

و فرزندان بوجود آورد. جاندار از خوردن زنده می ماند و از نخوردن می میرد».

این موضوع نشلن میدهد که زرتشتیان به خوردن اهمیت میدادند اما روزهای مشخصی را برای نخوردن و دوری از افراط در خوردن گوشت حیوانات مشخص کرده بودند. آنها در روزهای دوم، دوازدهم، چهاردهم و بیست و یکم هرماه که متعلق به چهار امشاسپندان که نگهبانان چارپایان بودند، از خوردن گوشت پرهیز میکردند و به نوعی در این روزها، روزه می گرفتند.

مانویان نیز که در زمان ساسانیان و در دوره ای که دین زرتشتی در ایران رواج داشت می زیستند و آنها نیز روزه را در آئین خود به دو شکل انجام می دادند. در نوع اول دو روز را کامل و در نوع دوم از صبح تا غروب روزه می گرفتند و زمان این روزها را باتوجه به تقویم نجومی خود مشخص می کردند. آنها همچنین عید مخصوصی را در پایان ماه با روزه برگزار می کردند. هدف آنها از روزه در این روز آمرزش گناهان و اعتراف به آن بوده که روزه داران در با در دست داشتن تصویر مانی به اعتراف می پرداختند و این روز را عید «بما» می گفتند.

این موضوع را می توان در ادیان ابراهیمی که نزدیکی زیادی با اسلام داشتند نیز جستجو کرد و به تشابهات زیادی با ادیان دیگر رسید.

در آئین مسیحیت که عهد جدید مذهب یهودیت محسوب میشود، برای روزه گرفتن و روزه داری اما وضع به گونه ای دیگر بود

و این موضوع شاید به تعدد فرقه های بعد از مسیحیت مربوط میشده است. بر همین اساس آمده است که پیروان یحیی تعمید دهنده روزه می گرفتند اما شاگردان عیسی روزه نمی گرفتند.

با توجه به این بررسی اجمالی از روزه و روزه دار و فواید آن برای انسان، دین اسلام با هدف و اعمال خاص و وقت مشخصی این عمل را برای مومنان

واجب دانست و به صورت جامع تر و با هدف تزکیه نفس و توصل به خداوند و همچنین سلامت جسم و روان این موضوع را با تاکید زیاد بیان کرد.

رسول خدا خود در مورد روزه گرفتن بسیار حساس بود و بعد از نزول آیه ای در این مورد، بر مومنان روزه گرفتن را واجب کرد. در اینکه از چه روزی رسول خدا روزه گرفتن را واجب کرد و دستور به این عمل الهی داد، کمی اختلاف نظر وجود دارد اما عمده این اقوال، سال دوم هجری را برای این دستکوره الهی از طرف پیامبر اسلام ذکر کرده اند و برای این قول نیز مرحوم طبرسی در کتاب مجمع البیان می نویسد که : در اسلام، از سال دوم هجرت روزه گرفتن واجب شد و در ابتدا دارای شرایطی بود که بعدا از سوی پروردگار متعال تخفیف گرفت و از مدار وجوب خارج شد .

برای تعداد روزهایی هم که مومنان در سال روزه میگیرند نیز احادیث زیادی نقل شده که از این دست میتوان به حدیثی در مورد روزه گرفتن حضرت آدم اشاره کرد که بیان میدارد؛ اولین شخصی که روزه گرفت حضرت آدم بود، او پس از خوردن میوه ممنوعه، آن میوه سی روز در شکمش باقی ماند و پس از آن بود که خداوند به حضرت آدم و نسلش سی روز، روزه داری را فرمان داد و گرسنگی و تشنگی را بر آنان واجب دانست.

اما بهر روی امروزه علم نیز روزه گرفتن را برای جسم و روان انسان مفید دانسته و از فواید جسمی آن از قبیل پائین آوردن کلسترول تا تنظیم هرمون رشد سخن گفته و هیچ شکی در بجا آوردن این فریضه الهی برای ما نمیگذارد و همان طور که اقوام پیش از ما به اشکال مختلف و با نام های گوناگون روزه می گرفتند، از این پس نیز بر آیندگان ما نیز این امر واجب و مفید می نمایاند.

*کارشناس ارشد زبان های باستانی

