

اعتدال در زندگی از منظر دین

احمد سرچاهی
عضو حلقه علمی بلاغ

چکیده: یکی از فرمان‌های اساسی اسلام، توصیه به «اعتدال» و «میان‌روی» در تمام امور است که با مقوله «افراط» و «تفریط» در تقابل است. بی‌تردید «افراط» و «تفریط» پی‌آمدهای ناگواری دارند و «اعتدال» آثار و برکات خاص خود را پدید می‌آورد.

این مسأله مهم، به نوعی در تمام ارکان زندگی، در اندیشه، رفتار، خوراک و پوشاک، درآمد و هزینه، خواب و عبادت، جدیت و مزاح، سخن و سکوت، و بسیاری امور دیگر مطرح است.

در این نوشتار، «میان‌روی» از زوایای گوناگون مورد بررسی قرار گرفته است. کلیدواژگان: اعتدال، افراط و تفریط، اقتصاد، اسراف، تبذیر.

مقدمه

دین جهان‌شمول اسلام به تمام ابعاد وجودی انسان توجه دارد و دستورهایش برای سعادت‌مند کردن انسان، با حقیقت و ابعاد وجودی او منطبق است، زیرا خداوندی که بر تمام ابعاد وجود انسان آگاهی دارد، آن را پدید آورده است. یکی از فرمان‌های اساسی اسلام، توصیه به «اعتدال» و «میان‌روی» در تمام امور است که با مقوله «یط» در تقابل است.

مفهوم‌شناسی «اعتدال» و «عدل»

واژه «اعتدال» مصدر باب افتعال، از ریشه «عدل» و در لغت به معنای «میان‌روی و میانه» است و به هرگونه تناسبی گفته می‌شود که لازمه آن، برقراری مساوات بین جهات مختلف است؛ از این رو، نقطهٔ مقابل «اعتدال»، «افراط و تفریط» نامیده می‌شود که مفهوم جامع هر دو، فساد، به معنای خروج از حالت «اعتدال» است.

ابن‌منظور در «لسان العرب» می‌گوید: «اعتدال، رعایت حدّ متوسط و میانه در بین دو حال (افراط و تفریط) از جهت کمیّت و کیفیت است؛ به تعبیری دیگر، هر چه تناسب در آن رعایت شده باشد»^۱.

«اعتدال» در فرهنگ اسلامی در معانی اصطلاحی گوناگونی به کار رفته که همه آنها با معنای لغوی آن نزدیکی دارد. در پزشکی به حالت هم‌آهنگی میان اخلاط چهارگانه، اعتدال گفته می‌شود.^۲ در جغرافیا نیز به خط استوا که فاصلهٔ یکسانی با قطب شمال و جنوب دارد و ساعات شب و روز در آن ثابت است، محل اعتدال گفته می‌شود.^۳ در علم هیأت نیز از نقطهٔ تقاطع منطبقه البروج و معدل النهار به اعتدال ربیعی و خریفی تعبیر می‌کنند.^۴

واژه‌های مترادف و متضاد

واژگان «وسط»، «قصد و اقتصاد»، «قسط»، «قوام» و «سواء» با «اعتدال» مترادف‌اند و واژگان «افراط و تفریط»، «سرف»، «اتراف»، «تبذیر»، «اعتداء» و «قتر» که در دو سوی وضعیت میانه قرار دارند، ارتباطی وثیق با موضوع «اعتدال» خواهند داشت. برای روشن شدن این واژه‌ها به بیان بعضی از آیات و روایاتی که این واژه‌ها در آنها به کار رفته است، می‌پردازم.

«اعتدال» در قرآن و حدیث

«اصل عدل و اعتدال» در قرآن کریم فراوان مورد توجه بوده است. جهت‌گیری تربیتی این کتاب الهی بر این است که انسانی تربیت کند که در همهٔ امور فردی،

۱. محمدبن‌مکرم‌ابن‌منظور، لسان العرب، ۱/۴۳۳.

۲. محمد عبدالرؤف المناوی، التوقیف علی مهمات التعاریف، ۱/۴۳۱.

۳. محمد اعلی‌بن‌علی التهانوی، کشف اصطلاحات الفنون و العلوم، ۱/۷۷۷.

همان.

اجتماعی، خانوادگی، سیاسی، نظامی، اقتصادی و ... متعادل باشد. «عدل و عدالت» این نابترین جوهر حیات، به عنوان نیازی اساسی، خواست همهٔ مردمان در جوامع بوده و خواهد بود. گسترهٔ عدالت فراتر از عوامل اقتصادی، اجتماعی و ... است. در نگرش کلان دین و در نظام تکوین، شالودهٔ حیات و موجودات بر پایهٔ عدالت، نظام یافته است.

واژهٔ «اعتدال» با این شکل، در قرآن نیامده است، ولی این مفهوم را می‌توان از واژگان «قوام»، «وسط»، «قصد» و «سواء» استفاده کرد. همهٔ این واژگان با اندکی اختلاف، به وضعیت «میان» و حد وسط اشاره دارد. در اینجا به تعدادی از آیات و روایات اشاره می‌شود:

۱. اعتدال؛ امری فطری

«میان‌روی» امری فطری است؛ یعنی فطرت آدمی آن را می‌پذیرد و خواهان آن است. دین نیز امری فطری است، پس میان‌روی بنا بر طبیعت خود، امری دینی است؛ بدین جهت، راه روشنی که خداوند سبحان توسط قرآن کریم و احکام آن به ما نشان داده و انسان را به پیمودن آن سفارش کرده است، «راه میانه» است: ﴿وَعَلَى اللَّهِ قَصْدُ السَّبِيلِ...﴾^۱؛ «و بر خداست که راه است را به بندگان نشان دهد».

خدا امت اسلامی را امتی «متعادل و میانه» شناسانده و نمونه‌ای را که این امت باید خود را با او تطبیق دهد و در پی او رود، پیامبر اکرم ﷺ معرفی می‌نماید: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا...﴾^۲؛ «همان‌گونه (که قبله شما یک قبله میانه است) شما را نیز امت میانه‌ای قرار دادیم (که در حد اعتدال و میان افراط و تفریط هستید) تا گواه بر مردم باشید و پیامبر هم گواه بر شما باشد».

در قرآن، در وصف بندگان خاص خدا می‌خوانیم: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾^۳؛ «آنها کسانی هستند که هرگاه انفاق کنند، نه اسراف می‌کنند و نه سخت‌گیری، بلکه در میان این دو، حد اعتدالی دارند».

«قوام» هر چیز به آن است که در حد وسط و معتدل جای گرفته باشد، چنانکه

۱. نحل/۹.

۲. بقره/۱۴۲.

۳. فرقان/۶۷.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «القوام هو الوسط»^۱؛ «قوام همان حد وسط است». به همین جهت، تجاوز از حد قوام - براساس سنت‌های الهی - سبب فرو ریختن طبیعت قوای هر چیز است.

لقمان به پسرش گفت: «وَاقْصِدْ فِي مَشِيكَ وَاعْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ^۲»؛ «(پسرم!) در راه رفتن اعتدال را رعایت کن، از صدای خود بکاه (و هرگز فریاد مزین) که زشت‌ترین صداها صدای خران است».

کلمه «قصد» در هر امر، همان حد اعتدال در آن است و معنای میانه‌روی می‌دهد و «اقتصاد» نیز از همین ماده است. کلمه «مشی» ممکن است به معنای راه رفتن و سیر باشد و ممکن است به‌طور عموم به معنای روش و رفتار باشد؛ پس آیه شریفه یا به‌طور عموم به «اعتدال و میانه‌روی» در روش و رفتار دعوت می‌کند و یا در خصوص راه رفتن، دستور «اعتدال» را می‌دهد.

۲. مطلوبیت الهی

میانه‌روی در تمام امور مطلوب خداوند است. پروردگار افراط و تفریط را دوست ندارد و می‌فرماید: «...كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ^۳»؛ «بخورید و بیاشامید، ولی اسراف نکنید که خداوند اسراف‌کنندگان را دوست نمی‌دارد».

امیرالمؤمنین علیه السلام نیز می‌فرماید: «إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بَعْدَ خَيْرٍ أَلْهَمَهُ الْاِقْتِصَادَ وَحُسْنَ التَّدْبِيرِ وَجَنَّبَهُ سَوْءَ التَّدْبِيرِ وَ الْاِسْرَافِ^۴»؛ «هرگاه خداوند متعال خیر بنده‌اش را بخواهد، به او میانه‌روی و نیکویی تدبیر را الهام می‌کند و او را از بدی تدبیر و زیاده‌روی دور می‌سازد».

از امام صادق علیه السلام نیز چنین روایت شده است: «إِنَّ الْقَصْدَ أَمْرٌ يَحِبُّهُ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ وَ إِنَّ السَّرْفَ أَمْرٌ يَبْغُضُهُ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ^۵»؛ «میانه‌روی امری است که خداوند عزوجل آن را دوست دارد و زیاده‌روی کاری است که با آن دشمنی می‌ورزد».

از آنجا که توجه به رضایت خداوند و اسباب آن عقلاً و شرعاً ضرورت دارد، بر هر انسان واجب است که میانه‌روی، را پیشه کند.

۱. فضل‌ابن‌الحسن طبرسی، مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن، ۱۷۹/۲.

۲. لقمان/۱۹.

۳. اعراف/۳۱.

۴. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و درر الکلم، ۱۷۵/۳، ح ۴۱۳۸.

۵. محمدبن‌حسن حر عاملی، وسائل‌الشیعة، ۵۵۱/۲۱.

۳. اعتدال؛ سیره اهل بیت علیهم السلام

معصومین به عنوان الگویی تمام عیار برای بشریت، مظهر «اصل اعتدال» بوده‌اند. این اصل را می‌توان در حیات پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم و امامان علیهم السلام و در همه رفتارهای آنان مشاهده کرد؛ امام علی علیه السلام درباره پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم و روش زندگی او می‌فرماید: «سیرته القصد»^۱؛ «سیره آن حضرت تعادل و میانه‌روی بود» و درباره اهل بیت علیهم السلام می‌فرماید: «طریقتنا القصد»^۲؛ «راه ما میانه‌روی است».

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم و اهل بیت علیهم السلام مصادیق اصلی و الگوهای کامل تعادل‌اند. در هر کاری از ما دعوت می‌کنند که به آنان تمسک جوئیم و خود را از هلاکت افراط و تفریط، نجات دهیم: «نحن النمرقة الوسطی بها يلحق التالی و إليها يرجع الغالی»^۳؛ «ما اهل بیت جایگاه میانه و حد وسط هستیم، جاماندگان باید به ما ملحق شوند و تندروان باید به سوی ما بازگردند».

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم تأکید فراوان داشت که امت از او پیروی کنند و در زندگی میانه‌روی پیشه سازند و با تأکید می‌فرمود: «یا أيها الناس علیکم بالقصد، علیکم بالقصد، علیکم بالقصد»^۴؛ «ای مردم! باید میانه‌روی کنید، باید میانه‌روی کنید، باید میانه‌روی کنید».

امیرمؤمنان علیه السلام هنگام شهادت، در وصیت به امام حسن علیه السلام فرمود: «اقتصد یا بُنّی فی معیشتک، و اقتصد فی عبادتک»^۵؛ «پسرم! در زندگی خود میانه‌رو باش، همچنین در عبادت، اعتدال پیشه کن».

امام علی علیه السلام در عهدنامه خود به مالک اشتر چنین می‌نگارد: «و لیکن أحبّ الامور الیک اوسطها فی الحق و اعمها فی العدل»^۶؛ «باید دوست‌داشتنی‌ترین کار نزد تو، میانه‌روی در امر حق و همگانی کردن آن در برابری و دادگری باشد».

امام سجاد علیه السلام در دعای خود از خداوند چنین خواستار است: «و قومنی بالبذل و الاقتصاد»^۷؛ «مرا با بخشندگی و میانه‌روی استوار بدار».

۱. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، خطبه ۹۴.

۲. محمدبن علی ابن بابویه، الخصال، ۶۲۷/۲.

۳. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، حکمت ۱۰۹.

۴. علی بن حسام الدین متقی هندی، کنز العمال، ۲۸۳.

۵. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۱۰/۷۸.

۶. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، نامه ۵۳.

۷. حسین انصاریان، ترجمه صحیفه سجادیه، ص ۲۰۲، دعای ۳۰.

امام صادق علیه السلام در جهت تحقق این روش و مسلک پسندیده - اعتدال - همراهی، مصاحبت و هم‌نشینی با افرادی را که از چنین رویه و مسلکی برخوردارند، سفارش می‌نماید: «علیکم بالاشکال من الناس و الأوساط من الناس، فعندهم یجدون معادن الجواهر»^۱؛ «به شما سفارش می‌کنم مردمی را که میان‌رو و معتدل هستند، زیرا نزد آنان معدن گوهرهای قیمتی و بارزش را خواهید یافت».

۴. شرط ایمان و تقوا

امام علی علیه السلام یکی از شرط‌های ایمان کامل و تقوای واقعی را میان‌روی در تمام امور زندگی می‌داند و بیان می‌دارد: «المؤمن سیرته القصد»^۲؛ «شیوه زندگی مؤمن میان‌روی است». در توصیف «متقین» نیز می‌فرماید: «و ملبسهم الاقتصاد»^۳؛ «لباس پارسایان اعتدال است».

برای این سخن دو معنا می‌توان در نظر گرفت؛ نخست معنای ساده و روشن آن است؛ بدین صورت که در پوشاک، اعتدال را رعایت می‌کنند، مثلاً در لباس پوشیدن زیاد‌روی نمی‌کنند، یا جامه‌های فاخر نمی‌پوشند تا فخر بفروشند. معنای دیگر این است که اعتدال شیوه آنهاست؛ بدین‌گونه در همه امور اعتدال و میان‌روی را مراعات می‌کنند.^۴

امام علیه السلام در فرازی دیگر در توصیف «متقین» می‌فرماید: «فمن علامة أحدهم إنک تری له ... و قصداً فی غنی»^۵؛ «پس نشانه یکی از آنها (متقین) این است که تو او را در حال دارایی نیز در اعتدال می‌بینی».

«میان‌روی» در هنگام دارایی بدین معناست که اختیار جیب آدمی در دستش باشد، نه اختیار دستش در دست جیبش. دارایی زیاد نباید به هزینه فراوان منجر شود. آن‌که می‌داند مال را باید در کجا صرف کند، اگر ثروت‌مند هم شود، تأثیری در کارش نخواهد داشت و به خرج‌های بیهوده و گزاف نخواهد افتاد.

اصولاً شأن عقل «تعادل» است و شأن جهل «عدم تعادل»؛ یعنی انسان عاقل، انسانی «متعادل» است و انسان جاهل، انسانی «نامتعادل» است.

۱. میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل، ۳۳۷/۸، ج ۹، ۹۵۹۵.

۲. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمة، ۱۳۹/۹.

۳. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، خطبة ۱۹۳.

۴. عبدالکریم سروش، اوصاف پارسایان، ص ۴۹.

۵. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، خطبة ۱۹۳.

حضرت علی علیه السلام می فرماید: «لا تری الجاهل إلا مفراطاً أو مفرطاً»^۱؛ «انسان جاهل را نمی بینی مگر اینکه یا زیاده روی می کند یا تفریط». امام در فرازی دیگر می فرماید: «مشی القصد من إمارة الإیمان و حسن التّدین»^۲؛ «میان روی نشانه ایمان و زیبایی دین داری است».

گستره اعتدال

با نگاهی به زندگی معصومان علیهم السلام نیز می بینیم که سراسر زندگی شان در همه شئون بر اساس اعتدال پیریزی و تنظیم شده است و در هیچ کاری، راه افراط و تفریط را نپیموده اند؛ از این رو، اعتدال از دیدگاه اسلام، قلمرو وسیعی دارد و شامل امور اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، عقیدتی، عبادی و ... می شود و در همه جا به عنوان یک اصل خلل ناپذیر اسلامی مطرح می گردد. حتی در کارهای نیک از زیاده روی نهی شده است؛ مثلاً در اسلام از عبادت و انفاق بیش از اندازه نهی شده است.

حضرت علی علیه السلام می فرماید: «علیک بالقصد فی الأمور، فمن عدل عن القصد جار و من أخذ به عدل»^۳؛ «بر تو باد به میان روی و اعتدال در همه کارها، پس هر کس از راه اعتدال خارج شود، ستم کرده است و اگر اعتدال را رعایت کند، راه به عدالت پیموده است».

حال به بیان ابعاد گوناگون اعتدال و میان روی در اسلام و سیره معصومان علیهم السلام می پردازیم:

۱. اعتدال در عقیده

معتدل از نظر عقیده کسی است که نه راه «غلو» را می پیماید و نه راه «تقصیر و شرک» را، نه طرفدار «جبر» است و نه طرفدار «تفویض» درباره خدا و نه به تشبیه معتقد است و نه به تعطیل.

حال به ذکر نمونه هایی از «اعتدال در عقیده» می پردازیم:

۱. در شأن نزول آیه شریفه ﴿لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ...﴾^۴؛ «در قبول دین، اکراهی نیست. (زیرا) راه درست از راه انحرافی، روشن شده است» عده ای

۱. همان، حکمت ۷۰.

۲. جمال الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و درر الکلم، ۴۵۲/۳، ح ۵۰۷۳.

۳. همان، ۲۹۱/۴، ح ۶۱۱۶.

. بقره/۲۵۶.

از انصار پیش از اینکه پیامبر ﷺ به مدینه مشرف شود، فرزندان خود را برای یادگیری پیش یهودی‌ها - که تعدادی از آنها باسواد بودند - می‌فرستادند. وقتی اسلام به مدینه آمد، بت‌پرست‌ها مسلمان شدند، ولی اکثر یهودی‌ها - جز شماری اندک - به دین خود باقی ماندند. این حالت ادامه داشت تا جریان بنی‌نضیر پیش آمد و تصمیم گرفته شد به علت خیانت و نقض پیمانی که مرتکب شده بودند، از وطن خود مهاجرت کنند. فرزندان انصار که با این یهودی‌ها محشور شده و حتی به دین آنها مایل شده بودند، اظهار داشتند که اگر بنا باشد اینها از شهر خارج شوند، ما نیز همراه خواهیم شد. پدران‌شان گفتند: شما نه تنها حق خروج با آنان را ندارید، بلکه باید مسلمان نیز بشوید. پیامبر ﷺ فرمود: «بایدی در کار نیست، شما اسلام را به آنها عرضه کنید. اگر پذیرفتند که هیچ، وگرنه هرگز اجباری در کار نیست: «لا اِکْرَاهَ فِي الدِّينِ...» اکنون حقیقت و راه صحیح از ناصحیح روشن شده است، اگر راه ناصحیح را برگزینید، مشکل مربوط به خود آنان است».

نکته بیان شده بسیار مهم است؛ چرا که حتی در عقیده، هر چند آن عقیده به طور یقین عقیده صحیحی باشد، نباید از حدود خارج شد.

۲. در مورد امام علی علیه السلام که دومین شخص برجسته اسلام بود، دو دسته بر اثر افراط و تفریط و انحراف از راه اعتدال، عقیده انحرافی پیدا کردند.

امام درباره آنان می‌فرماید: «وسیهلک فی صنفان: محب مفرط یذهب به الحبّ الی غیر الحقّ ومبغض مفرط یذهب به البغض الی غیر الحق»^۱ «به زودی دو گروه نسبت به من هلاک می‌گردند: دوستی که افراط کند و به غیر حق کشانده شود و دشمنی که در کینه‌توزی با من زیاده‌روی کرده و به راه باطل در آید».

گروهی در دوستی امام افراط کردند تا آنجا که او را خدا دانستند و با نام «غلات» شناخته شدند و هنوز برخی بر همین عقیده انحرافی هستند. گروه دیگر بر اثر تفریط، چنان با حضرت دشمنی کردند که او را کافر خواندند و جنگ با او را واجب دانستند؛ مانند «خوارج» که آتش جنگ نهروان را افروختند و سرانجام یکی از آنان با نام «ابن ملجم» حضرت را به قتل رساند.

۲. اعتدال در عبادت

انسان دارای دو بعد است: بعد جسمانی و بعد روحانی. اگر بخواهد بر اساس فطرت

۱. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، خطبه ۱۲۷.

و دستورهای مذهب گامی بردارد، باید همواره متوجه جسم و روح باشد و به گونه‌ای عمل کند که نیروهای هر دو بعد را به کمال برساند. امام صادق علیه السلام فرموده است: «لیس متاً من ترک دنیاہ لآخرته و لا آخرته لدنیاہ»؛^۱ «از ما نیست آن کس که دنیای خود را برای آخرتش ترک کند، یا آنکه آخرت خود را برای دنیایش رها نماید».

برنامه‌های عبادی، مراسم و آیین‌های دینی اگر همراه با اعتدال نباشد، به جای سازنده بودن، گاهی ویران‌گر می‌شود و به جای شوق‌آفرینی، موجب ملال و گریز می‌شود و نه جذب، بلکه دفع می‌کند.

درباره اعتدال و میانه‌روی در عبادات، روایات بسیاری در کتب حدیث نقل شده است. مرحوم کلینی و ملا محسن فیض در کتاب «الایمان و الکفر» بابتی را تحت عنوان «الاقتصاد فی العبادۃ»^۲ (میانه‌روی در عبادت) قرار داده‌اند، همچنین شیخ حرّ عاملی در «وسائل الشیعة» بابتی را با عنوان «استحباب میانه‌روی در عبادات»^۳ آورده است. در این باره رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «إنّ هذا الدین متین فأوغلوا فیہ برفق و لا تکرهوا عبادۃ الله الی عباد الله فتکونوا کالزاکب المنبت الذی لا سفرا قطع و لا ظهراً أبقی»؛^۴ «همانا این دین، دین محکم و متینی است. پس با ملایمت در آن درآیید (تندروی نکنید) و عبادت خدا را به بندگان خدا با کراهت تحمیل نکنید تا مانند سوار در مانده‌ای باشید که نه مسافتی را پیموده و نه مرکبی به جا گذاشته است».

امام حسن مجتبی علیه السلام می‌فرماید: «لما حضرت والدی الوفاة أقبل یوصی - الی ان قال - و اقتصد فی عبادتک و علیک فیها بالأمر الدائم الذی تطیقه»؛^۵ «زمانی که فوت پدرم فرا رسید (از جمله وصیت او این بود که) به من وصیت فرمود: در عبادت خود میانه‌رو باش و در عبادت به کاری مداوم و در اندازه توان خود، پرداز».

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «لا تکرهوا الی أنفسکم العبادۃ»؛^۶ «عبادت را به خودتان تحمیل نکنید».

اینک به ذکر نمونه‌هایی از «اعتدال در عبادت» می‌پردازیم:

۱. امام صادق علیه السلام فرمود: در جوانی مشغول طواف کعبه بودم و در عبادت خدا

۱. محمد بن علی بن بابویه صدوق، من لایحضره الفقیه، ۳/ ۱۵۶.

۲. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ۲/ ۸۶؛ الوافی ۶۹۱.

۳. محمد بن حسن حرّ عاملی، وسائل الشیعة، ۸۲/۱.

۴. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ۲/ ۸۶.

۵. میرزا حسین بن محمد تقی نوری، مستدرک الوسائل، ۱۳۰/۱، ح ۱۷۶.

۶. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ۲/ ۸۶.

کوشش فراوان می‌کردم، در حالی که غرق در عرق شده بودم، پدرم (امام باقر علیه السلام) مرا دید و فرمود: «یا بنی! دون ما أراک تصنع، فإن الله عزوجل إذا أحب عبداً أدخله الجنة و رضی عنه بالیسیر»^۱.

«پسر! کم‌تر از آنچه می‌بینم، عبادت کن؛ چرا که خداوند هرگاه بنده‌ای را دوست دارد، او را به بهشت می‌برد و از او به عبادتی اندک خشنود می‌شود».

۲. به پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم خبر دادند که جمعی از اصحاب در عبادت غرق شده‌اند. پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم ناراحت و عصبانی به مسجد رفت و فریاد کشید: «این جمع را چه شده است؟ شنیده‌ام که چنین افرادی در امت من پیدا شده‌اند؟ من که پیامبر شما هستم، این‌گونه نیستم. هیچ وقت همه شب را تا به صبح عبادت نمی‌کنم. قسمتی از آن را به استراحت می‌پردازم و به خانواده و همسران خود رسیدگی می‌کنم. هر روز، روزه نمی‌گیرم؛ بعضی روزها را افطار می‌کنم. کسانی که چنین راهی در پیش گرفته‌اند، از سنت و راه و روش من بیرون هستند».

۳. اعتدال در مسائل تربیتی فرزندان

هر حرکت تربیتی باید بر اعتدال استوار باشد، از مرزها فراتر نرود و به افراط و تفریط کشیده نشود تا حرکت و فعلی مطلوب باشد.

درباره روش‌های مترتب بر این اصل به ترتیب زیر بحث می‌کنیم:

۱. روش تکلیف به قدر وسع

آدمیان از حیث فهم و عمل وسع‌های مختلفی دارند. این روش بیان‌گر آن است که مربی به مربی، سخنی بگوید که در فهم او بگنجد و رفتاری را بخواهد که در حد توان او باشد. خداوند نیز با توجه به وسع مخاطبان سخن گفته و تکلیف نموده و رسولان خود را به این‌گونه مواجهه با مردم امر کرده است. بر این اساس، در نظام تربیتی اسلام، مربی نیز تنها مجاز است تا اندازه گنجایش مخاطب، آموزش دهد و بر پایه آن فرمان براند.

امام صادق علیه السلام فرمود: رحمت خدا بر کسی که فرزندش را در نیکی‌ها کمک کند. راوی پرسید: چگونه او را در نیکی‌ها یاری کند؟ امام علیه السلام فرمود: «یقبل میسوره و يتجاوز عن معسوره و لا یرهقه و لا یخرق به»^۲ «آنچه در توان اوست و انجام داده،

۱. همان، ۸۷/۲.

۲. همان، ۵۰/۶ ح ۶.

بپذیرد و از آنچه در توان او نیست و انجام نداده، درگذرد و او را به کارهایی که در توانش نیست، وادار نسازد و بر او سخت نگیرد».

۲. روش انذار

طبق اصل عدل، خداوند آدمیان بدکار را، دچار مجازات و عذاب می‌سازد، اما اقتضای عدل آن است که پیش از وقوع مجازات، آگاهی کافی نسبت به آن ایجاد شود؛ زیرا کسی حقیقتاً قابل مجازات است که آگاهانه و عامدانه خط ورزد. اما در حالتی که فرد با غوطه‌ور شدن در فراموشی، خطا کند، مستحق مجازات نخواهد بود و مجازات او از عدل به دور است.

۳. روش مجازات متناسب با خطا

در این روش، مجازات و اندازه و شیوه آن باید متناسب با خطای مرتبی باشد و عوامل دیگری چون وضع و حال مرتبی در حین مجازات، آن را تحت تأثیر قرار ندهد. ممکن است مرتبی، مجازات را تابع میزان خشم خود قرار دهد، اما اصل عدل، مانع می‌شود که این‌گونه عوامل در مجازات تأثیر بگذارد.

به عنوان نمونه، سیره معصومان علیهم‌السلام بیان‌گر رعایت مساوات بین فرزندان - دختر و پسر - و پرهیز از تبعیض بین آنان، به‌ویژه در ابراز محبت و اهدای هدیه است. پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم فرمود: «اعدلوا بین أبنائکم كما تحبون أن يعدلوا بینکم فی البرّ و اللطف»^۱؛ «بین فرزندان به عدالت رفتار کنید، چنانکه دوست دارید در نیکی و محبت به شما، مساوات رعایت شود».

ابن عباس از پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم نقل می‌کند: «ساووا بین أولادکم فی العطیة»^۲؛ «در هدیه دادن به فرزندان، با مساوات رفتار کنید».

همچنین فرمود: «اتقوا الله و اعدلوا بین أولادکم كما تحبون أن یبرّوکم»^۳؛ «تقوای خدا پیشه کنید و میان فرزندان با مساوات رفتار کنید، همچنان که دوست دارید به شما نیکی کنند».

در روایتی دیگر آمده است: «إنّ الله تعالی یحبّ أن تعدلوا بین أولادکم حتی فی

۱. محسن فیض کاشانی، المحجة البيضاء فی تهذیب الاحیاء، ۴۶/۲.

۲. علی بن حسام الدین متقی هندی، کنز العمال، ۴۴۶/۱۶.

. همان، ص ۴۴۵.

الْقَبِيل»^۱؛ «خداوند متعال دوست دارد، میان فرزندان حتی در بوسه‌ها به مساوات رفتار کنید».

امام باقر علیه السلام درباره نیکی به فرزندان فرمود: «شَرَّ الْأَبَاءِ مَنْ دَعَا الْبِرَّ إِلَى الْإِفْرَاطِ»^۲؛ «بدترین پدران کسانی هستند که دوستی آنان را به زیاده‌روی می‌کشاند».

محبت بیش از اندازه می‌تواند به گستاخی و سوء استفاده کودکانه و تباهی آینده آنان بینجامد. افزون بر این، کودک پرورش‌یافته در سایه محبت، سخت‌شکننده است و نمی‌تواند در مقابل مشکلات و نابه‌سامانی‌های اجتماعی مقاومت کند. از سوی دیگر، خرده‌گیری فراوان می‌تواند زمینه سرپیچی و سرکشی فرزندان را فراهم آورد.

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «الْإِفْرَاطُ فِي الْمَلَامَةِ يَشْتَبُ نَارَ اللَّجَاجَةِ»^۳؛ «زیاده‌روی در سرزنش (و توبیخ)، آتش لجاجت را برمی‌افروزد».

حال به نمونه‌هایی از «اعتدال در تربیت فرزندان» می‌پردازیم:

۱. روزی مردی با دو فرزند خود به محضر رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم شرف‌یاب شد. پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم دید که آن مرد، یکی از فرزندان خود را بوسید و به فرزند دیگر اعتنایی نکرد. پس به او فرمود: «چرا با فرزندان خود به‌طور مساوی رفتار نمی‌کنی؟»^۴.

۲. روزی زنی با دو فرزند کوچکش به خانه عایشه، همسر رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم رفت. عایشه، سه خرما به آن زن داد و او نیز به هر یک از فرزندان، یک خرما داد و خرمای دیگر را نیز نصف کرد و به هر یک از آن دو، نیمی از خرما داد. وقتی پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم به منزل بازگشت، عایشه جریان را برای ایشان نقل کرد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمود: «آیا از عمل آن زن تعجب کردی؟ خدا به علت رعایت عدالت و مساوات، آن زن را به بهشت خواهد برد»^۵.

۴. اعتدال در معیشت و مصرف (نیازهای زندگی)

از مهم‌ترین تعالیم اقتصادی اسلام، اصل میانه‌روی در زندگی و مصرف است. این اصل در شمار اخلاق اقتصادی نیز قرار دارد. جامعه باید با اصل «تنظیم مصرف» و

۱. همان.

۲. محمدتقی فلسفی، الحدیث، ۲۰۲/۱.

۳. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و درر الکلم، ص ۲۲۴.

۴. ابی‌علی الفضل بن الحسن طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۳۲۱؛ محمدبن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ۲۰۴/۱۵، ح ۳.

۵. ابی‌عبدالله محمدبن یزید القزوینی، سنن ابن‌ماجه، ج ۲، باب ۳، ص ۱۲۱۰، ح ۳۶۶۸.

«تقدیر در معیشت» پیش رود.

شکل راستین اندازه‌داری در زندگی و مصرف که تعالیم اسلامی بر آن تأکید دارد، این است که زندگی از شکل مسرفانه به سبک مقتصدانه تبدیل شود و اندازه‌داری و انضباط بر همهٔ موارد مصرف حاکم باشد تا بهره‌مندی از مواهب و امکانات موجود، هم از نظر کمی و هم از نظر کیفی، با واقعیت زندگی فطری انسان هم‌آهنگ گردد و برخورداری همهٔ مردمان از اموال، معادن و نعمت‌های الهی هم‌گون باشد. این هم‌آهنگی و هم‌گونی برای فرد و جامعه، جز از راه اندازه‌داری، میان‌روی و کوشش جدی برای تحقق بخشی به آن، شدنی نیست.^۱

اما در عصر حاضر با توجه به برآوردهای دقیق علمی و آماری، شاهدیم که اقلیتی برخوردار و مرفه، بیش‌تر امکانات رفاهی، مواد غذایی و ... را تصاحب کرده‌اند، و دیگران، دچار کمبودهای ویران‌گر شده‌اند. آمارها زبان‌گویایی دارد؛ در سرمایه‌های منقول و نامنقول، در انرژی، مواد خوراکی، بهداشتی، دارویی، آهن، سیمان، مسکن، خدمات رفاهی، آموزشی و خلاصه هر چیزی که به گونه‌ای برای انسان لازم یا سودمند است، در همهٔ اینها طبقهٔ سرمایه‌دار، و برخی از حاکمان و آقازاده‌ها - که درصد کمی را تشکیل می‌دهند - بیش‌ترین سهم را در اختیار دارند و بیش‌تر مردم کم‌ترین سهم را و در بسیاری از کارها و امکانات نیز، هیچ نصیبی ندارند.

رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «التقدیر نصف المعیشة»^۲؛ «اندازه نگاه داشتن نیمی از معیشت است».

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «قوام العیش حسن التقدير و ملاکه حسن التدبیر»^۳؛ «قوام زندگی به آن وابسته است که به خوبی اندازه نگاه داری و ملاک زندگی آن است که خوب برنامه‌ریزی کنی».

امام صادق علیه السلام دربارهٔ میان‌روی در تمام امور زندگی به یکی از اصحاب خویش می‌گوید: «یا عیسی! المال مال الله، جعله ودائع عند خلقه، و أمرهم أن يأكلوا منه قسداً، و یشرّبوا منه قسداً، و یلبسوا منه قسداً، و یركبوا منه قسداً، و یعودوا بما سوی ذلک علی فقراء المؤمنین. فمن تعدی ذلک کان أکله حراماً، و ما شرب منه حراماً، و ما ألبسه منه

۱. محمدرضا حکیمی، الحیة، ۳۶۵/۴.

۲. محمّدباقر مجلسی، بحارالانوار، ۷۳/۱۰۴.

۳. جمال الدین محمّد خوانساری، شرح غرر الحکم و درر الکلم، ص ۲۳۶.

حراماً، و ما أنکحه منه حراماً، و ما أركبه منه حراماً؛^۱ «ای عیسی! هر مالی از خداست و آن را به امانت به بندگان خود سپرده و فرمان داده است تا با اقتصاد و میانروی بخورند و با میانروی از آن بیاشامند، با میانروی از آن بیوشند، با میانروی از مرکب بهره‌مند شوند و باقی‌مانده را به تهی‌دستان مؤمن بازگردانند. پس هر کس از این حد درگذرد، آنچه می‌خورد حرام است، آنچه می‌نوشد حرام است، آنچه می‌پوشد حرام است، آنچه با آن ازدواج می‌کند حرام است، و آنچه هزینهٔ مرکب می‌دهد، حرام است.»

رسول خدا ﷺ دربارهٔ میانروی در هزینه‌ها می‌فرماید: «إياکم و السرف فی المال و النفقة، و علیکم بالاعتدال، فما افتقر قوم قطّ اقتصدوا»؛^۲ «از اسراف در هزینهٔ مال پرهیزید و به میانروی روی آورید که هیچ قومی از میانروی، هرگز فقیر نگشتند». همچنین در سخنی دیگری می‌فرماید: «رحم الله امرأً قدّم خیراً و أنفق قصداً...»؛^۳ «خدا بیامرزد آن کسی را که خیری پیش فرستد و با میانروی در راه خدا انفاق کند...».

یک. محدودیت در خوردن و آشامیدن

رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «إياکم و فضول المطعم؛ فإنه یسمّ القلب بالقسوة و یبطئ بالجوارح عن الطاعة و یصمّ الهمم عن سماع الموعظة»؛^۴ «از پر خوری دوری گزینید که قلب را زهرآگین می‌کند و اندام‌ها را در طاعت خدا کند می‌سازد و گوش دل را از شنیدن موعظه باز می‌دارد».

امام صادق (ع) می‌فرماید: «لیس لابن آدم بدّ من اكلة یقیم بها صلبه، فإذا أکل أحدکم طعاماً فلیجعل ثلث بطنه للطعام و ثلث للشراب و ثلث بطنه للنفس ولا تسمّوا تسمّن الخنازیر للذبح»؛^۵ «آدمی به ناگزیر باید اندکی بخورد تا بدن او را بر سر پا نگهدارد. پس هنگامی که یکی از شما خوراکی می‌خورد، باید یک‌سوم معده‌اش را به خوراک، یک‌سوم را به نوشیدنی و یک‌سوم دیگر را به نفس و دم. پس مبادا خود را همچون خوک‌های پرواری برای کشتن، فربه سازید».

۱. میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل، ۴۲۲/۲.

۲. ابی‌علی فضل‌بن‌الحسن طبرسی، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، ۳۹۴/۸.

۳. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۱۷۹/۷۷.

۴. همان، ۱۸۲/۷۷.

۵. محمدبن یعقوب کلینی، الکافی، ۲۷۰/۶.

امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «لو أن الناس قصدوا في المطعم لاستقامت أبدانهم»؛^۱ «اگر مردمان در مصرف خوراک میانه‌روی را پیشه سازند، بدن‌هایشان سالم و محکم می‌شود».

علامه مجلسی می‌گوید: «[منظور] میانه‌روی هم در اندازه و هم در جنس خوراک است»^۲.

دو. محدودیت در وسایل سواری

امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید: «و یرکبوا قسداً... اتری الله ائتمن رجلاً علی مال خوّل له، إن یشتری فرساً بعشرة آلاف درهم، و یجزیه فرس بعشرین درهماً... و قال: و لا تسرفوا، إنّه لا یحبّ المسرفین»^۳؛ «خداوند روا داشته که مردم، به صورتی مقتصدانه از مرکب استفاده کنند... آیا تصور می‌کنید کسی که خداوند او را در مالی که به او داده، امین قرار داده است، مجاز خواهد بود که به ده هزار درهم بخرد، در حالیکه اسب بیست درهمی برای رفع نیازهای او کافی است... و در قرآن کریم می‌فرماید: «اسراف مکنید که خدا اسراف‌کنندگان را دوست نمی‌دارد».

سه. محدودیت در مسکن

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم در این باره می‌فرماید: «من بنی بنیاناً، ریاءً أو سمعة، حمله یوم القيامة الی سبع أرضین، ثم یتوقفه ناراً توقد فی عنقه، ثم یرمی به فی النار، فقلنا: یا رسول الله! کیف بینی ریاء و سمعة؟ قال: بینی فضلاً علی ما یکفیه أو بینی مباحاة»^۴؛ «هرکس بنایی را به ریاء و برای خودنمایی بسازد، او را در قیامت به هفت طبقه زمین می‌برد. سپس به صورت گردن‌بندی آتشین بر گردن او در می‌آید و آن‌گاه هم‌راه با آن در آتش افکنده می‌شود. پرسیدند: یا رسول الله! خانه چگونه به ریاء و برای شهرت ساخته می‌شود؟ فرمود: اگر بیش از اندازه یا برای فخرفروشی ساخته شود».

حال به ذکر نمونه‌هایی از «اعتدال در معیشت و مصرف» می‌پردازیم:

۱. روزی رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم بر سر ساختمانی قبه‌ای بلند دید. پرسید: این چیست؟

۱. همان، ۳۳۴/۶۶.

۲. همان.

۳. ابی نصر محمد بن مسعود بن ابن عیاشی المسلمی السمرقندی، تفسیر عیاشی، ۱۳/۲.

۴. محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ۵۸۸/۳.

اصحاب گفتند: این ساختمان از آن یکی از انصار است. پیامبر ﷺ درنگ کرد تا صاحب آن آمد و به مردم سلام کرد. پیامبر ﷺ از او روی برگرداند و این کار را چند بار در حق او تکرار کرد تا آن مرد سرانجام از خشم و اعراض رسول خدا ﷺ از خود آگاه شد و نزد اصحاب گله کرد و گفت: من متوجه نظر تند رسول خدا ﷺ شده‌ام، اما نمی‌دانم چه شده است و من چه کرده‌ام؟ گفتند: پیامبر ﷺ آمد و قبه تو را دید و پرسید که «این از آن کیست؟» و ما خبر دادیم که از توست.

پس آن مرد رفت و قبه را ویران و با زمین یکسان کرد. پس از مدتی رسول خدا ﷺ بیرون آمد و آن قبه را ندید. پرسید: قبه‌ای که اینجا بود چه شد؟ گفتند: صاحب آن، علت اعراض شما را از ما جویا شد و ما او را آگاه کردیم و او آن را ویران ساخت. در اینجا پیامبر ﷺ فرمود: «هر بنایی که ساخته شود، برای صاحب خود - در روز قیامت - وبالی خواهد بود، مگر اینکه ساختمانی به اندازه نیاز باشد»^۱.

۲. در صدر اسلام، طبیبی برای درمان بیماران به مدینه آمد. مدت‌ها در آنجا ماند و کسی به او مراجعه نکرد. علت را پرسید. گفتند ما اصلاً بیمار نمی‌شویم؛ زیرا قرآن فرموده است: «كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا»^۲؛ «بخورید و بیاشامید، ولی در خوردن و نوشیدن اسراف نکنید». ما بر اساس این آیه از پرخوری و پرنوشی پرهیز می‌کنیم و بیمار نمی‌شویم.^۳

۵. اعتدال در مال‌اندوزی

میان‌رویی و توازن در نظام اقتصادی جامعه، موجب می‌شود تا شیوه معیشت مردم صورتی اسلامی پیدا کند و این جز با پی‌ریزی اقتصادی سالم و متوازن تحقق نخواهد یافت؛ اقتصادی که نه «تکاثر» را برتابد و نه «فقر» را گسترش دهد.

چون روزی موجودات در دست خداست و هر کس به آنچه برایش مقدر است، می‌رسد و چون معادله رزق چنین نیست که هر کس بیش‌تر بکوشد، به ثروت فراوان‌تری برسد، لازم است انسان در تلاش برای معیشت «تعادل» داشته باشد. نه در خانه نشستن و دست از کار و تلاش کشیدن، به امید اینکه «خدا روزی‌رسان است» روش صحیحی است، نه زحمت و دوندگی بیش از حد و از هر راهی که باشد، ضامن

۱. محمدرضا حکیمی، الحیاء، ۲۸۴/۴.

۲. اعراف/۳۱.

۳. محمد محمدی اشتهاردی، پیکار اسلام با اسراف، ص ۲۳.

افزایش روزی است.

پیامبر خدا ﷺ می‌فرماید: «أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّ اللَّهَ مَوْفَى كُلِّ عَبْدٍ مَا كَتَبَ مِنَ الرَّزْقِ، فَأَجْمَلُوا فِي الطَّلَبِ خَذُوا مَا حَلَّ وَدَعُوا مَا حَرَّمَ»^۱؛ «ای مردم! خدا به هر بنده‌ای، آن رزقی را که برایش نوشته، کامل می‌دهد. پس در جست‌وجوی روزی میانه‌روی کنید. آنچه خدا حلال کرده، بگیرید و آنچه حرام کرده، رها کنید».

حضرت علی عليه السلام می‌فرماید: «خَفِضْ فِي الطَّلَبِ وَأَجْمَلْ فِي الْمَكْسَبِ؛ فَإِنَّ رَبَّ طَلَبٍ قَدْ جَرَّ إِلَى حَرْبٍ، فَلَيْسَ كُلُّ طَالِبٍ بِمَرْزُوقٍ وَ لَا كُلُّ مَجْمَلٍ بِمَحْرُومٍ»^۲؛ «در خواستن، کوتاه بیا و در کسب، روش شایسته به‌کار بند، زیرا چه بسا طلب به محرومیت بینجامد. چنان نیست که هر جوینده‌ای، روزی یابد و هر طالب متعادلی محروم بماند».

امام صادق عليه السلام می‌فرماید: «لِيَكُنْ طَلَبُكَ لِمَعِيشَةٍ فَوْقَ كَسْبِ الْمَضِيعِ وَ دُونَ طَلَبِ الْحَرِيصِ»^۳؛ «تلاش و کوشش در امر معاش، بالاتر از آدم تنبل و بی‌حال و پایین‌تر از فعالیت یک آدم حریص باشد».

اقتصاد اسلامی اقتصادی انسانی است؛ زیرا انسان را هدف قرار می‌دهد و مال و ثروت را وسیله دانسته و مال را در خدمت انسان قرار می‌دهد و انسان را قربانی مال نمی‌سازد؛ بدین جهت، اقتصاد تکاثر، اقتصادی غیر انسانی و غیر همگانی است. اسلام هم کثرت مال را نکوهش کرده و هم فقر را نپذیرفته است.

اگر مال در حد اعتدال باشد، در خدمت عقل و فکر آدمی قرار می‌گیرد؛ زیرا غنای معتدل، نیازمندی‌های انسان را از میان می‌برد و آدمی را از اینکه عقل و هوش خویش را برای رفع فقر و نیاز به کار برد، می‌رهاند. اما وقتی مال از اندازه بگذرد و به هدفی برای زندگی و فعالیت آن تبدیل شود، فرصت فکر کردن درباره چیزهایی جز مال را از آدمی سلب می‌کند^۴.

حال به پاره‌ای آیات و روایات در مذمت تکاثر و فقر اشاره می‌کنیم:

خداوند می‌فرماید:

﴿... وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ﴾^۵؛ «و هرگز در زمین فساد

منما که خدا مفسدان را دوست ندارد».

۱. جمال‌الدین ابی‌الحاج یوسف المزی، تهذیب‌الکمال فی اسماء الرجال، ۵/۱۵/۱۹.

۲. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج‌البلاغه، نامه ۳۱، بند ۸۵.

۳. محمدبن یعقوب کلینی، فروع کافی، ۸۲/۵.

۴. محمد رضا حکیمی، الحیاة، ۴/۳۷-۷۷.

. قصص/۷۷.

﴿وَأَمَّا مَنْ بَخِلَ وَاسْتَغْنَىٰ * وَكَذَّبَ بِالْحُسْنَىٰ * فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْعُسْرَىٰ﴾^۱؛ «اما کسی که بخل ورزد و از این طریق بی‌نیازی طلبد، و پاداش نیک (الهی) را تکذیب کند، ما به زودی او را در مسیر دشواری قرار می‌دهیم.»

﴿الَّذِينَ يَسْتَحِبُّونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا عَلَى الْآخِرَةِ وَيَصُدُّونَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ وَيَبْغُونَهَا عِوَجًا أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ بَعِيدٍ﴾^۲؛ «آنان که زندگی دنیا را بر آخرت ترجیح می‌دهند و (مردم را) از راه الله باز می‌دارند و می‌خواهند راه حق را منحرف سازند، در گمراهی دوری هستند.»

الف. مذمت تکاثر (سرمایه‌داری) و آثار منفی آن در روایات اسلامی

یک. تباهی دین و قساوت قلب

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «إعلموا أنّ كثرة المال مفسدة للدين، مقساة للقلوب»^۳؛ «فراوانی مال مایه تباهی دین و سخت شدن دل‌هاست.»

دو. ویرانی عقل

امام صادق علیه السلام در حدیث «جنود العقل و الجهل» می‌فرماید: «القوام و ضده المكاثرة»^۴؛ «یکی دیگر از سپاهیان خرد) مال‌داری در حدّ قوام (اعتدال) و ضدّ آن افزون‌خواهی است.»

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «ولها (الدنيا) يجمع من لا عقل له»^۵؛ «کسی که عقل ندارد، برای دنیا ذخیره می‌کند.»

امام کاظم علیه السلام در توصیه‌های خود به هشام‌بن حکم فرمود: «يا هشام! إنّ مثل الدنيا مثل الحية، مسها لئین و فی جوفها السمّ القاتل، يحذرها الرجال ذوو العقول و يهوى إليها الصّ. ان بأيديهم»^۶؛ «ای هشام! دنیا همچون مار است که در تماس نرم می‌نماید و در درون خود زهری کشنده دارد. مردمان عاقل از آن بیم و پرهیز دارند و کودکان دست خود را به سوی آن دراز می‌کنند.»

۱. لیل ۸-۱۰.

۲. ابراهیم ۳۲.

۳. ابو محمد حسن بن علی بن الحسین حرانی، تحف العقول، ص ۱۴۱.

۴. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ۲۲/۱.

۵. محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ۱۲۲/۷۳.

۶. ابو محمد حسن بن علی بن الحسین حرانی، تحف العقول، ص ۲۹۲؛ محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ۲۰/۱۰۳.

سه. پوشیدگی عیبها

امام علی علیه السلام در حدیثی بیان می‌دارد: «من كساه الغنى ثوبه، خفى عن العيون عيبه»^۱؛ «کسی که جامهٔ توان‌گری را بپوشد، عیب‌های او در برابر چشم‌ها پوشیده می‌ماند».

چهار. زیاد شدن گناهان و فراموشی آنها

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «كثرة المال يفسد القلوب و ينسى الذنوب»^۲؛ «مال زیاد دل‌ها را تباه می‌کند و گناهان را از یاد می‌برد».

پنج. زیاد شدن حرص، طمع، بخل، خست، تکبر و آرزوها

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «لا يجمع المال إلا الحريص، والحريص شقى مذموم»^۳؛ «مال را کسی جز حریص جمع نمی‌کند، و حریص بدبخت و نکوهیده است».

امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «لا يجتمع المال إلا بخمس خصال: ببخل شديد و أمل طويل و حرص غالب و قطيعة الرحم و إثارة الدنيا على الآخرة»^۴؛ «مال گرد نمی‌آید مگر با چند خصلت: با بخل شدید، آرزوی دراز، حرص فراگیر، قطع رحم و برگزیدن دنیا بر آخرت».

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «لا يبقى المال إلا البخيل»^۵؛ «جز بخیل کسی مال را نگاه نمی‌دارد».

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز فرموده است: خداوند در شب معراج چنین بیان داشت: «يا أحمد!... إن النفس مأوى كل شر... تتكبر إذا استغنت...؟»^۶؛ «ای احمد! نفس انسان جایگاه بدی‌ها است... و چون بی‌نیاز گردد، تکبر می‌ورزد».

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «المال يفسد المآل و يوسع الآمال»^۷؛ «مال عاقبت را تباه می‌کند و دامنهٔ آرزوها را می‌گسترده».

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ۲۰/۱۰۳.

۲. محمدرضا حکیمی، الحیاة، ۴۷/۴.

۳. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و درر الکلم، ص ۳۵۲.

۴. عیون اخبار الرضا علیه السلام، ص ۲۷۶.

۵. محمّدبن یعقوب کلینی، الکافی، ۱۳۶/۲.

۶. عدلی، ارشاد القلوب، ص ۲۰۱.

۷. محمدرضا حکیمی، الحیاة، ۴۸/۴.

ب. نکوهش فقر و آثار و پی آمدهای آن

فقر در تاریخ انسان و زندگی او موضوعی قدیمی است که منشأ آن تسلط یافتن صاحبان قدرت و مستکبران بر نعمت‌ها و امکانات است و همچنین استضعاف محرومان و بازداشتن ایشان از دست‌یابی به سهم خویش را در تاریخ به همراه داشته است. اسلام در برابر این پدیده شیطانی - استکباری، با قاطعیت ایستاده و پدیده فقر را بسیار مذمت نموده است. اهل بیت علیهم‌السلام نیز در روایات به آثار فقر و نتایج منفی آن پرداخته‌اند. برخی از پی آمدهای فقر را بیان می‌کنیم:

یک. بدبختی و گرفتاری

حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید: «الفقر مع الدین، الشقاء الاکبر»^۱؛ «فقر با بدهکاری، بزرگ‌ترین بدبختی است».

امام باقر علیه‌السلام در یکی از دعاها می‌گوید: «... أسألك اللهم الرفاهية في معيشتي ما أبقیتني معيشة أفوی بها علی طاعتک، و أبلغ بها رضوانک ... و لا ترزقني یطغینی و لا تبتلینتی بفقر أشقی به ...»^۲؛ «خدایا! تا در دنیا هستم از تو معیشتی با آسایش مسئلت می‌کنم؛ معیشتی که با آن قدرت بر طاعت تو بیایم و رضایت کامل تو را به دست آورم ... و مرا چنان روزی مده که به طغیانم وادارد و به فقر گرفتار مساز که بدبختم می‌گرداند».

دو. عامل زیاد شدن خطا و گناه

امام علی علیه‌السلام به فرزندش امام حسن مجتبی علیه‌السلام فرمود: «لا تلم انساناً یطلب قوته، فمن عدم قوته کثر خطایاه»^۳؛ «انسانی را که طلب روزی خود می‌کند، ملامت مکن؛ چه هرکس روزی خود (و خانواده خود) را نداشته باشد، خطاهایش افزون گردد».

سه. فقر، میراندن و کشته شدن

فقر سبب چند گونه کشته شدن برای آدمی می‌شود:

الف. کشته شدن شخصیت: حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید: «الفقیر حقیر لا یسمع کلامه»^۴؛ «انسان فقیر، کوچک شمرده می‌شود و کسی به سخن او گوش نمی‌دهد».

ب. کشته شدن جسم و نیروی آن: این کشته شدن بر دو گونه است: فوری و

۱. جمال‌الدین محمد خواتساری، شرح غرر الحکم و دررالکلم، ۲۸.

۲. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۳۷۹/۹۷.

۳. حسین نوری، مستدرک الوسائل، ۴۱۵/۲.

۴. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۴۷/۷۲.

تدریجی، فوری آن است که بی‌نویان به دلیل نبودن غذا و دارو یا ناتوان بودن برای گرم کردن خود در برابر سرما یا نداشتن امکانات بهداشتی و پزشکی بمیرند. اما تدریجی، بیش‌تر از فوری مصداق پیدا می‌کند و بیش‌تر فقیران از همین راه می‌میرند.

ج. کشته شدن مواهب و استعدادها: امام علی علیه السلام می‌فرماید: «... و ان افتقر قنط و وهن»^۱؛ «چون انسان فقیر شود، ناامید و خوار خواهد شد».

انسان بی‌نوا فکری جز آن ندارد که لقمه‌ای برای حفظ جان خود و سیر کردن شکم خویش به چنگ آورد و ساده‌ترین نیازهای فوری و ضروری خویش را تأمین کند. پس دیگر فرصتی برای او باقی نمی‌ماند تا به مواهب و استعدادهای خود قابلیت بخشد؛ زیرا که پریشانی و اضطراب در همه اوقات گریبان‌گیر اوست.

د. کشته شدن فضایل و اخلاق: امام علی علیه السلام می‌فرماید: «لو كان الفقير صادقاً یسّمونه کاذباً، و لو كان زاهداً یسّمونه جاهلاً»^۲؛ «اگر فقیر راست‌گو باشد، او را دروغ‌گو می‌خوانند و اگر زاهد باشد، او را نادان می‌نامند».

ه. کشته شدن ایمان و عقیده: پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «کاد الفقر أن یکون کفراً»^۳؛ «نزدیک است که فقر به کفر انجامد».

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «من ابتلی بالفقر فقد ابتلی بأربع خصال: بالضعف فی یقینه و النقصان فی عقله و الرقة فی دینه و قلّة الحیاة فی وجهه فنعود بالله من الفقر»^۴؛ «پسرم! هر کس به فقر مبتلا شود، به چهار خصلت مبتلا شده است. به سستی در یقین، نقصان در عقل، ضعف در دین و کم شدن حیا. پس به خدا از فقر پناه می‌پریم».

اینک به نمونه‌هایی از «اعتدال در اندوختن دارایی» می‌پردازیم:

۱. مردی نزد پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم آمد و گفت: چرا من مرگ را دوست نمی‌دارم؟ پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم فرمود: مالی داری؟ گفت: آری. فرمود: چیزی از آن را از پیش فرستاده‌ای، انفاق کرده‌ای و برای آن جهان ذخیره ساخته‌ای؟ پاسخ داد نه. ایشان فرمود: به همین سبب است که مرگ را دوست نمی‌داری.^۵
۲. ثروتمندی با جامه‌ای پاکیزه نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم آمد و در نزدیکی او نشست،

۱. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، ۱۶۰/.

۲. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۴۷/۷۲.

۳. شیخ صدوق، امالی، ۲۶۲/.

۴. شیخ صدوق، جامع الاخبار، ص ۳۰۰ و ۸۱۸.

. شیخ صدوق، الخصال، ۱۳/۱.

پس از او مرد تهی‌دستی با جامه‌ای چرکین آمد و در کنار آن مرد ثروت‌مند نشست. توان‌گر دامن لباس خود را از زیر ران او بیرون کشید، رسول خدا ﷺ به او فرمود: آیا ترسیدی که از فقر او چیزی به تو سرایت کند؟ گفت: نه. فرمود: پس بیم آن داشتی که چیزی از ثروت تو به او برسد؟ گفت: نه. فرمود: پس چه چیز تو را به کاری که کردی، برانگیخت؟ توان‌گر گفت: یا رسول‌الله! مرا هم‌دمی است که هر زشت را بر من زیبا و هر زیبا را زشت جلوه‌گر می‌سازد. حال من نیمی از مالم را به این مرد می‌بخشم. رسول خدا ﷺ به آن مرد تهی‌دست رو کرد و فرمود: آیا می‌پذیری؟ گفت: نه. مرد توان‌گر پرسید: چرا؟ تهی‌دست گفت: می‌ترسم که آنچه در تو هست، در من نیز پیدا شود.^۱

۶. اعتدال در حالات و رفتار انسان

با بررسی بدن انسان به روش‌سنی در می

تعادل در قواست و بالطبع در فکر و عقل انسان نیز اثر مثبت خواهد داشت. چنان‌که گفته شده است: عقل سالم در بدن سالم است. در نتیجه، قوای فکری می‌تواند نقش بسیار مهم و مؤثری در سرنوشت انسان داشته باشد.

رعایت اعتدال در رفتار، سیره‌ای پیامبرانه است. پیامبر اسلام ﷺ هنگام سخن گفتن با اصحاب خود، در نگاه کردن به آنان، مساوات و برابری را رعایت می‌کرد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «کان رسول الله ﷺ یقسم لحضاته بین أصحابه، ینظر إلی ذا و ینظر إلی ذا بالسویة»^۲ «پیامبر ﷺ نگاه خود را بین اصحاب تقسیم می‌کرد و به هریک از آنان، به یک اندازه می‌نگریست».

امام حسین علیه السلام درباره اخلاق رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «کان سکوت رسول الله ﷺ علی أربعة: علی الحلم و الحذر و التقدير و التفكير، فأما تقدیره ففی تسویة النظر و الاستماع بین الناس»^۳؛ «سکوت رسول خدا ﷺ بر چهار رکن استوار بود: بردباری، حذر، تقدیر و تفکر. مراد از تقدیر یکسانی نگاه رسول خدا ﷺ به مردم و گوش فرادادن به سخنان آنان است».

شیوه راه رفتن رسول اکرم ﷺ، استوار، متین و با قدرت بود. ابن عباس می‌گوید:

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ۲/۲۶۲.

۲. محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ۱۶/۲۸۰.

۳. محسن فیض کاشانی، المحجة البيضاء فی تهذیب الاحیاء، ۴/۱۶۱.

«کان رسول الله إذا مشى، مشى مشياً يعرف أنه ليس بمشى عاجز و لا بكسلان»^۱؛ «راه رفتن محکم نشانه عاجز، سست و کسل نبودن حضرت بود. گاهی تند رفتن، به سبکی و خفت می انجامد، گاهی آرام و سنگین راه رفتن سر از تکبر و غرور در می آورد. ایجاد موازنه در راه رفتن، به حالتی که نه مغرورانه باشد، نه سبک و عاجزانه، نکته‌ای است که در رفتار آن حضرت مشهود بود. هندی‌بن‌ابی‌هاله تمیمی نقل می‌کند: «یمشى هوناً، سریع المشية»^۲؛ «آن حضرت با آرامش و وقار راه می‌رفت، در عین حال، تند و چابک بود».

حال برخی از موارد رعایت «اعتدال در حالات و رفتار انسان» را برمی‌شماریم:

یک. اعتدال در سخن و سکوت

سخن گفتن، وسیله ابراز اندیشه و نمودار شخصیت و فرهنگ انسانی است. اما همین سخن گفتن می‌تواند آتش افروز و عامل گناه باشد. بدین سبب، اسلام پیروانش را از زیاده‌روی در سخن نهی کرده است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «من کثر کلامه کثر خطاؤه»^۳؛ «کسی که بسیار سخن می‌گوید، اشتباهش بسیار خواهد بود».

و در روایتی دیگر می‌فرماید: «قلّ ما ينصف اللسان في نشر قبيح أو إحسان»^۴؛ «کم است کسی که زبان خودش را در پراکندن قبیحی یا احسانی معتدل کند». در روایتی آمده است: «الإكثار يزلّ الحكيم و يملّ الحليم، فلا تكثر فتضجر و تفرط فتهن»^۵؛ «زیاده‌گویی، انسان حکیم را می‌لغزاند و انسان بردبار و صبور را ملول و دل‌آزرده می‌کند. پس زیاده سخن مگو که دل‌گیر شوی و کوتاهی مکن که خوار گردی».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم در این باره می‌فرماید: همانا که موسی علیه السلام، خضر علیه السلام را ملاقات کرد. پس موسی فرمود: مرا توصیه‌ای بفرما. خضر فرمود: ای جست‌جوگر علم! همانا گوینده کم‌تر دل‌تنگ و خسته می‌شود تا شنونده. پس هنگامی که سخن می‌گویی، هم‌نشین‌های خودت را افسرده مکن تا اینکه فرمود: در گفتار زیاده‌گو و پرسخن مباش؛ زیرا زیاده‌گویی سخن عالمان را خوار و خفیف می‌کند و معایب افراد کم‌عقل را آشکار می‌کند، لکن بر تو باد به اقتصاد و میانه‌روی که این خود، مایه موفقیت افراد است.

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۲۳۶/۱۶.

۲. طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۱۲.

۳. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، حکمت ۳۴۹.

۴. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و دررالکلم، ۴۹۶/۴.

۵. همان، ۱۰۹/۲، ح ۲۰۰۹.

دو. اعتدال در خواب و استراحت

خواب و استراحت در زندگی بشر ضرورتی انکارناپذیر است. زیاده‌روی در این امر انسان را از جلب منافع مادی و معنوی باز می‌دارد و تفریط در آن، سلامت جسم و جان را خدشه‌دار می‌سازد. بدین جهت اسلام، با افراط و تفریط در خواب مبارزه کرده است.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ لِيُبْغِضَ كَثْرَةَ النَّوْمِ وَ كَثْرَةَ الْفِرَاقِ»؛ «خداوند پرخواهی و بسیار بی‌کار بودن را دشمن می‌دارد».

سه. اعتدال در شوخی

در روند یک زندگی اجتماعی سالم، شوخی و مزاح نیز جای‌گاه خود را دارد. البته باید موازین این وضعیت نیز مانند صفات پسندیده دیگر رعایت شود. یکی از موازین شوخی کردن این است که از اندازه خود فراتر نرود، بدین معنا که مزاح کردن تا وقتی خوب است که به حقوق دیگران تجاوز نشود و زمینه آزار دیگران را فراهم نکند.

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «الإفراط فی المزاح خرق»؛ «زیاده‌روی در شوخی، باعث کم شدن است».

در حالات رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم نقل شده است: «أَنَّه كَانَ يَمْزُحُ، وَ لَا يَقُولُ إِلَّا حَقًّا وَ لَا يُوْذِي قَلْبَهَا وَ لَا يَفْرَطُ فِيْه»؛ «پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم مزاح و شوخی می‌کرد و در شوخی کردن تنها حق را می‌گفت و با آن دل کسی را نمی‌آزرد و زیاده‌روی نمی‌کرد».

چهار. اعتدال در خنده و گریه

خنده و گریه در موارد خاص آثار مثبتی بر روح و روان به جای می‌گذارد. نمی‌توان گفت انسان همیشه باید گریه کند یا همیشه باید بخندد، بلکه رعایت اعتدال لازم است.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «أَمَّا إِنِّي ... أَضْحَكُ وَ أَبْكِي فَمَنْ رَغِبَ عَنِ مَنِهَاجِي وَ سَنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي»؛ «بدانید که من ... می‌خندم و می‌گریم. پس هرکس از روش و سنت من روی گرداند، از من نیست».

امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «كَانَ عَيْسَى عليه السلام يَبْكِي وَ يَضْحَكُ وَ كَانَ يَحْيَى عليه السلام يَبْكِي

۱. محمدبن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ۳۶/۱۲.

۲. جمال‌الدین محمد خواتساری، شرح غرر الحکم و دررالکلم، ۱۱۸۴/۱.

۳. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۲۳۵/۷۲.

۴. محمدبن یعقوب کلینی، الکافی، ۸۵/۲.

و لا یضحک، و کان الذی یفعل عیسی افضل»^۱؛ «عیسی علیه السلام هم گریه می کرد و هم می خندید و یحیی علیه السلام گریه می کرد، ولی هیچ گاه نمی خندید و آن روش که عیسی انجام می داد، بهتر بود».

پنج. اعتدال در شیوه راه رفتن

دین مبین اسلام در تمام زمینه‌ها برنامه دارد، در مورد شیوه راه رفتن نیز پروردگار متعال می فرماید: ﴿وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ^۲﴾؛ «در رفتارت میانه روی را اختیار کن». تفسیر قمی در ذیل آیه شریفه آورده است: «ای لا تعجل»^۳؛ «شتاب نکن و میانه رو باش». حضرت علی علیه السلام می فرماید: «ثلاث فیهن المرؤة ... و مشی القصد»^۴؛ «سه صفت است که در آنها جوان مردی قرار دارد ... یکی میانه روی در گونه راه رفتن است».

شش. اعتدال در پاکیزگی

یکی از اموری که افراد بیش تر به آن مبتلا هستند، زیاده روی در پاکیزگی و طهارت است. گاهی دیده می شود که این افراد قسمت زیادی از عمر خود را بی جهت، صرف این امر می کنند و حال آنکه تطهیر در این حد نه تنها ضرورتی ندارد، بلکه مورد نهی نیز واقع شده است.

امام حسن عسکری علیه السلام می فرماید: «من تعدی فی طهور کان کناقضه»^۵؛ «کسی که در تطهیر خود از اعتدال خارج شود، گویا که طهارت خود را باطل کرده است». اساساً این حرکت ناشی از یک وسوسه شیطانی است، هر چند در ظاهر، رنگی دینی دارد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می فرماید: «إِنَّ لِلوِضوءِ شیطَانَ یقال له الوِلْهَانُ، فاتقوا وسواس الماء»^۶؛ «همانا برای وضو شیطانی هست که به آن «ولهان» گفته می شود. از وسواس در آب بپرهیزید».

از پی آمدهای بسیار شوم انحراف از اعتدال، وسواسی شدن است که اگر کنترل نشود، موجب کژی بیش تر در شئون مختلف خواهد شد.

فرد وسواسی به بیماری روان شناختی مبتلاست؛ چرا که به علت بی اعتدالی،

۱. نعمت الله جزایری، قصص الانبیاء، صص ۲۷۳ و ۳۵۳.

۲. لقمان/۱۹.

۳. علی بن ابراهیم قمی، تفسیر قمی، ۱۶۵/۲.

۴. جمال الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و درر الکلم، ۴۶۶/۱.

۵. ابومحمد حسن بن علی بن الحسین حرّانی، تحف العقول، ۳/ و ۴.

. سنن الترمذی، ۸۵/۱.

همه چیز را نجس می‌داند و در مورد همه چیز شک می‌کند و همواره بدگمان است و از این رو، به گناهان دیگری مانند اسراف در مصرف آب، شک در وجود خدا، انزوا و دوری از مردم، خودخوری و برخورد خشن با خانواده و... آلوده می‌شود.

امامان شیعه با شیوه‌های مختلف با افراد وسواسی برخورد کرده‌اند، تا آنان را به حدّ اعتدال اسلامی هدایت کنند. عبدالله بن سنان می‌گوید: در محضر امام صادق علیه السلام بودم. از مردی که در وضو و نماز به وسواس گرفتار بود، یاد شد. عرض کردم: مرد عاقلی است، اما مبتلا به وسواس است. امام فرمود: «وَأَيُّ عَقْلٍ لَهُ وَهُوَ يَطِيعُ الشَّيْطَانَ»؛ «این چه عقلی است که از شیطان اطاعت می‌نماید؟!». عرض کردم: چگونه از شیطان اطاعت می‌کند؟

امام فرمود: «از خودش پیرس که وسواس از کجا می‌آید؟ بدان در پاسخ می‌گوید: کار شیطان است»^۱.

زراره می‌گوید: به امام صادق علیه السلام عرض کردم: مردی در نماز، زیاد شک می‌کند که چند رکعت خوانده و چند رکعت باقی است. هر چه نمازش را تکرار می‌کند، باز شک و وسواس دارد. باید چه کند؟

امام فرمود: «یَمْضِي فِي شَكِّهِ»؛ «به شک خود اعتنا نکند و نمازش را با همان وضع به پایان برساند. شیطان خبیث را با شکستن نماز خود و تکرار آن به طمع نیندازید و به او اجازه نفوذ ندهید؛ چرا که شیطان دست‌بردار نیست و بار دیگر با القائات خود شما را به وسوسه و شک می‌اندازد. بنابراین، به شک خود اعتنا نکنید. وقتی اعتنا نکردید، مایوس می‌شود و به سراغ شما نخواهد آمد. شیطان ناپاک می‌خواهد از او اطاعت شود. پس هرگاه از او اطاعت نشد، دیگر باز نمی‌گردد»^۲.

۷. اعتدال در عواطف، احساسات و مکارم اخلاقی

حکما می‌گویند: اساس اخلاق فاضله انسانی، بر تعادل در امور و کارها قرار گرفته است.^۳ در هر صفت و رفتاری افراط و تفریط امکان دارد. در سخاوت، محبت، دوراندیشی، شجاعت، خوف، رجا و ... راه درست، راه تعادل است و خروج از آن، خروج از صراط، و در نتیجه مایه تباهی و آتش است. برخی از موارد اعتدال در عواطف،

۱. محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشیعة، ۴۶/۱.

۲. محمد بن یعقوب کلینی، فروع کافی، ۳۵۸/۳.

۳. یحیی بن عدی بن حمید بن زکریا، تهذیب الاخلاق، ص ۴۵.

احساسات و مکارم اخلاقی عبارت است از:

یک. اعتدال در فضایل و مکارم اخلاقی

امام حسن عسکری علیه السلام فرمود: «إِنَّ لِلسَّخَاءِ مَقْدَارًا، فَإِنْ زَادَ عَلَيْهِ فَهُوَ سَرْفٌ وَ لِلحِزْمِ مَقْدَارٌ، فَإِنْ زَادَ عَلَيْهِ فَهُوَ جَبِينٌ وَ لِلِاقتِصَادِ مَقْدَارٌ، فَإِنْ زَادَ عَلَيْهِ فَهُوَ بَخْلٌ وَ لِلشَّجَاعَةِ مَقْدَارٌ، فَإِنْ زَادَ عَلَيْهِ فَهُوَ تَهَوُّرٌ»؛^۱ «به درستی که بخشش را اندازه‌ای است که اگر از آن بگذرد، اسراف باشد و برای دوراندیشی مرزی است که اگر از آن بگذرد، ترس است و برای میانه‌روی میزانی است که اگر از آن بگذرد، بخل است و شجاعت را اندازه‌ای است که اگر از آن بگذرد، بی‌باکی است».

دو. اعتدال در بیم و امید

امید بیش از اندازه، فرد را گستاخ و بیم فراوان، فرد را متوقف می‌سازد. پس مرتبی باید در هر فصل تربیتی بر مدار اعتدال سیر کند و مرتبی را در اعتدال میان بیم و امید سیر دهد.

خداوند آدمیان را در چنین زمینه‌ای به سوی کمال سیر می‌دهد، چنانکه در کتاب الهی کنار آیات عذاب (بیم)، آیات تشویق (امید) قرار دارد و شأن فرستاده گرامی‌اش «بشارت» و «ترسان» معرفی شده است.

خداوند می‌فرماید: ﴿إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ بِالْحَقِّ بَشِيرًا وَنَذِيرًا^۲﴾؛ «ما تو را به حق برای بشارت و ترساندن (مردم جهان) فرستادیم».

﴿نَبِيُّ عِبَادِي أَنِّي أَنَا الْغَفُورُ الرَّحِيمُ * وَأَنَّ عَذَابِي هُوَ الْعَذَابُ الْأَلِيمُ^۳﴾؛ «بندگانم را آگاه کن که من غفور و رحیمم، (و نیز آنها را آگاه کن که) عذاب و کیفر من عذاب دردناکی است».

بیم و امید انسان باید در حال تعادل باشد. اگر ترس انسان زیاد شود، انسان متوقف می‌گردد و اگر رجای او زیاد شود، گمراه می‌گردد.

امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید: «كان أبي يقول: إنه ليس من عبد مؤمن إلا في قلبه نوران؛ نور خيفة و نور رجاء، لو وزن هذا لم يزد على هذا و لو وزن هذا لم يزد على هذا»؛^۴ «پدرم می‌فرمود: هیچ بنده مؤمنی نیست مگر آنکه در دلش دو نور است؛

۱. شیخ عباسی قمی، سفینه البحار، ۶۴۶/۲.

۲. بقره/۱۱۹.

۳. حجر/۴۹ و ۵۰.

۴. محمدبن یعقوب کلینی، الکافی، ۸۷/۲.

نور خوف و نور امید که اگر این وزن شود، از آن بیش تر نباشد و اگر آن سنجیده شود از این سنگین تر نخواهد بود».

امیرالمؤمنین علیه السلام اعتدال در بیم و امید را در ردیف بهترین اعمال و از صفات مؤمنان شمرده است:

«خیر الاعمال اعتدال الرجاء و الخوف»^۱؛ «بهترین کارها، تعادل در امید و ترس است».

«ثلاث من كنّ فيه فقد اكمل الايمان ... و اعتدال في الخوف و الرجاء»^۲؛ «اگر در انسان سه چیز باشد، پس به تحقیق که دین او کامل است ... (مورد سوم این است) میانروی را در هنگام ترس، ناامیدی و امیدواری رعایت کند».

«أفضل المسلمین إسلاماً من كان همّه لآخرته، و اعتدال خوفه و رجاه»^۳؛ «بهترین اسلام را آن مسلمانی دارد که هم و غمش برای آخرتش باشد و بیم و امیدش به یک اندازه است».

سه. اعتدال در حیا

شرم (حیا) یکی از صفات پسندیده و ارزشی به حساب می آید، اما این صفت تا زمانی ارزش شمرده می شود که میانروی و اعتدال در آن رعایت شود، ولی هنگامی که از حدّ خود خارج شد، همین صفت نیکو ناپسند خواهد بود.

امام حسن عسکری علیه السلام در این باره می فرماید: «إعلم أنّ للحیاء مقداراً، فإن زاد علیه، فهو سرف»^۴؛ «بدان همانا برای حیا اندازه و حدّی است. پس زمانی که از حدّ خود زیادت تر شود، یکی از مصادیق اسراف است».

نتایج و ثمرات اعتدال در زندگی

در اینجا مناسب است به پاره‌ای از نتایج که سالکان راه میانه و اعتدال، از آنها بهره‌مند می‌شوند، اشاره کنیم:

۱. دور ماندن از تباهی و سقوط انسان

۱. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و درر الکلم، ۴۴۵/۳، ح ۵۰۵۵.

۲. همان، ۳۴۰/۳، ح ۴۶۷۱.

۳. همان، ۷۰/۵، ح ۳۲۷۷.

۴. احمدبن فهد حلّی، عده الداعی، ص ۱۲۵.

فطرت آدمی در دو بعد مادی و معنوی، بر مبنای میان‌روی ساخته شده است و پیمودن راه میانه نقش اصلی را در همه ابعاد زندگی به خود انسان واگذار می‌کند تا بنا بر فطرت خود به عمل برخیزد. از همین راه برای انسان، توفیق آن فراهم می‌آید که آزادانه بیندیشد و خویشتن را از همه انگیزه‌های مادی و محرک‌های اقتصادی دور سازد و به اراده خود تصمیم بگیرد و بر اساس آن عمل کند. تجاوز از این خصلت فطری، عاملی است که موجب تباهی و سقوط می‌شود.

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «لن یهلك من اقتصد»؛^۱ «کسی که میان‌روی کند، نابود نمی‌شود».

و نیز می‌فرماید: «من أراد السلامة فعلیه بالقصد»؛^۲ «هر کس که سلامتی را می‌خواهد، باید میان‌رو باشد».

و نیز می‌فرماید: «من أخذ القصد حمدوا إلیه طریقه و بشروه بالنجاة و من أخذ یمیناً و شمالاً ذموا إلیه الطریق و حذروه من الهلکة»؛^۳ «هر که میان‌روی را پیشه کند، راه او را ستایش می‌کنند و به او مژده نجات می‌دهند و هر که چپ و راست را انتخاب کند، راهش را سرزنش می‌کنند و او را از نابودی می‌ترسانند».

۲. اصلاح نفس

امام علی علیه السلام میان‌روی و اقتصاد در زندگی را یکی از راهکارهای اصلاح نفس انسان‌ها می‌داند و در این باره می‌فرماید: «إذا رغبت فی صلاح نفسک فلیک بالاعتقاد و القنوع و التقلل»؛^۴ «هرگاه در اصلاح نفس خود رغبت پیدا کردی، پس میان‌رو، قانع و کم‌آرزو باش».

۳. استمرار روزی و احساس بی‌نیازی و رهایی از تکاثر و فقر

پیمودن راه میانه و اعتدال، آدمی را از اسارت فزون‌خواهی و فقر خلاص می‌کند. این راه، تسلط کامل انسان را بر مال و بر ضروریات مادی و اقتصادی تثبیت می‌کند، بی‌آنکه مال و ضروریات زندگی بر انسان قدرت یابد و او را در بند و زنجیر خود گرفتار

۱. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و دررالکلم، ۷/۵، ح ۷۴۴۵

۲. همان، ۵/۲۲۶، ح ۸۰۹۹

۳. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، خطبة ۲۲۲.

۴. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و دررالکلم، ۳/۱۹۲، ح ۴۱۷۲.

سازند. در برابر، پیمودن راه افراط و انحراف بر خوش‌بختی انسان و آزادی او خط بطلان می‌کشد و آدمی را در یکی از دو زندان به بند می‌کشد: زندان تکاثر و زندان فقر. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «من صحب الاقتصاد صحبه الغنی له و جبر الاقتصاد فقره و خلله»؛ «کسی که زندگی‌اش با میانه‌روی همراه باشد، همیشه بی‌نیازی در کنار اوست و فقر و کم‌بود او را میانه‌روی جبران می‌کند».

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «إن القصد یورث الغنی»؛ «به درستی که میانه‌روی، سبب بی‌نیازی و ثروت است. و نیز می‌فرماید: «ضمنت لمن اقتصد أن لا یفتقر»؛ «من ضامنم که هر کس در هزینه‌ها میانه‌روی کند، فقیر نشود».

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم فرمود: «من اقتصد أغناه الله ومن بذر أفقره الله»؛ «کسی که میانه‌روی کند، خداوند او را بی‌نیاز می‌گرداند و کسی که زیاده‌روی کند و از حد اعتدال خارج شود، خداوند او را فقیر می‌گرداند».

گاهی زیاده‌روی و افراط در مخارج زندگی می‌تواند منجر به کمی امکانات مورد نیاز بدن شده و زمینه دغدغه‌های اساسی را برای روح فراهم سازد. به راستی، وقتی در احوال جامعه نگریده می‌شود، آیا مشکل امرار معاش از چالش‌های اجتماعی نیست که سبب بروز بسیاری از ناهنجاری‌ها گشته است؟ به راستی، آیا نمی‌توان علت بخش عظیمی از آن را در نداشتن فرهنگ صحیح در هزینه‌های زندگی دانست؟ به هر حال، توجه به اعتدال در مصارف مادی به عنوان یکی از عوامل استمرار روزی مورد عنایت اسلام قرار گرفته و توصیه شده است.

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «ما عال من اقتصد»؛ «کسی که در پرداخت میانه‌روی کند، هرگز نیازمند نخواهد شد و نیز می‌فرماید: «الاقتصاد ینمی القلیل، الاسراف ینفی الجزیل»؛ «اعتدال و صرفه‌جویی، اندک را بسیار می‌کند و اسراف، بسیار را نابود می‌سازد».

۴. تن‌درستی

۱. همان، ۴۵۸/۵، ح ۹۱۶۵.
۲. محمدبن یعقوب کلینی، الکافی، ۵۳/۴.
۳. همان.
۴. عبدالرحمن بن احمد بن رجب، جامع الصغیر، ۵۷۸/۲، ح ۸۵۰۱.
۵. سید جعفر شهیدی، ترجمه نهج البلاغه، حکمت ۱۴۰.
۶. جمال‌الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم و دررالکلم، ۹۲/۱، ح ۳۳۴.

میان‌روی در زندگی و به‌ویژه در خوراک به تن‌درستی می‌انجامد. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «علیکم بالقصد فی المطاعم؛ فإِنَّه أبعَد من السَّرَف، و أصحَّ للبدن، و أعون علی العبادَة»^۱؛ «شما را به میان‌روی در غذاها سفارش می‌کنم؛ زیرا این کار از اسراف دورتر، برای بدن سازنده‌تر و برای عبادت یاری‌کننده‌تر است». در روایتی دیگر می‌خوانیم: «من أراد السَّلَامَة فعلیه بالقصد»^۲؛ «هر کس سلامتی را می‌خواهد، باید میانه‌رو باشد». یا در حدیثی دیگر آمده است: «الحمیة هو الاقتصاد فی کلّ شیء»^۳؛ «(بهترین) پرهیز (برای انسان مریض) میان‌روی در هر چیزی است».

۵. ایجاد روحیه برادری در اجتماع

از دست‌آوردهای گسترش میان‌روی در نظام نیازهای مادی، ایجاد روحیه برادری در اجتماع است. زیرا افراد، در هر اجتماعی، اگر به حقوق و نیازهای اولیه خود دست یابند و گرفتار دام‌های ناکامی نشوند، در دل خود خشم و رشکی احساس نخواهند کرد، بلکه نسبت به یکدیگر احساس محبت و هم‌دلی می‌نمایند و بدین ترتیب، اسباب کینه، اختلاف و قطع روابط از میان می‌رود و نیازهای عالی وجود آدمی مطرح و تأمین می‌شود. در مقابل، اگر از این روش تخلف شود، امنیت و سلامت اجتماعی از میان می‌رود و پیوندهای ارزشی میان انسان‌ها جای خود را به پیوندهای حیوانی می‌دهد.

چنانکه امام علی علیه السلام در این باره فرموده است: «بأکل عزیزها ذلیلها و کبرها صغیرها، قد اضلت أهلها عن قصد السبیل»^۴؛ «نیرومند و دنیادار، ذلیل و خوار را می‌خورد و بزرگ دنیا کوچک را. در این صورت، اهل دنیا خود را از سپردن راه میانه منحرف کرده است».

پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «علیکم بالاعتقاد فما اخترق قوم قُطُّ اقتصدوا»^۵؛ «بر شما باد به میان‌روی و اعتدال؛ زیرا ملتی که میان‌روی مسلک آنها باشد، هرگز تفرقه و

۱. همان، ۳۰/۴، ج ۱۵۳، ۶.

۲. همان، ۸۰۹۹.

۳. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ۲۶۹-۵۹.

۴. ابومحمد حسن بن علی بن الحسین حرّقی، تحف العقول، ص ۵۷.

۵. ابومنصور شهردار دیلمی، فردوس الاخبار، ۳۸۷/۱.

جدایی در میان آنها راه ندارد». نیز می‌فرماید: «استَوُوا قُلُوبَكُمْ»؛ «معتدل باشید تا دل‌های شما به هم نزدیک شود».

۶. نفوذ دین در میان توده‌ها و اجرای احکام الهی

پیمودن راه میانه و برقرار شدن نظامی مالی که پی‌رو میزان‌های میانه‌روی و مقیاس‌های آن باشد، موجب نفوذ دین در میان توده‌ها و کمک به اجرای احکام و مقررات دینی می‌شود؛ زیرا دیگر، دو مانع بزرگ تکاثر و فقر نمی‌توانند راه دین‌داری و متعهد بودن را بر مردم سد کنند.

منابع

۱. عبدوس، محمدتقی محمدی اشتهاردی، محمد، آموزه‌های اخلاقی، رفتاری امامان شیعه، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۳.
۲. ابن‌عبدالبر، یوسف‌بن‌عبدالله، استیعاب، بیروت، دارالکتب العلمیه، ۲۰۰۲ م.
۳. اس. ماردن، اسرار نیک‌بختی، ترجمه ابوالقاسم پاینده، تهران، روزنه، ۱۳۷۷ ش.
۴. میچام، دانیل، اعتماد به نفس، تهران، علمی، ۱۳۷۵ ش.
۵. سروش، عبدالکریم، اوصاف پارسایان، تهران، مؤسسه فرهنگی صراط، ۱۳۷۱ ش.
۶. کلینی، محمدبن‌یعقوب، اصول الکافی، ایران، دارالاسوه، ۱۳۷۶ ش.
۷. شیخ صدوق، محمدبن‌علی‌بن‌بابویه، امالی، تهران، نشر صدوق، ۱۳۷۰ ش.
۸. مطهری، مرتضی، بررسی اجمالی از نهضت‌های اسلامی در صدساله اخیر، قم، صدر، ۱۳۸۰ ش.
۹. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، بیروت، مؤسسه الوفاء ۴۰۳ ق.
۱۰. حرانی، ابومحمد حسن‌بن‌علی‌بن‌الحسین، تحف العقول، قم، انتشارات آل علی علیه السلام، ۱۳۸۵ ش.
۱۱. ابن‌عیاشی المسلمی السمرقندی، ابی‌نصر محمدبن‌مسعود، تفسیر العیاشی، بیروت مؤسسه الاعلامی للمطبوعات، ۱۴۱۱ ش.
۱۲. قمی، علی‌بن‌ابراهیم، تفسیر قمی، قم، مؤسسه دارالکتاب، ۱۳۶۷ ش.
۱۳. ابی‌الحاج یوسف‌المزی، جمال‌الدین، تهذیب‌الکمال فی اسماء الرجال، بیروت، مؤسسه الرساله، ۱۴۱۳ ش.
۱۴. یحیی‌بن‌عدی‌بن‌حمیدبن‌زکریا، تهذیب‌الاخلاق، تهران، مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی، ۱۳۷۱ ش.
۱۵. عبدالرؤوف المناوی، محمد، التوقیف علی مهمات التعاریف، بیروت، مکتبه مشکاة الاسلامیه.

۱۶. فلسفی، محمدتقی، الحدیث، تهران، پیام آزادی، ۱۳۷۰ ش.
۱۷. ابن بابویه، محمد بن علی، جامع الاخبار، تهران، مرکز نشر کتاب، ۱۳۸۲ ق.
۱۸. ابن رجب، عبدالرحمن بن احمد، جامع الصغیر، ریاضی، در العطاء.
۱۹. حکیمی، محمد رضا، الحیاة، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۴ ش.
۲۰. ابن بابویه، محمد بن علی، الخصال، تهران، المكتبة العلمية، ۱۳۷۴ ش.
۲۱. سیوطی، جلال الدین، الدر المنثور، چاپ چلبی، مصر.
۲۲. لابی عیسی، محمد بن عیسی بن سوره، سنن ترمزی، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
۲۳. قمی، شیخ عباسی، سفینة البحار، ایران، دارالاسوه، ۱۴۱۴ ق.
۲۴. ابی عبدالله محمد بن یزید القزوی، سنن ابن ماجه، بیروت، دارالفکر.
۲۵. خوانساری، جمال الدین محمد، شرح غرر الحکم و درر الکلم، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۶۶ ش.
۲۶. انصاریان، حسین، صحیفة سجادیة، ترجمه صحیفه سجادیه، تهران، چاپ پیام آزادی.
۲۷. حلی احمد بن فهد، عدة الداعی، قم، مؤسسه المعارف الاسلامیه، ۱۴۲۰ ق.
۲۸. دیلمی، ابومنصور شهردار، فردوس الاخبار، ریاض، ۱۹۴۴ م.
۲۹. جزایری، نعمت الله، قصص الانبیاء، بیروت، دارالبلاغه، ۱۴۱۱ ق.
۳۰. متقی هندی، علی بن حسام الدین، کنز العمال، بیروت، مؤسسه الرساله، ۱۴۰۵ ق.
۳۱. شبستری، محمود بن عبدالکریم، گلشن راز، تهران، طهوری، ۱۳۷۱ ش.
۳۲. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت، دارالکتب العلمیه، ۱۴۱۳ ق.
۳۳. طبرسی، فضل بن الحسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، بیروت، دارالمعرفه، ۱۴۰۶ ق.
۳۴. فیض کاشانی، محسن، المحجّة البیضاء فی تهذیب الاحیاء، قم، دفتر انتشارات اسلامی.
۳۵. نوری، حسین، مستدرک الوسائل، نجف، المكتبة العلمیه، ۱۳۸۳.
۳۶. طبرسی، ابی علی الفضل بن الحسن، مکارم الاخلاق، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۴۱۴ ق.
۳۷. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، من لایحضره الفقیه، تهران، نشر صدوق، ۱۳۶۷.
۳۸. التهانوی، محمد اعلی بن علی، کشف اصطلاحات الفنون و العلوم، بیروت، مكتبة لبنان الناشر، ۱۹۹۶ م.
۳۹. محمدی اشتهاردی، محمد، پیکار اسلام با اسراف، انتشارات شفق، ۱۳۵۵.
۴۰. ری شهری، محمد، میزان الحکمه، قم، دارالحدیث، ۱۳۷۷.
۴۱. شهیدی، سید جعفر، ترجمه نهج البلاغه، تهران، سازمان انتشارات و آموزش انقلاب اسلامی، ۱۳۶۸.
۴۲. حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
- فیض کاشانی، محمد محسن، الوافی، اصفهان، مکتبه الامام امیرالمومنین، ۱۳۷۰.