام صادق (ع) نیز می‌فرمایند: براستی خداوند روزه را واجب کرد، تا به وسیله او بین اغنیاء و فقراء مساوات و برابری به وجود آید، و این برای آن است که ثروتمندانی که هرگز درد گرسنگی را احساس نکرده‌اند، به فقراء ترحم نمایند، زیرا اغنیاء هرگاه (خوردنی و آشامیدنی را) اراده نمودند برایشان میسر است، پس خداوند متعال «روزه را واجب نموده» که تا بین بندگان از فقیر و غنی، برابری به وجود آورد، و اینکه سرمایه داران مسلمان گرسنگی را لمس نمایند، تا بر ضعفاء رقت آورند، و بر گرسنگان عالم ترحم نمایند. رسول الله (ص) فرمودند: «ان الشیطان لیجری من ابن آدم مجری الدم فزیقوا مجاریه بالجوع»، که شیطان جریان می‌یابد و نفوذ می‌کند در فرزندان آدم، مانند جریان خون در بدن پس مجاری شیطان را در وجود خود به واسطه گرسنگی یعنی روزه تنگ نمائید. «(۴)

در طب امروز و همچنین طب قدیم، اثر معجزه آسای «امساک» در درمان بیماریها به اثبات رسیده است. عامل بسیاری از بیماریها، زیاده روی در خوردن غذاهای مختلف است؛ چون مواد اضافی جذب نشده به صورت چربیهای مزاحم در نقاط مختلف بدن، یا چربی و قند اضافی در خون باقی می‌ماند، این مواد اضافی در لابلای عضلات بدن در واقع لجنزارهای متعفن برای پرورش انواع میکروبها و بیماریهای عفونی هستند، بهترین راه مبارزه با این بیماریها، نابود کردن این لجنزارها از طریق امساک و روزه است.

الکسی سوفورین دانشمند روسی در کتاب خود می‌نویسد: درمان از طریق روزه، فایده ویژه‌ای برای درمان کم خونی، ضعف روده‌ها، التهاب بسیط و مزمن، دملهای خارجی و داخلی، سل، اسکلیروز، روماتیسم، نقرس، استسقاء، بیماریهای چشم، مرض قند و... دارد. معالجه از طریق امساک، اختصاص به بیماریهای فوق ندارد، بلکه بیماریهایی که مربوط به اصول جسم انسان و یا سلولهای جسم آمیخته شده، همانند: سرطان، سفلیس، سل و طاعون، را نیز شفا می‌بخشد.

یکی از دانشمندان روم می‌گوید: اولین بیماری مربوط به پرخوری و نخستین درمان نیز روزه گرفتن است و این سخن را در حدود هزار و چهار صد سال پیش رهبر بزرگ اسلام، با الهام از وحی در اختیار همه مردم دنیا قرار داد، و آن همان جمله معروف «معه مرکز و خانه هر دردی است، و پرهیز و اجتناب (از غذاهای نامناسب و زیاد خوری) اساس هر داروی شفابخش است» می‌باشد که بهترین دستورالعمل بهداشت جسم و تغذیه انسانهاست.

دکتر کارلو آمریکایی می‌نویسد: شخص بیمار باید در هر سال مدتی از غذا پرهیز کند، زیرا مادامی که غذا به تن می‌رسد، میکروبها در حال رشد هستند، ولی هنگامی که از غذا پرهیز می‌کند، میکروبها رو به ضعف می‌روند. سپس می‌افزاید: روزه‌ای که اسلام واجب کرده، بزرگترین ضامن سلامتی تن می‌باشد. (۳)



۱۴ نکته پیرامون شب قدر

- ۱- شب قدر که شب نزول قرآن و تنزل فرشتگان است، مصداقی از سیر نزولی خلقت است، شب دور شدن هستی از مبدأ آفرینش، در مقابل روز خلقت، روز عروج هستی، به سوی هستی بخش. یعنی «لیله‌القدر» در مقابل «یوم‌القیامه» است. (تنزل الملائکه والروح فیها ... - تعرج‌الملائکه والروح الیه فی یوم...)
- ۲- پیدایش و تکوین هستی که در شش روز بوده (فی سته ایام) با روز هفتم یعنی «یوم‌القیامه» کامل می‌شود. لذا روز قیامت مورد تأکید قرآن کریم و مرکز توجه انسان با ایمان است.
- ۳- شب قدر که شب رحمت و برکات است تا طلوع فجر، دنیا نیز محل تکلیف و در وسعت رحمت الهی است «و لا یزالون مختلفین الا من رحم ربک و لذالک خلقهم». اما پس از مرگ آغاز وقت برداشت محصول از اعمال است. به عبارتی دیگر، فجر و سپیده‌دم روز قدر مصداقی از فجر روز قیامت است چه قیامت صغری (ظهور حضرت بقیه‌... (عج)) و چه قیامت کبری، ایمان و عمل صالح نیز در شب قدر و روز عمل لازم است و در فردای قیامت سودی نخواهد بخشید (یوم لا ینفع نفساً ایمانها لم تکن امنت من قبل او کسبت فی ایمانها خیراً).
- ۴- در شب‌های قدر همه سال‌ها، تنزل و فرود فرشتگان و روح استمرار دارد و محل فرود آنها اولوالامر می‌باشد. و در این زمان نیز فرشتگان بر امام‌عصر (عج) نازل می‌شوند. پس شب قدر اختصاص به امام‌زمان (عج) دارد.
- ۵- شب قدر شبی است که انسان به امام زمانش می‌رسد، و یک شبی که با امام هستی بهتر از هزار ماه است که بی‌امام بودی.
- ۶- امام راه است، راه خدا (ما اسئلكم علیه من اجر الا من شاء ان یتخذ الی ربّه سبیلاً- فکانوا هم السبیل الیک...) و شب قدر رسیدن به راه است و کسی که در راه نباشد به سپیدی روز نخواهد رسید.
- ۷- شب قدر وقت دیدن حقیقت‌هاست، حقیقت آنچه که در این شب نازل می‌شود، شب قدر انسان‌های فرشته صفت با فرشتگان الهی همراه می‌گردند و از شکوه هستی و عظمت خدا دلشان نرم‌تر می‌شود و از دام خودبینی و غرور رهایی می‌یابند.
- ۸- روح که مرکز حیات هستی است و فراتر از فرشتگاه، در شب قدر فرود می‌آید لذا در این شب، فقط در این شب زمین آسمانی می‌شود، و زمینیان به آسمان پیوند می‌خورند و از لذت «حیات» برخوردار می‌گردند



۹- عمل صالح در این شب بهتر از عمل در هزار ماهی است که شب قدر نداشته باشد. و فرشتگانی که در این شب نازل می‌شوند برابر است با مجموع فرشتگانی که در هزار ماه بر زمین نازل می‌شوند. لذا شایسته است هزار رکعت نماز خوانده شود. - مناسب آن شب - اگر نشد صد رکعت از هزار، و قرائت هزار بار سوره قدر... روشن است که هزار رکعت نماز کار انسان فرشته صفت است.

۱۰- نزول قرآن در ماه مبارک رمضان است، و رمضان بهار قرآن است و قرآن بهار قلب‌ها، یعنی در این ماه به محضر نورانی قرآن می‌شود راه یافت و دل گرفته زمینیان با قرآن و در شب قدر باز می‌شود.

۱۱- قدر به سه معنی آمده است:

الف) ارزش و ارج: شب قدر یعنی ارزش، شبی که خیلی بها و عظمت دارد، شبی که باید قدر و منزلت‌ش شناخته شود و به تناسب شناخت استفاده شود. برای استفاده می‌بایست از قبل آماده باشد، از ماه‌های قبل! ، نشد در دو ماه رجب و شعبان، میسر نشد از ابتدای همین ماه مبارک، اگر مقدور نشد لااقل قبل از حلول آن شب، با اعتراف به خطاها و کوتاهی‌ها و با استغفار و درخواست توفیق درک این شب.

ب) تنگی: در قرآن کریم در مورد رزق و روزی نیز بکار رفته است، یعنی در این شب آنقدر فرشتگان به فضای زمین می‌آیند که زمین تنگ می‌شود.

ج) تقدیر و سرنوشت: در این شب مقدرات یکسال آینده تک تک انسان‌ها نوشته می‌شود. از این جهت، شب قدر اول سال و آخر آن است و شب قدر آغاز سالی نو و پایانی بر گذشته است.

۱۲- احیاء شب قدر جزو آداب و سنت این ماه است، بیداری این شب قسمتی از احیاء هست، احیاء یعنی زنده کردن، با دعا و مناجات و قرائت قرآن و توسل به قرآن و اهل بیت (ع) و زیارت حسین (ع) و نماز و تفکر و بحث علمی و غسل، پاکی ظاهر و حرکت به سوی پاکی درون و ... و در نهایت اتصال به منبع حیات، و تلنگری به عادت‌های همیشگی و بازیابی و توجه به نیاز واقعی؟، بیداری، بیدار شدن، آماده بودن، جمع حواس داشتن و خود را به جمع حاضران رساندن: خدایا من هم هستم! آمده‌ام، هم اینک، راهم می‌دهی؟

۱۳- آنچه از آداب این شب از بزرگان نقل شده خواندن سوره یس است سه مرتبه، یک بار به قصد «حیات» و چشیدن طعم حیات واقعی، حیات طیبه، بار دوم به قصد «وسعت» ما ظرفمان خیلی کوچک است با آرزوهای کوچکتر و رفتارهای حقیرتر... بار سوم به قصد «صحت» صحت ظاهر و باطن و ...

۱۴- درک نورانیت امام (عج) و حقیقت حجت الهی، راهیابی به درک خدا نیز هست، لذا لیاقت بهره از شب قدر توفیق کسب محبت خدا نیز هست در شب قدر انسان‌ها به مرز عبودیت قدم می‌گذارند و واقعیت «صوم» یعنی پرهیز، از ... و در نهایت پرهیز از همه چیز به غیر «او» را به کام خود شیرین می‌کنند... و اکنون پایان ظلمت است و آغاز رهائی و روشنائی. (۵)

(۱) پایگاه اینترنتی امام علی (ع) www.imamali.net

(۲) نشریه مدارحُسن (نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه محقق اردبیلی)

(۳) سایت موسسه فرهنگی تبیان www.tebyan.net

(۴) مرکز پاسخگویی به سوالات دینی www.pasokhgoo.ir

(۵) نشریه مدارحُسن، شماره ۱۷