

افراط در زهد و عبادت اسلام

از همان وقت‌هایی که تصوف هم در دنیای اسلام پیدا شد، ما می‌بینیم افرادی پیدا شدند که تمام نیروی خودشان را صرف عبادت و نماز کردند و سایر وظائف اسلامی را فراموش نمودند مثلاً در میان اصحاب امام علی علیه السلام مردی را داریم بنام ربیع بن خثیم همین خواجه ربیع معروف که قبری منسوب به او در مشهد است. حالا این، قبر او هست یا نه من یقین ندارم و اطلاع در این زمینه کافی نیست ولی در اینکه او را یکی از زهاد ثمانیه یعنی یکی از هشت زاهد معروف دنیای اسلام می‌شمارند، شکی نیست.

ربیع بن خثیم اینقدر کارش به زهد و عبادت کشیده بود که در دوران آخر عمرش قبر خودش را کنده بود و گاهی می‌رفت در قبر و لحدی که خودش برای خودش کنده بود می‌خوابید، و خود را نصیحت و موعظه می‌کرد، می‌گفت "یادت نرود عاقبت باید بیائی اینجا".

تنها جمله‌ای که غیر از ذکر و دعا از او شنیدند آنوقتی بود که اطلاع پیدا کرد که مردم امام حسین علیه السلام فرزند عزیز پیامبر اکرم پیغمبر را شهید کرده‌اند، چند کلمه گفت در اظهار تأثر و تأسف از چنین حادثه‌ای: "وای بر این امت که فرزند پیغمبرشان را شهید کردند". می‌گویند بعدها استغفار می‌کرد که چرا من این چند کلمه را که غیر ذکر بود به زبان آوردم.

همین آدم در دوران امیرالمؤمنین علی (ع) جزو سپاهیان ایشان بوده است، یكروز آمد خدمت امیرالمؤمنین عرض كرد: "یا امیرالمؤمنین انا شككنا فی هذا القتال". "انا" را هم كه می گوید معلوم می شود كه او نماینده عده ای بوده است. یا امیرالمؤمنین! ما درباره این جنگ شك و تردید داریم، می ترسیم این جنگ، جنگ شرعی نباشد. چرا؟ چون ما داریم با اهل قبله می جنگیم، ما داریم با مردمی می جنگیم كه آنها مثل ما شهادتین می گویند، مثل ما نماز می خوانند، مثل ما رو به قبل می ایستند. و از طرفی شیعه امیرالمؤمنین بود نمی خواست كناره گیری كند گفت یا امیرالمؤمنین! خواهش می كنم به من كاری را واگذار كنید كه در آن شك وجود نداشته باشد، من را به جایی و دنبال مأموریتی بفرست كه در آن شك نباشد.

امیرالمؤمنین هم فرمود بسیار خوب اگر تو شك می كنی پس من تو را به جای دیگری می فرستم. نمی دانم خودش تقاضا كرد یا ابتداء حضرت او را به یکی از سرحدات فرستادند كه در آنجا هم باز سرباز بود. كار سربازی می خواست انجام بدهد اما در سر حد كشور اسلامی كه اگر احيانا پای جنگ و خونریزی بمیان آمد طرفش كفار یا بت پرستان باشند، غیر مسلمانها باشند. خوب این نمونه ای بود از زهاد و عبادی كه در آن زمان بودند.

این زهد و عبادت چقدر ارزش دارد؟

این، ارزش ندارد که آدم در رکاب مردی مانند علی باشد اما در راهی که علی دارد راهنمایی می‌کند و در آنجائی که علی فرمان جهاد می‌دهد شک کند که آیا این درست است یا نادرست، و عمل به احتیاط بگذارد. مثل اینکه می‌گویند: چرا ما روزه شک دار بگیریم؟ می‌بینید که در میان مردم هم این حرف خیلی زیاد است: چرا ما روزه شک دار بگیریم، این چه کاری است؟ چرا جائی بکنیم که شک داریم؟ می‌رویم جائی که روزه‌ای که می‌گیریم روزه شک دار نباشد.

این چه ارزشی دارد؟ اسلام بصیرت می‌خواهد، هم عمل می‌خواهد و هم بصیرت. این آدم (خواجه ربیع) بصیرت ندارد. در دوران ستمگری مانند معاویه و ستمگری

مانند یزیدبن معاویه زندگی می‌کند، معاویه‌ای که دین خدا را دارد زیر و رو می‌کند، یزیدی که بزرگترین جنایتها را در تاریخ اسلام مرتکب می‌شود و تمام زحمات پیغمبر دارد هدر می‌رود، آقا رفته یک گوشه‌ای را انتخاب کرده شب و روز دائما مشغول نماز خواندن است و جز ذکر خدا کلمه دیگری به زبانش نمی‌آید، یک جمله ای هم که به عنوان اظهار تأسف از شهادت حسین بن علی (ع) می‌گوید، بعد پشیمان میشود که این، حرف دنیا شد، چرا بجای آن، سبحان الله، الحمد لله نگفتم؟ چرا بجای آن یا حی یا قیوم نگفتم؟ چرا الله اکبر نگفتم، لا حول و لا قوة الا بالله نگفتم؟ این با تعلیمات اسلامی جور در نمی‌آید.

::«لا یری الجاهل الا مفرطا او مفرطا»؛ جاهل یا تند می‌رود یا کند::

اعتدال و میانه‌روی در اسلام (۱)

مقدمه

اعتدال و میانه‌روی، همان گونه که از نامش پیداست، به معنای پیمودن و گزینش راه میانه و وسط و عدم تمایل به دو طرف افراط و تفریط می‌باشد. این واژه در منابع اسلامی، با الفاظی مانند «قصد»، (۱) «اقتصاد»، (۲) «وسط»، (۳) استعمال شده است. با پژوهشی ژرف و عمیق می‌توان دریافت، همان گونه که اصل توحید در تار و پود احکام و مقررات اسلام و آیات و روایات و سیره ائمه (علیهم‌السلام) پیچیده شده، اصل اعتدال نیز در تشریح احکام لحاظ گردیده است. قرآن کریم، امت اسلام را امت میانه و وسط می‌نامد و می‌فرماید: «و کذلک جعلناکم امة وسطا لتکونوا شهداء علی الناس و یكون الرسول علیکم شهیدا»؛ (۴) و این چنین شما را امتی میانه (معتدل) ساختیم تا بر مردمان گواه باشید و پیامبر (صلی‌الله‌علیه‌وآله) هم بر شما گواه باشد. معنای آیه بالا این است که در آیین اسلام، هیچ گونه افراط و تفریط وجود ندارد و مسلمانان برخلاف سایر فرقه‌ها، از مقرراتی پیروی می‌کنند که قانونگذار آن، به تمام نیازهای فطری بشر آگاه بوده و همه جهات زندگی جسمی و روحی او را در نظر گرفته است.

اصل اعتدال، که در قرآن کریم به آن عنایت فراوانی شده است، در زندگی پر برکت پیامبر اکرم (صلی‌الله‌علیه‌وآله) و ائمه هدی (علیهم‌السلام) و در کلیه اعمال و

رفتارشان به روشنی دیده می‌شود. آنان هرگز در هیچ امری از اعتدال و میانه‌روی خارج نشدند. سیره رسول خدا (صلی‌الله‌علیه‌وآله) در همه وجوه، سیره‌ای معتدل بود. همان طوری که حضرت علی (علیه‌السلام) در مورد آن حضرت فرموده است: «سیرته القصد»؛ (۵) رسول خدا، سیره و رفتارش میانه و معتدل بود.

رسول خدا (صلی‌الله‌علیه‌وآله) در رفتار فردی، در خانواده و اجتماع، در اداره امور و سیاست، در رویارویی با دشمنان و حتی در میدان نبرد، اعتدال را پاس می‌داشت و از افراط و تفریط در هر کاری پرهیز می‌کرد و تاکید فراوان داشت که امتش از او پیروی کنند و در زندگی میانه‌روی پیشه سازند. از این رو، می‌فرمود: «یا ایها الناس علیکم بالقصد، علیکم بالقصد، علیکم بالقصد»؛ (۶) ای مردم! بر شما باد به میانه‌روی، بر شما باد به میانه‌روی، بر شما باد به میانه‌روی.

متأسفانه، بیشتر افراد و بسیاری از جوامع، در حیات خود فاقد این اصل بوده و هستند. از این رو، یا به دامن افراط افتاده، و یا در تفریط غلتیده‌اند و از مسیر صحیح و طریق کمال و هدایت خارج شده‌اند. ریشه بسیاری از انحرافات فردی و اجتماعی را می‌توان در عدم رعایت اصل اعتدال جست.

اصولا شان عقل، اعتدال است و شان جاهل، عدم اعتدال، یعنی انسان عاقل انسانی متعادل است و انسان جاهل غیر متعادل. علی (علیه‌السلام) درباره انسان جاهل

همین شان را بیان می فرماید: «لاتری الجاهل الا مفرطا او مفرطا» ; جاهل را نمی بینی،

مگر این که یا افراط می کند و یا تفریط . (۷)

قلمرو اعتدال و میانه روی در اسلام

اعتدال و میانه روی از دیدگاه اسلام، قلمرو وسیعی دارد و در همه جا به عنوان یک اصل خلل ناپذیر اسلامی مطرح می گردد و ابعاد فردی، اجتماعی، اقتصادی، سیاسی، عقیدتی را از جزئی ترین تا مهم ترین موضوعات در برمی گیرد. ابعاد گوناگون «میانه روی» در اسلام که به صورت اشاره بیان می شود، عبارت است از:

۱. اعتدال در امور فردی

اسلام اعتدال را در زمینه امور فردی و شخصی، اعم از عبادت، گفتار، رفتار و ... منظور داشته و بر آن تاکید می ورزد که امور ذیل به عنوان نمونه ذکر می شود:

الف) اعتدال در عبادت: با این که عبادت از شریف ترین مقولات محسوب می شود، اسلام اعتدال و میانه روی در آن را امری مهم منظور داشته است. رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) می فرماید: «ان هذا الدین متین فاوغلوا فیه برفیق و لاتکرها عبادة الله الی عباد الله فتکونوا کالراکب المنبت الذی لا سفرا قطع و لاظهرا ابقی»؛ (۸) این دین محکم و متین است؛ پس با ملایمت در آن درآیید و عبادت خدا را به بندگان خدا با کراهت تحمیل نکنید تا مانند سوار در مانده ای 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)

آنان که اندازه نمی‌شناسند و در هر امری زیاده روی یا کوتاهی می‌کنند، به مقصد نمی‌رسند. دینداری نیز اعتدال می‌طلبد و برای سیردادن آدمیان به مقاصد دین مشخص کرده است، باید ملاحظه استعداد و مرتبه وجودی آنان را نمود و تدرج را در تربیت رعایت کرد.

بسیاری از والدین و مربیان، این اصل (اعتدال در عبادت) را رعایت نمی‌کنند و نه تنها از تلاش خود نتیجه‌ای نمی‌گیرند، بلکه گاهی رفتارشان سبب واکنش و نتایج منفی می‌شود. در آموزش تعالیم اسلامی به فرزندان، شرط اساسی رعایت اعتدال و ملایمت است؛ زیرا زیاده روی در عبادات و تحمیل آن بر دیگران، رویگردانی آنان را از عبادت و دین، در پی خواهد داشت.

این گونه افراطها، هم برای افراط کننده و هم برای کسانی که ناظر این گونه روش‌ها هستند، زیان آور است. برای افراط کننده مضر است، زیرا روش افراطی قابل دوام نیست و دیر یا زود خسته می‌شود و از زیر بار وظایف اصلی هم شانه خالی می‌کند.

برای ناظران زیان بخش است، زیرا آن‌ها را از گرایش به مذهب و پذیرش تکالیف دینی باز می‌دارد و آن‌ها گمان می‌کنند که اگر کسی بخواهد بنده خدا باشد و به وظایف دینی قیام کند، باید از زندگی خود دست‌بکشد و خود را از هر نوع کار و لذت و آسایش محروم سازد تا بتواند مسلمان باشد و وظیفه شناس. ولی اگر مردم ببینند که مسلمانان، هم به امور زندگی خود می‌رسند و هم به عبادت و وظایف دینی، بدون

تردید به سوی مذهب گرایش پیدا می‌کنند و به سعادت و نیک بختی دنیا و آخرت نائل می‌شوند .

ناگفته روشن است که تندروی در عبادت، کسانی را شامل می‌شود که غیر از انجام عبادات واجب، آن قدر به عبادات استحبابی می‌پردازند که زندگی آنان فلج می‌شود و از کار و زندگی و سایر وظایف باز می‌مانند و این طبقه در جامعه معاصر کمتر دیده می‌شوند و متأسفانه اکثریت مردم (خصوصاً اقشار جوان با سرگرمی‌ها و حربه‌هایی که استعمارگران تدارک دیده‌اند)، در امر عبادات، گرفتار و اماندگی هستند که حتی به انجام عبادات واجب نیز توجه نمی‌کنند .

ب) اعتدال در راه رفتن: با این که به حسب ظاهر، راه رفتن، مساله جزئی و پیش افتاده‌ای است، اما قرآن اعتدال را در همین مورد، مورد توجه قرار داده و می‌فرماید: «و اقصد فی مشیک» ؛ (۹) در راه رفتن میانه رو باش .

در جای دیگر اولین نشانه عباد الرحمن (بندگان خاص الهی) را تواضع در راه رفتن می‌داند و می‌فرماید: «و عباد الرحمن الذین یمشون علی الارض هونا» ؛ (۱۰) بندگان شایسته خدا کسانی هستند که روی زمین با تواضع راه می‌روند .

ج) اعتدال در سخن گفتن: سخن و بیان از نعمت‌های بزرگ الهی و مهم‌ترین عامل نقل و انتقال مکنونات ضمیر آدمی است که خداوند آن را مایه امتیاز انسان از موجودات

دیگر قرار داده است، و می فرماید: «الرحمن علم القرآن خلق الانسان علمه البيان» ;

(۱۱) خداوند رحمان، قرآن را تعلیم فرمود . انسان را آفرید و به او بیان را آموخت .

با این حال، اگر حرف زدن از حد اعتدال خارج شد و به پرگویی مبدل گشت، به جای

نعمت، نعمت خواهد شد . از این رو، دانشمندان علم اخلاق در غیر موارد ضروری،

سکوت را اولی از کلام می دانند . حضرت علی (علیه السلام) می فرماید: «الكلام كالدواء

قليله ينفع و كثيره قاتل» ; (۱۲) سخن گفتن مانند داروست ; کم آن نفع می رساند و

زیاده روی در آن کشنده و مهلک است . باز آن حضرت در جای دیگر می فرماید: «من

كثر كلامه كثر خطاؤه» ; (۱۳) کسی که بسیار سخن می گوید، خطا و اشتباهش بسیار

خواهد بود .

کم گوی و گزیده گوی چون در

کز اندک تو جهان شود پر (۱۴)

بنابراین، سخن باید عاقلانه، حکیمانه، سنجیده و دور از افراط و تفریط باشد تا انسان

در گرداب زیان های اخلاقی و اجتماعی گرفتار فرو نیفتد .

(د) تعادل در خوراک: مساله خوردن و آشامیدن نیز از مسائلی است که بسیاری از

مردم درباره آن دو، گرفتار افراط و تفریط می شوند، و البته بیشتر در جانب افراط .

تردیدی نیست که انسان، برای زنده ماندن، احتیاج به غذا دارد و باید به سلول‌های بدن، غذا برسد تا بتوانند به حیات خود ادامه دهند. ولی مطلب مهم این است که مقدار غذای مورد احتیاج یک انسان چقدر است و آیا زیاده روی در غذا به سود او است یا به زیان او؟

امام رضا (علیه‌السلام) می‌فرمایند: بدان که بدن انسان همانند زمین پاکیزه‌ای است که برای آباد کردن آن، اگر اعتدال در آن رعایت شود و آب به مقدار لازم به آن داده شود، نه آن اندازه که زمین زیر آب غرق شود و نه آن اندازه کم که تشنه بماند، چنان زمین، آباد می‌شود و محصول فراوانی می‌دهد. ولی اگر از رسیدگی صحیح غفلت شود، آن زمین فاسد و تباه می‌گردد. بدن انسان نیز چنین است. با توجه و مراقبت در خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها، بدن سلامت و صحت می‌یابد و نعمت و عافیت را به دست می‌آورد. (۱۵)

در زمان هارون الرشید، خلیفه عباسی، یک پزشک نامدار مسیحی در بغداد زندگی می‌کرد که او را بختیشوع می‌نامیدند. روزی این پزشک از دانشمند معاصر خود، به نام واقدی، پرسید: آیا در قرآن شما، درباره طب هم چیزی هست؟ واقدی گفت: آری، یک جمله کوتاه «کلوا و اشربوا و لاتسرفوا» (۱۶) که خداوند در این آیه به مسلمانان دستور می‌دهد: از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها استفاده کنند، ولی در خوردن و نوشیدن زیاده روی و اسراف ننمایند.

پزشک مسیحی پرسید: آیا پیامبر شما درباره طب چیزی گفته است؟

واقدی گفت: آری، پیامبر (صلی الله علیه و آله) فرمود: «المعدة بيت كل داء و الحمیة

راس كل دواء»؛ (۱۷) معده جایگاه و خانه تمام دردها و امساک و خوردن، سرآمد

همه درمان‌هاست. پزشک مسیحی گفت: قرآن و پیامبر اسلام، چیزی برای جالیوس

در طب باقی نگذاشته‌اند و اساسی‌ترین پیشگیری و درمان بیماری‌ها را با کوتاه‌ترین

عبارات بیان نموده‌اند. (۱۸)

سعدی فرمود:

نه چندان بخور کز دهانت درآید

نه چندان که از ضعف جانت برآید

پی نوشت ها:

۱. «المومن سيرته القصد، و سنته الرشده»، ميزان الحكمة، ج ۱۰، ص ۴۸۹.
۲. «من اقتصد اغناه الله»، همان.
۳. «و نحن امة الوسط»، سيره نبوی، ج ۱، ص ۱۷۴.
۴. بقره/۱۴۳.
۵. نهج البلاغه، كلمات قصار، ۶۷.
۶. كنز العمال، ج ۳، ص ۲۸.
۷. سيره نبوی، ج ۱، ص ۱۷۲ و ۱۷۱؛ نهج البلاغه، حكمت ۷۰.
۸. بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۲۱۲، ح ۳.
۹. لقمان/۱۹.
۱۰. فرقان/۶۳.
۱۱. الرحمن/۴ - ۱.
۱۲. غرر الحكم، ج ۲، ص ۱۵۹.
۱۳. نهج البلاغه، حكمت ۳۴۹.
۱۴. نظامی گنجوی، لیلی و مجنون، در نصیحت فرزند.
۱۵. بحار الانوار، ج ۵۹، ص ۳۱۰، ر. ک: رساله ذهبیه حضرت رضا (ع).
۱۶. اعراف/۳۱.
۱۷. بحار الانوار، ج ۱۴ قدیم.

۱۸. نامه زندگی، ص ۴۱.