

حجت‌الاسلام ضرابی، مدرس حوزه و دانشگاه:

انس باقرآن در ماه رمضان باید همراه با تدبیر و عمل باشد

نیره ساری

آنچه پیش‌رو دارید، حاصل گفت‌وویی است باحجت‌الاسلام ایمان ضرابی، پژوهشگر و مدرس حوزه و دانشگاه که در آن به تبیین جایگاه قرآن، دعا و انس با معارف الهی در ماه مبارک رمضان و راهکارهای تداوم این ارتباط معنوی پرداخته‌اند.

در ماه مبارک رمضان حداقل ارتباط روزانه با قرآن چگونه تعریف می‌شود؟

توصیه‌های مختلفی برای بهره‌مندی از فیوضات این کتاب آسمانی شده‌است، مثلاً شیخ صدوق (ره) در ثواب‌الاعمال از امام صادق (ع) روایت کرده‌است که حضرت فرمودند: قرآن پیمان خدا با مردم است، پس یقیناً برای شخص مسلمان سزاوار است که با دقت در پیمان خویش بنگرد و از آن در هر روز ۵۰ آیه بخواند؛ یا شیخ کلینی (ره) در اصول کافی از امام باقر(ع) نقل کرده که حضرتشان فرمودند: «من قرا عشر آیات فی لیله لم یکتب من الغافلین»؛ (هرکس در هر شب ۱۰ آیه قرآن بخواند از جمله بی‌خبران و غافلان نوشته نخواهد شد.) اما با توجه به جایگاه، رفیع قرآن و اینکه اساساً تلاوت قرآن از با ارزش‌ترین عبادت‌ها محسوب می‌شود، بنابراین نمی‌توان برای بهره‌برداری از آن حد یقف قائل شد، چنانکه در وصایای رسول خدا(ص) به امیر مؤمنان علی (ع) آمده که: یا علی در همه حال و در هر شرایطی قرآن تلاوت کن.

نقش دعا، مناجات و حضور در مسجد در پالایش روح چیست؟

انسان به واسطه پیوند با شاعر معنوی به بالندگی می‌رسد، همانگونه که ما برای پاکسازی بیرونی جسم از راهکارهایی چون استحمام یا پاک‌سازی درون از تمهیدات درمانی استفاده می‌کنیم، روح ما نیز به جهت غفلت و غره‌شدن به خود به همین تصفیه و پالودن نیازمند است و مهم‌ترین ابزارهای این تزکیه همین دعا و مناجات و تضرع به استنار قدس ربوبی است که البته مسجد به جهت نوع خاستگاه محل هر دعا و نیایش و زدودن زنگارهای وجودناشناس است. حضور در مساجد و بهره‌مندی از فضای معنوی مساجد از همین‌رو جزو دستورات قرآن است.

چگونه از فضای معنوی رمضان بیشترین بهره را ببریم؟

لازمه بهره‌مندی از فیوضات این ماه مبارک خدا رسیدن به درک و شناخت درست از این ماه بزرگ است؛ ما متأسفانه هنوز به آن میزان از توجه به عظمت این‌ ماه ناآل نیامدیم، بنابراین برداشتم ما از حقیقت این ماه فقط صرفاً بخورن و نیاشامیدن از یک ساعت مشخص تا یک ساعت مشخص است، فارغ از اینکه بداییم اینها بخشی از آداب و تکالیف ما در این ماه هستند و توجه نمی‌کنیم که چه برکت دیگری این ماه مبارک دارد. رسول خدا(ص) در آستانه ماه مبارک خطبه‌ای

محبوبه قربانی

همزمانی رمضان و ماه یایانی سال، فرصتی است تا مردم علاوه بر آماده شدن برای سال جدید، نگاه تازه‌ای به اقتصاد خانواده و همدلی اجتماعی

پیدا کنند. خانه‌ها خانه‌تکانی می‌شوند و دل‌ها سبک‌تر، اما در کنار آن، خلیی‌ها به فکر مسفره‌های افطار نیازمندان هم هستند. در این روزها، گروه‌های مردمی و هیئت‌های مذهبی دست به کار جمع‌آوری بسته‌های غذایی، مواد اولیه افطار و نذورات می‌شوند تا سفره‌های ساده، اما پر مهری در خانه‌های نیازمندان پهن شود. عضو یکی از این گروه‌ها می‌گوید: «با توجه به شرایط اقتصادی، بسیاری از خانواده‌ها توان خرید کامل اقلام افطار را ندارند. ما تلاش می‌کنیم حداقل سفره‌ها پشان لبریز از برکت باشد.» از سوی دیگر، مردم عادی هم با تغییر نگاه اقتصادی خود می‌توانند رمضان را به فرصتی برای مدیریت بهتر هزینه‌ها و کمک به دیگران تبدیل کنند. مثلاً خرید مواد غذایی در حجم مناسب، صرفه‌جویی در غذا و اولویت دادن به نیازمندان هم سفره خانواده را سبک می‌کند، هم دل‌دیگران را شاد.

دو شنب مانده به ماه رمضان، برای خرید به یکی از خیابان‌های محل رفتن و متوجه شد چند مسجد، طبق روال سال‌های گذشته، اما امسال با همت بیشتر، همزمان با فرارسیدن ماه رمضان و روزهای پایانی سال، کمک به نیازمندان را جزئی از برنامه‌های خود قرار داده‌اند. این برنامه نه فقط در مسجد که در بعضی خانه‌ها هم انجام می‌شود.
سراغ یک زن میانسال فعال رقتم که مشغول آماده کردن بسته‌های کوچک مواد غذایی بود، او می‌گفت: «نه فقط امسال، بلکه هر سال در ماه رمضان در حد توان و ضاعتم چند بسته آماده می‌کنم و برای همسایه‌ها و کسانی که نیاز دارند، می‌فرستم. بچه‌ها هم کمک می‌کنند. لذت دیدن لیخنه آدم‌ها، انگیزه‌مان را دو برابر می‌کند، به خصوص امسال که با روزهای آخر سال همراه شده‌است.»

مادر جوانی می‌گفت: «امسال نیت کرده‌ام برای چند سالمدن که در همسایگی ما هستند و روزه می‌گیرند، بسته‌های افطار تهیه کنم. بعضی از آنها نیاز مالی ندارند، ولی می‌دانم توان تهیه غذا ندارند».

رمضان و انصاف کسبه

در روزهای پایانی سال باید از کسانی یاد کنیم که نه عیدی آخر سال دارند نه پاداش آخر سال، اما تصمیم می‌گیرند با خدا معامله کنند و به حساب و کتاب دفتر مغازه و آخر سال خیلی توجه نکنند و فرض را بر این می‌گیرند که ببخشند و عیدی آخر سال را از صاحب روزی بگیرند.

هادیانه روزه قلب و زبان

■ حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید: صَوْمُ الْقَلْبِ خَيْرٌ مِنْ صِيَامِ اللِّسَانِ وَ صِيَامُ اللِّسَانِ خَيْرٌ مِنْ صِيَامِ الْبَطْنِ / روزه قلب بهتر از روزه زبان است و روزه زبان بهتر از روزه شکم است.

(تصنیف غررالحکم و دررالکلم)

گروه سبک زندگی

پرونده

زمن، معنویت و مسئولیت‌پذیری

چگونه می‌توان انس با قرآن و دعا را از یک رفتار مقطعی در رمضان، به یک عادت ماندگار بعد از این ماه تبدیل کرد؟

ثمالی و جوشن کبیر با آن مضامین عرشی می‌خوانند، اما اصلاً نمی‌دانند که چه خوانده‌اند؛ به تعبیر یکی از اساتید ما که می‌فرمودند من یکسال طول کشید تا دعای کمیل را کامل بخوانم، زیرا به هر فرازی می‌رسیدند، آنقدر غرق در ژرفای آن می‌شدند که دیگر توان ادامه نداشتند.

چگونه می‌توان انس با قرآن و دعا را از یک رفتار مقطعی در رمضان، به یک عادت ماندگار بعد از این ماه تبدیل کرد؟

حقیقت تدبیر و تأمل در آیات قرآن و ادعیه همان انس راستین است که از قرانات آیات و ادعیه آغاز و با تأمل و تعمق در معنا ادامه می‌یابد و با تعهد و التزام به مضامین ختم می‌شود؛ در تدبیر و تأمل، علاوه بر به کارگیری فکر و اندیشه، دل دادن به محتوای آنچه خوانده می‌شود نیز شرط ضروری است، حال اگر کسی در همین ماه پر خیر و برکت خود را به نوعی تمرین وادار کند که کم بخواند، اما با توجه بخواند، مسلماً این تشنگی بیشتر دانستن او را به سوی ادامه بهره‌مندی مستمر سوق می‌دهد، زیرا کسی که آگاهانه به ارزش و اهمیت انس با قرآن دعا پی می‌برد دست از بهره‌مندی بیشتر از آن نمی‌کشد، هر چند سخت و طاقت‌فرسا باشد.

چه راهکارهای عملی برای تداوم این ارتباط توصیه می‌شود؟

اولاً اینکه ما باید در مراکز مذهبی و آئینی، مدارس این انس همراه با تدبیر را آموزش بدهیم، چون بخش زیادی از این موضوع ارتباط تنگاتنگی با آموزش دارد نه اینکه به نسل جوان و نوجوانمان مثل آنچه از گذشته مرسوم بوده که فقط اعمال را بر اساس ثواب به افراد معرفی کنیم و فقط بگوییم باید در ماه رمضان روزی یک جز قرآن بخوانی که در نهایت در پایان ماه ختم قرآن اتفاق بیفتد، چنانکه امام صادق (ع) فرمودند: کار مداوم اندک اما توأم با یقین، نزد خداوند برتر از کار بسیار با یقین است؛ ثانیاً باید حسن نیاز را در جامعه اسلامی تداوم ببخشیم، این حسن نیاز خودش منشأ حرکت و تداوم در مسیر انس و تدبیر و عمل است که وقتی بر سر این نیاز استقامت بورزیم، چنانکه در قرآن فرمود: «فاستقم كما امرت»، (همانگونه که دستور یافته‌ای ایستادی کن)، کمال انسانی محقق خواهد شد و انسان به لطف این پایداری به مقام زنده‌دلی مشرف خواهد شد.

سوم اینکه معاشرت با مناجاتیان و مانوسان با قرآن چنانکه در آیه شریفه خواندن سبحان می‌فرماید: «کونوا مع الصادقین» (با صادقان همراهی کن).

چهارم اینکه ایجاد محیط اجتماعی معنوی که همسان و هم رنگ با ماه خدا و فضای معنوی این ماه در طول سال باشد باعث تداوم بخشی و استمرار حال معنوی افراد جامعه می‌شود که در این مقوله جایگاه رسانه‌ها بسیار خطیر و قابل تأمل است، زیرا رسانه‌های متعهد می‌توانند با آگاهی بخشی و ابزارهای مناسب در تداوم رنگ و بوی معنوی فضای جامعه با نمادسازی این مسیر را هموار سازند.

می‌توانم سر سفره افطار و سحر حاضر باشم و از همه مهم‌تر با اخلاقی خوب و خنده...

■ **همه چیز ضروری نیست!**

مادری دیگر نوشت: «فرارسیدن ماه رمضان باعث شد بفهمم خیلی از کارهایی که استمر را گذاشته بوم خانه‌تکانی، اصلاً لازم نیست. همین باعث شد وسواس‌هایم را کنار بگذارم و تمرکز کنم روی آنچه اهمیت بیشتری دارد.» فاطمه، مادر یک دختر و پسر هم گفت: «بخشی از وسایل که سال‌ها استفاده نمی‌شد را جدا کردم و به نیازمندان دادم، نه فقط خانه، بلکه دلم نیز سبک شد. احساس کردم افطار از خودم و زندگی‌ما چیزی کم نمی‌شود، وقتی کمتر کار می‌کنم.»

■ **خانواده هم کمک کند**

زهر نوشت، امسال نمی‌تواند همه کارها را خودش انجام دهد، او گفت: «مهرسر و بچه‌ها تصمیم جدی دارند تا در خانه‌تکانی به ما کمک کنند. قرار است یکی پرده‌ها را باز کند، یکی کابینت‌ها را پاک کند. خانه‌تکانی می‌شود، کار جمعی. فکر می‌کنم می‌کرم خودم باید به تنهایی خانه را تمیز کنم، اما امسال تصمیم گرفتم همه اعضا را دخالت بدهم و راستش را بخواهید تصمیم گرفتم به کارشان اعتماد کنم و وسواس را کنار بگذارم تا با زبان روزه اذیت نشوم.»

■ **تجربه به مساندن**

خاتم‌الحدی، ۶۶ ساله می‌گوید: «قبلاً خودم را مجبور می‌کردم همه کارها را انجام بدهم، از صبح تا شب. امسال تصمیم گرفتم آهسته‌تر و با دقت کار کنم. این هم از محسنات روزه است که به آدم یاد می‌دهد توانش را شناسد و بیش از حد فشار نیآورد.»

مادری ۷۲ ساله هم گفت: «انجام خانه‌تکانی به تنهایی در بسیاری از بانوان باعث بدخلقی و ضعف بدنی می‌شود و ممکن است او را از انجام یک واجب بازدارد. مادرها بدانند اولویت برای اعضای خانواده روی گشاده‌مادر خانواده است.»

■ **کودکان و درس بخشش**

زهر، مادر یک پسر ۹ ساله نوشت: «با همراهی پسرم وسایل اضافی‌اش را جدا کردم تا آهدا کنیم. نه فقط خانه مرتب شد، بلکه او هم همکاری در کار خانه را یاد گرفت و هم بخشش به نیازمندان را. این کار شروع خوبی برای ورود به ماه رمضان بود.»

■ **تمرین تعادل و آرامش**

همه این پیام‌ها را کنار هم گذاشتم که فهمیدم اسفند امسال برای خیلی‌ها، تمرین تعادل بین کار و استراحت، بین نظم و آرامش، بین تمیزی خانه و حال معنوی رمضان است. ترکیب رمضان و اسفند یادمان می‌دهد خانه‌تکانی فقط برقی انداختن وسایل نیست، گاهی کم کردن فشارها، ساده گرفتن کارها و همراه کردن دل است که معنای واقعی خانه‌تکانی را نشان می‌دهد.»



لحظات این ماه را به بهبودگی نمی‌گذرانم.

رابطه تلاوت، تدبیر و عمل به قرآن چگونه باید باشد؟

آنچه پیشتر در مورد اهمیت تلاوت روزانه گفته شد در واقع جنبه مقصدی‌ای دارد و بدین خاطر در لسان روایات تأکید شده، اما به واسطه این مجالست، مؤمن باید وارد مراحل دیگر که تدبیر و عمل است شود تا از این طریق بهره‌های معنوی و معرفتی بیشتری از قرآن نصیب و روزی‌اش گردد. انس با قرآن و تدبیر در آن و حتی تدبیر در ادعیه مأثوره‌ای که از سوی معصومین (ع) وارد شده در تعمیق معرفت دینی نقش بسزایی دارد.

ختم‌های متعدد قرآن یک زمان به جهت کسب ثواب است که خب مؤمنین به آن التزام پیدا می‌کنند که آن شاءالله مأجور باشند، اما یک زمان برای رسیدن به کمالات است که باید همراه با تدبیر باشد و ما معتقدیم تدبیر روزی یک صفحه هم شاید زیاد باشد، بلکه این توان حتی روزانه در محضر یک آیه امین (ع)، همانگونه که دستور یافته‌ای ایستادی کن، کمال

انسانی محقق خواهد شد و انسان به لطف این پایداری به مقام زنده‌دلی مشرف خواهد شد.

سوم اینکه معاشرت با مناجاتیان و مانوسان با قرآن چنانکه در آیه شریفه خواندن سبحان می‌فرماید: «کونوا مع الصادقین» (با صادقان همراهی کن).

چهارم اینکه ایجاد محیط اجتماعی معنوی که همسان و هم رنگ با ماه خدا و فضای معنوی این ماه در طول سال باشد باعث تداوم بخشی و استمرار حال معنوی افراد جامعه می‌شود که در این مقوله جایگاه رسانه‌ها بسیار خطیر و قابل تأمل است، زیرا رسانه‌های متعهد می‌توانند با آگاهی بخشی و ابزارهای مناسب در تداوم رنگ و بوی معنوی فضای جامعه با نمادسازی این مسیر را هموار سازند.

سوم اینکه معاشرت با مناجاتیان و مانوسان با قرآن چنانکه در آیه شریفه خواندن سبحان می‌فرماید: «کونوا مع الصادقین» (با صادقان همراهی کن).



روایتی از برکات همزمانی رمضان و پایان سال

اسفندی متفاوت به رنگ رمضان

کنتجاکو شدم تا چنین کاسیی را در محل پیدا کنم که شنیدم نه یک کاسب، بلکه چند کاسب در محل هستند که هر سال این بخشش را به نیازمندان داشته‌اند. بعضی را بگمان می‌بخشیدند، اما یکی از آنها می‌گفت اگر نتوانم جنسی را ببخشم، سعی می‌کنم آن را اقساطی در اختیار خانواده‌ای نیازمند بگذارم.

در یکی از مغازه‌های خشکبارفروشی، فروشنده‌ای میانسال گفت: «سود مهم است، اما خدا رحمت کند پدرم را، به من یاد داد انصاف مهم‌تر است. امسال که رمضان با روزهای پایانی سال همزمان شده است باید هوای مشتری‌ها را

داشت و دل آنها را خوش و انصاف را رعایت کرد.» بعد از هم صحبتی با چند کاسب محله فهمیدم اگر چه اجناس گران شده، اما هنوز قلب‌ها رثوف مانده‌اند و حرص و طمع و بخل راهی به دل‌ها باز نکرده است. نمی‌دانم شاید این هم از برکات رمضان باشد.

■ **تغییر در سبک خانه‌تکانی**

اما در نگاه دیگر به ماه اسفند، انگار وقت کم است و باید همه کارها را یکجا انجام دهیم، خرید عید و خانه‌تکانی، آن حس همیشگی که نکند چیزی از قلم بیفتد. امسال اما این ماه متفاوت است و آن هم ترکیبش با ماه مبارک رمضان است و همزمانی آن با روزه‌داری. همین باعث شده خیلی از معادلات کمی تغییر کند که یکی از آنها خانه‌تکانی است. خانه‌تکانی فقط خستگی جسم نیست، فشار روحی و توقعاتی است که خودمان به خودمان وارد می‌کنیم. فکر می‌کنیم خانه باید برق بزند، همه کارها باید انجام شود و هیچ چیز نباید ناقص بماند. شاید این ترکیب باعث شود

مدیرمسئول: محمد جواد اخوان
سردبیر: غلامرضا صادقیان
دبیر و ویژه‌نامه: حسین گل محمدی
همکاران تحریریه: نیره ساری، نیره محمودی
محبوبه قربانی
چاپ: همشهری

کاشانه

نگاه

ضیافت خالق را به نمایشگاه مخلوق تبدیل نکنیم



مرضیه بامیری

صدای ربنا که در دالان‌های خشتی محله می‌پیچید، بوی کاغذگل و نان سنگک و عطر جای ذغالی در هم می‌آمیخت و زمان را در قلب شهر متوقف می‌کرد. رمضان برای ما، نسل بزرگ شده زیر سایه بیدهای مجنون و چنارهای چندصد ساله، معنای پالایش داشت. مسیری که از تشنگی روز شروع می‌شد و به زلال معرفت در شب تمام می‌شد، ولی چه اتفاقی در سطح اجتماعی برای این آیین مقدس افتاد و چه بر سر پالایش آمد؟

سال‌هاست که بر تن این آیین اسلامی غباری از اسراف و تظاهر نشسته است. معلوم نیست روزه می‌گیریم تا ندانستن را درک کنیم، یا روزه می‌گیریم تا نمایش بیشتر داشتن بدهیم؟ در عصر استیلای تصویر، سفره افطار تبدیل به ویترین اجتماعی شده است. دیگر خبری از آن حریم معنوی نیست. کافیسیت در لحظات منتهی به اذان مغرب، سسری به جهان مجازی بیندازد. آنجا انگار روزه‌ها پر زنگ‌تر و سفره‌ها پرتر است. بشقاب‌هایی که با مهندسی خاصی چیده و تنوع پیش غذاهایی که بیهوده تعدادشان زیاد شده و اثری روی تقویت قوای جسم روزه‌دار ندارد. سفره‌هایی که نه برای اطعام روزه‌دار که برای شکل لا‌یکه‌ای بیشتر گسترانده می‌شود. ما مغز عبادت را فدای پوسته تجمل کرده‌ایم. ماس‌تها را قاتی قیقه‌ها کرده‌ایم و تمام دغدغه ایمان از خودسازی مؤثر به چیدمان سفره و مدل‌های جدید تر زین شل‌زرد و حلیم و آش رسیده است. وقتی آخرین لحظه دست‌مادر خانه یک گوشی است تا سفره را در قالب مجازی جا کند، فرصتی برای حضور قلب نیست، وقتی برای ادراک ربنا و اذاتی که در رمضان حال‌وهوای دیگری دارد و جنتش با همه اذان‌های سال فرق می‌کند، نیست. قرار بود در ماه رمضان مشق همدردی کنیم، یکی از اصولش درک حال گرسنگان بود. خدا می‌خواست بنده‌های مؤمنش فقط چند ساعت این حال سخت را بپوشند تا حال آنهایی‌را که گرسنه سر به بالین می‌گذارند، درک کنند. قرار بود مؤمنان یاد سفره‌های خالی همسایه بیفتند. موقع افطار با قرصی نان، یا کمی سوپ و خوراک را در همسایه‌ها یاد کنند و همه مثل هم و با هم سر سفره اطعام پروردگار عادلشان بنشینند. قرار بود قناعت و صرفه‌جویی، محور تمرین ۳۰ روزه این ماه باشد، اما یک پارادوکس عجیب اتفاق افتاده و قسمتی تلخ ماجرا این است که طبق آمارهای یکان‌دهنده، میزان دورریز مواد غذایی در ماه رمضان به مراتب بیشتر از ماه‌های دیگر است؛ جایی که اسراف و ریختن و پاش با برکت اشتباه گرفته می‌شود و مؤمنان سرشار بودن سفره را نه از تجمل و اسراف، بلکه از برکت ماه می‌دانند که همه چیز مهیاست!

این دیدگاه غلطی است که مؤمنان را سال‌هاست به خود مشغول کرده است. زباله تالارها و رستوران‌هایی که میزان میهمانی‌ها هستند که خدا می‌داند چند نفرشان روزه بوده‌اند و چند نفرشان طبق رسوم به میهمانی افطار دعوت شده‌اند، مملو از غذاهای مانده و اسراف درنکات است. زباله‌هایی که سبند سقوط اخلاقی ماست. اسراف فقط هدر دادن برنج و نان نیست، ما با مشغول شدن به کارهای بیهوده تکراری، فرصت خودسازی را از خودمان گرفته‌ایم. نیمی از روزه را درگیر مقدمات افطار و شام هستیم و نیم دیگرش را خستگی و سنگینی بعد از افطار که به لم دادن و نمایش‌افطری سریال‌های تلویزیون ختم می‌شود. چطور می‌توانیم با شکمی که پس از ساعت‌ها گرسنگی به یک‌باره حجمی از مواد غذایی گاه نامرئوپ و ناهماهنگ را در خود انباشته کرده، به نماز بایستیم؟ چطور می‌توانیم با این حجم از پر خوری، فقر را با گوشت و استخوانان لمس کنیم؟ این یک توهین آشکار به روزه است که قرار بود دل‌ها را به هم نزدیک کند، اما شد نامت‌خودبر تربیتی و رخ کشیدن داشته‌ها و نداشته‌ها. شد گسترش این تفکر در سناک که هر که دارا است، سفره‌اش رنگین‌تر است. تصور غلطی که اسراف‌ها را از موجب شدد و آن زوم‌های بعد از این مضمون است که روزه‌داری از آن پولدارهاست که می‌توانند بعد از یک روز گرسنگی شب غذای کامل بخورند، نه برای ما که تمام سالال را شبیه روزه‌دارها هستیم! این یعنی مصادره روزه به نفع شکم پرستی، یعنی دور شدن از اصلی که هر روز فاصله با آن بیشتر می‌شود.

درزندگی اگر زیاده بخواهی، یا زیاده بخوری و بنوشی، را نفست می‌گیرد، باید یاد بگیري از کمترین‌ها برکت بسازی. یاد بگیري قناعت را در دقت مصرف معنا کنی، نه در کم خوردن. باید یاد بگیري دقت در مصرف، یعنی احترام به دره‌دره نعمت‌های خدای بزرگ. چطور می‌شود آن همه غذا را روزه‌ان سطل زباله کرد و بعد هم با دلی آرام سر سفره افطار، دعای شکر گزاری خواند؟

امروز ما دچار جنون مصرف شده‌ایم. ریختن و پاش‌های افطاری و نذری‌هایمان، نه از سر کرامت میزبان و احترام به او، بلکه برای پوشاندن نقص خودنمایی خودمان است. به دلیل حس ناامنی درونی خودمان و نیاز به دیده شدن، یادمان رفته کرامت در سادگی است، نه در سنگینی سفره.

و حرف آخر... رمضان ماه سبک شدن است. ماه پرواز به آسمان انسانیت. دنیای بهتر شدن و نسخه بهتری از اشرف مخلوقات شدن. اما پرواز با بال‌های بسته به زنجیر ممکن نیست. اسراف روح را سنگین و قلب را نسبت به دردهای دیگران کور می‌کند. قرار است سبکبار باشیم، نه سنگین جان.

قرار است در رمضان دیوارهای میان ما و آنها شکسته شود، نه اینکه دیوارها را بلندتر کنیم و به محرومان پیام تلخ «ایمان مهم نیستید» صادر کنیم. نمی‌شود روزه‌دار باشیم، ولی مشق بی‌تفاوتی کنیم. نمی‌شود نگاه مرئی که برای دختر روزه دارش نان ندارد را ببینیم و با دل آرام سر سفره بنشینیم. سسم بی‌تفاوتی روح جامعه را از درون می‌پوساند.

باید به نسل جدید یادآوری کنیم که اصالت با اسراف نیستی ندارد. اصالت، یعنی داشتن غنای درونی که نیازی به جبران کمبودها با چیدمان تجملی نباشد. اسراف سفت کردن بیش از حد طنابی ست که ما را به زمین وصل کرده یا رأی پرواز را از ما گرفته است. بیایید بدون اسراف صدای بندگی‌مان را شفاف و بی‌خش به گوش فلک برسانیم. بیایید ماه سنگینی معده‌ها را با سبکی روح عوض کنیم. بیایید ماه شوال را با طعم دل‌هایی که طی یک‌ماه شاد کرده‌ایم آغاز کنیم، نه با حسرت هزینه‌هایی که بر یاد داده‌ایم.

رمضان ضیافت خالق است. آن را به نمایشگاه مخلوق تبدیل نکنیم.