



## اصلاح الگوی مصرف در فروغ آیات و روایات

محمّد مهدی رکنی یزدی

تاریخ دریافت: ۱۳۸۸/۱/۱۵ - تاریخ پذیرش: ۱۳۸۸/۲/۷

چکیده

رهبر معظم آیت‌الله خامنه‌ای مدّ ظلّه سال ۱۳۸۸ را سال اصلاح الگوی مصرف دولت و ملت شمردند، و درست و به‌جا مصرف کردن را خواستار شدند. این پیام والا برگرفته از آیات قرآن و احادیث معصومین است. نویسندگان در این مقاله آیات و سپس روایات مربوط به آن موضوع را ذکر و شرح مختصری داده است. پیام آیات و احادیث، رعایت عدالت و میانه‌روی در مصرف هر چیز و هر کار است. در زمان گذشته؛ دعوت علمای اخلاق و مربیان جامعه به ساده‌زیستی و قناعت بوده، که ثمره‌اش عدالت اجتماعی و برخورداری همه مردم از نعمت‌های خداداد است. اما در زمان ما و زندگی ماشینی، برنامه‌ریزی‌های سنجیده حکومت، تأثیر مهمی در رسیدن به این مقصد عالی دارد.

در پیام نوروزی رهبر گرانقدر دامت افاضاته... آمده بود: «باید خودمان را اصلاح کنیم. باید الگوی مصرف جامعه و کشور اصلاح شود... صرفه‌جویی به معنای مصرف نکردن نیست، صرفه‌جویی به معنی درست مصرف کردن، به‌جا مصرف

کردن، ضایع نکرد مال، مصرف را کارآمد و ثمربخش کردن است»<sup>۱</sup>. با آگاهی و اشرافی که معظم‌له بر اوضاع کشور دارند، و اهمّ و مهم امور را

۱. پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر مقام معظم رهبری.

نیک می‌دانند، امسال بر اصلاح الگوی مصرف در کارهای گوناگون دولت و ملت تأکید کردند، و راستی که تعلیمی بنیادین را متذکر شدند، که اگر درست عملی شود بستر لازم برای اجرای عدالت اجتماعی را فراهم می‌کند.

آنچه دولت و دولتمردان باید انجام دهند آنان خود شرح داده به صورت کاربردی بیان می‌کنند. اما آنچه تالیسته است در این نوشته کوتاه گفته شود، شماری از آیات و احادیث است که مبنای این تعلیم اسلامی است، و باید در حکومت اسلامی و جامعه مسلمان به آن‌ها عمل شود، و البته به مصداق «الناس علی دین ملوکهم» هیأت حاکمه و مردم فرهیخته و ثروتمند باید پیش‌قدم باشند.

ابتدا یادآور می‌شود اصولاً دین - برخلاف مکتب‌های بشری و نظری - آیینی عملی است، و اصول پنج‌گانه اعتقادی آن هم زیربنای تفکر صحیح است که در عرصه زندگی بازده عملی داشته باشد، و گرنه فقط باور سطحی و ظاهری که انگیزه بر عمل به احکام عبادی و اجتماعی نشود، نه به‌روزی دنیا را به‌بار می‌آورد نه رستگاری آخرت را.

می‌دانیم اسلام دین «توحید» است. بار معنایی توحید در این دین بیشتر از سایر ادیان آسمانی - مانند دین حضرت موسی و عیسی علیهم‌السلام - است. توحید تنها به معنی یکتا شمردن مبدأ جهان و آفریننده جهانیان نیست، بلکه آفریدگار و مالک و خداوند جهان و انسان و همه موجودات است. به وجودآورنده و مالک واقعی همه چیز اوست، و مالکیت آدمیزاد مجازی، موقتی، آمدنی و رفتنی است، و این حقیقتی مهم است که متأسفانه از آن غفلت داریم. دلیل این مالکیت اعتباری و مجازی این است که بی‌رضایت و اختیارمان آنچه داریم از ما سلب می‌شود. ما که اختیار هستی و حیات خود را نداریم بدیهی است که تسلط و دوام وابسته‌های آن از مال و منال یا علم و صنعت هم در قدرت ما نباشد، و چنان که می‌بینیم در این امور اختیار و حق انتخاب نداریم، و این است معنی نیازمندی به آفریدگار چنان که می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْغَنِيمُ» (فاطر/۵)؛ ای مردم شما به خدا نیازمندید و خداست

۱. خداوند: صاحب و دارنده

که بی‌نیاز ستوده است!  
این عقیده چون از مغز به قلب رسوخ کند و بر دل نشیند، انسان دارایی‌اش را امانت الهی می‌شمرد، که برای گذران آبرومندانۀ زندگی خود و هموعانش در اختیار او گذاشته شده و باید برابر حکم خدا آن را هزینه کند، که خلاصه آن را می‌توان رعایت اعتدال در هر کار و میانه‌روی در بهره‌برداری از هر نعمت دانست.

صریح‌ترین آیه در این باب، آیه معروف «كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا» (اعراف/۳۱)؛ است که به خوردن و آشامیدن امر و از زیاده‌روی نهی کرده است. سعدی به این آیه نظر داشته که گوید:

نه چندان بخور کز دهانت برآید

نه چندان که از ضعف جانت برآید<sup>۱</sup>

نیز در سوره مائده آیه ۸۷ می‌فرماید:  
«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُخْرِمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ»؛ «ای

۱. ترجمه از: قرآن مجید، ترجمه استاد محمد مهدی فولادوند است.

۲. گزیده گلستان سعدی، انتخاب و توضیح دکتر غلامحسین یوسفی، انتشارات سخن، ۱۳۷۰، باب سوم، حکایت ۷، ص ۹۷.

کسانی که ایمان آورده‌اید چیزهای پاکیزه‌ای را که خدا برای [استفاده] شما حلال کرده حرام بشمارید، و از حد مگذرید که خدا از حد گذرندگان را دوست نمی‌دارد». این آیه از یک سو مؤمنان را به بهره‌برداری از نعمت‌های حلال و پاک دعوت می‌کند، و از دیگر سو زیاده‌روی و درگذشتن از حد و میزان یعنی اعتدال را نهی می‌نماید.

برای روشن‌تر شدن معیار و به دست آوردن الگو به لغتنامه‌های قرآنی مراجعه کرده معنی «اسراف» را می‌جویم. راغب در المفردات فسی غریب القرآن می‌نویسد: «السَّرْفُ تَجَاوُزُ الْحُدِّ فِي كُلِّ فِعْلٍ يَفْعَلُهُ الْإِنْسَانُ وَإِنْ كَانَ ذَلِكَ فِي الْإِنْفَاقِ أَشْهَرُ؛ سرف / اسراف از حد و اندازه هر کار تجاوز کردن است، هر چند در خرج کردن مال بیشتر به کار می‌رود. با توجه به این معنی لغوی است که در فرهنگنامه قرآنی لسان التنزیل آمده: الإسراف گزاف‌کاری کردن، یعنی زیادت به کار بردن<sup>۲</sup>.

۳. رک: لسان التنزیل، مؤلف ناشناخته، به اهتمام دکتر مهدی محقق، مرکز انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۶۲، ص ۷۳.

اکنون که معنی اصلی اسراف را دانستیم معنی این آیه روشن‌تر می‌شود که خداوند می‌فرماید «وَإِنَّ فِرْعَوْنَ لَنَاقِلٍ فِي الْأَرْضِ وَإِنَّهُ لَمِنَ الْمُسْرِفِينَ» (یونس/۸۳)؛ و در حقیقت فرعون در آن سرزمین برتری‌جویی و از اسراف‌کاران بود. برتری‌جستن یا تکبر نیز تجاوز حال نفسانی و روحی از حدی است که دارد، به صورتی که مسرف خود را بالاتر از بقیه مردم می‌شمرد و به خود حق می‌دهد از محدوده‌ای که برای هر کار تعیین شده تجاوز کند و تفوقش را به رخ دیگران کشد و نظم و تعادل جامعه را برهم زند. از این جاست که قرآن کریم مسرفان را مفسد در زمین می‌شمرد نه مصلح، و از فرمان‌برداری از آنان نهی می‌کند<sup>۱</sup>.

در حقیقت اسراف به حدی ناپسند و زیان‌بخش است که حتی در انفاق و بخشش نیز باید از آن دوری جست، چنان که قرآن در وصف بندگان خدا می‌فرماید: «وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَسُوا

۱. از زبان صالح پیامبر نقل می‌کند که به قومش نمود می‌گفت: «وَلَا تُطِيعُوا أَمْرَ الْمُسْرِفِينَ \* الَّذِينَ يَفْسُدُونَ فِي الْأَرْضِ وَلَا يُصْلِحُونَ» (شعراء / ۱۵۱-۱۵۲).

يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا» (فرقان/۶۷)؛ و [عباد رحمان] کسانی اند که چون انفاق کنند نه و لخرجی می‌کنند و نه تنگ می‌گیرند، و میان این دو [روش] حد وسط را برمی‌گزینند.

علامه طباطبایی تصریح می‌کند: صدر آیه دو طرف افراط و تفریط را نهی می‌کند و ذیل آیه با کلمه «قوام»، حد وسط را تثبیت می‌کند<sup>۲</sup>.

همچنین در سوره انعام (آیه ۱۴۱) پس از وصف باغ‌های میوه‌داری که خداوند ایجاد کرده می‌فرماید: «از میوه آن - چون ثمر داد - بخورید، و حق [بینوایان از] آن را روز بهره‌برداری از آن بدهید، ولی زیاده‌روی مکنید که او اسراف‌کاران را دوست ندارد». در این باره احادیثی از ائمه معصومین<sup>۳</sup> رسیده، که میزان این صدقه و بخشش را معلوم می‌کند، و آن اعتدال و میانه‌روی حتی در انفاق‌های مستحبی است، به طوری که برای خود زارع مالک و خانواده‌اش

۲. السید محمد حسین طباطبائی، میزان فی تفسیر القرآن، مؤسسة الأعلمی للمطبوعات، ۱۳۹۳ق، ۲۴۰/۱۵.

هم چیزی برجا بماند.<sup>۱</sup>  
 از دیگر تعلیمات قرآن حکیم که مربوط به موضوع سخن است در آیات ۲۶ تا ۲۹ سوره اسراء آمده است که ترجمه‌اش نقل می‌شود: «و حبق خویشاوند را به او بده، مستمند و در راه مانده را [دستگیری کن] و ولخرجی و اسراف مکن. چسرا که تَبذیرکنندگان<sup>۲</sup> برادران شیطان‌هایند، و شیطان همواره نسبت به پروردگارش ناسپاس بوده است. و اگر به امید رحمتی که از پروردگارت جویای آنی، از ایشان روی می‌گردانی، پس با آنان سخنی نرم بگوی. و دستت را به گردنت زنجیر مکن و بسیار گشاده‌دستی منما تا ملامت شده و حسرت‌زده بر جای مانی.»  
 آنچه در آن آیات توضیح می‌طلبید عبارت است از: تَبذیر که از ریشه «بذر» به معنی پاشیدن دانه برای کاشتن است، و در معنی اصطلاحی جایی به کار می‌رود که مال در راه فساد و نامشروع صرف  
 ۱. رک: المیزان، ۳۶۸/۷-۳۶۹.  
 ۲. متن ترجمه فولادوند «اسرافکاران» بود. با توجه به آیه که «المُبذِرین» بود، و آیه قبل آن هم نهی از «تَبذیر» بود ترجمه اصلاح شد.

شود، و در غیر آن تَبذیر گفته نمی‌شود.<sup>۳</sup>  
 چنان که عیاشی از امام صادق علیه السلام نقل کرده کسی که در غیر طاعت خدا مالی هزینه کند تَبذیر کرده و آن که در راه خدا اتفاق نماید میانه‌رو (مقتصد) است.<sup>۴</sup>  
 راغب «مبذِر» را ضایع‌کننده مال دانسته، و صاحب *اقراب الموارد* «تَبذیر» را پراکندن و هزینه مال به صورت اسراف شمرده است.<sup>۵</sup>  
 اما این‌کس که در آینه مزبور از تَبذیرکنندگان به «برادران شیطان‌ها» تعبیر شده، بنا به تفسیر طبرسی به سبب پیروی از راه شیاطین است که جز به راه حرام و فسادانگیزی گام بر نمی‌دارند.<sup>۶</sup>  
 در سوره اسراء آیه ۲۹ میزان بخشش را با تعییراتی خاص بیان کرده می‌فرماید: نه دست خود را به گردنت ببند که نتوانی  
 ۳. الفضل بن الحسن الطبرسی، *مجمع البیان فی تفسیر القرآن*، الجزء السادس، دارالمعرفه، ۱۴۰۶ق، ص ۶۲۳.  
 ۴. ناصر مکارم شیرازی، *تفسیر نمونه*، دارالکتب الاسلامیه، ۸۶/۱۲.  
 ۵. رک: سعید الخوری الشرتوتی، *اقراب الموارد فی فصح العربیة والشوارد*: بذر المال: فرقه اسرافاً.  
 ۶. مجمع البیان، ۶۳۲/۶.

چیزی به کسی دهی، که کنایه از بخل است، و نه چندان گشاده‌دستی کن که هر چه داری ببخشی و خود تهی دست و غمگین بمانی. سعدی رعایت این اعتدال را چنین بیان کرده:  
 خور و بوش و بخشای و راحت رسان  
 نگه می‌چه‌داری ز بهر کسان  
 درباره شأن نزول آیه گفته‌اند: سائلی در خانه رسول خدا صلی الله علیه و آله آمد و تقاضای کمک کرد. چون چیزی نداشتند درخواست کرد پیراهن خود را به او ببخشند. از آن‌جا که حضرت سائل را محروم نمی‌کرد، حاجت او را برآورد و یکتا تن‌پوش خود را به او داد و نتوانست برای نماز جماعت به مسجد رود. این پیش‌آمد زبان عیب‌جویان را دراز کرد و پیامبر رحمت ملامت شده و حسرت‌مند (از بازماندن نماز جماعت) گردیدند.<sup>۱</sup>  
 بعضی هم سبب نزول آیه را این گفته‌اند که نبی اکرم صلی الله علیه و آله آنچه در بیت‌المال داشت به سائلان می‌داد و برای مراجعان بعدی چیزی نمی‌ماند. این امر سبب آزرده‌گی خاطر آن پیشوای مهربان  
 ۱. همان، ۶۳۵/۶.

می‌شد.<sup>۲</sup> در هر صورت حکم آیه کلی و همگانی و قابل اجرا در هر زمان و مکان است، و شأن نزول‌ها فقط به روشنگری مفاد آیه کمک می‌کند نه حکم آن‌ها.  
 در آینه احادیث  
 اکنون نگاهی به احادیث رسیده از پیشوایان معصوم علیهم السلام می‌افکنیم. می‌بینیم در آن‌ها نیز مانند آیات به میانه‌روی و اندازه نگه داشتن و اجتناب از افراط و تفریط در هر کار توصیه شده است، و اینک حدیثی از حضرت ابوالحسن علی ابن موسی الرضا علیه السلام: «لا یستکمل عبداً حقیقة الإیمان حتی یتکون فیهِ خصال ثلاث: التَّقَهُ فی الدین، و حَسَنُ التَّقَدیر فی المعیشة، و الصَّبْرُ علی الرُّزایا»؛ بنده‌ای حقیقت ایمان را به کمال نمی‌رساند مگر  
 ۲. تفسیر نمونه، ۹۲/۱۲.  
 ۳. حسن بن علی بن حسین بن شعبة الحرانی، *تحف العقول*، تصحیح و ترجمه علی اکبر غفاری، کتاب‌فروشی اسلامی، ۱۳۸۴ق، ص ۴۷۱. این حدیث پُر معنی را ذیل سخنان امام باقر و امام صادق علیهم السلام نیز نقل کرده است. در ابتدای حدیث مَرُوی از حضرت باقر علیه السلام: «الکمال کلُّ الکمال» ذکر شده است.

این که در او سه خصلت باشد: فهم عمیق از دین، اندازه نگه داشتن در آنچه به وسیله آن امرار معاش کنند، و شکیبایی در گرفتاری‌ها و پیش آمدهای ناگوار.

این حدیث با اندک تفاوت از امام جعفر صادق و امام محمد باقر علیهما السلام نیز نقل شده که حاکی از اهمیت آن سه خصلت و صفت می‌باشد.

شاهد گفتار ما در «حُسن تقدیر» است، که معنی‌اش با فهم صحیح و ژرف از اصول و فروع دین بهتر عمل می‌شود. حُسن تقدیر حکمی کلی است و شامل آنچه امرار معاش انسان را تأمین می‌کند از مسکن و پوشاک و خوراک و سایر مایحتاج می‌باشد. چنان که در پاسخ سؤالی از آن حضرت درباره میزان «نقسه همسر» می‌فرمایند: حد میان اسراف و اقتار (تنگ نظری، سخت گیری) و به آیه ۶۷ سوره فرقان استناد می‌کنند.

درباره میزان مصرف، حکم کلی در روایت حضرت علی بن حسین علیهما السلام نیز آمده: «إِنَّ مِنْ أَخْلَاقِ الْمُؤْمِنِ الْإِنْفَاقِ عَلَيَّ قَدْرِ الْإِقْتَارِ، وَالتَّوَسُّعِ عَلَيَّ قَدْرِ التَّوَسُّعِ»؛ «از اخلاق مؤمن است: کم خرج کردن

به هنگام تنگدستی، و بیشتر خرج کردن به وقت توانگری»<sup>۱</sup>. این دستور چنان که می‌بینیم حکمی است خردپذیر و عملی که میانه‌روی را در دو وضع مالی مؤمن توضیح می‌دهد.

میزان در خوارک

انسان موجودی است میان‌تهی که برای ادامه حیات نیاز به خوردن و آشامیدن دارد، و بیشترین مصرفش از مواهب طبیعی در غذای اوست، و ظاهراً اکثر اسراف و زیاده‌روی‌اش نیز در همین خوراک می‌باشد.<sup>۲</sup> برای به دست آوردن میزان غذایی که آدمی را ضرور است و باید مصرف کند، حدیث‌های زیر نقل می‌شود:

امام جعفر صادق علیه السلام می‌فرماید: «فرزند آدم را چاره‌ای نیست جز خوردن مقداری از خوراک که بدن او را سر پا نگاه دارد. پس هنگامی که یکی از شما غذایی می‌خورد باید یک سوم شکمش را به خوراک اختصاص دهد، و

۱. تحف العقول، ص ۲۸۲.

۲. اتلاف خوراک‌های گوناگون تهیه شده در مجالس مهمانی، دولتی یا خصوصی (عروسی یا عزا)، «قولی است که جملگی برآیند» و به شرحش نیازی نیست.

یک سوم را به نوشیدنی و یک سوم را به نفس و دم. بنابراین مبدا خود را همچون خوک‌های پرواری برای گشتن فریه سازید»<sup>۱</sup>.

پرخواری به تندرستی انسان زیان می‌رساند و از عوارض فریبهی همه باخبریم، علاوه بر این «تنور شکم دمبدم تافتن»<sup>۲</sup> حال روحانی و صفای دل را از آدمی می‌گیرد. رسول خدا صلی الله علیه و آله که خود هیچ‌گاه سیر و پُر غذا نخورد، تأثیر دوگونه غذا خوردن را چنین بیان می‌فرماید:

«مَنْ قَلَّ طَعَامُهُ صَحَّ بَدَنُهُ وَ صَفَا قَلْبُهُ. وَ مَنْ كَثَرَ طَعَامُهُ سَقَمَ بَدَنُهُ وَ قَسَا قَلْبُهُ»؛ کسی که خوراکش کم باشد بدنش سالم و دلش با صفاست. و آن که پُر خورد بدنش بیمار شود و سنگ‌دل گردد.<sup>۳</sup>

و خلیفه بلافصل او علی بن

۱. کافی، ۲۷۰/۱۶، به نقل از: محمد رضا حکیمی، محمد حکیمی، علی حکیمی، الحیاء، ۲۷۳/۴.

۲. سعدی گوید: تنور شکم دمبدم تافتن / مصیبت بود روز نایافتن.

۳. الشیخ عباس القمی، سفینه البحار، اشرف علی اکبر الهی خراسانی، مجمع البحوث الإسلامیه، ۶۹/۱.

ابی طالب علیه السلام درباره خوردن چنین تعبیری دارد:

«قَلَّةُ الْأَكْلِ مِنَ الْعَفَافِ وَ كَثْرَتُهُ مِنَ الْإِسْرَافِ»؛ «کم خوری عفاف است و پرخواری اسراف»<sup>۴</sup>.

برای روشن تر شدن معنی آن سخن گوئیم: عفت و عفاف خودداری است از آنچه روا نیست، لذا گاه به پارسایی ترجمه می‌شود. راغب در المفردات «عفت» را حصول حالتی در نفس می‌داند که از غلبه شهوت (میل شدید) بر انسان او را حفظ می‌کند. بنابراین معلوم می‌شود که چگونه کم خوردن جزئی از عفاف و خویش‌داری است که هر مسلمان دل‌آگاهی باید رعایت کند. اینک نمونه‌ای عملی از رفتار امام:

روایت شده که امیر مؤمنان علیه السلام از برابر دکان قصابی که گوشت فریبهی داشت گذشت. قصاب به حضرت گفت: از این گوشت فریه بخرید.

۴. ارشاد القلوب، ۱۱۹/۱. به نقل از مستدرک الوسائل، چاپ ۱۴۰۸، ۲۱۳/۱۶. شاید مصلح الدین سعدی اشاره به آن روایت داشت که گوید: به تمنای گوشت مردن به / که تقاضای زشت قصابان. (گلستان، باب سوم، حکایت ۹).

جواب شنید که: فعلاً پول ندارم.  
فروشنده گفت: برای دریافت بهای آن  
صبر می‌کنم.

امام پاسخ داد: من بر نخریدن گوشت  
صبر می‌کنم!

اما دستور جامع و همگانی حضرت  
علی علیه السلام در این سه جمله کوتاه نفوذ است:  
«... فِدْعُ الْإِسْرَافِ مُقْتَصِدًا، وَادْكُرْ فِى  
الْيَوْمِ عَدَا، وَعَلَيْكَ مِنَ الْمَالِ بِقَدْرِ  
ضُرُورَتِكَ»؛ با میانه‌روی [در مصرف]  
اسراف را ترک کن، در امروز فردا را به  
یساد آور، و از مالست به قدر لازم و  
ضروری نگه دار.<sup>۱</sup>

و از امام موسی بن جعفر علیه السلام چنین  
دستور رسیده: برای خوردن بهره‌ای از  
نعمت‌های دنیا قرار دهید<sup>۲</sup>، بدین گونه که  
آنچه حلال باشد و خلاف مروت و

۱. غرر الحکم، ص ۲۳۴، به نقل از: الحیاء،  
۲۷۲/۴.

۲. نهج البلاغه، ص ۸۷۱؛ «عبده»، ۲۳/۳. به  
نقل از: الحیاء، ۱۹۱/۴.

۳. سخن امام توضیح سخن خداست که به  
قارون می‌فرماید: «وَاتَّبِعْ فِيمَا أَنَاكَ اللَّهُ الدَّرَجَ  
الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيكَ مِنَ الدُّنْيَا». با آنچه  
خدا به تو داده سرای آخرت را بجوی و  
سهم خود را از دنیا فراموش مکن...

اسراف هم نباشد به آن بدهید، تا به این  
وسیله بر انجام دادن وظایف دینی موفق  
شوید؛ زیرا روایت شده «لَيْسَ مِنَّا مَنْ  
تَرَكَ دُنْيَاهُ لِدِينِهِ أَوْ تَرَكَ دِينَهُ لِدُنْيَاهُ»؛ از ما  
نیست کسی که دنیایش را برای دینش  
ترک کند، یا دینش را برای دنیا از دست  
دهد.<sup>۳</sup>

نکته: دریغ است به نقل احادیث دیگر  
که مورد نظر است پردازیم و از بخش  
نخست حدیث مذکور صرف نظر نماییم،  
مخصوصاً که در آن از «الگوی مصرف  
عمر» و تقسیم‌بندی اوقات نایاب و  
تندیسر زمان سخن می‌رود:

بکشید تا زمان (عمر) شما به چهار  
بخش (و کار) گذرد: ساعتی برای نیایش  
و مناجات با خدا، زمانی برای امر معاش  
و کسب و کار، مقداری هم برای  
معاشرت با برادران (دینی) و افراد مورد  
اعتماد، همانان که عیب‌های شما را  
(خصوصی) معرفی می‌کنند و از صمیم  
دل (خالصانه) باشمایند. زمانی هم ویژه  
بر خورداری از لذت‌های حلال (با  
خانواده) خلوت کنید، که به این قدر (از  
لذت و راحت) بگذران آن سه زمان  
۴. تحف العقول، ص ۴۳۳.

دیگر توانا می‌شوید.

این است نگرش الهی حجت خدا به  
انسان و نیازهای روحی و جسمی‌اش، و  
برنامه‌ریزی کلی برای زندگی، و ارائه  
هدف غیایی عمر که نیایش و کسب  
معرفت است، در عین کسب و کار و  
معاشرت و بهره‌رسانی به هموعان.

در اسلام که آیین اعتدال و جمع بین  
دنیا و آخرت است، استفاده از مواهب  
الهی و نعمت‌های طبیعی - در حد میانه و  
به اندازه - توصیه شده است. اینک به  
تناسب موضوع سخن اندکی از آن  
احادیث - که کمتر گفته شده - نقل  
می‌شود:

#### آب و نان

«سُئِلَ الرَّضَاءُ علیه السلام عَنْ طَعْمِ الْخُبْزِ وَالْمَاءِ.  
فَقَالَ: طَعْمُ الْمَاءِ طَعْمُ الْحَيَاةِ وَطَعْمُ الْخُبْزِ  
طَعْمُ الْعَيْشِ»؛ از حضرت رضاء علیه السلام از مزه  
نان و آب سؤال شد. پاسخ این بود که:  
مزه آب مزه زندگی است؛ یعنی حیات

۱. بحار الانوار، ۹۹/۲۹. به نقل از محمّد  
حکیمی، معیارهای اقتصادی در تعالیم  
رضوی، بنیاد پژوهش‌های اسلامی،  
ص ۱۷۶.

انسان به آب وابسته است، و طعم نان  
طعم خوراک است؛ یعنی غذای اصلی  
انسان نان است.

مانند این خبر از حضرت صادق علیه السلام  
نیز روایت شده که در آن «طعم الخبز  
القوة» آمده، و نان مایه نیرو و توان انسان  
شمرده شده است.

پیام این‌گونه احادیث چیست؟  
زندگانی انسان به آب و نان بستگی دارد.  
از وظایف مهم حکومت اسلامی فراهم  
آوردن آب سالم و نان برای شهروندان -  
مخصوصاً فرودستان - است، از سوی  
دیگر وظیفه حتمی همگان به هدر ندادن  
آب و نان و مصرف صحیح آن است، تا  
نعمت‌های حیاتی آفریدگار با اسراف و  
اتلاف از بین نرود.

از آنچه گفتیم اهمیت این دعای  
رسول اکرم صلی الله علیه و آله، روشن تر می‌شود که به  
زبان دعا می‌فرمود: «خدایا! به نان ما  
برکت ده، و میان ما و آن جدایی مینداز،  
که اگر نان نبود نه می‌توانستیم روزه

۲. «وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ: هَؤُلَاءِ  
يُؤْمِنُونَ» (سوره انبیاء، ۳۰/۷).  
۳. العیش: الطعام و ما یعاش به یقال: عیش  
بنی فلان لیتن. (اقرب الموارد).

بگیریم نه نماز بخوانیم، و نه دیگر واجبات پروردگار خویش را به جا آوریم.<sup>۱</sup> این پیوستگی قدرت بدنی و روحی و ضرورت هر دو را برای عبادت و کسب معرفت می فهماند.

گوشت

غذای نیروبخش به انسان بعد از نان، گوشت است که در روایات به خوردن سه روز یک بار آن توصیه شده است و از یک اربعین نخوردن نهی شده:

امام جعفر صادق علیه السلام از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله روایت می کند: «بر شما یاد به خوردن گوشت، چون گوشت گوشت می رویند. هر کس چهل روز بر او بگذرد و در آن فاصله گوشت نخورده باشد بدخلق خواهد شد. و هر کس بدخلق شد به او گوشت بخورانید»<sup>۲</sup>.

در این حدیث به خصوص تأثیر غذا و نیروی جسمی را بر روح بیان می کند که به تجربه نیز ثابت شده است.

همچنین از آن اسام روایت شده:

۱. کافی، ۲۸۶/۶، به نقل از: الحیاء، ۱۹۵/۶.  
۲. وسائل الشیعه، ۲۶/۱۷؛ به نقل از: الحیاء، ۱۹۶/۶.

«گوشت) باید هر سه روز یک بار خورده شود، که در ماه می شود ده بار، نه بیش از این»<sup>۳</sup> روشن است که این معیارها نسبت به زمانها، شهرها و شرایط مختلف تغییرپذیر است، و امروز «علم تغذیه» می تواند الگوهای دقیق تر را - با توجه به بُعد معنوی و روانی انسان - در اختیار گذارد.

شیر

توان گفت بعد از آب - که مایعی طبیعی و غیر حیوانی است - تنها آشامیدنی که از آغاز تولد انسان بر کوره خاک وجود داشته، و تغییر ماهوی و ذاتی نکرده، همین ماده سفید پاک است که به قدرت آفریدگار حکیم از میان «فَرث و دم»<sup>۴</sup> (سرگین و خون) ساده و سالم

۳. کافی، ۵۱۱/۵-۵۱۲؛ به نقل از: الحیاء، ۱۹۷/۶.

۴. در سوره نحل آیه ۶۶ می خوانیم: «وَأَنْ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعْنَةً تَسْتَأْتِكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِمْ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبْنَا خَالِصًا سَائِغًا لَلشَّارِبِينَ»؛ و در دامها قطعاً برای شما عبرتی است؛ از آنچه در [لابای] شکم آنهاست، از میان سرگین و خون شیری ناب به شما می نوشانیم که برای نوشندگان گواراست.

بیرون آورده می شود، و از نوزادی تا کهن سالی خوراکی بسیار مفید برای انسان می باشد. در روایات از شیر (البَن) این گونه تعریف شده:

امام علی علیه السلام می فرماید: «ألبان البقرة دواء»؛ «شیر گاو دارو و درمان است»<sup>۱</sup>.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از خرما و شیر به «أطبیان» تعبیر کرده؛ یعنی دو خوراکی لذیذ و شیرین و خوب.<sup>۲</sup>

رویدنی ها

حضرت امام جعفر صادق علیه السلام در گفتاری یلند و آموزنده در پاسخ پُرسنده ای که از راه های معیشت می پرسد، آن جا که سخن به خوردنی های حلال می رسد، حضرت سه نوع خوردنی ها را که از زمین می روید و برای نیروبخشیدن به انسان سودمند است برمی شمرد که خلاصه اش عبارت است از: دانه های نباتی (گندم و جو و برنج و

۱. الحیاء، ۱۹۹/۶.  
۲. مکرم الأخلاق، ص ۲۲۰، به نقل از: سفینه البحار، ۲۸۶/۴. روایات دیگر را در این مأخذ توان دید.

نخود...، میوه های مفید، و گونه سوم سبزی ها و رویدنی هایی که سَمی نباشد.<sup>۳</sup> در حدیثی دیگر راجع به اهمیت سبزی خوردن چنین تعبیری کرده اند: «لِكُلِّ شَيْءٍ حَلِيَّةٌ وَ حَلِيَّةُ الْخَوَانِ الْبَقْلُ»؛ «هر چیزی را زیتنی است و زیت سفره سبزی خوردن است»<sup>۴</sup>.

و در استفاده از انواع میوه ها فرموده اند: «هر میوه ای که همگانی شود، مرد باید از آن برای خانواده خویش بخرد»<sup>۵</sup>.

میزان کلی اسراف

احادیثی که نقل خواهد شد ملاک کلی اسراف و تجاوز از الگوی صحیح را تعیین می کند:

از حضرت صادق علیه السلام روایت شده: همانا میانه روی امری است که خدای

۳. برای ملاحظه این خبر طولانی که فشرده مباحث فقهی و مکاسب را در بر دارد رک: حسن بن علی شعبة الحرانی، تحف المقول عن آل الرسول، ص ۳۴۶-۳۵۶.  
۴. الحیاء، ۲۰۹/۶.  
۵. کافی، ۵۱۲/۵، به نقل از: الحیاء، ۲۰۵/۶.

عزوجل دوست دارد، و اسراف را بسی تردید دشمن دارد، گر چه دور انداختن هسته خرمایی باشد که برای کاشتن خوب است، یا دور ریختن زیادی آبی که نوشیده‌ای<sup>۱</sup>، و به هدر دادن آن. از همان امام همام نقل شده: «اسراف و زیاده‌روی در چیزی است که مایه تباهی مال شود و به بدن آسیب برساند. گفته شد: پس «اقتار» و تنگ‌گیری در زندگی چیست؟

فرمود: خوردن نان و نمک در حالی که توانایی بر خوردن چیزی جز آن داری.

گفته شد: پس میانه‌روی چیست؟ فرمود: نان و گوشت و شیر و سرکه و روغن [خوردن]، یک بار این و یک بار آن.<sup>۲</sup>

«اسحاق بن عمار می‌گوید: به امام کاظم علیه السلام گفتم: مردی ده بیراهن دارد، آیا در این کار اسراف کرده است؟

امام فرمود: نه، این باعث دوام بیشتر جامه‌های اوست، بلکه اسراف آن است که لباس آبرومند خود را در جاهای آلوده بپوشی (و آن را ضایع کنی).<sup>۳</sup> از امام صادق علیه السلام است که فرمود: هنگامی که خدا بر بنده خود نعمتی را ارزانی کند، دوست دارد نشان آن را بر او ببیند، چون او زیباست و زیبایی را دوست دارد.<sup>۴</sup> مانند این حدیث از حضرت علی علیه السلام هم نقل شده است.

از احادیث متعددی که در استحباب عطر زدن و خوشبو کردن خود به ویژه برای نماز رسیده صرف نظر می‌کنیم و به نقل روایتی از حضرت صادق علیه السلام بسنده می‌نماییم که فرماید:

آنچه در خریدن عطر مصرف کنی اسراف نیست<sup>۵</sup>، و جایگاه آن امام در مسجد از بوی خوش آن و جای

سجودش شناخته می‌شد.<sup>۱</sup>

جمع بین احادیث نقل شده، که در واقع توضیح و تفسیری بر آیات کلام الله است، می‌تواند نظری صحیح درباره معیار و الگوی مصرف هر چیز به ما بدهد. پیشینیان ما از علمای اخلاق، مصلحان، جامعه و شاعران متعهد برای جلوگیری از اسراف و ایجاد زندگی سالم، راحت و بی‌اضطراب، از تعلیمات اسلامی مایه گرفته «قناعت» را تعلیم می‌دادند و ساده‌زیستن را ترویج می‌کردند.<sup>۲</sup>

در زمان ما که تبلیغات افسونگر و آگهی‌های رنگارنگ تجاری، میل‌های کاذب خرید را در مردم ایجاد می‌کند، سخن از قناعت گفتن و الگوی مصرف برای هر کار اداری یا خانوادگی تعیین

کردن، ضرورتی است فرهنگی و ملی با اهمیتی مضاعف، تا همگان - مخصوصاً مردم کم‌مایه و درمانده - به زندگی متعادل دست یابند، و این «حیات طیبه» حاصل نشود جز با اجرای عدالت اجتماعی و کوتاه کردن دست مفسدان اقتصادی و اسرافکاران و شادخواران (مترفین)، زیرا عدالت و مصرف درست لازم و ملزوم یکدیگرند.

پیام رئیس مذهب ما امام جعفر صادق علیه السلام این است: «إِنَّ النَّاسَ يَسْتَعْتُونَ إِذَا عُدِلَ بَيْنَهُمْ؛ اگر عدالت اجرا شود همه مردم بی‌نیاز می‌شوند». و این است هدف اصلی در حکومت اسلامی، که با یاری مردم باید اجرا گردد.

۱. الحیاة، ۲۲۱/۶.

۲. برای آگاهی بیشتر در این باره رک: مجله مشکوة، زمستان ۱۳۶۳، شماره ۶، سعیدی آموزگار قناعت؛ و چاپ مجدد آن در یادمان روزها، مجموعه مقالات، بنیاد پژوهشهای اسلامی، مشهد.

۳. کافی، ۵۶۸/۳، نقل از الحیاة، ۲۱/۶.

۳. مکارم الأخلاق، ص ۱۱۲، به نقل از: الحیاة، ۲۱۲/۶.  
 ۴. کافی، ۴۳۸/۶، به نقل از: الحیاة، ۲۱۲/۶.  
 ۵. کافی، ۵۱۲/۶، به نقل از: الحیاة، ۲۲۲/۶.