

بررسی تحلیلی اعتدال در قرآن و سیره امامان معصوم (ع)

(با تکیه بر فرموده‌های امام علی (ع))

مرتضی اکبری^۱، مسعود اقبالی^۲، نجم‌الدین گیلانی^۳

چکیده

یکی از مهمترین موضوعات تربیتی در قرآن کریم و کلام و اندیشه‌ی امامان معصوم (ع)، اعتدال و ترویج اعتدال‌گری می‌باشد. در قرآن کریم، آیات زیادی در باره‌ی اعتدال در تمامی امور زندگی آمده است. امامان معصوم (ع) نیز که از پرورش یافتگان مکتب اسلام و قرآن می‌باشند، تحت تأثیر آموزه‌های قرآن کریم، مؤمنان را دعوت به اعتدال در همه‌ی امور از جمله اعتدال در دوستی و دشمنی، خوردن و آشامیدن، روابط اجتماعی، بیم و امید، شهوات و... کرده‌اند. اصولاً در اندیشه و کلام و آموزه‌های بزرگان اسلام، هر حرکت و فعل تربیتی باید بر اعتدال استوار باشد و از حد و وسط بیرون نرود تا عمل یا حرکتی مطلوب به حساب آید. در این مقاله تلاش شده است، با استناد به منابع، به‌ویژه قرآن کریم و نهج‌البلاغه و احادیث امامان معصوم (ع)؛ با روش توصیفی تحلیلی به بررسی تحلیلی اعتدال در قرآن و کلام امامان معصوم پرداخته شود. نتایج حاصل از این مقاله نشان می‌دهد که در قرآن کریم و آموزه‌ها و کلام امامان معصوم (ع)، آیات و احادیث فراوانی درباره‌ی اعتدال در تمامی امور زندگی وجود دارد که این موضوع نقش زیادی در اعتلای فرهنگی مؤمنان نیز داشته است.

واژگان کلیدی: اعتدال، قرآن، پیامبر اسلام (ص)، امامان معصوم (ص)

مقدمه

تمامی ادیان و مکاتب الهی انسان را دعوت به اعتدال در هر امری قراخوانده‌اند. در دین اسلام نیز به‌عنوان آخرین و کامل‌ترین دین الهی، دستورات بسیار زیادی برای دعوت مردم به اعتدال و میانه‌روی وجود دارد. اصولاً آیات قرآن و کلام پیامبر اسلام (ص) و امامان معصوم (ع) بر این اصل استوار است که انسانی متعادل پرورش دهند. جهت‌گیری تربیتی این کتاب الهی بر این است که انسانی تربیت کند که در همه امور فردی، خانوادگی، اجتماعی، سیاسی، اقتصادی متعادل باشد، انسانی که مشی و راه و رسمی

^۱ استادیار دانشگاه ایلام، akbari1347@gmail.com

^۲ استادیار دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم (دانشکده علوم قرآنی ایلام)، masood.e.ghbali89@gmail.com - تله: ۰۹۱۸۹۲۲۲۳۱۹

^۳ دکترای تاریخ محلی (پژوهشگر فرهنگ و تمدن اسلام و ایران) ngilani58@gmail.com

متعادل داشته باشد؛ چنان که از زبان «لقمان حکیم» به فرزندش آمده است: «وَ أَفْصِدْ فِي مَشِيكَ» (لقمان: آیه ۱۹). «در رفتار میان رو باش». عدالت و برابری که در قرآن به قسط تعبیر شده است یکی از مهم‌ترین اهداف تربیت اسلامی به حساب می‌آید. پروردگار در قرآن به پیامبر (ص) خطاب می‌کند و می‌گوید: «قُلْ أَمَرَ رَبِّي بِالْقِسْطِ» (اعراف آیه ۲۹). «بگو که پروردگار من امر به عدالت کرده است». یا در سوره‌ی نساء به مؤمنین دستور داده است که: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلَّهِ» (نساء آیه ۱۳۵). «ای کسانی که ایمان آورده‌اید در بپا داشتن و اقامه عدالت و برابری بکوشید و گواه و شاهدی بر خدا باشید و همان‌گونه که خدا عادل است شما هم با اجرای عدالت شاهد و گواهی بر او باشید». در قرآن بارها به اعتدال و عدالت اشاره شده است.

اعتدال در دوستی و دشمنی

چنانکه گفته شد، پیشوایان دین در همه امور توصیه به اعتدال کرده‌اند تا پیروان آنان نسبت به این امر خطیر حساسیت لازم را پیدا کنند و در هیچ امری پا را فراتر از اعتدال نگذارند. از جمله توصیه‌های آنان، توصیه به اعتدال در دوستی و دشمنی است، چنان که در حدیثی که هم از پیامبر اکرم (ص) و هم از امیرمؤمنان (ع) روایت شده است بر این امر تأکید کرده‌اند: «أَخْبِيْ خَبِيْبِكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ بَعْضُكَ يَوْمًا مَا، وَأَبْعَضُ بَعْضِيْكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ خَبِيْبِكَ يَوْمًا مَا» (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۶۸؛ بلاذری، ۱۴۱۷، ج ۵: ۵۸۸؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۳۴: ۳۳۱). «دوست خود را دوست بدار از سر اعتدال، شاید روزی از روزها دشمنت شود و دشمنت را دشمن بدار از روی میانه‌روی، شاید روزی از روزها دوست گردد».

انسان عاقل، چه در دوستی و چه در دشمنی، مال اندیش است و از خواهش نفس پیروی نمی‌کند و از اعتدال مرزها بیرون نمی‌رود پیروی از خواهش نفس و تابع احساسات شدن آدمی را به افراط و تفریط می‌کشد. بسیاری از جوانان در دوستی و دشمنی اهل افراط و تفریط‌اند. هنگامی که با کسی دوست می‌شوند آن قدر احساس صمیمیت و محرم بودن می‌کنند که به دوست خود بی‌حساب اطمینان می‌کنند و همه اسرار زندگی خویش را با وی در میان می‌گذارند، غافل از این‌که پیوند دوستی و رفاقت همیشه و در هر لوضاع و احوالی محکم و پایدار نمی‌ماند. ممکن است پیشامدها و حوادث، رشته رفاقت و دوستی را پاره کند و آن دوستی به دشمنی تبدیل شود. بنابراین لازم است رفقای یکدل در دوران رفاقت و دوستی همراه از افراط بپرهیزند و در حدود عقل با یکدیگر یگانه و همراز باشند (طوسی، ۱۳۷۵: ۵۶۸؛ الهی‌نیا و دیگران، ۱۳۷۶: ۵۲؛ شکوهی یکتا، ۱۳۶۳: ۱۲۶).

در جای جای نهج‌البلاغه دستورات و توصیه‌های متعددی در رابطه با اعتدال در دوستی و دشمنی آمده است. چنانکه در حکمت ۲۹۸ آمده است: کسی که در دشمنی زیاده‌روی کند گناهکار و آن کس که در دشمنی کوتاهی کند ستمکار است و هر کس که بی‌دلیل دشمنی کند نمی‌تواند با تقوا باشد (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۹۸). همچنین در حکمت ۲۶۸ آمده: در دوستی با دوست مدارا کن، شاید روزی دشمن تو گردد، و در دشمنی با دشمن نیز مدارا کن، زیرا شاید روزی دوست تو گردد (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۶۸). حضرت علی (ع) در عمل نیز به گفتار خود پایبند بود، چنانکه در جنگ صفین بعد از تسلط بر چشمه‌ی آب، اجازه داد که یاران معاویه از آن بنوشند، این در حالی بود که ابتدا معاویه بر آن آب دسترسی داشت و اجازه‌ی آب خوردن به یاران آن حضرت را

نمی‌داد (طبری، ج ۶، ۱۳۷۵: ۲۵۰۸ یعقوبی، ۱۳۸۲، ج ۲: ۸۹). سعدی شیرازی تحت تأثیر این آموزه‌ی ارزشمند امیرالمؤمنان، حکایات فراوانی در رابطه با مدارای با دوست و دشمن دارد (سعدی، ۱۳۶۸، باب هفتم: ۱۸۵) که تشابه بسیار نزدیکی با کلام امیرالمؤمنان دارد. این مورد نشان از تأثیر آموزه‌های تربیتی امام علی (ع) بر باب هفتم گیلستان سعدی دارد. امام صادق (ع) نیز در این باره اصحاب خود را نصیحت کرده است: «و لا تَطْلِعْ صَدِيقَكَ مِنْ سِرِّكَ اِلَّا مَالُوا اَطْلَعُ عَلَيْهِ غَدَوْكَ لِمَ يَضْرُكَ فَاِنَّ الصَّدِيقَ رَثْمًا كَانُ غَدَوْكَ» (عاملی، ج ۸: ۵۰۲؛ مقدس‌نیا و محمدی، ۱۳۷۵: ۱۵۲). «دوست خود را از اسرار آگاه مکن، مگر آن سری که اگر فرضاً دشمنت بداند به تو زیان نمی‌رسد، زیرا دوست کنونی ممکن است روزی دشمن تو گردد».

اعتدال در خوردن و خوابیدن

در قرآن کریم و آموزه‌های پیامبر (ص) و امامان معصوم (ع)، بر رعایت اعتدال در انفاق با رعایت اعتدال در مصارف مادی خوردن و آشامیدن تصریح شده است. چنان که قرآن کریم می‌فرماید: (وَ الَّذِینَ اِذَا اَنْفَقُوا لَمْ یَسْرِفُوا و لَمْ یَقْتَرُوا و كَانَ بَیْنَ ذَٰلِكَ قُوْلًا) (فرقان، آیه ۶۷). «و آنان که چون انفاق کنند نه فزون روند و نه سخت گیرند و میان این دو راه استواری است» و یا در جای دیگر می‌فرماید: (وَ کُلُوا و اَشْرَبُوا و لَا تُسْرِفُوا) (اعراف، آیه ۳). «بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید». حضرت علی (ع) نیز در نهج‌البلاغه به میانه‌روی و عدم اسراف توجه داشته و می‌فرماید: «اسراف را به خاطر میانه روی و حد اعتدال رها کن.» (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱). در منابع تاریخی روایات زیادی از حضرت علی (ع) نقل شده است که پرخوری را نکوهش کرده است و حتی کارگزاران حکومتی خود را سرزنش می‌کند که از پرخوری پرهیز کنند و زیادی غذای خود را به یتیمان و بیوه زنان ببخشند (یعقوبی، ۱۳۸۲، ج ۲: ۱۱۵).

سعدی شیرازی، خداوند حکمت عملی باز در این رابطه از این سرچشمه‌ی جوشان نوشیده است، آنجا که می‌گوید:
«نه چندان بخور کز دهانت برآید نه چندان کز ضعف جاننت درآید» (سعدی، ۱۳۸۶، باب سوم گیلستان، ۱۳۴).

اعتدال در بیم و امید

در قرآن کریم و کلام امامان معصوم به اعتدال در بیم و امید نیز توجه زیادی شده است، زیرا امید بیش از اندازه فرد را گستاخ و بیم بیش از اندازه فرد را متوقف می‌سازد، پس پیامبر و یا امام مردم باید در هر فعل تربیتی بر مدار اعتدال سیر کند و پیروان خود را در اعتدال بیم و امید سیر دهد. خدای تبارک و تعالی آدمیان را در چنین زمینه‌ای به سوی کمال سیر می‌دهد، چنان که در کتاب الهی کنار آیات عذاب الیم، آیات تشویق و امید قرار دارد و شأن فرستاده گرامی‌اش بشارت و انداز است.
«اَنَا اَرْسَلْنَاكَ بِالْحَقِّ بَشِیْرًا و نَذِیْرًا» (بقره، آیه ۱۱۹). «ما تو را به راستی نوید رسان و بیم دهنده فرستادی». یا در سوره‌ی فرقان می‌فرماید: «وَ مَا اَرْسَلْنَاكَ اِلَّا مَبَشِّرًا و نَذِیْرًا» (فرقان، آیه ۵۶).

«و ما تو را جز مژده دهنده و بیم دهنده نفرستادیم». همچنین در سوره‌ی حجر می‌فرماید: «نبیُّ عِبَادِی اِنِّی اَنَا الْعَفُوْر الرَّحِیْمُ و اِنْ غَضَبِی هُوَ الْعَذَابُ الْاَلِیْمُ» (حجر، آیه ۵۰، ۴۹). «به بندگان من خبرده که منم آمرزنده مهربان، و این‌که عذاب من عذابی است دردناک».

امامان معصوم نیز که از پرورش یافتگان مکتب اسلام و قرآن بودند، تحت تأثیر آیات قرآن اعتدال در بیم و امید را از بهترین اعمال می‌دانستند. چنان که در خبری از امیرمؤمنان (ع) آمده است. «خَيْرُ الْاَعْمَالِ اِعْتِدَالُ الرَّجَاءِ وَ الْخَوْفِ» (تمیمی، ۱۳۸۳، ۳۵۵). «بهترین کارها اعتدال بیم و امید است». از امام صادق (ع) نیز روایت شده است که گفت: پدرم (ع) می‌فرمود: «اِنَّهٗ لَیْسَ مِنْ عَبْدِ مُؤْمِنٍ اِلَّا وَ فِی قَلْبِهٖ نُوْرَانٌ. نُوْرٌ خَیْفَةٌ وَ نُوْرٌ رَجَاءٌ، لَوْوَزَنَ هَذَا لَمْ یَزِدْ عَلٰی هَذَا وَ لَوْوَزَنَ هَذَا لَمْ یَزِدْ عَلٰی هَذَا» (کلینی، ۱۳۴۶، ج ۱: ۶۷، متقی هندی، ۱۴۰۹ق: ۳۲۳). «هیچ بنده مؤمنی نیست مگر آن که در دلش دو نور است. نور بیم و نور امید که اگر این وزن شود، از آن بیشتر نباشد و اگر آن وزن شود، از این بیش تر نباشد». با توجه به اینکه بهترین زمینه برای رشد و تعالی، اعتدال در بیم و امید است، بنابراین آیات قرآن کریم و کلام امامان در این رابطه عاملی مهم برای رشد و تعالی تمدن اسلامی به حساب می‌آید.

اعتدال در میل شهوت

غریزه‌ی جنسی، مقام و آنچه که جاذبه مالی داشته باشد شهوت نام دارد. نقطه‌ی اعتدال بین شهوت و غضب، عفت می‌باشد. در قرآن کریم به عفت و پاکدامنی تأکید شده است. چنانکه در سوره‌ی تحریم آمده است: «مریم - دختر عمران که دامن عفت خویش را (از هرگونه آلودگی جنسی) به شدت حفظ کرد، در نتیجه ما از روح خود در او دمیدیم» (تحریم: آیه ۱۲). همچنین در قرآن کریم، ازدواج امری نیکوست، اما شهوت پرستی آن چنان مذموم است که روح و جسم انسان را تخریب می‌کند و از همین رو، قرآن کریم انسان را به ازدواج و اعتدال در امور تشویق می‌کند (نساء، آیه ۳). شایان ذکر است که قرآن کریم استفاده حلال و معتدل از دنیا و نعمت‌های آن و نیز لذت بردن از همسر حلال را ممنوع نمی‌سازد، بلکه دلبستگی افراطی به این امور را ناپسند می‌شمرد (بقره، آیه ۲۰۱ و اعراف، آیه ۳۱).

امامان معصوم (ع) نیز تحت تأثیر قرآن کریم، بارها پیروان خود را دعوت به عفت و پاکدامنی و دوری از شهوت‌رانی دعوت کرده‌اند. چنانکه حضرت علی (ع) در نهج‌البلاغه می‌فرماید: «اَجْر و پاداش شهید، بیش از عقیف نمی‌باشد» (نهج‌البلاغه، حکمت ۴۷۴). همچنین حضرت علی (ع) در جای دیگر برترین عبادت را پاکدامنی می‌داند (کلینی، ۱۳۴۶، ج ۲، ح ۸: ۴۶۸). البته امیرمؤمنان عفت و پاکدامنی را فقط خاص زنان نمی‌داند و معتقد است که «پاکدامنی مرد به اندازه غیرت لوست» (نهج‌البلاغه، حکمت ۴۷). در جایی دیگر می‌فرماید: «اَصْلُ الْمَرْوَةِ الْحَيَاءُ وَ ثَمَرَتُهَا الْعِفَّةُ». (لیثی واسطی، ۱۳۷۶: ۱۱۲). «ریشه مردانگی حیا و میوه‌اش پاکدامنی است». علاوه بر این حضرت علی (ع) عفت را برترین جوانمردی می‌داند و می‌فرماید: «کرامت‌های اخلاقی جز با پاک

دامنی و از خود گذشتگی کامل نمی‌شوند» (تمیمی، ۱۳۸۳: ۹۵). بنابراین حضرت علی (ع) نسبت به اعتدال در شهوت که همان عفت و پاکدامنی می‌باشد، تأکید فراوانی داشته است.

اعتدال در روابط اجتماعی

زندگی اجتماعی زمانی به درستی سامان می‌یابد که بر روابطی معتدل استوار باشد، زیرا هرگونه افراط و تفریط در روابط اجتماعی سبب تزلزل فرد و جامعه و سیر آنها به سوی تباهی می‌شود. انسان خردمند و زیرک در اداره امور، در مدیریت، در رهبری و به طور کلی در هر ارتباط اجتماعی رفتاری متعال دارد و دیگران را براساس اعتدال حرکت می‌دهد. خدوند در آیاتی از قرآن براهمیت و ارزش آموزش و عمل به آداب معاشرت توجه داده و از والدین خواسته تا آداب معاشرت را در حوزه رفتارهای اجتماعی در خانه و جامعه به فرزندان بیاموزند (نور، آیات ۵۸ و ۵۹).

با نگاهی گذرا به آموزه‌های وحیانی قرآن درباره آداب معاشرت می‌توان به دو دسته احکام سلبی و ایجابی اشاره کرد. به این معنا که برخی از این آداب متوجه ترک برخی از رفتارهاست و برخی دیگر نیز رفتارهایی است که می‌بایست به‌عنوان رفتارهای درست و سالم مورد توجه قرار گرفته و بر آن اهتمام ورزیده شود (تعادل در روابط اجتماعی). از آن جایی که هرگونه رفتار سالم و نادرست می‌تواند روند اجتماعی و معاشرتی را به هم بریزد و مسیر ارتباطی انسان‌ها را به انحراف کشاند، خداوند در بسیاری از آیات به نابهنجاری‌های رفتاری و اخلاقی اشاره کرده و آن را عامل مهمی در فروپاشی جامعه سالم و ایجاد بحران در روابط اجتماعی دانسته است. از این رو بسیاری از رفتارهای ناسالم و نابهنجار معرفی شده و به‌عنوان رفتارهای ناپسند از آنها پرهیز داده شده است.

از جمله مهم‌ترین نابهنجاری‌های رفتاری و اخلاقی می‌توان به اختلاف افکنی (آل عمران، آیه ۱۰۳ و نساء آیه ۳۵ و انفال، آیات ۱ و ۴۶)، آزار و اذیت دیگران را با سخنان نسنجیده (بقره آیات ۲۶۳ و ۲۶۴ و آل عمران، آیه ۱۸۶ و آیات بسیار دیگر)، استهزای دیگران (بقره، آیات ۱۴ و ۱۵ و مائده آیه ۵۷)، افترا و تهمت (نساء آیات ۲۰ و ۱۱۲ و نور، آیات ۷ تا ۱۲ تا ۱۵)، استفاده از القاب زشت و بد (حجرات، آیه ۱۱)، بخل ورزی (نساء آیات ۳۶ و ۳۷ و ۱۳۸)، بغض و کینه ورزی (حشر، آیه ۱۰)، تبعیض و برخورد دوگانه (عبس، آیات ۵ تا ۱۰)، تجسس در کار و زندگی دیگران (حجرات، آیه ۱۲)، تحقیر دیگران با بدنام کردن آنان (حجرات، آیه ۱۱)، تفاخر و بزرگ فروشی (لقمان، آیه ۱۸)، تکبر (آل عمران، آیه ۷۵ و لقمان، آیه ۱۸)، خیانت در امور مالی (آل عمران، آیات ۷۵ و ۱۶۰)، دشنام به عقاید دیگران (انعام، آیه ۱۰۸)، گفتار خشونت آمیز (آل عمران، آیه ۱۵۹)، دشمنی با دیگران (مائده، آیه ۲)، ظلم و ستم (نساء، آیه ۱۴۸)، عیب جویی و عیب گیری (توبه، آیه ۷۹)، غیبت کردن (حجرات، آیه ۱۲)، گمان بد و نادرست (همان و نیز نور، آیه ۱۲)، همکاری در گناه (مائده، آیه ۲)، منت گذاری (مدثر، آیه ۶)، نجوای آمیخته به گناه و ممتنع (مجادله، آیات ۹ و ۱۰) و مانند آن اشاره کرد که می‌بایست از آنها اجتناب کرد تا شرایط برای معاشرت و روابط سالم اجتماعی میان افراد مختلف و اقشار گوناگون جامعه فراهم آید. هرگونه نابهنجاری می‌تواند روابط اجتماعی را خدشه دار سازد و معاشرت را غیرممکن و یا دشوار نماید. در واقع نابهنجاری‌ها تعادل در روابط اجتماعی را به هم می‌زنند.

از سوی دیگر، رعایت هنجارهای رفتاری و اخلاقی از اصولی است که خداوند در آموزه‌های قرآنی به‌عنوان آداب معاشرت از آن یاد کرده و بدان توجه داده است. از جمله مهمترین هنجارهایی که می‌بایست در معاشرت بدان اهتمام ورزید موارد زیر است: احترام به عقاید و مقدسات دیگران (انعام، آیه ۱۰۸)، احترام به عالمان و دانشمندان حاضر در مجلس (مجادله، آیه ۱۱)، احترام به معلم در معاشرت و استفاده علمی از او (کهف، آیات ۶۰ تا ۷۷)، احترام به دیگران و جا دادن به آنانی که وارد مجلس می‌شوند (مجادله، آیه ۱۱)، احسان به دیگران (بقره، آیه ۱۹۵ و آل عمران، آیه ۱۳۴)، برخورد برادرانه (بقره، آیه ۲۲۰ و حجرات، آیه ۱۰)، ادای امانت به اهل آن (بقره، آیه ۲۸۳ و آل عمران، آیات ۷۵ و ۱۶۱)، اجازه خواستن از صاحب خانه (نور، آیه ۲۷)، اجازه خواستن پیش از ورود به حریم خصوصی دیگران (نور، آیات ۵۸ و ۵۹)، رعایت انصاف در برخورد با مردم بدون در نظر گرفتن اعتقادات آنان (آل عمران، آیه ۷۵)، نرمی در گفتار و پایین آوردن صدا در معاشرت و سخن گفتن (لقمان، آیه ۱۹ و حجرات، آیات ۲ و ۳)، پذیرش دعوت دیگران برای شرکت در مهمانی (احزاب، آیه ۵۳)، سلام کردن (نساء، آیه ۸۶)، تحیت به نیکوترین وجه در مقابل احترام و تحیت دیگران (همان)، تعاون بر نیکی‌ها (مائده، آیه ۲)، تواضع و فروتنی و پرهیز از تکبر (مائده، آیه ۵۴ و نیز اسراء، آیه ۳۷ و لقمان، آیات ۱۸ و ۱۹)، جا دادن به دیگران و برخاستن از جای خویش در مجالس برای تکریم به دیگران و در اختیار قرار دادن آن (مجادله، آیه ۱۱)، حفظ شخصیت افراد و آبروی آنان (بقره، آیات ۲۲۰ و ۲۶۳ و نساء آیه ۱۵ و آیات دیگر)، خوش خلقی و خوشرویی (آل عمران، آیه ۱۵۹)، دفع بدی یا خوبی (مومنون، آیه ۹۶ و فصلت، آیه ۳۴)، سخن نیک و رفتار نیکو داشتن (بقره، آیه ۸۳ و نساء، آیات ۵ و ۸)، صبر و شکیبایی در برابر گفته‌های مخالفان (مزل، آیه ۱۰ و بلد، آیه ۱۷) و با افشار محروم جامعه (کهف، آیه ۲۸)، صداقت در گفتار و اعمال (توبه، آیه ۱۱۹)، رعایت عدالت (نساء، آیه ۱۳۵)، عفو و نادیده گرفتن لغزش‌های مردم و گذشت از خطای آنان (بقره، آیه ۱۰۹ و نیز آل عمران، آیات ۱۳۴ و ۱۵۹)، مشورت با مردم (همان)، معرفی خود به مخاطب (هود، آیه ۸۱ و حجر، آیات ۵۱ تا ۵۸ و آیات دیگر)، مهربانی در گفتار و رفتار (آل عمران، آیه ۱۵۹ و فتح، آیه ۲۹ و حدید، آیه ۲۷)، وفای به عهد در روابط (بقره، آیات ۱۰۰ و ۱۲۷ و اسراء، آیه ۳۲) و وفای به وعده (مریم، آیه ۵۴)، مراعات عرف عقلایی و هنجارهای پسندیده در معاشرت‌ها بویژه با جنس مخالف (بقره، آیات ۲۲۹ و ۲۳۱ و نساء، آیه ۱۹ و احزاب، آیه ۵۳)، می‌تواند مسیر درست را برای سلامت شخص و شخصیت و جامعه نشان دهد و جامعه ایمانی را منسجم و مستحکم‌تر سازد. به هر حال، از آیات قرآنی و آداب پیش گفته به خوبی به دست می‌آید که مراعات بسیاری از هنجارهای عرفی و شرعی و عقلی و پرهیز از نابهنجاری‌ها تا چه اندازه می‌تواند بر تعادل در روابط اجتماعی مؤثر واقع شود و روابط اجتماعی را در مسیر سازنده قرار دهد و آثار و برکات بسیاری را برای شخص و جامعه به لرمغان آورد.

امامان معصوم (ع) نیز با کلام و آموزه‌های خود سعی زیادی در تعادل در روابط اجتماعی مردم داشتند. چنانکه در کتاب نهج-البلاغه بارها به فروتنی، احترام متقابل، محبت و دوستی با دیگران، احترام به عقاید دیگران، گرمی داشتن سنتهای حسنه و آداب و رسوم زیبای مردم و... تأکید شده است (برای نمونه رجوع شود به نهج‌البلاغه، کلام ۶۰، خطبه ۱۳۱، نامه ۲۷ و ۵۳). علاوه بر این، حضرت علی (ع) به این نکته توجه دارد که اعتدال حتی در سلام کردن (مجلسی، ۱۳۶۹، ج ۱: باب یازدهم: ۱۲۳؛ دانشنامه

امام علی علیه السلام: (۳۴) و شادی کردن و خندیدن نیز باید حفظ گردد (ابن‌اثیر، ۱۳۶۹، ج ۲: ۱۴۰؛ دانشنامه امام علی علیه السلام: ۱۱۴۹؛ هاشمی خویی، ۱۳۶۹، ج ۲: ۱۳۳).

در کتاب غررالحکم و دررالکم نیز که در بردارنده ۱۱۰۵۰ سخن از سخنان کوتاه امیر مؤمنان، علی (ع) می‌باشد، تأکید زیادی بر تعادل در گفتار و کردار و روابط اجتماعی شده است. آهنگ کلی این سخنان، با بیان نصیحت و اندرز و تشویق به اکتساب فضایل اخلاقی و اجتناب از فرو افتادن در ذایل اخلاقی است که همگی انسان را به سمت تعادل در تمامی امور رهنمون می‌سازند (رجوع شود به گزیده غررالحکم و دررالکم، تمیمی، ۱۳۷۳).

در دیگر منابع تاریخی نیز روایات زیادی از حضرت علی (ع) نقل شده است که دائم به میانه‌روی در رفتار تأکید داشته‌اند. چنانکه در تاریخ یعقوبی نامه‌ای از حضرت علی (ع) به یکی از کارگزارانش (عمر بن مسلمه ارحبی) آورده شده که به وضوح بیانگر تأکید ایشان به میانه‌روی می‌باشد: «همانا دهقانان حوزه‌ی مأموریتت از درشتخویی تو شکایت کردند و در کار ایشان نگرستم و خیری ندیدم پس باید رفتارت میان دو رفتار باشد: جامه‌ای از نرمخویی با دامنی از سختگیری بدون ستم...» (یعقوبی، ۱۳۸۲، ج ۲: ۱۱۷).

میانه‌روی در روابط اجتماعی از نگاه امیرالمؤمنان به اندازه‌ای اهمیت دارد که بعد از ضربه خوردن، در وصیت به فرزند خود امام حسن (ع) به میانه‌روی در رفتار و روابط اجتماعی سفارش می‌کند: «سفارش می‌کنم که از خطا درگذری و خشم خویش را فروخوری و با نادان بردباری کنی، تحقیق نکرده کاری نکنی، باهمسایه نیکی کنی و نهی از منکر و پرهیز از ناروایی‌ها» (طبری، ۱۳۷۵، ج ۶: ۲۶۸۸). بنابراین در قرآن کریم و کلام امامان معصوم (ع) که تحت تأثیر آموزه‌های قرآن کریم بودند، بارها به تعادل در تمامی امور فردی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و... شده است.

نتیجه‌گیری

یکی از اصلی‌ترین آموزه‌ها در ادیان، اعتدال در امور مختلف بوده است. تمام سعی و تلاش پیامبران الهی و رهبران مذهبی متعادل کردن مردمان و جوامع مختلف و پرورش انسانی متعادل بوده است. در دین اسلام نیز دستورات و آیات بسیاری برای دعوت مردم به اعتدال و میانه‌روی وجود دارد. در آیات قرآن و کلام امامان معصوم (ع) بارها به اعتدال و میانه‌روی در امور مختلف تأکید شده است. کلاً ساختار تربیتی اسلام ساختار اعتدال‌گری است و مردمان را به اعتدال در همه‌ی امور رهنمون می‌کند و به‌سوی مقاصد تربیتی سیر می‌دهد. در آیات متعددی از قرآن به میانه‌روی در گفتار، کردار و رفتار اشاره شده است. همچنین به اعتدال در دوستی و دشمنی، خوردن و خوابیدن، بیم و امید، روابط اجتماعی، شهوات و... تأکید زیادی شده است. امامان معصوم (ع) نیز که تحت تأثیر آموزه‌های قرآن کریم بودند سعی زیادی در رهنمون ساختن مردم به میانه‌روی داشتند. به‌طوری که حضرت علی (ع) اعتدال را در رأس امور می‌داند و معتقد است که بهترین اعمال میانه‌روی است. در نهج‌البلاغه بارها به میانه‌روی در رفتار و کردار و گفتار تأکید شده است. اعتدال برای امیرالمؤمنان آن اندازه اهمیت دارد که در لوئین خطبه حکومتی خود، راه راست را

ره میان‌روی می‌داند و چپ و راست را راه گمراهی. جدا از نهج‌البلاغه، آهنگ کلی سخنان حضرت علی (ع) که در منابع مختلف از آنها یاد شده است، با بیان نصیحت و اندرز و تشویق به اکتساب فضایل اخلاقی و اجتناب از فرو افتادن در رذایل اخلاقی است که همگی انسان را به سمت تعادل در تمامی امور رهنمون می‌سازند. این آموزه‌ها نقش زیادی در متعادل ساختن جامعه‌ی اسلامی و پیشرفت و تکامل اخلاقی انسان‌ها داشته و دارد.

منابع و مآخذ

قرآن کریم

نهج‌البلاغه

ابن‌اثیر، مبارک بن محمد، (۱۳۶۷)، *النهايه في غريب الحديث و الأثر*، محقق محمود محمد طناحي، قم: مؤسسه مطبوعاتی اسماعیلیان.

بلادری، احمد بن یحیی، (۱۴۱۷هـ)، *أنساب الاشراف*، تحقیق: سهیل زکار و ریاض الزرکلی، بیروت: دارالفکر.

تمیمی، عبدالواحد بن محمد، (۱۳۸۳)، *گزیده غررالحکم و دررالکلم*، ترجمه و شرح: جمال الدین محمد خوانساری، مقدمه و تصحیح و تعلیق: میر جلال الدین حسینی آرموی (محدث)، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

دانشنامه امام علی علیه‌السلام، (بی‌تا)، جمعی از نویسندگان، «*ضرورت تفریحات و شادیه‌ها*»، پایگاه تخصصی عاشورا، ری‌شهری، محمدی، (۱۳۷۵)، *میزان الحکمه*، قم: دارالحدیث.

سعدی، مشرف‌الدین، (۱۳۶۸)، *گلستان*، تصحیح و توضیح: یوسفی، غلامحسین، تهران: خوارزمی.

شکوهی یکتا، محسن، (۱۳۶۳)، *مبانی تعلیم و تربیت اسلامی*، قم: دفتر تحقیقات و برنامه ریزی درسی.

طبری، محمدبن جریر، (۱۳۷۵)، *تاریخ طبری*، جلد ۶، ترجمه ابوالقاسم پاینده، تهران: اساطیر.

طراد، حسن، (۱۴۰۵ق)، *من وحی الاسلام*، بیروت: دارالزهرا.

طوسی، خواجه نصیرالدین، (۱۳۷۵)، *اساس الاقتباس*، تصحیح: مدرس رضوی، تهران: دانشگاه تهران.

عاملی، زین‌الدین حر، (۱۴۰۹ق)، *وسایل الشیعه*، قم: مؤسسه آل‌البیت.

کلینی، محمدبن یعقوب، (۱۳۴۶)، *اصول الکافی*، مصحح: علی اکبر غفاری، تهران: دارالکتب الاسلامیه.

متقی هندی، علاء الدین علی، (۱۴۰۹ق)، *کنز العمال فی سنن الأقوال و الأفعال*، تحقیق و تصحیح شیخ بکری حیانی و شیخ صفوة الصفاء، بیروت: مؤسسه الرساله.

مجلسی، محمدباقر، (۱۴۰۳ق)، *بحارالانوار*، بیروت: مؤسسه وفا.

مجلسی، محمدباقر، (۱۳۶۹)، *حلیه المتقین*، قم: نشر لقمان.



- مقدس‌نیا، محمد، محمدی، محمدمهدی، (۱۳۷۵). آداب معاشرت، تهران: علمی و فرهنگی.
- هاشمی خویی، حبیب‌الله بن محمد، (۱۳۶۹). منهاج البراعه فی شرح نهج البلاغه، مصحح: ابراهیم میانجی، شارح: حسن حسن‌زاده آملی، تهران: مکتبه الاسلامیه.
- یعقوبی، احمدبن اسحاق، (۱۳۸۲). تاریخ یعقوبی، ترجمه محمد ابراهیم آیتی، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- الهی‌نیا علی اصغر و دیگران، (۱۳۷۶). سیره اخلاقی معصومین، قم: مؤسسه تحقیقات و نشر معارف اهل‌بیت.
- الیشی الواسطی، علی بن محمد، (۱۳۷۶). عیون المواعظ و الحكم، تحقیق: شیخ حسین الحسنی البیرجندی، قم: دارالحدیث.