

# رمضان المبارک

تتبع ونگارش:

امین الدین «سعیدی» مدیر مطالعات ستراتیژیک افغان

ومسؤل مرکز کلتوری دحق لاره-جرمنی

بسم الله الرحمن الرحيم

يا ايها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون. (البقره: ۱۸۳)

چهارده قرن قبل پیامبر اسلام حضرت محمد صلی الله علیه وسلم اعلام داشت:

«**صوموا تصحوا** ...» (روزه بگیرید تا صحتمند شوید).

**پیغمبر اسلام فرموده است:**

«**معه محل هر درد است:** از پر خوری و خوردن غذا نامناسب جلوگیری کنید. این عمل شما شفاء بخش همه دردها و امراض بشمار میرود.»

طبق روایات تاریخی روزه نه تنها در بشریت مروج و معمول است، بلکه علمای حیوان شناسی بر این عقیده اند که: حتی حیوانات هم از روی غریزه خدادادگی برخی از اوقات روزه میگیرند. از جمله حیوانات درنده از قبیل شیر و پلنگ و ببر، علما میگویند که این حیوانات در هفته يك روز از خوردن هرگونه غذا خودداری مینمایند.

**روزه وصحت:**

طب بشری امروز بعد از چهارده قرن متوجه شد که روزه بسیاری از امراض را تداوی و معالجه مینماید، بدین اساس در بسیاری از کشورها آغاز به تاسیس کلینک های روزه داری نموده اند.



روزه نه تنها بر روح و روان و اخلاق انسان تاثیر میگذارد بلکه موجب زیبایی جسمی انسان هم میگردد.

طب قدیم هم در زیاتر از اوقات مریضان خویش را به امساک از پر خوری منع نموده و به این امر معتقد بود که تقلیل در پر خوری مانع دفع بسیاری از امراض در وجود انسان میگردد.

طب جدید هم بر این امر معتقد است که امساک و روزه در جلوگیری بسیاری از امراض موثر است صرف نام آنرا ( رژیم غذایی گذاشتند ) که ما مسلمانان آنرا به روزه مسمی نموده ایم. دوکتوران روزه را یکی از بهترین عوامل صحتمندی بشری شمرده اند .

### **پرفیسور د وکتور پوشر دانشمند فرانسوی می گوید :**

( روزه بهترین وسیله برای صحت و سلامتی وجود انسان بشمار میرود ) روزه برای صحت انسان است ، روزه برای استراحت معده ، روده و منظم کردن ترشحات معدوی و در نهایت برای منظم ساختن هاضمه مفید و مؤثر میباشد .  
روزه معالجه و تداوی است که از آن فقیر و سر مایدار بطور مساویانه میتواند استفاده بعمل آرد .

### **داکتر الکسیس کارل میگوید :**

( باروزه گرفتن قند در جگر می ریزد و چربیهایی که در زیر پوست ذخیره شده اند ، پروتین های عضلات و غدد ، و سلولهای کیسه صفرا ، آزاد شده به مصرف تغذیه میرسند . )

### **داکتر ژان فروموزان :**

( معالجه باروزه را به شتتسوی احشاء تعبیر نموده و میگوید : در آغاز روزه ، زبان انسان کمی سنگین و بودار است ... که بعد از سه ، چهار روز بوی زبان بر طرف میگردد . اسید اوریک ادرار کاهش می یابد ، و در نتیجه برای انسان روزه دار احساس سبکی و خوشی خارق العاده رخ میدهد و همه وجود انسان بسوی استراحت میرود )

### **داکتر تو مانیانس : میگوید :**

« فایده بزرگ کم خوری و پرهیز از صرف غذاها ، در یک مدت کوتاه ، آن است که ، چون معده در طول مدت یازده ماه مرتب پر از غذا بوده و در مدت یک ماه روزه داری مواد غذای شکم خود را دفع میکند و همین طور ( کیسه صفرا ) که برای حل و هضم غذا مجبور است که مواد صفراوی خود را مصرف کند ، در مدت سی روز ترشحات صفراوی را صرف در حل و هضم غذای باقی مانده و جمع شده در معده بمصرف میرسند . جهاز هاضمه بدن در نتیجه کم خوری استراحت نموده ، و به رفع خستگی می پردازد .



روزه یعنی کم خوردن و کم نوشیدن در مدت معینی از سال است و این بهترین راه برای سلامتی وجود انسان بشمار میرود. هم طب قدیم و هم طب جدید بر اهمیت این امر صحه گذاشته است.

روزه برای تداوی امراض جهاز هاضمه، کلیه، کبد (کیسه صفرا) که بسیاری از امراض این بخش را حتی با دواها نمیتوان معالجه کرد، میتوان آنرا به روزه تداوی و معالجه نمود.

روزه بهترین معالجه و تداوی برای امراض سوء هاضمه بوده، مرض مخصوص کبد (کیسه صفرا) که موجب «یرقان» (زردی) میگردد بهترین معالجه آن همین روزه است بخاطر اینکه این مرض زیادتیر از اوقات به واسطه فعالیت بیش از حد کبد بوجود می آید و موجب خستگی کبد گردیده که به اثر آن کیسه صفرا از فعالیت می افتد و نمی تواند صفراء را از خون بگیرد.»

### ۵- داکتر گوئل پا میگوید :

تعدادی زیادی از امراض روده که به اثر تخمیر غذا در روده ها بوجود می آید نه به اثر دوا بلکه به اثر روزه بر طرف میگردد.

### ۶ - داکتر الکسی سوفورین میگوید :

جسم در هنگام روزه به جای غذا از مواد داخلی استفاده کرده و آنرا به مصرف میرساند. که در نتیجه آن مواد فاضله و عفونی که در جسم تجمع میکند و بحیث ریشه و خمیره بیماری مبدل میگردد، با گرفتن روزه از بین رفته، و روزه عامل ریشه کن شدن تعدادی زیادی از امراض بشمار میرود. داکتر الکسی سوفورین میگوید: باید انسان جسم خود را با روزه از داخل پاک و نظیف کرداند.»

### ۷- داکتر کارلو معتقد است :

هر انسان باید در ظرف يك سال مدتی از خوردن غذا زیاد جلوگیری کند. زیرا تداوم روزمره غذا موجب تکثر و تولد و در نهایت موجب رشد میکروب ها در وجود انسان میگردد. که با احتیاط و کم خوری میکروب ها در وجود انسان رو به ضعف و تقلیل میروند. و بهترین معالجه در دفع میکروب ها در وجود انسان همان روزه است که دین اسلام برای سلامتی وجود انسان واجب گردانیده است.»

### ۸ - داکتر رو : میگوید :

حتی بسیاری از امراض سفلیس را تنها میتوان با روزه و اساک تداوی کرد.»

### ۹ - « بندیک » عالم فیزیولوژیست میگوید :



«يك دوره روزه سی ویک روز است... در این مدت در ترکیب خون هیچ نوع اختلاطی به هم نرسیده و آن نوری که در برخی از روزه داران ملاحظه میشود، و آن حالت جوانی و نشاط که برای روزه داران رخ میدهد عامل همه آن روزه است.»

## ۱۰ - « اوتو بو خنجر » یکتن از محققان مشهور جهان در عرصه طب میگوید :

« اکثر امراض حاد و مزمن را میتوان با وسیله روزه بهبود بخشید و یا حد اقل از شدت آن کاست. » وی میگوید : در هنگام روزه جسم انسان همه مواد فاضله را جمع اوری نموده و به احراق آن می پردازد ، نیروهای نوساز بدن به هنگام روزه فعال می گردند و بیه تصفیه وترمیم بافتهای بدن می پردازد . مدت پنجاه سال که از تاسیس « کلینک اوتو بو خنجر » سپری میشود بیشتر از پنجاه هزار انسان در این مرکز صحتی تنها با روزه مداوی و معالجه گردیده اند .

## ۱۱ - داکتر « عبد العزیز اسماعیل پاشا » دانشمند مشهور مصری

در حالاتی ذیل برای معالجه از روزه استفاده نموده است :

الف : در مورد اضطرابات مزمن امعاء هنگامی که مقرون با تخمیر مواد زلایه و مواد نشانسته بی باشد. در این موقع روزه ، مخصوصاً از جهت نیا شامیدن آب میان دو خوراک و ایجاد فاصله طولانی نوبت های غذا ، علاج قطعی است و این خصوصیت در مورد ماه مبارک رمضان صدق کامل دارد.

ب : هنگام زیاد شدن وزن که به اثر پر خوری و تقلیل حرکت بوجود می آید ، روزه با رعایت اعتدال در غذا ، افطار و اکتفاء به آب هنگام سحر نسبت به هر معالجه مفید تر و موثر تر است .

ج : جلوگیری از مرض شکر . د : جلوگیری از فشار خون .

ه : جلوگیری از التهاب حاد و مزمن کلیه ها که مقرون با ترشح و تورم باشد.

و : جلوگیری از امراض قلب که توام با تورم باشد.

ز : جلوگیری از التهاب ها مزمن مفاصل ، بخصوص که توام با امراض چاقی باشد که اغلباً در بین زنان در سنین چهل سالگی بوجود می آید .

تجارب نشان داده است که با گرفتن روزه در جات این مرض نسبت به سایر معالجه های برقی ، خونی و استعمال دوا ها ، و استعمال تخنیک های پیشرفته طب جدید ، در وجود انسان تقلیل و تخفیف می یابد .

## ۱۲ - داکتر کارلو :

میگوید : چون تعداد امراض بیشتر گردیده است مجبور هستم همه انسان ها ( اعم از فقیر و غنی ) را از تداوی و معالجه که آنرا پیامبر اسلام در جزیره العرب تشریح نموده و بنام روزه آنرا مسمی ساخته است ، باخبر سازم .

## معالجه امراض چشم :

### ۱۳ - داکتر آندر پاسک معتقد است :

در صورتیکه انسان ، پرابلم ها و ناراحتیهای و خیم در چشم ( از جمله ورم ها ، ورم شبکیه ، ورم بافت ملتحمه ، آب مروارید و آب سبز در چشم ) مبتلا باشد . حتماً باید روزه گیرد .

### ۱۴ - داکتر « آلن مویل » میگوید :

#### روزه دارای چهار فایده اساسی است :

- ۱ - مانع تجمع مواد سمی در بدن انسان میگردد .
- ۲ - روزه باعث میگردد که جهاز هاضمه بدن استراحت نسبی یابد .
- ۳ - به وسیله روزه بدن انرژی خود را صرف دفع سموم در بدن مینماید .
- ۴ - نیروی حیاتی در بدن انسان تحریک یافته و موجب تقلیل مواد فاضله در بدن میگردد .

## فواید طبی روزه :

- اگر نظریات اطباء را در مورد فواید روزه بصورت کل جمع بندی نماییم ، فواید روزه را از ناحیه طبی بطور ذیل میتوان چنین خلاصه و فورمول بندی نمود :
- ۱ - جلوگیری از اختلال و مزمن شدن روده ها و بخصوص در هنگامی که فرماتاسیون و تخمیرات معده و روده ، مریض را دچار درد های شدید می سازد .
  - ۲ - جلوگیری از چاقی که معمولاً ناشی از پر خوری میشود .
  - ۳ - جلوگیری از فشار خون .
  - ۴ - جلوگیری از امراض شکر و قند .
  - ۵ - تداوی و معالجه امراض چشم ( از جمله ورم ها ، ورم شبکیه ، ورم بافت ملتحمه ، آب مروارید و آب سبز در چشم )
  - ۶ - جلوگیری از امراض قلب که توام با تورم باشد .
  - ۷ - جلوگیری از التهاب های مزمن مفاصل ، بخصوص که توام با امراض چاقی باشد .
  - ۸ - تداوی اکثر امراض حاد و مزمن .
  - ۹ - تداوی امراض جهاز هاضمه ، کلیه ، کبد ( کیسه صفرا )
  - ۱۰ - معالجه و تداوی امراض سوء هاضمه ، مرض مخصوص کبد ( کیسه صفرا )
  - ۱۱ - پاکی نفس و تقلیل جرایم .

بر اساس تحقیقات بعمل آمده علما بدین باور ان که : امار جرایم ، قتل و قتال و نزاع ها در ماه مبارك رمضان در کشور های اسلامی به قوس نزولی خود میرسد.

## فضیلت ماه مبارك رمضان

از ابو هریره رضی الله عنه روایت است که پیامبر صلی الله علیه وسلم فرمود : « من صام رمضان ایماناً واحتساباً غفرله ما تقدم من ذنبه » ( کسی که از روی ایمان و امید کسب اجر و پاداش ، ماه رمضان را روزه بگیرد گناهان ( صغیره ) گذشته او بخشوده می شود ) .

ماه مبارك رمضان دارای فضایی است که به برخی آن اشاره می شود :

**اول :**

**خود ماه مبارك رمضان :**

ماه رمضان ماهی است ، که روزه گرفتن در این ماه بر مسلمانان فرض گردیده است.

**دوم :**

موجودیت لیلة القدر در این ماه که برکت و خیر این شب ، بهتر و بیشتر از هزار ماه است .

**سوم :**

نزول صحف و کتب آسمانی :

مطابق به روایات دینی ، صحف ابراهیم در اوایل ماه مبارك رمضان تورات در ششم ماه رمضان انجیل در سیزدهم ماه رمضان زبور داود علیه السلام در هژدهم ماه رمضان ۵ و قرآن عظیم الشان در ۲۳ ماه رمضان بطور مجموعی به بیت المعمور و بعداً در بیست و سه سال بر پیامبر اسلام حضرت محمد صلی الله علیه و السلام نازل یافته است .

**چهارم :**

مطابق به روایات دینی و شواهد تاریخی : اولین فیصله میان حق و باطل ( غزوه بدر ) هم در ماه مبارك رمضان صورت گرفته است . و قرآن عظیم الشان این غزوه را بنام « یوم



**الفرقان** « مسمی نموده است. همچنان مطابق به برخی از روایات تاریخی : میگویند که فتح مکه هم در ماه مبارک رمضان صورت پذیرفته است .

## حفظ وصیانت ماه رمضان

در ماه مبارک رمضان دو نوع حفظ و وصیانت در برابر انسان بوجود می آید :

- ۱- حفظ انسان از وسوسه های شیطان
- ۲- حفظ انسان از گرفتاری های عذاب الهی

### خوشحالی های ماه مبارک رمضان :

روزه دار در ماه رمضان دارایی دو خوشحالی در یک روز میباشد :

- 1- وقتی که روزه دار روزه خویش را افطار میکند.
- 2- دومین خوشحالی ملاقات با ذات پروردگار در روزه قیامت است .

در حدیث شریف آمده است :

« کسیکه با ایمان و احتساب ( نیت کسب ثواب ) روزه گیرد ، تمام گناهان را که قبلاً مرتکب گردیده باشد ، بخشیده میشود» (روای حدیث بخاری و مسلم)

### کلمه رمضان :

رمضان ماهی است که بشوید ، هم بسوزد . بشوید به آب توبه دل های مجرمان را ، بسوزد به آتشی گرسنگی تن ها بندگان را ،

رمضان در لغت از ( **رمضا** ) به معنای شدت حرارت و یا به معنای سنگ گرم و داغی گرفته شده است و این بدین معنای که اگر این سنگ داغ را به هر چه بگذارند آنرا بسوزند .

و یا هم رمضان از « **رمض** » گرفته شده است که به معنای باران است که بر هر چه برسد ، آن را بشوید .

واقعاً این کلمه از دقت و لطافت خاصی برخوردار است ، چون در این ماه گناهان انسان بخشیده می شود ، بنا بر مسلمانان است تا به ضمیمه ماه رمضان همیشه کلمه **مبارک** را اضافه نماید ، و همیشه آنرا بنام « **ماه مبارک رمضان** » یاد نمایند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و سلم می فرماید : « **إنما سمی ال رمضان لانه یرمض الذنوب** ؛ ماه رمضان به این نام مسمی شده بخاطر آنکه گناهان را می سوزاند. پیغمبر صلی الله علیه و سلم در جای دیگری میفرماید :

« **ارمض الله فیه ذنوب المؤمنین و غفور الله لهم** » « ماه رمضان ماه است که آن گناهان مؤمنان پاک و شسته میشود و خداوند (ج) ایشان را می بخشد. ماه رمضان از جمله



یکی از ماه های است که نامش در قرآن ذکر یافته است. این ماه در روایات و فر هنگ اسلامی بخشی از بر نامه ریزی الهی برای تربیت بشری تلقی می شود ، که از برکت آن هر سال تحولی فکری ، و فر هنگی در جامعه اسلامی پدید می آید. همچنان در روایات اسلامی ، ماه مبارك رمضان ، ماه خدا و میهمانی امت پیامبر اکرم (ص) خوانده شده است و خداوند متعال در این ماه در نهایت کرامت و مهر بانی پذیرایی می کند ؛ پیامبر اسلام می فرماید : « ماه رجب ماه خدا ، ماه شعبان ماه من و ماه رمضان ماه امت من است ، هر کس که در این ماه روزه بگیرد بر خداست که گناهان شان را ببخشد »

## معنای لغوی روزه :

روزه یا « صوم » « یا صیام » به معنای باز داشتن و خود داری کردن از چیزی را گویند .  
و در اصطلاح شریعت منظور از صوم آنست که شخص از صبح صادق طلوع فجر دوم تا غروب افتاب خود را از مفطرات یعنی آنچه مورد اشتهاى شکم و فرج است به نیت مخصوص نگاه کند.

## حکمت و فلسفه فرضیت روزه :

حکمت و فلسفه فرضیت روزه بالای مسلمانان برای تقویت روح مسلمانان برای مقاومت با تمایلات و هوس های جسم است . زیرا روزه قدرت هوس های بدن را تقلیل میدهد و انسان را از بسیاری تمایلات نفسانی که لایق مقام انسان نیست باز میدارد . و بدین ترتیب روزه روح انسان را تقویت میکند .

## حکم فرضیت روزه :

بر اساس حکم الهی : « یا ایها الذین آمنوا کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم » « ای کسانی که ایمان آورده اید روزه بر شما فرض گردانیده شده ، چنانکه فرض کرده شده بر کسانی که پیش شما بودند. » (سوره بقره : آیه متبرکه - ۱۸۳ ) و هم حدیث مبارك :

« بنی الاسلام علی خمس شهادة أن لا اله إلا الله وأن محمداً رسول الله وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة والحج وصوم رمضان » « اسلام بر پنج چیزی بنا گردیده است ، اقرار بر اینکه لا ئق پرستش و عبادت هیچکس جز ذات الله تبارک و تعالی نیست و حضرت محمد صلی الله علیه وسلم فرستاده خداوند (ج) است بر پا کردن نماز ، دادن زکات و حج بیت الله شریف و روزه ماه مبارك رمضان » (صحیح مسلم : ۱۶-۲۰-۱/۴۵ ) ، ( صحیح امام بخاری : ۱/۴۹/۸ )

همچنان اجماع امت بر اینست که روزه ماه رمضان فرض و یکی از ارکان اسلام و ضروریات دین است و کسی که فرضیت آن را انکار کند کافر و مرتد است . ( فقه السنه : ۱/۳۶۶ )



## حکم و حکمت فرضیت روزه :

روزه از قدیم الزمان بین انسانها مروج بوده ، اگر ادبیات و قصص مصریان قدیم ، چینی ها ، یونانی ها را مورد مطالعه قرار دهیم در خواهیم یافت که روزه با تفاوت های روزه فعلی مسلمانان وجود داشته در آن زمان روزه های يك روزه يك هفته ای و یا روزه که روزه داران از خوردن برخی از خوراك باب ها ممنوع بودند از جمله خوردن گوشت و یا غیره ما کولات ، طوریکه مظاهر این روزه را میتوان امروز هم در کشورهای اروپایی و برخی از کشورهای آسیایی و پیروان سایر مذاهب از جمله در مذهب کاتولیک ها و پروتستان ها مشاهده کرد.

### روزه و حکم قطعی روزه برای مسلمانان بروز دوم ماه شعبان سال دوم هجرت توسط این آیه مبارکه برای مسلمانان ابلاغ گردید.

« شهر رمضان الذی انزل فيه القرآن هدی للناس و بینت من الهدی و الفرقان » ( ماه رمضان ماه است که در آن قرآن نازل شده که رهنمایی مردم است و دلایل هدایت و تمیز بین حق و باطل می باشد).

پروردگار با عظمت ما امر فرمود : « فمن شهد منكم الشهر فليصمه » ، ( هر که از شما آنرا بیابد روزه این ماه را بگیرد.

قرآن مجید شهادت میدهد که روزه در تمام آدیان آسمانی فرض بوده و در نظام عبادت هر امتی حیثیت بخش لازمی را داشته است « كما كتب على الذين من قبلكم » ( بقره ۱۸۳ ) ( طوریکه فرض گردانیده شده بود بر کسانی که پیش از شما بودند. )

پیامبر اسلام میفرماید : « اگر شخصی بدون عذر شرعی و مرض ، يك روزه را ترك کند اگر تمام عمر روزه بگیرد باز هم تلافی آن را نمیتوان کرد. » ( روای حدیث احمد ، ترمذی ، ابوداود ).

زمانیکه حضرت محمد صلی الله علیه وسلم به مدینه منوره هجرت کرد، ملاحظه کرد که در آن دیار برخی از مردمان در روز عاشورا روزه می گرفتند ، مسلمانان با آنحضرت (ص) مراجعه نموده و در مورد خواستار هدایت گردیدند ، آنحضرت صلی الله علیه وسلم خود روزه گرفت و به پیروان خویش امر کرد تا روزه بگیرند.

در صحیح بخاری از ابن عمر ( رض ) نقل شده است : « صام النبی (ص) عاشورا ء و امر بصيامه فلما فرض رمضان ترك » و نیز در صحیح بخاری از عایشه ( رض ) نقل شده است که :

« رسول خدا به روزه روز عاشورا امر کرد تا هنگامی که روزه ماه رمضان واجب شد . آنگاه فرمود : « هر کس می خواهد روز عاشورا را روزه بگیرد و هر کسی می خواهد افطار کند. » شخص حضرت محمد صلی الله علیه وسلم قبل از فرضیت ماه مبارك رمضان ، روزه می گرفت . و به این عبادت آشنایی داشت .

پیامبر اکرم محمد صلی الله علیه وسلم فرموده اند : « اذا دخل رمضان فتحت ابواب السماء و فی روایه فتحت ابواب الجنة و غلقت ابواب جهنم و سلسلت الشیاطین و فی روایة فتحت



ابواب الرحمة» (چون ماه مبارك رمضان داخل شود، در های آسمان كشاده شود. در روایت دیگری آمده است که در های بهشت كشوده می شود و در های دوزخ بسته و شیاطین در زنجیر کرده می شوند و در روایتی آمده است که در های رحمت باز می شود.)

## هدف روزه :

**هدف واقعی روزه متقی شدن انسان است.** «لعلکم تتقون» تقوی گوهر اخلاق است، که از محبت الهی، از ایمان به الله (ج) درك صفات رحمت، کرم، فضل و خوف خداوند (ج) بوجود می آید.

## روزه حقیقی :

روزه حقیقی روزه ای است که انسان با تمام احساس و شعور کامل به ادا ی آن اقدام نماید. و از تمام مکروهاتی که روزه را بی روح و بی مفهوم می سازد از آن جلوگیری بعمل آرد. پیامبر اسلام میفرماید: «وقتی که انسان روزه می گیرد لازم است که گوش ها، چشم ها، زبان، دست ها و تمام اعضای بدن خود را از کار های ناپسندیده باز دارد.»

## وقت فر ضیت ماه مبارك رمضان :

خداوند پاك در سوره بقره (آیات ۱۸۳ - ۱۸۵) میفرماید :

« یا ایها الذین امنوا کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم لعلم تتقون ، ایاماً معدودت فمن کان مریضاً او علی سفر فعدة من ایام اخر ا ... یرید الله بکم الیسر ولا یرید بکم العسر .. »

( ای مؤمنان ! روزه بر شما فرض گردیده چنانچه بر کسانیکه پیش از شما بودن فرض گردیده بود تا پر هیز کار شوید و خلعت تقوی را در بر کنید ، روزه در روزه های شمرده شده و اندک بر شما فرض گردانیده شده ، پس هر کدام از شما که مریض و یا در سفر باشد برایش رواست که روزه را بخورد و قضای آنرا در روز های دیگر بیاورد و بر کسانیکه به مشقت زیاد از عهده آن می بر آیند فدیة است به اندازه خوراک يك روزه يك مسکین ، و هر که به خوشی و رضای خود در فدیة افزودی به عمل آرد و بیش از يك نفر مسکین را سیر سازد برایش بهتر است روزه ، گرفتن تان برای شما بهتر است اگر میدانید . ماه رمضان ما هیست که در آن قرآن نازل شده که برای مردم وسیله هدایت و دلایل روشن از رهنمایی و وسیله امتیاز حق از باطل است . پس هر که حاضر آن ماه باشد و آنرا در یابد آنرا بگیرد و هر که مریض و یا در سفر باشد برایش رواست که آنرا نگیرد و قضای آنرا در روزهای دیگری بیاورد و شماره روزهای فوت شده را تکمیل کند. خداوند خواهان آسانی و سهولت بر شماست و اراده عسرت و دشواری بر شما را ندارد ، و براینکه شما ، شمار آنرا تکمیل کنید و برای اینکه خدای خود را به بزرگی یاد کنید شما را رهنمونی کرده و باشد که شما با سپاس و شکر گزار و منت بار خدای خود باشید .)



روزه وقت فرض میگردد زمانیکه تاکید به رویت هلال ماه مبارک رمضان صورت پذیرد. بدین اساس دین اسلام بر مسلمانان واجب گردانیده است تا به تاریخ ( ۲۹ شعبان ) برای دیدن هلال ماه رمضان اهتمام بخرچ دهد.

۱- رویت ماه مبارک رمضان باید توسط دونفرمسلمان ( خواه مرد باشد یا زن ) عاقل ، بالغ و عادل تصدیق گردد.

۲- اگر رویت ماه مبارک توسط عده زیای از مردم تصدیق گردد ، در این صورت شرط عادل بودن از بین میرود.

۳- در صورتیکه آسمان ابر آلود باشد بناً با تکمیل ۳۰ روز از ماه شعبان فرضیت روزه حتمی میگردد. زمانیکه رویت ماه مبارک رمضان بعمل آمد بر مسلمانان لازم است تا خود روزه گیرند و خبر آنرا بین همه مسلمانان بخش نمایند. اگر رویت ماه مبارک رمضان در یکی از کشور ها صورت گیرد بر سایر مسلمانان است که به مجرد وصول خبر ، روزه بگیرند .

پیامبر اسلام حضرت محمد مصطفی صلی الله علیه وسلم فرموده است :

« صوموا لرؤیته وأفطرو لرؤیته ، فإن غمی علیکم الشهر فعدوا ثلاثین »  
هلال را دیده روزه گیرید وهلال را دیده روزه را پایان دهید واگر در ( ۲۹ ) شعبان هلال دیده نشد پس حساب شعبان را ( ۳۰ ) پوره نمائید « ( بخاری : ۴/۱۱۹/۱۹۰۹ )

## دعای دیدن ماه :

پیامبر صلی الله علیه وسلم وقتی ماه نو را مشاهده میگردد ، چنین دعا میخواندند. «اللهم أهله علینا بالامن والایمان والسلامة والاسلام ، ربی وربك الله هلال رشد وخیر « خدایا ! طلوع مهتاب را بر ما همراه آرامش وایمان ، سلامتی واسلام بگردان . ای مهتاب ! خدای من و خدای تو الله واحد است . آرزومندم این مهتاب هدایت وخیر باشد. اقسام روزه : فرض : روزه فرض در تمام سال فقط روزه گرفتن ماه مبارک رمضان بر مسلمانان فرض است .

## واجب :

روزه یی است که نذر شده باشد وروزه کفاره واجب است . اگر شخصی روزه ۶ روز معینی را نذر کرده باشد ، روزه گرفتن همان روز ضرور میباشد . اما اگر روزه را معین نکرده بود هر وقت که بخواهد میتواند روزه بگیرد . اما تاخیر آن بدون دلیل لازم نیست .

## سنت :

روزه هایی است که پیامبر اسلام گرفته باشد و مسلمانان را به گرفتن آن تر غیب نموده باشد .

از جمله : - روزه ، روز نهم ودهم محرم بطور مسلسل . - روزه ، یوم عرفه یعنی نهم ذو الحجة الحرام - روزه ، ایام بیض : یعنی روزه گرفتن در روزهای ( ۱۳ ، ۱۴ ، و ۱۵ ) هر ماه .

## نفل :

روزه نفلی ، روزه غیر از روزه های فرض ، واجب و مسنون ، را روزه نفلی میگویند که روزه گرفتن در آن مستحب است از جمله : ( شش روز روزه که گرفتن در ماه شوال مکرم ، روزه گرفتن روز های دوشنبه و پنجشنبه ، روزه گرفتن هشت روز در دهه اول ذو الحجة )

### ۱ - شش روز شوال :

از ابو ایوب انصاری ( رض ) روایت است که : پیامبر صلی الله علیه وسلم فرمود : « من صام رمضان ثم أتبعه ستا من شوال كان كصيام الدهر » « کسی که ماه رمضان و بدنبال آن شش روز از ماه شوال را روزه بگیرد مانند اینست که یک سال کامل را روزه گرفته باشد »

( صحیح سنن ابوداود : ۲۱۲۵ ) ، ( صحیح مسلم : ۲/۸۲۲/۱۱۶۴ ) ، ( سنن الترمذی : ۲/۱۲۹/۷۵۶ ) ، ( سنن ابن ماجه : ۱/۵۴۷/۱۷۱۶ )

۳ و ۲ روز عرفه برای غیر حاجی و روز عاشورا و روز قبل از آن :

از ابو قتاده روایت است : « سئل رسول الله (ص) عن صوم يوم عرف ؟ فقال : يكفر السنة الماضية والباقيّة ، وسئل عن صوم يوم عاشوراء ، فقال يكفر السنة الماضية » « از پیامبر (ص) در باره روزه روز عرفه سؤال شد فرمود : گناهان سال گذشته و سال جاری را از بین می برد و در باره روزه روز عاشورا از او سؤال شد فرمود : گناهان سال گذشته را از بین می برد »

( صحیح مسلم : ۲/۸۱۸/۱۱۶۲ ) **از ام الفضل بنت حارث روایت است :** « أن نسا تماروا عندها يوم عرفة في صيام رسول الله (ص) فقال بعضهم : هو صائم ، وقال بعضهم : ليس بصائم ، فارسلت إليه بقدر لبن وهو واقف على بعيره بعرفة فشربه » « مردم در روز عارفه در باره روزه بودن پیامبر صلی الله علیه وسلم نزد من بحث و جدال کردند . بعضی از آنها گفتند : او روزه است و بعضی دیگر گفتند روزه نیست . من ظرفی از شیر را برایش فرستادم ، ایشان در حالی که روی شترش در عرفه ایستاد بود آن را نوشید »

( صحیح امام بخاری ، فتح الباری : ۴/۲۳۶/۱۹۸۸ ، صحیح مسلم : ۲/۷۹۱/۱۱۲۳ ، سنن ابوداود ( ابن المعبود : ۷/۱۰۶/۲۴۲۴ )

از ابو غطفان بن ظریف مری روایت است : از ابن عباس ( رض ) شنیدم که می گفت : « حين صام رسول الله (ص) يوم عاشوراء وأمر بصيامه ، فقال يا رسول الله إنه يوم تعظمه اليهود والنصارى فقال رسول الله (ص) : فإذا كان العام المقبل إن شاء الله صمنا اليوم التاسع . فقال : فلم يأت العام المقبل ، حتى توفي رسول الله (ص) » (وقتی پیامبر صلی الله علیه وسلم روز عاشورا را روزه گرفت و به روزه گرفتن آن دستور داد ، مردم گفتند ای رسول خدا عاشورا روزی است که یهود و نصاری آن را بزرگ می دارند .

پیامبر صلی الله علیه وسلم فرمود :  
 سال بعد انشاء الله روز نهم را هم روزه می گیریم. ابن عباس گفت : قبل از آنکه روز نهم  
 سال بعد بیاید پیامبر صلی الله علیه وسلم فوت کرد. (صحیح سنن ابو داود : ۲۱۳۶) ، (صحیح  
 مسلم : ۲/۷۹۷/۱۱۳۴)

#### ۴- گرفتن روزه در ماه محرم :

از ابو هریره (رض) روایت است که پیامبر صلی الله علیه وسلم فرمود : « **افضل الصيام بعد رمضان شهر الله المحرم، افضل الصلاة بعد الفريضة صلاة الليل** » « بهترین روزه بعد از ماه رمضان روزه ماه محرم و بهترین نماز بعد از نماز های فرض نماز شب است ».

#### ۵- اکثر روز های ماه شعبان :

از عایشه (رض) روایت است : « **ما رأيت رسول الله (ص) استكمل صيام شهر قط إلا شهر رمضان ، وما رأيت في شهر أكثر منه صياماً في شعبان** » (پیامبر صلی الله علیه وسلم را ندیدم که ماهی را کامل روزه بگیرد ، مگر ماه رمضان و او را ندیدم که در هیچ يك از ماه ها به اندازه ماه شعبان روزه بگیرد) « (صحیح امام مسلم : ۴/۲۱۳/۱۹۶۹) ، (صحیح امام مسلم : ۱۱۵۶ - ۸۱۰/۱۷۵/ ) ، (سنن ابو داد : ۷/۹۹/۲۴۱۷)

#### ۶- روز های دوشنبه و پنجشنبه :

از اسامه بن زید روایت است : « **إن نبي الله (ص) كان يصوم يو الاثنين والخميس ، وسئل عن ذلك فقال : إن أعمال العباد تعرض يوم الاثنين والخميس** » « پیامبر صلی الله علیه وسلم روز دوشنبه و پنج شنبه را روزه می گرفت . در باره از او سؤال شد ، فرمود : اعمال بندگان در این دو روز (پیش خدا) عرضه میشود . » ( صحیح سنن ابو داود : ۲۱۲۸ ) ، پیغمبر اسلام در سفر و حضر در روز های بیض ( ۱۳ ، ۱۴ ، ۱۵ ، هر ماه ) افطار نمیگردد . نسائی ، ترمذی ( قابل تذکر است روزه ثوابی را هر زمانیکه از ادامه آن خسته شدید میتوانید آنرا افطار نماید.

#### روزه های ممنوعه :

در ایام ذیل گرفتن روزه ممنوع می باشد.

۱- گرفتن روزه در ایام شك (یعنی اینکه سایر مسلمین روز دار نباشند ولی به زعم خویش روزه بگیرد).

## یوم شك :

(یوم شك یا روز شك) ، روز ۳۰ ماه شعبان را گویند که در شامگاه روز ۲۹ شعبان ، مهتاب دیده نشود و به طور قطعی هم معلوم نباشد که فردا ۳۰ شعبان است یا اول رمضان . در این روز ، روزه گرفتن مکروه تحریمی است .

( حضرت عمار بن یاسر (رض) از پیامبر اکرم (ص) روایت نموده اند که : « **من صام الیوم الذی شك فيه فقد عصی أبا القاسم** » کسی که یوم شك را روزه بگیرد با پیامبر صلی الله علیه وسلم مخالفت کرده است » (سنن الترمذی : ۲/۹۷/۶۸۱) ،

(سنن ابو داود : ۶/۴۵۷/۲۳۱۷) ، (روز عیدین عید فطر و عید اضحی ، یازدهم ، دوازدهم ، سیزدهم ذوالحجه .)

۲- گرفتن روزه در روز عیدین (عید فطر و عید الاضحی)

۳- گرفتن روزه در دوره حیض و نفاس.

۴- همچنان حضرت محمد صلی الله علیه وسلم روزه بدون افطار و سحر رانم نموده است.

## حکم روزه ء نفلی برای زن شوهر دار :

زن نمیتواند بدون اجازه شوهرش در صورتیکه شوهرش مقیم باشد ، روزه ثوابی بگیرد . از ابو هریره (رض) روایت شده که پیامبر اسلام فرمود : « **ولا تصم المرأة یوماً واحداً ، وزوجها شاهد إلا بإذنه ، إلا رمضان** » (روزه نگیرد زن حتی یک روز در حالیکه شوهرش باشد مگر به اجازه او غیر از رمضان) (احمد ، بخاری ، مسلم) این حدیث شریف بصورت آشکار زن را از روزه گرفتن روزه نفلی در حالیکه شوهرش حاضر باشد منع می کند زیرا ممکن است باعث تلف حق او گرددولی در **روزه رمضان چون فرض است اجازه گرفتن از شوهر لازم نمی باشد.**

## روزه مکر وه:

روزه است که انسان تنها روز **شنبه** و یا **یکشنبه** را روزه بگیرد و یا فقط روز عاشورا را روزه بگیرد . و یا روزه گرفتن زن بدون اجازه شوهر ، و یا روزه گرفتن بدون افطار (که بنام روزه وصال) یاد می گردد . و غیره از این قبیل روزه را در شریعت اسلام بنام روزه مکروه مسمی نموده اند.

## روزه حرام :

در روز های ذیل سال گرفتن روزه ء حرام میباشد .

۱- در روز عید رمضان و قربان : از ابو عبید مولای ابن ازهر روایت است : در روز عید با عمر بن خطاب (رض) بودم گفت : پیامبر صلی الله علیه وسلم از روزه گرفتن در این دو روز نهی فرموده است ، اولین روز بعد از ماه رمضان (عید

فطر) ورزي که از قرباني هایتان می خورید ( عيد قربان ) ( صحیح امام بخاری : ۴/۲۳۸/۱۹۹۰ ) ، ( صحیح امام مسلم : ۲/۷۹۹/۱۱۳۷ )

## ۲- « ایام تشریق »

از ابو مره مولاي أم هاني روایت است « با عبد الله بن عمرو نزد پدرش عمر و بن عاص رفتیم ، غذایی جلو ما گذاشت وگفت : بخورید ، ( عبد الله ) گفت من روزه هستم ، عمرو گفت : بخورید ، اینها روز هایی است که پیامبر صلی الله علیه وسلم به ما امر می کرد که روزه

نگیریم واز روزه گرفتن ما را نهی می کرد . امام مالك گفته است : منظور از این روز ها ایام التشریق است .»

## ۳- روزه گرفتن جمعه به تنهایی :

از ابو هريرة (رض) روایت است : هیچ کدام از شما روز جمعه روزه نگیرد مگر اینکه روز قبل یا بعد از آن نیز روزه بگیرد . ( صحیح امام بخاری : ۴/۲۳۲/۱۹۸۵ ) ، ( صحیح امام مسلم : ۲/۸۰۱/۱۱۴۴ ) ، ( سنن ابو داود : ۷/۶۴/۲۴۰۳ )

## ۴- روزه گرفتن شنبه به تنهایی :

«در حدیث عبدالله بن بسر سلمی از خواهرش صماء روایت است که پیامبر صلی الله علیه وسلم فرمود : « روزه شنبه را به تنهایی روزه نگیرید مگر روزه هاي که بر شما فرض باشد ، و اگر بجز پوست انگور یا شاخه درخت چیز دیگری نیافتید ، آن را بجوید تا آن روز روزه نباشید » ( سنن ابو داود : ۷/۶۶/۲۴۰۴ ) ، ( سنن الترمذی : ۲/۱۲۳/۷۴۱ )

## ۵- نیمه دوم شعبان برای کسی که به روزه گرفتن آن عادت

### ندارد:

از ابو هريرة (رض) روایت است که پیامبر صلی الله علیه وسلم فرمود : « هیچ کدام از شما يك يادو روز قبل از رمضان روزه نگیرد مگر اینکه به روزه گرفتن در آن روز عادت داشته باشد که در این صورت می تواند آن روز را روزه بگیرد » ( صحیح امام بخاری : ۴/۱۲۷/۱۹۱۴ ) ، ( صحیح امام مسلم : ۲/۷۶۲/۱۰۸۲ )

## روزه بالای کی فرض است :

اجماع علما بر اینست که روزه ( ماه رمضان ) بر هر شخص مسلمان ، عاقل ، بالغ ، سالم و مقیم فرض است البته زن باید از حیض و نفاس پاك باشد . ( فقه السنه : ۱/۵۰۶ ط الریان )

## مفهوم شرط بلوغ :

شرط بلوغ بدین معنی است که مسلمان که بر سن بلوغ رسیده باشند و توانمندی گرفتن روزه را داشته باشند. روزه بالای آنان فرض میگردد. این بدین معنی است کسانی که به سن بلوغ نرسیده اند گرفتن روزه بالای آنان فرض نمی باشد. پیامبر صلی الله علیه وسلم فرموده است :

« رفع القلم عن ثلاثة : عن المجنون حتى يفيق ، وعن النائم حتى يستيقظ ، وعن الصبي حتى يحتلم » «تکلیف از سه دسته برداشته شده است : از دیوانه تا هوشیار شود و از به خواب رفته تا بیدار شود و از کودک تا بالغ شود ». (صحیح جامع صغیر : ۳۵۱۴ ) ، ( سنن الترمذی : ۲/۱۰۲/۶۹۳ )

## مفهوم شرط قادر بودن :

شرط قادر بودن به این معنی است که يك نفر مسلمان توان گرفتن روزه را داشته باشد بالای آنان گرفتن روزه فرض میگردد ، و لسی میسران که توان گرفتن روزه را ندارد و با گرفتن روزه وضعیت صحتی آنان برهم میخورد و دوکتوران برای آنان گفته باشند در صورتیکه روزه بگیرند به وضعیت جسمانی شان ضرر میرسد در این صورت گرفتن روزه بر آنان فرض نبوده . هر زمانیکه از مریضی بهبود یابند و عذر موجود مرفوع گردد به قضاء آن مبادرت ورزند.

## امراض :

امراض که خوردن روزه را به توصیه داکتر معالج متدین جواز دانسته عبارتند از : (امراض سل ، امراض صدری ، امراض معدی ، امراض روانی ، که انسان به گرفتن روزه از حالت نورمال خارج میگردد. ( و غیره امراض خطرناک و مضر ... ) اگر شخصی فقط به اساس وهم و خیال خود که گویا روزه او را مریض می سازد و یا مریضی اور افزایش میدهد ، در حالیکه آن را تجربه هم نکرده و نه دکتور متخصص برایش مشوره داده روزه نگیرد گنهگار بوده و باید کفاره آنرا هم بپردازد.

## شیخوخت و یا کبر سن :

شیخوخت و یا کبر سن بدین معنی است . آنده از مسلمانانیکه توانمندی گرفتن روزه را از دست داده باشند . به اساس این حکم الهی «وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين» پیران کهن سال و زنانی که نتوانند روزه گیرند پس باید فدیة بدهند . همچنان این حکم شامل حال آنده از کسانی میگردد که به امراض مزمن که علاج دوباره آن غیر ممکن باشد . بر آنان گرفتن روزه فرض نیست در بدل آن میتوانند فدیة دهند که سیر کردن هر روزه يك نفر مسکین است .



## مجاهد :

مجاهد که مصروف جهاد اعلاى كلمة الله و دفاع از مقدسات وطن باشد ، گرفتن روزه بالای آن فرض نیست . میتواند بعد از اینکه امور مجاهدت اش به پایان رسید به گرفتن روزه اقدام نماید .

## مسافر :

برای مسافر بر اساس حکم آیه متبرکه که «**ومن كان منكم مريضاً او على سفر فعدة من أيام آخر**» کسانیکه از شما مریض و یا در سفر باشد ، شمار روز های دیگر آنرا بگیرد . ( جواز دارد که روزه را افطار نماید . )  
 علماء حدود مسافتی که سفر بشمار میآید را 4 بُرد بر آورد نموده اند . هر بُرد عربی برابر است با (22.176) کیلومتر، در نتیجه مسافتی که احکام سفر به آن تعلق میگیرد برابر است با 4 برابر این مقدار یعنی (88.704) کیلومتر ( برای معلومات مزید مراجعه شود به کتاب «الفقه الإسلامی وأدلته» 75-1/74).

### علماء برای تأیید نظریات خویش بر روایات ذیل اسلامی استناد نموده اند :

- ۱- از پیامبر صلی الله علیه و سلم به سند ضعیف روایت شده است که گفت: «یا اهل مکه لا تقصروا فی أدنی من أربعة برد من مكة إلى عسفان» (روایت طبرانی در المعجم الكبير (11162)، و دار قطنی (387/1)، و بیهقی (3/13) ، یعنی: «ای اهل مکه، از مسافت کمتر از 4 بُرد ما بین مکه و عسفان (نمازها را) قصر نکنید».
- ۲- از ابن عباس رضی الله عنه سؤال شد که آیا تا رفتن به عرفه نمازها را قصر کنیم؟ گفت: نه، ولی تا عسفان و جدة و طائف (میشود نماز را قصر کرد) (التلخیص الحبیر 46/2).
- ۳- ابن عمر و ابن عباس رضی الله عنهما هنگام سفر در مسافت 4 بُرد به بالا (یعنی بیشتر از (88.704) کیلومتر) نمازها را دو رکعت میخواندند و روزه را نمیگرفتند. ابن عمر هنگام رفتن به "ذات النصب" نماز را قصر کرد، و بین این مکان تا مدینه 4 بُرد مسافت بود (فتح الباری 2/566).

### در ضمن سفر باید سفر مباح باشد تا احکام سفر بر او تعلق گیرد.

در نتیجه کسی که مسافت بیشتر از (88.704) کیلومتر را طی کند احکام سفر به او تعلق میگیرد و میتواند روزه را بشکند و نمازها را قصر و جمع کند، ولی همانطور که بیان شد باید سفرش مباح باشد، ولی اگر مسافت طی شده کمتر از (88.704) کیلومتر باشد، احکام سفر به او تعلق نمیگیرد، و نمیتواند که روزه را بشکند و یا نمازها را قصر و جمع کند.

و نا گفته نماند که مسئله فوق الذکر یکی از آراء علماء در مورد مسافت قصر و جمع میباشد، و نظریه های دیگری نیز وجود دارد و علماء نزدیک به 20 قول را در مورد مسافت قصر بیان کرده اند. که نسبت طوالت کلام از ذکر آن جلوگیری مینمایم .  
**(ولی قابل تذکر است به مجرد که مسافر به حالت مقیم آید به گرفتن روزه آغاز و ایام قضاء شده را قضائی بیاورند.)**

### حمل :

زنان که حامله اند و میدانند که به گرفتن روزه برای حمل و خود آن ضرر میرسد مکلف به گرفتن روزه نیستند.

### ارضاع :

اگر زن شیرده گمان غالب کند که در صورت روزه گرفتن ضرر شدید به طفل وی خواهد رسید اجازه دارد روزه نگیرد. صرف قضای روزه بر آنها فرض است. از انس بن مالک کعبی (رض) روایت شده که رسول الله علیه السلام فرموده است :

« **إن الله عزوجل وضع عن المسافر الصوم و شطر الصلاة و عن الحبلی و المرضع الصوم** »

« خداوند عزوجل برداشته از مسافر روزه و نصف نماز را و از زن حامله و شیرده روزه را »

( احمد ، ابو داود ، ابن ماجه ، ترمذی )

امام ابو حنیفه (رحمة الله علیه) میفرماید : اگر زنی حامله یا شیرده از روزه گرفتن بترسد جایز است افطار کند فرق نمی کند که خوف او بر خودش و طفل اش و یا تنها بر خودش و یا تنها بر طفل اش باشد ، و در صورت که قدرت یافت صرف بر او قضاء لازم است نه فدیة ، همچنان پیهم روزه گرفتن در ایامی که قضا می کند بر او لازم نمی باشد. این حکم برای زنی که فرزند خود را شیر میدهد و زنی که برای شیر دادن اجیر شده فرقی ندارد زیرا اگر مادر طفل باشد شیر دادن به اساس دیانت بر او واجب است و اگر اجیر باشد شیر دادن به اساس عقد بر او واجب شده است .

### حائض و نفاس :

زناتی که به دوره حیض و نفاس باشند جواز ندارد که روزه دار گردند . اگر زن حائض و زنی که در نفاس است روزه بگیرند ، روزه آنها صحیح نیست ؛ چون یکی از شروط صحت روزه ، پاکي از حیض و نفاس است و بر آنها قضا واجب است .

در حدیث از بی بی عایشه (رض) روایت است : « **كنا نحیض علی عهد رسول الله (ص) فنؤمر بقضاء الصوم و لا نؤمر بقضاء الصلاة** » « ما در زمان پیامبر صلی الله علیه وسلم به حیض می افتادیم ، به مادستور داده می شد که تنها روزه را قضا کنیم نه »



نماز را «( صحیح سنن الترمذی : ۶۳۰ ) ، ( صحیح مسلم : ۱/۲۶۵/۳۳۵ ) ، ( سنن ابو داود ۲۵۹ و ۱/۴۴۴/۲۶۰ ) زن هر زمانیکه از دوره خلاص شدند به تجدید نیت به گرفتن روزه اقدام نمایند.

زنانه حائضه و نفساء روزه فوت شده شاترا بعد از رمضان قضا می آورند. ( اگر دوره نسائی اش قبل از فجر صورت گیرد میتواند اول نیت و بعداً به گرفتن روزه اقدام نماید و اگر دوره نسائی آن بعد از فجر صورت گیرد در صورتیکه خواسته باشد میتواند در همان روز از خوردن و نوشیدن ابا و ورزد. ولی روزه آن درست نبوده باید به قضا آن مبادرت نماید. ( قابل تذکر است آنعده از زنانیکه مریض به جریان دم متداوم مبتلا اند ( خارج از ایام حیض و نفاس ) میتوانند روزه بگیرند. حتی نماز پنج گانه را بشرط آنکه برای هر نماز وضو جداگانه نماید ، اداء نماید.

اگر زن فقط يك لحظه قبل از شام حیض یا نفاس ببیند روزه اش باطل گردیده و باید آنرا قطع کند. اگر خون حیض یا نفاس برای لحظه یی هم قطع شود برای روزه نیت کند هر چند غسل را کمی به تأخیر اندازد. تبصره : باید دانست اگر روزه انسان فاسد شود باید از خوردن ، نوشیدن و سایر شکننده های روزه به جهت احترام رمضان خود داری کند اما این حکم بر ای حائض و نفساء تطبیق نمیشود بلکه بروی لازم است که خوردن و نوشیدن خود را از چشم مردم پنهان نماید.

### شدت گرسنگی و تشنگی :

اگر روزه دار از شدت گرسنگی به خطر زندگی یا خطر فتور در عقل باشد میتواند روزه نگیرد .

### ترس از هلاکت :

اگر به علت محنت و مشقت احتمال مردن ، یا ظالمی بر کسی جبر کند که اگر روزه گرفتگی تر خواهم گشت یا به سختی ترالت و کوب خواهم کرد و یا یکی از اعضای بدن ترا قطع خواهم کرد ، اجازه است که روزه نگیرد.

### بی هوشی :

اگر بیهوشی بر کسی طاری گردد و چند روز دوام کند . در این صورت قضای روز های که مانده واجب است .

### جنون :

اگر جنون بر کسی طاری گشت و از آن هیچ وقت بهبود نمی یابد از گرفتن روزه معاف است ، قضا و فدیة واجب نمی باشد ولی اگر بهبود یافت ، قضا بر وی واجب است.

## تبصره :

اگر بیمار و مسافر با گرفتن روزه دچار مشقت نشوند ، روزه گرفتن بهتر است و اگر دچار مشقت شوند بهتر آن است که روزه نگیرند. در حدیث شریف از ابو سعید خدری (رض) روایت است : « با پیامبر صلی الله علیه وسلم در ماه رمضان به جنگ با کفار رفتیم بعضی از ما روزه بودن و بعضی دیگر روزه نبودند بدون اینکه از همدیگر ایراد بگیرند و معتقد بودند کسی که توانایی روزه دارد اگر روزه بگیرد بهتر است و کسی که توانایی روزه را ندارد بهتر آن است که روزه نگیرد» (مسلم ۱۱۱۶ ۶۹/۷۸۷/۲- ) ، ( سنن الترمذی ۲/۱۰۸/۷۰۸ )

## حالاتی که شکستن روزه در آنها جایز است :

حمله ناگهانی مرض که خطر مرگ را دربر داشته باشد و یا حوادث ترافیکی توأم با خطر باشد. اگر کسی ناگهان مریض شود و یا در صورتیکه روزه خود را نشکند خطر شدت بیماری او را تهدید میکند جواز دارد روزه خود را بشکند. اگر کسی را مار و یا گزدم گزید و ضرورت به دوا باشد میتواند روزه خود را بشکند.

## شروط روزه :

**اول اسلام :** یکی از شرایط روزه همانا مسلمان بودن است . کسانی که از دین اسلام برگردند روزه آنان باطل است و در صورت رجعت دوباره به دین مبین اسلام میتوانند به قضا ع روزه اقدام نمایند:

## دوم نیت :

« **إنما الا عمل با نیت ، وبنما لكل امری ما نوى** » « قبول وصحت اعمال با نیت است ، پذیرش و پاداش هر عمل بستگی به نیت آن دارد» معنای نیت اراده کردن در قلب میباشد . روزه بدون نیت درست نمی باشد. روزه دار باید در شب ( آغاز از غروب افتاب الی طلوع افتاب یا فجر) نیت روزه را بعمل آرد . محل نیت همان قلب است ضرورت نیست که به زبان مبادرت شود . نیت روزه میشود از آغاز شهر رمضان آغاز والی اخیر ماه رمضان ادامه یابد . ضرورت به تجدید همه روزه آن نیست . ولی اگر روزه به اثریکی از عذر شرعی مقطوع گردد ضرورت است که به آغاز دوباره نیت روزه نیز تجدید یابد. ( نیت به هر زبان که شخص میخواهد میتواند آنرا بجاء آورد. نیت تنها به الفاظی عربی شرط نیست. )

اگر شخصی در شب نیت میکند بگوید : « **وبصوم غد نويت من شهر رمضان** » ( و من نیت کردم برای فردا روزه ع ماه رمضان را ) و شخصی که در روز نیت میکند بگوید : « **نویت وبصوم الیوم من شهر رمضان** » ( من نیت کردم برای امروز روزه ع رمضان را ) برای مسافر ضرور است که در رمضان نیت کدام روزه ع واجب را ننماید ، اگر نیت روزه ع فرض رمضان را کند یا نیت روزه ع نقلی را در هر صورت درست است. کسیکه روزه ع قضای رمضان المبارک را میگیرد ضرور است که بطور معین نیت روزه ع فرض را بنماید. اگر شخصی در شب نیت روزه را فراموش کند و در روز بیادش آید، در سه نوع



روزه نیت کردن تا قبل از زوال آفتاب صحیح میباشد که عبات اند از: «روزه رمضان المبارک، روزه های نذر که روز یا تاریخ آن معین گردیده باشد، روزه نفلی» در چهار نوع روزه نیت کردن از غروب آفتاب تا طلوع صبح صادق ضرور بوده و پس از طلوع صبح صادق نیت کردن کافی نمی باشد و این روزه ها عبارت اند از: «روزه قضایی رمضان المبارک، روزه های نذر که روز و تاریخ آن معین نشده باشد، روزه های کفاره، روزه های قضایی روزه و نفلی که پس از آغاز به علتی فاسد شده باشد.» اگر شخصی در شب بنابر دلیلی اراده روزه گرفتن را نداشته و در صبح هم به فکر روزه نگرفتن باشد، سپس قبل از زوال آفتاب فکر کند ترک روزه و رمضان درست نیست و نیت کند روزه اش صحیح میباشد، اما صبح چیزی خورده باشد ضرورت به نیت نمی افتد.

## فرایض روزه :

در روزه از نمودار شدن صبح صادق تا غروب آفتاب کناره گیری کردن از سه چیز فرض است: (امتناع از خوردن، امتناع از نوشیدن، امتناع از لذت جنسی)

## سنن و مستحبات روزه :

سحری کردن اگر چه به دانه خرما باشد، خوردن سحری در اخیر وقت مستحب است طوری که چیزی وقت به صبح صادق مانده باشد. نیت روزه و در شب مستحب است، عجله در افطار پس از غروب آفتاب تاخیر نکردن در افطار مستحب است. افطار با آب و خرما مستحب بوده. روزه دار باید در ماه مبارک رمضان از: غیبت، سخن چینی، در غگوی، غالمغال، قهر و ظلم، امتناع بعمل آرد.

## وقت روزه :

وقت روزه فرضی و یا روزه شرعی، به حکم قرآن از طلوع صبح صادق آغاز و تا غروب آفتاب ادامه می یابد. چنانچه در (آیه ۱۸۷ سوره بقره) آمده است: «وکلوا واشربوا حتی یتبین لکم الخیط الابيض من الخیط الاسود من الفجر ثم أتموا الصيام الی الیل» (تا آن وقت بخورید و بنوشید که خط سفید از خط سیاه خوب نمایان و آشکار شود و باز روزه را تا اول شب به اتمام رسانید و آنرا بگیرید.) ولی در کشور هایکه ابر الود اند و تعیین وقت در آن دشوار است فتوای علما است که افطار به وقت محلی نزدیکترین کشور اسلامی صورت می پذیرد.

روزه گرفتن در شب جواز نداشته خداوند (ج) شب را برای استراحت افریده «هو الذی جعل لکم اللیل لتسکنوا فیه والنهار مبصراً إن فی ذالک لآیات لقوم یسمعون» (یونس آیه ۱۷۸)

## سحری «پس شب» و افطار :

پیامبر اکرم (ص) فرموده است: «سه امر از جمله اخلاق پیامبرانه میباشد: «تأخیر در سحری، تعجیل در افطار، در نماز دست راست را بر چپ گذاشتن» پیامبر اسلام



میفرماید: «سحری بخورید، زیرا در خوردن سحری برکت است: برای روزه گرفتن روز از خوردن سحری کمک بگیرد و برای قیام لیل (تهجد) از خوابیدن بعد از ظهر کمک حاصل کنید.»

برای روزه دار مستحب است که با خرما تازه افطار کند و در صورت عدم موجودیت آن با آب افطار نماید و در زمستان میتواند با خرما یا خشک و در صورت عدم موجودیت آن با آب افطار کند تا معده آماده گردیده و غذایی را که بعداً خورده میشود بتواند هضم نماید. پس از آنکه شخص با خرما یا آب و غیره افطار کرد نماز شام را میخواند و بعد از آن غذا میخورد و پیامبر (ص) فرموده است: «**إِذَا أَفْطَرَ أَحَدُكُمْ فَلْيَفْطِرْ عَلَي تَمْرٍ، فَإِنَّ لِمَ يَجِدْ فَلْيَفْطِرْ عَلَي مَاءٍ فَإِنَّهُ طَهُورٌ**»

«چون افطار کند یکی از شما پس افطار کند با خرما، پس چون نیافت پس افطار کند با آب زیرا پاک کننده است» (متفق علیه) برای روزه دار عجله در افطار و تأخیر در سحری افضل میباشد زیرا پیامبر صلی الله علیه وسلم فرموده است: «**لَا تَزَالُ أُمَّتِي بَخِيرَ مَا أُخْرُوا السَّحُورَ وَعَجَلُوا الْفِطْرَ**» «همیشه امت من به خیر باشند تا وقتی که به تأخیر اندازند سحری را و شتاب کنند در افطار.»

### دعای افطار:

«**اللهم لك صمت وعلی رزقك افطرت**» (خداوند! من برای تو روزه گرفتم و از رزقی که تو نصیب کرده ای افطار نمودم) (روای حدیث شریف: ابوداود). و یا این دعا: «**بسم الله والحمد لله، اللهم لك صمت وعلی رزقك افطرت وعلیک تو کلت سبحاتک و بحمدک، تقبل منی، انک انت السميع العليم**»

### دعا بعد از افطار:

«**ذهب الظماء وابتليت العروق وثبت الاجر ان شاء الله**» (تشنگی زایل شد، رگ ها سیراب گشت، و اگر خداوند خواست اجر نیز خواهد رسید.) (روای حدیث شریف: ابوداود).

### ثواب افطار دادن:

اگر شخصی به روزه دار افطار دهد انقدر اجر و ثواب کمایی می کند که نصیب روزه دار میشود، هر چند افطاری مذکور چند لقمه نان یا یک خرما باشد. پیامبر (ص) فرموده است: «شخصی که روزه داری را افطاری دهد او را اجر و ثواب مانند روزه دار است» (بیهقی).

### امور باطل کننده روزه:

در باب مبطلات روزه آمده است: هر آنکسیکه بدون عذر شرعی روزه را بخورد، اگر تمام عمر روزه هم بگیرد ثواب آنروز را بدست نخواهد آورد.



## امور که روزه را باطل می سازد عبارتند از :

- ۱- جماع در روز .
- ۲- انزال منی بشکل عمدی . ( ولی اگر انزال در خواب صورت گیرد روزه اش فاسد نمی گردد . )
- ۳- رسیدن چیزی ( جامد باشد ویا مایع ) به معده بطور عمدی باشد ویا غیر قصدی .
- ۴- استعمال سگرت ویا سایر دخانیات .
- ۵- گرفتن دوا ء از همه طرق موصوله به معده .

## مکروهات روزه

### اموری که روزه را مکروه می سازد عبارتند از :

لب زدن ویا در دهن گرفتن لب زن ویا برهنه ملاعبه کردن هر چند خطر انزال وجماع هم نباشد مکروه است .انجام اموری که اندیشه انسان را انقدر ضعیف سازد که موجب شکستن روزه شود مکروه است .بیش از ضرورت شستن دهن وبینی .بدون دلیل لعاب دهن را جمع کردن و آنرا فرو بردن .اظهار بی قراری ، اضطراب واضمحلال .به غسل ضرورت داشته و موقع آن نیز میسر باشد ، اما بدون دلیلی تأخیر کرده و بعد از صبح صادق غسل کند . چیز های مانند پودر دندان ، کریم دندان ، زغال و غیره را در دهن نگهداشتن و آنرا با دندان فشار دادن . غیبت کردن ، دروغ گفتن ، دشنام دادن ، غالمغال ، لت وکوب نمودن و بر کسی ظلم کردن . قصداً گرد و غبار را در حلق جمع کردن روزه را مکروه می سازد .

## قضاء روزه :

معنای قضاء عبارت از يك روز روزه گرفتن بعد از ماه رمضان بجای يك روز روزه بی که در ماه رمضان باطل گردیده ، میباشد .قضاء روزه میشود در ایامی که گرفتن روزه در آن ممنوع نباشد صورت گیرد . قضاء روزه را الی آغاز ماه مبارك سال نو میتواند بجا آورد . قضا روزه میتواند پی در پی ویا متفرق صورت گیرد .

## کفاره چیست ؟

کفاره عبارت از جزای شرعی میباشد که خداوند سبحانه تعالی آنرا بر کسیکه بعضی از جرایم از او سرزند تعیین فرموده است مانند وجوب کفاره بر قاتل یا کسیکه سوگندش را می شکند . کفاره بر روزه دار وقتی واجب میشود که عمداً روزه خود را فاسد نماید مثلاً اینکه جماع کند . کفاره دو ماه روزه پی در پی را میگویند ، در صورتیکه در این دو ماه رمضان روزه هایکه روزه در آن منع گردیده است نباشد . اگر به گرفتن دو ماه روزه نیز قادر نبود ، به شصت مسکین طعام دهد . کفاره در روزه فرضی بوده در فساد روزه غیر رمضان کفاره وجود ندارد ، اگر چه قضای رمضان هم باشد . دادن طعام به ۶۰ مسکین ، فقیر ، محتاج ، نه برای کسانی که نفقه ایشان بر او فرض باشد ( مانند پدر ، مادر ، زن ) همچنان میشود مقدار طعام را به پول نیز تادیه کرد و همچنان میتوان همان مسکین را برای ۶۰ روز کامل طعام داد . ( طعام شامل نان چاشت ، شب و نان صبح میگردد ) .



## فدیه :

اگر زن حامله و شیرده توانایی روزه گرفتن را نداشته و یا از آسیب دیدن کودکشان بیم داشته باشند، میتوانند روزه نگیرند ولی باید فدیه بدهند و لازم نیست روزه را قضا کنند.

از ابن عباس روایت است: «رخص للشيخ الكبير والعجوز الكبير في ذلك وهما يطيقان الصوم أن يفطرا إن شاء، ويطعما كل يوم مسكينا، ولا قضاء عليهما، ثم نسخ ذلك في هذا الایه «فمن شهد منكم الشهر فليصمه» وثبت للشيخ الكبير والعجوز الكبير إذا كان لا يطيقان الصوم والجلي والمرضع إذا خافتا أفطرتا، وأطعمتا كل يوم مسكينا» «به پیر مرد و پیر زنی که توانایی روزه گرفتن را ندارند اجازه داده شد تا اگر خواستند روزه نگیرند و به بدل هر روز، مسکینی را غذا بدهند» و قضای روزه بر آنها لازم نیست، سپس؛ این حکم با آیه «فمن شهد منكم الشهر فليصمه» نسخ شد ولی (آن حکم) برای پیر مرد و پیر زنی که توانایی روزه گرفتن را ندارند ثابت مانده است.

همچنین زن حامله و شیرده ای که (بر حال خود یا طفل خود) بیم دارند می توانند روزه نگیرند و به بدل هر روز، يك مسكين را طعام دهند «(بیهقی: ۴/۲۳۰)

همچنین از ابن عباس روایت است: «إذا خافت الحامل على نفسها، والمرضع على ولدها في رمضان قال: يفطران، ويطعمان مكان كل يوم مسكينا، ولا يقضيان صوما» «اگر زن حامله از ضرر به جان خود و زن شیرده از ضرر به طفلش بیم داشت، می توانند روزه رمضان را نگیرند و به جای هر روز مسکینی را طعام دهند و قضای روزه بر آنها لازم نیست» (صحیح البانی در کتاب الاروا ء) (۴/۱۹) این حدیث را به طبری (۲۷۵۸) نسبت داده و گفته است: سند آن به شرط مسلم صحیح است)

مقدار طعام واجب: از انس بن مالک روایت است: «أنه ضعف عن الصوم عاما فصنع جفنة ثريد ودعا ثلاثين مسكينا فاشبعهم» «او سالی دچار ضعف شد بطوریکه نتوانست روزه بگیرد، پس کاسه ای ترید گوشت درست کرد و سی مسکین را دعوت و آنها را سیر کرد» (الاروا ء ۴/۲۰)، (دارقطنی: ۲/۲۰۷/۱۶)

## تبصره :

فدیه شامل، طعام، غله، و قیمت آن هم میگردد، مقدار فدیه به اندازه صدقه فطر است. ولی اگر شخص از مرض بهبود یابد، قضائی روزه فوت شده بر او واجب است، خداوند پاک در مقابل فدیه او اجر و ثواب نصیب اش میگردد.

در غذا دادن (صبح و شام) معیار حد وسط غذایی میباشد که خود شخص در زندگی عادی خویش میخورد.

## مساوات میان «گناه» و «کفاره یا جزا»

باید گفت که منظور از مساوات میان «گناه» و «کفاره یا فدیه» مساوات عددی نیست، بلکه کیفیت عمل را نیز باید در نظر گرفت خوردن يك روز روزه ما مبارك رمضان





با آن اهمیت که دارد، جزا و اش يك روز كفاره نیست بلکه باید آن قدر روزه بگیرد که به اندازه احترام آن يك روز ماه مبارك شود؛ به همین اساس است که كفاره گناهان در ماه مبارك رمضان بیش از سایر ایام است و ثواب اعمال نیک هم بیشتر از سایر روزها است.

## ماه مبارك رمضان و نزول قرآن

«إنا أنزلناه في ليلة مباركة إنا كنا منذرين فيها يفرق كل أمر حكيم» (سوره دخان آیات ۳ و ۴)) (ما قرآن را در شبی مبارك نازل نموده ایم زیرا همواره هشدار دهنده و اندازه کننده بوده ایم. در آن شب مبارك هر امری طبق حکمت خداوند تنظیم می شود.)

### مبارك :

از ماده برکت گرفته شده است. یعنی شب پر از رحمت، شب بسیار مفید و سودمندی، که در آن فراخی و زیادی نعمت و روزی وجود می داشته باشد. همچنان خداوند پاك میفرماید: «شهر رمضان الذی انزل فيه القرآن» (ماه رمضان ماه است که در آن قرآن فرود آورده شده است.)

بنأ حکم مطلق همین است که شب قدر در ماه مبارك رمضان است. شبی است که در آن قرآن عظیم الشان که مبدا تمام خیرات و برکات و سرچشمه تمام نیکی ها و خوبی ها است، نزول یافته است. شب قدر، شبی است، که مقدرات جهان بشریت با نزول قرآن در آن استحکام می پذیرد و مشخص می گردد.

### مفسرین اسلام نزول قرآن را بر دو قسم :

#### ۱- نزول دفعی و کلی

#### ۲- نزول تدریجی تقسیم مینمایند :

نزول دفعی یعنی قرآن بطور کامل در شب قدر بر قلب رسول اکرم (ص) نازل گردیده است و نزول تدریجی عبارت از نزولی است که: قرآن در مدت بیست و سه سال به تدریج و به مناسبت ها و طبق رویداد ها بر پیغمبر اسلام محمد صلی الله علیه وسلم نزول یافته است.

### ليلة القدر :

«إنا أنزلناه في ليلة القدر وما أدراك ما ليلة القدر ليلة القدر خير من الف

شهر» (به تحقیق ما فرود آوردیم قرآن را در شب قدر و چه چیز مطلع ساخت ترا که چیست شب قدر، شب قدر بهتر است از هزار ماه (خداوند پاك میفرماید: «شهر رمضان الذی انزل فيه القرآن» (ماه رمضان ماه است که در آن قرآن فرود آورده شده است). (سوره بقره آیه ۱۸۵) و در سوره قدر میخوانیم :

«إنا أنزلناه في ليلة القدر» (ما آن را در شب قدر نازل کردیم) بنأ حکم مطلق همین است که شب قدر در ماه مبارك رمضان است.

## معنای قدر :

قدر به معنای اندازه کردن ، معین نمودن و فیصله کردن آمده است . یعنی لیلة القدر شبی است که خداوند متعال در آن هر چیزی را صحیحاً اندازه می نماید . و وقت آنرا تعیین می کند و احکام را نازل می فرماید و تقدیر هر چیزی را مقرر می نماید. «**فیها یفرق کل امر حکیم . امرأ من عند الله ...**» فیصله کرده میشود هر کار استوار آن ، فرود آوریم آنرا به وحی کردن از نزد خویش. «(الدخان آیات ۴ و ۵ )

## لیلة القدر در کدام یکی از شب های رمضان میباشد :

حضرت ام المومنین عائشه(رض) می گوید : که پیامبر فرموده است : «**لیلة القدر** را در ده شب آخر رمضان در شب های طاق جستجو کنید.» (روای حدیث شریف بخاری ) ولی به هر حال برای مسلمانان بهتر این است که هر شب ماه مبارک را به احتمال این که شب قدر باشد ، به عبادت و قرائت قرآن و دعا بگذرانند و دعا خویش را منحصر به سه و یا چهار شب و یا هم شب های طاق نسازند.

## دعای لیلة القدر :

بی بی عائشه (رض) می گوید : که به پیامبر (ص) عرض کردم که ای پیامبر خدا ! اگر من در پیامی که کدام شبی لیلة القدر است که در این شب به خداوند (ج) چه دعا کنم : فرمود بگو :

«**اللهم إنك عفو کریم تحب العفو فاعف عني**» «**خداوند ا ! تو بسیار عفو کننده و بسیار صاحب کرمی ، عفو نمودن را می پسندی ، پس خطاهای مرا عفو کن**».

## ای خواجه چه جوی از شب قدر نشانی هر شب ، شب قدر است اگر قدر بدانی

«سعدی شیرازی»

## ارمغان های رمضان :

تلاوت ، تعلیم و تعلم قرآن مجید ، تحقیق و تتبع در امورات و عرصه های اسلامی و آشنایی با سیرت پیامبر اسلام و صحابه کرام و تاریخ اسلامی ، اقامه نماز ها ، وادای تراویح با ختم قرآن عظیم الشان ، عادات به نوافل و نماز های سنتی ، افزایش صدقات ، انفاق و تقویت روح گذشت و احسان، صله رحمی و رسیدگی به خویشاوندان ، دعا و نیایش بیشتر، امر به معروف و نهی از منکر، توبه و بازگشت از لغزشها و گناهان، ماه رمضان ، ماه بازگشت به زلال طبیعت و فضای پاکیزه فطرت و تمرین آزادگی از «**خور و خواب و خشم و شهوت**» است.

ماه رمضان هزاران گوهر گرانبها به انسانها هدیه کرده و می کند ، ولی سه گوهر «**آزادی**» ، «**آگاهی**» و «**عشق الهی**» از در خشانترین هدیه های این ماه بشمار میرود.



روزه انسان را از سلطه هوسها ، و نیازهای کاذب ، و تحملی و افراط در نیازهای واقعی ، آزاد می کند و به انسان « آزادی اراده » می بخشد. انسان در سایه رمضان با « معارف عالی قرآنی »

آشنا می شود و با بهترین رهنمودهای زندگی انس می گیرد .  
دستیابی به سعادت جاویدانی و رهایی از همه رنجهای دنیوی و آخروی ، بدون « گوهر تقوا » مقدور نیست و رمضان مبارک این گوهر آسمانی را به روزه داران می بخشد. پاسداری و نگهبانی از این « گوهر آسمانی » نیاز به هوشیاری ، مراقبت و همکاری همگانی دارد.

### اهمیت روزه در تناسب با نماز :

زن در حال حیض و نفاس هم نماز و هم روزه را ترك میکند ، ولی بعد از مریضی فقط روزه را قضا می آورد . و یا اگر کسی علناً نماز نخواند ، حد شرعی ندارد ، ولی اگر روزه را علنی بخورد حد بر او جاری می شود. همچنان خداوند پاك فرموده است : ( انا اجزی به ) یا ( انا اجزی به ) یعنی من پاداش روزه را می دهم ، یا من پاداش روزه ی روز دار هستم در حالی که در باره نماز چنین چیزی نفرموده است .

### فلسفه و حکمت فرضیت سی روز روزه در يك سال :

روایت است زمانیکه حضرت آدم ( علیه السلام ) در جنت از درختی که از آن منع شده بود ، به اندازه از آن تناول کرده بود ، که تا به سی روز غذا آن در شکمش وجود داشت ، به همین اساس خداوند پاك بر بندگان و فرزندان حضرت آدم تا روز قیامت سی روز روزه را در يك سال فرض نموده است .

### پیام رمضان به روزه داران :

جلای ذهن و صفای ضمیر توام با کار و تلاش و اهنگ « قرب جویی » در استفاده از انوار رمضان و انعکاس فروغ آن نقش فروان دارد. پیغمبر اسلام میفرماید : « رمضان را بخاطر آن رمضان مسمی نمودند که : در آن گناهان می سوزند ، دروازه های آسمان در اولین شب رمضان به روی روزه داران گشوده میشود و تا آخرین شب آن باز می باشد » .

ماه رمضان ماه دعا ، ماه نیایش ، ماه ایمان و آگاهی از آزادی است ، ماه رمضان ماهی است که برای انسان درس سازندگی ، رمز مقاومت و پایداری ، رمز صبر و تحمل ، رمز سعادت و نیک بختی را می آموزند .

پیام رمضان پیام تقوا و پرهیز گاری پیام نوسازی معنوی و فرهنگی است . پیام ماه رمضان پیام خوش رفتاری ، پیام عفو و گذشت است . پیام رمضان ، پیام آزادی از عادت ها ست ، رمضان ماهی است که انسان را از زنجیر اعتیاد ، عادتها خوردنی ، خواندنی ، شنیدنی ، نوشیدنی ، دیدنی رها می بخشد .

پیام رمضان پیام بیداری از خواب غفلت و رهایی انسان از دام شهوت است ، پیام رمضان پیام آگاهی از عرفان و عروج بشریت است .

ماه رمضان ماه تنظیم جهت گیری انسان و تقویت ایمان و تحکیم برادری بر محور قرآن است . پیام رمضان پیام سلامتی ، پیام دوستی ، پیام اخوت ، پیام امنیت ، و ایمان ،



و در نهایت پیام آزادی میباشد. ماه رمضان ماه توبه است توبه از « رقابت » ها و « حسادت » ها است.

ماه توبه از بدگمانی ها نسبت به مؤمنان و حسن ظنی که در حق کفار و منافقان نشان دادیم. بلی ماه رمضان ماه بازگشت به قرآن و تنظیم کامل افکار و اخلاق و رفتار انسان. پیام رمضان ، پیام تقوا و پارسایی و ندای بلند نو سازی معنوی و فرهنگی است. پیام رمضان ، پیام آزادی انسان از زنجیر غرائز و هوسهای شیطانی و به بند کشیدن شیاطین ، توسط فرشتگان الهی است.

## نکات ذیل برای آگاهی مسایل روزه بی نهایت مهم است

### انصراف از تصمیم روزه :

اگر روزه دار از تصمیم روزه خویش در روز روزه منصرف شود. در صورتیکه افطار هم نکند ، روزه آن فاسد میگردد.

### اهانت و توهین به روزه :

اگر کسی بدون عذر شرعی روزه را بخورد ، به ماه مبارک رمضان توهین شمرده میشود کنهکار بوده قضاء و کفاره آنرا باید بپردازد. ولی اگر اهانت در یک روز چند بار تکرار گردد ، قضاء روزه را بجاء آورد و کفاره تکرار نمی گردد.

### استعمال سرمه و قطره چکان :

استعمال سرمه ( اگرچه سیاهی آن در بلغم هم دیده شود ) و یا قطره چکان چشم ، وادویه جلدی و مرخم باب زخم ، بدن خود را به تیل چرب کردن ، استعمال گیل موی و استعمال عطریات و خوش بوی ، روزه را فاسد نمی سازد .  
در کتب احادیث آمده است : که در ایام ماه مبارک رمضان یکی از صحابه که از درد چشم سخت می نالید نزد آنحضرت (ص) آمد . و برای آنحضرت گفت : که چشمم سخت درد میکند اجازه دارم که سرمه استعمال نمایم ، آنحضرت در جواب اش گفت : بلی میتوانی سرمه را استعمال نمایی . همچنان در حدیث از ام المؤمنین عانسه (رض) روایت گردیده است : « أن النبی (ص) اکتحل فی رمضان وهو صائم » « پیامبر اسلام (ص) سرمه کرد در رمضان در حالیکه روزه بود. » (روای حدیث ابن ماجه) هکذا باید گفت که چشم منقذ برای معده نمی باشد. ولی برخی از فقها به این نظر اند که بهتر و احسن است که استعمال همچو اشیاء در شب صورت بپذیرد.

## گرفتن ناخون واستعمال مواد بر آن

رنگ ناخون واستعمال آرایش برای زنان (روزه را فاسد نمی سازد).

### تبصره :

استعمال خوش بوی ، چرب کردن موی سر و پوست ، استعمال قطره و تزریق امپول چون دلیل بر تحریم آنها در شرع وجود ندارد . پس استعمال آن در روزه مباح میباشد.

### زرق یا پیچکاری :

زرق یا « پیچکاری » و انواع واکسین که در عضله باشد و یا ورید خون باشد و یا گلوکوز (مطابق فتوای علمای دیوبند هندوستان و جامع الازهر مصر) روزه را فاسد نمی سازد .

ولی نقطه قابل دقت و توجه آنست که اگر این پیچکاری یا واکسین « به منظور تغذیه صورت گیرد ، و روزه دار را از آب و خوراک بی نیاز سازد و هدف از آن تغذیه و احساس نکردن گرسنگی باشد ، این نوع پیچکاری روزه را باطل می سازد . بنابراین گفته میتوانیم هر چیزی که به نوعی کار تغذیه را انجام دهد شکننده ی روزه محسوب می شود . اما انعه از پیچکاری ها ی که : کار تغذیه را انجام نمی دهند و انسان را از آب و از خوراک بی نیاز نمی سازند، این نوع پیچکاری ها روزه را باطل نمی سازد ، چون نصوص شرعی شامل آن ها نمی شود، نه به اعتبار الفاظ و نه به اعتبار معانی، و حتی اگر آمپول بی حسی دندان نیز باشد باز هم روزه را باطل نمیکند زیرا بمعنای خوراک و آشامیدنی نیست. پس این نوع پیچکاری ها نه خوراک هستند نه آب و نه در معنای آب و خوراک. اصل صحت روزه است مگر آنکه دلیل فساد آن به اثبات برسد که در این جا به اثبات نرسیده است. همچنان پانسمان کردن زخم ها روزه را باطل نمی کند. ولی اگر زخم عمیق در شکم که دوا به معده برسد، در این صورت روزه می شکند.

### حجامت :

حجامت یا خون گرفتن ( از سر و یا هر عضو دیگر بدن به قصد علاج در رمضان) روزه را فاسد نمی سازد.

از ابن عباس (رض) روایت است : « **احتجم النبي (ص) وهو صائم**»

(پیامبر صلی الله علیه وسلم در حالی که روزه بود حجامت کرد) (صحیح سنن ابو داود : ۲۰۷۹)

(صحیح امام بخاری : ۴/۱۷۴/۱۹۳۹) ، (سنن ابو داود ۴/۴۹۸/۲۳۵۵)

ولی اگر بیم ضعف و سستی وجود داشت ، حجامت مکروه است :

از ثابت بنانی روایت است « **سئل انس بن مالك أكنتم تكهون الحجامة للصائم؟ قال : لا ، إلا من أجل الضعف**» «از انس بن مالك سوال شد آیا شما حجامت را برای روزه دار مکروه می دانستید ؟ گفت نه ، مگر به خاطر ضعف و سستی» (صحیح امام بخاری : ۴/۱۷۴/۱۹۴۰)

## غسل جنابت و یا غسل تبرد:

غسل جنابت و یا غسل تبرد از گرمی، اگر روزه دار در ایام روزه غسل نماید، و یا بخاطر دفع پرودت هوای گرم را اشتنشاق نماید روزه اش فاسد نمی گردد.  
در حدیث شریف از ابو بکر بن عبد الرحمن روایت است: «رایت النبی (ص) یصب الماء علی رأسه من الحر وهو صائم» «دیدم پیامبر (ص) را که می ریخت آب را بر سر خود از گرمی در حالیکه روزه دار بود.» (سنن ابوداود: ۲۰۷۲، و عون المعبود: ۶/۴۹۲/۲۳۴۸)  
همچنان اگر روزه دار برای دفع تشنگی غسل نماید، در صورتیکه آب به معده او داخل نگردد، روزه اش فاسد نمیگردد.

## حکم بوسه کردن در روزه:

از ام سلمه رضی الله عنه روایت شده است: «أن النبی (ص) کان یقبل وهو صائم» «پیامبر صلی الله علیه وسلم بوسه میکرد در حالیکه روزه می بود» متفق علیه.  
از عائشه (رض) روایت شده است که: «کان رسول الله (ص) یقبل وهو صائم ویبشر وهو صائم ولكن کان املکم لاربه» «پیامبر اسلام (ص) می بوسید در حالیکه روزه می بود و مباشره میکرد در حالیکه روزه می بود اما بود مالک ترین شما حاجت خود را.» (فتح الباری: ۴/۱۴۹/۱۹۲۷، صحیح مسلم: ۱۱۰۶ - ۶۵ - ۲/۷۷۱)

در مورد این که بوسه روزه را باطل نمی سازد، هیچگونه اختلاف نمی باشد. ولی اگر این بوسه، هدف و مقصود روزه را برای روزه دار متزلزل سازد فقها نظریات خاص خویش را در مورد ابراز داشته اند. که توجه شما را به حدیث متبرکه که از ابی هریره (رض) روایت گردیده است جلب مینمایم:

ابی هریره (رض) فرموده است: « أن رجلاً سأل النبی (ص) من المباشرة للصابغ فرخص له و آتاه آخر فنها عنها، فإ لذي رخص له شیخ وإذا الذی نهاه شاب» «مردی پرسید از پیامبر (ص) از مباشرت روزه دار پس رخصت داد او را و آمد مرد دیگری پس منع کرد او را از آن. پس کسیکه رخصت داد او را پیر بود و کس که منع کرد او را جوان بود.» (ابو داود)

فقها میگویند برای کسیکه پیامبر صلی علیه وسلم بوسه را جایز دانسته، آن شخص، شخص پیر بود و برای آن کسیکه آنرا از بوسه نهی فرمود آن شخص، شخص جوان بود. بادر نظر داشت همین تعبیرها از حدیث متبرکه برخی از فقها بوسه را برای پیر ها جواز شمرده و برای جوانان و یا کسانی که قدرت اداره خود را ندارند جایز نه شمرده اند.

اما در مورد مداعبه با همسر هنگام روزه، در صورتیکه جماع و یا انزال منی صورت نگیرد اشکالی ندارد، طوری که در حدیث متبرکه از عایشه رضی الله عنها روایت شده است که گفت:

"پیامبر صلی الله علیه و سلم هنگام روزه (زنش) را بوسه میداد و مداعبه میکرد" (صحیح بخاری 1927 و صحیح مسلم 1106)، لذا مداعبه بین زوجین هنگام روزه جایز است ولی بشرطی که زوجین متأكد باشند که به جماع منجر نشود و یا منی انزال نشود وگرنه اگر در برابر شهوت ضعیف باشند این امر برای آنها جایز نیست و باید دوری کنند زیرا ممکن است منی انزال شود و روزه شان باطل شود و یا به جماع منجر شود که کفاره روزه دو ماه پی در پی بر آنها واجب میگردد.

این قدامه در کتاب "المغنی" گفته است: کسی که به همسرش بوسه میزند از سه حالت خارج نیست:

- 1- منی انزال نشود، که در اینصورت بدون خلاف اهل علم روزه باطل نمیشود.
  - 2- منی انزال شود، که در اینصورت بدون خلاف اهل علم روزه باطل میشود.
  - 3- مذی خارج شود، که نزد امام احمد بن حنبل و امام مالک روزه باطل میشود و نزد امام ابوحنیفه و امام شافعی و حسن و شعبی و اوزاعی روزه باطل نمیشود زیرا در خروج مذی غسل واجب نیست، و این قول (یعنی عدم بطلان روزه هنگام خروج مذی) راجح میباشد.
- و ابن تیمیه نیز قول عدم بطلان روزه هنگام خروج مذی را ترجیح میداند و میگوید هیچ دلیلی از شریعت بر بطلان روزه هنگام خروج مذی وجود ندارد و در شرع برای باطل شمردن روزه نیاز به دلیل است ولی دلیلی نیست.

## نتیجه کلی :

بوسه برای روزه دار خواه جوان باشد یا پیر مباح است، و فرق میان بوسیدن رخسار، دهن، لمس توسط دست و معانقه وجود ندارد البته این اباحت برای کسانی میباشد که میتواند خود را اداره کند.

اما اشخاصی که میدانند بدین ترتیب شهوتش به حرکت در آمده یا خوف جماع یا انزال وجود داشته باشد، طوریکه احناف و شوافع هر دو در مورد متفق القول اند اینکار برای روزه دار مکروه است.

باید بدانیم که شب دراز بوده و مسلمانان در روزه رمضان مانند سایر ایام در عمل مداوم میباشد، و احتمال اینکه همچو کار منجر به انزال و وقوع آنچه که در شریعت مکروه است نگردد بهتر خواهد بود، در ماه مبارک رمضان اصلاً دست به چنین کاری نزنند.

## استنتاج فقهی :

با همسر خود یکجاء خوابیدن، ملاعبه کردن و بوسه وکنار، تازمانیکه خطر انزال منی ویا وقوع جماع نباشد، همه درست است. (ولی اگر به بوسه کردن ویا لمس ویا جماع در غیر فرج و دبر انزال گردد، روزه اش فاسد گردیده، بر آن قضاء واجب میشود، نه کفاره.)

## استمناء :

استمناء آنست که عمد آ با دست یا هر وسیله دیگر منی از بدن بیرون آورده شود . همچنان سبب استمناء اگر بوسیدن باشد یا به آغوش گرفتن اگر انزال صورت گیرد روزه باطل میشود ، اما اگر انزال به مجرد فکر یا نظر صورت گیرد روزه باطل نمی گردد و حکم مذی نیز چنین است . دیدن عضو مخصوص زن و یا تفکر در امور جنسی انزال شود روزه اش مکروه نمیشود . احتلام در روزه : دیدن خواب یا احلام و احتلام شدن در خواب ، روزه را فاسد نمی سازد . اگر کسی در روز رمضان در خواب محتلم شود ، و منی هم از او بدون اختیار خارج گردد روزه اش فاسد نمی شود . ولی اگر منی به سبب بوسیدن ، مباشره یا تفکر طولانی خارج گردد روزه اش فاسد شده و قضا بر او هم لازم میشود . کسی که در شب جماع نموده و تا روز غسل نکرده روزه اش فاسد نمی گردد ، زیرا غسل امریست که به انزال واجب شده است ، میدانیم که اگر روزه دار در روز محتلم شود غسل بروی لازم بوده و روزه اش فاسد نمی گردد پس کسیکه در شب انزال شده و بعد از صبح بیدار گردیده روزه اش این شالله صحیح است .

## یاد فرا موشی :

اگر روزه به یاد شخص نباشد ، و از روی فراموشی چیزی بخورد ، و یا هم با همسر خود جماع کند ، تا جائیکه از روی فراموشی نان شکم سیر هم خورده باشد روزه اش نمی شکند ، مکروه هم نمی شود . داخل شدن گرد و خاک و یا مکس در دهن : اگر مکسی و یا گرد و یا خاک و یا دوابی اختیار از حلق فرورود ، در صورتیکه عمدی نباشد روزه ، مکروه نمیشود .

## داخل شدن آب در گوش :

اگر آب در گوش داخل شود و از روی قصدی هم باشد روزه مکروه نمیشود .

## حکم غذای باقی مانده در لای دندان ها :

اگر پارچه غذای باقی مانده در لای دندان ها در صورتیکه مقدار آن از دانه نخود کمتر باشد و از حلق پائین رود ، روزه فاسد نمیگردد .

## قی و استفراق در ماه مبارک رمضان :

اگر شخصی بی اختیار قی کند ، هر چند که قی پر دهن باشد بیشتر و یا کمتر باشد و حتی اینکه بخش آن دوباره از حلق پائین رود ، روزه مکروه نمیشود . اگر قی بصورت قصدی هم صورت گیرد ، در صورتیکه پر دهن نباشد باز هم روزه اش نمی شکند و مکروه هم نمیشود . ولی اگر قی قصدی و دهن پر باشد ، روزه اش فاسد ، باید قضا و بیاورد . در حدیث شریف آمده است : «من ذرعه فلیس علیه قضا ومن استسقاء فلیقض» «هر کسی که قی بر او غالب شود پس بر او قضا نیست و هر کس که عمد آ قی کند پس قضا نماید» (احمد ، ابو داود ، ترمذی ، ابن حبان ، دارقطنی و حاکم) .



## استعمال مسواك :

استعمال مسواك براي روزه دار و غير روزه دار در تمام اوقات مستحب است و همين براي روزه دار، قبل از زوال و بعد از آن جايز است. به دليل حديث عامر بن ربيعه «رضي الله عنه» كه در سنن آمده است: **رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ مَا لَا أُحْصِي يَتَسَوَّكُ وَهُوَ صَائِمٌ** مسند احمد (445/3)، ابوداود (2364)، ترمذي (725)

«چندين بار كه نمي توانم آن ها را بشمارم مرتب مي ديدم كه پيامبر صلى الله عليه و سلم در حال روزه مسواك مي زد.»

در اين جا اين صحابي مشخص نكرده است كه آيا قبل از زوال ايشان را در حال مسواك ديده است يا بعد از آن، بلكه مطلقاً مسواك زدن ايشان را روايت کرده است. ولي به احتمال غالب ايشان را بعد از زوال ديده چون نماز ظهر و عصر بعد از زوال هستند، و از آن جا كه رسول الله صلى الله عليه و سلم مسواك را براي نماز تأكيد کرده احتمال مي رود كه براي نماز ظهر و عصر مسواك مي زده است.

اما آنان كه مسواك را بعد از زوال مكروه دانسته اند از اين حديث استدلال کرده اند: **إِذَا صُمْتُمْ فَاسْتَأْكُوا أَوَّلَ النَّهَارِ وَلَا تَسْتَأْكُوا آخِرَهُ** بيهقي در الكبرى (8120، 8121)

هر وقت روزه گرفتيد در ابتدای روز مسواك بزنيد و در آخر آن مسواك نزنيد.

حديث مذکور ضعيف و غير قابل استدلال مي باشد. اينان همچنين از گفتار پيامبر صلى الله عليه و سلم استدلال مي کنند كه فرموده است: **"لَخُلُوفٌ فَمِ الصَّائِمِ أَطْيَبُ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ رِيحِ الْمِسْكِ"** (متفق عليه)، يعنى: "بوي دهان روزه دار نزد الله تعالي از بوي مشك خوشبوتر است."

روش استدلال اين ها بدین صورت است كه چون مسواك بوي دهان را تغيير مي دهد، از زدن مسواك خود داري نمود. اين توجيه نادرست است، زيرا مسواك بوي مخصوصي را كه در اثر روزه به وجود مي آيد از بين نمي برد، زيرا بوي دهان در اثر عدم رعايت بهداشت دهان و دندان نيست، بلكه نشأت گرفته از معده مي باشد، و با خالي بودن معده از خوراك بد بويي از دهان خارج مي شود و اين بو از نظر مردم ناپسند است ولي از نظر خداوند بسيار دوست داشتني و پسندیده است. پس مسواك بوي دهان روزه دار را از بين نمي برد بلكه صرفاً دندان ها را تميز نموده و بد بويي دندانها را از بين مي برد نه بويي را كه از معده بيرون مي آيد.

اگر در وقت مسواك زدن وغير مسوك كردن دهن خون شود وبالعاب دهن از حلق پايين رود، اما مقدار آن از لعاب دهن كمتر بوده و طعم آن در حلق احساس نشود روزه رانمي شكند.

## چشيدن طعم اشيا ء :

چشيدن طعم اشيا ء ، با دهن نرم كردن وجويدن يکنوع چوبيكه بوسيله آن دندان ها را پاك ميكند ، البته بدون مسواك روزه را مكروه ميگرداند.

## نرم كردن وجويدن نان :

برای زن جويدن ونرم كردن طعام به طفلش ، مكروه بوده ولی در صورتيكه چاره ای ديگر وجود نداشته باشد ، روزه اش مكروه نميگردد.

## کشیدن نصور و سگریت در ماه مبارک رمضان

کشیدن نصور و سگریت از آنجاییکه برای بدن مضر میباشد لذا کشیدن آنها حرام میباشد و جائز نیست، چه در رمضان باشد و چه در غیر رمضان، و در هنگام روزه اگر کسی آنها را بکشد بدون شك که روزه اش باطل میشود.

پیامبر صلی الله علیه و سلم فرموده است: «لا ضرر و لا ضرار» (صحیح - روایت ابن ماجه)، یعنی: "نه ضرر به خود برسانید و نه به دیگران"، پس مواد مسکرات و مخدرات که برای خود و دیگران مضر میباشد جائز نیست.

## آداب روزه :

حضرت محمد (ص) فرموده است: « **إن فی الجنة باباً یقال له : الریان یدخل منه الصائمون یوم القیامة ، لا یدخل منه احد غیرهم ، فاذا دخلوا اغلق ، فلم یدخل منه احد** » - ماه مبارک رمضان متبرک ، ماه عبادت ، ماه تقوا و ماه مبارک است که مسلمانان به تجدید توبه پرداخته و در این ماه توبه ها قبول میگردد. - بر روزه دار لازم است که اخلاق بد را ترک گفته و خود را با خلق نیکویی متمسک ساخته و خود را از غیبت و سخنان بیهوده نگهدارد تا خداوند (ج) روزه اش را قبول نماید.

- مسلمانان در ایام متبرکه روزه باید خود را از شهوت ، دروغ ، غیبت ، واز گفتار زاید نگاه داند. - مسلمانان باید در ماه مبارک رمضان به دادن صدقه و خیرات بپردازند از جنگ بپرهیزند و با حسن معاملات با اهل بیت و کافه انسانها رفتار کند.

از ابو هریره (رض) روایت گردیده است : که پیامبر (ص) فرمود : « **إذا کان یوم صوم أحدکم فلا یرفث ولا یصخب ، فإن شاتمہ أحد او قاتله فیلقل إنی امرؤ صائم ، والذی نفس محمد بیده لخلوف فم الصائم أطیب عند الله من ریح المشک ، وللصائم فرحتان : إذا أفطر فرح بفطره ؛ إذا لقی ربه فرح بصومه** » اگر یکی از شما روزه دار باشد ، باید از گفتن پوچ و صحبت های لهو و لعب جلوگیری کند ، و به کسی دشنام ندهد ، و اگر کسی او را مجبور به دشنام دادن سازد ، **باید در جوابش بگوید من روزه دار هستم** . و قسم به ذاتی که نفس محمد (ص) در دست او ست که بوی دهن روز دار خوشبو تر است نزد خداوند از بوی مشک .

## ی خوش های روزه :

روزه دار دارای دو خوشی میباشد ، اولین آن افطار است ، زمانیکه روزه خویش را افطار میکند و به افطار خود خوشحالی خاصی برایش رخ میدهد . دومین خوشحالی زمانی است که شخص روزه دار پروردگار خود را ملاقات میکند به روزه خویش می بالد و افتخار میکند . در حدیثی از ن از ابی هریره (رض) روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و سلم فرموده است : « **من لم یدع قول الزور والعمل به فلیس لله حاجة إن یدع طعامه و شرابه** » (مسلم و نسائی) « کسیکه ترك نکند سخن دروغ و عمل به آنرا پس نیست خداوند را



حاجتی در این که ترك كند طعام ونو شیدنی خود را « از فحواى حدیث متبرکه معلوم میشود که چنین شخصی از روزه خود ثواب هم نمی برد.

## روزه ی اعضا :

بدن روزه دار به کسی می گویند که اعضای او از قبیل دست ، پا ، چشم ، گوش ، شرمگاه ، شکم و دل او از انجام گناهان روزه باشند ، چشم از نگاه به حرام ، گوش از شنیدن حرام مثل دروغ ، غیبت ، سخن چینی ، دست از گرفتن حرام ، پا از رفتن به سوی حرام ، زبان از تکلم دروغ و فحش ، و باطل ، شکم از غذا نوشیدن حرام ، شرمگاه از زنا امتنا کرده و دست بکشند و خود را به آنها الوده نسازند در این وقت است که گفته میتوانیم که اعضا ما واقعاً روزه هستند.

## نماز تراویح :

یکی از خصوصیات ماه مبارک رمضان ، نماز تراویح با جماعت در شبهای آن میباشد.

ابن حجر عسقلانی در معنای «تراویح» میگوید که : کلمه «تراویح» جمع «ترویحة» است، یعنی «یک راحتی»، مانند کلمه «تسلیمة» که بمعنای «یک سلام» میباشد و از کلمه سلام گرفته شده، و نمازهای جماعت شبهای رمضان را « تراویح» میگویند زیرا اولین باری که نماز « تراویح» بصورت جماعت شروع شد بین هردو سلام نماز کمی استراحت میکردند.

و پیامبر صلی الله علیه و سلم در فضل نماز تراویح فرموده اند: « **من قام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه** » (متفق علیه).

یعنی: " کسی که قیام رمضان را از روی ایمان و اخلاص بجای آورد، گناهان گذشته اش آمرزیده می شود."

و امام نووی رحمة الله علیه فرمودند: « **منظور از قیام رمضان نماز تراویح میباشد** » .

**خواندن نماز تراویح بجماعت در ماه مبارک رمضان بالای زن و مرد بعد از نماز خفتن و قبل از نماز وتر ، سنت مؤکد است. دلیل مشروعیت آن عمل حضرت پیامبر صلی الله علیه وسلم و از آن به بعد عمل اصحاب کرام بوده است.**

در حدیث متبرکه آمده است که حضرت محمد صلی الله علیه وسلم در ماه مبارک رمضان بعد از نماز خفتن ابتدا هشت رکعت نماز تراویح و بعد آ سه رکعت نماز وتر را بجا آورده است .

« **عن عائشة أن النبي صلى الله عليه وسلم ما كان يزيد في رمضان ولا في غيره على إحدى عشر ركعة . وروى ابن خزيمة وابن حبان في صحيحيهما عن جابر أنه صلى الله عليه وسلم صلى بهم ثمانی ركعات والوتر، ثم انتظر وه في القابلة فلم يخرج إليهم .** »

همچنان در حدیث دیگری ابو یعلی و الطبرانی به سند حسن از آنها روایت فرموده که فرموده است: « جا أبي بن كعب إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله إنه كان مني الليلة شيء ، يعني في رمضان ، قال: «وما ذاك يا أبي؟ قال نسوة في داري؛ قلن: إنا لا نقرأ القرآن فنصلي بصلاتك؟ فصليت بهن ثمانين ركعات وأوترت ، فكانت سنة الرضا ولم يقل شيئاً» (ماخذ: صفحہ ۲۲۵ کتاب فقہ السنۃ: نوشته: السيد سابق جلد اول طبع اول ۱۱۹۶ م جمهوری عربی مصر)

امادر این هیچ شك نیست که در زمان حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیست رکعت نماز تراویح رابه ده سلام بجماعت به حضور صحابه کرام بدون انکار احدی خوانده اند. امام شافعی (رح) و امام حنبلی (رح) خواندن نماز تراویح را نیز سنت گفته اند. ادای نماز تراویح به جماعت سنت کفایی است. خواندن تراویح؛ دو دو رکعت افضل است. بعد از ادای چهار رکعت، کمی درنگ شود، سپس رکعات دیگر شروع شود و طوری که قبلاً گفته شد وجه تسمیه تراویح هم از همین راحت میان هر چهار رکعت گرفته شده است. بعد از ختم تراویح نماز وتر نیز درین ماه به جماعت خوانده میشود که در رکعت سومی بعد از ختم قرائت امام تکبیر میگوید بعداً امام و مقتدیها همه طور خفیه دعای قنوت میخوانند. در فاصله بین هر چهار رکعت، برخی چند آیت قرآن کریم تلاوت می نمایند یا ذکر و تسبیح می گویند.

در افغانستان عزیز ما معمولاً دعای ذیل خوانده میشود:

« سبحان ذی الملك والملكوت ، سبحان ذی العزة والعظمة والقدرة والكبرياء والجبروت ، سبح ، قدوس ربنا ورب الملائكة والروح »

## ختم قرآن کریم در نماز تراویح

ماه رمضان ماه قرآن است، و قرآن نیز در این ماه در لیلۃ القدر نازل شده، و اجر و پاداش چند برابر میشود، لذا یکی از بهترین اعمالی که يك شخص در این ماه باید انجام دهد کثرت قرائت قرآن است، چه در نماز باشد و چه خارج از نماز. بنابراین، در نماز تراویح و یا تهجد نیز میتوان قرآن را خواند تا اینکه ختم کرد، و در حدیث صحیح از ابن عباس وارد شده است که: « كان النبي صلى الله عليه وسلم أجود الناس بالخير، و كان أجود ما يكون في رمضان حين يلقاه جبريل، و كان جبريل عليه السلام يلقاه كل ليلة في رمضان حتى ينسلخ، يعرض عليه النبي صلى الله عليه وسلم القرآن، فإذا لقيه جبريل كان أجود بالخير من الريح المرسلة» (متفق عليه)

یعنی: « پیامبر صلی اللہ علیہ و سلم سخاوتمندترین مردم از لحاظ خیر بود و در ماه رمضان وقتی که جبرئیل او را ملاقات می کرد بیشتر سخاوتمند می شد، و جبرئیل هر شب در ماه رمضان تا پایان ماه با او ملاقات می کرد و پیامبر صلی اللہ علیہ و سلم قرآن را بر او می خواند و وقتی که جبرئیل با او ملاقات می کرد، او برای بخشش خیر، از تندباد سریع تر می شد.»

و میتوان گفت که قرائت کل قرآن در نماز تراویح يك نوع از این مدارس بشمار میرود زیرا تمامی قرآن را مرور میکند، لذا امام احمد بن حنبل دوست داشت کسی که امامت را بعهده بگیرد



تمامی قرآن را در نماز تراویح ختم کند، لذا اگر تمامی قرآن در نماز مراجعه و ختم شود بهتر است زیرا تمامی آیات قرآن مرور میشود، ولی نباید بحجت ختم کردن قرآن به سرعت قرائت طوری افزود که معلوم نشود امام چه میخواند و خشوع را از بین ببرد، وگرنه آرام تر خواندن و کمتر خواندن از این بی خشوعی بهتر است و لو اینکه قرآن را با آن بی خشوعی ختم کند.

## اعتکاف :

**اعتکاف در لغت به معنای بند بودن ، توقف یا درنگ کردن ، در جایی میباشد .**  
در اصطلاح شرعی اعتکاف عبارت است : از اینکه انسان از همه تعلقات و مصروفیت های دنیوی از زن و از فرزندان خویش جدا گشته ، از همه مصروفیت های خانوادگی و خوا هشات نفسانی خویش ببرد ، و فکر و عمل خویش را با تمام توانایی های خویش به عبادت خداوند مصروف سازد. اعتکاف در دهه اخیر رمضان سنت مؤکد بوده و اگر از يك قریه يك شخص نیز اعتکاف نماید ، حکمش از دیگران رفع میگردد .

## دلایل مشروعیت اعتکاف :

### آیت قرآنی :

خداوند سبحانه و تعالی فرموده است : « و عهدنا إلی ابراهیم واسمعیل أن طهرا بیتی للطائفین والعاکفین والرکع السجود » « ووحی فرستادیم بسوی ابراهیم واسماعیل که بر پاسازیدخانه مرا برای طواف کنندگان و اعتکاف کنندگان و رکوع و سجده کنندگان » (

سوره بقره آیت ۱۲۵ ) **احادیث نبوی :**

از عایشه ( رض ) روایت گردید است که گفت : « **کان رسول الله (ص) یعتکف العشر الاواخر من رمضان حتی توفاه الله عزوجل** » « بود پیامبر ( ص ) که اعتکاف میکرد دهه اخیر رمضان را تا وقتی که وفات داد او را خداوند عزوجل » ( متفق علیه ) .

همچنان از ابن عمر ( رض ) روایت است که گفت : « **کان رسول الله (ص) یعتکف العشر الاواخر من رمضان** » « پیامبر ( ص ) دهه اخیر رمضان را اعتکاف میگردد » .

## حکمت مشر و عیت اعتکاف :

- ۱- اعتکاف موجب فراغ قلب از امور دنیوی و مشاغل آن بوده و باعث روی آوردن به عبادت و ذکر خالص خداوند متعال میباشد.
  - ۲- سپردن و تفویض امور خود به خداوند متعال و ایستادن بر دروازه فضل و رحمت .
  - ۳- اعتکاف به معنی تحصن به خداوند بر تر و توانا میباشد و کسی که به معتکف اراده بدی بنماید نمی تواند به او برسد و هیچ ظالمی نزدیکش شده نمی تواند که بروی ظلم کند.
- معتکف توسط اعتکاف خویش را راحت نموده و قلب خود را هدایت می نماید پس اعتکاف عبارت از دوری از مخلوقات بوده که قوی ترین راه برای رسیدن به حق تعالی میباشد.



## اقسام اعتكاف :

### ۱- واجب :

عبارت از اعتكافی است كه نذر شده باشد واجب است چه بدون شرط باشد و چه مشروط ( مثلاً شخص بگوید كه اگر در امتحان كامیاب شدم ، اعتكاف خواهم كرد . چنین اعتكافی واجب است .

### وقت اعتكاف واجب :

همانطوریکه برای اعتكاف واجب روزه شرط است لذا حداقل وقت آن يك روز است برای كمتر از يك روز یعنی چند ساعت نذر كردن اعتكاف بی معنی میباشد زیرا وقت روزه از طلوع آفتاب تا غروب آن میباشد.

### ۲- مستحب :

به جز اعتكاف دهه اخير رمضان هر اعتكاف دیگری خواه در دهه اول و در دهه دوم رمضان صورت گیرد و یا در ماه های دیگر مستحب است.

### ۳- اعتكاف سنت مؤكد :

اعتكاف در دهه اخير رمضان المبارك سنت مؤكد كفايي میباشد . كه مسلمانان باید به آن اهتمام بیشتر بعمل آرند . خداوند پاك میفرماید : « ولا تباشروهن وأنتم عاكفون فی المساجد... » (البقره - ۱۸۷) «ومباشرت نكنید زنان را در حالیکه معتكف باشید در مساجد. »

## شروط اعتكاف

برای صحت اعتكاف چهار شرط ضروری است :

- ۱- قیام در مسجد.
- ۲- نیت .
- ۳- پاك بودن از حدث اكبر ( جنابت ، حیض و نفاس ).
- ۴- روزه در اعتكاف واجب روزه بودن شرط است . اما در اعتكاف مستحب و مسنون روزه بودن شرط نیست .

### كار های مستحب در اعتكاف :

تلاوت قرآن مجید و تدبیر در آن ، اهتمام به درود و سائر اذکار ، خواندن و یا تدریس علوم دینی و مصروفیت در تصنیف و تألیف و تحقیقات علمی .

## صدقه فطر :

معنی لغوی فطر روزه را باز کردن و معنی صدقه فطر : صدقه روزه باز کردن است. در اصطلاح مراد از صدقه آن صدقه واجبی است که با خاتمه یافتن رمضان و به خاطر باز کردن روزه داده میشود.

زکات فطر بر هر مسلمان آزادی که بیش از قوت یک شبانه روز خود و خانواده اش داشته باشد، واجب است. و بر شخص واجب است که زکات فطر خود و کسانی را که نفقه آنها بر عهده او است مانند همسر و فرزندان و خدمتکارش - اگر مسلمان باشند - بپردازد.

از ابن عمر روایت است: «أمر رسول الله -صلى الله عليه وسلم- بصدقة الفطر عن الصغير

والكبير والحر والعبد ممن تمونون» (صحیح - بیهقی 4/161)

«پیامبر صلی الله علیه وسلم به دادن زکات فطر از کوچک و بزرگ و آزاد و برده، و کسانی که نفقه آنها بر عهده شما است امر فرموده است».

دریک روایت ضعیفی از حضرت عثمان رضی الله آمده است که دران زمان زکات جنین را نیز میدادند و نزد مذهب حنبلی دادن زکات فطر برای جنین مستحب است ولی واجب نیست. «والصدقة تطفي الخطينة كما يطفى الماء النار» (الترمذی) «صدقه گناهان را محو و نابود می کند همانطوریکه آب آتش را بی اثر می ماند».

در حدیثی آمده است که : اگر کسی که قبل از نماز عید صدقه فطر خویش را اداء نماید آن صدقه به شرف قبول واقع گردیده ؛ اما اگر بعد از نماز ادا گردد مانند سایر خیرات و صدقات يك صدقه به حساب میاید. ( ابو داود ، وابن ماجه )

وقت واجب گردیدن صدقه فطر هنگام طلوع فجر روز عید رمضان است لیکن تقاضای حکمت و نصب العین و جوب آن در این است که این وجیبه باید چند روز قبل از عید رمضان صورت گیرد تا به مستحقین و نیازمندان برسد.

انسان متوسط الحال علاوه بر خودش باید از جانب اولاد نا بالغ خود هم صدقه فطر را ادا کند و مقدار صدقه فطر بر شخص بالغ و نابالغ یکسان میباشد و آن عبارت از يك كيلو ويكصدوده گرام کندم و یا قیمت روز آن میباشد.

## عید فطر :

کلمه « عید » در اصل از فعل عاد(عود) يعود به معنی بازگشت است ، ولذا به روزه هایی که مشکلات قوم و گروه بر طرف میشود و به راحت ها و پیروزی های دست می یابند ، عید مسمی نموده اند. عید اسلامی فطر یکی از دو عید بزرگ اسلامی است که مسلمان روزه دار در طول ماه رمضان با ارتبای طهای پی در پی با خداوند متعال و استغفار از گناهان به تصفیه روح و جان خویش همت گماشته و از تمام آلودگی های ظاهری و باطنی که برخلاف فطرت انسان است خود را پاک نموده و به فطرت واقعی خود بر می گردند.

طوریکه حضرت مسیح (ع) روز نزول مانده را روز بازگشت به پیروزی و پاکی و ایمان به خدا دانسته و آنرا به عید مسمی نموده است.



روایت است که نزول مائده به روز های یکشنبه صورت میگرفت بدین اساس روزه یکشنبه از احترام خاصی عیدی بین مسیحان برخوردار میباشد.

کلمه عید تنها یکبار در قرآن عظیم الشان تذکر یافته است : « **اللهم ربنا انزل علينا مائدة من السماء تكون لنا عيداً لأولنا وآخرنا وآية منك** ».

روز اول ماه شوال را بدین سبب عید فطر مسمی نموده اند که امر امساک ، صوم از خوردن و نوشیدن بر داشته شده و به مسلمانان هدایت داده شده که روزه خود را افطار کنند و به خوردن و نوشیدن رو آورند.

افطار یعنی فطور و فطور به معنای خوردن و نوشیدن طوریکه در ماه مبارک رمضان ، انسان افطار مینماید یعنی اجازه خوردن پس از امساک از خوردن به او داده می شود. مسلمانان در این روز در اثر یک ماه مهمانی و ضیافت خداوند به صفای باطن دست یافته و در حقیقت شخصیت واقعی خویش را باز یافته اند، بلی ، فطرت پاک انسان در طول سال در اثر غبار های جهل و نادانی و غفلت به انواع گناهان و معصیت ها مبتلا شده و از حقیقت خود دور می شود و در نتیجه دچار خود فراموشی و خدا فراموشی می گردد ، اما با فرا رسیدن ماه مبارک رمضان ، انسان در پرتو فضای معنوی آن ماه و تلاش های خویش به یک زندگی نوین دست می یابد ، که می توان آن را « بازگشت به خویشتن » نامید.

**مسلمانان در ایام مبارک رمضان بایک ماه روزه گرفتن ، تراویح ، تلاوت قرآن ، صدقه ، خیرات و سایر عبادات و خوبیهای که به دستور رب العزت انجام داده اند ، این روز را منحیث روز خوشی و عید تجلیل می نمایند.**

در روایت آمده است زمانیکه پیامبر اسلام از مکه به مدینه منوره هجرت نمود مردم آن دیار در هر سال دو روز را جشن می گرفتند پیامبر اسلام از مردم مدینه در مورد این دو جشن پرسید که چرا در این روز ها عید میگیرند؟ مردم در جواب گفتند « ما قبل از مشرف شدن به اسلام این دو روز را جشن معین نموده بودیم ، که در این روزه به تفریح و خوشحالی می پرداختیم »

پیامبر اسلام فرمود : « خداوند در مقابل این دو روز ، دو روز دیگری را که نسبت به همچو جشن ها فضیلت و برتری بیشتری دارند برای مسلمانان مقرر نموده که یک روزه آن عید فطر و روز دیگر آن عید سعید اضحی است ».

## **اعمال مسنون روز عید سعید فطر :**

- توجه به آراستن و زیبایی خود
- غسل کردن بعد از ادای نماز فجر
- مسواک کردن دندانها- استعمال خوشبویی و عطر
- صبح وقت از خواب بر خاستن
- بسیار وقت به عید گاه رفتن
- پرداختن صدقه و فطر قبل از رفتن به عید گاه.
- خوردن شیرینی قبل از رفتن به عید گاه .
- ادانمودن نماز عید در عید گاه در حین راه رفتن آهسته آهسته خواندن تکبیر الله اکبر الله اکبر لا اله الا الله والله اکبر والله الحمد.





## نماز عید :

در روز عید خواندن دو رکعت نماز واجب است .

## نیت نماز عید :

« نیت کردم بخوانم دو رکعت نماز واجب عید فطر و یا عید اضحی را با جمله تکبیراتش خاص برای خدا اقتداء نمودم به این امام حاضر رو آوردم طرفه کعبه شریفه » و تکبیر تحریمه « **الله اکبر** » گفته دستهای خویش را تا برابر نرمی های گوش خود بلند نماید. انگاه دست های خود را طوری که در سایر نمازها می بندد بسته نموده ، « سبحانک اللهم » (ثنا) را بخواند. سپس امام و مقتدیها سه مرتبه تکبیر گفته در هر مرتبه دست های خود را تا برابر نرمی های گوشهای بلند نموده ، بعد از هر تکبیر به اندازه گفتن سه مرتبه « سبحان الله » توقف نموده بعد مرتبه دیگر تکبیر دیگر را بگوید . بعد از تکبیر سوم دستهای خود را دوباره بسته نموده ، و تسمیه گفته سوره فاتحه و آیاتی از قرآن مجید را تلاوت نموده ، طبق معمول رکوع و سجود را اداء نموده ، برای رکعت دوم ایستاده شود. در رکعت دوم اولاً سوره فاتحه را بخواند ، بعد از آن آیتی از قرآن مجید را خوانده قبل از رفتن به رکوع سه بار طوری تکبیر گوید که در هر مرتبه دستهای خود را تا نرمه های گوش مانند تکبیرات رکعت اول بلند نماید و در تکبیر چهارم حسب معمول به رکوع رفته و بعد از انجام رکوع ، سجود وقاعده به نمازش اختتام بخشیده به طرف راست و چپ سلام گرداند.

## تبریک و تهنیت گفتن به یکدیگر :

اصحاب رسول الله صلی الله علیه وسلم هنگامی که روز عید همدیگر را ملاقات می کردند می گفتند « **تقبل الله منا ومنکم** » ( خداوند از ما و شما قبول بگرداند ) (المحاملی حسن) کسانی که به نماز عید همراه امام نرسد و همچنین زنانی که در خانه هستند می توانند آن را بجا آورند. (بخاری : ۹۸۷) برخی از منکرات که در عید انجام داده می شود و باید از آنها پرهیز کرد.

تکبیر و کوچک شمردن دیگران. تقلید مردان از زنان و بر عکس در حرکات و لباس رفتن زنان با آرایش و زینت و بوی خوش به اماکن عمومی و ایجاد اختلاط اسراف و زیاده روی در تمام موارد خصوصاً در لباس و سفره عید. عدم توجه به فقرا و نیازمندان. عدم رعایت صلح رحم مخصوصاً نسبت به کسانی که به کمک و یاری نیاز دارند.



## محاسبه:

محاسبه ارزیابی، قضاوت و محاسبه اعمال روزانه، و اینکه ما بیست و چهار ساعت خویش را به چه مصروف ساختیم، اعمال مثبت و منفی ما چه بوده است، انسان را در رسیدن به «شناخت از خویش» کمک میکند.

**پیغمبر اسلام میفرماید:** «حاسب نفسک قبل ان تحاسب فانه اهون لحسابك غذا» (با خود محاسبه کن قبل از اینکه با تو محاسبه صورت گیرد. و این عمل کار بازرسی و محاسبه ترا اساتر می سازد).

**برای انسان مهم اینست که:** «قبضه نفس» خود را در اختیار خود داشته باشد. انسان باید «امیر نفس» باشد نه «اسیر نفس» تا توانمدی مهار ساختن غرایز نفسی را بدست آرد.

## اعمال مربوط به نیت است

«انما الا اعمال با نیت» «همه اعمال بستگی به نیت دارد» در همه عبادت، نیت مهم است:

نیت را میتوان به روح و قلب عبادت مشابه ساخت. باید هر عبادت با نیت و قلب الی الله انجام یابد. نیت به قدری مهم است و نقش اساسی در تغییر و تحول دارد که حتی اگر امور غیر عبادی را با نیت صحیح الهی انجام دهیم همان امور هم، بمثابة، عبادت ما بحساب خواهد رفت.

## مراجع و منابع مهم

احیاء علوم الدین امام محمد غزالی طوسی  
احکام فقهی برای زن مسلمان نوشته: ابراهیم محمد الجمل  
تفسیر المیزان از: علامه محمد حسین طیبای  
تفسیر کابلی مؤلف محمود الحسن دیوبندی  
احکام روزه: نوشته دکتور سعید افغانی  
فقه آسان: مؤلف مولانا محمد یوسف اصلاحی  
تفسیر طبری: مؤلف ابو جعفر محمد بن جریر طبری متوفی سنه ۳۱۰ هـ  
مشکاة شریف صحیح البخاری و مسلم  
مفردات قرآن از راغب اصفهانی  
کیمیای سعادت امام محمد غزالی  
روزه ماه مبارک رمضان: تتبع و نگارش: فضل الرحمن فاضل

نام مقاله: رمضان المبارک

تتبع و نگارش: امین الدین «سعیدی»  
مدیر مرکز مطالعات ستراتیژیکی افغان و  
مسؤل مرکز فرهنگی حق لاره - جرمنی  
درس ارتباطی: بریننا لیک:

[saidafghani@hotmail.com](mailto:saidafghani@hotmail.com)