

## پذیرش قاعدگی در ماه مبارک رمضان

<?xml encoding="UTF-8">

برخورد بانوان با مسئله قاعدگی در ماه مبارک رمضان اشکال مختلفی دارد.

برخی زنان که دارای گرایش‌های مذهبی بیشتری بوده، از تحمل قاعدگی در ماه رمضان وحشت داشته و آن را مانعی در مسیر کسب فیوضات فراوان این ماه می‌دانند در حالی که پذیرش و تحمل قاعدگی اگر به عنوان تسلیم بودن در برابر حکم خدا صورت گیرد ممکن است موجب خشوع و خضوع بیشتر شده و انگیزه تلاش بیشتر و توجه و تضرع عمیق‌تر فرد را به پروردگار در پی داشته باشد و چه بسا تحمل قاعدگی بیش از نماز و روزه، موجب استكمال و ترقی زن در مسیر رشد شود.

مخصوصاً که در بینش اسلامی زنان حائض از حرکت در مسیر رشد باز نمی‌مانند، بلکه می‌توانند از طریق برخی اعمال مستحبی، ثواب آنچه را که در ایام قاعدگی از انجام آن ممنوع شده‌اند، به دست آورند.

«درست است که زن در دوران عادت از برخی عبادات محروم است، اما همه آنها جبران‌پذیر است. زیرا قضای روزه‌ها را بجا می‌آورد و برای جبران نماز، اگر با وضو در مصلاهی خود و رو به قبله بنشیند و به اندازه زمان نماز ذکر بگوید، از ثواب نماز بهره می‌برد، مانند مسافری که پس از خواندن دو رکعت نماز واجب، با سی بار تکرار تسبیحات اربعه، جبران آن دو رکعت ساقط شده را می‌نماید؛ پس اینگونه از فضائل جبران‌پذیر است.» (1)

قرآن خواندن نیز [به استثنای سوره‌های دارای سجده واجب] ممنوع نیست. بلکه مکروه است و کراهت آن به معنای ثواب کمتر است نه اینکه قرآن نخواند بهتر باشد. در هر حال قرآن خواندن بهتر است. (2)

این قبیل توضیحات اگر چه بسیار رضایت‌بخش و موجب خرسندی زنان است باز هم پروردگار لطیف و مهربان به آن بسنده نکرده و بیش از اینها به حائض لطف نموده است. به همین جهت بشارتی بالاتر و سخاوتمندانه‌تر نیز در روایات دیده می‌شود که نه تنها موجب دلجویی و روشنی چشم است، بلکه چنان فرح‌بخش و نویددهنده است که جای هیچ‌گونه تأسفی باقی نمی‌گذارد.

این دسته از روایات مبین آنند که انسان در هنگام بیماری و در هنگام مسافرت اجر و پاداش آن اعمالی که در هنگام سلامتی و اقامت انجام می‌داد، را دارد. حیض هم بیماری است که زن را از انجام دادن واجبات باز می‌دارد. پس اگر در حالی که به عبادت خو گرفته به عادت ماهانه رسید همان اجر و پاداش قبلی را بدون کم و کاستی می‌گیرد. به عنوان نمونه در روایتی زیبا چنین آمده است:

«پیامبر خدا سر به آسمان برداشت و لبخندی زد، علت را پرسیدند، فرمود: از دو فرشته‌ای تعجب کردم که از آسمان به زمین فرود آمدند و به سراغ بنده مؤمن درستکاری در مصلایش که در آن نماز می‌خواند رفتند تا عمل او را بنویسند اما وی را در نمازگاهش نیافتند. پس به آسمان رفتند و عرض کردند ای پروردگار ما به سراغ بنده مؤمن در مصلایش رفتیم تا اعمال او را بنویسیم اما او را در دام (بیماری) تو یافتیم. سپس خدای عزوجل فرمود: برای بنده من تا زمانی که در دام من است، مانند خیر و ثوابی را بنویسید که در زمان سلامتی‌اش انجام می‌داده است. زیرا بر من است که وقتی سلامتی را از او باز می‌گیرم اجر کاری را که در زمان تندرستی‌اش می‌کرده است، بدهم.» (3)

حیض به تعبیر قرآن بیماری است و بنابر روایات خداوند به حکمت خود آن را برای دختران آدم مقرر فرمود. ...)

یسنلونک عن المحیض قل هو «اذی» (4) کلمه «اذی» در اکثر کتب تفسیری به رنج و بیماری ترجمه شده است. بنابراین همچون بیماری‌های دیگر بیمار را مأجور نموده و کفاره گناهان وی می‌باشد. «اذا مرض المسلم كتب الله له كاحسن ما كان يعمل في صحته و تساقطت ذنوبه كما يتساقط ورق الشجر؛ (5) هنگامی که مسلمانی بیمار شد خداوند بهترین اعمالی را که در زمان تندرستی انجام می‌داد، برای او می‌نویسد و گناهانش را می‌ریزند همچنان که برگ از درخت می‌ریزد.»

با توجه به این همه لطف و مرحمت پروردگار، دیگر جایی برای این باور نادرست که حیض را موجب حقارت و عقب‌ماندگی زن از قافله صالحین می‌داند، باقی نمی‌ماند. طبیعی است که باور نادرست روح زن را می‌آزارد و واکنشی غیر منطقی به دنبال می‌آورد. حتی ممکن است سبب سوءظن به ساحت مقدس پروردگار شده و یأس و نومیدی و بی‌حوصلگی را در پی داشته باشد. زنانی که دریافت درستی از مسئله قاعدگی ندارند، مجبورند یا با بغض و نومیدی، قاعدگی را تحمل نمایند و یا با برنامه‌ریزی حساب شده به مبارزه با این پدیده طبیعی پرداخته و با مصرف قرص‌های ضدبارداری آن را تا بعد از ماه مبارک به تأخیر بیندازند.

گفتنی است که برخی از مراجع عظام دامت برکاتهم به فرض اینکه این قرص‌ها برای مصرف کننده، متحمل ضرری نباشد، این اقدام را بلاشکال می‌دانند. اما باید توجه داشت که اولاً: اثبات اینکه این داروها با وجود عوارضی که دارند برای هر فردی زیان‌آور هستند یا نه، کار مشکلی است، ضمن آنکه با گذشت زمان مطالب بیشتری درخصوص ضرر و زیان داروهای شیمیایی کشف می‌شود، ثانیاً: این کار برخلاف طبیعت بوده و نیز مخالف با قاعده تسلیم و رضا در برابر خواست پروردگار است.

خداوند به زنان دستور داده که روزه نگیرید چنانچه به دیگران دستور داده که روزه باشند. پس خداوند پذیرفتن تخفیف‌ها را مانند انجام دادن واجبات دوست دارد و بنده را به خاطر گردن نهادن به دستورهای و تخفیف‌ها پاداش می‌دهد و به همین جهت است که سحری خوردن هم مانند روزه گرفتن اجر دارد. (6)

گاهی اوقات نیز روی آوردن زنان به مصرف قرص و تأخیر انداختن در قاعدگی، دلیل دیگری دارد. برخی از زنان اصرار دارند که همه روزه‌هایشان را در همین ماه مبارک بگیرند و از قضا کردن روزه در ماه‌های بعد اکراه دارند چرا که جو مناسب ماه مبارک برای روزه‌داری و هماهنگی مردم و اعضای خانواده در این ماه، موجب دلپذیری و تسهیل روزه‌داری در ماه رمضان می‌شود.

چنین برداشتی نیز نادرست است. زیرا پروردگار حکیم که خود خالق ما و مدبر امور و آگاه به مصالح انسان‌هاست، بهتر از هر کسی برای ما برنامه‌ریزی نموده که فقط با گام برداشتن در مسیر طبیعی و فطری می‌توان از آن برنامه بهره برد.

تسلیم خواست و اراده پروردگار بودن از هر جهت به نفع بندگان است. هر کس برخلاف مسیر طبیعی زندگی خویش، عمل نماید حتی اگر مجاز باشد، بی‌جهت از مسیر صلاح خویش دور شده است.

بنابر این، قاعدگی از مهم‌ترین عوامل حفظ سلامتی بدن زنان محسوب می‌شود و از این جهت نعمت بزرگی است و نباید به دلائل غیر موجه از پیش‌آمد آن جلوگیری نمود. «برخی از دانشمندان معتقدند که علت طول عمر بیشتر زنان نسبت به مردان همین تصفیه خونی است.» (7) پس اگر حفظ سلامتی از جمله حکمت‌های روزه‌داری است، نباید به خاطر آن مرتکب عملی شد که ممکن است سلامتی را مخدوش نماید.

ضمناً زنان می‌توانند با برنامه‌ریزی درست، روزه‌داری در ایام دیگر سال را نیز دلپذیر و آسان نمایند. روزه گرفتن در چند روز بعد از عید فطر مستحب بوده و به دلیل باقی ماندن حال و هوای ماه رمضان و عادت بدن به روزه،

دلپذیر بوده و در حفظ سلامتی نیز مؤثرتر است. همچنین روزه در برخی ایام سال که ثواب روزه در آن ایام زیاد است همچون چهار روز برگزیده سال و ایام ماه رجب و شعبان که به دلیل سفارشات فراوان موجب تقویت انگیزه می‌شود نیز آسان‌تر و شیرین‌تر است. مخصوصاً که با روزه گرفتن در این ایام هم قضای روزه رمضان جبران می‌شود و هم ثواب روزه مستحبی برای شخص منظور می‌گردد.

## عوارض قرص‌های ضد بارداری

قرص‌های ضد بارداری از نظر پزشکی اجمالاً بی‌اشکال است، اما این داروها نیز مانند هر داروی دیگری دارای عوارض می‌باشند. عوارض این قرص‌ها هر چند در افراد کمی دیده شوند عبارتند از خونریزی قاعدگی غیر طبیعی، تهوع، افزایش وزن، سردرد و سرگیجه، درد پستان، تغییر در خلق و خو و لخته شدن خون به همین اساس همه زنان نمی‌توانند و یا حتی نباید از قرص استفاده کنند زیرا برخی از بیماری‌ها و یا مصرف بعضی داروها، استفاده از این قرص را پرخطر و یا غیر مؤثر می‌سازد. مثلاً برخی از زنانی که اشکالات انعقاد خون دارند و کسانی که فشار خون بالا داشته یا از برخی سرطان‌ها و یا از سردردهای میگرنی رنج می‌برند و یا دیابت کنترل نشده دارند، بهتر است از قرص‌های ضد بارداری استفاده نکنند. (8) و در هر صورت مصرف این قرص‌ها باید با تجویز و صلاحدید پزشک باشد.

## یک هشدار!

یادمان باشد که ماه رمضان ماه خداست. هر کس در این ماه به بندگان خدا خدمت کند به خداوند نزدیکتر است. اگر چه زنی حائض باشد که این مسئله هیچ از اجر او نمی‌کاهد بلکه چون با رنج و بیماری خدمت می‌کند، بیشتر مورد رحمت ایزد منان قرار دارد لذا زنان باید مراقب باشند تا حریم فکر و دلشان متأثر از افکار ملال‌آور و بعضاً وسوسه‌های شیطانی نگردد. اندیشه سالم برای یک زن امری بسیار مهم و ضروری است. شادابی و طراوت خانواده در گرو شادی و نشاط زن است. نگرانی‌های بی‌مورد زن می‌تواند همه اعضای خانواده را آشفته نماید. این مهم نیست که زن در ماه مبارک، ایامی را از نماز و روزه دست بکشد که همه جبران‌پذیر است. بلکه مهم آن است که زن در همه حال برای دیگر اعضای خانواده موجب رحمت و مسرت باشد و این رسالت زن است. رعایت اوقات افطار و سحری، تغذیه دلپذیر و مناسب با روزه‌داری، بخشیدن حال و هوای معنوی به محیط خانه، از جمله فعالیت‌هایی است که هم اجر عظیم اخروی به دنبال دارد و هم موجب فیض بردن بیشتر اهل خانه می‌گردد و ماه مبارک را دلپذیرتر و مؤثرتر می‌نماید و خداوند عادل بوده و شاهد همه چیز است.

پی نوشت ها :

1. زن در آینه جمال و جلال، آیت‌الله جوادی آملی، ص. 337

2. استفتائات آیت‌الله مکارم شیرازی.

3. کافی، ج3، ص. 113

4. بقره، آیه 222.

5. ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص. 194.
6. سایت نوگرا؛ ماه رمضان و زنان حائضه.
7. شیوه کارگزاری زن، سازمان امور اداری و استخدامی کشور، ص. 15.
8. سایت علمی دانشجویان ایران، پزشکی.