



## بسم الله الرحمن الرحيم

در ماه مبارک، از یک سو از گناهان اجتناب می کنید و از یک سو از مباحات، [یعنی] کم خوردن و امثال آن، شکستن نفس در مقابل امر خدا، که [این شکستن نفس] مقابل هوای نفس می شود. [این دو کار] دل را لطیف می کند، یعنی قساوت را از دل برمی دارد و اینجور اثرات را ماه مبارک در دل می گذارد:

السلام علیک من مجاور رقت فیہ القلوب. در دعای 45 صحیفه سجادیه، در وداع شهر مبارک، ماه رمضان است: سلام بر توای ماهی که در تو دلها رقت پیدا کرد: قلت به الذنوب، گناهان کم شد. این تاثیر روزه است در دل.

... حالا باید طبعاً خیلی مراقبت کرد که انسان یک ماه روزه گرفته است و رقتی در دل به ظهور رسیده، دل رقیق شده است، قساوتش تا حدودی برطرف شده است. باید مواظبت کرد [که] این را اضافه کرد، کم نکرد. مواظبتش بر این است که: اولاً انسان ترک گناه را ادامه بدهد. ثانیاً مراقبت در این که در هواهای مباح نفسانی، خوردنها و آشامیدنها و آن چیزهایی که شرعاً حلال است مباح است، در آنها انسان زیاد غوطه ور نشود.

این نکته دوم را ممکن است شما متذکر نباشید، می خواهم تذکر بدهم: فکر نکنید چون مباح است و خدا حلال کرده است، بی قید و شرط انسان غوطه ور بشود و اشکالی ندارد، نه خیر! قسوت می آورد. حتماً قساوت می آورد. شما پیش خودتان فکر کنید می فهمید که انبیاء و از همه بالاتر، رسول الله صلی الله علیه و آله، حضرات معصومین علیهم السلام، اینها [چرا] این قدر از این مباحها اجتناب می کردند، از حلالها اجتناب می کردند. یکی حضرت امیر علیه السلام [است] که در حالاتش هست. لابد شنیده اید همیشه نان جو می خورد، آن هم نان جو خشک، گاهی با نمک و خیلی کم می شد که مثلاً با سرکه و یا با شیر بخورد! بیشتر، خوراکش نان جو با نمک بود. این مسئله را که شنید، در حالاتش هست که بعضی از نزدیکان از راه دلسوزی می خواستند نان جو را روغنی بزنند، آن انبان نان جو خودش را مهر و موم کرد، که کسی دست نزند! این درس است برای ما! معلوم است [این] که کسی از مباحات هم بی قید و شرط اجتناب کند، چیز ساده ای نیست

رسول الله صلووات الله علیه و آله سه روز پشت هم از نان جو سیر نشد! اینها یعنی چه؟ در مباحات غوطه ور شدن، که بعضی از عوامها فکر می کنند حلال است، این طور نیست که قساوت نیابد. ماه مبارک که در نتیجه اجتناب از بسیاری از مباحات، موجب می شود در دل ما رقت پیش بیاورد، باید دقت کنیم این رقت را و آن طهارتی را که در دل پیش می آید، حفظ کنیم. حفظش این است که اولاً گناه نکنیم، ثانیاً سعی کنیم زیاد در مباحات غوطه ور نشویم. یک مقدار امساک بکنیم. اینها شرعی است، غیر شرعی نیست. مثلاً جای حلال را بخوری آتش ندارد، حرام نشده است. اگر تحریم شده بود آتش داشت، جهنم داشت. اما اگر همین مباح را ترک بکنیم، که انبیاء صلووات الله علیهم و آئمه معصومین علیهم السلام و رسول الله صلی الله علیه و آله، در عین مباح بودن، ترک می کردند. نه تنها نامشروع نیست، بلکه ریاضت مشروع است، اثر خوب در دل می گذارد، دل را به رقت می آورد.

این جمله را دوباره تکرار می کنم: السلام علیک من مجاور رقت فیہ القلوب و قلت فیہ الذنوب. مثلاً چایی ده تا می خورید پنج تا بخورید. غذایی را خیلی خوشتان می آید، نخورید، نفستان را بشکنید، نخورید. ترک لذت خودش مسئله ای است، ترک لذت مباح مسئله ای است، نباید آن را نادیده گرفت. به حرف عوامها گوش نکنید! آنها می خواهند غوطه ور شدن خودشان را در مباحات توجیه بکنند! عوامهای مؤمنین را می گویم نه عوام فساق را! بیش از این توجیه بردار نیست که مباح است. اما این که اینها موجب

قسوت می شود و ترک اینها موجب رقت می شود، اجتناب از آنها مسئله مسلمی است.  
از بیانات آیت ا□ استاد محمد شجاعی مدظله العالی