

پرهیزی ارزشمند در مسیر رستگاری

زندگی روزمره مملو از مسائلی است که انسان را درگیر می‌کند و او را از ذات اصلی خود به سمت گرفتاری‌های معمول زندگی می‌برد. اما خلقت انسان به گونه‌ای است که نمی‌تواند به صورت مداوم در این روزمرگی‌ها غرق شود و از اهداف والا چشم‌پوشد. خداوند چیزی را در وجود او به ودیعه نهاده که باعث می‌شود همواره به بهتر بودن و تعالی بیندیشد. در این میان عبادت‌های مذهبی راهی برای رهایی از موارد کم‌ارزش و پرداختن به اصل وجود خویش است. رمضان‌الکریم فرصتی مغتنم است تا در این باره تعمق بیشتری داشته باشیم و بهره‌لازم را از این اوقات طلایی ببریم.



دیدگاهی داشته‌ایم، خوب است که در ماه رمضان امسال، این رویه را متوقف کنیم و بانگاه درست به عبادت خویش بنگریم. برای بهتر زیستن هیچ وقت دیر نیست و در پناه اسلام که هزاران راه برای این بهبودی‌ها در نظر گرفته، می‌توان دوباره اندیشید و رویه‌های غلط را اصلاح کرد. در ماه رمضان که آرامش به روح تزریق می‌شود، می‌توان قصد کرد که محاسن حاصل از روزه را ادامه داد و در تمام زندگی روزگار جسم و جان بود. با تمرین و تکراری که در این ماه اتفاق می‌افتد، پیش زمینه درست رفتار کردن در بقیه سال فراهم می‌شود. فقط نیاز به انسانی هوشیار دارد که با مراقبت و اخلاص، سرمایه‌ای را که عبادت در ماه مبارک رمضان به او داده حفظ کند. پرهیز در ادبیات دینی آن قدر اهمیت دارد که بارها از جانب خداوند متعال بیان شده که او پرهیزکاران را دوست می‌دارد. آنجا که می‌توانی و انجام نمی‌دهی، یک پله صعود پیش رو است. معنویت نهفته در توصیه‌های ارزشمند دین، پرداختن صرف به زندگی مادی را از بین می‌برد. زندگی‌ای که در این قرن سرعت و تکنولوژی به سرعت روزها را از دست مای رباید و انسانی تهی به جامی گذارد. در این فرصت که با تعطیلات نوروزی نیز همراه شده، به خوبی می‌توان مذاقه و بررسی در زندگی را مقابل چشم نهاد و علف‌های هرز حاصل از زندگی مادی را هرس کرد. یادداشت کردن احوالات خود در این ایام که تعطیل هم هست و زمان به قدر کافی وجود دارد، کمک می‌کند تا واکاوی درون بهتر و مؤثرتر صورت گیرد. کلمات قدرتی دارند که می‌توانند مدام به انسان یادآوری کنند از کجا آمده و آمدنش بهر چه بوده. بعد از مدتی آنچه بر صفحه کاغذ نقش می‌بندد، ایمان و آرامشی است که از پس این دوران سخت و زیبا پدیدار شده است.

از طرفی در مورد تأثیرات روزه‌داری این هم گفته شده که درک فقر و گرسنگی و زندگی فقرا را پیش چشم آدمی می‌آورد و سویی‌های انسانی را در او بیدار می‌کند. زمانه ما ایجاب می‌کند که به این موضوع، پیگیرانه و جدی بیندیشیم. در شرایطی که اوضاع اقتصادی خوب نیست و معیشت مردم سخت تأمین می‌شود، اندیشیدن به آن‌ها و لزوم کمک‌رسانی به این قشر باید در نظر ما مهم جلوه کند.

روزه در فرهنگ ادیان مختلف جهان به عنوان عبادتی مؤثر گنجانده شده است. مکتب‌های بزرگ اعتقادی، از طریق انجام مناسک دینی پیروان خود را به پالودن نفس و پیوستن به مسیر رستگاری دعوت می‌کنند. اما رستگاری با روزه چه نسبتی دارد و چگونه باعث می‌شود دمی از زنجیرهای نفس اماره رها شویم. روزه گرفتن عبادتی ریاضت‌گونه است. پرهیز از خوردن و آشامیدن باعث می‌شود تا تن انسان دمی بیاساید و امکان تفکر را برای مغز فراهم کند. تفکری که انسان را متوجه ابعاد پنهان خود می‌کند و در نهایت او را به آرامشی دلپذیر می‌رساند. در روایتی از امام علی (ع) آمده که وقتی پیامبر (ص) در سفر معراج از خداوند درباره آثار روزه سؤال کرد، چنین پاسخ آمد: «روزه، حکمت به ارث می‌نهد و حکمت، معرفت و معرفت، یقین و چون بنده به یقین رسد، دیگر برایش اهمیتی ندارد که چگونه شب و روز خود را بگذراند؛ به سختی یا به آسانی.»

روزه روشی برای نزدیکی هرچه بیشتر به خداوند است؛ این را آموزه‌های مذهبی می‌گویند و تأکید می‌کنند که لازم است انسان زمان‌هایی از خور و خواب و خشم و شهوت جدا شود و به زودن زنگار از دل بپردازد. روزه‌داری شامل چند مرحله است؛ مرحله اول آن قطع خوردن و آشامیدن و لذت‌های دیگر در ساعات مشخصی از شبانه‌روز است. در این آغازین گام، بعد از چند روز حس سبکی و راحتی در بدن پدیدار می‌شود. همان چیزی که فرد را آماده می‌کند تا به مراحل دیگر برسد. در وهله دوم رسیدن به آرامش در لحظات افطار و سحر است. انسان در این دقایق به خود می‌اندیشد که توانسته بر نفس خویش غلبه کند و سختی‌ها را با موفقیت پشت سر بگذارد. مرحله بعدی در روزه‌داری فارغ شدن از ریاکاری و دروغ است. دهانی که به روی خوردن بسته می‌شود، کم‌کم دروغ را هم از خود می‌زداید؛ چراکه اندیشه انسان به او یادآوری می‌کند که باید در پس این سختی‌ها نتیجه مطلوبی باشد؛ پس با چیزهای ناروا و بی‌ارزش، گوهر آن را آلوده نکن. همین تلنگرهای روحی که انسان در طول روزه‌داری متوجه آن می‌شود، مسیر رسیدن به کمال را هموار می‌کند. بنابراین نباید به روزه همچون امری معمولی و از سر وظیفه نگاه کرد. اگر تاکنون چنین