

باسمه تعالی

سوژه سخن

ویژه ایام حزن انگیز دهه فاطمیه

تولید شده در کارگروه تولید محتوای معاونت فرهنگی و اجتماعی مرکز رسیدگی به امور مساجد

### معانی و اقسام زکات و آثار آن (۳)

حضرت زهرا سلام الله علیها در خطبه شریف فدکیه می فرمایند: **جَعَلَ اللَّهُ ... الزَّكَاةَ تَزْكِيَةً لِلنَّفْسِ، وَنَمَاءً فِي الرِّزْقِ**

ترجمه: خداوند زکات را پاک کننده جان و افزایشنده روزی قرار داد.

چنانچه گفته شد زکات، معنایی جامع دارد و دارای مصادیقی اعم از زکات مالی است. رزق نیز معنایی اعم از رزق مادی دارد. هر نوع زکاتی موجب برکت در رزق خاص به خود می شود. به زکات علم پرداختیم؛ حال باید به مصادیق دیگر زکات بپردازیم.

در روایت وارد است که: «زکات الأبدان الصیام» زکات بدن ها، روزه گرفتن است. مطابق تعریفی که از زکات ارائه دادیم زکات، تطهیر به واسطه زدودن زوائد یک شیء است؛ زوائدی که شایسته آن شیء نیست و باید زدوده شود. بدن در طی ۱۱ ماه سال، مشغول جذب غذاست. حکما می گویند زمانی که بدن در حال جذب باشد، دفع برای آن دشوار است. در حقیقت، زمانی که بدن بر روی یک فعل تمرکز کند، قوت آن برای انجام افعال دیگر سخت است؛ به همین دلیل است که در حین بیماری بسیاری از اوقات، انسان میل به غذا ندارد؛ زیرا در این حال، بدن در حال دفع فضولات و تعفنات از خود است و چون تمرکز بر دفع دارد، جذب برای آن سخت است؛ لذا خداوند حکیم، طبیعت بدن را طوری هوشمند آفریده که خود به خود میل به غذا در او کم شود تا مشغول جذب نشود و تمرکز در دفع داشته باشد.

از این نمونه ها در بدن از سوی حکمت خداوندی بسیار وجود دارد. مثلاً وقتی انسان غذا می خورد، بدن تمرکز ویژه ای بر هضم آن می کند. از سوی اعضای دیگر نیز برای هضم غذا کمک برای معده فرستاده می شود. به همین دلیل، اعضای دیگر به دلیل تمرکز بدن بر معده، عملکردشان ضعیف تر می شود؛ به ویژه اگر معده ضعیف و سرد باشد کمک بیشتری لازم دارد و خون بیشتری باید از بقیه اعضا قرض بگیرد تا بتواند عملیات هضم را انجام دهد. یکی از علل خواب آلودگی پس از صرف غذا همین است؛ زیرا معده ضعیف است و باید کمک بیشتری به آن برسد و به همین دلیل اعضای مانند مغز باید خون خود را به کمک معده بفرستند و به همین دلیل، خود آنها

ضعیف می‌شوند. به همین دلیل است که بلافاصله پس از غذا نباید مطالعه کرد؛ زیرا خون در جایی دیگر تمرکز دارد و فشار بیشتری به مغز و چشم وارد می‌آید تا بتواند مطالعه کند.

حاصل این که بدنی که در طول ۱۱ ماه سال در حال جذب است، کمتر فرصت دفع فضولات را دارد. خداوند متعال سیستمی تنظیم فرموده تا لااقل یک ماه در سال، روال بدن عوض شود و تمرکز آن برای دفع، بیشتر شود؛ لذا روزه را مقرر فرموده تا بدن بتواند در طی مدت یک ماه، بیش از آن که جذب کند، متمرکز بر دفع باشد. بر اثر این تمرکز، فضولاتی که شایسته نیست در بدن بمانند بهتر دفع می‌شوند. یکی از نشانه‌های این دفع، بیرون آمدن بوی بد از دهان است؛ این پدیده، نشانه‌ای از بروز دفع در بدن است. البته وقتی غذا به بدن نمی‌رسد بخشی از غذای اضافه بدن که قبلاً به صورت چربی در آمده، تبدیل به غذا می‌شود. پس بخشی از فضولات دفع می‌شود و بخشی از آن تبدیل به غذا می‌شود. به این ترتیب، بدن، زوائدی را که شایسته نیست در خود جای دهد بیرون می‌ریزد. این مکانیزم حکیمانه در بدن موجب می‌شود بدن تطهیر شود و عملکرد اعضای بدن بهتر صورت گیرد؛ زیرا تا پیش از این، فضولاتی که در بدن بود اجازه نمی‌داد اعضای بدن به درستی کار کنند، اما اینک با دفع این فضولات و یا چربی‌ها اعضا چابک‌تر خواهند شد و عملکرد بهتری خواهند داشت. این است سرّ این که حضرات فرموده اند روزه، زکات بدن است.

ممکن است اشکال شود که بسیاری از انسانها با روزه گرفتن، اتفاقاً بیمار می‌شوند؛ پس چگونه در احادیث آمده که روزه، زکات بدن و موجب تطهیر و پاکیزگی بدن است؟ جواب این است که اولاً همه مردم این گونه نیستند؛ اغلب انسانها با روزه گرفتن، نه تنها بیمار نمی‌شوند، بلکه سلامت جسمی پیدا می‌کنند و به همین دلیل است که حتی بسیاری از انسانها که مذهبی نیستند نیز به روزه توجه دارند. امروزه در کشورهای غربی نیز دستوراتی شبیه روزه از سوی پزشکان تجویز می‌شود. ثانیاً برخی اوقات، بروز بیماری در اثر روزه، اتفاقاً خوب است؛ زیرا بیماری مخفی را بروز داده است و موجب شده انسان پی به بیماری ببرد. ثالثاً برخی اوقات انسان اگرچه در طول روزه، روزه می‌گیرد، اما در فاصله افطار تا سحر چنان تلافی آن را در می‌آورد که نه تنها نصیبی از فوائد آن نمی‌برد، بلکه ضررهایی نیز بر بدن وارد می‌کند. اتفاقاً در اینجا به دلیل کم بودن فاصله افطار تا سحر، به ویژه در ۶ ماه اول سال، در مدت کمی حجم زیادی غذا وارد بدن می‌شود که این موجب بروز بیماری می‌شود. دلیل دیگری که وجود دارد این است که انسان در حین افطار عجله بر خوردن دارد و با سرعت و عجله غذا می‌خورد. در طول مدت زمان روزه، معده جمع می‌شود؛ وقتی انسان در هنگام افطار شروع به غذا خوردن می‌کند باید آهسته و به تدریج غذا را وارد معده کند تا معده به مرور باز شود. به همین دلیل مستحب است انسان روزه خود را با آب گرم باز کند تا آب گرم، پیش از ورود غذا به معده، کمی معده را باز کند.