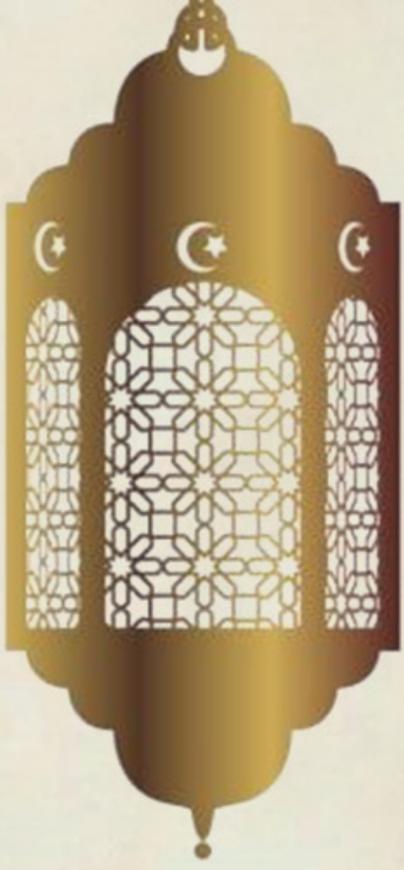




انجمن آنتی شبہات



رَمَضَانَ كَرِيمَ

Ramadan Kareem

پاسخ به تمام شبہات وارد
شدہ به روزہ ماہ رمضان

https://t.me/anti_shobahat



فهرست مطالب

- مقدمه ۳
- « اگر روزه برای درک حال فقراء گرفته می‌شود، پس چرا فقیرها نیز روزه می‌گیرند؟ این یک تناقض نیست؟ » ۴
- « وجودی که قدرت‌ش به همه چیز می‌رسد(قادر مطلق است)، چرا از ما می‌خواهد که ساعت‌ها تشنه و گرسنه بمانیم؟ » ۵
- « آیا روزه برای سلامتی مضر است؟ » ۷
- آیا روزه برای سلامتی مفید است؟ ۱۶
- « آیا **الله (جل جلاله)** در خصوص قطب‌ها می‌داند؟ در قطب‌ها چگونه روزه گرفته می‌شود؟ » ۱۸
- « در فضا چطور روزه خواهیم گرفت؟ » ۲۳
- « آیا در اینکه وقت‌های روزه برای کشورهای مختلف متفاوت است، بی‌عدالتی‌ای وجود ندارد؟ » ۲۴
- « آیا حمله و فشار آوردن بر آتئیست‌هایی که روزه نمی‌گیرند درست است؟ » ۲۵
- « بررسی چندی از تحقیقات انجام شده در خصوص روزه‌ی ماه رمضان » ۲۶

مقدمه

ماه رمضان برای مسلمانان ماهی معنوی است، در این ماه دین و موضوعات دینی نسبت به ماه‌های دیگر بسیار بیشتر مطرح می‌شوند.

با افزایش میزان مطرح شدن دین در روزمره، در انتقادات و شبهات دینی آتئیست‌ها نیز افزایش جدی‌ای رخ می‌دهد. قسمی از این انتقادات مستقیماً مربوط به روزه ماه رمضان می‌باشند.

در این مقاله به انتقادات آتئیست‌ها در خصوص ماه رمضان جواب داده خواهد شود.

و در خصوص گروهی از برداشت‌های نادرست روشنگری خواهد شود.

(مترجم می‌گوید: این مقاله ترجمه دو مقاله می‌باشد، از ابتدای کلام تا فصل آخر مقاله‌ای از انجمن یوتیوبی ، hakikat ، و فصل آخر مقاله‌ای از سایت انجمن dusunenmusluman است.)

« اگر روزه برای درک حال فقراء گرفته می‌شود، پس چرا فقیرها نیز روزه می‌گیرند؟ این یک تناقض نیست؟ »

دین اسلام به هیچ وجه ادعایی مبنی بر اینکه روزه برای فقراء گرفته می‌شود، ندارد. این تنها نظری شخصی و بسیار خطا و اشتباه است که قسمی از مسلمانان آن را به دین نسبت داده‌اند.

در روزه رابطه جنسی نیز ممنوع است، تنها از این موضوع نیز می‌توان فهمید که روزه نمی‌تواند برای درک حال فقیران باشد.

بعلاوه روزه برای فقیران هم سخت است. برای فقیران ممنوعیتی کامل از دسترسی به غذا مورد بحث نمی‌باشد. طبیعتاً اگر اینطور باشد زنده نمی‌مانند.

فقیران اگر نتوانند هر غذایی که خواستند و به هر مقداری که خواستند بخورند نیز، باز هم در بیشتر مواقع می‌توانند صاحب حس سیری باشند.

انسان اگر تمام روز را نان خشک و تنها آب بخورد نیز نمی‌تواند حال شخصی که روزه گرفته است را کامل درک کند.

به همین دلیل تصور اینکه روزه برای درک حال فقیران می‌باشد، بسیار مسخره است. و چون دین اسلام چنین ادعایی ندارد، ادعای وجود تناقض آتئیست‌ها نیز ناوارد است.

« وجودی که قدرتش به همه چیز می‌رسد (قادر مطلق است)، چرا از ما می‌خواهد که ساعت‌ها تشنه و گرسنه بمانیم؟ »

البته که **الله** (جل جلاله) احتیاجی به روزه ما ندارد.

چه ما روزه بگیریم چه نگیریم چیزی از **الله** (جل جلاله) کم و یا چیزی به آن اضافه نخواهد شد.

اما این به معنی اینکه انسان نیز احتیاج ندارد نمی‌باشد.

هدف روزه از آیه ۱۸۳ سوره بقره فهمیده می‌شود.

آن آیه اینطور می‌گوید:

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾ [بقره: ۱۸۳]

((ای ایمان آورندگان روزه همانطور که برای امت‌های پیش از شما فرض شده بود برای شما نیز فرض شد، باشد که پرهیزگاری کنید.))

هدف روزه یادگیری تربیت و تزکیه نفس می‌باشد.

به عبارتی دیگر نیز، یادگیری صبور بودن می‌باشد.

به همین دلیل در آیه عبارت ((باشد که پرهیزگاری کنید.))

ذکر می‌شود.

یادگیری مقابله با خواسته‌ها و آرزوها مهم است.

با روزه انسان از دو خواسته بنیادی‌اش محروم می‌ماند:

((رابطه جنسی و غذا))

متأسفانه به دلیل اینکه امروزه در جامعه، روزه تنها عبارت
 غذا نخوردن دیده می‌شود، از هدفش منحرف شده است.
 به همین دلیل تقریباً اثری از فواید روانی‌ای که روزه هدف
 گرفته است نمی‌بینیم. بخاطر این وضع، باز هم نمی‌توان اسلام
 را مقصر دانست، مسلمان به معنی اسلام نیست.



«آیا روزه برای سلامتی مضر است؟»

ابتداءً، پیش از دانستن جواب سؤالاتی مانند ((روزه برای چه کسانی فرض است؟ و در چه شرایطی باید روزه گرفته شود؟)) سعی بر بررسی و پاسخ‌دهی به سؤالاتی مانند ((آیا روزه برای سلامتی مضر است؟)) بی‌معنی خواهد بود.

پس پیش از ورود به ارزیابی علمی روزه ارزیابی اسلامی‌اش را به دست می‌گیریم.

در آیه ۱۸۴ سوره بقره اینکه روزه برای چه کسانی فرض نمی‌باشد به صورت واضحی بیان می‌شود.

به این دلیل هیچ کدام از انتقادات مبنی بر آن اشخاص بیان شده، وارد نمی‌باشند.

چون اسلام روزه را برای آن اشخاص فرض نکرده است، اسلام مسئول ضرر دیدن آن اشخاص از روزه نمی‌شود.

آیه ۱۸۴ سوره بقره اینطور می‌گوید:

أَيَّامًا مَعْدُودَاتٍ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴿۱۸۴﴾

((در چند روزه اندک و معین (روزه برای شما فرض کرده شد). کسانی از شما که بیمار و یا مسافر باشند، (به اندازه روزه‌هایی که روزه نگرفتند) در روزهای دیگری قضا

خواهند کرد.

برای کسانی که توانایی روزه گرفتن را ندارند لازم است به اندازه‌ای که یک فقیر را سیر کند کفاره دهند. در کنار این هر که بنا بر خواست خویش بجا آرد کار نیکی، این برای خود او بهتر است. و آن که روزه دارید بهتر است شما را اگر می‌دانید. ((

همانطور که از آیه برداشت می‌شود روزه برای سه گروه فرض نمی‌باشد:

یک؛ برای مسافران

دو؛ برای بیماران

و سه؛ برای کسانی که نیروی روزه گرفتن ندارند.

از اینکه **الله (جل جلاله)** به گروه‌هایی اجازه روزه نگرفتن داده است، در اصل برداشت می‌شود که عبادت روزه، عبادتی نیست که در عوض جانمان انجام دهیم.

یعنی اسلام نمی‌گوید:

اول روزه، بعد جان.

بلکه می‌گوید:

اول جان، بعد روزه.

در اصل از اینجا نیز می‌توان فهمید که دین اسلام اهمیت بسیاری برای سلامتی انسان قائل است. این برای موضوعات دیگر نیز وارد است.

مثلاً برای کسی که در بیابان گرسنه مانده است، اجازه خوردن خوک داده شده است. در حالی که در حالت عادی خوک حرام است. بصورت عمومی اسلام صاحب بر نظریست که اهمیت بسیاری بر حفظ جان انسان‌ها می‌دهد.

حال بیاییم به این سه گروه از نزدیک‌تر بنگریم:

■ از گروه اول شروع کنیم، به صورت عمومی بسیاری از مسافران افرادی قوی و دارای سلامتی هستند.

ذاتاً کسانی که بیمارند، عموماً مسافرت نمی‌کنند. اما به انسان‌هایی که قوی و سالم هستند، چرا اجازه روزه نگرفتن داده می‌شود؟

منطق این چیست؟

انسان‌هایی که در سفر هستند احتمال دچار شدنشان به وضعیت‌های دشوار وجود دارد.

یعنی منطق اصلی در اینجا در وضعیت مسافر بودن شخص نیست، بلکه در شرایط سخت بودنش است.

یعنی **الله (جل جلاله)** به کسانی که دچار شرایط سختی مانند هوای بسیار گرم می‌شوند و یا احتمال دچار چنین شرایطی شدنشان وجود دارد، اجازه روزه نگرفتن می‌دهد.

می‌دانیم کسانی که مسافر نیستند نیز ممکن است دچار شرایط مسافران بشوند.

مثلاً کارگرهایی که در گرمای بیابان در راه آسفالت می‌ریزند، با کسانی که در بیابان مسافرت می‌کنند فرقی ندارند.

خلاصه اینکه اینگونه انسان‌ها نیز در شمار مسافر مورد نظر آیه داخل می‌شوند و می‌توانند روزه نگیرند.

■ گروه دیگر بیماران هستند، احتمال ضرر دیدن انسان‌های بیمار در اثر روزه گرفتن، بالاست.

به همین دلیل لازم نیست که این انسان‌ها روزه بگیرند. حتی می‌توانیم بگوییم که برای بیماران بحرانی روزه گرفتن ممنوع است.

زیرا **الله** (جل جلاله) ممنوع کرده است که انسان‌ها به جان خویش ضرر رسانند.

■ گروه آخر کسانی هستند که نیروی روزه گرفتن را ندارند، مثلاً پیران را می‌توانیم وارد این گروه کنیم.

اما آیه بجای کلمه پیران مفهومی وسیع‌تر را استفاده کرده است.

چرایی اینطور بودن این را نیز در سوال بعدی توضیح خواهیم داد.

همانطور که از آیه نیز برداشت شد، ارزیابی سلامتی باید در خصوص افرادی خارج از این سه گروه استثناء، انجام شود.

پیش از ورود به ارزیابی سلامتی، موضوع دیگری نیز بایستی به حساب وارد شود. آن نیز ((عادات غذایی)) است.

به طور عادی تغذیه ناسالم تأثیرات منفی بر روی سلامتی دارد.

به همین دلیل در ارزیابی بایستی به کسانی که تغذیه سالم دارند نگرسته شود.

یعنی ارزیابی سلامتی باید بر روی کسانی که هم سالم

هستند و هم تغذیه سالم دارند انجام شود.

اما آیا تحقیقی در خصوص تأثیر عمومی روزه بر سلامتی وجود دارد که هم بر روی افرادی سالم و هم دارای تغذیه سالم انجام شده باشد؟

متأسفانه هنوز آنطور تحقیق جامع و کنترل شده‌ای انجام نشده است.

چرایی سختی اینگونه تحقیقی را نیز کمی بعد توضیح خواهیم داد.

در موتورهای جستجوی مقالات علمی، مانند google و pubmed scholar، تمام تحقیقات علمی انجام شده در خصوص روزه را می‌توانید جستجو و پیدا کنید.

قسم اعظم تحقیقات انجام شده، تحقیقاتی می‌باشند که برای گروه‌ها و یا شرایط خاص وارد هستند.

مثلاً تحقیقاتی وجود دارد که نشان دهنده تأثیرات منفی روزه‌داری بر روی زنان حامله و یا بیماران قندی است. در کنار این، تحقیقاتی که نشان دهنده تأثیرات منفی روزه بر روی پیران هستند نیز وجود دارند.

به دلیل اینکه اینها ذاتاً گروه‌هایی هستند که اسلام روزه را برای آنها فرض نکرده است، نمی‌توان بر اساس این گروه‌ها ادعا کرد که روزه مضر است.

بعضاً در اخبار مشاهده می‌کنیم که در ماه رمضان سگته‌های قلبی افزایش یافته‌اند.

این گونه وقایع نشان دهنده مضر بودن روزه نمی‌باشند.

انسان‌های بسیاری هستند که با وجود بیمار بودن نشان

روزه می‌گیرند.

افرادی هستند که به دلیل جهالت تصور می‌کنند که این عمل، کاری بسیار نیک است.

به همین دلیل افزایش شمار انسان‌های بیمار در ماه رمضان واقع‌های مورد انتظار است، اما اسلام مقصر این امر نمی‌باشد.

اللّٰه (جل جلاله) در قرآن به صورت واضحی بیان می‌کند که ((اگر بیمارید روزه نگیرید.))

اما ارزیابی علمی تأثیر عمومی روزه بر سلامتی چرا مشکل است؟

در ابتدا احتیاج به گروهی دارای سلامت که روزه می‌گیرند داریم.

هر شخص که خود را دارای سلامتی تصور می‌کند، در حقیقت نیز سالم نمی‌باشد.

حتی انسان‌هایی که از خود بسیار مطمئن‌اند و خود را بسیار قدرتمند می‌دانند نیز می‌توانند بیمار باشند.

از اینکه اشخاصی که خود را سالم تلقی می‌کنند، از روزه متضرر شوند، نمی‌توان نتیجه گرفت که روزه مضر است.

حقیقتاً تنها از روی اشخاصی که از سلامتی‌شان مطمئن هستیم، می‌توان یک ارزیابی انجام داد.

مشکل دیگر این است که سلامت عمومی به عوامل بسیاری وابسته است. مثلاً در عین زمانی که روزه ممکن است برای

قسمتی و یا مکانیزمی معین از بدن انسان مضر باشد، ممکن است برای قسمت و یا مکانیزم معین دیگری از بدن انسان مفید باشد.

یعنی ضرر قسمی روزه نمی‌تواند به معنی ضرر عمومی‌اش باشد.

و دقیقاً برعکس، فایده قسمی روزه نیز نمی‌تواند به معنی فایده عمومی‌اش باشد.

مثلاً روزه درحالی که ممکن است برای سطح قند مضر باشد، ممکن است برای تجدید سلول‌ها مفید باشد.

در چنین وضعی به تعادل و ترازوی فایده و ضرر نگریسته می‌شود، این نیز تنها در سایه‌ی تحقیقی جامع و کنترل شده ممکن خواهد بود.

مشکلی دیگر نیز این است که بعضی مشکلات و یا فایده‌ها تنها در مدت زمان طولانی می‌توانند فهمیده شوند.

در طول زمانی کوتاه احتمال مضر نبودن روزه برای انسان سالم بسیار بالاست.

زیرا آمار انسان‌های سالم ضرر دیده از روزه پایین است. این موضوع تنها با نگریستن به انسان‌های اطرافمان نیز می‌تواند دیده شود.

اما اگر مدت زمانی طولانی مدنظر باشد، فعلاً نمی‌توان نظری در خصوصش داد.

به اعتبار همین زمان (ژوئن ۲۰۱۷)، داده‌های علمی‌ای که نشان دهنده ارزیابی تاثیر عمومی روزه بر سلامتی باشند موجود نیستند.

اما شواهد قدرتمندی وجود دارند که نشان می‌دهند روزه در مدت زمان کوتاه بی‌ضرر است.

اگر روزه برای انسان‌های سالم و دارای تغذیه سالم مضر است.

چرا انسان‌های روزه‌دار بسیار موجود در اطرافمان که تابع شرایط سخت نمی‌باشند، مداوماً دچار مشکل نمی‌شوند؟ در اصل این موضوع از دیدگاه فرگشتی نیز وضعیتی مورد انتظار است.

بنابر سیر فرگشتی مقاوم بودن انسان در مقابل شرایط سخت و اینکه هر زمانی که بخواهد غذا نیابد، امری مورد انتظار است.

این موضوع که انسان در مقابل شرایط سخت مقاوم است به دفعات مکرر مشاهده و اثبات شده است.

مثلاً در زلزله هائیتی شخصی پس از اینکه ۱۴ روز بدون آب و غذا مانده بود، زنده نجات داده شد.

شاهد قابل توجه دیگر نیز از وقف اتانازی هلند می‌آید.

در هلند به بیماران در وضعیت بحرانی و متحمل رنج و درد امکان پایان دادن به زندگی خود داده می‌شود.

این حق برای هر بیماری داده نمی‌شود، بیمارانی که وضع‌شان به اندازه کافی بحرانی نباشد رد می‌شوند.

قسمی از بیمارانی که رد شده‌اند با روزهی مرگ به زندگی

خود پایان می‌دهند.

شرایط بسیاری از بیمارانی که دست به روزه مرگ زده‌اند تحت نظارت و با همراهی پزشکان به دقت بررسی، ثبت و گزارش شده است^۱.

بسیاری از این اشخاص با وجود پیر و بیمار بودنشان بصورت میانگین توانسته‌اند به مدت ده روز کاملاً بدون آب و غذا دوام بیاورند.

حتی در بین‌شان شخصی ۹۵ ساله توانسته است ۱۴ روز بدون آب و غذا زنده بماند. بین این و روزه گرفتن انسانی سالم به مدت ۲۱ ساعت تفاوتی به اندازه کوه‌ها وجود دارد. باز هم ما به هیچ کس توصیه نمی‌کنیم که به مدت طولانی بدون آب و غذا بماند. در نتیجه روزه‌ای که بیش از ساعات معینی گرفته شود می‌تواند در مدت زمان طولانی ضررهای جدی‌ای داشته باشد. ما این اطلاعات را تنها به این قصد ذکر کردیم که دانسته شود بدن انسان تا چه اندازه مقاوم، قوی و منعطف است.

۱- منابع:

[Http://www.eenwaardiglevenseinde.nl/melding/sted-stoppen-met-eten-en-drinken/](http://www.eenwaardiglevenseinde.nl/melding/sted-stoppen-met-eten-en-drinken/)

آیا روزه برای سلامتی مفید است؟

خب اما آیا روزه برای سلامتی مفید است؟
مشاهده کردیم که ادعای مضر بودنش دچار کمبود دلیل است.

اما آیا برای دقیقاً برعکسش یعنی برای مفید بودنش برای سلامتی دلیل و مدرک کافی وجود دارد؟
برای مفید بودن روزه به صورت عمومی نیز، مدرک وجود ندارد.

شواهدی دال بر وجود بعضی فوایدش برای سلامتی وجود دارد، اما هیچ کدام از اینها برای نشان دادن اینکه به صورت عمومی برای بدن مفید است کافی نمی‌باشند.

مثلاً بر اساس تحقیقات و آزمایشات تاثیر روزه‌ای که بر روی موش‌ها انجام شده است، در بسیاری از موارد تأثیرات مثبت روزه بر روی سلامتی مشاهده شده است.

اما تنها با این آزمایشات نمی‌توان سریع به این نتیجه که روزه برای سلامتی مفید است رسید.

زیرا این آزمایشات، در خصوص روزه‌های ۸ ساعته‌ای می‌باشند که به عنوان روزه‌های متناوب شناخته می‌شوند.

در ثانی قاعده‌ای به شکل؛ ((آزمایشاتی که برای موش‌ها صادق است برای انسان‌ها نیز صدق می‌کند.))، وجود ندارد.

یعنی ما نمی‌توانیم با استناد به این آزمایشات ادعا کنیم که روزه برای سلامت بدن مفید است.

در نهایت در این خصوص نیز موضوع مورد بحث، کمبود

دلیل و مدرک است.

در این میان، لازم به ذکر است که از دیدگاه اسلامی لازم نیست که الا و بلا روزه برای بدن مفید باشد. اسلام ادعایی مبنی بر اینکه روزه برای سلامتی مفید است ندارد.

همانطور که پیش‌تر توضیح دادیم هدف اصلی از روزه حفاظت شدن از منظر روحی و روانی می‌باشد.

ذاتاً از دیدگاه اسلامی چیزی که مهم است عمر طولانی داشتن نه، بلکه درست زندگی کردن هست. به همین دلیل عجیب و غریب خواهد بود اگر فکر کنیم **الله (جل جلاله)** صرفاً برای اینکه ما زندگی‌ای طولانی داشته باشیم امر به روزه گرفتن کرده است.



«آیا **الله** (جل جلاله) در خصوص قطب‌ها می‌داند؟ در قطب‌ها چگونه روزه گرفته می‌شود؟»

آنطور که دانسته می‌شود روزه از طلوع خورشید تا غروب خورشید است.

آئیست‌هایی هستند که ادعا می‌کنند: چون در قطب‌ها طلوع و غروب خورشید مورد بحث نیست و چون روزه یکی از شرایط اسلام است، پس **الله** (جل جلاله) از شرایط اقلیمی قطب‌ها بی‌خبر بوده است.

خلاصه ادعا می‌کنند که قرآن کلام انسان است. بیاید به این اعتراض مورد بحث جواب بدهیم:

فرض کنیم که یک ماشین زمان درست کرده‌اید و با آن ماشین می‌توانید به ۱۴۰۰ سال قبل بروید، اگر می‌خواستید که به انسان‌های آن دوره که در عربستان زندگی می‌کنند بگویید که روزه فرض است و اگر لازم می‌بود که وقتی دارید در خصوص روزه اطلاعات می‌دهید، در عین زمان انسان‌هایی که در آینده در قطب‌ها زندگی خواهند کرد را نیز نادیده نگیرید و آن‌ها آزرده نشوند، این کار را چگونه به بهترین شکل انجام می‌دادید؟

منطقی‌ترین راه این است که برای پیچیده و منحرف نشدن ذهن‌ها، بدوم اینکه بحثی از قطب‌ها نکنید، سیستمی ایجاد کنید که هم انسان‌های در قطب‌ها و هم انسان‌های ساکن

در جغرافیای عربستان را شامل بشود.

یعنی عربها موضوع را بدون اینکه میان آیه و قطبها ارتباط برقرار کنند خواهند فهمید و در عین حال انسانهایی که امروز در قطبها زندگی میکنند نیز آزرده نخواهند شد. خب اما آیا در قرآن چنین چیزی رعایت شده است؟ یا اینکه وقتی از قرآن پیروی کنیم لازم می‌شود که یک انسان در قطبها از گرسنگی بمیرد؟

در وضعیتی که لازم باشد از گرسنگی بمیرند، روشن می‌شود که نویسندۀ قرآن قطبها را در نظر نگرفته است و نمی‌شود که قرآن کلام **الله** (جل جلاله) باشد.

در اصل راه حل این موضوع مورد بحث ساده است، تنها لازم است که با دقت خوانده و تحقیق شود.

در بین گروه‌های معاف از روزه گرفتن، گروهی به نام کسانی که نمی‌توانند نیرو برسانند، یافت می‌شود. با این بیان نیز آزرده نشدن انسان‌های موجود در قطبها ذاتاً در نظر گرفته شده است.

عبارت کسانی که نمی‌توانند نیرو برسانند در آیه به صورت «یطیقونه» آمده است.

این کلمه در عربی از ریشه ط و ق تشکیل می‌شود و در قرآن چهار بار ذکر شده است.

این کلمه به معانی ای مانند:

۱- کمبود نیرو ۲- کمبود تحمل ۳- کم طاقتی می‌باشد.

حتی کلمه طاقت موجود در فارسی یک کلمه دارای ریشه عربی می‌باشد و از ریشه مشترکی بوجود آمده است.

مدت زمانی که در قطب‌ها دوام تاریکی و یا دوام روشنایی می‌باشد ۶ ماه است و این هم یعنی هر ساله تمام رمضان را شامل می‌شود.

آشکار است که هیچ انسانی تاب و تحمل و قدرتش نمی‌رسد که یک ماه تمام بی آب و غذا بماند پس در این حال، بنابر قرآن اینکه آن انسان‌ها یک ماه تمام بدون آب و غذا بمانند، بدون شک لازم نیست.

اما آیا این به این معنی است که نیازی نیست انسان‌های ساکن در قطب روزه بگیرند؟

بیماران صاحب رخصت روزه نگرفتن می‌باشند اما باز هم از این انسان‌ها خواسته می‌شود که بعداً روزه‌شان را بگیرند، البته اگر بیماری‌شان رفع بشود.

یعنی قرآن تنها زمانی که راه روزه گرفتن باز و ممکن باشد، می‌خواهد که روزه گرفته شود. با نگرستن به قرآن فهمیده می‌شود که روزه بیشتر اینکه نیاز باشد در یک تاریخ معین گرفته بشود. مهم است که با یک تلاش و توجه معین گرفته شود.

اینکه انسان‌های قطب‌ها چطور باید روزه‌شان را بگیرند نیز باز از قرآن فهمیده می‌شود.

در آیه ۱۸۷ سوره بقره این‌گونه ذکر می‌شود:

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتُمُّوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ
تا زمانی که رشته سفید (روشنایی) صبح از رشته

سیاهش (تاریکی‌اش) برای شما قابل تشخیص و جداسازی شود، بخورید و بیاشامید. پس از آن تمام کنید روزه را تا شب.

در این آیه یک جزء بسیار با اهمیت موجود می‌باشد. اگر دقت کنید در آیه هیچ عطفی به طلوع و غروب خورشید وجود ندارد؛ یعنی بنابر طلوع و غروب مطلق خورشید نه بلکه باید بنابر پدیده‌ای که نیاز است ببینیم، روزه‌مان را بگیریم؛ این هم در اصل نشان‌دهنده این است که تصور رایج در میان مردم که لازم است از طلوع خورشید تا غروب آن روزه بگیریم، تصوری نادرست می‌باشد.

روزه در وقت امساک وارد می‌شود، وقت امساک نیز قبل از طلوع خورشید است.

تعریف موجود در آیه مطابق با وضعیت و پدیده متشکل در قطب‌ها می‌باشد.

بسیاری از افراد با حرکت از روی این علم که در قطب‌ها، تمام روز (۲۴ ساعت)، روز و یا تمام روز (۲۴ ساعت)، شب می‌باشد، خیال می‌کنند که خورشید ۶ ماه تمام در یک وضعیت و موقعیتی ثابت می‌ماند، در حالی که در قطب‌ها پدیده‌هایی به نام خورشید شب و یا شب قطبی، خورشید هم عمل طلوع و هم عمل غروب را به نمایش می‌گذارد.

یعنی با وجود اینکه تمام روز (۲۴ ساعت) روز و یا شب می‌باشد، در قطب‌ها چیزی که بنابر آیه نیاز است ببینیم، به وجود می‌آید، یعنی جدایی رشته سیاه از رشته سفید مشاهده

می‌شود.

اگر به لینک زیر مراجعه کنید شاهد کلیپی از مدار شمالگان خواهید بود^۱.

با تماشای این ویدئو مشاهده خواهید کرد که با وجود اینکه خورشید غروب نمی‌کند، وقت امساک می‌تواند فهمیده شود. زمانی که خورشید در پایین‌ترین نقطه‌اش می‌باشد، جداسازی رشته سفید از رشته سیاه در اتمسفر به وجود می‌آید. یعنی با وجود اینکه خورشید به تمام معنی غروب نمی‌کند، می‌توانیم بنابر آیه روزه را تعیین کنیم.

همان‌طور که می‌بینید این ادعا که نویسندۀ قرآن از قطب‌ها بی‌اطلاع بوده است بنابر دیدگاه منطقی به هیچ‌شکلی از قرآن برداشت نمی‌شود؛ یعنی با استفاده از مسئله قطب‌ها نمی‌توان ادعا کرد که قرآن اثر انسان می‌باشد.



۱- منابع:

«در فضا چطور روزه خواهیم گرفت؟»

علاوه بر کسانی که این سوال را برای خنده و تمسخر می‌پرسند، کسانی که حقیقتاً به دنبال جواب این سوال هستند نیز وجود دارند.

یک فضانورد در فضا مسافر است و بنابر قرآن مسافران می‌توانند زمانی که برگشتند قضای روزه‌شان را بگیرند. بنابر دیدگاه اسلامی سفر فضایی هیچ گونه مشکلی ندارد.

اما سوالاتی مانند اینکه: اگر در آینده ساکن جایی در فضا شویم چه خواهیم کرد؟ نیز بی‌معنی است.

اسلام بنابر سناریوهایی که خواهند آمد ارزشگذاری نمی‌شود، هیچ تضمینی هم برای وجود آینده وجود ندارد. بنابر سناریوهای قیامت کیهانی بسیاری فهمیده می‌شود که انسان به هیچ وجه تا ابد در این دنیا زندگی نخواهند کرد.



«آیا در اینکه وقت‌های روزه برای کشورهای مختلف متفاوت است، بی‌عدالتی‌ای وجود ندارد؟»

برای دفاع و پیوستن به نظر وجود بی‌عدالتی، لازم است که عوامل بسیاری را به حساب آوریم؛ مثلاً زمان روزه در ناحیه‌های قطبی بسیار طولانی است اما در عین زمان آب و هوایش برای روزه گرفتن بسیار مناسب‌تر است. در کنار این، نمی‌دانیم که آیا هر روزه‌ای در میزان ترازو دارای سنگینی‌ای یکسان می‌باشد یا نه، بلکه ممکن است یک ساعت روزه در جاهای گرم با چندین ساعت روزه در جاهای سرد برابری کند.

نهایتاً، بنابر اسلام عدالت مطلق در این دنیای نه بلکه در آخرت محقق خواهد شد.

در نهایت روزه‌ای که بنابر موقعیت‌های خورشید گرفته می‌شود، یک مبنا و میزان جهانی است. در طول تاریخ هر زمانی چیزی به نام ساعت نبوده است، تعیین مبنا و میزانی که هم از ساعت و هم از خورشید مستقل باشد، سخت است.

«آیا حمله و فشار آوردن بر آتئیست‌هایی که روزه نمی‌گیرند درست است؟»

در قرآن برای کسانی که روزه نمی‌گیرند هیچ گونه حکم مجازاتی وجود ندارد.

و هیچگونه امری به مجبور کردن انسان‌ها به روزه گرفتن نیز ذکر نشده است، به همین دلیل، شدت عمل فیزیکی به آتئیست‌ها که بماند، حمله روانی به آن‌ها نیز نادرست است. آتئیست‌ها اگر راست راست جلوی چشم‌مان غذا بخورند نیز درست نیست که معترض آنها شویم؛ البته که این تنها برای آتئیست‌ها مطرح نیست بلکه عین همین ماجرا برای مسلمانانی که روزه نمی‌گیرند نیز وارد و مطرح است.



«بررسی چندی از تحقیقات انجام شده در خصوص روزهی ماه رمضان»

آیا علم ادعای ((روزه گرفتن برای سلامتی مضر است.)) را تایید می‌کند؟

کسی که می‌گوید ((روزه برای سلامتی مضر است.)) نه اطلاعی از دنیای علم دارد و نه از پژوهش‌های موجود. معیار اصلی ما در این فصل این می‌باشد که تحقیقات مورد نظر در مجلاتی با دآوری‌های علمی منتشر شده باشند. به این دلیل نیز بیشترین رجوع ما به pubmed می‌باشد. در صورت صاحب نبودن تحقیقات به لینک پاپ مد نیز سعی کرده‌ایم که تا حد ممکن از منابعی که در آنها به تحقیقات جامع جدید نیز نگریسته شده است، استفاده کنیم. در ابتدا می‌گوییم که دنیای علم به شکلی قطعی نظریه ((روزه بصورت فیزیکی مضر است.)) را ارائه نمی‌کند. همچنین اینکه ((روزه در معنی مطلق مفید است.)) را نیز نمی‌گوید.

به این دلیل که روزه در برخی بنیه‌ها می‌تواند راه برای اثرات منفی باز کند و در برخی بنیه‌ها نیز نتایج سالم به بار آورد.

این نیز هیچ مخالفت و تضادی با باور اسلامی ندارد. زیرا اسلام ذاتاً می‌گوید ((افرادی که ناراحتی‌ای دارند، بیمارند و روزه به آنها ضرر وارد خواهد کرد، معاف از روزه

گرفتن هستند.))

حال بصورت خلاصه وار به برخی از تحقیقاتی که در این خصوص انجام شده است بنگریم:

در تحقیقی با عنوان

“Effects of Ramadan Fasting on the Health of Muslims”

بصورت خلاصه این جملات بیان می‌شود:

اینکه روزه راه را برای تغییرات فیزیکی متفاوت باز می‌کند حقیقت دارد، اما بیان اینکه افراد سالم از این عوامل تاثیر خواهند پذیرفت، سخت است.

روزه ماه رمضان می‌تواند عاملی افزایشده بیماری برای افرادی که دارای فشارخون، کلسترول و بیماری‌های قلب و کلیه هستند، باشد.

در تحقیقی دیگر با عنوان

“Physiological Changes During Fasting in Ramadan”

اعلام می‌شود که روزه رمضان گلبولهای قرمز و سفید خون را افزایش می‌دهد، کلسترول خون و تری گلیسیرید را کاهش می‌دهد، میزان چربی بدن، شاخص توده بدن و اضطراب را کم می‌کند.

در کنار این بیان می‌شود که سوابقی دایر بر اینکه خطر التهاب و سرطان را کاهش می‌دهد وجود دارد، و همچنین بیان می‌شود که ((روزه ماه رمضان برای افرادی دارای سلامت

۱- منابع :

مشکلی ایجاد نمی‌کند، اما در شرایطی مانند بیماری‌های دیابت و عروق کرونری نیز خطر را افزایش خواهد داد.))^۱

در تحقیقی با عنوان

“Effects of Ramadan Fasting on Physical Performance”

تاثیرات روزه بر روی ورزشکاران مورد بحث قرار می‌گیرد و بیان می‌شود که روزه ملاتونین را در ورزشکاران کاهش داده و آدرنالین و نورآدرنالین را افزایش می‌دهد، در حس انرژی و پایگاه هورمونی راه را برای تغییرات باز می‌کند. مقاله به عنوان توصیه نیز برجسته می‌کند که: ((کاهش بار روزانه کار و خواب در طول روز توسط ورزشکارانی که روزه می‌گیرند، این نوع تاثیرات روزه را کاهش خواهد داد.))^۲

تحقیقی دیگر با عنوان

“The Impact of Religious Fasting on Human Health”

نیز موجود است که به گمان ما جامع‌ترین تحقیق در این موضوع است.

این تحقیق، تحقیقات متفاوت بسیاری دایر بر نوع تاثیرات روزه در خصوص ((انرژی، کربوهیدرات، وزن توده بدن،

۱- منابع:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26013791>

۲- منابع:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19767792>

قند خون و لیپید خون)) را در کنار هم جمع کرده و بصورت جدول بندی درآورده است.

این تحقیق با داخل کردن اطلاعاتی که نشان می‌دهند روزه مضر است، در این خصوص بیان می‌کند که نتایج با یکدیگر در تضاد هستند.

و از این رو تاکید می‌کند که ((تاثیرات روزه بنابر بنیه‌های متفاوت مانند سیگاری و غیرسیگاری و بنابر شرایطی که بنیه در آن قرار دارد، متفاوت خواهد بود.))

تحقیقی با عنوان

“Ramadan Fasting and Infectious Diseases”

از منبعی دیگر نیز تاثیرات روزه بر بیماری‌های متکی بر عفونت را بررسی می‌کند.

مقاله‌ای که روزه را برای دیابتی‌ها توصیه نمی‌کند، بیان می‌کند که تاثیر روزه در مشکلاتی مانند اسهال هیچ و یا نزدیک به هیچ است.

همچنین تاکید می‌کند برای افراد دارای کرم روده مشاهده نشده است که روزه هیچگونه تاثیری داشته باشد.

همچنین بیان می‌شود افرادی که دارای زخم معده فعال نمی‌باشند می‌توانند روزه ماه رمضان را بگیرند، در مقابل این، توصیه نمی‌شود که افراد دارای زخم معده فعال روزه

۱-منابع :

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2995774/>

بگیرند^۱.

بخش بزرگی از تحقیقاتی که در خصوصشان بحث کردیم وضع بلند و کوتاه شدن ساعات روزه‌داری را نیز مطرح کرده و به نمایش می‌گذارند.

همانطور که مشاهده کردید جمله‌ای مانند ((روزه برای هرکس مضر است، به هیچ وجه روزه نگیرید.)) به هیچ وجه مورد اعتنا نیست.

بلعکس، نقطه نظر مشترک تحقیقات موجود در این حوزه عبارت است از تاکید بر روی این نکته که؛ تاثیرات روزه در هر بنیه‌ای متفاوت خواهد بود؛ بیمار و یا سالم بودن و یا نبودن شخص عاملی در تاثیر روزه بر روی آن شخص است. بعلاوه، تمام این موارد فوق الذکر عبارت از انعکاس‌های فیزیکی تغییر کرده بر اثر روزه بودند، تغییراتی مانند الگوی خواب و اثر انرژی و جهت بیولوژیکی کار.

یک سری تحقیقات دیگر نیز موجود است که دایر بر این می‌باشد که روزه می‌تواند تاثیرات روانشناختی مثبتی بر روی افراد بگذارد.

حتی در مقاله‌ای با بیانی دایر بر این نکته برخورد می‌کنیم که می‌توان به بیماران سرطانی، از منظر احساسات معنوی، اجازه روزه گرفتن داد.

۱- منابع :

<https://www.esciencecentral.org/ebooks/effects-of-ramadan-fasting/ramadan-fasting-and-infectious-diseases.php>

در این خصوص نیز دیدگاه‌هایی وجود دارد که مطرح شده‌اند.

برای رفع تاثیرات مورد بحث روزه نیز افطار کردن به شکلی هوشیارانه و قطع نکردن و عدم کم کاری در مصرف سحری توصیه می‌شود.

از نظر سبک و مغذی بودن غذاهای افطار و سحری نیز غنی و طبیعی بودنشان توصیه می‌شود.
البته اینها را ذاتا سالیان سال است که می‌دانیم.

در نتیجه، نباید اینگونه برداشت‌های عجولانه و بی‌اساس که هیچ ارتباطی با علم ندارند و مخصوصا و به عمد و از روی قصد برای غیرمنطقی جلوه دادن آیین‌ها و آداب اسلامی مطرح می‌شوند، جدی گرفته شوند.



«انجمن آنتی‌شبّهات»

تابع قوانین و مقررات کشور ایران است.
حوزه فعالیت: فلسفه □ دین و رد شبّهات.

سایت:

<http://Anti-Shobahat.com>

اینستاگرام:

[Instagram.com/Anti_Shobahat](https://www.instagram.com/Anti_Shobahat)

آپارات:

[Aparat.com/Anti_Shobahat01](https://www.aparat.com/Anti_Shobahat01)

