

222064 - برخی از سنت‌های روزه که شایسته است روزه‌دار به آن اهمیت دهد

سوال

سنت‌های روزه چیست؟

پاسخ مفصل

روزه یکی از گرامی‌ترین عبادات است، به طوری که جز الله کسی اجر روزه‌دار مُحْتَسِب را نمی‌داند و پیامبر - صلی الله علیه وسلم - می‌فرماید: **«الله عزوجل فرمود: همه‌ی کارهای فرزند آدم برای اوست مگر روزه که برای من است و من پاداش آن را می‌دهم»** به روایت بخاری (۱۹۰۴) و مسلم (۱۱۵۱). (محتسب کسی است که عمل را صرفاً برای پاداش و خشنودی الله و با رضایت انجام می‌دهد).

روزه‌ی رمضان همچنین رکنی از ارکان دین است که لازم است مسلمان بر آن محافظت نماید و توجه نشان دهد، چه این روزه فرض باشد یا نفل، تا خداوند پاداش شایسته را به او عطا کند.

روزه سنت‌های بسیاری دارد که برخی از آن‌ها را ذکر می‌کنیم:

اولاً:

سنت است که اگر کسی در حال روزه به او بدگفت یا با وی درگیر شد بدی او را با احسان پاسخ دهد و بگوید: **«من روزه‌ام»**.

دوم:

خوردن سحری برای روزه‌دار مستحب است، زیرا سحری برکت است.

سوم:

زود افطار کردن و دیر سحری خوردن سنت است.

چهارم:

سنت است که با رطب افطار کند، اگر رطب در دسترس نبود با خرما و اگر خرما هم نبود با آب.

پنجم:

برای روزه دار مستحب است که هنگام افطار بگوید: **«ذَهَبَ الظَّمَأُ، وَابْتَلَّتِ العُرْوُقُ، وَتَبَّتِ الأَجْرُ إِن شَاءَ اللهُ»** (تشنگی رفت و رگها تر شد و ان شاءالله اجر آن ثبت گردید). برای دانستن نصوص وارده درباره‌ی همه‌ی موارد به پاسخ سوال شماره‌ی (39462) مراجعه نمایید.

ششم:

مستحب است که روزه دار بسیار دعا کند، زیرا رسول الله . صلی الله علیه وسلم . می فرماید: **«سه کس هستند که دعایشان رد نمی شود: امام عادل، و روزه دار تا آنکه افطار کند، و دعای مظلوم»** به روایت احمد (۸۰۴۳). محققان مسند احمد این روایت را با مجموع طرق و شواهد آن صحیح دانسته اند.

امام نووی . رحمه الله . می گوید:

«مستحب است که روزه دار در هنگام روزه امور مهم دنیا و آخرت را برای خود و کسانی که دوستشان دارد و مسلمانان در دعا بخواهد» المجموع (۳۷۵ / ۶).

هفتم:

در مورد روزه‌ی رمضان امور زیر نیز مستحب است:

. نشستن در مسجد برای تلاوت قرآن و ذکر خداوند

. اعتکاف در دهی آخر رمضان.

. نماز تراویح.

. صدقه دادن بسیار و انجام بیشتر اعمال نیک.

. مدارسهی قرآن.

زیرا امام بخاری (۶) و مسلم (۲۳۰۸) از ابن عباس روایت کرده اند که گفت: **«رسول الله . صلی الله علیه وسلم . بخشنده ترین مردم بود و بیش از همیشه در رمضان، هنگامی که جبرئیل با وی دیدار می کرد بخشنده بود، و جبرئیل در هر شب رمضان با وی دیدار می کرد و با ایشان قرآن مدارسه می کرد، و پیامبر . صلی الله علیه وسلم . [در آن هنگام] از باد آزاد فراگیر بخشنده تر بود»**.

. روزه دار وقت خود را جز در آنچه به سود اوست هدر نهد، زیرا خواب زیاد و زیاده روی در شوخی و خنده ممکن است در روزه اش اثر بد بگذارد. و همچنین همه‌ی فکر و ذکر خود را به خوردن غذاها و نوشیدنی های

رنگارنگ مصروف نسازد زیرا این کار باعث می شود از انجام بسیاری از کارهای نیک محروم بماند.

والله اعلم.