

۱۳۶۹۷۲۲

نقش روزه

در

درمان بیماری‌ها

www.ketab.ir

دکتر اتو بوخنگر

ترجمه: علی اکبر مهدی پور



انتشارات قدیم الاحسان



نقش روزه در درمان بیماری‌ها

علی اکبر مهدی پور

قدیم الاحسان

۱۰۰۰

چاپ اول، ۱۳۹۴

۵۵۰۰ تومان

به کوشش:

ناشر:

شمارگان:

نوبت چاپ:

قیمت:

بوخنگر، اتوهرمان فردیناند، ۱۸۷۸ - م.

سرشناسنامه: عنوان و نام پدید آورنده: نقش روزه در درمان بیماری / اتو بوخنگر؛ ترجمه‌ی علی اکبر مهدی پور

تهران: قدیم الاحسان، ۱۳۹۴.

۱۳۲ ص

978-600-7170-22-9

فیبا

چند زبانه:

روزه

RM226/7170-22-9

613/2

3969971

مشخصات نشر:

مشخصات ظاهری:

شابک:

وضعیت فهرست نویسی:

یادداشت:

موضوع:

رده بنده کنگره:

رده بندی دیویی:

شماره کتابشناسی ملی:

مرکز بخش:

تهران/میدان قیام/زیبای جنوبی/خیابان مشهدی رحیم/پلاک ۴۳

www.eradat.ir

تلفن: ۳۳۵۴۰۶۳۸

تهران/میدان انقلاب/خیابان کارگر جنوبی/شهدای ژاندارمری

پاساژ ناشران و کتابفروشان کوثر/طبقه اول/پلاک ۷/تلفن: ۶۶۶۹۷۱۶۹۷

www.aramedel.ir

سامانه پیام کوتاه: ۳۰۰۰۰۷۷۷

فهرست مطالب

۷	پیشگفتار مترجم
۷	روزه در اسلام و بیان دیگر
۷	واژه روزه
۷	روزه دار راستین
۱۰	تاریخچه روزه
۱۵	فلسفه روزه
۱۶	۱. سلامتی و تندرستی
۱۶	۲. تقویت ایمان
۱۶	۳. ایثار و مواسات
۱۷	روزه در طب قدیم
۱۷	روزه در طب جدید
۱۸	روزه طبّی
۲۱	کتاب حاضر
۲۵	یادداشت مترجم

- یادداشت مؤلف ۲۹
- متن کنفرانس دکتر اتو بوخنر در کنگره پزشکی بغداد ۳۳
- چگونگی روزه طبی ۴۳
- طیب المانی یعلن فی المؤتمر الطبى صیام رمضان يعود بالفائدة على صحة
الناس ۵۴
- استطیب بالعم ۵۷
- کیفیه الطیب بصوم ۶۷

پیشگفتار مترجم :

روزه در اسلام و ادیان دیگر

واژه روزه:

روزه که در عربی از آن «صَّوْمٌ» نام می‌شود، در لغت به معنای «امساک» است، اگر کسی از سخن گفتن، راه رفتن و یا غذا خوردن امساک کند به او «صائم» گفته می‌شود. (۱) در اصطلاح فقهی به کسی که از سپیده دم تا غروب شرعی از مفطرات دهگانه به نذر روزه امساک کند، صائم (روزه دار) می‌گویند.

روزه دار راستین:

کسی که از مفطرات دهگانه امساک کند به وظیفه خود عمل کرده، دیگر قضا و کفاره بر او لازم نمی‌شود، ولی اگر بخواهد در ردیف روزه داران

واقعی قرار بگیرد و از پاداش‌های عظیم الهی برخوردار شود، باید از همه گناهان بپرهیزد.

امام صادق (ع)، روزه‌دار واقعی را چنین توصیف می‌فرماید:

«إِذَا أَصْبَحْتَ صَائِمًا فَلْيُصِمْ سَمْعُكَ وَبَصَرُكَ عَنِ الْحَرَامِ
وَجَارِحَتُكَ وَجَمِيعُ أَعْضَائِكَ مِنَ الْقَبِيحِ»^(۱)

«اگر روزه گرفتی، باید چشم و گوش تو نیز از حرام روزه بگیرد، دست و دیگر اعضای بدنت نیز از گناهان روزه بگیرد».

آری هنگامی که روزه‌دار دهان خود را از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها به نیت روزه می‌بندد، باید چشمش را نیز از نگاه نامشروع به نامحرمان و صحنه‌های حرام، و گوشش را از گوش دادن به ساز و آواز و نغمه‌های حرام ببندد، و زبانش را از دروغ، غیبت و هتک آبروی مردم باز دارد، و شکمش را از ربا، رشوه، شربات الکلی و لقمه‌های حرام دور بدارد، و دستش هرگز به سوی حرام دراز نشود. پایش به مجالس حرام کشیده نشود.

امام باقر (ع) خطاب به «جابر بن عبدالله انصاری» فرمود:

«يَا جَابِرُ! مَنْ دَخَلَ عَلَيْهِ شَهْرُ رَمَضَانَ فَصَامَ نَهَارَهُ وَ قَامَ
وَرَدًا مِنْ لَيْلِهِ وَ حَفِظَ فَرْجَهُ وَ لِسَانَهُ وَ غَضَّ بَصَرَهُ وَ كَفَّ
أَذَاهُ، خَرَجَ مِنَ الذُّنُوبِ كَيَوْمٍ وَلَدَتْهُ أُمُّهُ»

قال جابر: قلت له: جعلت فداك ما أحسن هذا من حديث؟

قال: «وَمَا أَشَدَّ هَذَا مِنْ شَرْطٍ».^(۱)

«ای جابر! کسی که روزهای ماه رمضان را روزه بگیرد و قسمتی از شب‌های آن را به عبادت سپری کند، و دامنش را از پلیدی حفظ کند و زبانش را از گناه نگه دارد و چشمش را از نگاه نامشروع بپوشاند و آزارش به مردم نرسد، از گناهان پاک می‌شود، چنان‌که گویی تازه از مادر زاده شده است».

جابر می‌گوید: گفتم: جانم به قربانت، چه حدیث زیبایی! امام علیه السلام فرمود: «آری، ولیکن چه شرط‌های دشواری!!».

اگر کسی پسین روزه‌ای بگیرد، روزه‌اش به تعبیر پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم «سپر آتش» است. رب هنگام افطار خداوند به فرشتگان می‌فرماید:

«يَا مَلَائِكَةَ إِيَّاهُ وَا إِنِّي قَدْ غَفَرْتُ لَهُ».^(۲)

«ای فرشتگان! گواهی می‌دهم که من او را آمرزیدم».

ولی اگر این شرایط را رعایت نکند و فقط از خوراک و آشامیدنی‌ها پرهیز کند، چنین روزه‌ای نمی‌تواند انسان را در برابر روزه بیمه کند، چنان‌که رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید:

«الْصَّوْمُ جُنَّةٌ مَا لَمْ يَخْرِفْهَا».^(۳)

«روزه سپر آتش است مادامی که روزه‌دار آن را نشکند».

از این رهگذر در احادیث فراوانی آمده است که: «دروغ، بهتان،

۱. شیخ حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۰، ص ۳۰۳.

۲. علامه مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۶، ص ۲۴۷.

۳. سید مرتضی، المجازات النبویه، ص ۲۰۲.

غیبت و چشم‌چرانی روزه را باطل می‌کند^(۱) در این جا منظور از باطل شدن، وجوب قضا و كفاره نیست بلکه منظور از آن، محرومیت روزه‌دار از پاداش‌ها و نعمت‌های ارزنده‌ای است که در انتظار روزه‌داران راستین است. چنان‌که امیر مؤمنان (علیه السلام) می‌فرمایند:

«كَمْ مِنْ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الْجُوعُ وَالضَّمَاءُ، وَ كَمْ مِنْ قَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ قِيَامِهِ إِلَّا السَّهَرُ وَالْعَنَاءُ، حَبْذَا نَفْسُ الْأَكْيَاسِ وَ إِفْطَارُهُمْ»^(۲)

بسیار روزه‌دار، که از روزه‌اش جز گرسنگی و تشنگی بهره‌ای ندارد. و شب زنده‌دار که از عبادت شبانگاهی جز رنج و بی‌خوابی بهره‌ای نبرد. خوشا! خواب‌هوشمندان و روزه‌گشودن آنان.

اگر ما نمی‌توانیم روزه واقعی بگیریم، حق روزه‌خواری نداریم، بلکه باید تلاش کنیم که هر سالی بهتر از سال قبل، و هر روزی بهتر از روز قبل، روزه بگیریم، که هرگز نباید دو روز سال یکسان باشد، که هرکس دیروز و امروزش برابر باشد به تعبیر امام صادق (علیه السلام) مغبون است، بلکه باید گامی به پیش نهاده، هر روزش بهتر از روز قبل باشد.

تاریخچه روزه:

روزه از کهن‌ترین عبادت‌هاست که در میان تمام اقوام و ملل جهان

۱. شیخ حر عاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۰، ص ۳۵.

۲. سید رضی، نهج البلاغه، کلمات قصار، ش ۱۴۵.

رایج بوده است. رومانی‌ها و هندوها به کثرتِ روزه مشهور بودند، یونانی‌ها و مصری‌ها در مرتبه بعدی قرار داشتند.

در تمام ادیان آسمانی، حتی آیین‌های زمینی که رنگ مذهبی دارند، چون بودایی، برهمایی، صابئی، زرتشتی و مانوی، روزه جزء احکام واجب به شمار می‌رفت و غالباً در حدود یک ماه بود.

برهمایی‌ها، اول و چهاردهم هر ماه، و اول هریک از فصول اربعه، و روزهای کسب خساره می‌گرفتند که جمعاً در حدود یک ماه می‌شود. مانوی‌ها، جمعه یک ماه روزه می‌گرفتند.

صابئین، در سی و یک ماه روزه می‌گرفتند.^(۱)

بودایی‌ها، اول، دهم، بیستم و دوم هر ماه را روزه می‌گرفتند، و استراحت کامل می‌کردند. حتی افطارشان را از روز قبل تهیه می‌کردند.

یهودیان، ۹ نسیان (آوریل) ۱۰ و ۲۱ نوز (ژوئیه) را روزه می‌گرفتند و روزه‌های دیگر آنان به مناسبت احیاء حوادث تاریخی و مذهبی به ۲۵ روز در سال می‌رسد که در تورات فعلی عزان روزه واجب مطرح نشده است.

مهمترین روزه یهودیان «روزه اعظم کنیسه یهود» است که هر سال در دهم «تشرین اول» (اکتبر) همراه با مراسم پر شکوهی آن را روزه می‌گیرند. و آن روز را «روز کفاره» می‌نامند.

از بررسی تورات استفاده می‌شود که «روز کفاره» دهم ماه تمّوز (ژوئیه) می‌باشد^(۱) ولی فعلاً مراسم این عید را در دهه اکتبر انجام می‌دهند.^(۲) روزه و دیگر مراسم این عید بسیار مهم است و تورات از آن به عنوان فریضة دائمی یاد کرده است.^(۳)

در تورات از روزه چهار روزه حضرت موسی^(۴) و روزه چهار روزه حضرت الیاس^(۵) و روزه سه هفته‌ای حضرت دانیال^(۶) گفت‌وگو شده است.

روزه ۲۲ مور (ژوئیه) نیز از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است که در تورات با اهمیت خاصی تاقی شده است.^(۷)

یهودیان پایبند، هفته‌ای و روز (روزهای دوم و پنجم هر هفته) روزه می‌گیرند.^(۸)

در تورات همچنین روی روزهای مستحبی در ماه‌های پنجم، هفتم^(۹) و نهم تأکید شده است.^(۱۰)

۱. تورات: لاویان ۲۳: ۲۷ و ۲۵: ۹ و اعداد ۲۹: ۷.

۲. کتاب قاموس مقدس، ص ۴۲۷.

۳. تورات: لاویان ۱۶: ۲۹.

۴. تورات: تثنیه ۹: ۹.

۵. تورات: اول پادشاهان ۱۹: ۸.

۶. تورات: دانیال ۱۰: ۲ و ۳.

۷. تورات: نحμία ۹: ۱.

۸. انجیل لوقا ۱۸: ۱۲.

۹. تورات: زکریا ۷: ۳ و ۵.

۱۰. تورات: ارمیا ۳۶: ۹.

در تورات همچنین از روزه حضرت داود^(۱) قوم حضرت یونس^(۲) و تیره‌هایی از بنی اسرائیل یاد شده است.^(۳)

جالب این‌که در تورات از شرایط روزه واقعی نیز سخن رفته است.^(۴) در میان اقوام مختلف مسیحی:

پروستان‌ها، روزه واجب ندارند، فقط روزه مستحبی دارند، ولی در میان کاتولیک‌ها، ارتدکس‌ها، ارمنی‌ها، قبطی‌ها و... روزه‌های فراوانی همچون روزه چهل روزه «چله کارم» یافت می‌شود.

مسیحیان «جائز کارم» را (به استثنای روزهای یکشنبه) به یاد روزه چهل روزه حضرت عیسی^(ع) روزه می‌گیرند که داستان آن به تفصیل در انجیل آمده است.^(۵)

در اناجیل پس از گفتارگواروه شاگردان حضرت یحیی^(ع) به حواریون حضرت عیسی^(ع) نیز توصیه شده که اهمیت روزه را نگه دارند.^(۶) طبق نوشته اناجیل، آنها نیز به روزه اهتمام می‌ورزیدند.^(۷) و عمر خود را با انکار لذات، بی‌رغبتی به دنیا و اهتمام به روزه‌داری سپری می‌کردند.^(۸)

۱. تورات: دوم سموئیل ۱۲: ۱۶.

۲. تورات: یونس ۳: ۵.

۳. تورات: داوران ۲۰: ۲۶، اول سموئیل ۷: ۶ و یوئیل ۲: ۱۲ و ۱۶.

۴. تورات: اشعیا ۵۸: ۴-۷.

۵. انجیل متی ۲: ۴.

۶. انجیل لوقا ۵: ۳۳.

۷. انجیل متی ۶: ۱۶-۱۸.

۸. انجیل: قرنتیان ۱۱: ۲۷.

در انجیل همچنین از پیامبران بسیاری گفت و گو شده که روزه می‌گرفتند.^(۱) جالب‌ترین و جامع‌ترین و عالی‌ترین روزه، روزه ماه مبارک رمضان است که در آیین اسلام بر همهٔ مرد و زن واجد شرایط واجب است. در احادیث آمده است که روزه ماه مبارک رمضان پیش از اسلام فقط بر پیامبران واجب بود. خداوند با تعیین ماه رمضان برای ادای این فریضه، امت اسلام را گرامی داشته است.^(۲)

از احادیث تراوانی که در زمینهٔ عظمت ماه مبارک رمضان وارد شده برمی‌آید که همه کتاب‌های آسمانی در ماه رمضان نازل شده است: صحف ابراهیم، در شب اول، تورات در شب ششم، انجیل در شب دوازدهم، زبور در شب هفدهم، قرآن در شب بیست و سوم، نزول قرآن در ماه رمضان، در متن قرآن با صراحت بیان شده است.

مفسران از بررسی مجموع آیات مربوط به نزول قرآن، استفاده می‌کنند که قرآن دو نزول دارد: یکی نزول تدریجی، دیگری نزول تدریجی. نزول دفعی آن در ماه رمضان^(۳) در یک شب^(۴) آن هم در شب قدر انجام یافته^(۵) و نزول تدریجی آن در مدت ۲۳ سال بوده است.^(۶) در آئین مقدس اسلام، روزه ماه مبارک رمضان در سال دوم هجرت شریع

۱. انجیل: اعمال رسولان ۱۳: ۳.

۲. شیخ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۰، ص ۲۴۰.

۳. سوره بقره، آیه ۱۸۵.

۴. سوره دخان، آیه ۳.

۵. سوره قدر، آیه ۱.

۶. علامه طباطبائی، المیزان، ج ۲، ص ۱۴.

گردید، که همه مسلمانان باید به مجرد رؤیت هلال رمضان این فریضه بزرگ الهی را آغاز کنند و بکوشند که تمام شرایط روزه واقعی را رعایت کنند. روزه ماه رمضان از ضروریات دین مقدس اسلام است^(۱) که به تفصیل و صراحت در متن قرآن بیان شده است.^(۲)

فایده روزه:

ما در پیروی از احکام اسلامی هرگز تابع فلسفه نیستیم، اگر فلسفه حکمی را بدانیم آن را برای امتثال فرمان خدا انجام می دهیم نه برای فلسفه آن، و اگر فلسفه حکمی را ندانیم، باز هم بدون کوچک ترین تردید و دلواپسی آن را به این امتثال فرمان خدا انجام می دهیم. ولی معتقدیم که هر یک از احکام اسلامی با توجه به یک سلسله مصالح و مفاصد مقرر شده و هیچ حکمی بی فایده نیست.

محمد بن سنان، در نامه ای به حضرت امام رضا علیه السلام می نویسد:

«مردم خیال می کنند که هر چه واجب است، خداوند خواسته است که واجب باشد، و هر چه حرام است، خداوند دلیل است که خداوند خواسته است که حرام باشد!».

امام رضا علیه السلام در پاسخ نوشت:

«هر کس چنین خیال کند از راه راست منحرف شده، و در گمراهی روشنی فرو رفته است».

۱. سید محمد کاظم یزدی، عروة الوثقی، ص ۳۴۹.

۲. بقره: ۱۸۴-۱۸۷.

در این جا فقط به آن دسته از فلسفه‌های روزه که در کلمات معصومین علیهم‌السلام بیان شده، اشاره می‌کنیم:

۱. سلامتی و تندرستی

رسول گرامی اسلام می‌فرماید:

«صُومُوا تَصِحُّوا»^(۱)

«روزه بگیرید تا تندرست باشید».

۲. تقویت ایمان

حضرت فاضل زهری رحمته‌الله در فرازی از خطبه‌ای که در مسجد پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم در حضور مردم مدینه به عنوان استیضاح خلیفه ایراد فرموده، به فلسفه برخی از احکام اشاره کرده است. آن جمله است:

«وَالصَّيَّامُ تَثْبِيْتًا لِلْإِيْمَانِ»^(۲)

«خداوند روزه را برای تثبیت ایمان مردم واجب کرد».

۳. ایثار و مواسات

از امام صادق علیه‌السلام پرسیدند: چرا روزه واجب شد؟ فرمود:

«لِيَجِدَ الْغَنِيُّ مَضَضَ الْجُوعِ فَيَحْنُو عَلَى الْفَقِيرِ»^(۳)

«تا ثروتمندان نیز بتوانند تلخی گرسنگی را احساس کنند و بر تنگدستان ترحم کنند».

۱. علامه مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۶، ص ۲۵۵.

۲. طبرسی، الاحتجاج، ج ۱، ص ۹۹.

۳. شیخ حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۳.

به مصداق حدیث معروف حضرت موسی بن جعفر علیه السلام - إِنَّمَا يَعْلَمُ شِدَّةَ الْجَوْرِ مَنْ حُكِمَ عَلَيْهِ بِهِ (تنها کسی می تواند مفهوم شکننده «ستم» را بفهمد که در حق او ستم شده باشد) - آنها که در تمام عمر بر سر سفره رنگین نشسته اند، معنای گرسنگی را نمی توانند لمس کنند تا بر گرسنگان احساس ترحم نمایند.

روژه در طب قدیم:

در طب قدیم روزه با اهمیت خاصی تلقی شده بود، فیثاغورث و بقراط برخی از امراض را با روزه و الهجه می کردند. حارث بن کلبه طبیب معروف زمان بعثت رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله، روزه را یگانه طریق معالجه بیماری ها می دانست. ابن سینا فسلی از کتاب قانون را به مداوا با روزه اختصاص داده است.

روژه در طب جدید:

روژه از دیدگاه طب جدید خانه تکانی انسان و موجب نظافت کامل تمام دستگاه ها و سلول های بدن است. زیرا غذاهای مدهون که می خوریم همه آنها جذب بدن نمی شود بلکه قسمتی از آنها به سورت رسوبات مضر در قسمت های مختلف باقی می ماند. و بدن همانند ماشین یا دستگاه صنعتی دیگری می گردد که انواع روغن و گریس به نقاط مختلف آن چسبیده و آن را آلوده کرده باشد، و همین ها هستند که گاهی تولید عفونت های گوناگون کرده، سبب بروز بیماری ها می شوند.

ولی روزه موجب شست‌وشوی این رسوبات و مواد مزاحم می‌گردد و از این نظر، روزه طبیعی‌ترین و سالم‌ترین راه درمان بیماری‌ها است. روزه‌دار به وسیله روزه مواد عفونی را نابود و ریشه بیماری‌ها را قطع کرده، تمام بدن را «واکسیناسیون» می‌کند. در صورتی که اگر قرار باشد برای از بین بردن این رسوبات از داروهای مختلف استفاده شود این دارو ناخواه و ناخواه روی بافت‌های سالم بدن، اثرات سوء خواهد گذاشت. چنان‌که گفته می‌شود: به طور متوسط از استعمال ۱۰ دارو یک بیماری مدید می‌آید.

روزه طبّی:

به دنبال تجربیات فراوانی که دکتر «الکسی سوفورین» دانشمند شهیر روسی، از معالجه با روزه اندوخته، پزشکان یاری این روش را بهترین روش درمان تشخیص داده، راه الکسی سوفورین پیموده‌اند. تجربیات وی در سال ۱۹۲۶ م. در مجله معروف «نوفری» قزیمبا چاپ بلغراد (یوگوسلاوی) منتشر شده، سپس به صورت کتابی به نام «ندای با روزه» منتشر گردید. و در سال ۱۹۳۰ م. توسط اسقف «ارشمندریت مقدانین خلوف» به عربی ترجمه، و در جهان اسلام منتشر شد.^(۱)

دکتر الکسی سوفورین می‌گوید:

«جسم به هنگام روزه به جای غذا از مواد داخلی استفاده

۱. ترجمه فارسی این کتاب تحت عنوان «روزه روش نوین برای درمان بیماری‌ها» در سال

می‌کند و آنها را مصرف می‌کند، و مواد کثیف و عفونی که در جسم هست و ریشه و خمیره بیماری‌هاست، از بین می‌رود و بدین طریق روزه سبب بهبودی همه بیماری‌هاست. از این رو جسم خود را به وسیله روزه از داخل نظیف و پاکیزه کنید».

قسمتی از بیماری‌هایی که این دانشمند توانسته به وسیله روزه معالجه کند به قرار زیر است:

«نوراستنی، التهاب معده، التهاب حنجره، سفلیس، سل، درد چشم، زکام مزمن، درد مزمن سینه، نفخ و ورم ریه‌ها، بیماری‌های عصبی، لرزش اندام، استسقاء، فلج، کم‌خونی، اضطراب روحی، ضعف عمومی بدن، بیداری که در بالاخره تضعیف غده‌های سرطانی، و برای ترک اعتیاد».

او معتقد است حتی کسانی که مبتلا به کم‌خونی هستند باز هم روزه برای آنها مفید است. و هرگز آثار سوئی نخواهد داشت. او می‌گوید: آثار روزه بسیار عجیب است و باید گفت: «روژه، اجاره می‌کند».

دکتر ماک فادون می‌نویسد:

«هر انسان سالم و یا بیمار به روزه احتیاج دارد»

دکتر الکسیس کارل در کتاب «انسان موجود ناشناخته» اهمیت روزه را بازگو کرده، تشریح روزه در ادیان را می‌ستاید.

دکتر کارلو آمریکایی می‌نویسد:

«هر شخص بیمار باید در هر سال مدتی از غذا پرهیز کند.

زیرا مادامی که غذا به تن می‌رسد، میکروب‌ها در حال رشد

است، ولی هنگامی که از غذا پرهیز می‌کند، میکروب‌ها روبه ضعف می‌روند...».

سپس می‌افزاید:

«روزه‌ای که اسلام واجب کرده، بزرگ‌ترین ضامن سلامتی تن می‌باشد».

اینجاست که به عظمت حدیث شریف پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله پی می‌بریم که فرمود:

«صُومُوا تَصِحُّوا»^(۱)

«روزه بگیرید تا تندرست باشید».

و امیرمؤمنان علیه السلام که فرمود:

«الْمَعْدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ وَالْهَيْئَةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ»^(۲)

«معهده، کانون همه بیماری‌هاست. پرمیز سرلوحه داروهاست».

در پایان این بخش باز هم یادآور می‌شویم که با فقط برای فرمان خدا روزه می‌گیریم، نه برای مصالح اقتصادی و منافع مادی آن. و نقل سخنان گرانقدر این دانشمندان، فقط و فقط برای توجه به عظمت این فریضه بزرگ الهی است، که امیدواریم این فریضه را در رمضان امسال با ایمانی راسخ‌تر و دلی پاک‌تر و نیتی خالص‌تر از هر سال دیگر با موفقیت کامل انجام دهیم. (ان شاء الله)

فراموش نمی‌کنم که مرحوم پرفسور عبدالباقی گلپنارلی که یکی از درخشان‌ترین چهره‌های جهان تشیع بود (و بیش از ۱۰۰ جلد کتاب ارزنده به زبان ترکی استانبولی در دفاع از حریم مقدس تشیع به رشته تحریر درآورده و همه‌اش به زیور چاپ آراسته است و در سال ۱۴۰۳ ق. در استانبول بدرود حیات گفت)، برایم تعریف می‌کرد که در سمینار سه روزه که در عهد خلفای عثمانی در «دارالفنون» استانبول برگزار شده بود شرکت داشته، و خود از مدرسین دارالفنون بوده، هر یک از دانش‌ندان، کنفرانسی در پیرامون آثار اعجاز‌آمیز روزه از نظر بهداشتی می‌دهند و سه روز به آخرین ساعات خود نزدیک می‌شود و آن مرحوم در پشت تریبون فرار می‌گیرند و می‌فرمایند: «برادران! سروران! مطالب ارزنده حضرات اساتید را شنیدید و همه‌اش عالی، پرارج و غیر قابل تردید بود، ولی باید که ما فقط برای امثال فرمان خدا روزه می‌گیریم و بس!»

ما ضمن ارج نهادن به نظر آن دانشمند فقید و طلب علم درجات آن عزیز، این بخش را همین جا خاتمه می‌دهیم و فراز کوتاهی در پیرامون کتاب حاضر بحث می‌کنیم:

کتاب حاضر:

نخستین آشنایی نگارنده با «روزه طبی» به ۴۰ سال قبل مربوط می‌شود که مقاله بسیار سودمندی در آن ایام توسط یکی از اساتید «دارالتبلیغ اسلامی قم» تحت عنوان: «التطیب بالصوم» منتشر شد که

در آن مقاله فرازهایی از سخنان گرانبهای دکتر اتو بوخنگر درج گردیده بود. نگارنده سال‌ها آرزو می‌کرد که به متن نوشته او دست یابد که ممکن نشد. ولی پس از دستیابی به کتاب پیر ارج «روزه روش نوین برای درمان بیماری‌ها» از دانشمند بزرگ روسی «دکتر الکسی سمورین» تا حدی خواسته‌اش را برآورده انگاشت و در این زمینه مقاله‌ای تحت عنوان «روزه در اسلام» به زبان ترکی استانبولی در رمضان ۱۳۹۷ هـ. ق مرکز اسلامی استانبول منتشر ساخت که در این کتاب درج شده است. گسترش یافته آن مقاله بعداً به صورت کتابی به همین نام در رمضان ۱۳۹۹ هـ. ق از طرف «انتشارات زمان» در استانبول منتشر گردید. دو سال بعد ترجمه فارسی آن در رمضان ۱۴۰۱ هـ. ق در مجله ارزشمند «مکتب اسلام» (سال ۲۱ ش ۵) انتشار یافت و هم‌زمان با آن، مقاله‌ای در همین رابطه تحت عنوان «نحن و رمضان» در مجله وزین و علمی «الهادی» به قلم نگارنده منتشر شد. به دنبال انتشار این مقالات بود که متن کنفرانس دکتر اتو بوخنگر که در بهمن دسامبر ۱۹۶۵ م. در کنگره پزشکی بغداد ایراد کرده بود، توسط دولت کرانه‌مایه‌ام خطیب توانا شادروان حاج آقا محمود وحدت به دستم رسید. این کتاب به ۶ زبان از طرف کلینیک دکتر اتو بوخنگر انتشار یافته بود که بسیار خوش وقت شدم و تصمیم گرفتم آن را همراه ترجمه فارسی آن منتشر نمایم، خدا را بسیار سپاسگزارم که این آرزو نیز برآورده شد و اینک ترجمه فارسی آن نیز که از انگلیسی به فارسی برگردان شده، به فارسی زبانان تقدیم می‌گردد. ترجمه عربی را نیز که با ماشین تحریر تایپ شده بود،

از نو حروفچینی کرده، اصلاحاتی در آن به عمل آوردیم که خود مؤلف ترجمه‌های انگلیسی و فرانسوی را مأخذ معرفی کرده است. نظر به این که مقاله استانبولی نگارنده بسیار فشرده و با متن کتاب دقیقاً منطبق بود، آن را نیز ضمیمه نمودم و اینک این کتاب به هشت زبان به خوانندگان گرامی تقدیم می‌گردد.

اثرات بوخنگر روی تفاوت بنیادی بین گرسنگی و روزه تأکید می‌کند، اثرات زیان‌بار گرسنگی و فواید بی‌شمار روزه‌گیری را برمی‌شمارد. دکتر بوخنگر در مورد روزه مذهبی ستایش فراوان کرده، می‌گوید: «روژه نیروی صحیح، سند شرافت و معیار هوش و نیروی اراده انسان است.»

دکتر بوخنگر با قاطعیت می‌گوید «اکثر بیماری‌های حاد و مزمن را می‌توان به وسیله روزه بهبود بخشید، یا از شدت آنها کاست.»

سپس ۲۰ مورد از امراض حاد و مزمن را می‌شمارد که با روزه طبی قابل معالجه و تداوی است. او معتقد است که:

«به هنگام روزه بدن بیمار، پست‌ترین مواد را از سراسر بدن جمع‌آوری کرده می‌سوزاند.»

او می‌گوید:

«نیروهای نوسازی بدن انسان به هنگام روزه فعال می‌شوند، تصفیه و ترمیم بافت‌ها را شروع می‌کنند.»

دکتر بوخنگر می‌گوید:

در مدت ۵۰ سال که از تأسیس «کلینیک اتو بوخنگر» می‌گذرد، بیش از ۵۰۰۰ بیمار در این کلینیک توسط روزه درمان شده‌اند!

«از یک دکتر رومی نقل می‌کند که:

«اولین بیماری مربوط به پرخوری بود و نخستین درمان نیز روزه‌گیری است».

و از یک پزشک مصری نقل می‌کند که:

«اسان، یحیی چهارم آنچه می‌خورد نیازش تأمین می‌شود و با سه بیمار دیگر، پزشکان امرار معاش می‌کنند».

اینک با آرزوی موفقیت در این فریضه الهی در این ماه مبارک برای همه خوانندگان گرامی و نیایش به پیشگاه حضرت احدیت برای تعجیل در امر فرج حضرت بقیه الله اواخرا ماه دامن سخن فرامی‌چینیم و خوانندگان را به مطالعه متن گفتار «دکتر اتو بوخنگر» وایمی‌خوانیم.

(رمضان ۱۴۰۱ هجری)

«حوزه علمیه قم»

علی اکبر مهدی‌پور