

افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نپاشد تن من مباد بدین بوم و بر زنده یک تن مباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم از آن به که کشور به دشمن دهیم

www.afgazad.com

afgazad@gmail.com

Ideological

مسائل ایدئولوژیک

الحاج داکتر امین الدین سعیدی (سعیدافغانی)

۲۷ فبروری ۲۰۱۸

فازّه چيست (Yawn)؟

فازّه کشیدن (خمیازه) که در انگلیسی آن را (یان) می گویند عبارت از حالتی است که فازّه کننده با باز کردن دهن و تنفس عمیق شکل غیر ارادی را می گیرد. فازّه معمولاً از نشانه های خواب است اما در جلسه های سیاسی عدم علاقه مندی به بحث و افاده خسته شدن از بحث و علامت بی میلی به بحث می باشد. این حالت در اکثر حیوانات به شمول انسان دیده می شود.

فازّه (خمیازه) کشیدن معمولاً در اثر سنگینی بدن و انباشتن آن (از غذا و نوشیدنی) و طلب سستی و میل به کسالت ایجاد می شود. آنچه که برای رفع فازّه مشخص شده است، این است که شخص غذا، نوشیدن و کار زیاد را کمتر کند. دین مقدس اسلام در مورد فازّه آداب خاصی را برای پیروان خویش هدایت فرموده است، واهم این هدايات اینست که در وقت فازّه مستحب است که دهن را باز نکند، زیرا بازکردن دهان بنابر حدیث پیامبر صلی الله علیه وسلم از اعمال شیطان است: «فازّه کشیدن از شیطان است، پس هرگاه یکی از شما فازّه کشید، دهانش را ببندد، چون بازکردن دهان از اعمال شیطان است و اگر یکی از شما بگوید: هاه (دهانش را باز بکند) شیطان را خندانیده است». بخاری (۳۲۸۹). - اگر در وقت فازّه انسان نتواند دهن خویش را ببندد، پس با لباسش یا دستش آن را بپوشاند. چون پیامبر صلی الله علیه وسلم فرموده است: «وقتی یکی از شما در نماز فازّه کشید، دستش را روی دهانش قرار بدهد، چون شیطان همراه فازّه داخل بدن او می شود». مسلم (۲۹۹۵).

البته این امر یعنی گذاشتن دست بر دهان فقط مخصوص وقت نماز نیست بلکه در هر حالتی اگر فرد نتوانست جلو فازّه خود را بگیرد، دست خود را بر دهانش قرار دهد.

از نگاه طبی هم هنگام فازّه کشیدن حد اکثر هوا و اکسیجن داخل سیستم تنفسی می گردد بناءً دهن باید بسته باشد تا از طریق مجرای بینی داخل گردیده تا هم مرطوب گردد و هم گرد و خاکی که شامل هوا می باشد از طریق بینی تصفیه گردد.

و به تجربه هم دیده شده است که بعضی اوقات بازکردن دهن هنگام فازّه کشیدن سبب بیجا شدن استخوان علاشه نیز می گردد.

برخی را عقیده بر آن است که گویا در شرع اسلام بر منع فازّه در وقت نماز حدیثی وجود دارد خدمت این تعداد از افراد باید گفت که در منع فازّه در وقت نماز حدیثی وارد نشده، بلکه در مورد فازّه در وقت نماز احادیثی وارد گردیده است.

ولی یک نقطه را نباید فراموش کرد که: شرع اسلامی قاری قرآن عظیم الشأن را از کشیدن فائزه منع فرموده است. حافظ بن حجر رحمة الله از بعضی از علماء نقل کرده است که از جمله خصوصیات پیامبر صلی الله علیه وسلم این بود که هرگز فائزه نمی‌کشید، چون فائزه کشیدن و بازکردن دهان از اعمال شیطان است.

- بسیاری از مردم به اشتباه هنگام فائزه کشیدن «أعوذ بالله من الشيطان الرجيم» می‌گویند. در حالی که این عمل توسط پیامبر صلی الله علیه وسلم انجام نشده و مشروع نیست.

- شیطان وارد بدن کسی که فائزه می‌کشد، می‌شود، «وقتی یکی از شما فائزه کشید، پس تا جایی که می‌تواند، دهانش را ببندد. چون شیطان وارد دهانش می‌شود». (امام احمد، صحیح الجامع (۴۲۶)).

- به هنگام فائزه صدای خود را بلند نکند. «هرگاه یکی از شما فائزه کشید تا جایی که می‌تواند، دهانش را باز نکند و هاهاه نکند. چون به این کار شیطان را می‌خنداند». (سنن ترمذی (۲۷۴۷)).

- زمانی که شخصی می‌خواهد فائزه بکشد، لازم است تا آنجا که در توانش است آن را فروبرد و از وقوع آن جلوگیری کند و دهانش را کنترل نموده و آن را بسته نگه دارد تا فائزه کشیده نشود. در این مورد حدیثی داریم از حضرت ابو هریره (رض) که رسول الله صلی علیه وسلم فرموده است:

«التَّائِبُ مِنَ الشَّيْطَانِ فَإِذَا تَنَاءَبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَكْظَمْ مَا اسْتَطَاعَ». (امام مسلم/ در صحیح خود در کتاب زهد، باب تشمیت العاطی و کراهة التناوب، ۲۲۶-۸/۲۲۵ تخریج کرده است).

«فائزه از طرف شیطان است، زمانی که یکی از شما فائزه کشید اگر توانائی داشت از وقوع و انجام آن جلوگیری کند». و اگر توانائی جلوگیری و کنترل آن را نداشت پس دهانش را ببندد و دستش را بر دهانش نگه داشته و دهانش را با دستش بپوشاند زیرا که از حضرت ابی سعید روایت شده که رسول اکرم صلی الله علیه وسلم فرمودند: «إِذَا تَنَاءَبَ أَحَدُكُمْ فِي الصَّلَاةِ فَلْيَكْظَمْ مَا اسْتَطَاعَ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَدْخُلُ». (مراجعة فرمائید به فضل الله الصمد، شرح الأدب المفرد، ۲/۳۷۶). (هنگامی که یکی از شما فائزه کشید دهانش را با دستش بگیرد چون که شیطان داخل دهانش می‌شود).

خواننده محترم!

علماء می‌فرمایند: بهتر است که دهانش را با دست چپ محکم بگیرد چون از دست چپ در موارد غیر صحی و مکروه کار گرفته می‌شود (مانند استنجاء و غیره ...).

عدم رعایت دستبیر شرعی در وقت فائزه:

اگر شخصی در رابطه با فائزه (خمیازه) به هدایت و توصیه‌های رسول الله صلی الله علیه وسلم توجه نکند دچار مشکل شده و مسلماً با موارد زشت و ناپسند و در نهایت با گناه مواجه خواهد شد که این موارد عبارتند از:

- از اجر و پاداش کارهای نیکی که با انجام و رعایت کردن این سنت به دست می‌آید، محروم می‌گردد.

- چهره فائزه‌کننده به خاطر باز شدن دهان و نگرفتنش با دست، زشت و بدریخت می‌شود.

- گاهی مواقع در حین فائزه، رگ‌های عصب و شاهرگ‌ها منحل شده و فک می‌افتد یا این که ضعیف و شل می‌شود.

و در نهایت، فائزه باعث رضامندی و خشنودی شیطان شده و سبب دخول آن از مجرای دهان شده و به خاطر اطاعت از او و نافرمانی خداوند متعال شیطان به هدف خود می‌رسد. (مراجعة فرمائید به شرح ابن العربی بر سنن ترمذی، ۱۰/۱۹۸).

رسول اکرم صلی الله علیه وسلم می‌فرماید: «إِذَا تَتَاءَبَ أَحَدُكُمْ فَلْيُرِدْهُ مَا اسْتَطَاعَ فَإِنْ أَحَدُكُمْ إِذَا تَتَاءَبَ ضَحَكَ مِنْهُ الشَّيْطَانُ». هنگامی که یکی از شما فائزه کشید اگر توانائی داشت آن را دفع کند زیرا هنگامی که یکی از شما فائزه می‌کشد شیطان می‌خندد.

و در جای دیگری می‌فرماید: «إِذَا تَتَاءَبَ أَحَدُكُمْ فِي الصَّلَاةِ فَلْيَكْظُمْ مَا اسْتَطَاعَ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَدْخُلُ». «زمانی که یکی از شما خمیازه کشید دستش را جلوی دهانش بگیرد زیرا که شیطان داخل دهان او می‌شود». صدائی را که شخص در حین فائزه کشیدن از خود درمی‌آورد یک اخلاق و عادت زشت و بدی است، چون که از انجام این عمل و صدا شیطان خوشحال شده و می‌خندد. و همچنان یک احساس و فضای خسته کننده نیز در محیط مذکور حکمفرما می‌گردد.

رسول اکرم صلی الله علیه وسلم می‌فرماید: «وَأَمَّا التَّتَاءَبُ فَإِنَّمَا هُوَ مِنَ الشَّيْطَانِ فَلْيُرِدْهُ مَا اسْتَطَاعَ فَإِذَا قَالَ: هَا، ضَحَكَ مِنَ الشَّيْطَانِ». (فائزه از طرف شیطان است اگر توانائی و استطاعت داشت جلوی آن را بگیرد و هنگامی که شخص با فائزه صدای «ها» را از خودش درمی‌آورد شیطان خوشحال و خشنود می‌شود). (در رابطه با خمیازه شدید حدیثی روایت شده که «التَّتَاءَبُ الشَّدِيدُ وَالْعَطْشَةُ الشَّدِيدَةُ مِنَ الشَّيْطَانِ»، ضعیف است و علامه البانی آن را ضعیف قرار داده است و همچنین ابن السنی در صفحه ۹۷، شماره ۲۶۴ در محقق عمل الیوم واللیلة ضعیف قرار داده است. و همین قول رسول الله صلی الله علیه وسلم «فَلْيَكْظُمْ مَا اسْتَطَاعَ» کفایت می‌کند و کافی است).

«هنگام فائزه کشیده «تعوذ» گفتن:

در هنگام فائزه کشیدن گفتن «أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» مشروعیت ندارد». خیلی از مردم، هنگام فائزه کشیدن «أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» می‌گویند و آن را یک عمل مستحب می‌پندارند و اگر این عمل مشروع می‌بود حتماً موارد زیادی در رابطه با آن از پیامبر صلی الله علیه وسلم و اصحابش نقل می‌شد حتی در رابطه با این موضوع حدیث ضعیفی هم وجود ندارد و هیچ جای تردید نیست که هر آن عملی که بر آن دلیل شرعی وجود نداشته باشد آن عمل بدعت محسوب می‌شود و هر بدعتی مردود به صاحبش باز گردانده خواهد شد. چنانچه از حضرت عایشه (رض) روایت شده که آن حضرت صلی الله علیه وسلم فرمودند: «مَنْ عَمِلَ عَمَلًا لَيْسَ عَلَيْهِ أَمْرُنَا فَهُوَ رَدٌّ» «هر کس که عملی را انجام دهد که آن عمل از دین ما نیست و مورد تأیید دین ما نیست آن مردود است». (امام مسلم) در صحیح خود این حدیث را در کتاب الاقضية، باب نقض الأحكام الباطلة و رد محدثات الامور، ۵/۱۳۲ تخریج کرده است).

پیامبران فائزه نمی‌کشیدند!

حافظ بن حجر/ در فتح الباری می‌نویسد: از خصایص و ویژگی‌های نبوی موردی است که ابن شیبیه و بخاری در کتاب تاریخ خود از روایت مرسل (مرسل از انواع حدیث ضعیف است) «یزید بن أضم» نقل کرده‌اند که «ما تَتَاءَبَ النَّبِيُّ قَطُّ» یعنی پیامبر اکرم صلی الله علیه وسلم هیچ وقت فائزه نکشید و امام خطابی نیز از طریق «مسلمه بن عبد الملك بن مروان» تخریج کرده‌اند که گفته: «ما تَتَاءَبَ نَبِي قَطُّ» و مسلمه بسیاری از صحابه کرام را دریافته و ملاقات کرده است و راوی ثقه و راستگویی است و حدیث «أَنَّ التَّتَاءَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ» تأییدی است بر این که پیامبران صلوات الله علیهم، هیچ گاه فائزه نکشیده‌اند. (مراجعه شود به فتح الباری، ۱۰/۶۲۸ و مراجعه شود به: فضل الله الصمد، شرح ادب المفرد، ۲/۳۹۴)

جلوگیری از فائزه کشیدن:

برای این که از فائزه های زیاد نجات یابیم ، اطباء پیشنهاد می نمایند که از طریق بینی خود نفس بکشید و هوارا از دهانتان خارج کنید. بنابراین، هنگامی که احساس فائزه دارید، چندین نفس عمیق کشیده و می توانید قبل از شروع آن را متوقف کنید .

بهتر است از طریق بینی خود، هوا را داخل و از دهان خارج کنید. این کار اجازه می دهد اکسیژن را وارد کرده و هوا را به دیافراگم خود منتقل کنید .

نوشیدن آب سرد :

اطباء می گویند خنک شدن بدن می تواند در از بین بردن فائزه مؤثر باشد حتی خوردن غذاهای سرد نیز برای جلوگیری از فائزه زیاد مؤثر است. سبک زندگی سالم را دنبال کنید زیرا به طور کلی، سالم بودن می تواند احساس خستگی را کاهش دهد.