

مستحبات روزہ

و

روزہ‌های مستحبے



حضرت آیت اللہ العظمیٰ حاج سید محمد امین «دامت برکاتہ»

شناسنامه کتاب

نام کتاب: مستحبات روزه و روزه های مستحبی

نویسنده: آیت الله سید محمد امین

ناشر: دفتر نشر طیب

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول، پاییز ۱۴۰۱

چاپخانه: قم - احسان

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

مراکز پخش:

تهران، تهرانپارس، خیابان ۱۳۴، مسجد جامع خاتم الانبیاء (ص)

تلفن: ۰۲۱-۷۷۷۳۶۰۳۰

قم، خیابان ارم، پاساژ قدس

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۲۳۸۸۵

همراه: ۰۹۱۲۳۵۱۹۴۲۷

فهرست مطالب

بخش اول:

- ۱۰.....مکروهات روزه
- ۱۱.....۱- جدال:
- ۱۳.....۲- جواب دشنام:
- ۱۴.....۳- سوگند جلاله
- ۱۶.....۴- شعر خوانی
- ۱۷.....۵- حجامت و خون دادن
- ۱۸.....۶- استحمام با آب گرم
- ۱۹.....۷- ملاعبه با همسر
- ۲۱.....۸- پوشیدن لباس خیس
- ۲۲.....۹- نشستن زن داخل آب
- ۲۳.....۱۰- استعمال انفیة

- ۱۱- دندان کشیدن..... ۲۳
- ۱۲- مضمضه و استنشاق..... ۲۴
- ۱۳- نشوز..... ۲۴
- ۱۴- عقوق..... ۲۵

بخش دوم:

مستحبات روزه..... ۲۶

- ۱- کتمان روزه مستحبی..... ۲۶
- ۲- سحری خوردن..... ۲۸
- ۳- خواب قیلوله..... ۳۰
- ۴- استعمال عطر..... ۳۱
- ۵- افطار کردن..... ۳۲
- ۶- خواندن دعاهاى وارده..... ۳۵
- ۷- دعای افطار..... ۳۸
- ۸- قرائت سوره قدر..... ۴۱
- ۹- عرض حاجات..... ۴۲
- ۱۰- تقدیم نماز مغرب..... ۴۳
- ۱۱- تفطیر: ۴۴
- ۱۲- اعتکاف..... ۴۵
- ۱۳- حفظ اعضاء از مکروهات..... ۴۶

بخش سوم:

۴۹.....**اقسام روزه**

۴۹..... روزه های واجب:

۵۱..... روزه های حرام:

۵۳..... روزه مکروه:

بخش چهارم:

۵۶.....**روزه های مستحبی**

۵۸..... اقسام روزه های مستحب

۵۸..... دسته اول: روزه هایی که مناسبت خاص معین ندارد...

۵۸..... ۱- روزه هفتگی:

۵۸..... ۲- روزه ماهانه:

۶۰..... ۳- ایام البیض

۶۲..... ۴- روزهای پنجشنبه، جمعه و شنبه از ماه حرام

۶۳..... دسته دوم: روزهای خاص معین

۶۳..... ۱- روز اول، سوم و نهم محرم

۶۵..... ۲- هفدهم ربیع

۶۶..... ۳- ماه رجب:

۷۲..... ۴- ماه شعبان:

- ۵- ماه شوال: ۷۹
- ۶- ماه ذی القعدة: ۸۰
- ۷- ماه ذی الحجه: ۸۳
- ۸- روز عيد غدیر: ۸۶
- دسته سوم: احوال و اغراض ۸۸
- ۱- سختی و تنگدستی ۸۹
- ۲- غلبه بر شهوت ۹۰
- ۳- برآورده شدن حاجت ۹۱
- ۴- رفع تحیر ۹۲
- ۵- نزول باران ۹۴
- ۶- دفع بلا ۹۴
- ۷- دوری شیطان ۹۵

بسم الله الرحمن الرحيم

پیشگفتار

یکی از ستون های چهارگانه که اسلام بر آن استوار است روزه است. روزه یکی از اعمال عبادی واجب در دین اسلام است که نقش مؤثری در خودسازی و سازندگی شخصیت معنوی انسان دارد.

روزه تمرین فرشته خوئی است. روزه موجب می شود انسان بتواند تمایلات نفسانی خود را کنترل نماید و نفس خویش را به انقیاد خود درآورد. روزه آثار مثبت فراوان بر جسم و روح انسان دارد.

در اسلام علاوه بر روزه واجب ماه مبارک رمضان، در طول سال به مناسبت های مختلف روزه های مستحبی نیز وجود دارد که اهتمام به آنها نقش به سزایی در بازدارندگی از ارتکاب معاصی و سازندگی شخصیت معنوی ایفاء می کند. همچنین در روزه واجب رعایت اموری مستحب است که اگرچه عدم رعایت آنها موج بطلان روزه نمی شود، ولی در ترتب آثار بر روزه داری مؤثر است و نباید از آن غافل شویم.

از این رو در این مجموعه به مستحبات روزه و روزه های مستحبی در چند بخش می پردازیم. به آن امید که برای خوانندگان گرامی سودمند باشد.

گاهی از روزه به عنوان زکات بدن یاد شده است.

«زکاه الاجساد [الابدان] الصیام»^۱

گاهی به عنوان حفاظ در مقابل آتش دوزخ:

«الصوم جنۃ من النار»^۲

۱ - الوسائل الشیعه، کتاب الصوم، ج ۷، ص ۳، ح ۲، ص ۲۸۹، ح ۲

۲ - الفقیه، ج ۲، ص ۷۴ - الوسائل، ج ۷، ص ۲۸۹

در حدیث نبوی آمده است: «للجنة باب يقال له: «الرَّيَّان لا يدخل منه الا الصائمون»^۱

بهشت دری به نام رِیّان دارد که غیر از روزه داران از آن در داخل بهشت نمی شوند. این در ورودی بهشت به روزه داران اختصاص یافته است.

رِیّان بر وزن فعْلان به معنی کثیرالرّی و ریّ حالت مقابل عطش و تشنگی است یعنی بسیار سیراب، به عنوان پاداش تحمل تشنگی در حال روزه به این عنوان نامیده شده است.

روزه از حیث آثار معنوی آدابی دارد که برخی ایجابی و برخی دیگر جنبه سلبی دارد و از جنبه ایجابی به عنوان مستحبات و از جنبه سلبی به عنوان مکروهات یاد شده است.

بخش اول

مکروهات روزه

مکروه آن است که انجام آن موجب کاهش ثواب است. اگر انسان بخواهد ثواب یک عمل عبادی مثل روزه به طور کامل نصیب او شود، باید این امور مکروه را ترک کند. به همین خاطر لازم است آنچه را برای روزه دار کراهت دارد، بدانیم و رعایت نماییم.

بدیهی است برای تحقق هدف و ترتب اثر در هر موردی باید هم مقتضی وجود داشته باشد و هم مانع مفقود باشد. گاهی عواملی در تقویت مقتضی مؤثر است که از آن به مستحبات تعبیر می شود و گاهی عواملی در رفع موانع مؤثر است که از آن به مکروهات تعبیر می شود.

رعایت امور مستحبی و مکروه موجب می شود انسان به آسانی به تکالیف عبادی عمل نماید و بهره او از عبادت کامل باشد. از این رو در ابتدا مکروهات روزه مورد اشاره قرار می گیرد.

مکروهات روزه چند چیز است:

۱- جدال:

عبارت است از بگومگوهای نسنجیده و غیرمنطقی و گاه منطقی برای به کرسی نشاندن حرف خود. فراوان مشاهده شده کسانی برای اثبات مدعا یا ایده و عقیده خود و نفی مدعای طرف مقابل با او از سر لجاج و عناد سخن می گویند. این جدال باطل نه تنها در مقام اظهار نظر بلکه در مقام اثبات صحت گفتار و رفتار خود و نفی سخن و عمل دیگری صورت می گیرد. این یکی از خصوصیت های زشت می باشد.

چنان که قرآن کریم می فرماید:

«و کان الانسان اکثر شیء جدلاً»^۱

آری خداوند سبحان انسان را ستیزه جو و مجادله گر معرفی فرموده و او را به خاطر چنین خصلتی نکوهش کرده است.

پیامبر گرامی فرمود: «لایستکمل عبد حقیقه الايمان

حتى یدع المراء و الجدل و ان کان محقاً»^۲

۱- سوره کهف، آیه ۵۴

۲- محجه البیضاء، ج ۵، ص ۲۰۸

ایمان انسان کامل نشود مگر اینکه مرء و جدال را ترک کند هرچند حق با او باشد.

بنابراین جدال در همه حال مکروه و مذموم است. ولی در حال روزه کراهت آن بیشتر است و روزه دار باید از جدال، هرچند حق با او باشد اجتناب ورزد و انرژی خود را بیهوده تلف نکند.

امام صادق علیه السلام فرمود:

«اذا صام احدكم الثلاثه الايام من الشهر فلا يجادلنّ احدا»^۱

هرگاه یکی از شما مسلمانان سه روز در ماه روزه بگیرد، با هیچکس مجادله نکند. در اینجا نهی تنزیهی است و حمل بر کراهت شده است.

به حسب ظاهر مورد روایت روزه استحبابی هر ماه است. بنابراین اگر جدال در روزه مستحبی مورد نهی و کراهت است، در روزه واجب ماه رمضان به طریق اولی مکروه است.

۱- الکافی، ج ۴، ص ۸۸ - وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۲۰، باب ۱۲ از ابواب آداب صوم، ح ۱

۲- جواب دشنام:

دشنام عبارت است از کلمات رکیک و مستهجن بر زبان آوردن به طوری که به قصد تحقیر دیگری را به آن تعبیر بخواند و نسبت بدهد. البته به لحاظ قبح الفاظ دارای مراتبی است. بعضی مراتب آن حرام و بعضی مکروه است. پیامبر گرامی صلی الله علیه و آله وسلم فرمود:

«ان الله حرمّ الجنّة علی کل فحاش بذیّ قليل الحياء»^۱

خداوند بهشت را بر هر دشنام دهنده بی آبروی بی حیایی حرام کرده است. ولی کسی که مورد دشنام قرار بگیرد، اگرچه حق پاسخگویی دارد، ولی پاسخ دادن مخصوصاً در حال روزه کراهت دارد.

پیامبر گرامی طبق روایت سکونی از امام صادق علیه السلام فرمود:

«ما من عبد یصبح صائماً فیشتم، فیقول: انی صائم سلام علیک الا قال الرب تبارک و تعالی: استجار

عبدی بالصوم من عبدی، آجیروه من ناری و آدخلوه جنتی»^۱

بنده روزه داری نیست که مورد دشنام قرار بگیرد و بگوید من روزه دارم، درود بر تو، مگر اینکه خدا می فرماید: بنده ام به روزه از بنده ام پناه برد. او را از آتش دوزخ پناه دهید و به بهشت داخل کنید.

۳- سوگند جلاله

سوگند خوردن به مقدسات برای اثبات مدعا مخصوصاً سوگند به خدا یاد کردن در همه حال کراهت دارد، هرچند سوگند راست باشد. شایسته نیست انسان، خدا را وسیله برای دستیابی به اهداف مادی قرار دهد. حتی سوگند به منظور اثبات حق، تصدیق مطلب و تأکید خبر نیز کراهت دارد. بلکه سوگندی را که به منظور ملتزم شدن بر انجام کاری یا ترک کاری باشد و نوعی عهد و پیمان با خدا است شامل می شود. بنابراین سوگند به خدا در همه حال کراهت دارد.

امام صادق علیه السلام فرمود:

«من حلف بالله صادقاً آثم»^۱

کسی که سوگند راست به خدا یاد کند مرتکب گناه شده است.

پیامبر فرمود: «ان التجار هم الفجار»

تاجران فاجر هستند، سؤال شد، چرا؟ فرمود: «يحلِفون فيأثمون»^۲

برای انجام معامله قسم می خورند، پس گناه می کنند. کراهت سوگند راست برای شخص روزه دار شدیدتر است.

فضل بن یسار از امام صادق علیه السلام راویت کرده است.

«إذا اصام احدكم فلا يسرع الى الايمان و الحلف بالله»^۳

۱- الفقيه، ج ۳، ص ۲۳۵

۲- محججه البيضاء، ج ۵، ص ۲۴۰

۳- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۲۰

هرگاه یکی از شما روزه گرفت، به سوگند خوردن به نام خدا شتاب نکند، یعنی سوگند یاد نکند.

۴- شعر خوانی

شعر خواندن در ماه مبارک رمضان چه در روز که انسان روزه است و چه هنگام شب و پس از افطار کراهت دارد، هرچند مضمون آن حق باشد و در بیان مناقب اهل بیت یا مراثی آنان باشد.

حماد بن عثمان می گوید: شنیدم امام صادق علیه السلام فرمود:

«یکره رواية الشعر للصائم و ان كان شعر حق»^۱

شعر خواندن برای روزه دار، هرچند شعر با مضامین عالی و حق باشد، کراهت دارد.

همچنین فرمود: «لا ینشد الشعر فی شهر رمضان بلیل و لا نهار»^۲

در ماه مبارک رمضان در شب یا روز نباید شعر سروده و خوانده شود.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۲۱، باب ۱۳

۲- همان

اسماعیل فرزند امام با شگفتی اظهار داشت: «فانه فینا»
 شعر در فضائل ما است. امام فرمود: «و ان کان فینا»
 هرچند در مدح ما و بیان فضائل ما اهل بیت باشد، روا
 نیست.
 نهی حمل بر کراهت شده است.

۵- حجامت و خون دادن

در صورتی که موجب ضعف بشود به طوری که نتواند
 روزه را تمام کند.

«کان امیرالمؤمنین یکره آن یحتجم الصائم»^۱
 امام علی علیه السلام کراهت داشت از اینکه شخص
 روزه دار حجامت کند.
 حلبی از امام صادق علیه السلام روایت کرده است که
 فرمود:

«انا اذا اردنا آن نحتجم فی شهر رمضان احتجمنا
 بالیل»^۲

۱- الفقیه، ج ۲، ص ۱۱۰، ش ۱۸۶۵

۲- الفقیه، ج ۲، ص ۱۱۰، ش ۱۸۶۳ و ۱۸۶۵

ما اگر بخواهیم در ماه رمضان حجامت کنیم در شب حجامت می کنیم.
فصد نیز خونی که از سیاهرگ دست گرفته می شود در حال روزه کراهت دارد.

۶- استحمام با آب گرم

حکمت کراهت آن نیز تشدید تشنگی و غلبه ضعف است.

همچنین قرار گرفتن در سونا و فضای بسیار گرم به منظور عرق کردن و سوختن چربی نیز کراهت دارد. یا رفتن داخل حوض آب گرم.

محمد بن مسلم از امام باقر علیه السلام پرسید:

«سئل عن الرجل يدخل الحمام و هو صائم»^۱

آیا روزه دار داخل حمام بشود؟

«فقال: لا بأس ما لم يخش ضعفا»

فرمود: مانعی ندارد در صورتی که از غلبه ضعف بر خود نهراسد.

امیرالمؤمنین فرمود: روزه دار نباید خود را در معرض سه چیز قرار دهد: حجامت، حمام، زن زیبا چهره^۱

۷- ملاعبه با همسر

اگر روزه دار بدون اینکه قصد انزال داشته باشد با همسرش ملاعبه کند و به حسب عادت نیز با این مقدار ملاعبه منی از او خارج نمی شود، روزه او صحیح است هر چند به طور غیرعادی منی از او خارج شود. ولی نفس ملاعبه در حال روزه کراهت دارد و ثواب روزه را کم می کند.

پیامبر گرامی طبق روایت اسحاق بن عمار از امام صادق علیه السلام فرمود: خداوند شش چیز را برای من مکروه قرار داد. من هم آنها را برای اوصیاء و اتباع آنان مکروه قرار دادم. یکی از آنها عبارت است از: «احدها الرفث فی الصوم»^۲

۱- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۲۹۱، ح ۱۲

۲- الفقیه، ج ۲، ص ۱۰۸، ش ۱۸۵۶

در صورتی که مراد از رفت، ملاعبه باشد. ولی اگر مراد مجامعت باشد، حرام و مبطل روزه است و باید کراهت را در اینجا حمل بر حرمت کرد.

عبدالرحمن بن حجاج می گوید از امام صادق علیه السلام پرسیدم درباره مردی که در ماه رمضان با همسرش بازی می کند تا اینکه منی از او خارج می شود، حکمش چیست؟

امام فرمود: «عليه من الكفاره مثل ما على الذی یجامع»^۱
بر مرد كفاره واجب است مانند كفاره ای که در صورت جماع بر او واجب است. از ثبوت كفاره استفاده می شود که روزه بر اثر ملاعبه ای که به انزال منی منتهی شود باطل می شود. بنابراین مجرد ملاعبه بدون امناء مبطل روزه نیست.

لذا اگر اطمینان به عدم خروج منی داشته باشد، روزه صحیح است. لکن چون چنین احتمالی وجود دارد مکروه است.

۸- پوشیدن لباس خیس

یکی دیگر از مکروهات روزه این است که لباس خیس بپوشد.

امام صادق علیه السلام فرمود: «لا تلزق ثوبک الی جسدک و هو رطب و أنت صائم حتی تعصره»^۱

لباست را در حالی که خیس است و تو روزه هستی به بدنت نجسبان تا اینکه آن را خوب بفشری و آب آن را بگیری به طوری که رطوبت محسوس نداشته باشد.

همچنین حسن صیقل می گوید از امام صادق علیه السلام در مورد روزه دار پرسیدم:

«آیلبس الثوب البلول»^۲ آیا پیراهن خیس بپوشد؟

«قال: لا» فرمود: نه.

همچنین حسن راشد پرسید: «فیبل ثوبا علی جسده؟»

قال: «لا»^۳

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۳، ح ۳، ۴، ۵

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۳، ح ۳، ۴، ۵

۳- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۳، ح ۳، ۴، ۵

آیا پیراهنی که بر تن دارد می تواند در حال روزه آن را خیس کند. امام پاسخ منفی داد.
نهی در این روایت حمل بر کراهت شده است.

۹- نشستن زن داخل آب

نشستن زن داخل آب نیز کراهت دارد.
در روایت حنان بن سدير از امام صادق عليه السلام بر این مطلب تصریح شده است.
«و المرأة لا تستنقع في الماء لانها تحمل الماء بقبلها»^۱

زن در آب فرو نرود، زیرا شرائط جسمانی او به گونه ای است که احتمال نفوذ آب دارد.
بنابراین استخر رفتن و شنا کردن برای زنان چنانچه سر زیر آب فرو نرود، کراهت دارد و کراهت با پوشیدن مایو پلاستیکی که مانع نفوذ آب باشد برطرف می شود.

۱۰- استعمال انفیه

انفیه ماده ای است که به جای تدخین، جلو بینی قرار داده می شود و از طریق بینی نفس عمیق کشیده می شود، در صورتی که به حلق نرسد.

امیرالمؤمنین طبق روایت غیاث بن ابراهیم از امام صادق علیه السلام فرمود: «کره السعوط للصائم»^۱ استعمال انفیه برای روزه دار کراهت دارد.

۱۱- دندان کشیدن

عمار ساباطی از امام صادق علیه السلام روایت کرده است:

«فی الصائم ينزع ضرسه؟ قال: لا و لا یدمی فمه»^۲
آیا روزه دار می تواند دندانانش را بکشد؟ فرمود: نه و نباید از دهانش خون بیاید.

این نهی نیز حمل بر کراهت شده است. وجه کراهت احتمال داخل شدن خون در حلق است.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۸، باب ۷

۲- الفقیه، ج ۲، ص ۱۱۲، ش ۱۸۷۱

۱۲- مضمضه و استنشاق

اگر برای غیر وضو، و در غیر وقت نماز، آب در دهان یا بینی بگرداند، کراهت دارد.

وجه کراهت احتمال فرو رفتن آب در حلق است. لذا باید برای حصول اطمینان سه نوبت رطوبتی که در دهان و بینی احساس می کند، بیرون آورد. چنانچه در روایت علاء^۱ بر آن تصریح شده است.

۱۳- نشوز

امام صادق علیه السلام فرمود: «لاصیام لامرأه ناشزه، حتی تتوب»^۲ نفی حمل بر کراهت شده است.

زنی که ناشزه باشد و حق شوهر را رعایت نکند، روزه اش مکروه است و مقبول نیست مگر اینکه توبه نماید.

«لاصیام» دو احتمال دارد:

الف: ناظر به روزه واجب باشد، نشوز سبب کاهش ثواب می شود.

ب: ناظر به روزه مستحب باشد روزه اش صحیح نیست.

۱- الفقیه، ج ۲، ص ۱۱۱، ش ۱۸۶۶

۲- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۲۹۵

۱۴- عقوق

امام صادق علیه السلام فرمود: «لاصیام لولد عاق حتی یبر»^۱ روزه فرزندی که عاق والدین باشد یعنی با گفتار و رفتارش آنان را آزار دهد، مکروه است و مقبول نیست،

تا اینکه به آنان نیکی نماید و پدر و مادر را از خود خشنود سازد.

بخش دوم

مستحبات روزه

رعایت چند چیز برای روزه دار مستحب است

۱- کتمان روزه مستحبی

از خصوصیات روزه آن است که تا روزه دار اظهار نکند روزه است هیچ کس به روزه بودن او پی نمی برد. به خاطر همین ویژگی هیچ عبادتی از حیث خلوص مانند روزه نیست.

امام صادق علیه السلام طبق روایت سکونی در کافی فرمود:

«من کتم صومه قال الله عزوجل لملائکته: عبدی استجار من عذابی فأجیره»^۱

کسی که روزه اش را کتمان کند، خداوند به فرشتگان می فرماید: بنده من از عذابم پناهنده شد، پس او را پناه دهید.

سپس افزود: فرشتگان را مأموریت می دهد تا برای روزه داران دعا کنند، و خداوند فرشتگانش را امر به دعا

برای کسی نمی کند مگر اینکه دعای ایشان را در حق بندگانش مستجاب نماید.

البته کتمان داشتن به معنی اظهار نکردن است نه اینکه اگر مورد سؤال واقع شود برای کتمان روزه متوسل به دروغ شود.

چنانچه در روایت از امام صادق علیه السلام آمده است: هرگاه کسی روزه باشد از او پرسند: أصائم أنت؟ آیا روزه هستی؟

«فیقول لا» بگوید: نه،

فرمود: «هذا كذب»^۱ این دروغ است و دروغ گفتن حرام و معصیت است.

شایان ذکر است استحباب کتمان روزه اختصاص به روزه استحبابی دارد. ولی در مورد روزه واجب ماه مبارک رمضان، به طور قطع اظهار رجحان دارد. به خاطر اینکه به تکلیف خود عمل کرده است.

همچنین استحباب کتمان به روزه مستحبی اختصاص ندارد. بلکه در مورد نماز مستحبی و پرداخت صدقات و انفاق مستحبی مطرح است.

۲- سحری خوردن

بیدار شدن سحر هر چند به بهانه سحری خوردن موجب می شود که از نسیم معنوی سحرگاهان و خلوت کردن با معبود و راز و نیاز با او بهره مند شود.

ابوبصیر از امام صادق علیه السلام پرسید آیا سحری خوردن برای کسی که می خواهد روزه بگیرد واجب است؟ فرمود: نه، مانعی ندارد بدون سحری روزه بگیرد.

«و اما فی شهر رمضان فانه أفضل أن یتسحر، نحبّ أن لا یتک فی شهر رمضان»^۱

ولی در ماه رمضان افضل سحری خوردن است. ما اهل بیت دوست داریم سحری خوردن در ماه رمضان ترک نشود.

در جای دیگر فرمود: «یستحب للعبد أن لا یدع السحور»^۲ کسی که می خواهد روزه بگیرد مستحب است سحری خوردن را رها نکند.

«ان الفضل فی السحور ولو بشربه من ماء»^۳

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۳ و ص ۳۶۹، ج ۳

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۳ و ص ۳۶۹، ج ۳

۳- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۳ و ص ۳۶۹، ج ۳

فضیلت روزه داری در سحری خوردن است هرچند به نوشیدن یک جرعه آب باشد.

پیامبر گرامی فرمود: «تَسَحَّرُوا وَلَوْ عَلَى شَرْبَةِ مَاءٍ»^۱

سحری بخورید ولو به یک جرعه آب باشد

«السحور برکه»^۲ سحرها مایه برکت است.

همچنین در حدیث آمده پیامبر گرامی فرمود:

«تَعَاوَنُوا بِأَكْلِ السَّحُورِ عَلَى صِيَامِ النَّهَارِ وَبِالنَّوْمِ عِنْدَ الْقِيلُولَةِ عَلَى قِيَامِ اللَّيْلِ»^۳

خود را یاری کنید و نیرو بگیرید با خوردن سحری بر روزه داری و با خواب نیمروز بر بیدار شدن سحرگاهان برای نماز شب و مناجات.

در بعضی روایات حداقل سحری مورد تأکید قرار گرفته است.

جابر می گوید شنیدم امام باقر علیه السلام فرمود:

«كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ: يَفْطُرُ عَلَى الْأَسْوَدِينَ. قُلْتُ: وَمَا الْأَسْوَدَانِ؟ قَالَ: التَّمْرُ وَالْمَاءُ، وَالزَّيْبُ وَالْمَاءُ وَيَتَسَحَّرُ بِهِمَا»^۱

۱- بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۱

۲- بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۱

۳- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۴ و ۱۰۵ - بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۲

پیامبر بر دو ماده سیاه‌رنگ افطار می‌کرد. راوی پرسید مراد از آن دو ماده غذایی سیاه‌رنگ چیست. فرمود: خرما و کشمش.

پیامبر به همین دو یعنی خرما و آب، یا کشمش و آب سحری می‌خورد.

پیامبر گرامی فرمود: «ان الله تبارک و تعالی و ملائکته یصلون علی المتسحرین و المتسغفرین بالاسحار، فلیتسحر احدکم و لو بشربة من ماء.»^۲

خدای متعال و فرشتگانش درود و سلام بر سحرخیزان و استغفار کنندگان به هنگام سحر نثار می‌کنند. پس هر کدام از شما شایسته است به وقت سحر بیدار شود هرچند به اینکه جرعه ای آب بنوشد.

۳- خواب قیلولة

یکی دیگر از مستحبات روزه ماه مبارک رمضان آن است که شخص روزه دار بعد از ظهر اندکی بخوابد. این خواب ضمن اینکه آرامش او را در پی خواهد داشت

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۴ و ۱۰۵ - بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۲

۲- بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۲ و ۳۱۳ - همان

موجب سهولت در روزه داری می شود به طوری که در بخشی از روز هرچند برای ساعتی گرسنگی یا تشنگی کمتر اثر بگذارد.

علاوه بر اینکه خواب روز موجب می شود هنگام سحر برای نماز شب و دعا خواندن و سحری خوردن به موقع و به آسانی بیدار شود و از برکت نسیم سحری بهره‌مند گردد.

شایان ذکر است خواب پیش از ظهر را غیلوله می گویند و به خواب بعد از ظهر قیلوله، اولی مذموم و مکروه، دومی ممدوح و مستحب است.

امام کاظم علیه السلام در روایتی فرمود:

«قِيلُوا فَاِنَّ اللَّهَ يَطْعَمُ الصَّائِمَ وَيَسْقِيهِ فِي مَنَامِهِ»^۱

قیلوله کنید زیرا خدا در حال خواب شخص روزه دار را آب و غذا می دهد.

۴- استعمال عطر

مستحب است روزه دار خود را به عطریات گیاهی یا روغنی خوشبو سازد.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۹۸- محجه البیضاء، ج ۲، ص ۱۲۴

کلینی از حسن راشد نقل کرده است:

«کان ابو عبدالله اذا صام تطیب بالطیب و يقول: الطیب تحفه الصائم»^۱

امام صادق علیه السلام هنگامی که روزه می گرفت خود را خوشبو می ساخت و می فرمود: استعمال ماده خوشبوکننده تحفه روزه دار است.

شیخ صدوق همین مطلب را از امام حسین علیه السلام روایت کرده است.^۲

۵- افطار کردن

افطار کردن پس از نماز مغرب مستحب است. و جایز نیست انسان دو روز پیپی بدون افطار روزه بگیرد. بلکه طبق بعضی روایات نباید افطار و شام خود را سحری قرار بدهد که از آن به روزه وصال یاد شده و به حرمت آن تصریح شده است. «صوم الوصال حرام»

آنچه از مجموع روایات استفاده می شود افطار با چند چیز مستحب است.

۱- وسال الشیعه، ص ۶۴، باب ۳۲، ح ۲ و ۱۷

۲- وسال الشیعه، ص ۶۴، باب ۳۲، ح ۲ و ۱۷

۱- خرما: امام صادق علیه السلام فرمود:

«كان رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم أول ما يفطر عليه في زمن الرطب الرطب وفي زمن التمر التمر»^۱
پیامبر اول چیزی که با آن افطار می کرد متناسب فصل رطب و خرما بود.

۲- شیر: امام باقر علیه السلام فرمود: «ان عليا كان يستحب أن يفطر على اللبن»^۲

امام علی علیه السلام دوست داشت با شیر افطار کند

۳- «کشمش: امام باقر علیه السلام فرمود: «كان رسول الله يفطر على الاسودين يعنى التمر والزبيب»^۳

۴- آب گرم: «كان رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم إذا صام فلم يجد الحلو أفطر على الماء الفاتر»^۴

ماء فاتر به آب جوشیده گرم گفته می شود

پیامبر هرگاه روزه بودند و برای افطار ماده شیرینی در دسترس نبود با آب ولرم افطار می کردند. امام صادق فرمود افطار با آب گرم چند خاصیت دارد.

^۱ - الوسائل، ص ۳۸۸، ص ۱۱۲

^۲ - الوسائل، ص ۳۸۸، ص ۱۱۳

^۳ - الوسائل، ص ۳۸۸، ص ۱۱۴

^۴ - الوسائل، ص ۳۸۸، ص ۱۱۵

- ۱- معده و کبد را تمیز می کند.
 - ۲- بوی بد دهان را برطرف می کند.
 - ۲- موجب تقویت بینایی می شود.
 - ۳- کاهش فشار خون.
 - ۴- بلغم را قطع می کند
 - ۵- سردرد را از بین می برد.^۱
- همچنین فرمود: «الافطار علی الماء یغسل ذنوب القلب»^۲

افطار کردن با آب گناهان دل را می شوید.

امروز در علم پزشکی نوین توصیه می شود صبح که از خواب برمی خیزید و معده خالی است یک یا دو لیوان آب جوشیده ای که هنوز کمی گرمی آن باقی است بنوشید و آثار بهداشتی متعدد برای آن ذکر می شود. کاهش وزن، التیام درد، سم زدائی، رفع یبوست، لطافت پوست، جلوگیری از پیری زودرس، نشاط آور، پیشگیری از انسداد عروق و تصلب شرائین.

۱- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۵

۲- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۲۹۴، ح ۲۰

۶- خواندن دعا‌های وارده

در اینجا به اختصار به آنها اشاره می شود.

۱- برای هر روز دعا‌های کوتاه چند سطری وارد شده است.

۲- دعای معروف «یا علی یا عظیم، یا غفور یا رحیم، أنت الرب العظیم»^۱

۳- «اللهم ادخل علی اهل القبور السرور» تا آخر.

پیامبر فرمود: کسی که این دعا را در ماه رمضان بعد از نماز فریضه بخواند گناهانش آمرزیده شود.^۲

۴- اللهم رب شهر رمضان الذی أنزلت فیہ القرآن و افترضت علی عبادک فیہ الصیام و ارزقنی حج بیتک الحرام فی هذا العام و فی کل عام، و اغفر لی الذنوب العظام فانه لا یغفرها غیرک، یا ذا الجلال و الاکرام»

کفعی روایت کرده: هرکس این دعا را در هر روز ماه رمضان بخواند، خداوند گناهان چهل سال او را بیامرزد.^۳

۱- مفاتیح الجنان

۲- بحار الانوار، ج ۹۵، ص ۱۲۰

۳- مفاتیح الجنان

ترجمه: بارالها، ای مالک شهر رمضان که قرآن را در این ماه نازل کردی. و روزه را در این ماه بر بندگان واجب نمودی. حج خانه ات را در این سال و در هر سال روزیم فرما. و گناهان بزرگ مرا بیامرزد، زیرا غیر از تو کسی آنها را نمی بخشد، ای صاحب جلال و کرامت.

۵- «اللهم هذا شهر رمضان الذي أنزلت فيه القرآن هدى للناس وبيّنات من الهدى والفرقان وهذا شهر الصيام وهذا شهر القيام، و....»^۱ که نسبتاً دعای مفصلی است و مشتمل بر صلوات های دهگانه می باشد.

امام سجاد و امام باقر سلام الله علیهما در هر روز از ماه مبارک رمضان این دعا را می خواندند.

۶- دعای تسبیحات که مشتمل بر ده بند و هر بند مشتمل بر ده تسبیح به ترتیب زیر از امام صادق علیه السلام روایت شده است.^۲

«سبحان الله باریء النّسم، سبحان الله المصوّر، سبحان الله خالق الازواج كلّها، سبحان الله جاعل الظلمات والنور، سبحان الله فالق الحب والنوى، سبحان الله خالق كل

۱- بحار الانوار، ج ۹۴، صص ۳۶۲-۳۵۹-ج ۹۵، ص ۱۰۵-۱۰۱

۲- بحار الانوار، ج ۹۵، ص ۱۰۵

شیء، سبحان الله خالق مایتری و ما لا یُری، سبحان الله مداد کلماته، سبحان الله رب العالمین، سبحان الله»
آن تسبیحات نه گانه در آغاز هر ده بند تکرار شده، ولی تسبیح دهم در هر بندی متعلقش متفاوت با سایر بندها می باشد.

۷- صلوات بر چهارده معصوم که اینگونه آغاز می شود:

«ان الله و ملائکته یصلون علی النبی، یا ایها الذین امنوا صلّوا علیه و سلّموا تسلیما، لیک یا رب و سعیدیک و سبحانک»^۱

۸- دعایی شبیه دعای سحر که در هر روز خواندن آن توصیه شده است:

در ادامه می خوانی: «اللهم انی أسالک من فضلک بافضله و کلّ فضلک فاضل، اللهم انی أسالک بفضلک کله»
و به این دعا خاتمه می یابد:

«أدخلنی فی کل خیر ادخلت فیہ محمدا و آل محمد، و أخرجنی من کل سوء أخرجت منه محمدا و آل محمد،

صلواتک علیه و علیهم، والسلام علیه و علیهم ورحمة الله و
برکاته»^۱

۹- دعای مجیر که خواندن آن در روزهای ۱۳ و ۱۴ و
۱۵ رمضان توصیه اکید شده است.

۱۰- دعای ابوحمزه ثمالی: هنگامی که پیامبر گرامی در
مقام ابراهیم مشغول نماز بود، جبرئیل آن را آورد. خواندن
این دعا در آن سه روز موجب آمرزش گناهان و رفع هموم
و غموم می شود.

۷- دعای افطار

هنگام افطار نیز دعاهاى کوتاهی وارد شده است که
اهتمام به آنها در قبولی طاعت و رشد معنوی روزه دار
مؤثر است.

الف- در روایتی آمده است: رسول اکرم هنگامی که
می خواستند افطار کنند این دعا را می خواندند:
«اللهم لَكَ صُئِمْنَا وَ عَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْنَا، فَتَقَبَّلْهُ مِنَّا»^۲

۱- همان، صص ۱۱۷-۱۱۳

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۶، ح ۳۰۱

خداوندا، برای تو روزه گرفتیم و بر رزق تو افطار کنیم، پس این روزه را از ما بپذیر.

امیرالمؤمنین نیز هنگام افطار چنین دعا می کرد:

«بسم الله اللهم لك صمنا و على رزقك افطرنا فتقبل منا انك أنت السميع العليم.»^۱

در حدیثی امام رضا علیه السلام پس از تقبل منا افزودند: و اغفر لنا انک انت الغفور الرحیم»^۲

«لک صمنا» دلالت بر خلوص روزه دار می کند. یعنی ما برای امتثال امر تو خالصاً لوجهک روزه گرفتیم. هدف دیگری جز انجام وظیفه نبوده است.

استعمال صیغه جمع به خاطر آن است که اولاً موفقیت در انجام طاعت روزه ما را مغرور نسازد. توجه داشته باشیم ده ها میلیون نفر در سرتاسر جهان روزه می گیرند. علاوه بر اینکه ما را از فردگرایی برحذر می دارد.

«علی رزقک افطرنا» یعنی ما توجه داریم که رازق همه ما تو هستی، همه کنار سفره گسترده تو نشسته ایم.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۶، ح ۳۰۱

۲- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۲

منعم حقیقی تو هستی. لذا امتثال امر خدا در قالب روزه داری نوعی سپاسگزاری در برابر محبت و موهبت خداوند نسبت به بندگان خویش است. و نظر به اینکه به هنگام روزه ما غالباً نمی توانیم به نحو شایسته و بایسته آداب روزه داری را رعایت کنیم و اعضاء خود را از گناه بازداریم. از او می خواهیم روزه ما را با همه کاستیها و خلل ها از ما بپذیرد. «فَتَقَبَّلْهُ مِنَّا».

ب- ابوبصیر از امام صادق علیه السلام روایت کرده که فرمود: در هر شب از ماه مبارک رمضان هنگام افطار چنین بگو:

«الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي اعَانَنَا فَصُمْنَا وَرَزَقَنَا فَأَفْطَرَنَا، اللَّهُمَّ تَقَبَّلْ مِنَّا وَاعِنَّا عَلَيْهِ وَسَلِّمْنَا فِيهِ وَتَسَلِّمْهُ مِنَّا فِي يُسْرِ مِنْكَ وَعَافِيهِ. اَلْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي قَضَىٰ عَنَّا يَوْمًا مِنْ شَهْرِ رَمَضَانَ»^۱

حمد و سپاس خدایی را که ما را یاری کرد تا روزه بگیریم و به ما روزی داد، پس بر رزقی که او به ما عطا نموده افطار می کنیم. خداوندا این روزه را از ما قبول کن. ما را بر روزه داری در این ماه یاری فرما. ما را از آفات و

امراض سلامت بدار و آن را در آسانی و سلامت قرار بده. سپاس خدایی را سزااست که یک روز از ماه رمضان از ما گذشت و ما را در انجام تکلیف شرعی خود توفیق عنایت فرمود.

این دعا را شیخ کلینی و شیخ صدوق و شیخ طوسی و شیخ مفید روایت کرده اند.

ج- سید بن طاوس در اقبال روایت کرده که پیامبر گرامی صلی الله و علیه و آله وسلم فرمود: بنده ای نیست که روزه بگیرد و هنگام افطار چنین دعا کند مگر اینکه از گناهانش پاک شود مانند روزی که مادر او را زاییده بود.

«یا عظیم یا عظیم، أنت إلهی، لا اله لی غیرک، اغفر لی الذنبَ العظیم، انه لا یغفر الذنبَ العظیم إلاَّ العظیم»^۱

ای خدای بزرگ، تو معبود من هستی، معبودی برای من جز تو نیست، پس گناه بزرگ مرا برایم بیامرزد. زیرا گناه بزرگ را جز ذات عظیم نمی بخشد.

۸- قرائت سوره قدر

از امام زین العابدین روایت شده است:

۱- الوسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۶، ح ۲ و ص ۱۰۷، ح ۶

«من قرأ انا انزلناه عند فطوره و سحوره کان فیما بینهما کالمتشحط بدمه فی سبیل الله»^۱

هر کس سوه قدر را به هنگام افطار و سحر بخواند، در فاصله سحر تا افطار که روزه است مانند رزمنده ای است که در راه خدا جهاد کرده و جراحات شدید برداشته، در خون خود غوطه می خورد تا سرانجام به درجه رفیع شهادت نائل شود.

۹- عرض حاجات

آنچه پیش از این بیان شد دعا در خصوص قبول شدن روزه بود. در اینجا مراد این است که شخص روزه^۲ دار هنگام افطار هر حاجتی و خواسته ای دارد بر خدا عرضه نماید.

زمان و مکان در اجابت دعا مدخلیت دارد. وقت افطار مانند وقت سحر و شب و روز جمعه دعا مستجاب است.

از امام کاظم علیه السلام روایت شده که فرمود:

«ان لكل صائم عند فطوره دعوة مستجابة»

هر روزه داری هنگام افطار یک دعای مستجاب دارد.

اولین لقمه ای که برمی دارد تا در دهان بگذارد، بگوید:
«بسم الله، یا واسع المغفره اغفرلی»^۱

در روایت دیگر آمده است چنین بگو:

«بسم الله الرحمن الرحيم یا واسع المغفره اغفرلی، فانه
من قالها عند افطاره غفر له»^۲

کسی که این دعا را در وقت افطار بگوید، آمرزیده
شود.

۱۰ - تقدیم نماز مغرب

دهمین چیزی که برای روزه دار مستحب است آن است
که پیش از آنکه افطار کند، نماز مغرب را به جا آورد.
سپس افطار نماید.

روایات متعددی در این باره وارد شده است.

امام صادق علیه السلام فرمود:

«يستحب للصائم ان قوی علی ذلک ان یصلی قبل ان
یفطر»^۳

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۷، ح ۸

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۷، ح ۹

۳- الوسائل، ج ۷، ص ۱۰۸، ابواب آداب صائم، باب ۷

برای روزه دار مستحب است اگر بتواند قبل از افطار نمازش را بخواند.

امام باقر علیه السلام نیز فرمود: در ماه رمضان ابتدا نماز بخوان، بعد افطار کن مگر اینکه با گروهی باشی که منتظر افطار هستند. اگر با ایشان افطار کردی مخالفت با ایشان نکن. پس افطار کن بعد نماز به جا آور. اما اگر کسی منتظر افطار نیست، ابتدا نماز بخوان.

راوی پرسید دلیل تقدیم نماز بر افطار روزه چیست؟

فرمود: «لأنه قد حضرک رمضان: الافطار والصلاة»

به خاطر اینکه تو با دو واجب مواجه هستی: افطار و نماز.

«فابدأ بأفضلهما و افضلهما الصلاة» پس به برترین آن دو مبادرت کن و برترین آن دو نماز است، سپس فرمود: نماز بخوانی در حالی که روزه هستی، برای تو ثواب نماز روزه دار در پرونده اعمال نوشته می شود.

۱۱- تفطیر:

افطاری دادن به روزه داران نیز مستحب است و ثواب فراوان دارد.

از امام کاظم و امام رضا سلام الله علیهما روایت شده که فرمودند:

«تفطیرک اخاک الصائم أفضل من صیامک»^۱

افطاری دادن به برادر روزه دارت از روزه گرفتنت برتر است.

در روایتی افطاری دادن معادل ثواب آزادی برده و موجب آمرزش گناهان گذشته دانسته شده است.^۲

۱۲- اعتکاف

برحسب آنچه در روایات آمده است پیامبر گرامی در ماه مبارک رمضان در سال اول دهه اول را و در سال دوم دهه دوم را و در سال سوم دهه سوم را معتکف می شدند. در سالی که جنگ بدر واقع شد، و پیامبر نتوانست در دهه دوم معتکف شود. سال بعد دو دهه اعتکاف کردند. یک دهه به عنوان قضای سال قبل، و دهه دیگر برای همان سال. این نشانه اهمیت اعتکاف در ماه مبارک رمضان است. چنانچه فرمود:

۱- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۷، ح ۵

۲- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۳۱۷، ح ۸

«اعتکاف عشر فی شهر رمضان تعدل حجتین و عمرتین»^۱
 ثواب اعتکاف ده روز در ماه رمضان با ثواب دو حج و دو عمره برابر است. امام صادق فرمود: «کان رسول الله اذا کان العشر الاواخر اعتکاف فی المسجد و ضربت له قبة من شعر و شمر المیزر و طوی فراشه»^۲

پیامبر وقتی دهه آخر رمضان می شد در مسجد اعتکاف می کرد و خیمه گنبدی شکل از موی شتر برایش برپا می شد و لباسش را آماده می ساخت و بسترش را جمع می کرد و خود را مهیای عبادت می ساخت.

۱۳- حفظ اعضاء از مکروهات

صاحب وسائل محدث محقق شیخ حرعاملی در وسائل الشیعه در این باره بابی منعقد کرده تحت عنوان: «باب استحباب امساک جمیع اعضاء الصائم عما لا ینبغی من المکروهات»^۳

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۹۷، ح ۳

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۰۸، ح ۲

۳- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۱۱۶

یعنی استحباب امساک جمیع اعضاء از چشم و گوش و زبان از امور مکروه که سزاوار نیست شخص روزه دار آنها را انجام دهد.

بدیهی است آنچه حرام است در همه حال مخصوصاً در حال روزه باید ترک شود. ولی نسبت به آنچه مکروه است نیز روزه دار باید مراقبت داشته باشد.

امام صادق علیه السلام فرمود: «لایکون یوم صومک لیوم فطرک»^۱

روزی که روزه هستی با روزی که روزه نیستی نباید یکسان باشد.

«الصیام لیس من الطعام و الشراب، و الانسان ینبغی أن یحفظ لسانه من اللغو و الباطل فی رمضان و غیره»^۲

روزه داری فقط امساک از خوردن و آشامیدن نیست. سزاوار است انسان زبانش را از سخن لغو و باطل در ماه رمضان حفظ نماید. همچنین غیر زبان از سائر اعضاء را کنترل نماید.

۱- همان، ح ۱

۲- همان، ح ۶

«اذا أصبحت صائما فليصم سمعك و بصرک عن الحرام و جارحتك و جميع اعضائك عن القبیح، و ایاك و المباشرة و القبلة و القهقهه بالضحك فان الله یمقت ذلك»^۱

هرگاه روزه گرفتی پس باید گوشت و چشمت از حرام امساک کند و تمام اعضایت را از عمل قبیح بازداری، از لذت جویی و قهقهه زدن دوری کن زیرا خدا آن را مبعوض می دارد.

بخش سوم

اقسام روزه

روزه چهار قسم است: واجب، حرام، مکروه، مستحب.

روزه های واجب:

روزه واجب یازده قسم است:

۱- روزه ماه مبارک رمضان

۲- روزه قضا: کسی که به واسطه عذری مانند بیماری، مسافرت، حیض نتواند روزه بگیرد، پس از رفع عذر باید به تعداد روزهایی که روزه نگرفته، روزه بگیرد.

۳- روزه كفاره رمضان یعنی بر هر کسی که روزه رمضان را بدون عذر به طور عمدی افطار کرده باشد، شصت روز، روزه به عنوان كفاره بر او واجب است.

۴- روزه كفاره ظهار در صورت عجز از آزاد کردن برده. که در دوران ما برده داری رسمی لغو شده است^۱، مراد این است که شوهر به همسرش در حال خشم بگوید:

«ظهرک کظهر اُمی» یعنی همان طور که پشت مادرم بر من حرام است، تو نیز بر من حرام هستی. این عبارت در دوران جاهلیت صیغه طلاق بشمار می آمده است.

۵- روزه كفاره قتل خطای، «فمن قتل مؤمنا خطأ فتحرير رقبه مؤمنه فمّن لم يجد فصيام شهرين متتابعين»^۱

۶- روزه روز سوم اعتكاف: کسی که اعتكاف کند روزه روز سوم بر او واجب می شود.

۷- ده روز روزه بدل قربانی در حج تمتع برای کسی که نتواند در منی قربانی کند.^۲

۸- سه روز روزه برای حاجی که نتواند سر بتراشد.^۳ که سه روز آن باید متوالیا در مکه باشد و هفت روز پس از بازگشت.

۹- روزه ای که متعلق نذر یا عهد باشد.

۱۱- سه روزه كفاره نقض قسم

۱- امالی، ص ۲۶۷

۲- بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۲۶۶، ح ۱۴

۳- سوره بقره، آیه ۱۹۶

«فَصِيَامُ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ ذَلِكَ كَفَّارَةٌ لِّإِيمَانِكُمْ إِذَا حَلَفْتُمْ»^۱

۱۲- روزه صید عمدی در حال احرام و داخل حرم.

«أَوْ عَذْلُ ذَلِكَ صِيَامًا»^۲

روزه های حرام:

روزه های حرام هشت قسم است:

۱- روزه عید فطر (اول شوال)

۲- روزه عید قربان (دهم ذیحجه)

۳- ایام تشریق: روزه، روزهای ۱۱، ۱۲، ۱۳ ذیحجه

برای کسی که برای انجام مناسک حج درمنی باشد.

شیخ صدوق در حدیث مناهی نقل کرده است:

«أَنَّ النَّبِيَّ نَهَى عَنْ صِيَامِ سِتَّةِ أَيَّامٍ، يَوْمَ الْفِطْرِ، وَ

يَوْمَ الشَّكِّ وَ يَوْمَ النَّحْرِ، وَ أَيَّامَ التَّشْرِيقِ»^۳

۴- روزه زن در حال حیض یا نفاس.

۵- روزه ای که برای انسان ضرر داشته باشد.

۱- سوره مائده، آیه ۸۹

۲- سوره مائده، آیه ۹۵

۳- امالی، ص ۲۵۵، بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۲۶۴

۶- روزه وصال که دو روز پیایی بدون افطار و سحری

روزه بگیرد. «لا وصال فی صیام»^۱

گاهی از آن به قران تعبیر شده است. ابن ادریس در کتاب سرائر از کتاب حریز نقل کرده که زرارہ روایت کرده امام باقر علیه السلام فرمود: «لا قران بین صومین»^۲

۷- روزه یوم الشک به نیت اول ماه رمضان، یوم الشک روزی است که انسان نمی داند آن روز آخر شعبان است یا اول رمضان.

۸- روزه نذر معصیت: کسی نذر کند یا سوگند جلاله یاد کند یا صیغه عهد جاری کند اگر توفیق یابد فلان معصیت را مرتکب شود، به شکرانه آن روزه بگیرد.

مشایخ ثلاث به اسناد خود از زهری روایت کرده که امام سجاد علیه السلام فرمود: «صوم نذر المعصية حرام»^۳ روزه نذر معصیت حرام است.

۱- امالی، ص ۲۶۷، وسائل الشیعه، جلد ۷، ص ۳۸۸، ح ۳۸، ۱۰

۲- بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۲۶۶، ح ۱۴

۳- الوسائل، ج ۷، ص ۳۹۱، ح ۱

همچنین در وصایای رسول اکرم به علی بن ابیطالب بر این مطلب تصریح شده است.

روزه مکروه:

روزه گرفتن در چند روز کراهت دارد:

۱- روز عاشورا: در روایت ضمن اشاره به واقعه

شهادت امام حسین علیه السلام در این روز و

شادی خاندان زیاد و شامیان فرمود: «فمن صام او

تبرک به حشره الله مع آل زیاد ممسوخ القلب

مسخوط علیه»^۱

۲- روز عرفه در صورتی که ضعف حاصل از روزه

مانع خواندن دعاهاى وارده بشود. از اینجا استفاده

می شود اهتمام به دعا در روز عرفه باید داشت.

۳- روزه مستحبی میهمان بدون رضایت میزبان و

بالعکس.

پیامبر گرامی فرمود: «لا ینبغی للضیف أن یصوم الا باذنهم

ولا ینبغی لهم أن یصوموا الا باذن الضیف»^۲

۱- الوسائل، ج ۷، ص ۳۴۰، ح ۲

۲- الوسائل، ج ۷، ص ۳۹۴، ح ۱

۴- روز دوم و سوم شوال. عبدالرحمان بن حجاج می گوید از امام صادق پرسیدم: آیا دو روز بعد از عید فطر روزه گرفته شود یا نه؟

فرمود: «اگره لك أن تصومهما»^۱ روزه آن دو روز را مکروه می دانم.

همچنین فرمود: «لاصيام بعد الاضحى ثلاثة ايام ولا بعد الفطر ثلاثة ايام، انها ايام اكل وشرب»

سه روز بعد از عید قربان و سه روز بعد از عید فطر روزه نیست. زیرا این سه روز خوردن و آشامیدن است.

با احتساب روز اول شوال که روزه اش حرام است، از این سه روز، روزه روز دوم و سوم شوال مکروه است و نهی در اینجا حمل بر کراهت شده است.

کما اینکه از این روایت استفاده می شود روزه روز یازدهم و دوازدهم ذیحجه نیز کراهت دارد. بنابراین روزه در این سه روز نفی شده است روز عید به حرمت و دو روز بعد به کراهت، شایان ذکر است کراهت دو روز بعد از قربان نسبت به کسی است که در منی حضور ندارد.

^۱ - الوسائل، ج ۷، ص ۳۸۷، ح ۲، ۱

به این ترتیب می توان مورد پنجمی را به روزه های مکروه افزود:

۵- روز یازدهم و دوازدهم ذیحجه برای کسانی که در سرزمین منی نباشند.

۶- روزه مستحبی زن بدون اجازه شوهر.

در حدیث نبوی آمده است: «من طاعة المرأة لزوجها أن لاتصوم تطوعا الا باذنه وأمره»^۱

از مصادیق اطاعت زن نسبت به شوهر آن است که بدون اجازه او روزه نگیرد.

۷- روزه مستحبی فرزند بدون اجازه پدر و مادر، به طوری که به زحمت بیفتند.

«و من برالولد بأبويه أن لا يصوم تطوعا الا باذن أبويه وأمرهما»^۲

از مصادیق نیکی فرزند به پدر و مادر آن است که روزه مستحبی جز با اجازه آنها نگیرد.

^۱ - الوسائل، ج ۷، ص ۳۹۶، ح ۲، ۳

^۲ - الوسائل، ج ۷، ص ۳۹۶، ح ۲، ۳

بخش چهارم

روزه های مستحبی

روزه تمام روزهای سال مستحب است به استثناء ماه مبارک رمضان که روزه آن واجب است و روزهایی که روزه آن حرام یا مکروه است.

پیامبر فرمود: «من صام یوما تطوَّعا ابتغاء ثواب الله وجبت له المغفرة»^۱

کسی که یک روز به قصد استحباب و درک ثواب روزه بگیرد آمرزش الهی بر او واجب شود.

در حدیث قدسی نیز آمده است:

«کل عمل ابن آدم هو له الا الصيام فهو لی و أنا آجزی به»^۲

هر عمل عبادی و کار نیکی که انسان انجام دهد، آن عمل برای خود او است. مگر روزه که برای من است. و من جزای آن هستم.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۹۳، ح ۲۱

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۹۴، ح ۲۷

امام رضا علیه السلام در بیان حکمت روزه های مستحبی فرمود:

«انما جعل صوم السنّه لیكمل به صوم الفرض»^۱

روزه مستحبی قرار داده شده تا اینکه روزه واجب به واسطه آن کامل گردد.

همچنین شیخ مفید در کتاب مقنعه از پیامبر روایت کرده که فرمود: «عرضت علیّ اعمال امتی فوجدت فی اکثرها خللا و نقصانا فجعلت مع کل فریضه مثلیها نافله لیكون من آتی بذلک قد حصلت له الفریضه»^۲

اعمال امت بر من عرضه شد. در بیشتر آنها خلل و نقصان یافتم. پس با هر فریضه ای دو برابر آن را مستحب کردم تا عمل واجب او به طور کامل حاصل شود.

خدا هفده رکعت نماز در هر شب و روز واجب کرد و ۳۴ رکعت به عنوان نافله، همچنین خدا روزه ماه رمضان را در هر سال واجب کرد و پیامبر روزه شصت روز را سنت گذاشت، تا روزه واجب کامل شود.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۰۶، ح ۸

۲- وسائل الشیعه، ص ۳۱۱، ح ۲۷

اقسام روزه های مستحب

روزه های مستحب را می توان به سه دسته تقسیم کرد:

دسته اول: روزه هایی که مناسبت خاص معین ندارد.

بلکه در بعضی روزها و هر هفته و هر ماه مطرح و قابل تکرار در طول سال است.

۱- روزه هفتگی:

مانند روزه گرفتن در روزهای دوشنبه، پنجشنبه و جمعه، که بهتر است اگر کسی بخواهد دو روز متوالی بگیرد پنجشنبه و جمعه باشد و غیر متوالی روز دوشنبه و پنجشنبه. چنان که در مورد پیامبر روایت شده است. «صام الاثین و الخمیس»^۱

در روایتی که زهری از امام سجاد علیه السلام نقل کرده به آن اشاره شده است.^۲

۲- روزه ماهانه:

روزه گرفتن سه روز در هر ماه مستحب است.

۱- الوسائل، ص ۳۰۵، ح ۵

۲- الوسائل، ص ۳۰۰، ح ۱

۱- پنجشنبه اول، چهارشنبه وسط، پنجشنبه آخر ماه.^۱
 زراره می گوید از امام صادق علیه السلام پرسیدم سنت
 در مورد روزه به چه کیفیت است؟ فرمود: «ثلاثة ايام من
 كل شهر: الخميس في العشر الاول، و الاربعاء في العشر
 الاوسط والخميس في العشر الاخر».^۲

۲- چهارشنبه اول، پنجشنبه وسط، چهارشنبه آخر.^۳

۳- چهارشنبه و پنجشنبه و جمعه^۴، چه به صورت پی
 در پی باشد، چه به صورت جدا، هر کدام در دهه ای.
 در حکمت استحباب روزه چهارشنبه و پنجشنبه در
 روایات آمده است. روز پنجشنبه روز عرضه اعمال است.
 وقتی انسان در این روز روزه دار باشد، مورد عنایت قرار
 خواهد گرفت. روز چهارشنبه نیز روزی است که خدا
 آتش دوزخ را آفرید و بسیاری از اقوام گذشته بر اثر ظلم
 و فساد در این روز بلا بر آنها نازل شد و به هلاکت
 رسیدند.^۵

۱- الوسائل، ص ۳۰۳، ح ۱ و ص ۳۰۵، ح ۵

۲- الوسائل، ص ۳۰۳، ح ۱ و ص ۳۰۵، ح ۶

۳- وسائل، ص ۳۱۳، ح ۱

۴- وسائل، ص ۳۱۳، ح ۱

۵- عیون الاخبار، ص ۲۶۲- علل الشرایع، ص ۱۰۰

همچنین امام رضا علیه السلام در حدیثی فرمود: حکمت اینکه در هر ماه سه روز، در هر ده روز یک روز روزه مستحبی تشریع شده است آن است که خدای متعال فرموده است: «من جاء بالحسنة فله عشر امثالها»^۱
هر کس کار نیکی بیاورد، ده برابر آن برایش ثواب منظور شود.

«فمن صام فی کل عشرة ايام یوما واحداً فکأنما صام الدهر کله»^۲

پس هر کس در هر ده روز یک روز روزه بگیرد، مثل این است که تمام سال را روزه بوده است. چون سه روز، روزه معادل روزه ماه است.

۳- ایام البیض

روزه روزهای سیزدهم، چهاردهم و پانزدهم هر ماه به ویژه ماه رجب مستحب و مورد تأکید است.

سید بن طاوس از کتاب تحفه المؤمن تألیف عبدالرحمن حلوانی از امیرالمؤمنین علیه السلام روایت کرده است که

۱- سوره انعام، آیه ۱۶۰

۲- وسائل الشیعه، ص ۳۰۶، ح ۸

پیامبر گرامی فرمود: جبرئیل نزد من آمد و گفت: «قل لعلى: صم من كل شهر ثلاثة ايام» به علی بگو، سه روز از هر ماه روزه بگیر. برایت ده هزار حسنه نوشته می شود. پرسیدم: آیا این مخصوص من است یا شامل حال عموم مردم می شود؟ فرمود: «يعطيك الله ذلک و لمن عمل مثل ذلک» خدا این ثواب را به تو و به هر کس مثل تو عمل کند عطا می نماید.

پرسیدم: آن سه روز کدام است؟ فرمود: «الايام البيض من كل شهر و هي الثالث عشر و الرابع عشر و الخامس عشر»^۱

ایام بیض از هر ماه که عبارت است از روزهای سیزدهم، چهاردهم و پانزدهم هر ماه. در روایتی در سبب نامگذاری این سه روز به ایام البیض آمده است.

هنگامی که خداوند آدم را از بهشت بیرون راند و به زمین هبوط داد. چهره اش سیاه گشت. فرشتگان چون او را چنین دیدند، نالیدند و گریستند. منادی از آسمان ندا داد: امروز برای خدایت روزه بگیر. روز دوم نیز ندا آمد

امروز نیز روزه بگیر. روز سوم ندا آمد امروز نیز روزه بگیر. آن سه روز مصادف بود با روز سیزدهم، چهاردهم و پانزدهم، هر روز که روزه گرفت مقداری از سیاهی او زائل شد. و روز سوم به طور کامل سیاهی رفت و چهره اش سفید گشت. «فسمیت ایام البیض للذی رد الله عزوجل علی آدم من بیاضه»

از این رو این سه روز ایام البیض نامیده شد. آنگاه خطاب شد: «یا آدم، هذه الثلاثة ایام جعلتها لك ولولدك، من صامها فی كل شهر فكأنما صام الدهر»^۱ ای آدم، این سه روز را برای تو و فرزندانت قرار دادم، هر کس این سه روز را در هر ماه روزه بگیرد گویا تمام سال را روزه گرفته است.

۴- روزهای پنجشنبه، جمعه و شنبه از ماه های حرام.

شیخ مفید در مقنعه از انس نقل کرده که پیامبر فرمود: «من صام من شهر حرام الخمیس والجمعه والسبت، كتب الله له عبادة تسع مائة سنه»^۱

کسی که این سه روز را از ماه حرام روزه بگیرد خداوند عبادت ۹۰۰ سال برایش بنویسد. ماه های حرام عبارت است از: ماه محرم، رجب، ذیقعد، ذیحجه

دسته دوم: روزهای خاص معین

روزه در روزهای معین در طول سال مستحب است. این روزها به ترتیب ماه های قمری عبارت است از:

۱- روز اول، سوم و نهم محرم

ریان بن شیب می گوید اول محرم بر امام رضا علیه السلام وارد شدم. پرسید: روزه هستی. عرض کردم: نه، فرمود: امروز روزی است که زکریا در این روز دعا کرد و از خدا خواست فرزندی به او عطا فرماید.

«رب هب لی من لدنک ذریه طیبه انک سمیع

الدعا»^۲

خدا دعای او را مستجاب کرد و او را به داشتن فرزندی

به نام یحیی بشارت داد. «ان الله یشرک بیحیی»^۳

۱- همان، ص ۳۴۷، ح ۴

۲- سوره آل عمران، آیه ۳۷ و ۳۸

۳- سوره آل عمران، آیه ۳۷ و ۳۸

آنگاه فرمود: «فمن صام هذا اليوم ثم دعا الله عزوجل استجاب الله له كما استجاب لذكرى»^۱

پس هر کس در این روز روزه بگیرد و دعا کند و حاجت خود را بر خدا عرضه بدارد خدا دعای او را اجابت نماید.

همچنین روایت شده که پیامبر فرمود:

«من صام اليوم الثالث من المحرم استجيب دعوته»^۲

کسی که روز سوم ماه محرم روزه بگیرد، دعایش اجابت شود.

ابن عباس می گوید چون هلال ماه محرم را دیدی. پس روزها را بشمار.

«فاذا أصبحت من تسعه فأصبح صائما»^۳

هرگاه وارد روز نهم شدی آن روز را روزه بگیر.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۴۷، ح ۲

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۴۷، ح ۹

۳- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۴۷، ح ۱۰

راوی پرسید: آیا روزه پیامبر چنین بوده است؟ گفت: آری.

۲- هفدهم ربیع:

میلاد حضرت رسول اکرم صلی الله و علیه و آله و سلم
از ائمه هدی روایت شده که فرمودند:

«من صام يوم السابع عشر من شهر ربیع الاول و
هو مولد سیدنا رسول الله (ص) کتب الله له صیام
سنته»^۱

کسی که روز هفدهم ربیع الاول که میلاد سرور کائنات
رسول خدا است روزه بگیرد، خدا برایش روزه یک سال
را در نامه اعمالش بنویسد.

این روایت در کتب معتبر شیعه مانند مصباح شیخ
طوسی، مقنعه شیخ مفید، خرائج و جرائح راوندی، تهذیب
شیخ، روضه الواعظین فارسی و غیره نقل شده و شیخ
حرعاملی در قالب هفت روایت در باب ۱۹ کتاب صوم،
وسائل الشیعه آنها را گرد آورده است.

۳- ماه رجب:

ماهی است که روزه در تمام روزهای آن مستحب و مورد تأکید است و ثواب فراوان برای روزه داری در ماه رجب ذکر شده است.

الف- اول رجب: در روایتی امام صادق علیه السلام فرمود:

«من صام اول يوم من رجب تباعدت عنه النار مسيره سنه»

کسی که روز اول ماه رجب را روزه بگیرد آتش دوزخ به اندازه مسیر یکسال از او دور شود.

«و من صام سبعة ايام اغلقت عنه ابواب النيران السبعة»

کسی که هفت روز از ماه رجب روزه بگیرد هفت در دوزخ به رویش بسته شود.

«و من صام ثمانية ايام فتحت له ابواب الجنان الثمانية»

کسی که هشت روز روزه بگیرد هشت در بهشت به رویش گشوده شود.

«و من صام خمسة عشر يوما اعطى مسألته»
و کسی که پانزده روز از ماه رجب را روزه بگیرد،
حاجتش روا گردد.

«و من زاد زاده الله عزوجل»^۱
و کسی که بیش از نیمی از ماه را روزه بگیرد، خداوند
ثوابش را افزون کند.
همچنین ابوسعید خدری از پیامبر گرامی روایت کرده
است:

«من صام من رجب ثلاثين يوما نادى مناد من
السماء، يا عبدالله، اما ما مضى فقد غفرلك،
فاستأنف العمل فيما بقى، هذا لمن صام رجب
كله»^۲

کسی که تمام سی روز ماه رجب را روزه بگیرد منادی
از آسمان ندا دهد، گناهان گذشته ات آمرزیده شد.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۴۸

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۵۳

پس عمل را در باقیمانده عمرت از سرگیر. این ثواب عظیم برای کسی است که تمام ماه رجب را روزه بگیرد. از امیرالمؤمنین علیه السلام نیز روایت شده است که فرمود:

«من صام یوما من رجب فی اولی او فی آخره او فی وسطه غفر له ما تقدم من ذنبه و ما تأخر»^۱
کسی که یک روز از ماه رجب در اول آن یا آخر آن یا وسط ماه روزه بگیرد گناهان گذشته و آینده اش بخشوده شود.

اما نسبت به گذشته مشمول عفو الهی می شود زیرا روزه داری آثار وضعی گناهان گذشته را از بین می برد. اما نسبت به آینده چنان نیروی معنوی به برکت روزه داری در او پدید می آید که میل به گناه در او ضعیف می شود. همچنین نسبت به کسی که سه روز اول ماه و سه روز وسط ماه یعنی ایام البیض و سه روز آخر ماه رجب را روزه بگیرد، همین ثواب ذکر شده است.

همچنین روایت شده است روز قیامت منادی از عرش ندا دهد.

«أین الرجبیون»^۱ رجبیون کجا هستند. گروهی که چهره هایشان برای اهل محشر می درخشد و بر سرشان تاج کرامت نهاده شده به پا می خیزند. سپس امام در ادامه حدیث فرمود: این ثواب فراوان برای کسی است که در ماه رجب روزه گرفته است، هر چند یک روز از اول یا وسط یا آخر ماه باشد.

ب - روزه ایام البیض ماه رجب مورد تأکید است. شیخ طوسی روایت کرده که امام صادق علیه السلام فرمود:

«من صام الايام البيض من رجب، كتب الله له بكل يوم صيام سنته و قیامها، و وقف يوم القیامه موقف الامین»^۲

کسی که سه روز وسط ماه رجب را روزه بگیرد خداوند به ازای، هر روز، روزه یک سال و قیام به عبادت شبانه

۱- وسائل الشیعه، ص ۳۵۵، ح ۱۲

۲- همان، ص ۳۵۷، ح ۲۲

یکسال برایش ثبت نماید. و روز رستاخیز در جایگاه کسانی که ایمن از عذاب هستند بایستد.

ج - نیمه رجب: در کتاب شریف مصباح المتهجد از ریان بن صلت روایت شده که امام هادی علیه السلام هنگامی که در بغداد بود روز نیمه رجب و ۲۷ رجب خودشان و همراهانشان روزه می گرفتند.^۱

د - روز بیست و هفتم:

۲۷ رجب روز بعثت رسول اکرم است.

امام صادق علیه السلام طبق روایت فرمود:

«صیام سبعة و عشرين من رجب يعدل عندالله صیام سبعین سنه»^۲

روزه ۲۷ رجب نزد خدا معادل روزه هفتاد سال است.

امام رضا علیه السلام فرمود:

«من صام ذلك اليوم كتب الله له صیام سبعین

سنه»

۱- همان، ص ۳۳۰، ح ۷

۲- همان، ص ۳۵۷، ح ۲۵ - ص ۳۳۰، ح ۳

هر کس آن روز را روزه بگیرد خداوند روزه هفتاد سال را برایش بنویسد.

در مورد روز ۲۵ و ۲۷ ماه رجب نیز چنین تعبیری از امام رضا علیه السلام در روایت وارد شده است.^۱

بنابراین سه روز ۲۵، ۲۶ و ۲۷ و سه روز ۲۷، ۲۸ و ۲۹ روزه اش مستحب است

ه- پنجشنبه اول: روزه پنجشنبه اول ماه رجب مستحب موکد است و شب جمعه اول را لیلۃ الرغائب گویند، یعنی شبی که آنچه بنده از خدا بخواهد برآورده شود. در این شب ۱۲ رکعت نماز نیز وارد است.

۴- ماه شعبان:

روزه گرفتن در ماه شعبان نیز مانند ماه رجب مورد تأکید می باشد.

ماه شعبان ماه پیامبر است. همسران پیامبر روزه های قضای خود را در این ماه می گرفتند و پیامبر نیز بر روزه این ماه اهتمام داشت.

امام رضا علیه السلام طبق روایت سلیمان مروزی فرمود: «كان رسول الله صلى الله و عليه و آله وسلم يكثر الصيام في شعبان»

پیامبر در ماه شعبان زیاد روزه می گرفت، سپس افزود: پیامبر فرمود: شعبان ماه من و برترین ماه ها بعد از ماه رمضان است.

«فمن صام فيه يوما كنت شفيعه يوم القيامة»^۱
هر کس در ماه شعبان یک روز روزه بگیرد من شفیع او در روز رستاخیز باشم.

سید بن طاوس به اسانید متعدد از امام صادق و او از نیاکانش از رسول اکرم صلی الله و علیه و آله وسلم روایت

کرده که فرمود: هر کس یک روز از ماه شعبان روزه بگیرد من روز قیامت شفیع او خواهم بود. هر کس دو روز، روزه بگیرد خداوند گناهان گذشته او را ببامزد. هر کس سه روز از ماه شعبان روزه بگیرد به او خطاب شود، عملت را از سر گیر. یعنی گناهی بر او نماند و گذشته اش پاک شود.^۱

در صلوات شعبانیه که از امام سجاد علیه السلام وارد شده می خوانیم: «کان رسول الله ید أب فی صیامه و قیامه فی لیلایه و ایامه، اللهم فأعنا علی الاستئان بسنته فیه و نیل الشفاعه لدیه»

الف - روز اول شعبان

امام صادق علیه السلام طبق روایت ابن ازدی فرمود:

«من صام اول یوم من شعبان وجبت له الجنة»^۲

هر کس روز اول شعبان روزه بگیرد بهشت بر او واجب شود.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۶۳ - ص ۳۶۶، ح ۲۴

۲- همان، ص ۳۶۳، ح ۸ - ص ۳۶۶، ح ۲۶

ب - دوشنبه و پنجشنبه

پیامبر گرامی فرمود: «من صام يوم الاثنين و الخميس من شعبان، قضی له عشرين حجة من حوائج الدنيا و عشرين حجة من حوائج الآخرة»^۱

کسی که روز دوشنبه و پنجشنبه از ماه شعبان روزه بگیرد، خداوند بیست حاجت از حاجات دنیوی و بیست حاجت از حاجات اخروی او را برآورد.

ج - سه روز اول، وسط و آخر ماه

در عیون الاخبار از امام رضا علیه السلام از نیاکانش روایت شده است.

«كان رسول الله اذا دخل شعبان يصوم في اوله ثلاثا و في وسطه ثلاثا و في آخره ثلاثا»^۲

پیامبر هنگامی که ماه شعبان فرا می رسید، در اول ماه سه روز، در وسط آن سه روز و در آخر ماه نیز سه روز روزه می گرفت.

۱- همان، ص ۳۶۳، ح ۸، ص ۳۶۶، ح ۲۶

۲- همان، ص ۳۷۶، ح ۲۷

د- سه روز آخر ماه: امام رضا علیه السلام فرمود:

«من صام ثلاثة ايام من آخر شعبان و وصلها بصيام شهر رمضان، كتب الله صيام شهرين متتابعين»^۱

کسی که سه روز آخر ماه شعبان را روزه بگیرد و آن را به روزه ماه رمضان متصل کند، خدا روزه دو ماه پیاپی را برای او بنویسد.

۵- روزه تمام روزهای ماه شعبان مانند ماه رجب مستحب و دارای فضیلت بسیار است.

بنابر نقل ابن عباس، اصحاب در حضور پیامبر در باب فضائل ماه شعبان سخن می گفتند. پیامبر فرمود: شعبان ماه شریفی است.

«هو شهر تزد فيه ارزاق المؤمنين»

ماه شعبان ماهی است که ارزاق اهل ایمان زیاد می شود.

آنگاه فرمود: «انما سمی شعبان لانه تتشعب فيه

ارزاق المؤمنين»

^۱ - همان، ص ۳۷۵، ۳۷۵ و ۲۲

این ماه شعبان نامیده شده به خاطر اینکه رزق و روزی مؤمنان در این ماه شعبه شعبه می شود و توسعه می یابد یعنی مجاری رزق متعدد گردد.

امام علی علیه السلام پیا خاست و محضر رسول خدا عرض کرد:

«بأبی أنت و امی یا رسول الله، صف لنا شیئا من فضائله لنزداد رغبة فی صیامه و قیامه»^۱

پدر و مادرم فدای شما باد ای پیامبر خدا، مقداری از فضائل این ماه برایمان توصیف کنید تا رغبت و اشتیاق ما نسبت به روزه داری و شب زنده داری در این ماه زیاد شود.

پیامبر برای روزه داری در این ماه شریف به تعداد ایام فضیلتی بیان فرمود که برای رعایت اختصار به چند مورد آن اشاره می کنیم. فرمود:

۱- «من صام اول یوم من شعبان کتب الله له سبعین حسنة، الحسنة تعدل عبادة سنة»^۲

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۷۰

۲- امالی صدوق، ص ۲۳

هر کس روز اول ماه شعبان را روزه بگیرد، خداوند برای او هفتاد حسنه بنویسد هر حسنه ای معادل عبادت یکسال باشد.

۲- «من صام خمسة ايام من شعبان حَبَّ الى العباد»

کسی که پنج روز از ماه شعبان روزه بگیرد، محبوب دلهای مردم شود.

۳- «من صام عشرة ايام من شعبان، استغفرت له الملائكة الى يوم القيامة»

کسی که ده روز، روزه بگیرد، فرشتگان تا روز قیامت برایش استغفار کنند.

۴- «و من صام خمسة عشر يوما من شعبان ناداه رب العزة و عزتي لأأحرقنک بالنار»^۱

کسی که پانزده روز از ماه شعبان روزه بگیرد خدای عزیز به او نداد دهد: به عزتم سوگند، تو را به آتش نمی سوزانم.

۵- «من صام ثلاثين يوما من شعبان ناداه جبرئيل من قدام العرش: يا هذا، استأنف العمل عملا جديدا غفرلك ما مضى و تقدم من ذنوبك»^۱

هر کس تمام ماه شعبان را روزه بگیرد جبرئیل ندا دهد، ای فلان، عملت را از سر گیر، گناهان گذشته و آینده ات آمرزیده شد. اگر گناهانت به تعداد ستارگان و قطرات باران و برگ درختان و سنگریزه بیابان و روزهای دنیا باشد همه را برایت آمرزیدم.

و - روز نیمه شعبان

نیمه شعبان بعد از شب قدر برترین شبها است.

«هی أفضل ليلة بعد ليلة القدر»^۲

امام باقر علیه السلام فرمود: شب نیمه شعبان شبی است که خداوند آن را برای ما اهل بیت اختصاص داده است به ازای شب قدر که برای پیامبر اسلام قرار داده است. پس در دعا کردن در این شب و تسبیح و تکبیر و تحمید خدا بکوشید. «فاجتهدوا فی الدعاء»^۳

۱- امالی صدوق، ص ۲۵، م ۷

۲- بحارالانوار، ج ۹۴، ص ۸۵، ح ۵

۳- بحارالانوار، ج ۹۴، ص ۸۵ ح ۵

از جمله شبهای عزیزی است که بر زنده نگاهداشتن آن تأکید شده است.

پیامبر گرامی فرمود: «من أحيى ليلة العيد و ليلة النصف من شعبان لو لم يموت قلبه يوم تموت القلوب»^۱ کسی که شب نیمه شعبان را احیا بدارد، دلش نمیرد، آن روزی که همه دلها بمیرند.

برقی از سعد بن سعد روایت کرده که امام رضا علیه السلام فرمود: امیرالمؤمنین سه شب را نمی خوابید شب بیست و سوم رمضان، شب عید فطر و شب نیمه شعبان.^۲ اما در خصوص روزه روز نیمه شعبان تأکید فراوان وجود دارد.

۵- ماه شوال:

روز اول شوال یعنی روز عید فطر همانطور که گفته شد روزه اش حرام است. همچنین روز دوم و سوم شوال نیز طبق روایت پسر حجاج کراحت دارد.

۱- همان، ص ۸۶، ح ۶

۲- همان، ص ۸۸، ح ۱۵

ولی به حسب نقل بعضی روایات مثل روایت زهری^۱ از امام سجاد علیه السلام روزه شش روز از ماه شوال بعد از ماه رمضان استحباب دارد. لکن با توجه به روایت حریز: «فلا تصومن بعد الفطر تطوعا الا بعد ثلاث یمضین»^۲ که روزه استحبابی را در سه روز اول شوال نفی می کند، دانسته می شود روزه در روزهای چهارم تا نهم شوال مستحب است.

۶- ماه ذی القعدة:

روزه پنج روز اول این ماه مستحب است.

۱- روز بیست و پنجم ماه ذیقعدة بنابر روایات متعدد روز دحوالارض است.

قرآن می فرماید: «والارض وما طحاها»^۳

سوگند به زمین و آنکه او را گستراند.

«والارض بعد ذلک دحاها»^۱ زمین را پس از آسمان

بگسترده و غلطاند.

^۱ - وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۰۱، ح ۱

^۲ - وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۸۷، ح ۳

^۳ - سوره شمس، آیه ۶

طحو و دحو هر دو به معنی غلطانیدن و گسترش دادن است. ناظر به حرکت وضعی زمین حول محور خود می باشد. و معنی گستردن بر نظریه انبساط قابل انطباق است. طبق روایت و شاء امام رضا علیه السلام فرمود: شب بیست و پنجم ماه ذیقعه زمین از زیر کعبه گسترش یافت. «فمن صام ذلک الیوم کن کمن صام ستین شهرا»^۲

هر کس آن روز را روزه بگیرد مانند کسی است که شصت ماه روزه گرفته است. از امام هادی علیه السلام در مورد روزهایی که روزه آن مستحب است سؤال شد «سئل عن الایام الّتی تصام فی السنه؟» امام یکی از آن چهار روز را همین روز بیان فرمود: «و الیوم الخامس و العشرون من ذی القعه و هو الیوم الذی دحیت فیہ الارض»^۳

۱- سوزه نازعات، آیه ۳۰

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۳۲-بحارالانوار، ج ۹۴، ص ۱۲۲

۳- بحارالانوار، ج ۹۳۰، ص ۲۶۶

روز ۲۵ ذی القعدة روزی است که زمین در آن روز گسترده شد. طبق برخی روایات این روز سالروز تولد ابراهیم خلیل الرحمن است و پیامبر گرامی اسلام برای انجام حجه الوداع در این روز از مدینه به سوی مکه خارج شدند.

۲- سه روز متوالی

ماه ذیقعدة یکی از چهار ماه حرام است.

در حدیث نبوی آمده است: «من صام من شهر حرام الخمیس و الجمعة و السبت كتب الله عباده تسع مائة سنة»^۱

هر کس سه روز پنجشنبه، جمعه و شنبه را به صورت متوالی در هر یک از ماه های حرام روزه بگیرد، خداوند عبادت نهصد سال برایش بنویسد.

شایان ذکر است ماه های حرام عبارتند از: ذیقعدة، ذی حجه، رجب، محرم.

۳- روز آخر ماه

شیخ صدوق در کتاب فقیه روایت کرده است:

«من صام ذلک الیوم کان کفارہ سبعین سنه»^۱
 کسی که روز ۲۹ ذیقعه یا آخر این ماه را روزه بگیرد،
 کفارہ گناهان هفتاد سال او خواهد بود.
 شایان ذکر است آخر ماه ذیقعه مصادف با شهادت
 حضرت جوادالائمه در سال ۲۲۰ هجری قمری است. شاید
 وجه استحباب روزه آخر ماه ذیقعه این باشد که با
 احتساب اینکه روزه دهه اول ذیحجه استحباب دارد و روز
 دهم یعنی عید قربان روزه اش حرام است، در مجموع به
 مصداق «تلك عشرة کامله» ده روز کامل روزه گرفته
 شود.

۷- ماه ذی الحجه:

علاوه بر روزه هایی که در روزهای معین در هر ماه
 مستحب است، در ماه ذیحجه روزه دهه اول و عید سعید
 غدیر مورد تأکید است.

۱- روزه اول ماه

شیخ کلینی از امام رضا علیه السلام روایت کرده است:

«فی اول یوم من ذی الحجه ولد ابراهیم خلیل الرحمن (ع) فمن صام ذلک الیوم کتب الله له صیام ستین شهرا»^۱

روز اول ماه ذیحجه ابراهیم خلیل تولد یافته است. پس کسی که در آن روز روزه بگیرد خداوند برای او ثواب روزه شصت ماه بنویسد.

۲- روز هشتم

روز هشتم ذیحجه که آن را روز ترویه گویند روزه اش مستحب است. در روایتی از امام صادق علیه السلام آمده است: «صوم یوم الترویه کفاره سنه» روزه روز ترویه کفاره یک سال گناه است.

۳- روز نهم

روز نهم ذیحجه که روز عرفه است روزه اش برای کسی که ضعف حاصل از روزه مانع دعاهاى وارد نباشد مورد تأکید است.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۳۴-الفقیه، ج ۲، ص ۸۷، ش ۱۸۰۷

در همان روایت روزه روز عرفة كفاره دو سال گناه دانسته شده است.

«صوم يوم عرفة كفاره ستين»^۱

۴- دهه اول

در روایتی که شيخ طوسی آن را در مصباح آورده، امام کاظم عليه السلام فرمود:

«فان صام التسع من العشر كتب الله عزوجل له صوم الدهر»^۲

اگر کسی نه روز دهه اول ذیحجه روزه بگیرد خداوند روزه تمام عمر برایش به حساب آورد.

شيخ صدوق در كتاب ثواب الاعمال از محمد بن عطاء و او از عایشه نقل کرده است جوانی بود که چون هلال ماه ذیحجه اهلal می شد روزه می گرفت. به پیامبر گزارش داده شد.

پیامبر او را خواست و از او پرسید: چه چیزی سبب شده تو این ایام (دهه ذیحجه) را روزه بگیری.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۳۴-الفقیه، ج ۲، ص ۸۷، ش ۱۸۰۷

۲- وسائل الشیعه، ص ۳۳۴، ح ۳، -الفقیه، ج ۲، ص ۸۷

عرض کرد: این روزها، موسم حج است و حاجیان به مناسک حج مشغول هستند. من که این توفیق را ندارم، روزه می گیرم به آن امید که خداوند مرا در دعای ایشان سهیم گرداند.

پیامبر فرمود: «فان لك بكل يوم تصومه عدل عتق مائة رقبه»^۱

به ازای هر روزی که در این دهه روزه بگیری، معادل آزاد کردن صد برده و قربانی کردن صد شتر و صد اسب که آنها را برای جهاد در راه خدا بفرستی، ثواب نصیب تو خواهد شد. ثواب روزه روز ترویه معادل ازادی هزار برده و قربانی کردن هزار شتر و ارسال هزار اسب برای جهاد می باشد. و روز عرفة معادل دو هزار خواهد بود.

۸- روز عید غدیر

روز هیجدهم ماه ذیحجه روز عید سعید غدیر و نصب علی بن ابیطالب به عنوان ولی امر مسلمین و جانشین پیامبر می باشد که در روایت از آن به عنوان برترین اعیاد

۱- وسائل الشیعه، ص ۳۳۴، ح ۶-بحارالانوار، ج ۹۴، ص ۱۲۲

امت اسلام «أفضل اعیاد امتی»^۱ و بزرگترین «أعظمها»^۲
و شریف ترین «أشرفها»^۳ و طبق روایت علی بن حسین
عبدی «عید الله الاکبر»^۴ یاد شده است.

حسن بن راشد از محضر امام صادق علیه السلام پرسید
آیا عیدی غیر از عید فطر و عید قربان برای مسلمانان
وجود دارد؟

فرمود: آری، بزرگتر و برتر از آنها است.

پرسید کدام است:

فرمود: «الیوم نصب امیرالمؤمنین علیه السلام فیه
علما للناس»

روزی که علی بن ابیطالب به عنوان پرچم برای مردم
نصب شد.

فرمود: چه روزی است. فرمود: هیجدهم ذیحجه .

پرسید: «جعلت فداک و ماینبغی لنا أن نصنع فیه؟»

۱- بحارالانوار، ج ۹۴، ص ۱۱۰ و ۱۱۱

۲- بحارالانوار، ج ۹۴، ص ۱۱۰ و ۱۱۱

۳- بحارالانوار، ج ۹۴، ص ۱۱۰ و ۱۱۱

۴- الوسائل، ج ۷، ص ۳۲۴، ح ۴

فدایت گردم، چه کاری سزاوار است در آن روز انجام دهیم.

فرمود: «تصومه یا حسن، و تكثر الصلاة فيه على محمد و آله»^۱

آن روز را روزه بگیری و بر پیامبر و خاندانش بسیار صلوات فرستی.

پرسید: ثواب روزه آن روز چیست؟

فرمود: ثواب روزه شصت ماه.

در روایت مفضل از امام صادق علیه السلام آمده است:

«صوم يوم غدیر خم كفاره ستین سنه»^۲

روزه روز غدیر كفاره شصت سال است.

دسته سوم: احوال و اغراض

گاهی روزه گرفتن به حسب اغراض و احوال انسان استحباب دارد.

۱- بحار الانوار، ج ۹۴، ص ۱۱۱، ح ۵-وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۲۳، ح ۲

۲- وسائل الشیعه، ص ۳۲۵، ح ۵

۱- سختی و تنگدستی

کلینی و صدوق از امام صادق علیه السلام در تفسیر آیه شریفه «واستعينوا بالصبر»^۱ روایت کرده که فرمود: صبر در آیه به معنی روزه است. سپس افزود:

«إذا نزلت بالرجل النازله و الشديده فليصم»^۲

هرگاه به انسان بلا و سختی وارد شود، باید روزه بگیرد. یعنی از طریق روزه داری و یاری جستن به روزه انسان توفیق می یابد سختیهای زندگی را برطرف سازد. یا برایش قابل تحمل شود.

همچنین علی بن سويد می گوید: «شكوت اليه ضيق يدي»

محضر امام کاظم علیه السلام از تنگدستی خود شکایت کردم.

فرمود: «صم و تصدق»^۳ روزه بگیر و صدقه بده.

۱- سوره بقره، آیه ۴۵

۲- محجه البيضاء، ج ۲، ص ۱۲۳

۳- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۹۸، ح ۱، ۲-الفقيه، ج ۲، ص ۷۶، ش ۱۷۷۷

۲- غلبه بر شهوت

جوانی که به سن ازدواج رسیده، و شهوت بر او چیره شده، ولی به خاطر مشکلات معیشتی و خانوادگی نمی تواند ازدواج کند، راه حلی از سوی پیامبر گرامی ارائه شده تا اندازه ای می تواند قوه شهویه آنان کاهش داده شود و بتواند آن را کنترل نمایند. آن راه حل اهتمام به روزه است. روزه برای تضعیف نیروی شهوت مفید و مستحب است.

در حدیثی از رسول اکرم آمده است:

«یا معشرالشباب، علیکم بالباه، فان لم تستطیعوه فعلیکم بالصیام فانه وجاء»^۱

ای جوانان، بر شما لازم است ازدواج کنید. اگر نمی توانید، روزه بگیرید. زیرا روزه نیروی شهوت را درهم می کوبد.

همچنین فرمود: «من استطاع عنکم الباه فلیتزوّج، و من لم یستطع فلیصم، فان الصوم وجاء»^۲

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۰۰، ح ۱، ۴

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳۰۰، ح ۱، ۴

هرکس از شما بتواند ازدواج کند باید ازدواج کند، و هر کس نمی تواند، پس روزه بگیرد. زیرا روزه درهم کوبنده شهوت است.

امام کاظم علیه السلام فرمود: لقمان به پسرش گفت: «یا بنی، صم صیاما یقطع شهوتک و لاتصم صیاما یمنعک من الصلاه فان الصلاه اعظم عندالله من الصوم»^۱

پسرم، روزه بگیر که شهوت را بشکند. ولی روزه ای که تو را از نماز بازدارد نگیر، زیرا نماز از روزه مهم تر است.

۳- برآورده شدن حاجت

کسی که توفیق تشرف به مدینه پیدا کند، مستحب است به قصد برآورده شدن حاجت خود سه روز روزه بگیرد، هرچند مسافر باشد و قصد اقامت ده روزه در مدینه نداشته باشد. بهتر است این سه روز چهارشنبه، پنجشنبه و جمعه باشد، بلکه مطابق احتیاط است.

شیخ طوسی به اسناد خود از معاویه بن عمار روایت کرده که امام صادق علیه السلام فرمود: «ان کان لک مقام بالمدينه ثلاثه ايام صمت اول يوم الاربعاء» اگر سه روز در مدینه اقامت گزیدی، نخستین روز چهارشنبه روزه بگیر. و شب چهارشنبه نزدیک ستون توبه در مسجدالنبی نماز به جای آور.

«و تصوم يوم الخميس و ... و تصوم يوم الجمعة»^۱

روز پنجشنبه و روز جمعه را روزه بگیر و در کنار ستون سریر نماز بگزار. اگر توانستی با کسی در آن سه روز سخن مگوی مگر به اندازه ای که ضرورت دارد.

روزه این سه روز فضیلت بسیار دارد.

۴- رفع تحیّر

اگر انسان به هنگام تصمیم گیری و انجام کاری دچار تردید و سرگردانی شود. باید به عقل خود مراجعه کند و درباره آن بیندیشد، خیر و شر بودن، صلاح و فساد آن را

مورد بررسی قرار دهد، پیامدهای مثبت و منفی آن را در نظر بگیرد، چنانچه مصلحت تشخیص داد. اقدام نماید.

اگر پس از اندیشیدن پیرامون آن، همچنان حالت تحیر باقی باشد، باید از طریق مشاوره با افراد دلسوز، کاردان، با تجربه و مورد اعتماد حالت دودلی خود را برطرف سازد و به جمع بندی نهایی برسد.

اگر هیچ یک از این دو راه در رفع تحیر مؤثر واقع نشود، باید بر خدا توکل نماید و به او توسل جوید و از او بخواهد آنچه برایش سودمند است مقدر فرماید.

امام باقر علیه السلام طبق روایت صحیح فرمود: هرگاه چنین حالتی داشتی، سه روز سه شنبه، چهارشنبه و پنجشنبه روزه بگیر، روز جمعه در مکان تمیزی دو رکعت نماز بخوان. سپس دست به سوی آسمان بلند کن و چنین بگو:

خدایا تو عالم نهان و عیان هستی، تو رحمان و رحیمی، از تو می خواهم اگر این کار در علم تو برایم خیر است آن را برایم مقدر فرما. و اگر شر است آن را از من دور گردان.^۱

۵- نزول باران

گاهی ترک بعضی واجبات مانند فریضه امر به معروف و نهی از منکر، یا رواج بعضی محرمات و گناهان کبیره مانند زنا، ربا، ظلم و بی عدالتی، نپرداختن وجوهات شرعیه مانند خمس و زکات موجب خشکسالی می‌شود. توصیه شده است در این هنگام مردم توبه کنند، دست به دعا بردارند و نماز مخصوص طلب باران بخوانند.

در آداب نماز استسقا گفته شده است، مستحب است مردم سه روز روزه بگیرند، شنبه، یکشنبه و دوشنبه، یا چهارشنبه، پنجشنبه و جمعه، یعنی مستحب است طوری روزه بگیرند که روز سوم به دوشنبه یا جمعه ختم شود و روز سوم در خارج از شهر و فضای باز نماز استسقاء را مانند نماز عید فطر به جا آورند.

۶- دفع بلا

ابوعلی خزاز روایت کرده است محضر امام صادق علیه السلام بودم. شخصی وارد شد. عرض کرد مبتلا به بلیه ای شده ام که شرم دارم آن را برایتان بیان کنم. فرمود: گرفتاری خود را مخفی بدار و به هیچ کس اظهار نکن.

سپس فرمود: روز چهارشنبه، پنجشنبه و جمعه روزه بگیر. نزدیک ظهر روز جمعه دو لباس نو و تمیز بپوش، جای خلوتی برو که کسی تو را نبیند، در حالی که زانوهایت را برهنه کرده ای چهار رکعت نماز به این ترتیب به جا آور.

در هر رکعت ده مرتبه سوره حمد و ده مرتبه سوره توحید بخوان. در رکوع ۱۵ بار، در سجده اول ۱۰ بار، بین دو سجده ۲۰ بار، در سجده دوم ۱۰ بار، سوره اخلاص بخوان. چون از نماز فارغ شدی اینگونه دعا کن.

«یا معروفا بالمعروف، یا اول الاولین و یا آخر الاخرین، یا ذالقوة المتین، یا رازق المساکین، یا ارحم الراحمین، فاصرف عنی شرّاً ابتلیت به، انک علی کل شیء قدیر»^۱

۷- دوری شیطان

یکی از روشهای دور کردن شیطان و مصونیت نسبت به گناهان روزه داری است.

پیامبر گرامی به اصحاب خود فرمود: «ألا أخبركم بشيء ان أنتم فعلتموه تباعد الشيطان عنكم كما يتباعد المشرق من المغرب؟»

آیا شما را به کاری آگاه سازم که اگر آن را انجام دهید شیطان از شما دور گردد همان گونه که مشرق از مغرب دور است.

«قالوا بلی» گفتند: آری، قال: «الصوم یسوّ وجهه و الصدقة تکسر ظهره»^۱

روزه چهره شیطان را سیاه می کند و صدقه پشت او را می شکند.

مفضل بن عمر می گوید: محضر امام صادق علیه السلام شرفیاب شدم و عرض کردم «ما الذی یباعد منّا الشیطان؟» چه کاری شیطان را از ما دور می کند.

«قال: الصوم یسوّ وجهه و الصدقة یکسر ظهره»^۲

فرمود: روزه چهره او را سیاه می کند و صدقه پشت او را می شکند.

۱- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۸۹

۲- وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۹۶، ح ۳۵