



آداب زندگی و مراقبت‌های ماه مبارک رمضان باید چگونه باشد؟

آداب زندگی و مراقبت‌های ماه مبارک رمضان باید چگونه باشد؟

پاسخ: جایگاه ماه خدا با الهام از خطبه شعبانیه رسول اکرم(ص) از قرار زیر است:

پیامبر بزرگوار اسلام(صلی الله علیه و آله) در بخشی از خطبه خویش به آداب معاشرت پرداخته و روزه داران را برای به کارگیری این آداب سفارش کرده است. آن حضرت با ارائه راهکارهای حیاتی، اهل ایمان را به سوی سلوک برتر هدایت می کند. برخی از این راهکارها عبارت اند از:

الف . حُسن خلق

آن حضرت می فرماید: «وَمَنْ حَسَنَ مِنْكَ فِي هَذَا الشَّهْرِ خَلَقَهُ كَانَتْ لَهُ جَوَازًا عَلَى الصَّوْمِ يَوْمَ تَزُلُّ فِيهِ الْأَقْدَامُ»(۱) هر کس از شما در این ماه، اخلاق خود را نیکو گرداند، خداوند متعال برای او جواز عبور از پل صراط را - آن روز که گامها می لغزد - صادر می کند.»

اهمیت این سخن زمانی روشن می شود که دقت کنیم انسان روزه دار گاهی در اثر تشنگی و گرسنگی طاقت خود را از دست می دهد و در نتیجه توان کمتری در مقابل ناهنجاریهای روحی و اجتماعی خواهد داشت؛ به ویژه آنکه در هوای گرم روزه بگیرد و در اثر شب زنده داری و سحرخیزی در شبهای ماه رمضان بی خوابی کشیده باشد.

چنین فردی اگر عنان صبر را از دست بدهد، در مقابل کوچک ترین ناملایمات عصبانی می شود و با دیگران برخورد ناشایستی خواهد داشت. این چنین رسول خدا صلی الله علیه و آله در تکمیل گفتار عزت بخش خویش می فرماید: « وَ مَنْ كَفَّ فِيهِ شَرُّهُ كَفَّ اللَّهُ عَنْهُ غَضَبُهُ يَوْمَ يَلْقَاهُ»(۲) و هر کس در این ماه، شر [و خشم] خود را از مردم باز دارد، خداوند در روز ملاقاتش غضب خود را از وی بازخواهد داشت.»

ب. احسان و افطار

از دیگر اوصاف روزه داران راستین که در کلام پیامبر صلی الله علیه و آله بر آن تأکید شده است، افطار دادن به روزه داران می باشد. آن حضرت در این باره فرمود: «مَنْ فَطَّرَ مِنْكَ مُؤْمِنًا صَائِمًا فِي هَذَا الشَّهْرِ كَانَتْ لَهُ بِذَلِكَ عِنْدَ اللَّهِ عِتْقٌ رَقَبَةٍ وَ مَغْفِرَةٌ لِمَا مَضَى مِنْ ذُنُوبِهِ»(۳) هر کس از شما در این ماه مؤمن روزه داری را افطار دهد ، برای او نزد خداوند پاداش آزاد ساختن یک برده و آمرزش همه گناهان گذشته منظور خواهد شد.»

ج. رسیدگی به نیازمندان

ماه مبارک رمضان زمینه ای آماده می کند که دلهای پروا پیشه به سوی نیازهای اساسی جامعه سوق داده شوند. اگر یک انسان روزه دار بعد از نمازهای واجب، دعای روزانه ماه رمضان را بخواند که «اللَّهُمَّ أَغْنِ كُلَّ فَقِيرٍ، اللَّهُمَّ اشْبِعْ كُلَّ جَائِعٍ، اللَّهُمَّ اكْسُ كُلَّ غَرِيْبٍ، اللَّهُمَّ اقْضِ دَيْنَ كُلِّ مَدِينٍ»(۴) اما هرگز در اندیشه یاری به ضعفاء و مستمندان نباشد، روزه و دعا و اعمال او چه ارزشی خواهد داشت! به همین جهت ، پیامبر دور اندیش جهان اسلام صلی الله علیه و آله ماه رمضان را زمانی مناسب برای فقر زدایی، رفع کمبودها و رسیدگی به فقراء مسلمین می داند و در خطبه شعبانیه می فرماید: «تَصَدَّقُوا عَلَى فَقَرَائِكُمْ وَ مَسَاكِينِكُمْ»(۵) بر فقیران و ضعیفان خود احسان و تصدق کنید.»

د. احترام به بزرگان و تکریم کودکان

پیامبر اکرم(ص) در این خطبه فرمود: «وَقَرُّوا كِبَارَكُمْ وَ ارْحَمُوا صِغَارَكُمْ»(۶) به بزرگانان احترام بگذارید و به کوچکترهایتان مهر بورزید.» از آموزه های با برکت فرهنگ اسلامی تعظیم بزرگسالان و افراد مسن جامعه است. از منظر پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله بزرگترها و سالمندان، سرمایه های ارزشمندی محسوب می شوند که علاوه بر انتقال میراث و تجربه نسل گذشته به نسل آینده، خود سمبل عمری زحمت و تلاش و فداکاری هستند. هم چنین مهرورزی به اطفال و بذل عاطفه و محبت به کودکان آثار گران قدری در تربیت نسل جدید دارد که در مباحث تربیتی مفصل به آن پرداخته می شود.(۷)

هـ. صله رحم و دیدار با خویشاوندان

دیدار خویشاوندان و اطلاع یافتن از زندگی آنان، در تحکیم روابط و ازدیاد محبت تأثیر به سزایی دارد. افزون بر آن، از منظر روایات اسلامی صله رحم در آسان شدن حساب روز قیامت، تزکیه اعمال، زیاد شدن روزی، دفع بلا، طول عمر و شادابی در زندگی مؤثر است. به همین جهت، رسول خدا صلی الله علیه و آله در خطبه شعبانیه می فرماید: «هر کس در ماه رمضان صله رحم کند، خداوند متعال رحمت خود را در روز قیامت شامل او خواهد کرد و هر کس قطع رحم کند، خداوند متعال رحمت خود را از او قطع خواهد کرد.»

و. یتیم نوازی و ضعیف پروری

پیامبر خدا فرمود: « وَ مَنْ أَكْرَمَ فِيهِ يَتِيمًا أَكْرَمَهُ اللَّهُ يَوْمَ يَلْقَاهُ»(۸) هر کس در ماه رمضان یتیمی را تکریم [و به امور او رسیدگی] کند، خداوند در روز قیامت او را مورد تکریم قرار خواهد داد.» و فرمود: «وَمَنْ حَقَّقَ فِي هَذَا الشَّهْرِ عَمَّا مَلَكَتْ يَمِينُهُ حَقَّقَ اللَّهُ عَلَيْهِ حِسَابَهُ»(۹) هر کس از شما در این ماه بر زیر دستانش آسان بگیرد، خداوند متعال نیز در حساب رسی بر او آسان خواهد گرفت.»

پی نوشتها:

۱. خطبه شعبانیه پیامبر اکرم(ص).

۲. همان.

۳. امالی، شیخ صدوق، ترجمه کمره ای، انتشارات کتابخانه اسلامی، ۱۳۶۲ ش، ص ۹۳.

۴. مجلسی، بحارالانوار، دار احیاء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق. ج ۹۵، ص ۱۲۰، ح ۴.

۵. امالی، شیخ صدوق، ترجمه کمره ای، انتشارات کتابخانه اسلامی، ۱۳۶۲ ش، ص ۹۳.

۶. همان.

۷. به کتاب «تربیت در سیره امام مجتبی علیه السلام» مراجعه شود.

۸. امالی، شیخ صدوق، ترجمه کمره ای، انتشارات کتابخانه اسلامی، ۱۳۶۲ ش، ص ۹۳.

