

جلوه‌های اعتدال در زندگی انسان

حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر سعید شریعتی*

اشاره

اعتدال یا میانه‌روی، از موضوعاتی است که با تعبیر مختلف در قرآن و روایات مورد تأکید قرار گرفته است. از این رو، بر آن شدیم تا با توجه به آیات و روایات، برخی از جلوه‌های اعتدال را در زندگی فردی و اجتماعی انسان بررسی کنیم. در این مقاله، ابتدا کاوشی در مورد معنای لغوی اعتدال خواهیم داشت و در ادامه با توجه به گستره اعتدال در ابعاد مختلف زندگی انسان، نمونه‌هایی از میانه‌روی در زندگی فردی، اعتقادی و اجتماعی را بررسی خواهیم کرد.

الف- مفهوم اعتدال

کاوش در کتب لغت نشان می‌دهد که واژه «اعتدال»، به چند معنا به کار رفته است. به گفته ابن منظور، اعتدال عبارت است از میانه قرار گرفتن یک حال بین دو حال دیگر، چه در کمیت و چه در کیفیت؛ برای نمونه، به جسمی که از نظر اندازه، نه کوتاه و نه طویل باشد و نیز به آبی که دمای آن، میانه سردی و داغی باشد، «معتدل» می‌گویند.^۱ معنای دیگر اعتدال، راست و مستقیم بودن یک شیء یا یک وضعیت است. بر این اساس، معتدل به چیزی گفته می‌شود که از کجی و اعوجاج به دور بوده و مستقیم و مستوی است.^۲ در همین راستا، به چیزی که دارای اندام یا اجزای متناسب و موزون

* عضو هیئت علمی و استادیار دانشگاه آزاد اسلامی نراق.

۱. ابن منظور، لسان العرب، بیروت: دار الفکر للطباعة و النشر و التوزیع، دار صادر، چاپ سوم، ۱۴۱۴ق، ج ۱۱، ص ۴۳۰.

۲. ابن فارس، معجم مقاییس اللغة، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، چاپ اول، ۱۴۰۴ق، ج ۴، ص ۲۴۶؛ فراهیدی، کتاب العین، نشر هجرت، چاپ دوم، ۱۴۱۰ق، ج ۲، ص ۳۸؛ جوهری، الصحاح، بیروت: دار العلم للملایین، چاپ اول، ۱۴۱۰ق، ج ۵، ص ۱۷۶۰.

باشد، معتدل گفته شده است.^۱ در کاربرد دیگر، اعتدال به معنای برابری و مساوی بودن دو چیز است.^۲

اما منظور از اعتدال در این مقاله، میانه‌روی و پرهیز از افراط و تفریط در امور است. در فرهنگ قرآن و سنت، کلیدواژه‌های: «قصد»، «اقتصاد» و «وسط» به این مفهوم اشاره دارد و نقطه مقابل اعتدال، واژه‌هایی چون: «افراط»، «اسراف»، «تفریط» و «اقتار» به کار می‌رود.

ب- جلوه‌هایی از اعتدال در زندگی فردی

شرع مقدس برای ابعاد مختلف زندگی فردی انسان، احکام الزامی (واجب و حرام) بسیاری را وضع کرده است و در قلمرو گسترده‌ای نیز، حکم الزامی ندارد؛ یعنی قلمرو مباحات، مستحبات و مکروهات. بزرگان دین، همواره انسان‌ها را در ابعاد زندگی خود، حتی در قلمرو مباحات، به میانه‌روی سفارش کرده و از افراط و تفریط، برحذر داشته‌اند. در اینجا به نمونه‌هایی از اعتدال در زندگی فردی اشاره می‌کنیم:

۱. اعتدال در لباس و پوشش

علی علیه السلام در خطبه همام، یکی از صفات متقین را اعتدال در لباس و پوشش دانسته است: «وَمَلْبَسُهُمُ الْإِقْتِصَادُ» در کتاب کافی نیز همین مطلب با عبارتی مشابه از حضرت نقل شده است: «وَلَا يَلْبَسُ إِلَّا الْإِقْتِصَادَ»^۳ در تفسیر این قسمت از کلام حضرت، دو نوع بیان دیده می‌شود؛ اول اینکه منظور از «ملبس»، همان لباس و پوشش بدن است؛ پس، علی علیه السلام در این کلام، میانه‌روی در لباس را از ویژگی‌های متقین برشمرده است. به گفته ابن ابی‌الحدید، اقتصاد در لباس به این معنا است که لباس پرهیزکاران، نه بسیار گران‌بها و عالی و نه بسیار حقیر و بی‌ارزش، بلکه در حد میانه است.^۴ شارح دیگر می‌نویسد: میانه‌روی در لباس، آن است که انسان، نه مانند متکبرین و مترفین، لباسی گران‌بها بپوشد و نه همچون مردمان پست و حقیر، لباسی بی‌ارزش و مبتذل بر تن

۱. ابن فارس، همان.

۲. همان.

۳. کلینی محمد بن یعقوب، الکافی، تهران: دار الکتب الإسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۲۳۰.

۴. ابن ابی‌الحدید، شرح نهج البلاغه، قم: مکتبه آیه الله المرعشی النجفی، چاپ اول، ۱۴۰۴ق، ج ۱۰، ص ۱۴۱.

نماید.^۱ علامه مجلسی رحمته الله علیه نیز در شرح کافی، همین معنا را محتمل دانسته است.^۲ احتمال دیگر در معنای این سخن حضرت، آن است که منظور از لباس، روش و شیوه‌ای است که انسان در زندگی خود برمی‌گزیند. انسان متقی، کسی است که میانه‌روی، همچون لباسی بر همه شئون زندگی‌اش پوشانده شده است.

به هر تقدیر، در فرهنگ اسلامی، پوشش فرد متقی باید در حدّ متعارف جامعه باشد. البته معیار اعتدال در این امر، عرف جامعه‌ای است که فرد در آن زندگی می‌کند. به همین دلیل، تغییر عرف در طول زمان و نیز تفاوت عرف‌ها، در انتخاب نوع پوشش تأثیرگذار است و هر کس باید با توجه به عرف زمان و مکان از افراط و تفریط بپرهیزد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: روزی در حال طواف بودم. ناگاه متوجه شدم که مردی لباسم را می‌کشد؛ هنگامی که رو به طرفش کردم، دیدم آن مرد، عباد بصری است. عباد گفت: ای جعفر بن محمد! با موقعیت و نسبتی که با علی علیه السلام داری، چرا چنین لباسی پوشیده‌ای؟ به وی گفتم: وای بر تو، این یک لباس قوه‌ی^۳ است که یک دینار و خُرده‌ای خریده‌ام. علی علیه السلام در زمانی زندگی می‌کرد که آنچه می‌پوشید، برای وی مناسب و زیننده بود؛ ولی اگر من در این زمان، همانند لباس علی را بپوشم، از سوی مردم به ریا و خودنمایی متهم می‌شوم و مردم خواهند گفت: «این شخص، مانند عباد، ریاکار است.»^۴

عباد بصری از بزرگان صوفیه بود که با پوشیدن لباس‌های خشن و ظاهرنمایی، سعی در جذب مردم داشت. امام صادق علیه السلام در این روایت، ضمن اشاره به ریاکاری عباد، حرکت بر مدار اعتدال و متعارف جامعه را به عنوان معیار مسلمانی معرفی کرده و علت

۱. خوبی، میرزا حبیب الله، منهاج البراعة، تهران: مکتبه الإسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۰ق، ج ۱۲، ص ۱۱۷.

۲. مجلسی، محمدباقر، مرآة العقول فی شرح اخبار آل الرسول، تصحیح هاشم رسولی محلاتی، تهران: دار الکتب الإسلامیه، ۱۴۰۴ق، ج ۹، ص ۲۱۸.

۳. لباسی بوده سفیدرنگ که در ناحیه «قوهاء» در منطقه‌ای بین نیشابور و هرات بافته می‌شده است. (طریحی، مجمع البحرین، تهران: مرتضوی، چاپ سوم، ۱۳۷۵ش، ج ۶، ص ۳۵۸)؛ برخی نیز آن را منسوب به «قوهستان»، ناحیه‌ای نزدیک به جیرفت دانسته‌اند. (واسطی، تاج العروس، ج ۱۹، ص ۸۳)

۴. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، بیروت: دار إحياء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق، ج ۷۶، ص ۳۱۶.

اختلاف نوع پوشش خود با جدش علی علیه السلام را اختلاف در سطح رفاه و برخورداری جامعه دانسته است.

در روایات متعددی، از پوشیدن لباس شهرت منع شده است. منظور از لباس شهرت، لباسی است که از نظر پارچه، رنگ یا دوخت آن، برای شخص استفاده‌کننده متعارف نباشد. لباس شهرت را می‌توان نتیجه نوعی افراط یا تفریط در انتخاب نوع پوشش دانست. در واقع، یکی از حکمت‌های ممنوعیت لباس شهرت در اسلام، خارج شدن از حدّ میانه و اعتدال است.^۱

۲. اعتدال در خوراک

بدن انسان برای رشد، بقا و سلامتی خود، نیازمند خوراک است. انسان به دلیل برخورداری از قدرت انتخاب، گاهی در انتخاب نوع، کیفیت و میزان خوراکش دچار زیاده‌روی یا کم‌روی می‌شود. از نظر اسلام، از یک سو، پرخوری و شکم‌بارگی به شدت نکوهش شده و از سوی دیگر، کوتاهی و تفریط در این زمینه نیز پذیرفته نشده است.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «در نزد خداوند، چیزی مبعوض‌تر از شکم آکنده و پُر وجود ندارد.»^۲ همچنین می‌فرماید: «دورترین حالت انسان به خداوند، زمانی است که شکمش پُر باشد.»^۳ در روایتی از پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله، قلب انسان به زراعتی تشبیه شده که پرخوری، باعث از بین رفتن آن می‌شود.^۴

علی علیه السلام فرمود: «مَنْ اَقْتَصَرَ فِي اَكْلِهِ كَثُرَتْ صِحَّتُهُ وَ صَلَحَتْ فِكْرَتُهُ؛^۵ هر کس در خوراک خود بسندگی و مراعات کند، اندامش، سالم‌تر و اندیشه‌اش درست‌تر می‌ماند.» از این گذشته، پُر بودن شکم، حتی از غذای حلال و پاک، باعث سنگینی بدن و کسالت و مانع از انجام عبادت و لذت بردن از آن است. امام صادق علیه السلام به حفص بن غیاث فرمود: «روزی ابلیس بر حضرت یحیی ظاهر شد؛ در حالی که ریسمان‌های فراوانی به

۱. همان.

۲. همان، ج ۶۳، ص ۳۳۱.

۳. همان.

۴. همان.

۵. همان، ج ۴، ص ۳۵۴.

همراه داشت. حضرت یحیی پرسید: اینها چیست؟ ابلیس گفت: اینها شهوات و خواسته‌های آدمی است که با آنها گرفتارشان می‌کنم. یحیی پرسید: آیا چیزی از آنها برای من هست؟ ابلیس گفت: بعضی اوقات پرخوری کرده‌ای و تو را از یاد خدا غافل کردم. یحیی گفت: به خدا قسم! از این به بعد، هیچ‌گاه شکم را از غذا پُر نخواهم کرد. ابلیس گفت: به خدا قسم! من هم از این به بعد، هیچ انسانی را نصیحت نمی‌کنم. امام صادق علیه السلام در پایان این ماجرا فرمود: ای حفص! به خدا قسم، بر جعفر و آل جعفر لازم است که هیچ‌گاه شکم‌شان را از غذا پُر نکنند. به خدا قسم، بر جعفر و آل جعفر لازم است که هیچ‌گاه برای دنیا کار نکنند.^۱

شایان ذکر است که منظور از پرخوری در روایات فوق، زیاده‌روی و تجاوز از حدود است و هیچ‌گاه به معنای بی‌توجهی به نیازهای اساسی بدن و کوتاهی در امر تغذیه نیست؛ زیرا این امر نیز، به سلامتی انسان لطمه می‌زند. به همین دلیل، در برخی احادیث، تعبیر «قصد» به کار رفته است. علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «عَلَيْكُمْ بِالْقَصْدِ فِي الْمَطْعِمِ فَإِنَّهُ أَبْعَدُ مِنَ السَّرَفِ وَ أَصَحُّ لِلْبَدَنِ وَ أَعْوَنُ عَلَى الْعِبَادَةِ»^۲ بر شما باد به میانه‌روی در خوراک؛ زیرا این امر، دورتر از اسراف، برای سلامتی بدن، و بهتر و یاری‌کننده‌تر برای عبادت است.» عمرو بن ابراهیم گوید: از امام رضا علیه السلام شنیدم که فرمود: «لَوْ أَنَّ النَّاسَ قَصَدُوا فِي الْمَطْعِمِ لَأَسْتَقَامَتْ أَبْدَانُهُمْ»^۳ اگر انسان‌ها در خوراک‌شان میانه‌رو باشند، بدن‌های‌شان مقاوم‌تر خواهد ماند.» علامه مجلسی رحمته الله پس از نقل این روایت، در توضیح معنای «میانه‌روی» می‌نویسد: «منظور، میانه‌روی، هم در اندازه و هم در جنس خوراک است.»

سعدی شیرازی در گلستان حکایت می‌کند: «یکی از حکما پسر را نهی همی کرد از بسیار خوردن؛ که سیری، مردم را رنجور کند. گفت: ای پدر! گرسنگی، خلق را بکشد؛ نشنیده‌ای که ظریفان گفته‌اند: به سیری مردن به، که گرسنگی بردن. گفت: اندازه نگهدار، «كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لَا تُسْرِفُوا.»

۱. همان، ج ۶۳، ص ۳۳۵.

۲. آمدی، عبدالواحد، غرر الحکم و درر الکلم، قم: دار الکتاب الإسلامی، چاپ دوم، ۱۴۱۰ق. ص ۴۴۸.

۳. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، پیشین، ج ۶۳، ص ۳۳۴.

نه چندان بخور کز دهانت برآید نه چندان که از ضعف، جانت برآید
شعر زیبای نظامی نیز در این زمینه خواندنی است:
طبیعی در یکی نکته نهفته است خدا آن نکته را با خلق گفته است
بیا شام و بخور خوردی که خواهی کم و بسیار نه، کآرد تباهی
ز بسیار و ز کم بگذر که خام است نگهدار «اعتدال» اینت تمام است
دو زیرک خوانده‌ام کاندر دیاری رسیدند از قضا بر چشمه‌ساری
یکی کم خورد کاین جان می‌گزاید یکی پر خورد کاین جان می‌فزاید
چو بر حد عدالت ره نبردند ز محرومی و سیری هر دو مُردند

۳. اعتدال در راه رفتن

راه رفتن، رفتاری ساده، طبیعی و روزمره است که انسان از کودکی می‌آموزد. در آموزه‌های دینی، در مورد شیوه راه رفتن مؤمنان، دستورات جالبی دیده می‌شود؛ چنانکه در آیه ۱۹ سوره لقمان می‌خوانیم:

«وَ أَقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَ اغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ؛ و در راه رفتن (و رفتارت)، میانه‌رو باش و از صدایت بکاه؛ زیرا ناخوش‌ترین صداها، آواز خران است.»

از جمله سفارش‌های لقمان به فرزندش که در آیه فوق بیان شده، اعتدال در راه رفتن و سخن گفتن است. علامه طباطبایی (رحمة‌الله‌علیه) در ذیل این آیه می‌نویسد: «قصِد»، به معنای میانه‌روی و اعتدال در یک چیز است و «غَضُضْ»، عبارت است از کوتاه کردن و کاستن از نگاه یا صوت.^۱

میانه‌روی در راه رفتن، هم در شیوه راه رفتن و هم در سرعت مشی، پسندیده است. از این رو، راه رفتن با حالتی متکبرانه و متفاوت با شیوه متعارف، بر خلاف دستورات دینی است. روزی، پیامبر گرامی اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ از کوچه‌ای عبور می‌نمود. دیوانه‌ای را مشاهده کرد که مردم اطراف او را گرفته‌اند و به او نگاه می‌کنند. حضرت فرمود: «اینها برای چه اجتماع کرده‌اند؟» عرض کردند: برای دیوانه‌ای که دچار صرع و حمله‌های

۱. طباطبایی، محمدحسین، تفسیر المیزان، قم: دفتر انتشارات اسلامی، چاپ پنجم، ۱۴۱۷ق، ج ۱۶، ص ۲۱۹.

عصبی شده است. پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نگاهی به آنها کرد و فرمود: «این، دیوانه نیست. می‌خواهید دیوانه واقعی را به شما معرفی کنم؟» عرض کردند: آری، ای رسول خدا! فرمود: «دیوانه واقعی، کسی است که متکبرانه گام بر می‌دارد، پیوسته به پهلوه‌های خود نگاه می‌کند و پهلوه‌های خود را به همراه شانها تکان می‌دهد (کبر و غرور از تمام وجود او می‌بارد).»^۱

همچنین، اعتدال در راه رفتن، ممکن است به معنای میانه‌روی در سرعت مشی باشد. چنانکه در کلمات برخی از عالمان دیده می‌شود، اعتدال به این معنا است که شخص، نه چندان آرام و سست حرکت کند که از انجام کارهایش در وقت مقرر باز ماند و یا به تنبلی و خمودی بگراید و نه چندان تند و سریع که فرصت اندیشه و تأمل نداشته و از هیبت و ارزشش کاسته شود. امام رضا عَلَيْهِ السَّلَام فرمود: «تند راه رفتن، ارزش مؤمن را کم می‌کند.»^۲ در روایات، راه رفتن میانه (مشی القصد)، از نشانه‌های ایمان، علامت حُسن دین‌داری و موجب مروت دانسته شده است.^۳

د- اعتدال در اعتقاد و رفتار دینی

اعتقاد به توحید، نبوت و امامت، پایه‌های بنیادین دین‌داری و شالوده شخصیت هر شیعه است. اما همین اعتقاد، ممکن است دچار آفت افراط یا تفریط گردد و نتیجه‌ای وارونه بر جای گذارد؛ چنانکه گاهی خطر افکار غلوآمیز و انحرافی در جامعه اسلامی و شیعی، کمتر از افکار الحادی نیست. علاوه بر این، در مرحله عمل نیز خطر افراط و تفریط وجود دارد. بر این اساس، در دو قسمت به بررسی موضوع می‌پردازیم.

۱. پرهیز از غلو در اعتقادات

روایات و منابع دینی، افراط و خروج از اعتدال در این مقوله را معمولاً با عنوان «غُلُو» یاد کرده‌اند. علامه مجلسی رَحِمَهُ اللهُ می‌نویسد: غلو، در لغت به معنای تجاوز از حد و خروج از قصد و میانه‌روی است؛ چنانکه خداوند در آیه ۱۷۱ سوره نساء خطاب به اهل کتاب می‌فرماید: «يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لَا تَغْلُوا فِي دِينِكُمْ وَلَا تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ إِلَّا الْحَقَّ؛ ای اهل کتاب!

۱. شیخ صدوق، خصال، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، چاپ اول، ۱۳۶۲ش، ج ۱، ص ۳۳۲.

۲. همان، ج ۱، ص ۹.

۳. آمدی، عبدالواحد، غرر الحکم و درر الکلم، پیشین، ص ۳۳۰.

در دین خود، غلو (زیاده‌روی) نکنید و در باره خدا، غیر از حق نگویید.^۱ به عقیده علامه مجلسی رحمته الله، غلو در مورد پیامبر صلی الله علیه و آله یا امامان علیهم السلام ممکن است مظاهر و نمودهای مختلفی داشته باشد که مهم‌ترین آن‌ها، افراط در مورد شخصیت، جایگاه، صفات و ویژگی‌های پیشوایان دین است.

در گفت‌وگوهایی که بین امام رضا علیه السلام و مأمون انجام شده، آمده است: مأمون به امام علیه السلام در مورد عقیده عده‌ای که در مورد امامان غلو می‌کنند، پرسید. امام رضا علیه السلام روایتی را از پدرانش از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل کرد که فرمود: «مرا بالاتر از جایگاه واقعی خود، تصور نکنید؛ زیرا خدای بلندمرتبه، پیش از آنکه مرا به عنوان نبی برگزیند، مرا به عنوان عبد و بنده‌اش برگزیده است...»^۲ امام رضا علیه السلام در ادامه فرمود: «علی علیه السلام فرمود: در مورد من، دو گروه دچار هلاکت می‌شوند؛ در حالی که من در این خصوص، گناهی ندارم و من از هر کسی که در مورد ما غلو می‌کند، براءت می‌جویم؛ همچنانکه عیسی علیه السلام از نصارا براءت جست.» امام رضا علیه السلام سپس به سه نمونه از آیات قرآن^۳ که حاکی از اعتقادات غلوآمیز نصارا در مورد حضرت عیسی علیه السلام بود، اشاره کرد و در پایان فرمود: «کسی که برای انبیا، قائل به ربوبیت و برای امامان، قائل به نبوت و برای غیر امامان، قائل به امامت شود، ما از چنین شخصی در دنیا و آخرت بری هستیم.»^۴ علی علیه السلام می‌فرماید: «يَهْلِكُ فِي رَجْلَانِ مُحِبِّ مُفْرِطٍ بِمَا لَيْسَ فِيهِ وَ مُبْغِضٍ يَحْمِلُهُ شَتَائِي عَلَيَّ أَنْ يَبْهَتَنِي؛ در باره من، دو دسته به هلاکت می‌افتند: اول دوستی که در دوستی آن قدر زیاده‌روی کند و مرا در تحسین و تعریف به اوصافی توصیف نماید که در من نیست. دوم دشمن و کینه‌توزی که بغض و دشمنی، او را وادار کند که به من تهمت زند و نسبت ناروا دهد.»^۵

۱. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، پیشین، ج ۲۵، ص ۳۴۴.

۲. شیخ صدوق، عیون اخبار الرضا، تهران: نشر جهان، چاپ اول، ۱۳۷۸ق، ج ۲، ص ۲۰۰.

۳. سوره مائده، آیه ۱۱۶ و ۱۱۷؛ سوره نساء، آیه ۱۷۲؛ سوره مائده، آیه ۷۵.

۴. شیخ صدوق، عیون اخبار الرضا، پیشین، ج ۲، ص ۲۰۱.

۵. همان.

وقایع تاریخی که در زمان حضرت علی علیه السلام و پس از ایشان رخ داد،^۱ حتی ظهور فرقه‌هایی که در دوران معاصر هنوز هم کم و بیش وجود دارند، صحت پیش‌بینی آن حضرت را ثابت کرد. جالب توجه اینکه واقعه عاشورا و شهادت امام حسین علیه السلام نیز، از آفت غلو در امان نمانده است؛ چنانکه عده‌ای از شیعیان در زمان ائمه معصوم علیهم السلام معتقد بودند که امام حسین علیه السلام به قتل نرسیده و همانند عیسی علیه السلام به آسمان رفته است. ائمه علیهم السلام به شدت با این عقیده افراطی مخالفت کرده‌اند. عبدالله بن فضل گوید: از امام صادق علیه السلام پرسیدم: چه شد که عامه، روز عاشورا را روز برکت نامیدند؟ حضرت گریست و فرمود: پس از قتل امام حسین علیه السلام، مردم در شام برای تقرب به درگاه یزید، اخبار و گزارش‌هایی را وضع کردند و بر آنها جایزه گرفتند؛ از جمله اینکه، روز عاشورا، دارای برکت است تا ذهن مردم را از مصیبت و حزن به سرور منصرف کنند. امام صادق علیه السلام سپس فرمود: «ضرر و خسارت این مسأله بر اسلام و اهل اسلام، کمتر از خسارت و ضرر عده‌ای است که خود را به شیعه منتسب کرده و دم از موالات ما می‌زنند؛ ولی گمان می‌کنند که حسین علیه السلام کشته نشده و امر او مانند عیسی علیه السلام بر مردم مشتبه شده است... کسی که گمان کند حسین کشته نشده، پیامبر و امامان پس از ایشان را تکذیب کرده است.»^۲

نکته مهمی که در اینجا باید بدان توجه داشت، این‌که اعتدال و میانه‌روی در اصول دین، به هیچ وجه، به معنای حرکت میان حق و باطل یا عدم ثبات در اعتقاد به اصول دین نیست؛ بلکه منظور، این است که مسلمان باید ضمن اعتقاد به اصول دین و تبعیت کامل از پیشوایان دین، پیامبر و امامان و عالمان دین را در همان جایگاه واقعی خود و نه فراتر و فروتر، بپذیرد و اعتقاد و باور ذهنی خود را بر میزان حقیقی که در نصوص دینی آمده، ترسیم کند. بر این اساس، می‌توان گفت: میانه‌روی در اعتقادات، اگر به معنای اعتقاد به پاره‌ای از اصول و مبانی دین و قبول نداشتن برخی دیگر یا عدم ثبات بر اعتقادات راستین باشد، چنین برداشتی، در قرآن و سنت، نکوهش شده است. تاریخ

۱. ابن ابی‌الحدید، شرح نهج البلاغه، پیشین، ج ۸، ص ۱۱۹.

۲. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، پیشین، ج ۴۴، ص ۲۶۹.

نشان می‌دهد که برخی افراد در زمان ائمه معصوم علیهم‌السلام، به گمان خود، راه میانه را برمی‌گزیدند و در رویارویی صف حق و باطل، در کنج عافیت و بی‌طرفی می‌خزیدند. این افراد، همواره از سوی ائمه علیهم‌السلام مورد ملامت بودند. در جریان قیام امام حسین علیه‌السلام نیز، برخی افراد، با وجود اعتقاد به حقانیت حضرت، از روی عافیت‌طلبی، به گمان خود میانه‌روی را انتخاب کردند و از حمایت سبط پیامبر سر باز زدند. هنگامی که امام حسین علیه‌السلام در مسیر کوفه، در «قصر بنی مقاتل» توقف کرد، خیمه‌ای سراپا دید. پرسید: این خیمه از کیست؟ گفتند: از عبید الله جعفری. فرمود: او را به حضور بخوانید. فرستاده حضرت پیش وی رفته، گفت: اینک حسین علیه‌السلام تو را به حضور می‌طلبد. گفت: «إِنَّا لِلَّهِ وَ إِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ». سوگند به خدا! از کوفه خارج نشدم، مگر اینکه از ورود حضرت کراهت داشتم و نمی‌خواستم در هنگام ورود ایشان، در کوفه باشم و سوگند به خدا! نمی‌خواهم او را ببینم و نه او مرا ببیند. فرستاده برگشت و گفته‌های او را به امام رساند. حضرت خود به خیمه او وارد شده، سلام کرد و نشست و او را به یاری خود خواند. عبیدالله همان سخنان را تکرار کرد و خواهش کرد که او را واگذارد. حضرت فرمود: «اینک که به یاری ما اقدام نمی‌کنی، از خدا بترس و با ما کارزار مکن. سوگند به خدا! هر کس ندای ما را بشنود و ما را یاری نکند، هلاک می‌شود.» عبید الله پاسخ داد: «هیچ‌گاه علیه شما قیام نخواهم کرد.»^۱

عبیدالله سعادت همراهی با امام حسین علیه‌السلام را از دست داد؛ ولی بعدها به قدری دچار ندامت شد که نزدیک بود بمیرد!

۲. اعتدال در عبادت

اعتدال در عبادت، به معنای دوری از افراط و تفریط در عبادت است. عبادت، غذای روح انسان و نردبان ترقی و تعالی معنوی او است. از این رو، در آیات متعددی از قرآن، به انجام عبادت توصیه شده است. در روایات، سفارش فراوانی به «اجتهاد»، یعنی تلاش و کوشش در عبادت شده و این امر، از نشانه‌های شیعیان شمرده شده است.^۲

۱. شیخ مفید، الإرشاد، قم: کنگره شیخ مفید، چاپ اول، ۱۴۱۳ق، ج ۲، ص ۸۱

۲. حر عاملی، وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل‌البیت، چاپ اول، ۱۴۰۹ق، ج ۱، ص ۸۸

یکی از نقاط برجسته در سیره امامان معصوم علیهم‌السلام به‌ویژه علی علیه‌السلام، اهتمام آن بزرگواران به عبادت است. در روایت آمده است که امام سجاد علیه‌السلام، با آنکه سرآمد و زینت عبادت‌کنندگان در عصر خود بود، زمانی که نوشته‌های حاکی از عبادت جدش علی علیه‌السلام را مرور می‌کرد، می‌فرمود: چه کسی توان چنین اموری را دارد؟^۱ با وجود تأکیدهای فراوانی که در مورد عبادت وارد شده است، روایات بسیاری نیز در مورد خودداری از زیاده‌روی و افراط در عبادت وجود دارد که راه و رسم بندگی درست را به ما می‌آموزد. اولین زیان افراط در عبادت، خستگی روحی و کراهتی است که در روح و جسم انسان پدیدار می‌شود و او را در ادامه مسیر، سست می‌کند. امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «لَا تُكْرَهُوا إِلَيَّ أَنْفُسِكُمْ الْعِبَادَةَ»^۲ کاری نکنید که عبادت در نظر شما زشت جلوه کند.»

ج- جلوه‌هایی از اعتدال در زندگی اجتماعی

یکی از رسالت‌های دین اسلام، آموزش و تربیت انسان‌ها برای داشتن روابطی پایدار و هدف‌مند با دیگران است. در این راستا، آموزه اعتدال در روابط اجتماعی، به صورتی پررنگ و برجسته در منابع دینی مطرح شده که در این جا، به برخی از مهم‌ترین جلوه‌های اعتدال در زندگی اجتماعی اشاره می‌شود.

۱. اعتدال در دوست داشتن دیگران

از نظر قرآن و سنت، ملاک اصلی دوستی‌ها در جامعه اسلامی، دین و مناسبات مذهبی است؛ یعنی هدف افراد از ایجاد روابط دوستانه، انگیزه‌های صرفاً مادی یا ضدّ دینی نباشد؛ بلکه برای خدا و در راستای آرمان‌ها و دستورات دینی باشد. دوستی برای خدا، از هر جهت، اثربخش‌تر و پایدارتر خواهد بود: «الْأَخْلَاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ»^۳

۱. همان، ص ۸۵

۲. همان.

۳. سوره زخرف، آیه ۶۷.

یکی از نشانه‌های دوست داشتنِ دیگران برای خدا، این است که این دوستی هیچ‌گاه پررنگ‌تر از دوستی خدا و دستورات دین نمی‌شود. خداوند در آیه ۲۴ سوره توبه به هشت سرمایه زندگی مادی انسان اشاره کرده و به مسلمانان صدر اسلام و نسل‌های بعد هشدار داده است که اگر زندگی مادی، در نظر انسان پرارزش‌تر و گران‌بها‌تر از خدا و پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ و جهاد و اطاعت فرمان او باشد، تا آنجا که حاضر نباشد آنها را فدای دین کند، معلوم می‌شود که ایمان واقعی و کامل در وجودش تحقق نیافته است.^۱

۲. اعتدال در تربیت دینی فرزندان

تربیت فرزندان صالح، زمینه ایجاد جامعه‌ای سالم و صالح را فراهم می‌کند. از این رو، در اسلام، بر این امر تأکید فراوان شده است. از این گذشته، تربیت دینی فرزند، از جمله حقوقی است که فرزند بر پدر و مادر دارد. پیامبر اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خطاب به علی عَلِيٌّ فرمود: «يَا عَلِيُّ حَقُّ الْوَالِدِ عَلَى وَالِدِهِ أَنْ يُحَسِّنَ اسْمَهُ وَادَّبَهُ وَيَضَعَهُ مَوْضِعاً صَالِحاً؛ ای علی! حق فرزند بر پدرش، نام‌گذاری و تربیت نیکوی او و قرار دادنش در جایگاه و مسیری شایسته است.» ولی متأسفانه در جامعه ما، بسیاری از والدین به دلایل مختلف، در امر تربیت فرزندان‌شان کوتاهی می‌کنند. این کوتاهی، بدون تردید، پیامدهای ناگواری دارد که برخی از نمونه‌ها و نشانه‌های آن را در جامعه می‌بینیم. از سوی دیگر، گاهی نیز در تربیت دینی افراد، تندروی‌هایی دیده می‌شود که آن هم به نوبه خود، ناپسند و دارای آثار مخرب و منفی است.

واکاوای روایات و تعلیمات دینی، اصول و معیارهای مهمی را در تربیت دینی افراد، به‌ویژه کودکان و نوجوانان در اختیار ما قرار می‌دهد؛ از جمله اینکه برنامه‌ریزی برای آموزش و تربیت دینی نباید به گونه‌ای باشد که موجب دلزدگی و تنفر آنان شود. این اصل، در انجام عبادت نیز مورد سفارش قرار گرفته است. رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود:

«إِنَّ هَذَا الدِّينَ مَتِينٌ فَأَوْغِلُوا فِيهِ بِرَفْقٍ وَلَا تُكْرَهُوا عِبَادَةَ اللَّهِ إِلَى عِبَادِ اللَّهِ فَتَكُونُوا كَالرَّاكِبِ الْمُتْنَبِتِ الَّذِي لَا سَفَرًا قَطَعَ وَلَا ظَهراً أَبْقَى؛^۳ این دین، محکم و متین است. پس با ملایمت

۱. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران: دار الکتب الاسلامیه، چاپ اول، ۱۳۷۴ش، ج ۷، ص ۳۳۳.

۲. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، پیشین، ج ۷۴، ص ۵۸.

۳. شیخ کلینی، الکافی، پیشین، ج ۲، ص ۸۶.

در آن درآیید و عبادت خدا را در نظر بندگان خدا مکروه و ناپسند نسازید تا مبادا مانند سوار درمانده‌ای باشید که نه مسافت پیموده و نه مرکبی به جا گذاشته است (به سبب زیادی سرعت، مرکبش در میان راه از رفتن بازمانده و خودش هم به مقصد نرسیده است).»

۳. اعتدال در انفاق

انفاق، یکی از برترین سجایای اخلاقی است که در آیات و روایات بدان سفارش شده است. نکته جالب اینکه در زبان قرآن، انفاق با اینکه بسیار پسندیده و مطلوب است، اما ممکن است به آفت اسراف گرفتار شود و به ضدّ ارزش تبدیل گردد. از همین جا، می‌توان فهمید که واژه «اسراف» در فرهنگ اسلامی، منحصر در ریخت و پاش و زیاده‌روی در مصرف نعمت‌های الهی نیست؛ بلکه افراط و تجاوز از حد در انفاق نیز می‌تواند مصداقی از اسراف باشد. در آیه ۶۷ سوره فرقان می‌خوانیم:

«وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا؛ آنها کسانی هستند که به هنگام انفاق، نه اسراف می‌کنند و نه سخت‌گیری؛ بلکه در میان این دو، حدّ اعتدال را رعایت می‌کنند.»

در یکی از روایات اسلامی، تشبیه جالبی برای اسراف شده است و آن اینکه هنگامی که امام صادق علیه السلام این آیه را تلاوت فرمود، مشتی سنگ‌ریزه از زمین برداشت و محکم در دست گرفت و فرمود: این همان «اقتار» یا سخت‌گیری است. سپس مشت دیگری برداشت و چنان دست خود را گشود که همه آن به روی زمین ریخت و فرمود: این، «اسراف» است. بار سوم، مشت دیگری برداشت و کمی دست خود را گشود؛ به گونه‌ای که مقداری فرو ریخت و مقداری در دستش بازماند و فرمود: این، همان «قوام» است.^۱ در آیه ۱۴۱ سوره انعام نیز می‌خوانیم:

«كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ؛ از میوه آنها به هنگامی که به ثمر نشست، بخورید؛ ولی به هنگام چیدن، حق آن را باید ادا کنید و اسراف نکنید؛ زیرا خداوند مسرفان را دوست نمی‌دارد.»

آیه دیگری که به‌روشنی بر اعتدال در انفاق دلالت می‌کند، آیه ۲۹ سوره اسراء است: «وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا؛ هرگز دست را بر گردنت زنجیر مکن (ترک انفاق و بخشش منما) و بیش از حد [نیز] دست خود را مگشای تا مورد سرزنش قرار گیری و از کار فرومانی.»

در مورد شأن نزول این آیه آمده است: روزی زنی فرزندش را برای درخواست کمک به محضر رسول خدا فرستاد و به وی گفت: به نزد پیامبر برو. اگر به تو فرمود: چیزی در نزد ما نیست، به ایشان بگو: پیراهن‌تان را به من بدهید! آن فرزند، طبق تعلیم مادرش به نزد پیامبر رفت و چون مالی در دست رسول خدا نبود، پیراهن حضرت را مطالبه کرد و پیامبر نیز، درخواست او را رد نکرد و پیراهن مبارک را به او داد. این ماجرا سبب شد که خداوند متعال در آیه فوق، ادب انفاق را به رسول خدا گوشزد کند و او را به قصد و میانه‌روی دستور دهد.^۱