

اسرار روزہ

فاطمہ حاجی آبادی
سیدہ وحیدہ موسوی



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اسرار روزہ

تالیف:

فاطمہ حاجی آبادی

سیدہ وحیدہ موسوی



انتشارات موجک (ناشر دانشگاهی)



سرشناسه : حاجی آبادی، فاطمه، ۱۳۵۹-

عنوان و نام پدیدآور : اسرار روزه/ تالیف فاطمه حاجی آبادی، سیده وحیده موسوی.

مشخصات نشر : تهران: انتشارات موجک، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری : ۹۰ ص.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۴-۵۹۳-۱

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

موضوع : روزه (اسلام)

موضوع : Fasting-- Religious aspects-- Islam

موضوع : روزه

Fasting : موضوع

شناسه افزوده : موسوی، سیده وحیده، ۱۳۷۱-

شناسه افزوده : Mousavi, Seyyedah Vahida, ۱۹۹۲-

رده بندی کنگره : BP۱۸۸

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۳۵۴

شماره کتابشناسی ملی : ۹۲۲۱۴۴۵

اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

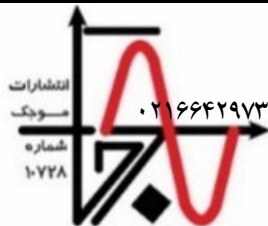
انتشارات موجک (ناشر دانشگاهی)

واتساپ : ۰۹۳۶۳۰۳۱۲۵۸ کانال: telegram.me/mojak1

تلفن مرکز پخش : ۰۲۶۳۲۷۰۵۳۱۸ - ۰۲۶۳۲۷۰۲۶۵۹ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳ - ۰۲۱۶۶۴۲۹۷۳۳

ایمیل : mojakpublication@yahoo.com

سایت : www.mojak.ir اینستاگرام: mojakpublication



عنوان : اسرار روزه

تالیف : فاطمه حاجی آبادی، سیده وحیده موسوی

مشخصات ظاهری : ۹۰ صفحه، قطع وزیری

چاپ اول : تابستان ۱۴۰۲، تیراژ : ۵۰۰ جلد

قیمت : ۱۵۴۰۰۰۰ ریال، شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۴-۵۹۳-۱

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشارات موجک محفوظ است. هیچ شخص حقیقی و حقوقی حق

چاپ و تکثیر این اثر را به هر شکل و صورت اعم از فتوکپی، چاپ کتاب و ... را ندارد. متخلفین به موجب

بند ۵ ماده قانون حمایت از ناشرین تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

پیش‌گفتار..... ۹

فصل اول: فواید و آثار روزه ۱۱

۱-۱ خودسازی و تزکیه نفس ۱۱

۲-۱ روزه..... ۱۲

۳-۱ اتمام روزه..... ۱۴

۴-۱ فواید جسمی روزه..... ۱۵

۵-۱ روزه و صبر..... ۱۷

۶-۱ روزه و قناعت ۱۸

۷-۱ همدردی با فقرا..... ۱۹

۸-۱ نظم و انضباط..... ۱۹

۹-۱ روزه و آمادگی برای دعا..... ۲۰

۱۰-۱ اهمیت فریضه روزه..... ۲۱

۱۱-۱ پیشینه روزه..... ۲۱

فصل دوم: فلسفه روزه ۲۳

۱-۲ تشریح فلسفه روزه..... ۲۳

۲-۲ دیدگاه ائمه (ع) در مقام تشریح روزه..... ۲۵

فصل سوم: روزه در ادیان مختلف ۳۱

- ۳-۱ آیا روزه منحصر به اسلام است؟ ۳۱
- ۳-۲ روزه در اسلام ۳۲

فصل چهارم: نقش روزه در روند تکاملی انسان ۳۵

- ۴-۱ روزه صیقل روح ۳۵
- ۴-۲ روزه عامل تقوی ۳۶
- ۴-۳ روزه عامل پرورش اراده ۳۷
- ۴-۴ روزه و کنترل اخلاقی ۳۸
- ۴-۵ روزه و توجه به خدا ۳۹

فصل پنجم: آثار و فواید روزه ۴۱

- ۵-۱ اجتماعی ۴۱
- ۵-۲ فردی ۴۴
- ۵-۳ تربیتی ۴۶

فصل ششم: اهمیت روزه در جهان پزشکی ۴۹

- ۶-۱ اهمیت روزه در پزشکی ۴۹
- ۶-۲ دکتر کارل و نظریه اش درباره روزه ۵۳
- ۶-۳ حکمت طبی روزه از دکتر تومانیانس ۵۳
- ۶-۴ اثر درمانی روزه از نظر دانشمند روسی ۵۴
- ۶-۵ روزه بهترین راه ریشه کن کردن سرطان ۵۴
- ۶-۶ موجبات سرطان و طریقه علاج آن چیست؟ ۵۵
- ۶-۷ ریاضت نفس برای چیست؟ ۵۶
- ۶-۸ روزه‌ی اسلام بزرگترین ضامن سلامتی تن می‌باشد ۵۶

فصل هفتم: روزه در قرآن و احادیث ۵۹

۱-۷ روزه در قرآن ۵۹

۲-۷ روزه در احادیث ۶۳

فصل هشتم: روزه داران نمونه ۶۷

۱-۸ روزه پیامبر (ص) و امیرالمومنین (ع) ۶۷

۲-۸ روزه‌ی امام حسین و امام زین العابدین (ع) ۶۷

۳-۸ روزه‌ی حضرت داود (ع) ۶۸

۴-۸ روش روزه داری حضرت سلیمان (ع) ۶۸

۵-۸ حضرت عیسی صائم الدهر بود ۶۸

۶-۸ نذر روزه تا ظهور حضرت بقیة الله (ع) ۶۹

۷-۸ داستان دو گروه بهشتی که از نظر عمل متفاوت بودند ۶۹

۸-۸ داستانی از روزه آیه الله العظمی بروجردی فقیه اهل بیت (ع) ۷۰

۹-۸ طنطاوی و شش سال روزه ۷۰

۱۰-۸ سیره یک فقیه بزرگوار نسبت به روزه ماه رمضان ۷۰

فصل نهم: آثار روزه از منظر احادیث ۷۵

۱-۹ آثار روزه ۷۵

۲-۹ فلسفه‌ی روزه ۷۶

۳-۹ مراحل روزه ۸۰

فصل دهم: جمع بندی ۸۳

منابع ۸۹

پیش‌گفتار

خوردن و آشامیدن از نیازهای اولیه بشر است و امری است عادی و طبیعی اما در همه‌ی ادیان الهی از جمله اسلام از دینداران خواسته شده که همه ساله در روزهای معین و مقرر با رعایت شرایط خاصی از خوردن و آشامیدن خودداری کنند و روزه بگیرند.

جای این سؤال باقی است که اصلاً روزه چیست؟ چرا باید روزه گرفت؟ آیا گرسنه یا تشنه ماندن ما تأثیری هم دارد؟ نتیجه و فایده‌ی این امر چیست؟

از آنجایی که «صوم» اصطلاح فقهی و عرفانی می‌باشد^۱ در لغت به معنای امساک است به طور مطلق و در عرف شریعت امساک مخصوص است از طعام و شراب و غیره از طلوع فجر تا مغرب و آن را فلسفه زیاد است و حسن بسیار که از جمله دل را صفا دهد و هواها را طرد کند و سبب تابش نور علم در دلها شود و این این صوم عام است؛ و صوم خاص آن است که مجموع قوی و اعضا را سالم نگهدارند و صوم خاص الخاص مخصوص مقربان درگاه است که علاوه بر آنها توجه دل است به حق و غیر را فراموش کردن.

و نیز عده‌ای گفته‌اند: «صومٌ ثلثه: صومُ الروح و صومُ العقل و صومُ النفس» چنانکه شاعر می‌فرماید:

از غیر دارم همه روز روزه هر شب کنم از عطای تو در یوزه
تا روزه من تو را قبول افتاده جان و دل من به روزه اند هر روزه

اما راغب اصفهانی در مفردات می‌گوید روزه بر دو گونه است «روزه حقیقی» که به معنی ترک غذا و آمیزش است و «روزه حکمی» که به معنی نگهداری اعضای بدن از گناهان است.^۲

^۱ فرهنگ معارف اسلامی، سید جعفر سجادی، ج ۲، ص ۱۱۳۹

^۲ تفسیر نمونه، ناصر مکارم شیرازی، ج ۲۴، ص ۲۷۹

بنابراین روزه گرفتن یعنی پیکار درونی جهت آماده شدن برای پیکارهای سخت بیرونی که ماه مبارک رمضان کلاس آموختن است و معلمانش همه پیامبران الهی از ابراهیم تا محمد (ص) و همه امامان شیعه از علی تا مهدی (عج) می‌باشند. و کتابش قرآن است کتابی که سخن خدای مردم است برای رهایی و نجاتشان از جهالت‌ها و غفلت‌ها و برانگیختن آنها به سوی اندیشه‌های آزاد و خودسازی. آری انسان با چنین امکاناتی می‌تواند با روزه داری خویش به مقامی برسد که خوابش عبادت، نفس و سکوتش، دعایش مستجاب، گناهانش بخشیده و جزای اعمالش مضاعف شود. البته ذکر این نکته لازم و ضروری است که روزه از نظر احادیث و روایات و نیز دیدگاه دانشمندان بررسی شده که در بخش‌های مربوطه خواهد آمد.

شیوه سازماندهی کتاب حاضر به صورت زیر می‌باشد.

فصل اول: فواید و آثار روزه

فصل دوم: فلسفه روزه

فصل سوم: روزه در ادیان مختلف

فصل چهارم: نقش روزه در روند تکاملی انسان

فصل پنجم: آثار و فواید روزه

فصل ششم: اهمیت روزه در جهان پزشکی

فصل هفتم: روزه در قرآن و احادیث

فصل هشتم: روزه داران نمونه

فصل نهم: آثار روزه از منظر احادیث

فصل دهم: جمع‌بندی

در پایان، بر خود لازم می‌دانیم که از همه عزیزان و بزرگوارانی که در مراحل گوناگون آماده سازی این کتاب ما را یاری نموده‌اند، صمیمانه تقدیر و تشکر نمائیم.

فاطمه حاجی آبادی، سیده وحیده موسوی

تابستان ۱۴۰۲

Secrets of Fasting

Fatemeh Hajiabadi

Seydeh Vahideh Mousavi

خوردن و آشامیدن از نیازهای اولیه بشر است و امری است عادی و طبیعی اما در همه‌ی ادیان الهی از جمله اسلام از دینداران خواسته شده که همه ساله در روزهای معین و مقرر با رعایت شرایط خاصی از خوردن و آشامیدن خودداری کنند و روزه بگیرند.

جای این سؤال باقی است که اصلاً روزه چیست؟ چرا باید روزه گرفت؟ آیا گرسنه یا تشنه ماندن ما تأثیری هم دارد؟ نتیجه و فایده‌ی این امر چیست؟

از آنجایی که «صوم» اصطلاح فقهی و عرفانی می‌باشد در لغت به معنای امساک است به طور مطلق و در عرف شریعت امساک مخصوص است از طعام و شراب و غیره از طلوع فجر تا مغرب و آن را فلسفه زیاد است و حسن بسیار که از جمله دل را صفا دهد و هواها را طرد کند و سبب تابش نور علم در دلها شود و این این صوم عام است؛ و صوم خاص آن است که مجموع قوی و اعضا را سالم نگهدارند و صوم خاص الخاص مخصوص مقربان درگاه است که علاوه بر آنها توجه دل است به حق و غیر را فراموش کردن.

