



کارکردهای ماه صیام از منظر اخلاقی و اجتماعی

تمرین مهربانی در روزهای رخصانی

مریم تریابی

یک سال گذشت و خدا توفیقی نصیبمان کرد که دوباره ماه مبارک رمضان را ببینیم. ماه شنبین رینا و نوشستن پای سفره افطار و بیدار شدن به هنگام سحر برای لحظات ناب سحری. ماه روزه گرفتن و نخوردن و نیاشامیدن از اذان صبح تا اذان مغرب. ماه انجام اعمال نیکو و تقوای پیشگی. ماه برپایی

دلدادگی در محضر معبود

تعریف عموم مردم از روزه‌داری همان است که از صبح تا غروب در خوردن و آشامیدن امساک کنیم. به عبارتی دیگر یک دقت و حساسیتی هم در خوردن و آشامیدن‌ها انجام دهند و هم در اخلاقیات حداقل‌ها را رعایت کنند. اما در تعاریف دینی، روزه‌داری به سه قسمت تقسیم می‌شود: روزه‌داری عام، روزه‌داری خاص و روزه‌داری خاص می‌شود. در تعریف دینی روزه‌داری هم معنای زیباتری پیدای می‌کند. هم تجلی آن در جامعه و اثر گذاری آن متفاوت می‌شود. به این معنا که وقتی فردی روزه به معنای عام آن را می‌گیرد یعنی همان امساک در خوردن و آشامیدن است. نوع دوم از روزه‌داری، روزه‌داری خاص است که یک مرتبه بالاتر از روزه‌داری عام است. در این روزه‌داری چشم، قلب و گوش انسان از انجام هر عمل حرام باز داشته می‌شود، به عبارتی انسان ترک معاصی می‌کند و گناه انجام نمی‌دهد، اما روزه‌داری خاص‌الخاص روزه‌داری‌ای است که انسان خودش را در محضر خدا می‌بیند. طبیعتاً این مرتبه از روزه‌داری خیلی ویژه است که مربوط به شخصیت‌های خاص می‌شود. این مرتبه از روزه‌داری نیازمند استناد، کلاس، تمرین و سیر و سلوک است، که طبیعتاً اگر کسی در طول سال تمرین بسیار داشته باشد در ماه رمضان به این روزه‌داری خاص‌الخاص می‌رسد.

روزه‌داری، فلسفه‌ای به وسعت جامعه

برای فلسفه روزه‌داری تعریفی به این مضمون در قرآن داریم که **لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ**، یعنی شماروزه بگیرید تا پاک شوید یا روزه بگیرید که پرهیزگار شوید و روزه بگیرید که گناه نکنید. این فلسفه عمومی روزه است ولی فلسفه فشنگ‌تر

آن اثرات اجتماعی، اقتصادی و سیاسی روزه‌داری در پیکره جامعه است که می‌تواند ماه رمضان را برای مردم زیباتر و دلنشین‌تر به تصویر بکشد. مثلاً من در نگاهم و گفتارم تقوا را مد نظر قرار دهم و این تقوای بعد اجتماعی پیدا کند و در جامعه نمود عینی داشته باشد. فرض کنیم من از چراغ فرمز رد نشوم نه برای اینکه پلیس هست و من را جریمه می‌کند بلکه برای اینکه تقوای الهی باعث شود من کار خلاف و گناهی انجام ندهم و این تقوا مانع من باشد.

اگر روزه‌داری در همان مرتبه خاص باشد مردم سعی خواهند کرد که مرتکب گناه نشوند. در این حالت ماه رمضان ماهی می‌شود که مردم آرزو می‌کنند تمام نشود، چرا که ملاک آن صرفاً تحمل و ریاضت کشیدن در برابر خوردن و آشامیدن نیست بلکه زیبایی‌های دیگر مد نظر است که می‌تواند در زندگی اجتماعی بسیار اثر گذار باشد. مردم می‌توانند در این ماه با تمرین بسیار سعی کنند رافت و مودت اجتماعی در جامعه توسعه پیدا کند.

سفره‌هایی خالی از معنویت

یکی از دلایل سفره‌های افطاری پر رزق و برزق و بریز و بیش‌های تجمل گونه این است که ما در این سفره‌ها خدا را نمی‌بینیم و تنها به فکر خودنمایی برای دل خودمان هستیم. دوست داریم از این طریق خود را به دیگران نشان دهیم. این‌گونه زیبایی‌ها و معنویت ماه خدا را نشان ندهیم. در این سفره‌ها و افطاری‌ها گاهی اوقات دنبال آن هستیم که داشته‌ها و قدرت مالی خود را به رخ هم بکشیم و در این حالت است که افطاری‌ها زیبایی خود را از دست می‌دهد. بد نیست کمی به اصالت خود برگردیم. قرار است ماه مبارک رمضان ماه بازگشت به خویشنت باشد. طبیعتاً

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۸۴۷۱

سبک خودسازی

رمضان، فرصتی برای بازسازی اخلاقی

تقوا پیشنه می‌کنیم تا به آرامش برسیم

■ معجدفراهانی

ساعت ۹ صبح شده بود. تقریباً حدود یک ساعت ونیم بود که یک ریز حرف می‌زد. داشتم کلافه می‌شدم و سعی کردم که با روش‌های معمول و غیر کلامی بهش برسانم که حرف زدن را تمام کند و دیگر ادامه ندهد. اما هیچ تأثیری نداشت. دقیقاً از ساعت ۷/۵ که جلوی ساعت‌زنی محسن را دیدم تا ساعت ۰۹، در مورد همکاری‌هایی که می‌شناختم و نمی‌شناختم انواع و اقسام حرف‌ها را زده بود و غیبت می‌کرد و تمام سعی خود را می‌کرد من را هم وارد بازی خود کند. صحبت‌های محسن به اینجا ختم نشد و وارد فاز جدیدی شد. در این مرحله گزارش‌ها و نقطه نظرات دیگران در مورد من را آغاز کرد. دیگر نمی‌توانستم تحمل کنم که سخن‌چینی آقامحسن را بشنوم. بعد از تذکر در مورد کارهای زشتی که انجام داده بود اتاق را به نشانه اعتراض ترک کردم. شاید شما هم در طول روز با این دست آدم‌ها زیاد برخورد کنید. این آدم‌ها آتش‌افروزی، خبرچینی و غیبت را در جامعه نهادینه می‌کنند. یادمان رفته است که پرهیزگاری و تقوای رعایت اخلاقیات و حساس بودن به کوچک‌ترین نکته‌های اخلاقی است. حالاکه خداوند متعال یکبار دیگر فرصت داده است تا ماه مبارک رمضان را تجربه کنیم بد نیست به فکر تزکیه نفس باشیم و به بازسازی اخلاقی خود بپردازیم.

■ تقوا، یعنی آرامش جامعه

جامعه‌ای که در مسیر تقوا حرکت می‌کند، فضای زندگی آن جامعه، فضایی سالم و محبت آمیز، همراه با تعاون و همکاری بین احاد جامعه است. وقتی یاد بگیریم اخلاقیات را سرلوحه زندگی شخصی و اجتماعی خود قرار دهیم مسلماً هم آرامش درونی را تجربه خواهیم کرد و هم آرامش و آسایش را به همنوعان خود هدیه می‌دهیم.

خیلی از دعوها و دلخوری‌هایی که در میان افراد جامعه دیده می‌شود و به کدورت‌ها و کینه‌های شتری تبدیل می‌شود به دلیل این است که برخی از مسائل اخلاقی را کوچک به حساب می‌آوریم. شاید به نظر برخی افراد از پس غیبت کردن اتفاقی نمی‌افتد و به کسی هم بر نمی‌خورد، اما بد گفتن پشت کسی که غایب است و توان دفاع از خود را ندارد باعث می‌شود دید افراد دیگر به فرد غایب کم‌کم منفی شود و این یعنی شروع یک نفاق و کدورت میان دو نفر که می‌توانند به راحتی دوست باشند.

از این رو شروع ماه مبارک رمضان و ورود انسان‌ها به ضیافت الهی در بردارنده مفاهیم و نکات مهم گوناگونی است که توجه به آن برای تک‌تک انسان‌های مؤمن و متعهد لازم است. از جمله فلسفه‌ها و دلایل روزه‌داری در این ماه بر پرکت - بر طبق روایات و آیات

■ نقش اخلاقی و تربیتی روزه

فرزندان از زمان می‌توانند روزه‌دار خوبی باشند که ماه عنوان پدر و مادر و فرد روزه‌دار در رفتار خانوادگی با همسر و بچه‌ها بتولیم تصویر درستی از یک مسلمان واقعی را ترسیم کنیم. فرض کنیم فرزند من در آستانه سن روزه گرفتن است چه زمانی این فرزند می‌تواند از روزه‌داری لذت ببرد؟ مسلمان‌زمانی که ببیند مادر و پدرش موقع روزه‌داری رفتار و کردارشان بهتر می‌شود. احساس می‌کند مودت و مهریانی بچه‌ها به روزه‌داری بیشتر علاقه‌مند می‌شوند و عشق به روزه‌داری و ماه رمضان صدچندان می‌شود. مطمئن باشید این بچه‌ها وقتی ماه رمضان تمام شود منتظر خواهند بود ماه رمضان را دوباره ببینند زیرا احساس می‌کنند مودت بین اعضای خانواده بیشتر می‌شود. یکی از توصیه‌هایی که در اینجا باید کرد این است که خانواده‌ها بعد از روزه‌داری با در حد روزه‌داری مهر و محبت و مودت خانوادگی را در بین همدیگر بیشتر کنند و به این موضوع مهم توجه‌خاص داشته باشند.



دقت کرده‌اید برای یک مهمانی مهم که می‌خواهیم برویم لباس‌های متعدد را می‌پوشیم ببینیم کدام مناسب‌تر است. در واقع تمرین

می‌کنیم که چه بپوشیم و حتی چه چیزی را بیان کنیم و چگونه رفتار کنیم. ماه رمضان هم فرصتی مناسب برای تمرین خوب بودن و باتقوا بودن است. فرصتی که گاهی اینقدر درگیر صرفاً نخوردن و نیاشامیدن می‌شویم که فراموش می‌کنیم اصل و ذات روزه‌داری همان گسترش تقوا و اخلاقیات است.

سفرش‌های دینی ما در ماه مبارک رمضان، همگان را به تقوا، صله رحم و گردهمایی دعوت می‌کند تا امت مسلمان، همدل و هم‌جهت به‌سوی تکامل خود و جامعه خویش گام بردارند و نیک می‌دانیم که روزه‌داری باعث بهبود روابط افراد جامعه و کاهش ملموس آسیب‌های اجتماعی می‌شود.

یادمان نرود که ما با روزه‌داری صفات مثبت صبر و استقامت را در شخصیت خود درونی می‌کنیم و از همه مهم‌تر نباید فراموش کنیم که وقتی ۳۰ روز در برابر گرسنگی مقاومت می‌کنیم باید تمرین کنیم که گناهانی مثل غیبت، دروغ، سخن‌چینی و خیلی گناهان دیگر که همه از آن خبر داریم را در این ایام مبارک ترک کنیم و سیری نفوذناپذیر در برابر گناهان برای خود بسازیم.

با استناد به آیه ۱۸۳ سوره بقره که خداوند در آن می‌فرماید: «خداوند به عنوان قانون بر شما روزه را نگاشت و حکم کرد چنان‌که بر کسانی که پیش از شما بودند این حکم نوشته شده تا شاید شما تقوا پیشه کنید.» به این نکته خواهیم رسید که تقوا علت اصلی روزه است.

بنابراین لازم است که ماه مبارک رمضان را ساده از دست ندهیم. ساده از کنار فرصتی عظیم که خداوند برای ما فراهم نموده است گذریم. بدین‌های این اردوی چند روزه فرصتی برای آموگی بیشتر و بازسازی افکار و اعمالی است که از روی عادت به آنها دچار هستیم.

روزه‌داری زندگی پرآرمدی است برای اینکه تقوا، درون‌زندگی شخصی و اجتماعی خود ریشه‌دار کنیم.



و حتی چه چیزی را بیان کنیم و چگونه رفتار کنیم. ماه رمضان هم فرصتی مناسب برای تمرین خوب بودن و باتقوا بودن است. فرصتی که گاهی اینقدر درگیر صرفاً نخوردن و نیاشامیدن می‌شویم که فراموش می‌کنیم اصل و ذات روزه‌داری همان گسترش تقوا و اخلاقیات است.

سفرش‌های دینی ما در ماه مبارک رمضان، همگان را به تقوا، صله رحم و گردهمایی دعوت می‌کند تا امت مسلمان، همدل و هم‌جهت به‌سوی تکامل خود و جامعه خویش گام بردارند و نیک می‌دانیم که روزه‌داری باعث بهبود روابط افراد جامعه و کاهش ملموس آسیب‌های اجتماعی می‌شود. یادمان نرود که ما با روزه‌داری صفات مثبت صبر و استقامت را در شخصیت خود درونی می‌کنیم و از همه مهم‌تر نباید فراموش کنیم که وقتی ۳۰ روز در برابر گرسنگی مقاومت می‌کنیم باید تمرین کنیم که گناهانی مثل غیبت، دروغ، سخن‌چینی و خیلی گناهان دیگر که همه از آن خبر داریم را در این ایام مبارک ترک کنیم و سیری نفوذناپذیر در برابر گناهان برای خود بسازیم.

با استناد به آیه ۱۸۳ سوره بقره که خداوند در آن می‌فرماید: «خداوند به عنوان قانون بر شما روزه را نگاشت و حکم کرد چنان‌که بر کسانی که پیش از شما بودند این حکم نوشته شده تا شاید شما تقوا پیشه کنید.» به این نکته خواهیم رسید که تقوا علت اصلی روزه است. بنابراین لازم است که ماه مبارک رمضان را ساده از دست ندهیم. ساده از کنار فرصتی عظیم که خداوند برای ما فراهم نموده است گذریم. بدین‌های این اردوی چند روزه فرصتی برای آموگی بیشتر و بازسازی افکار و اعمالی است که از روی عادت به آنها دچار هستیم.

روزه‌داری زندگی پرآرمدی است برای اینکه تقوا، درون‌زندگی شخصی و اجتماعی خود ریشه‌دار کنیم.