

- چهارشنبه ۱۵ اسفند ۱۴۰۳**
- سال هفدهم - شماره ۳۰۷۹**

عضو هیئت علمی دانشگاه بوعلی سینا همدان:

رمضان؛ راهی برای بازگشت به توحید در دنیای پرشتاب

که زمین چیزی می‌کارد و محصول می‌دهد، انسان نیز در این دنیا باید نتیجه‌ای داشته باشد. اما این نتیجه چیست؟ آیا باید تنها باسوادتر، قدرتمندتر یا زیباتر شویم؟ خیر. نتیجه واقعی، رسیدن به مقام توحید است.

وی با اشاره به حدیث قدسی که در آن خداوند می‌فرماید «القوم لی و أنا اجزی به؛ روزه، مال من است و من پاداش روزه هستم توضیح داد؛ گرچه همه عبادات و بلکه همه مخلوقات، از آن من است، اما در حقیقت، مالک همه است، اما علت اینکه در این حدیث شریف فرمود روزه مال من است، ممکن است این باشد که روزه، ترک تمایلات درونی و طبیعی انسان است و (این مسئله با انگیزه و نیت اطاعت از خداوند هم در خلوت و تنهایی باید باشد و هم در جمع و جامعه) و چنین عملی ربابردار نیست، بنابراین وقتی فرموده من پاداش روزه‌دار هستم، این (من الهی) مخصوص کسانی است که تمام توجه‌شان به خداوند است. کسانی که به مرحله‌ای می‌رسند که غیر از خدا هیچ چیز برایشان اهمیت ندارد.

این استاد دانشگاه با این بیان که «پس باید از خودمان بیرسیم؛ آیا ما واقعاً در مسیر توحید هستیم یا خیر؟» سخنان خود را به پایان برد.

■ ماه رمضان و حفظ فرصت‌ها در دنیای مدرن

در خاتمه باید گفت؛ ماه رمضان، فرصتی است برای بازنگری در خود و نزدیکی به خداوند. در دنیای مدرن که زندگی روزمره با سرعت و حواشی بی‌پایانش فرد را درگیر خود می‌کند، این ماه فرصتی است تا از شتاب‌زدگی‌ها فاصله بگیریم و با تمرکز بیشتر بر آهستگی بر جنبه‌های دیگر زندگی خود توجه کنیم. روزه‌داری، علاوه بر جنبه‌های فیزیکی، به معنای مهار نفس و کنترل تمایلات است که در دنیای پر از وسوسه‌های امروزی، این کار نه‌تنها نیاز به عزم راسخ دارد بلکه می‌تواند به ابزاری برای تسلط بر روح و فطرت انسانی تبدیل شود.

تلاوت قرآن، توجه به دعا، مراقبه و اصلاح رفتارها، یک نقطه عطف است که می‌توان به وسیله آن به اصل خود بازگشت و زندگی‌ای معنادارتر ساخت.

صحیح هدایت شوند. اگر کسی روزه بگیرد اما ذهن و فکرش پر از افکار ناپاک باشد، این روزه به کمال نمی‌رسد.

■ دعا‌های سحر؛ پلی به سوی خداست

وی در ادامه سخنان خود یکی از ویژگی‌های مهم ماه رمضان را تأکید بر دعا‌های سحر، مناجات خمس عشر، ابوحمزه ثمالی و... خواند و درباره اهمیت این دعاها گفت؛ افراد در وقت نورانی سحر نباید تنها به خوردن سحری اکتفا کنند. اگرچه بیداری سحر خودش یک فضیلت بزرگ است اما دعای سحر، یکی از نادرترین دعاهایی است که در آن، هیچ خواسته دنیوی یا اخروی وجود ندارد؛ بلکه فقط جلال و عظمت خداوند توصیف شده. حیف است انسان با آن مأنوس نشود.

■ ماه رمضان و حفظ فرصت‌ها در دنیای مدرن

در خاتمه باید گفت؛ ماه رمضان، فرصتی است برای بازنگری در خود و نزدیکی به خداوند. در دنیای مدرن که زندگی روزمره با سرعت و حواشی بی‌پایانش فرد را درگیر خود می‌کند، این ماه فرصتی است تا از شتاب‌زدگی‌ها فاصله بگیریم و با تمرکز بیشتر بر آهستگی بر جنبه‌های دیگر زندگی خود توجه کنیم. روزه‌داری، علاوه بر جنبه‌های فیزیکی، به معنای مهار نفس و کنترل تمایلات است که در دنیای پر از وسوسه‌های امروزی، این کار نه‌تنها نیاز به عزم راسخ دارد بلکه می‌تواند به ابزاری برای تسلط بر روح و فطرت انسانی تبدیل شود.

تلاوت قرآن، توجه به دعا، مراقبه و اصلاح رفتارها، یک نقطه عطف است که می‌توان به وسیله آن به اصل خود بازگشت و زندگی‌ای معنادارتر ساخت.

صحیح هدایت شوند. اگر کسی روزه بگیرد اما ذهن و فکرش پر از افکار ناپاک باشد، این روزه به کمال نمی‌رسد.

■ دعا‌های سحر؛ پلی به سوی خداست

وی در ادامه سخنان خود یکی از ویژگی‌های مهم ماه رمضان را تأکید بر دعا‌های سحر، مناجات خمس عشر، ابوحمزه ثمالی و... خواند و درباره اهمیت این دعاها گفت؛ افراد در وقت نورانی سحر نباید تنها به خوردن سحری اکتفا کنند. اگرچه بیداری سحر خودش یک فضیلت بزرگ است اما دعای سحر، یکی از نادرترین دعاهایی است که در آن، هیچ خواسته دنیوی یا اخروی وجود ندارد؛ بلکه فقط جلال و عظمت خداوند توصیف شده. حیف است انسان با آن مأنوس نشود.

این استاد دانشگاه با این بیان که «پس باید از خودمان بیرسیم؛ آیا ما واقعاً در مسیر توحید هستیم یا خیر؟» سخنان خود را به پایان برد.

صحیح هدایت شوند. اگر کسی روزه بگیرد اما ذهن و فکرش پر از افکار ناپاک باشد، این روزه به کمال نمی‌رسد.

■ دعا‌های سحر؛ پلی به سوی خداست

وی در ادامه سخنان خود یکی از ویژگی‌های مهم ماه رمضان را تأکید بر دعا‌های سحر، مناجات خمس عشر، ابوحمزه ثمالی و... خواند و درباره اهمیت این دعاها گفت؛ افراد در وقت نورانی سحر نباید تنها به خوردن سحری اکتفا کنند. اگرچه بیداری سحر خودش یک فضیلت بزرگ است اما دعای سحر، یکی از نادرترین دعاهایی است که در آن، هیچ خواسته دنیوی یا اخروی وجود ندارد؛ بلکه فقط جلال و عظمت خداوند توصیف شده. حیف است انسان با آن مأنوس نشود.

کنند.» اما دیگری گفت: «من به مسجد می‌روم تا خداوند از من پذیرایی کند.» فردای آن روز، آنکه به خانه آشنایانش رفته بود، سرحال و سیر اما دیگری که در مسجد مانده بود، شب را در گرسنگی گذرانده بود. در این هنگام، وحی آمد که من در گنجینه‌های خود گشتم و چیزی برتر از گرسنگی برای تو نیافتم.»

■ در دنیای مدرن و چالش‌هایی که هست چگونه از شب‌های رمضان، بیشترین بهره را ببریم؟

فریدونی در این باره نیز اظهار کرد؛ هر کاری که بخواهیم انجام دهیم، نیاز به شناخت و آگاهی دارد. همان‌طور که افراد قبل از انتخاب رشته دانشگاهی تحقیق می‌کنند، برای ورود به ماه رمضان نیز باید مطالعه داشته باشند. این ماه یک هدیه الهی است و برای بهره بردن از آن، باید از روایات و سیره بزرگان آگاه شویم.

وی در ادامه به سیره امام خمینی (ره) اشاره کرد و افزود؛ امام خمینی در ماه رمضان، دیدارها و سخنرانی‌های خود را کاهش می‌داد تا وقت بیشتری برای عبادت داشته باشد، ما نیز باید برنامه‌ای ویژه برای این ماه داشته باشیم. در واقع هر چقدر این ماه را با ماه‌های دیگر متفاوت بدانیم به حقیقت آن نزدیک‌تر می‌شویم.

وی همچنین بر اهمیت قرآن تأکید کرد و گفت؛ قرآن دریچه‌ای به سوی عالم ملکوت است. حتی خواندن الفاظ قرآن، درهای معرفت را باز می‌کند. اگر کتابی بهتر از قرآن برای انس با خدا وجود داشت، خداوند همان را برای ما نازل می‌کرد.

■ چگونه روزه خود را ارتقا دهیم؟

این استاد دانشگاه و مفسر نهج‌البلاغه با تأکید بر اینکه روزه نباید تنها به امساک از خوردن و آشامیدن محدود شود متذکر شد؛ هدف از روزه فقط این نیست که غذا نخوریم. باید هر سال روزه خود را ارتقا دهیم. مثلاً اگر سال گذشته تنها از خوردن و آشامیدن پرهیز می‌کردیم، امسال باید در اخلاق و رفتار خود هم تغییر ایجاد کنیم.

فریدونی مطرح کرد؛ در فلسفه اخلاق گفته می‌شود که هر انسانی، علاوه بر ظاهر، یک «باطن» دارد که نیازمند طهارت است. قوه خیال، قوه تفکر و قوه حافظه انسان، همه باید در جهت

به برخی از زمان‌ها ویژگی‌های خاصی داده، همان‌طور که برخی مکان‌ها نیز جایگاهی ویژه دارند. ماه رمضان یکی از همین زمان‌های خاص است که خداوند از ابتدا، ویژگی‌هایی برای آن مقرر کرده. دلیل برتری این ماه نسبت به سایر ماه‌ها، به رحمت واسعه الهی بازمی‌گردد؛ یعنی در این ماه، درهای ملکوت به روی همگان باز است و مانعی برای ورود به عالم معانی و ملکوت الهی وجود ندارد، مگر اینکه خود فرد کوتاهی و نخواهد این مسیر را طی کند. در حقیقت، هیچ محدودیتی از سوی خداوند برای بندگان نیست، به‌ویژه در این ماه.

فریدونی سپس با اشاره به روایات تصریح کرد؛ در این ماه، حتی شیطان که دشمن اصلی انسان است، در بند قرار دارد. اگر کسی در این فرصت به جایی نرسد، خودش اراده نکرده و مانع اصلی، درون خودش است.

■ رابطه بین گرسنگی و حکمت در ماه رمضان

وی با این بیان که از ویژگی‌های بارز ماه رمضان، روزه‌داری است که با گرسنگی و تشنگی همراه است اما این سختی چه نقشی در تقرب به خداوند دارد؟ توضیح داد؛ روزه راهی برای نزدیک شدن به عالم فرشتگان است؛ به این معنا که یکی از زیبایی‌های روزه این است که انسان را شبیه ملائکه می‌کند. ملائکه خوردن و آشامیدن ندارند و وقتی انسان در مدتی معین از این نیازهای مادی فاصله می‌گیرد، طبیعتاً از نظر روحی هم سبک‌تر می‌شود.

وی سپس به روایتی اشاره کرد و افزود؛ در حدیثی آمده که انسان هیچ طرفی را بدتر از شکمش پر نکرده. پرخوری، پرخوابی، پرحرفی؛ این‌ها موانعی هستند که اجازه نمی‌دهند انسان از عالم مادی به عالم معانی پرواز کند اما وقتی روزه می‌گیرد، این موانع کم می‌شود؛ البته مهم است که گرسنگی روز را با پرخوری شب جبران نکند، وگرنه اثرات معنوی روزه از بین می‌رود.

ادامه به داستانی از زبان یکی از بزرگان و عرفا اشاره کرد و یادآور شد؛ در یکی از روایات آمده که دو پیامبر وارد روستایی شدند. یکی گفت: «من به خانه آشنایانم می‌روم تا آن‌ها از من پذیرایی

این ماه، روح انسان آمادگی بیشتری برای درک معارف الهی دارد. اگرچه انس با کلمات قرآن نیز اثرگذار است.

رمضان، یادآوری این نکته است که انسان تنها جسم نیست، بلکه روحی دارد که باید آن را تغذیه کند. در جامعه‌ای که مصرف‌گرایی، شتاب‌زدگی و غفلت از ارزش‌های اخلاقی رو به افزایش است، این ماه فرصتی است تا دوباره تعادل را به زندگی بازگردانیم.

قرآن دریچه‌ای به سوی عالم ملکوت است. حتی خواندن الفاظ قرآن، درهای معرفت را باز می‌کند. اگر کتابی بهتر از قرآن برای انس با خدا وجود داشت، خداوند همان را برای ما نازل می‌کرد.

اکنون که در این ماه نورانی قرار داریم، فرصتی برای بازنگری در سبک زندگی، اولویت‌ها و مسیر معنوی‌مان فراهم شده. آیا می‌توانیم این فرصت را غنیمت بشماریم و رمضان را نه‌فقط به عنوان یک ماه، بلکه به‌عنوان یک مسیر برای تعالی در تمام سال در نظر بگیریم؟ پاسخ این سؤال، در انتخاب‌های ما نهفته است.

برای بررسی ابعاد معنوی و عرفانی ماه رمضان، با استاد دانشگاه و عضو هیئت علمی دانشگاه بوعلی و از اساتید و مفسران صحیفه سجادیه گفت‌وگویی انجام داده‌ایم. دکتر محمدرضا فریدونی، در این گفت‌وگو، نگاهی عمیق به جایگاه رمضان در سیر تکاملی انسان دارد و از تأثیرات آن بر روح و جان سخن می‌گوید.

مشروح گفتگو با وی را در ادامه بخوانید:

■ درهای ملکوت در این ماه باز است

این استاد دانشگاه ابتدا با اشاره به جایگاه خاص ماه رمضان در نظام هستی گفت؛ خداوند

را می‌پودند.

حجت‌الاسلام والمسلمین شیخ حسین انصاریان به مناسبت ایام ماه مبارک رمضان گفت؛ پیامبران الهی و ائمه طاهرین و اولیای الهی که در سوره یونس از آن‌ها نام برده شده و مؤمنان واقعی که به هر مقام و مرتبه‌ای رسیده‌اند دلیل رسیدنشان به این مقام و مرتبه مربوط به همان باورشان می‌شود. آنان خدا، قیامت و کتاب‌های آسمانی را باور داشتند.

وی افزود؛ همه حرکات بیرونی و درونی آن‌ها در رابطه با اجتماع و خانواده بر اساس باورشان بود. آن چیزی که بعد از پیامبر اکرم در مردم ایجاد باور کرد در درجه نخست قرآن مجید بود زیرا اگر قرآن باور نشود پس از آن ضلالت، گمراهی و انحراف در انتظار انسان است. شکل زندگی باورکنندگان به

سپهرغرب، گروه اندیشه؛ دبیر کمیسیون زنان

با اشاره به اینکه افراد زیادی در قرون مختلف با گرفتار شدن به مال دنیا دوزخی شدند گفت؛ افرادی هم بودند که در کنار مال دنیا مسیر حق

سپهرغرب، گروه اندیشه؛ دبیر کمیسیون زنان

طرح رسالات الله سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی از حضور یک بانوی آمریکایی و پژوهشگر قرآنی در طرح «رسالات الله» به‌عنوان فرصتی استثنایی برای بررسی نقش زنان در اسلام یاد کرد.

مژگان خان بابا گفت: آئمه ودود، متفکر مسلمان و پژوهشگر برجسته، به‌عنوان یکی از چهره‌های تأثیرگذار در زمینه حقوق زنان و تفسیر قرآن شناخته می‌شود و دعوت از وی به نشست برخط علمی فرهنگی ۱۹ اسفند یک فرصت استثنایی برای ایجاد گفت‌وگوهای انتقادی و بررسی نقش زنان در اسلام فراهم می‌آورد.

وی افزود؛ حضور خانم ودود می‌تواند به ترویج گفت‌وگوهای انتقادی در مورد مسائل مربوط به جنسیت و دین کمک کند. او با تفسیرهای نوین خود از قرآن، چالش‌های موجود در تفسیر متون اسلامی پرداخته و فضایی باز برای بحث و تبادل نظر ایجاد می‌کند. این امر می‌تواند به تغییر نگرش‌ها و باورهای سنتی در جامعه ایران

دبیر کمیسیون زنان طرح رسالات الله ادامه داد؛ دعوت از خانم ودود نه‌تنها به غنای فکری جامعه ایران کمک می‌کند، بلکه می‌تواند به ایجاد تغییرات مثبت در نگرش‌ها و باورها نسبت به زنان و حقوق آن‌ها منجر شود.

شصت و چهارمین نشست از سلسله نشست‌های علمی- فرهنگی سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی با عنوان «یک بررسی روش شناختی؛ چگونه واقعیت‌های زیسته، کشف و اجرای حقایق قرآنی و اصول مقدس نهایی را شکل می‌دهد یا مانع آن می‌شود (با تمرکز بر آیه ۳۴ سوره نساء)) یکشنبه ۱۹ اسفند از ساعت ۱۰:۳۰ به وقت ایران به کارشناسی پرفسور آمنه ودود به‌صورت مجازی برگزار می‌شود.

علاقه‌مندان می‌توانند فصل ششم کتاب نویسنده را با عنوان INSIDE THE GENDER REFORM IN ISLAM JIHAD WOMEN'S REFORM IN ISLAM پیش مطالعه کنند و از طریق پایگاه نشست علمی سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی در این برنامه شرکت کنند.

داشت که برایش چوپانی می‌کرد، روزی غلام دید که قلعه جنب و جوش است برای همین پرسید چه خبر است گفتند همه قلعه‌ها در حال آماده شدن برای نبرد با پیامبر هستند، این غلام گفت پیامبر کیست؟ وقتی نام ایشان را شنید قلبش به سمت حضرت پر کشید و احساس کرد حضرت را بی نهایت دوست دارد.

انصاریان افزود؛ این غلام مسلمان نبود اما دل پاکی داشت و بی‌قرار پیامبر شد. افراد زیادی هستند که مسلمان نیستند اما قلوب پاک و عاری از کبر، حسد و بغل دارند برای همین این قلوب با فهمیدن حقیقت بی قرار می‌شوند. وقت چراندن گوسفندان بود برای همین غلام از قلعه خارج شد و مستقیم سمت لشکر رسول‌الله رفت و به محضر حضرت رسید و خطاب به پیامبر گفت

و باید به این تفاوت‌ها توجه کرد.

وی افزود؛ این نشست به زبان انگلیسی برگزار می‌شود و به دو دلیل در تلاشیم تا از ترجمه

کمک کند و به جوانان و پژوهشگران انگیزه دهد تا به بررسی و تحلیل مسائل اجتماعی و فرهنگی بپردازند.

آمنه ودود، به‌عنوان یک الگو برای زنان مسلمان، می‌تواند الهام‌بخش نسل جدیدی از فعالان اجتماعی باشد. او نشان می‌دهد که چگونه می‌توان با حفظ هویت اسلامی، به‌عنوان زنان و عدالت جنسیتی پرداخت. همچنین، این دعوت، افکار عمومی را به چالش می‌کشد و موجب بحث‌های سازنده علمی در مورد موضوع‌های حساس می‌شود.

خان‌بابا اضافه کرد؛ ایجاد فضایی برای تضارب آراء و آزمایش این ایده‌ها در بستر تجربه زیسته مسلمانان، امری ضروری است. مسلمانانی که می‌اندیشد و تحقیق می‌کند و از نتایج فهم خود بهره می‌برد، به‌مراتب بهتر از مسلمانانی است که صرفاً تقلید می‌کند و به‌دنبال علت بسیاری از مسائل دین خود نمی‌رود. ممکن است فرد اول اشتباه کند و فرد دوم ادعا کند که درست

چگونه از کسالت بعد از سحر جلوگیری کنیم؟

سؤال: بنده در ماه مبارک رمضان پس از نماز صبح و تلاوت قرآن می‌خواهم و پس از بیدار شدن، کسالت روحی آزادهنده‌ای بر من عارض می‌شود که پس از گذشت دو ساعت به‌تدریج چپیت؟

آیت‌الله جاودان: عموماً تغییر عادات خصوصاً در ساعت غذا خوردن، سبب این نوع رفع می‌گردد. به‌نظر شما دلیل وجود این حالت چیست؟

آیت‌الله جاودان: عموماً تغییر عادات خصوصاً در ساعت غذا خوردن، سبب این نوع رفع می‌گردد. همچنین اگر آدمی در سحر ماه رمضان زیاد غذا بخورد و بلافاصله

بخوابد، امکان ایجاد این کسالت بیشتر خواهد بود.

پس اولاً در سحر، کمتر غذا بخورید (۲) و کمتر آب و چای میل کنید. ضمناً پس از افطار نیز بلافاصله آب نوشید. ثانیاً در خوردن غذا عجله نکنید. (۳) ثانیاً بین خوردن سحری و خوابیدن‌تان حداقل یک ساعت فاصله بیااندازید.

(صفحه ۱۹۷)

۱. حضرت علی(ع): دشوارترین سیاست‌ها تغییر دادن عادت‌هاست.