

آثار روزه در قرآن کریم

۱- تقوا پیشگی

البقرة: ۱۸۳ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (۱۸۳)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، روزه بر شما نوشته و مقرر شده همان گونه که بر کسانی که پیش از شما بودند مقرر شد، شاید (روحتان نیرومند شود و از هواهای نفسانی) پرهیز کنید.

تقوا، به معنای خویشتن داری از گناه است. بیشتر گناهان، از دو ریشه غضب و شهوت سرچشمه می‌گیرند و روزه، جلوی تندیه‌های این دو غریزه را می‌گیرد و لذا سبب کاهش فساد و افزایش تقواست. تفسیر نور، ج ۱، ص: ۲۸۱

آثار و برکات روزه تقوا و خداترسی، در ظاهر و باطن، مهم‌ترین اثر روزه است. روزه، یگانه عبادت مخفی است. نماز، حج، جهاد، زکات و خمس را مردم می‌بینند، اما روزه دیدنی نیست. روزه، اراده انسان را تقویت می‌کند. کسی که یک ماه نان و آب و همسر خود را کنار گذاشت، می‌تواند نسبت به مال و ناموس دیگران خود را کنترل کند. روزه، باعث تقویت عاطفه است. کسی که یک ماه مزه‌ی گرسنگی را چشید، درد آشنا می‌شود و رنج گرسنگان را احساس و درک می‌کند. رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله‌فرمودند: روزه، نصف صبر است. روزه‌ی مردمان عادی، همان خودداری از نان و آب و همسر است، اما در روزه خواص علاوه بر اجتناب از مفطرات، اجتناب از گناهان نیز لازم است، و روزه‌ی خاص‌الخاص علاوه بر اجتناب از مفطرات و پرهیز از گناهان، خالی بودن دل از غیر خداست. روزه، انسان را شبیه فرشتگان می‌کند، فرشتگانی که از خوردن و آشامیدن و شهوت دورند. تفسیر نور، ج ۱، ص: ۲۸۱

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ یعنی کسی که با نیت خالص روزه بگیرد باید امید داشته باشد که به تقوا و پرهیز و دوری از هر چیزی که به جسم و جان و روح و دین و ایمان و دنیا و آخرت ضرر میزند

۲- جبران خسارت اخلاقی و معنوی

النساء: ۹۲ وَ مَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ أَنْ يُقْتَلَ إِلاَّ خَطَاً وَ مَنْ قَتَلَ مُؤْمِنًا خَطَاً فَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مُؤْمِنَةٍ وَ ذِيَّةٌ مُّسَلَّمَةٌ إِلَىٰ أَهْلِهَا إِلاَّ أَنْ يَصَّدَّقُوا فَإِنْ كَانَ مِنْ قَوْمٍ عَدُوٍّ لَكُمْ وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مُؤْمِنَةٍ وَ إِنْ كَانَ مِنْ قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَ بَيْنَهُمْ مِيثَاقٌ فَذِيَّةٌ مُّسَلَّمَةٌ إِلَىٰ أَهْلِهَا وَ تَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مُؤْمِنَةٍ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامٌ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ تَوْبَةً مِنَ اللَّهِ وَ كَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا (۹۲)

و هیچ مؤمنی را نزد و عقلا و شرعا روا نباشد که مؤمنی را بکشد مگر آنکه از روی اشتباه و خطا (خطای محض یا شبیه عمد) باشد. و هر کس مؤمنی را به خطا کشت بر اوست آزاد کردن برده‌ای مؤمن (به عنوان کفاره قتل) و خونیهایی که باید تسلیم خویشان مقتول شود، مگر آنکه آنها ببخشند. و اگر مقتول از گروهی باشد که دشمن شمایند و خود او مؤمن است پس واجب است آزاد کردن برده‌ای مؤمن (به عنوان کفاره، و خونیهی ندارد). و اگر از گروهی باشد که میان شما و آنان پیمانی (پیمان صلح یا ذمه) برقرار است باید خونیهایی او تسلیم خویشانش شود و برده‌ای مؤمن آزاد نماید، و کسی که (برده) نیابد باید دو ماه پیاپی روزه بگیرد. توبه‌ای است از جانب خداوند، و خداوند همواره دانا و حکیم است.

اسلام، به بعد ایمانی افراد تکیه دارد. آزاد کردن برده و پرداخت دیه، دیدنی است، ولی روزه گرفتن، دیدنی نیست و به این وسیله، انسان وجدان دینی و اخلاقی خود را جریمه می‌کند. "فصیام شهرین متتابعین" تفسیر نور، ج ۲، ص: ۱۳۲ روزه‌های پیاپی، وسیله‌ای برای پاکسازی روح است. و برای جبران خسارت اخلاقی و معنوی می‌باشد.

فَصِيَامُ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ تَوْبَةً مِنَ اللَّهِ

۳- روزه، زمینه‌ساز هدایت انسان و سپاسگزاری

البقرة: ۱۸۵ شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَ مَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَ لِتَكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَ لِتَكْبُرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَاكُمْ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ (۱۸۵)

ماه رمضان ماهی است که قرآن در آن فرو فرستاده شده که راهنمای مردم و دلایلی روشن از هدایت و جدایی (بین حق و باطل) است. پس کسی که در این ماه حاضر باشد (در وطن باشد) باید آن را روزه بدارد، و کسی که بیمار یا در سفر باشد تعدادی از روزه‌های دیگر (را به مقدار آنچه فوت شده روزه بدارد). خداوند برای شما آسانی می‌خواهد و برای شما دشواری نمی‌خواهد، و (می‌خواهد) تا شماره معین (سی روز) را تمام کنید و خدا را به پاس آنکه شما را هدایت نموده تکبیر گویند و بزرگ شمارید، و شاید سپاس گزارید.

فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ..... لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

۴- صبور و مقاوم شدن مردم با روزه گرفتن

المجادلة: ۴ فَمَن لَّمْ يَجِدْ فَصِيَامُ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ مِن قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسًا فَمَن لَّمْ يَسْتَطِعْ فَاِطْعَامُ سِتِّينَ مِسْكِينًا ذٰلِكَ لِتُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَ رَسُوْلِهِ وَ تِلْكَ حُدُوْدُ اللَّهِ وَ لِلْكَافِرِيْنَ عَذَابٌ اَلِيْمٌ (۴)

با روزه گرفتن، افراد را صبور و مقاوم می‌کند. "فصیام شهرین متتابعین" تفسیر نور، ج ۹، ص: ۵

۵- وسیله نزدیک شدن به خداوند

المائدة: ۳۵ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ ابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَ جَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (۳۵)

حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید: "بهترین وسیله‌ای که می‌توان با آن به خدا نزدیک شد، ایمان به خداوند و پیامبرش و جهاد در راه او و کلمه‌ی اخلاص و اقامه‌ی نماز و پرداخت زکات و روزه گرفتن ماه رمضان و حج و عمره و صله‌ی رحم و انفاق‌های پنهانی و آشکار و کارهای نیک است." تفسیر نور، ج ۲، ص: ۲۸۷

رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمودند: هرکس ماه رمضان را برای خدا روزه بدارد، تمام گناهانش بخشیده می‌شود. چنانکه در حدیث قدسی نیز آمده است که خداوند می‌فرماید: "الصوم لی و انا اجزی به" روزه برای من است و من آن را پاداش می‌دهم.

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ ... لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ