

(عليه السلام)  
شرح رساله حقوق امام سجاد



حجت الاسلام و المسلمین استاد  
محمد جواد حاج علی اکبری

موضوع:

حق شکم (۷) / حق البطن (۷)

تاریخ ۱۳۹۳ / ۱۰ / ۰۷

■ ماهی برای محمدی زیستن

■ تأثیر تغذیه بر سلامت

■ چگونگی مواجهه مؤمن با بیماری

■ تأثیر تغذیه بر سلامت روح

■ حق دوم

■ حفظ سلامتی در سایه کم‌خوری

■ عواقب و پیامدهای پرخوری

۱. قساوت قلب

۲. کاهش فهم

۳. دوری از خداوند

۴. محرومیت از عبادات

۵. تقویت جنبه حیوانی انسان

■ توبه از غذای حرام

■ چند نکته

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
 رَدِّهِ

### ■ ماهی برای محمدی زیستن

زمستان، همزمان با ماه ربیع‌الاول آغاز شده است. امیدوارم دوستان از فضای نورانی ماه ربیع‌الاول که موسوم به ربیع‌المولود است، استفاده کنند. این ماه صفا، طراوت، نشاط و شادابی‌اش را از ولادت باسعادت پیامبر اعظم (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ) و امام صادق (عَلَيْهِ السَّلَام) دارد. خدای متعال توفیق دهد بتوانیم سبک زندگی‌مان را به سیره‌ی زندگی پیامبر اعظم (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ) نزدیک کنیم. این ماه فرصت تأمل بیشتر درباره‌ی این آیه‌ی کریمه است: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ؛<sup>۱</sup> قطعاً برای شما در [اقتدا به] رسول خدا سرمشقی نیکو است». برای این تأسی، یاد گرفتن و بهره‌بردن، مخصوصاً

در جریان زندگی ان‌شاءالله بتوانیم فیض بیشتری ببریم.

### ■ تأثیر تغذیه بر سلامت

از حقّ عضوهای مختلف به حقّ شکم رسیدیم. دو حق را از کتابی که استوار است بر بیانات ارزشمند امام سجاد (عَلَيْهِ السَّلَام) در این مورد برشمردیم. حقّ اول: پرهیز از حرام بود؛ حقّ دوم: میانه‌روی در خوردن حتّی در حلال بود. نکته اول، اگر کسی در طعام اندازه نگه دارد، گوارشش سالم می‌شود، بدنش متعادل و استوار می‌شود و عافیت او بسیار می‌شود. سلامت فکری، نشاط فکری و دستیابی به حکمت پیدا می‌کند. سوم، صفای قلب پیدا می‌کند و چهارم آمادگی رشد و خودسازی پیدا می‌کند. سه نکته هم از آثار بد گرفتاری به شکم‌بارگی برشمردیم: مروّت از دست می‌رود؛ جسم در معرض انواع بیماری‌ها قرار می‌گیرد و

نهایتاً اینکه شکم‌بارگی و سلامت هیچ‌وقت نمی‌تواند در یکجا جمع شود. نکته‌ی بسیار ارزشمند این است که اگر خدای متعال صلاح بنده‌ای را بخواهد، به او سه نعمت عطا می‌کند: کم‌خوابی، کم‌گویی و کم‌خوراکی. بین تغذیه، کیفیت تغذیه، محتوای تغذیه، سبک تغذیه، با سلامت، به معنای کامل رابطه وجود دارد. سلامت یک واژه‌ی بسیار گسترده است؛ سلامت جسمی، روانی و فکری و بالاتر از آن ما تعبیری داریم به نام سلامت روحانی و حتّی سلامت اجتماعی که این تعابیر، معمول و شناخته شده نیست. سه واژه در بین متخصصین سلامت و کسانی که مرتبط با حوزه‌ی سلامت هستند به معنای عام کلمه، شناخته شده است: سلامت جسمی، سلامت روانی و معنوی و سلامت اجتماعی. مرتبه‌ای از سلامت روانی، به سلامت روحانی تعبیر می‌شود

که کاملاً بر مکتب وحی مبتنی است. در بخش‌های دیگر سلامت هم بشر در مسیر زندگی‌اش با مطالعه، بررسی، با سعی و خطا، به این جمع‌بندی رسیده است که مسئله‌ی تغذیه یک مسئله‌ی عادی در جریان زندگی نیست؛ کلّ جریان حیات، کمیّت، کیفیت، چگونه بودن و اصل بودن، وابستگی تام به مسئله‌ی تغذیه دارد. هرچه بشر جلوتر آمده، به پیچیدگی دستگاه تغذیه بیشتر پی برده است. دانش هرچه بیشتر پیشرفت می‌کند، آشکار می‌شود چه دستگاه عجیب، فوق‌العاده، مهم و حسّاسی را خدای متعال به عنوان آیه‌ی بزرگ و نشانه‌ی عظیم خودش در وجود همه‌ی ما تعبیه فرموده است. هرچه تجربه و دانش بشر بیشتر شده، بیشتر متوجّه شده است که تغذیه و عملیاتی که از طریق دستگاه گوارش انجام می‌شود، یعنی فرآیند کامل تغذیه، چه نسبت عجیبی با حیات، اصل

زندگی و موضوع سلامت دارد که شامل میزان و کیفیت عمر می‌شود. بین تغذیه و سلامت جسمی در تمام ابعاد نسبت وجود دارد. تمام مباحثی که ما در حوزه‌ی بیماری‌ها داریم، همه‌ی اینها در یک تحلیل، به صورت مستقیم یا با واسطه، به مسئله‌ی تغذیه برمی‌گردند. از طرف دیگر سلامت جسمانی در یک معنای وسیع و فراخ، سلامت ظاهری، پوستی، تا سلامت باطنی، کاملاً گره خورده به موضوع تغذیه است.

### ■ چگونه مواجه مؤمن با بیماری

اگر انسان مراقبت نباشد، بیماری جسمی روی روان، رفتار و اخلاق او هم تأثیر می‌گذارد. در احوال انسان مؤمن داریم که به فرض بیمار هم شود، خودش را در موضع یک امتحان می‌بیند و با کنترل ایمانی، بیماری جسمی‌اش به بیماری روانی تبدیل نمی‌شود و در همان حد بیماری جسمی

می‌ماند و روان سالم می‌ماند که از برکت ایمان است. سلامت جسم ما در گرو تغذیه‌ی صحیح و سالم است و سلامت روان ما به این موضوع مرتبط می‌شود. همین مقدار که بیماری‌های جسمی به شکل طبیعی، سلامت اجتماعی را در مناسبات، رفتارها، برخوردها، معاشرت‌ها، تحت تأثیر قرار می‌دهد، می‌تواند در آن بخش هم مورد توجه قرار گیرد. در مباحث مربوط به سلامت بین حوزه‌ی سلامت روانی و سلامت معنوی، اخیراً این عنوان به کار گرفته می‌شود: **sprechual health** یا **mental health** که سلامت ذهنی و سلامت روانی است. چون که کلمه‌ی معنوی را به کار می‌برند، عده‌ای از دوستان به اشتباه افتادند و خیال می‌کنند که این معنوی ارتباط دارد با معنوی‌تی که در بحث ارتباط با خدای متعال، عالم معنا و عالم فرشتگان است. این هیچ ربطی ندارد و منظورشان

همین سلامت روانی است که در بهداشت روانی نزد روانشناس‌ها شناخته شده است. همین مقدار که بشر به این مسئله و نیازش توجه کرده، خوب و مفید است.

### ■ تأثیر تغذیه بر سلامت روح

باب دیگری داریم که عبارت است از سلامت معنوی حقیقی؛ یعنی سلامت روحانی که به روح انسان مرتبط است و مرتبه‌ی بالاتری است. یعنی همان خطّ تماس ما با عالم غیب، با پروردگار متعال، تماس ما با عالم فرشتگان، که با باطن این عالم است. ما با روحمان با روح عالم ارتباط می‌گیریم؛ چنان‌که با جسم‌مان با جسم عالم تماس می‌گیریم. روان ما برزخی بین غیب و شهادت، بین روح و جسم است. منظور از اینکه طبق رایات ما این موضوعات خارج از دسترس بررسی‌های ذهن بشر است. تجربه و دانش بشر به ما می‌گوید که سلامت

جسمی تا حدّ بسیار زیادی تحت تأثیر تغذیه‌ی سالم است و به ما می‌گوید سلامت روان ما تا حدّ قابل توجهی مرتبط با سلامت جسمی و طبعاً تغذیه‌ی جسمی ما است. روایات ما به صراحت می‌گوید: اگر وضعیت روحانی‌تان سالم باشد می‌توانید با خدای متعال ارتباط دوستانه و صمیمانه داشته باشید، می‌توانید از نمازتان فیض ببرید، می‌توانید در دعاهایتان در عالم غیب و رحمت الهی را با کلید دعا به روی خودتان باز کنید، که این در پرتو یک روح سالم است. نصّ کلمات اولیاء خدا به ما نشان می‌دهد، سلامت تغذیه تأثیر مستقیم بر سلامت روح دارد. اگر انسان رعایت نکند، اگر غذای حلال لحاظ نشود، سلامت روحانی ما آسیب می‌بیند، و وقتی از نظر روحی بیمار شدیم، ارتباطمان با خداوند، با عالم معنا و فرشتگان کاهش پیدا می‌کند، سطح ارتباطمان با اولیاء خدا

پایین می‌آید، یا خدایی نخواستہ بعضی وقت‌ها این ارتباط موقتاً قطع می‌شود یا ممکن است به قطعی دائمی منجر شود که به خدا پناه می‌بریم.

### ■ حق دوم

می‌شود، زخم معده می‌گیرد. اصلاً قابل مقایسه نیست با کسی که از جهت روحی سکنه کند.

### ■ حفظ سلامتی در سایه کم‌خوری

مسئله‌ی اول، تغذیه باید طبق قاعده و بر اساس سبک زندگی توحیدی و الهی حلال باشد. مسئله‌ی دوم، طیب و سالم باشد، یعنی غذایی که می‌خوریم غذای سالم باشد، چون ممکن است غذایی به هر حال حلال باشد، اما برای انسان مضر باشد. برای مثال حاوی آنچه باشد که امروز به آن سرطان‌زا می‌گویند که این هم خودش نکته‌ی بسیار مهمی در سبک زندگی است و مسئله‌ی سوم، اندازه نگه داشتن است: «وَأَنْ تَقْتَصِدْ لَهُ فِي الْحَالِ؛ و نسبت به حلال هم میانه‌رو باشی». گاهی جای کلمه‌ی اندازه نگه داشتن، در اینجا، تعبیر اقتصاد آمده و گاهی به جای کلمه‌ی اندازه نگه داشتن، در روایات ما

حقّ دوّمی که امام سجّاد (علیه الصّلاة و السّلام) مطرح فرمودند این مسئله بود که در حلال اندازه نگه دار. اگر در حلال بی‌رویه عمل شود، سلامت جسمی و روانی ما تحت تأثیر قرار می‌گیرد و به همین ترتیب، بر سلامت روحی ما هم تأثیر می‌گذارد. اگرچه میزان تخریب زیاده‌روی به اندازه‌ی میزان تخریب لقمه‌ی حرام نیست؛ چون لقمه‌ی حرام بخش ارتباط ما با خداوند و اولیائش را مختل می‌کند. این خسارت اصلاً قابل مقایسه نیست با کسی که جسمش بیمار می‌شود، سکنه می‌کند، عروقتش می‌گیرد، دستگاه گوارشش دچار مشکل

کلمه‌ی کم خوردن آمده است: «قَلِّلُ الْأَكْلِ؛ کم‌خوری». وقتی از کم‌خوری سخن گفته می‌شود، در برابر پرخوری و شکم‌بارگی و خوردن بی‌رویه است. البته منظور کم مضر نیست. این کم به معنای سبکبار بودن و به اندازه نگه داشتن است و چه برکاتی دارد این اندازه نگه داشتن. قرآن می‌فرماید: «كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا»<sup>۲</sup> بخورید و بیاشامید [ولی] زیاده‌روی نکنید». اگر کسی اندازه نگه نداشت و اسراف کرد، یعنی غذا حلال و طیب هم بود، ولی اندازه را درباره‌اش رعایت نکرد - البته اینکه طیب هم نباشد، آن هم یک نوع دیگر از اسراف است - آثاری در جسم، روان و روحش پیدا می‌شود.

حضرت علی فرمودند: «لَا يَجْتَمِعُ الصِّحَّةُ وَ النَّهْمُ؛ شکم‌بارگی و سلامتی با هم جمع نمی‌شود». این اولین ویژگی و آفت زیاده‌روی در خوراک است؛ یعنی

همان چیزی که قرآن کریم از آن تعبیر به اسراف می‌کند و فرمود: در تغذیه اسراف نداشته باشید.

### ■ عواقب و پیامدهای پرخوری

#### ۱. قساوت قلب

بخش دوم محرومیت‌های معنوی و آسیب‌هایی است که در این بخش برای ما پیش می‌آورد. در روایات ما بین زیاده‌روی در خوراک و قساوت قلب نسبت عجیبی برقرار شده است. پیامبر اسلام فرمودند: «مَنْ قَلَّ طَعْمُهُ صَحَّ بَطْنُهُ وَ صَفَا قَلْبُهُ وَ مَنْ كَثَرَ طَعْمُهُ سَقَمَ بَطْنُهُ وَ قَسَا قَلْبُهُ»<sup>۳</sup> آن‌که غذا کم خورد، معده‌اش سالم می‌ماند و صفای دل می‌یابد و هر که پرخور باشد، معده‌اش بیمار و قلبش سخت می‌شود». اگر کسی در غذا زیاده‌روی کند؛ گرفتار بیماری گوارشی و قساوت قلب می‌شود. شبیه این در روایات دیگری هم از پیامبر اعظم (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ وَ سَلَّمَ) آمده است که حضرت فرمودند: «اگر

کسی به زیاده‌روی در خوراک و نوشیدنی‌ها عادت کند، قلبش گرفتار قساوت می‌شود. قساوت قلب همان اختلال در ارتباط با عالم معنا است. اگر کسی تغذیه‌اش به اندازه باشد، روحش لطیف می‌شود و روانش لطافت پیدا می‌کند. علامتش هم این است که به طور مثال چشمه‌ی چشمش وقت نیاز می‌جوشد؛ در ارتباط با خدا، در نماز، در دعا، حالت خاصی در او پیدا می‌شود. اشک داشتن و گریه در لحظه‌های ارتباط و مناجات با پروردگار متعال، نشانه‌ی لطافت طبع است که برای هر کسی پیش نمی‌آید. فرمودند: زیاده‌روی در خوراک باعث می‌شود انسان لطافت طبعش از دست برود. لطافت زمینه‌ی همه‌ی رویش‌های معنوی است، قساوت را که در فارسی سنگ‌دلی ترجمه می‌کنیم، سختی روان و روح انسان است که باعث می‌شود انسان به انواع و اقسام

بیماری‌های معنوی مبتلا شود. قساوت جزء بیماری‌های مادر است. نکته‌ی بعدی این شد که محرومیت‌های معنوی که برای انسان پیش می‌آید، خسارتش این قدر بزرگ است که اساساً قابل محاسبه نیست.

## ۲. کاهش فهم

نکته‌ی بعدی که در روایات اشاره شده است، عبارت است از اینکه زیاده‌روی در خوراک باعث می‌شود که فهم انسان دچار اختلال شود. حضرت علی (علیه السلام) می‌فرماید: «لَا فِتْنَةَ مَعَ بَطْنَةٍ»، زیرکی و هوشیاری، فهم برتر و برجسته با شکم‌بارگی جمع نمی‌شوند. پیامبر عظیم الشان فرمودند: در خوراک زیاده‌روی نکنید که باعث می‌شود نور معرفت از دل‌های شما برود. در این روایت بر کاهش سطح فهم و خرد تأکید شده است. وقتی انسان در غذا

زیاده‌روی می‌کند، معده باید فعالیت شدیدی برای گوارش و هضم و بسیاری از اندام‌های پیرامون دستگاه گوارش داشته باشد، همه‌ی اعضای گوارش باید درگیر شوند تا غذایی که وارد شده هضم و مسیر گوارش برای غذا طی شود. به این ترتیب قلب باید پمپاژ وسیعی برای معده و دستگاه گوارش داشته باشد. این امر باعث می‌شود به اندازه‌ی کافی تغذیه‌ی مناسب به منطقه‌ی مغز ما نرسد و حالت کسالت، خستگی، خواب‌آلودگی برای انسان پیدا شود که به شکل طبیعی، سطح فهم را کاهش می‌دهد و اگر در کسی امتداد پیدا کند، آسیب‌های فراوانی به او می‌زند.

## ۳. دوری از خداوند

نکته‌ی بعدی که در روایات ما تأکید شده، در ارتباط با محرومیت‌های معنوی است. در روایات ما مکرر تأکید شده که

خدای متعال از شکم پر بدش می‌آید و هیچ چیزی در این عالم نزد خدای متعال زشت‌تر و مغبوض‌تر از شکم پر نیست: پیامبر اسلام (صَلَوَاتُ اللَّهِ وَ سَلَامُهُ عَلَيْهِ) می‌فرمایند: «لَيْسَ شَيْءٌ أَبْغَضَ إِلَى اللَّهِ مِنْ بَطْنٍ مَلَأَ»؛ نزد خدا چیزی منفورتر از شکم پر نیست. وقتی شکم انسان پر می‌شود، از خدا دور می‌شود: «أَبْعَدَ الْخَلْقِ مِنَ اللَّهِ إِذَا مَا امْتَلَأَ بَطْنُهُ»<sup>۵</sup> دورترین مردم از خدا، کسی است که شکمش پر باشد. پیامبر اکرم (صَلَوَاتُ اللَّهِ وَ سَلَامُهُ عَلَيْهِ) فرمودند: «لَا يَدْخُلُ مَلَكَوَتِ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ مَنْ مَلَأَ بَطْنَهُ»؛ کسی که شکم خود را انباشته باشد، به ملکوت آسمان راه نیابد. کسی که شکمش پر می‌شود، نمی‌تواند وارد ملکوت آسمان‌ها و زمین شود، درها به رویش بسته است؛ یعنی، چون انسان به خوی حیوانی نزدیک می‌شود، زمینی می‌شود و از ملکوت عالم فاصله می‌گیرد.

**۴. محرومیت از عبادات**

نکنه‌ی دیگر، خواب‌آلودگی‌ها و محرومیتی است که از عبادت برای انسان می‌آورد. در متن رساله‌ی امام سجّاد (علیه السلام)، حضرت فرمودند: اگر خوردن از اندازه گذشت، باعث می‌شود که تنبل و کُند شوی. سپس ادامه دادند که از هر برّ و نیکی باز بمانی: «مَقْطَعَةٌ عَنْ كُلِّ بَرٍّ وَ كَرَمٍ؛ دور شدن از هر کار خیر و کریمانه است» و نهایتاً مروّت را در تو کاهش می‌دهد. در روایات ما این بخش هم تبیین شده است. حضرت عیسی بن مریم (علی نبینا و آله و علیه السلام) فرمودند: «یا بنی اسرائیل لا تکثروا الاکل فانه من اکثر الاکل اکثر النوم و من اکثر النوم اقل الصلاة و من اقل الصلاة كتب من الغافلین»<sup>۷</sup> ای بنی اسرائیل در خوردن زیاده‌روی نکنید. همانا محصول زیاد خوردن بسیار خوابیدن است و هر کس

بسیار بخوابد، نماز و عبادتش کم خواهد بود و آنگاه در زمره غافلان به شمار خواهد آمد». کسی که گرفتار این نوع تنبلی می‌شود، از نماز جا می‌ماند. کسی که از نماز جا بماند، جزء غافلان نوشته خواهد شد و جزء غافل‌ها می‌شود. روایت داریم، بین حضرت یحیی (علیه السلام) و شیطان گفتگویی شده است. حضرت یحیی وقتی شیطان را دید به او گفت: شیطان ملعون، این آویزها چیست به خودت آویزان کردی؟ گفت: اینها شهواتی هستند که من به وسیله‌ی آنها فرزندان آدم را اسیر می‌کنم. حضرت یحیی (علیه السلام) گفت: آیا برای من هم چیزی داری؟ «قال رَبِّمَا شَبَعْتُ فَتَقَلَّتْكَ عَنِ الصَّلَاةِ وَ الذَّكْرِ قَالَ يَحْيَى لَللّهِ عَلَيَّ أَنْ لَا أُمَّلَأُ بَطْنِي مِنْ طَعَامٍ أَبَدًا قَالَ إِبْلِيسُ لِلّهِ عَلَيَّ أَنْ لَا أَنْصَحَ مُسْلِمًا أَبَدًا»<sup>۸</sup> شیطان گفت: بله، زنجیری که برای شما استفاده می‌کنم این است

که گاهی غذا زیاد می‌خوری و حال نماز از شما گرفته می‌شود. حضرت یحیی گفت: سوگند می‌خورم که دیگر شکم خود را از غذا پر نکنم. ابلیس گفت: تا کور شوم من که دیگر هیچ وقت مسلمانی را نصیحت نکنم».

**۵. تقویت جنبه حیوانی انسان**

امام صادق (علیه الصلاة و السلام) فرمودند: «مُورَثَةٌ لِشَيْئَيْنِ: قَسْوَةُ الْقَلْبِ؛ هَيْجَانُ الشَّهْوَةِ»<sup>۹</sup> پرخوری دو پی‌آمد دارد: قساوت دل و برانگیختگی شهوت». زیاده‌خواری و تنوع داشتن و اسراف کردن در بخش خوراک، باعث می‌شود که طبع بهیمی و جنبه‌ی حیوانی انسان تقویت شود. بنا بود بخش جسمی - حیوانی ما به اندازه‌ای تغذیه شود که بتواند به روح، جان و حقیقت انسانی ما خدمت کند. اگر این خودش موضوعیت پیدا کند، به روح ما اهانت می‌شود و روح ما آن وقت باید بار جسم

ما را بکشد. مولوی گفت: رحم بر عیسی کن و بر خر مکن، نفس را بر عقل خود سرور نکن. عقل را به حضرت عیسی و جسم انسان را هم به مرکب آن تشبیه کرده است. اگر ما طوری زندگی کنیم که نفسانیات ما روی روح ما بنشینند، و روان ما، مرکب شود، شخصیت ما برعکس می‌شود. نتیجه این می‌شود که شهوت در انسان برانگیخته می‌شود؛ یعنی بخش حیوانی در انسان توسعه پیدا می‌کند. آن وقت تنوع طلب می‌شود و شهوات جنسی در او شعله می‌گیرد. لذا شاید بهترین چیز که برای اینکه انسانی بخواهد «سلوک الی الله تبارک و تعالی» داشته باشد، تغذیه است.

#### ■ توبه از غذای حرام

بعضی گفته‌اند: ما در خانواده‌مان گرفتار ربا، رشوه و ... شده‌ایم و از نان‌آور خانه گله کردند که اهل مراعات حلال و حرام

نیستند یا جایی سر سفره‌ی نامناسبی می‌رویم و ... . توبه یک قاعده‌ی کلی دارد و آن عبارت است از پشیمانی بازدارنده از گناه؛ یعنی این پشیمانی در انسان به اندازه‌ای برسد که او را از اینکه بخواهد دوباره سمت گناه برود، حفظ کند. این توبه‌ی نَصوح و واقعی است. درباره‌ی خوراکی‌ها، اگر چیزی که خوردیم، حق الناس نبوده باشد - یک وقت چیزی که خوردیم، حرام بوده، اما حق الناس نبوده است - امیرالمؤمنین (عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَام) فرمودند: باید این قدر به خودت گرسنگی بدهی که مطمئن شوی آثار آن تغذیه‌ی نامناسب از جسم تو بیرون رفته است. شاید بهترین راهش روزه گرفتن باشد. انسان روزه‌های زیادی روزه بگیرد تا ان شاء الله از معنویت روزه بهره‌مند شود، ریاضتی بکشد تا آثار تغذیه‌ی حرام از جسم او بیرون رود. این صریح نهج البلاغه‌ی امیرالمؤمنین

(عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَ السَّلَام) در باب توبه‌ی از غذای حرام است. اگر آنچه انسان مصرف کرده، حق الناس هم بوده است، باید یک کار تکمیلی هم کند و اینکه حق مردم را به آنها برگرداند و آنها را از خودش راضی کند. در روایت دیدم که معصوم فرموده بودند از شب‌های بلند زمستان برای راز و نیاز با خدا و از روزه‌های کوتاه آن برای روزه‌داری استفاده کنید. زمستان بهار روزه است.

### چند نکته

گاهی می‌پرسند نذری در خانه‌ی ما می‌آورند، ما چه می‌دانیم این از پول سالم تهیه شده یا نه. در جامعه‌ی اسلامی اصل بر این است که اینها سالم است؛ مگر اینکه علامتی وجود داشته باشد که انسان تردید پیدا کند. در آن صورت احتیاط بهتر است. راجع به کشتار مرغ، گوسفند و گاو و... بعضی از عزیزان سؤال

می‌کنند که آیا همه‌ی اینها ذبح شرعی می‌شود؟ آیا برای همه‌ی اینها بِسْمِ اللّٰهِ می‌گویند؟ آیا همه‌ی اینها را رو به قبله می‌کنند؟ در بازار اسلامی اصل بر این است که گوشت‌ها حلال و پاک هستند. بیش از این نیاز به تحقیق هم نیست؛ مخصوصاً در نظام اسلامی که همه‌ی اینها تحت کنترل و مراقبت است.



منابع و مآخذ:

۱. احزاب: ۲۱.
۲. اعراف: ۳۱.
۳. ورام بن ابی فراس، تنبیه الخواطر، ج ۱، ص ۴۶.
۴. شیخ صدوق، عیون أخبار الرضا (علیه السلام)، ج ۲، ص ۳۶.
۵. صابری یزدی، الحکم الزاهره، ج ۱، ص ۶۵۶.
۶. ورام ابن ابی فراس، مجموعه ورام، ج ۱، ص ۱۰۰.
۷. ورام بن ابی فراس حلی، تنبیه الخواطر و نزهة الناظر، ص ۳۸.
۸. خالد بن احمد برقی، محاسن، ج ۲، ص ۴۴۰.
۹. میرزا نوری، مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۸۰.





افوفا؛ درنگی بر مسئله تعلیم و تربیت

OfoghHa.ir سامانه پیامکی: ۳۰۰۴۸۵۹۵۹

اثنیه ها، ساعت ۱۹

بازپخش دوشنبه ها، ساعت ۱۲



از شبکه قرآن و معارف سیما/ برنامه یاد خدا

