



دین آسان است؛ و هرکس آن را بر خود سخت بگیرد، سرانجام خسته و درمانده می شود؛ پس راه راست و درست و میانه را در پیش بگیرید و (به درست کاری و میانه روی) خوشحال باشید و از عبادت صبح و شام و پاسی از شب کمک بگیرید.

از ابوهریره رضی الله عنه روایت است که رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمودند: «إِنَّ الدَّيْنَ يُسْرٌ، وَلَنْ يَشَادَّ الدَّيْنُ إِلَّا غَلْبَهُ فَسَدِّدُوا وَقَارِبُوا وَأَبْشِرُوا، وَاسْتَعِينُوا بِالْغَدْوَةِ وَالرَّوْحَةِ وَشَيْءٍ مِنَ الدَّلْجَةِ»؛ «دین آسان است؛ و هرکس آن را بر خود سخت بگیرد، سرانجام خسته و درمانده می شود؛ پس راه راست و درست و میانه را در پیش بگیرید و (به درست کاری و میانه روی) خوشحال باشید و از عبادت صبح و شام و پاسی از شب کمک بگیرید». و در روایتی آمده است: «سَدِّدُوا وَقَارِبُوا وَاعْدُوا وَرُوْحُوا، وَشَيْءٍ مِنَ الدَّلْجَةِ، الْقَصْدُ الْقَصْدُ تَبَلَّغُوا»؛ «راه راست و میانه را در پیش بگیرید و صبح و شام و پاسی از شب عبادت کنید؛ میانه رو باشید، میانه رو باشید تا به مقصد برسید».

[صحیح است] [به روایت بخاری]

هیچکس نیست که غرق در اعمال دینی شود و میانه روی در این زمینه را ترک کند، مگر اینکه عاجز و ناتوان مانده و از عمل به صورت کلی یا جزئی دست می کشد؛ بنابراین باید میانه روی اختیار کرد و از مبالغه و زیاده روی دوری گزید؛ و اگر نمی توان عملی را به کامل ترین وجه ممکن انجام داد، باید آن را نزدیک به کامل انجام داد؛ و باید در مورد ثواب عمل دائمی، هرچند اندک باشد خوشحال بود و جهت انجام عبادات، از استراحت جهت نشاط مجدد کمک گرفت. امام نووی می گوید: «اینکه فرمود: "الدین" چون اسمی از فاعل آن برده نشده، مرفوع است و به صورت منصوب هم روایت شده است؛ "لن يشاد الدين أحد" و اینکه رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمود: "إِلَّا غَلْبَهُ" مراد از آن غلبه ی دین و ناتوانی و درماندگی کسی که آن را بر خود سخت گرفته، از مقاومت در برابر دین، به دلیل راه های زیاد آن می باشد. و اینکه به «الغدو» یعنی حرکت در ابتدای روز و «الرواح» یعنی حرکت در پایان روز و «الدلجة» یعنی حرکت در شب امر شده، از باب تشبیه است؛ با این توضیح که مسلمان در حرکت پیش روی خود در راه راست، به انسان در کار و بار دنیایش تشبیه شده که در حال اقامت، در دو طرف روز کار می کند و اندکی استراحت می نماید و در وقت سفر، شبانه حرکت می کند و چون خسته می شود، توقف کرده و استراحت می کند؛ و حرکت در مسیری که الله متعال مشخص کرده به همین ترتیب می باشد.

<https://sunnah.global/hadeeth/fa/show/5795>