

■ چکیده:

نوشته حاضر مَروری است بر مهم ترین مباحث تربیتی در اسلام یعنی اعتدال که تلاش شده است بر اساس آموزش های قرآن کریم و نهج البلاغه و برگرفته از تعلیمات مدرسه پیامبر اکرم (ص) و اوصیای آن حضرت باشد. این مقاله در چند بخش تنظیم شده است که موضوعاتی به هم پیوسته و دارای یک جهت گیری اند. در بخش نخست ابتدا معنا و مفهوم اعتدال از دیدگاه اخوان الصفا و جاحظ دو تن از دانشمندان مسلمان بیان شده و سپس نقش تربیتی اعتدال در قرآن و نهج البلاغه بیان شده است و سپس آیات مربوط به اعتدال در کلیه امور از جمله خوردن و آشامیدن، عبادت، دوستی و دشمنی، روابط اجتماعی، بیم وامید، شهوات، آثار و نتایج عدم رعایت اعتدال ارائه گردیده است.

و در پایان نتیجه رعایت اعتدال در جامعه و اینکه اگر اعتدال رعایت شود نه تنها فرصت های برابر را برای همه بوجود می آورد بلکه هر نوع تبعیض و اندیشه طبقاتی را از بین می برد و جامعه ای مؤمن و متقی، آگاه و کوشا بوجود می آید.

■ کلید واژه :

اعتدال، اجتماع، تربیت، قرآن، نهج البلاغه، اقتصاد.

■ مقدمه

هر حرکت و فعل تربیتی باید بر اعتدال استوار باشد و از حد وسط بیرون نرود و به افراط و تفریط کشیده نشود تا حرکت و فعلی مطلوب باشد.

وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانَ
ماتمه، ۲.

و در گناه و ستم همکاری نکنید. حتی فساد
فرعون را در این می داند که

إِنَّ فِرْعَوْنَ عَلَا فِي الْأَرْضِ وَجَعَلْنَا
أَهْلِيهَا شِيعًا يَسْتَضَعِفُ طَائِفَةٌ مِنْهُمْ
يَذِيقُ آيَاتِنَا هُمْ وَيَسْتَحْيِي نِسَاءَهُمْ
اسراء، آیه ۱۱۰

همانا فرعون در سرزمین خود، برتری طلبی
می کرد و مردم زیر دست خود را دچار تفرقه
و اختلاف نمود و گروه گروه کرد. بطوریکه
گروهی را به استضعاف کشید و آنان را ضعیف
و زبون گردانید. پسران آنان را کشت و زنان را
زنده نگهداشت. اختلاف، بی عدالتی و برتری
طلبی، جامعه زمان فرعون را به تباهی کشاند.

اسلام با دعوت به اتحاد و اتفاق و تشکیل
یک اجتماع اسلامی بر مبنای وحدت و بهم
پیوستگی آنان را به یک زندگی شرافتمندانه فرا
می خواند. هدف تربیت در اسلام این است که
روح تبعیض و نابرابری از بین برود و مردم به
وحدت واقعی برسند. حتی فلسفه عبادات جمعی
از قبیل نماز جماعت، نماز جمعه و حج برای
ایجاد روح برادری است. همانگونه که پرداخت
صدقات و زکوه و جلوگیری از ربا و رشوه
و اختلاس برای ایجاد روح برابری است.

※ معنا و مفهوم اعتدال :

اعتدال واژه آشنا و اصطلاحی کلیدی
درمتون اخلاقی گذشتگان است. انسان در
میان دو قطب افراط و تفریط در رفتار و سلوک
و ملکات نفسانی، در صورتی به الگوی صحیح
روحي و رفتاری دست می یابد که اعتدال پیشه
کند. تصویری که اخوان از اعتدال ارائه
می دهند، حکایتگر نبردی میان عقل و طبیعت
است، به این معنی که دوری از مقتضای طبیعت
و تقرّب به لوازم عقل را اعتدال می دانند و
می گویند، قوای نفس انسانی، آنگاه که اعتدال

آیین تربیتی دین به اعتدال در امری
امری فرا می خواند و مجموعه قوانین و مقررات
و آداب دینی به گونه ای است که انسان متعادل
تربیت شوند. خدای متعال امت اسلامی را امتی
متعادل و با هویت معرفی می کند و نمونه ای
را که این امت باید خود را با او تطبیق دهد و در
پی او رود، پیامبر اکرم (ص) معرفی می نماید.

«وَكذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا
شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَ يُكُونَ الرَّسُولُ
عَلَيْكُمْ الشَّهِيداً» - بقره، ۱۴۳.

امت میانه یعنی امتی که در هیچ امری از
امور، خواه نظری و خواه عملی، افراط و تفریط
نمی کند و همه برنامه هایش در حد اعتدال
است.

عدالت و برابری که در قرآن به قسط تعبیر
شده است از جمله اهداف تربیت اسلامی است.
قرآن به پیامبر (ص) خطاب می کند و می گوید:

(قُلْ أَمَرَ رَبِّي بِالْقِسْطِ) اعراف، ۲۹.

بگو که پرورگار من امر به عدالت کرده
است. به مومنین دستور داده است که

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا وَ كُونُوا قَوَّامِينَ
بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلَّهِ) نساء ۱۲۵.

ای کسانی که ایمان آورده اید در پیاداشتن
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 اسلام رعایت عدالت و اقامه قسط با
احسان و نیکی توأم است.

إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَ
إِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى (نحل، ۹۰)

خداوند به عدل و نیکی کردن و بخشش به
خویشاوندان امر می کند. قرآن مردم را به تعاون
و همکاری در کار خیر و داشتن تقوی دعوت می
کند و می گوید:

کوتز فصلنامه فکری

یابد و از جانب طبیعت به سوی عقل میل کند، چون ملائکه می شود و کردارش شبیه کردار ایشان می گردد و پس از جدایی نفس از بدن به سوی آنان می رود، و آنگاه که از جانب عقل به سوی طبیعت تمایل یابد، چون شیاطین می گردد و در حزب ابلیس لعین می شود و افعالش همانند افعال شیاطین می گردد و به هنگام مفارقت از جسم با ایشان همراه می شود.

از آن موجب از دست دادن جزء دیگر نشود، مانند درشتی چشم که با بینی متناسب نیست و نیز پهنای زیاد پیشانی، که با کوچک کردن بقیه بخشهای صورت تناسبی ندارد. بنابراین اعتدال در صفت نیز به معنای در حد وسط بودن است و هرگونه افراط یا تفریط، به از بین رفتن اعتدال می انجامد (رسائل، ج ۱، ص ۷۶).

حکما اساس اخلاق را در اعتدال در خوی ها و صفات می دانند و برای نجات و رستگاری انسان و رساندن او به سعادت، راه اعتدال را توصیه می کنند. ملامهدی نراقی در این باره می نویسد:

«بر هر خردمندی واجب است که در اکتساب فضایل اخلاقی که حد وسط و اعتدال در خوی ها و صفات است و از جانب شریعت مقدس اسلام به ما رسیده است کوشا باشد و از ردایل که افراط و تفریط است اجتناب کند، و اگر در این راه کوتاهی و تفسیر کند، هلاکت و شقاوت ابدی گریبانگیرش شود. (نراقی، ۱۴۰۵، ص ۴۱).

تربیت فطری، تربیتی معتدل است و جز براساس برنامه ای معتدل نمی توان راه تربیت حقیقی را هموار کرد و استعدادهای ایشان را در جهت کمال مطلق شکوفا نمود. تربیت خردمندانه تربیتی است مبتنی بر حفظ اعتدال در همه امور و پرهیز از افراط در همه شئون، اقتضای خردورزی اعتدال و اقتضای نادانی افراط و تفریط است، چنانکه امیرالمؤمنین علی (ع) فرموده است: «لَا تَرَى الْجَاهِلَ إِلَّا مُفْرَطًا أَوْ مُفْرَطًا» نادان را نبینی جز کاری را از اندازه فراتر کشاند، و یا بدانجا که باید نرساند.

البته اندازه شناختن و اندازه نگه داشتن در تربیت امری دشوار است و جز با خردورزی در

در جای دیگر از رسائل بر اعتدال در شخصیت و رفتار تاکید می کنند و برادران خود را به جلب اعضای جدید با ویژگی اعتدال دعوت می کنند و تصریح می کنند که در عضوگیری، احوال افراد به دقت بررسی می شود و مذهب و اعتقاد آنها را بشناسند، تا اگر شایسته صداقت و اخوت بودند، آنگاه به جلسات اخوان راه یابند. زیرا انسانها و اقوام دارای طبایع متفاوت هستند و برخی از حال اعتدال خارجند. پس باید از میانه افراد آنانی را که خیر، شکور، امین، حلیم، سخی، شجاع و دود، عقیف، صبور، قنوع، لطیف، و موافقتد برگزید.

در خصوص ریشه های اخلاق ناپسند، اخوان بر این باورند که هرگاه آن داشته از صفات نفسانی همچون کبر، حرص و حسد که در سرشت انسان وجود دارند، در موقع خویش به اندازه و آنگونه که شایسته است بروز کنند، نه تنها مذموم نیستند، بلکه معدومند. این سخن نیز ناشی از جایگاهی است که اعتدال در نظام فلسفی اخوان دارد. (دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، ۱۳۷۷، ص ۲۱۱).

از نکاتی که جاحظ به آن توصیه کرده مساله مراعات اعتدال و میانه روی در صفات و افعال است به نظر وی، مقصود از اعتدال، امری کمی و مقداری نیست، چنانکه در خلقت انسان، ملاک اعتدال کمیت نیست بلکه مراد آن است که ترکیب او به گونه ای باشد که اجزاء همگی با یکدیگر تناسب داشته باشند و جزئی

«الیمین و الشَّمال مَضَلُّهُ، و الطَّرِيقُ الوَسْطی هِیَ الجَادَّةُ، عَلَیْهَا باقی الکتاب و آثار النَبْوَةِ، و مِنْهَا مَنْقَذُ السَّنَةِ، و الِیْهَا مَصِیرُ العَاقِبَةِ» (نهج البلاغه، کلام ۱۶).

چپ و راست کمینگاه گمراهی است، و راه میانه، راه راست الهی است، کتاب خدا و آیین رسول آن را گواه است و سنت را گذرگاه است و بازگشت بدان جایگاه است. امیرالمؤمنان علی (ع) در توصیف اهل تقوی و سیرت پروا پیشگان که به تربیت کمالی دست یافته اند چنین فرموده است:

«فَالْمُتَّقُونَ فِیْهَا هُمُ اَهْلُ الفَضَائِلِ، مَنْطَقُهُمُ الصَّوَابُ وَ مَلِیْسُهُمُ الاِقتِصَادُ وَ مَشِیْهُمُ التَّوَاضُعُ». پس پرهیزکاران در این جهان صاحبان فیض‌تند. گفتارشان صواب و پوششان میانه روی و رفتارشان فروتنی است. (نهج البلاغه، خطبه ۱۹۳).

■ اعتدال در خوردن و آشامیدن :

از آن جا که انسان همواره در معرض خطر افراط یا تفریط است، شاخص اعتدال در تربیت اسلامی، اهمیت فراوان دارد. امت های پیشین یا به افراط در آخرت گرایی یا به تفریط در توجه به مواهب طبیعی رفتار می شدند در تفسیر آیه «صِرَاطَ الَّذِیْنَ اَنْعَمْتَ عَلَیْهِمْ غَیْرَ الْمَغْضُوبِ عَلَیْهِمْ وَ لَا الضَّالِّیْنَ (حمد، ۹-۶» در روایات، مغضوب علیهم تطبیق بر یهود شده و ضالین تطبیق بر نصاری گردیده است. (طالقانی، پرتوی از قرآن، ج ۱، ص ۲۷).

امت خاتم پیامبران به عنوان «امت وسط» معرفی شده که در توجه به ابعاد و جنبه های مختلف زندگی خود و در التزام به شاخص ها و ملاک های تربیت اسلامی، جانب اعتدال را رعایت کرده است و از افراط و تفریط در امان می ماند.

و کذلک جعلناکم امهً وسطاً لتکونوا

تربیت نمی توان اندازه ها را دریافت و آنها را پاس داشت و به تربیتی فطری اهتمام گماشت.

امیرالمؤمنین (ع) در حکمتی والا فرموده است: به رگهای دل این آدمی گوشتپاره ای آویزان است که شگفت تر چیزی که در اوست آن است. آن دل است که دل را ماده ها بود از حکمت و زندهایی مخالف آن، پس اگر در دل امیدی پدید آید، طمع آن را خوار گرداند، و اگر طمع بر آن هجوم آرد، حرص آن را تباه سازد، اگر نومیدی بر آن دست یابد، دریغ آن را بکشد، و اگر خشمش بگیرد، بر آشوبد و آرام نپذیرد، اگر سعادت خرسندی اش نصیب شود، عنان خویشتنداری از دست بدهد و اگر ترس به ناگاه او را فراگیرد، پرهیزیدن او را مشغول گرداند، و اگر گشایشی در کارش پدید آید، غفلت او را برآید، اگر مالی به دست آورد، توانگری وی را به سرکشی وا دارد، و اگر مصیبتی بدو رسد، ناشکیبایی رسوایش کند، و اگر به درویشی گرفتار شود، به بلا دچار شود، و اگر گرسنگی بی طاقتش گرداند، ناتوانی وی را از پای بنشاند، و اگر پر سیر گردد، پری شکم زیانش رساند. پس هر تقصیر، آن را زیان است. و گذراندن از هر حدموجب تباهی انسان می گردد. بهترین نظام تربیتی، نظامی است معتدل که در آن نه امید بیش از اندازه، نه بیم بیش از اندازه حاکم باشد چنانکه از امیرالمؤمنین (ع) روایت شده است که فرمود:

«خَیْرُ الْاَعْمَالِ اِعْتِدَالُ الرِّجَاءِ وَ الخَوْفِ»

نهج البلاغه، حکمت ۷۰

بهترین کارها اعتدال امید و بیم است. (غررالحکم، ج ۱، ص ۳۵۵). ساختار تربیتی اسلام ساختار معتدل است و مردمان را در بستر اعتدال هدایت میکند و به سوی مقاصد تربیتی سیر می دهد. امام علی (ع) در نخستین خطبه حکومتی خود بدین حقیقت اشاره کرده و فرموده است:



شهداء على الناس و يكون الرسول
عليكم شهيدا- بقره، ۱۴۲

در قرآن کریم به عنوان نمونه، بر رعایت
اعتدال در انفاق یا رعایت اعتدال در مصارف
مادی خوردن و آشامیدن تصریح شده است
چنانکه قرآن کریم می فرماید:

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يَسْرِفُوا و لَمْ
يَقْتَرُوا و كَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا-فرقان، 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 می فرماید:

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا و لَا تُسْرِفُوا (اعراف، ۳).

بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید.

■ اعتدال در عبادت

در قرآن کریم آیاتی متعدد درباره اعتدال
وارد شده است و جهت گیری تربیتی این کتاب
الهی بر این است که انسانی تربیت کند که در
همه امور فردی، خانوادگی، اجتماعی، سیاسی،
نظامی، اقتصادی، و جز این ها متعادل باشد،
انسانی که مشی و راه و رسمی متعادل داشته
باشد چنانکه از زبان «لقمان حکیم» به فرزندش
آمده است:

«وَأَقْصِدْ فِي مَشْيِكَ»-لقمان: ۱۹.

در رفتار میان رو باش.

انسان عاقل انسانی متعادل است و به هیچ
وجه از مرزهای اعتدال خارج نمی شود و گام
در مسیر افراط و تفریط نمی گذارد. به بیان
امیرالمؤمنان (ع) انسان جاهل است که جز راه
افراط و تفریط سیر نمی کند، چنان که فرموده
است: «لا تری الجاهل الا مُفراطاً اَوْ مُفراطاً»
نهج البلاغه، حکمت ۷. جاهل را نمی بینی مگر
اینکه یا افراط میکند یا تفریط.

راه تربیت درست که آدمی را به صراط
مستقیم سعادت می رساند راهی متعادل

است، چنانکه مریبان
الهی مُتربیان خود را در
همه وجوه بدان دعوت
می کردند. امام باقر
(ع) فرزند خود، حضرت
صادق (ع) را به اعتدال
فرا خوانده و فرموده است.

«یا بُنَّی عَلَیْکَ بِالْحَسَنَةِ بَیْنَ السَّیِّئِ
تَمْخُوهُمَا» فرزندم، بر تو باد که مراقب باشی
به نیکویی اعتدال میان دو بدی افراط و تفریط
که بدی ها را از بین می برد. حضرت صادق
(ع) گوید که از آن حضرت پرسیدم که این امر
چگونه است و امام باقر (ع) فرمود:

مَثَلُ قَوْلِ اللَّهِ: «وَلَا تَجْهَرُ بِصَلَاتِكَ
وَلَا تُخَافُتْ بِهَا» لَا تَجْهَرُ بِصَلَاتِكَ سَيِّئَةٌ و لَا
تُخَافُتْ بِهَا سَيِّئَةٌ. (وابتغ بین ذلک سیبلاً) اسراء،
۱۱۰.

حسنه. و مَثَلُ قَوْلِهِ: «و لَا تَعْجَلْ بِدَعَا
مَغْلُوبَةٍ اِلَى عُنُقِكَ و لَا تَبْسُطْهَا کُلَّ الْبَسْطِ»
اسراء، ۲۹.

و مَثَلُ قَوْلِهِ (وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ
يُسْرِفُوا و لَمْ يَقْتَرُوا) فرقان، ۶۷.

فَأَسْرُوا سَيِّئَةً و اقْتَرُوا سَيِّئَةً و
كَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا، حَسَنَةً، فَعَلَيْكَ
بِالْحَسَنَةِ بَيْنَ السَّيِّئَتَيْنِ» (تفسیر العیاشی،
ج ۲، ص ۲۲۹).

مانند این سخن خداوند: نماز خویش به آواز
بلند مخوان و آنرا آهسته هم مخوان» بلکه
میان این دوراهی معتدل برگزین که همان
نیکویی است و مانند این سخن خداوند: «هرگز
دست را به گردنت میند و آنرا یکسره مگشای»
و مانند این سخن «و آنان که چون هزینه کنند
نه اسراف کنند نه تنگ گیرند» که اسراف
کردن و تنگ گرفتن همان بدی است و میان
این دو به راه اعتدال باشید. همان نیکویی است
پس بر تو باد به نیکویی میان این دو بدی.





از روزها دوستت گردد. انسان عاقل، چه در دوستی و چه در دشمنی، مآل اندیش است و از خواهش نفس پیروزی نمی کند و از اعتدال مرزها بیرون نمی رود پیروی از خواهش نفس و تابع احساسات شدن آدمی را به افراط و تفریط می کشد.

امام باقر(ع) براساس آموزش های قرآن کریم راه اعتدال را اینگونه نشان می دهد. به عنوان نمونه آیاتی را ذکر می کند و هرگونه افراط و تفریط را نفی می نماید. در نخستین آیه ی مورد استفاده امام (ع) خدای سبحان به اعتدال در دینداری فرمان می دهد،

(وَلَا تَجْهَرُ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافِتُ بِهَا)
 اسرآیه ۱۱۰

بسیاری از جوانان در دوستی و دشمنی اهل افراط و تفریطند. هنگامی که با کسی دوست میشوند آن قدر احساس صمیمیت و محرم بودن می کنند که به دوست خود بی حساب اطمینان می کنند و همه اسرار زندگی خویش را با وی در میان می گذارند، غافل از اینکه پیوند دوستی و رفاقت همیشه و در هر اوضاع و احوالی محکم و پایدار نمی ماند. ممکن است پیشامدها و حوادث، رشته رفاقت و دوستی را پاره کند و آن دوستی به دشمنی مُبدل شود. بنابراین لازم است رفقای یکدل در دوران رفاقت و دوستی همواره از افراط بپرهیزند و در حدود عقل با یکدیگر یگانه و همراز باشند. (شکوهی یکتا، ۱۳۶۳، ص ۱۲۶).

با توجه به سیاق این آیه و روایاتی که از ائمه (ع) در معنای آن وارد شده است. (تفسیر العیاشی، ج ۲، ص ۳۱۸). و نیز شأن نزول آن بیانگر اعتدال در عبادت و دینداری و پرهیز از هرگونه افراط و تفریط در این امور است. و بیان «وابتغ بین ذلک سبیلاً» باید دستوری کلی برای همه اعمال و رفتار و تمام برنامه های اجتماعی و سیاسی و اقتصادی قرارگیرد. در دو آیه بعدی مورد استفاده امام باقر (ع) خداوند به اعتدال در انفاق به طور کلی اعتدال در امور اقتصادی فرمان می دهد. (تفسیر نمونه، ج ۱۲، ص ۳۲۷).

امام صادق (ع) در این باره اصحاب خود را نصیحت کرده است. «وَلَا تُطْلِعْ صَدِيقَكَ مِنْ سِرِّكَ إِلَّا مَا لَوْ أَطَّلِعَ عَلَيْهِ عَدُوُّكَ لَمْ يَضْرُكَ فَإِنَّ الصَّدِيقَ رُبَّمَا كَانَ عَدُوًّا (وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۵۰۲).

■ اعتدال در دوستی و دشمنی

دوست خود را از اسرار آگاه مکن، مگر آن سری که اگر فرضاً دشمنت بدانده تو زیان نمی رسد، زیرا دوست کنونی ممکن است روزی دشمن تو گردد.

پیشوایان دین در همه امور توصیه به اعتدال کرده اند 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 توصیه های آنان، توصیه به اعتدال در دوستی و دشمنی است، چنانکه در حدیثی که هم از پیامبر اکرم (ص) و هم از امیرمومنان (ع) روایت شده است بر این امر تاکید کرده اند: «أَحْبِبْ حَبِيبَكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ بَغِيضًا يَوْمًا مَا، وَابْغِضْ بَغْضِيكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ حَبِيبًا يَوْمًا» ما).

■ اعتدال در روابط اجتماعی

زندگی اجتماعی زمانی به درستی سامان می یابد که بر روابطی معتدل استوار باشند زیرا هرگونه افراط و تفریط در روابط اجتماعی سبب

دوست خود را دوست بدار از سر اعتدال، شاید روزی از روزها دشمنت شود، و دشمنت را دشمن بدار از روی میانه روی، شاید روزی

کونز

فصلنامه فتنه

■ بهترین کارها
اعتدال بیم و امید
است.

خدای تبارک و تعالی
آدمیان را در چنین زمینه ای به سوی کمال سیر
می دهد، چنان که در کتاب الهی کنار آیات
عذاب الیم آیات تشویق و امید قرار دارد. و شأن
فرستاده گرامی اش بشارت و انذار است.
«إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ بِالْحَقِّ بَشِيرًا وَ نَذِيرًا»
یقره، ۱۱۹.

ما تو را به راستی نوید رسان وبیم دهنده
فرستادیم.
«وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا مَبَشِّرًا وَ نَذِيرًا»
فرقان، ۵۶.

و ما تو را جز مژده دهنده و بیم دهنده
نفرستادیم.
«نَبِيٍّ عِبَادِي أَنِّي أَنَا الْعَفْوُ الرَّحِيمُ
وَإِنَّ عَذَابِي هُوَ الْعَذَابُ الْأَلِيمُ» حجر،
۵۰-۴۹.

به بندگان من خبرده که منم آمرزنده
مهربان، و این که عذاب من عذاب است
دردناک.

■ اعتدال بهترین راه تربیت

راه ورسم اعتدال کوتاه ترین و استوارترین
راه تربیت است، راهی که کتاب خدا و آیین
پیامبر اکرم (ص) بر آن بنا شده است امام علی
(ع) در این باره فرموده است

«الْيَمِينُ وَالشِّمَالُ مُضَلَّةٌ وَ الطَّرِيقُ الْوَسْطَى
هِيَ الْجَادَّةُ عَلَيْهَا بَاقِيَ الْكِتَابِ وَ أَنَارُ النُّبُوهِ وَ مِنْهَا
مَنْفَعَةُ السُّنَّةِ وَ إِلَيْهَا مَصِيرُ الْعَاقِبَةِ.» نهج البلاغه،
خطبه ۱۶.

تزلزل فرد و جامعه و سیر آنها به سوی تباهی
می شود. 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 می دهد. امیرمومنان
علی (ع) فرموده است: «الْفَقِيهُ كُلُّ الْفَقِيهِ مَنْ لَمْ
يُقَنْطَ النَّاسَ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ، وَ لَمْ يُؤَيِّسْهُمْ مِنْ
رَوْحِ اللَّهِ، وَ لَمْ يُؤْمِنْهُمْ مِنْ مَكْرِ اللَّهِ.» (نهج
البلاغه، حکمت ۹۰). دانای فهمیده و زیرک
کسی است که مردم را از آموزش خدا مایوس
نسازد، او از مهربانی او نومیدشان نکند و از
عذاب ناگهانی وی ایمنشان ندارد.

■ اعتدال در بیم و امید

امید بیش از اندازه فرد را گستاخ، و بیم بیش
از اندازه فرد را متوقف می سازد، پس مربی باید
در هر فعل تربیتی بر مدار اعتدال سیر کند و
متربی را در اعتدال بیم و امید سیر دهد. از امام
صادق (ع) روایت شده است که گفت: پدرم (ع)
می فرمود:

«إِنَّهُ لَيْسَ مِنْ عَيْدِ مُؤْمِنٍ إِلَّا وَ فِي قَلْبِهِ نُورَانِ.
نُورٌ خَيْفَهُ وَ نُورٌ رَجَاءٍ، لَوْ وُزِنَ هَذَا لَمْ يَزِدْ عَلَى
هَذَا وَ لَوْ وُزِنَ هَذَا لَمْ يَزِدْ عَلَى هَذَا.» (الكافي، ج
۱، ص ۶۷)

هیچ بنده مومنی 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.

بهترین زمینه برای رشد و تعالی اعتدال
بیم و امید است چنان که در خبری از امیرمومنان
(ع) آمده است. «خَيْرُ أَعْمَالِ إِعْتِدَالِ الرَّجَاءِ وَ
الْخَوْفِ» غررالحکم، ج ۱، ص ۳۵۵.

ها و صفات میدانند و برای نجات و رستگاری انسان و رساندن او به سعادت، راه اعتدال را توصیه می کنند. علم اخلاق اسلامی، ص ۴۱۰ ملامهدی نراقی در این باره می نویسد: «برهر خردمندی واجب است که در اکتساب فضایل اخلاقی که حد وسط و اعتدال در خوی ها و صفات است و از جانب شریعت مقدس اسلام به ما رسیده است کوشا باشد و از ردایل که افراط و تفریط است اجتناب کند و اگر در این راه کوتاهی و تقصیر کند هلاکت و شقاوت ابدی گر بیان گیرش شود.

انحراف به راست و چپ گمراهی است و راه مستقیم و میانه جاده وسیع حق است کتاب خدا و آیین رسول همین را توصیه می کند، و سنت پیامبر نیز به همین راه اشاره می کند و سرانجام همین جاده ترازوی کردار همگان است و راه همه بدان منتهی می شود.

سلامت فرد و جامعه در گروتربیتی متعادل است، زیرا هرگونه انحراف از اعتدال و افراط و تفریط در صفات و اعمال و رفتار، انحراف از حق است. پیشوای موحدان علی (ع) فرموده است: «مَنْ أَرَادَ السَّلَامَةَ فَعَلَيْهِ بِالْقَصْدِ» شرح غررالحکم، ج ۵، ص ۲۶۶.

همه اخلاق نیکو در میانه است

میانه چون صراط المستقیم است

که از افراط و تفریطش کرانه است

ز هر دو جانبش قعر جحیم است

گلشن راز ص ۶۱

هرکه خواهان سلامت است، پس باید میانه روی پیشه کند.

آفرینش انسان به گونه ای است که هرگونه بیرون شدن از مرزهای اعتدال او را آسیب می رساند و از نظر تربیتی دچار توقف یا گستاخی می سازد. به بیان امیرالمؤمنان (ع)

«فَكُلُّ تَقْصِيرٍ بِهِ مُضِرٌّ وَكُلُّ إِفْرَاطٍ لَهُ مُفْسِدَةٌ» هر کمبود آن را زیان است و هر زیادی آن را تباهی است.

■ اعتدال در امور و دوری از شهوت

پرستی :

(وَأَنْكَحُوا الْأَيَّامَ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ، إِنَّ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ.

بی همسران خود و غلامان و کنیزان در ستکارتان را همسر دهید، اگر تنگدستند، خداوند آنان را از فضل خویش بی نیاز خواهد کرد و خدا گشایشگر داناست. نور، (۳۴) ۳۲.

بنابراین باید در همه وجوه فردی و اجتماعی راه اعتدال را سامان داد تا بتوان مردمان را به سوی اخلاق و رفتاری نیک و درست سیر داد. علی (ع) فرموده است:

«عَلَيْكَ بِالْقَصْدِ فَإِنَّهُ أَعْوَنُ شَيْءٍ عَلَى حُسْنِ الْعَيْشِ» (تهذیب اخلاق و تطهیر الاعراق، ص ۴۵) بر تو باد به میانه روی در امور زیرا میانه روی یاری کننده ترین چیز برای خوب زندگی کردن است.

ازدواج امری است نیکوست، اما شهوت

حکما اساس اخلاق را در اعتدال در خوی



پرستی آن چنان مذموم است که روح و جسم انسان را تخریب می کند و از همین رو، قرآن کریم انسان را به ازادواج و اعتدال در امور تشویق می کند. نساء، ۳.

شایان ذکر است که قرآن کریم استفاده حلال، معتدل و معتدل از دنیا و نعمت های آن و نیز لذت بردن از همسر حلال را ممنوع نمی سازد، بلکه دلبستگی افراطی به این امور را ناپسند می شمرد. بقره: ۲۰۱- اعراف ۳۱.

«إِعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى» - مائده، ۸.

عدالت کنید که آن به تقوا نزدیکتر است. ستمکاری به خویشتن و دیگران نوعی بیماری است. قرآن کریم انسانها را به دادگستری فرا می خواند. - مائده ۸. نساء ۱۳۵، انعام ۱۵۲، نحل ۹۰

و عدالت رابه تقوی نزدیک تر داشته به کرات ستمکاران را سرزنش و تهدید می کند و راه توبه رابه سوی آنان می گشاید، قرآن همچنین مردم را از تمایل به ستمکاران و تکیه بر آنان بر حذر می دارد. در اسلام عدالت شرط گواهی دادن امامت جماعت، رهبری امت و موارد دیگر است بقره ۱۲۴- طلاق ۲- نساء ۳.

، تا افراد جامعه اسلامی به سوی عدالت ورزی حرکت کنند و از ستمکاری فاصله گیرند. تا بدین رو جامعه ای سالم و عدالت محور داشته باشند و از سوپی بهداشت روانی آنها در اجتماع نیز تامین گردد. (بهجت پور، ۱۳۸۴، ص ۱۷۷).

■ آثار و نتایج عدم رعایت اعتدال

ارزش هر صفتی بر
میانه روی در آن است
هرگونه افراط یا تفریط،

موجب می شود عنوان ممدوح و پسندیده بودن از یک صفت سلب گردد، و عنوان نکوهیده و رذیله بر آن اطلاق شود. صفات نیکو تا زمانی آثار پسندیده به دنبال دارد و برای جامعه سودمند است، که از حد اعتدال خارج نشود، در غیر این صورت نتایج سوء و زیانباری بر آن مترتب خواهد گردید. از این رو افراط در بخشش، به تبذیر، زیاده روی در فروتنی، به ذلت و خواری، و افراط در بزرگ منشی، به کبر و خشم بر اطرافیان منجر می شود. (رسائل، ج ۱، ص ۸۴) در زمینه افعال نیز، شخص، باید اعتدال را نصب العین خویش قرار دهد، مثلاً در معاشرت با دوستان از افراط و تفریط بپرهیزد، زیرا زیاده روی در انس گرفتن و شوخی، از قدر و منزلت فرد نزد دوستانش می کاهد و حتی گاهی ملالت و دلسردی، جایگزین محبت و دوستی شده، باعث می شود شخص به دوستان بد گرفتار آید. در مقابل چنانچه در این امر سستی ورزد و به مدت طولانی از ملاقات و ارتباط با دیگران اجتناب کند، محبت و علاقه کاهش می یابد و شخص دوستان خود را از دست میدهد و آنها را اطراف خویش پراکنده می سازد.

آدمی باید در شوخی و مزاح نیز حد وسط را برگزیند و از افراط در شوخی بپرهیزد، زیرا افراط در آن، از ارزش شخص می کاهد همچنین افراط در حزم و احتیاط، موجب می شود فرد به هیچ کس اعتماد نکند (اعرافی و همکاران، ۱۳۷۷، ص ۳۹).



نتیجه:

به طور کلی، اعتدال و رعایت حد وسط، خصوصیت تربیتی امت اسلام به شمار رفته است. به خصوص در نظام آموزش و پرورش، با توجه به دوره های مختلف سنی نوباوگان، نوجوانان و اقتضائات منطقه ای و فرهنگی و شرایط روحی و جسمی و جنسی آنان، طراحی ساز و کارهای تربیتی مناسب که بدون عدول از این شاخص ها، بتواند هدف های تربیتی اسلام را تحقق بخشد، امری خطیر و حساس است که تنها با نوعی اجتهاد تربیتی امکانپذیر است.

اصل اعتدال در جامعه نه تنها فرصتهای برابر را بوجود می آورد بلکه هر نوع تبعیض و اندیشه طبقاتی را از بین می برد. وقتی ایمان، تقوی، علم و مجاهدت در راه خدا معیار و ملاک ارزش و فضیلت باشد هر فردی برای کسب این فضایل تلاش می کند و جامعه ای مومن و متقی آگاه و کوشا بوجود می آید. و انشاء الله.

منابع و مأخذ:

- ۱- قرآن کریم.
- ۲- نهج البلاغه.
- ۳- احمدی، سیداحمد (۱۳۸۴)، اصول و روشهای تربیت در اسلام، دانشگاه اصفهان.
- ۴- اعرافی، علیرضا، آراء دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن، دفتر همکاری حوزه دانشگاه سمت، قم.
- ۵- بهجت پور، عبدالکریم و همکاران (۱۳۸۴)، تفسیر موضوعی قرآن کریم، دفتر نشر معارف، قم، تفسیر نمونه، ج ۱۲.
- ۶- خوانساری، جمال الدین محمد، (۱۳۷۳)، شرح غررالحکم و دررالحکم، ج ۲، دانشگاه تهران.
- ۷- دلشاد تهران، مصطفی، (۱۳۸۳)، تفسیر موضوعی نهج البلاغه، دفتر نشریات معارف، قم.
- ۸- دلشاد تهرانی، مصطفی (۱۳۸۲)، سیری در تربیت اسلامی، دریا، تهران.
- ۹- شیبستری، محمود، (۱۳۶۱)، گلشن راز، به اهتمام صابر کرمانی، انتشارات طهوری، تهران.
- ۱۰- شکریان، مریم، (۱۳۸۶)، فلسفه تعلیم و تربیت در قرآن کریم و نهج البلاغه، پایانامه کارشناسی ارشد، اصفهان.
- ۱۱- شکوهی، یکتا، محسن، (۱۳۶۳)، مبانی تعلیم و تربیت اسلامی، دفتر تحقیقات و برنامه ریزی درسی، قم.
- ۱۲- طالقانی، سیدمحمود، پرتوی از قرآن، ج اول، شرکت های انتشارات بی تا، تهران.
- ۱۳- مجله رشد معلم (۱۳۸۴)، آموزش قرآن، دوره سوم، شماره ۲، تهران.
- ۱۴- نراقی، مهدی (۱۴۰۵)، جامع السعادات، علم اخلاق اسلامی، ترجمه سیدجلال الدین مجتبیوی، انتشارات حکمت.