



تأثیر رمضان بر سبک زندگی روزه داران / فلسفه روزه تقوا است

یک قرآن پژوه با تشریح اثرات روزه داری بر فرد و اجتماع گفت: در این ماه همه راه ها برای بندگان باز شده تا به خدا نزدیک شوند و تقوا حاصل کنند و روزه نباید فقط شکم روزه باشد بلکه باید روزه در فکر و ذهن و تخیلات و توهمات نفسانی هم باشد.

یک قرآن پژوه با تشریح اثرات روزه داری بر فرد و اجتماع گفت: در این ماه همه راه ها برای بندگان باز شده تا به خدا نزدیک شوند و تقوا حاصل کنند و روزه نباید فقط شکم روزه باشد بلکه باید روزه در فکر و ذهن و تخیلات و توهمات نفسانی هم باشد. حجت الاسلام مهدی رستم نژاد، عضو هیئت علمی جامعه المصطفی (ع) العالمية در گفتگو با خبرنگار مهر در مورد نقش ماه رمضان در تغییر سبک زندگی و حرکت به سوی سبک زندگی اسلامی گفت: ماه رمضان، ماه تربیت انسان است. هم ماه نزول قرآن است و قرآن کتاب هدایت انسان است و هم ماه روزه است. فلسفه و حکمت روزه هم برای رسیدن به تقوای الهی است. تقوا همان تربیت است. اگر انسان تربیت شود با توجه به اینکه هم عنصر فرهنگی آن، قرآن در این ماه نازل شده و هم عنصر عملی آن، روزه در این ماه واجب شده است، به علاوه آنچه که از شئون این دو است از تدبیر در قرآن، از سحرهایش و از دعاهایش، همه اینها را وقتی نگاه می کنیم می بینیم نتیجه اش تربیت انسان است.

وی افزود: نتیجه تربیت انسان هم در زندگی و زیستن و سبک زندگی انسان خود را نشان می دهد. فلسفه روزه تقوا است. خدا می فرماید «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ» تقوا برای خودش گستره میدانی وسیعی دارد. از تقوای سیاسی و خانوادگی و فرهنگی گرفته تا تمام شئون، تقوای عبادی و الهی را فرا می گیرد.

این محقق و نویسنده تصریح کرد: در بحث هابیل و قابیل قرآن نقل می کند که برادری برادر دیگرش را می کشد برادر دیگر (هابیل) در مقابلش می گوید «قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ» هابیل و قابیل هردو قربانی ای برای خدا کشتند که فقط از هابیل پذیرفته شد. هابیل گفت خدا از اهل تقوا پی پذیرد و اگر قربانی تو پذیرفته نشد برای اینکه بی تقوا هستی.

وی تأکید کرد: همان آدم بی تقوا دست به قتل زد، اما آدم با تقوا (هابیل) گفت «لئن بَسَطْتَ إِلَيَّ يَدَكَ لَيَقْتُلَنِي مَا أَنَا بِبَاسِطٍ يَدَيَّ إِلَيْكَ لِأَقْتُلَكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ» یعنی هابیل گفت اگر تو می خواهی مرا بکشی من دستم را به دست تو می دهم اما من چنین قصدی (قصد کشتن تو) را ندارم. یعنی این تقوای اوست که به زندگی او سبک و روش می دهد. زندگی او را روشمند می کند. این زندگی، زندگی قرآنی است. همه جا همینطور است. تقوا اگر بیاید در بازار، در اداره، در خانه و در همسایه داری و رعایت حقوق دیگران خودش را نشان می دهد. یعنی دقیقاً تقوا آن خمیر مایه ای است که سبک زندگی انسان را می سازد.

رستم نژاد عنوان کرد: اگر انسان تقوا داشت در همه شئون زندگی خود، خودش را نشان می دهد به او امر می کند که در چه مسیری قدم بگذارد و از چه راهی برگردد و پرهیز کند. بنابراین نقش روزه داری نقش مثبتی است.

وی در مورد اینکه چگونه می توان این تغییرات مثبت را بعد از ماه رمضان هم در طول سال حفظ کرد و از دست نداد هم افزود: حفظ سرمایه به چند چیز است. یکی آنکه آن کسی که آن سرمایه را به دست آورده اولاً قیمت و ارزش آن سرمایه را بشناسد. انسانی که گوهرشناس نباشد خیلی راحت گوهرش را در اختیار دیگران و حتی سارقان قرار می دهد. زیرا ارزشش را نمی داند. اولاً شناخت سرمایه خیلی مهم است. اینکه چه چیزی به دست آوریم. این که حالا بعد از اینکه فهمیدیم این گوهر، نفیس و ارزشمند است. برای حفظ آن تلاش می کنیم یعنی این دیگر در اختیار بشر است. این سوخت چراغ برای طی مسیر در نظر دارد در واقع برای ادامه راه نیاز به آن داریم.

این قرآن پژوه تصریح کرد: حالا بعد از ماه رمضان بیاییم تمام آنچه را که جمع کرده ایم با یک مثلاً خطای فاحش همه را از دست بدهیم. بنابراین معلوم است که من نه اولاً شناختی از قیمت این کالایی که به دست آورده ام دارم و نه حفظش کردم. حفظ آن با خودم بود یعنی به اراده خودم بستگی دارد به ترک و پرهیز خودم بستگی دارد به حفظ نفس بستگی دارد. در واقع ماه رمضان تمرین تقویت اراده است. وقتی که اراده تقویت شد باید با قوت این راه را ادامه بدهم. تمرین ماه عبادت برای تحکیم تقوا است. وقتی تقوا حاصل شد باید مراقب باشم که از آن محافظت کنم و آن را در حراجی و در معرض شیطان و وسوسه های نفسانی قرار ندهم. همه اینها می تواند آسیبی برای تقوا باشد. گاهی مثلاً بعضی ها با ارتباط برقرار کردن با افراد ناشایستی به راحتی آن سرمایه را از دست می دهند؛ یا با رفتن به اماکن ناشایست، این سرمایه شان را از دست می دهند. بنابراین ادامه کار با ما است. ما هستیم که باید محافظ آنچه که به دست آورده ایم باشیم.

رستم نژاد در مورد اینکه نقش روزه داری و سایر اعمال ماه رمضان در تهذیب نفس و خویشتن داری چیست، چگونه می توان از این فرصت برای خویشتن داری و بالا بردن تقوای الهی استفاده کرد هم یادآور شد: بنا بر روایات در این ماه در جهنم بسته است و در بهشت باز است و دست و پای شیطان غل و زنجیر است. این مسئله لطف خداست خداوند دروازه رحمتش را بر روی همه باز کرده که خاص و عام فرقی ندارند، به همه داده است. آنچه را که مهم است این است که با روزه تقویت می شویم. تقوا را در خودمان پرورش می دهیم. هر کس به تناسب و به اندازه ای که از روزه دریافت می کند همان اندازه تقوا تحصیل می کند. حالا یکی مختصری تقوا حاصل می کند یکی عمیقتر، یکی تقوای خواص است یکی تقوای عوام است. یعنی یکی مقداری تقوا کسب می کند و یکی در حد اعلی تقوا حاصل می کند.

وی تأکید کرد: خود روزه داری راه تهذیب نفس است، منتها روزه داری معنای ساده اش همین نخوردن است. باید روزه اعضا و

جوارح هم داشته باشیم. چشم، زبان، گوش و بالاتر از همه دلها و قلبها یمان هم باید روزه باشند. در واقع روح و روان انسان باید روزه دار باشد. همه اینها آن تناسب تقوایی که می خواهیم به دست آوریم را بالاتر می برد و آن مراتب ارزشمند تر می کند. این قرآن پژوه تصریح کرد: برخی ها به قول امیرالمومنین(ع) از روزه فقط گرسنگی و تشنگی و شب بیداری را می برند و هیچ سود دیگری از این ماه نمی برند. یعنی تقوا در روح و جسمشان رسوخ پیدا نمی کند. راه تهذیب نفس روزه اخص الخواص گرفتن است یعنی فقط شکم روزه نباشد بلکه روزه در فکر و ذهن و تخیلات و توهّمات نفسانی هم باشد. اگر این مرتبه حاصل شود مراتب تقوا طبعاً بالاتر و قویتر می رود و گذشته از اینها راه دیگری برای تهذیب نفس، تدبر در قرآن و انس با قرآن است. این محقق و پژوهشگر قرآنی بیان داشت: راه دیگر دعا کردن است. انس با قرآن یک طرف مسئله است، قرآن کلام خداست که ما زمزمه می کنیم مسئله دیگر کلام ما در مناجات با خدا است. یعنی به وسیله دعا ما هم با خدا صحبت می کنیم و از طریق دعا به خدا نزدیک می شویم. رمضان ماه دعا است بنابراین همه راه ها برای بندگان باز شده تا به خدا نزدیک شوند و تقوا حاصل کنند.