

## سوال

سنت‌های روزه چیست؟

## پاسخ مفصل

الحمدلله.

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 روزه‌دار مستحب است که هنگام افطار بگوید: **ذَهَبَ الظَّمْأُ، وَابْتَلَّتِ العُرُوقُ، وَتَبَّتِ الأَجْرُ إِن شَاءَ اللّهُ** (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 روزه‌دار بسیار دعا کند، زیرا رسول الله - صلی الله علیه وسلم - می‌فرماید: **سه کس هستند که دعایشان رد نمی‌شود: امام عادل، و روزه‌دار تا آنکه افطار کند، و دعای مظلوم** به روایت احمد (۸۰۴۳). محققان مسند احمد این روایت را با مجموع طرق و شواهد آن صحیح دانسته‌اند.

امام نووی - رحمه الله - می‌گوید:

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

هفتم:

در مورد روزه‌ی رمضان امور زیر نیز مستحب است:

- نشستن در مسجد برای تلاوت قرآن و ذکر خداوند

- اعتکاف در دهه‌ی 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 کرده‌اند که گفت: رسول الله - صلی الله علیه وسلم - بخشنده‌ترین مردم بود و بیش از همیشه در رمضان، هنگامی که جبرئیل با وی دیدار می‌کرد بخشنده بود، و جبرئیل در هر شب رمضان با

وی دیدار می‌کرد و با ایشان قرآن مدارس می‌کرد، و پیامبر - صلی الله علیه وسلم - [در آن هنگام] از باد آزادِ فراگیر  
بخشنده‌تر بود.

- روزه‌دار وقت خود را جز در آنچه به سود اوست هدر ندهد، زیرا خواب زیاد و زیاده‌روی در شوخی و خنده ممکن است  
در روزه‌اش اثر بد بگذارد. و همچنین همه‌ی فکر و ذکر خود را به خوردن غذاها و نوشیدنی‌های رنگارنگ مصروف نسازد  
زیرا این کار باعث می‌شود از انجام بسیاری از کارهای نیک محروم بماند.

والله اعلم.