

تأثیر عفو بر سلامت خانواده از منظر قرآن و روایات

طاهره جوادی مقدم^۱

چکیده

عفو از صفات جمالیه خداوند است و در میان آدمیان یکی از درخشان‌ترین نشانه‌های بزرگ مردی و جوانمردی و از با ارزش‌ترین فضیلت‌های اخلاق انسانی به شمار می‌رود و از سوی همگان به حکم سیره عقلایی مورد توجه و عنایت قرار گرفته است خداوند نیز در آیات بسیاری بر ارزشمندی عفو و گذشت تأکید کرده و از صاحبان حق خواسته بر خلاف حق و حقوق خویش از باب انسانیت از خطا و اشتباه دیگری درگذرند علامه مجلسی در کتاب بحارالانوار از حضرت علی علیه السلام در مورد جایگاه و اهمیت عفو اینگونه بیان می‌کنند العفو تاج المکارم عفو و گذشت تاج و زینت فضائل اخلاقی است. این مقاله با هدف بررسی تأثیر عفو بر سلامت خانواده از منظر قرآن و روایات و به روش توصیفی کتابخانه‌ای نوشته شده است. این ویژگی اخلاقی، موجب استحکام خانواده، سلامت روانی افراد و کاهش اختلافات خانوادگی می‌شود

کلید واژگان: عفو، غفران، خانواده، سلامت

^۱ طلبه ی سطح دو، مدرسه علمیه زینبیه سلام الله علیها
www.thmoghaddam۵۳@gmail.com

خانواده، کوچک‌ترین نهاد اجتماعی و زیربنای جامعه بشری است. حفظ سلامت روانی و پایداری آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. با توجه به اختلافات طبیعی در زندگی مشترک، گذشت و عفو از اشتباهات، بهترین راهکار برای تداوم محبت و انسجام خانوادگی معرفی شده است. زندگی خانوادگی بستر بروز بسیاری از اختلافات کوچک و بزرگ است. چگونه می‌توان با بهره‌گیری از فرهنگ دینی، این تعارضات را مدیریت و به سلامت خانواده کمک کرد؟ عفو، یکی از ابزارهای کلیدی این امر است. با افزایش مشکلات خانوادگی در جوامع معاصر، بازگشت به آموزه‌های اصیل دینی ضرورتی دوجندان یافته است. قرآن کریم و روایات اهل بیت علیهم السلام، با سفارش‌های مکرر به عفو و مدارا، راهکارهای مؤثری برای حل تعارضات و پیشگیری از فروپاشی خانواده ارائه داده‌اند. هدف از این پژوهش پاسخ به این سوال است که

جایگاه عفو در قرآن و روایات چیست؟ عفو چه تأثیری بر سلامت روانی و اجتماعی خانواده دارد؟

در این پژوهش از کتاب‌ها و مقاله‌های زیر بهره برده شده است.

کتاب «خانواده در قرآن» اثر احمد بهشتی و همچنین مقاله اعظم پرچم و الهام رضانی نژاد با عنوان «بررسی جایگاه خانوادگی و اجتماعی عفو و بخشش در آموزه های دینی» و مقاله «جایگاه و آثار عفو و بخشش در استحکام خانواده با تاکید بر آیات و روایات» نوشته‌ی آسیه موجاویمانا و هاجر ذبیچی

مفهوم شناسی

شناخت مفاهیم کلیدی ما را در فهم بهتر یاری میرساند.

۱- عفو

عفو در لغت به معنای محو اثر و گذشت از خطا آمده است. در اصطلاح دینی، عفو به معنای گذشت از خطاهای دیگران بدون کینه‌توزی است.

۱-۱- بررسی لغوی واژه‌ی "عفو"

کلمه‌ی عفو از ریشه‌ی ثلاثی «عفا - یعفو» گرفته شده و در اصل به معنای «محو اثر»، «از میان بردن»، و «چیزی را بدون پیگیری رها کردن» است.

راغب اصفهانی در کتاب ارزشمند خود «المفردات فی غریب القرآن» می‌نویسد:

العفو: ترك العقوبة عند وجود السب^۱.

عفو آن است که انسان با وجود زمینه و دلیل برای مجازات، از مجازات صرف نظر کند. همچنین وی اضافه می‌کند که عفو در اصل به معنای «از بین بردن اثر گناه» است و وقتی درباره‌ی خداوند به کار می‌رود، به معنای پوشاندن خطاهای بندگان و بخشش آن‌ها بدون مؤاخذه می‌باشد.

ابن منظور در «لسان العرب» نیز ذیل ماده «عفا» چنین می‌گوید:

العَفْوُ: المَحْوُ. ^۲عفو به معنای محو و از بین بردن است. او تأکید می‌کند که عفو در زبان عربی، ریشه در طبیعت بخشش و چشم‌پوشی دارد؛ چنانکه گفته شده است:

عفا عنه: یعنی ترک معاقبت و سامحه. یعنی: از خطای او درگذشت و او را بخشید.

در جمع‌بندی می‌توان گفت:

- عفو یعنی چشم‌پوشی از خطا یا جرم با وجود امکان مجازات.
- از نظر لغت‌شناسان، محو اثر خطا و حذف پیامدهای آن، جوهره‌ی معنایی واژه‌ی عفو است.
- این واژه در قرآن کریم بارها به معنای بخشایش گناهان و گذشت از خطاها آمده است.

۱-۲- معنای اصطلاحی "عفو" در قرآن و روایات

در قرآن و روایات اسلامی، واژه‌ی عفو به معنای بخشش، گذشت، و چشم‌پوشی از گناه یا خطای دیگران آمده است. این مفهوم علاوه بر جنبه‌های اخلاقی، به عنوان یک ویژگی الهی، در تعاملات انسانی نیز به عنوان یک ارزش اساسی مورد تأکید قرار گرفته است.

در قرآن کریم، عفو به معنای بخشش گناهان و از میان برداشتن اثر گناه است که به‌طور مستقیم و غیرمستقیم در بسیاری از آیات قرآن مورد اشاره قرار گرفته است.

^۱ المفردات فی غریب القرآن، راغب اصفهانی، ماده «عفو»، ص ۳۴۱

^۲ لسان العرب، ابن منظور، ج ۱۵، ص ۹۴

خداوند در آیه‌ای از قرآن کریم می‌فرماید: **إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُوًّا غَفُورًا**^۱ به‌راستی که خداوند، بخشنده و آمرزنده است. در این آیه، عفو به عنوان یکی از ویژگی‌های الهی معرفی می‌شود. عفو، در اینجا به معنای پوشاندن خطای بندگان و آمرزش از گناهان آنان بدون مجازات است.

همچنین در آیه دیگر می‌خوانیم:

فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ^۲

پس از گناه دیگران در گذر و از آن‌ها چشم‌پوش، تا زمانی که خداوند به حکم خود بیايد .

در این آیه، عفو به‌عنوان یک دستور دینی برای جامعه اسلامی در برابر خطاهای دیگران معرفی شده است. معنای اصطلاحی عفو در اینجا دستور به گذشت و بخشش خطاهای دیگران است تا جامعه در یک وضعیت اخلاقی پایدار قرار گیرد.

در روایات اسلامی، عفو به‌عنوان یک فضیلت اخلاقی که موجب تحکیم روابط انسانی و خانواده می‌شود، بارها توصیه شده است. برخی از مهم‌ترین روایات در این زمینه عبارتند از: پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمودند: **«أَعْظَمُ النَّاسِ**

مَنْزِلَةُ عِنْدَ اللَّهِ مَنْ عَفَا عَمَّنْ ظَلَمَهُ^۳»

بزرگ‌ترین فرد نزد خدا کسی است که از ظلم دیگران درگذرد. در این روایت، عفو به‌عنوان یک فضیلت بزرگ انسانی معرفی شده است که موجب جلب رضایت خداوند و تقویت جایگاه فرد در نزد خداوند می‌شود. امام علی علیه‌السلام نیز در خطبه‌ای در نهج‌البلاغه می‌فرماید: **«العفو زكاء الظفر»**^۴ عفو زکات پیروزی است. در اینجا، امام علی علیه‌السلام عفو را به‌عنوان یک نوع تزکیه و پالایش اخلاقی معرفی کرده است که پس از پیروزی و برتری، فرد را از هرگونه کینه و انتقام پاک می‌کند.

۱-۳- عفو و سلامت اجتماعی

عفو به‌عنوان یک رفتار اجتماعی و فردی، تأثیر زیادی در ایجاد صلح و آرامش در جامعه دارد. قرآن کریم و روایات اسلامی همواره بر عفو در برابر خطاها و گناهان تأکید کرده‌اند، زیرا این کار موجب کاهش تنش‌ها و درگیری‌های اجتماعی می‌شود و روابط انسانی را بهبود می‌بخشد.

^۱ نساء ۴۳

^۲ بقره ۱۰۹

^۳ بحار الأنوار، ج ۷۲، ص ۱۱۲

^۴ نهج‌البلاغه، حکمت ۴۰۷

در سوره آل عمران آیه ۱۳۴ آمده است:

«الَّذِينَ يَنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»

آن کسانی که در حال رفاه و سختی انفاق می‌کنند، خشم خود را فرو می‌برند و از مردم در می‌گذرند، و خداوند نیکوکاران را دوست دارد.

در این آیه، عفو به عنوان یک ویژگی مثبت فردی معرفی می‌شود که در ایجاد آرامش اجتماعی و تقویت حسن تعاملات اجتماعی تأثیرگذار است.

۲-غفران

۲-۱- بررسی لغوی واژه‌ی "غفران"

کلمه‌ی غفران از ریشه‌ی "غَفَرَ" است که به معنای پوشاندن، پنهان کردن، و محو کردن است. این واژه در زبان عربی برای اشاره به پوشاندن خطاها و بخشیدن گناهان به کار می‌رود.

راغب اصفهانی در کتاب «المفردات فی غریب القرآن» به شرح ریشه‌ی لغوی واژه‌ی غفران پرداخته و می‌نویسد:

"غَفَرُ: یعنی چیزی را بپوشاند تا اثر آن از بین برود. وقتی در مورد گناهان به کار می‌رود، به معنای پوشاندن و محو کردن آن‌هاست".^۱

در این معنا، غفران به معنای پوشاندن و محو اثر گناه و بخشیدن آن بدون مؤاخذه است.

ابن منظور در لسان العرب نیز معنای غفران را این گونه توضیح می‌دهد:

"الْغَفَرُ: السِّرُّ، وَ الْغَفْرَانُ: «مَنْ اللَّهُ هُوَ سَتَرَ الذُّنُوبَ وَ مَحَاها»^۲

غفران به معنای پوشاندن و محو کردن است و هنگامی که به خداوند نسبت داده می‌شود، به معنای پوشاندن و محو گناهان بندگان است.

^۱ المفردات فی غریب القرآن، راغب اصفهانی، ماده «غفر»، ص ۳۳۹

^۲ لسان العرب، ابن منظور، ج ۱۵، ص ۸۲

۵- عفو، سپری در برابر شیطان

یکی از راه‌های ورود شیطان به زندگی انسان، ایجاد کینه و دشمنی است. زمانی که افراد از خطاهای یکدیگر نمی‌گذرند و هر اشتباهی را بزرگ می‌کنند، زمینه برای نفوذ شیطان فراهم می‌شود. اما عفو، سپری قدرتمند در برابر وسوسه‌های شیطانی است. قرآن کریم در آیه‌ی «ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ...»^{۳۹} توصیه می‌کند که بدی را با نیکی پاسخ دهید، تا حتی دشمن تبدیل به دوست گردد. این آموزه، در خانواده مصداق کامل دارد.

در خانواده‌ای که افراد اهل گذشت‌اند، حتی اگر کسی رفتار نادرستی انجام دهد، با برخورد نیکوی دیگران، شرم‌نده می‌شود و برای جبران تلاش می‌کند. این چرخه‌ی مثبت، نه تنها شیطان را از خانه دور می‌کند، بلکه محبت و دوستی را جایگزین تلخی‌ها و کینه‌ها می‌سازد. به همین دلیل، عفو یکی از سلاح‌های مؤمن برای محافظت از بنیان خانواده در برابر عوامل تخریب‌گر است.

۶- عفو و افزایش همدلی در خانواده

عفو و گذشت یکی از مؤثرترین عوامل در افزایش همدلی بین اعضای خانواده است. وقتی یکی از اعضای خانواده خطایی مرتکب می‌شود و دیگران او را می‌بخشند، پیام غیرمستقیم و بسیار قدرتمندی منتقل می‌شود: «تو برای ما مهمی، حتی با وجود اشتباهت». این پیام موجب احساس امنیت، پذیرش و ارزشمندی در دل فرد خطاکار می‌شود و همین احساسات، زمینه‌ی عمیق‌تری برای همدلی و درک متقابل ایجاد می‌کنند.

از سوی دیگر، گذشت باعث می‌شود دل‌ها از کینه و رنجش پاک بماند؛ و تا زمانی که دل از ناراحتی پر باشد، همدلی و محبت نمی‌توانند رشد کنند. عفو، دل را نرم و آماده‌ی شنیدن و فهمیدن دیگری می‌کند. وقتی افراد خانواده در برابر اشتباه یکدیگر به جای انتقام، بخشش را انتخاب می‌کنند، پل‌های ارتباطی بین آن‌ها تقویت می‌شود و نگاهشان به هم انسانی‌تر و مهربانانه‌تر می‌شود. این فضا به تدریج خانواده را

^{۳۹} فصلت: ۳۴

از یک مجموعه‌ی خشک و سرد، به یک محیط گرم و همراه تبدیل می‌کند، جایی که همه در درد و شادی یکدیگر شریک‌اند.. برای تأثیر عفو و گذشت بر افزایش همدلی در خانواده، آیات متعددی می‌توان ذکر کرد که مفهوم آن به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم به ایجاد الفت، محبت، و تقویت روابط انسانی اشاره دارد. یکی از زیباترین آیات در این زمینه، آیه‌ای از سوره فصلت است:

«ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ، فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ»^{۴۰}

ترجمه: «بدی را با نیکی دفع کن، آنگاه کسی که میان تو و او دشمنی است، گویی دوستی صمیمی و گرم می‌گردد.»

۷- عفو و کاهش کینه

عفو و گذشت، تأثیر مستقیم و عمیقی بر کاهش کینه در دل انسان دارد، به‌ویژه در محیطی مثل خانواده که روابط بسیار نزدیک و روزمره هستند.

وقتی کسی ما را می‌رنجاند، طبیعی است که احساس ناراحتی یا خشم کنیم. اگر این ناراحتی به‌موقع تخلیه یا حل نشود، به مرور زمان به کینه تبدیل می‌شود؛ یعنی یک نوع نفرت پنهان و ماندگار در دل. اما وقتی انسان آگاهانه تصمیم می‌گیرد ببخشد، در واقع جلوی این روند منفی را می‌گیرد. عفو یعنی نگذاری که رنج گذشته، ذهن و قلبت را درگیر خودش نگه دارد. در خانواده، این گذشت باعث می‌شود خاطرات تلخ به‌جای ریشه‌دار شدن، فراموش شوند و کینه در دل جایی نداشته باشد.

انسانی که کینه‌توز است، همیشه با فکر انتقام و ناراحتی زندگی می‌کند و آرامش روانی ندارد. در حالی که بخشیدن، بار روانی سنگینی را از دوش آدم برمی‌دارد. با بخشیدن دیگران، ذهن سبک‌تر، قلب آرام‌تر

^{۴۰} فصلت: ۳۴

و روابط شفاف‌تر می‌شوند. در خانواده‌ای که افراد آن اهل عفو هستند، اعضا از هم نمی‌ترسند یا کینه پنهانی ندارند، بلکه با صداقت و راحتی کنار هم زندگی می‌کنند.

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا ۖ أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ؟^{۴۱}»

«پس باید ببخشند و چشم‌پوشی کنند؛ آیا دوست ندارید که خداوند شما را بیامرزد؟»

همان‌طور که ما انتظار داریم خدا از ما بگذرد، باید از دیگران هم بگذریم. این نگاه الهی به بخشش، کینه را از دل بیرون می‌برد و دل را روشن و نرم می‌کند.

نتیجه‌گیری

عفو به عنوان یکی از صفات برجسته الهی و از ارزشمندترین فضیلت‌های اخلاق انسانی، نقشی حیاتی در پایداری و سلامت خانواده ایفا می‌کند. این پژوهش نشان داد که عفو، فراتر از یک عمل فردی، راهکاری مؤثر برای تحکیم بنیان خانواده، افزایش آرامش روانی اعضا و کاهش اختلافات خانوادگی است. با بررسی آیات قرآن کریم و روایات اهل بیت (ع)، روشن شد که گذشت از خطاها، نه تنها به تقویت پیوندهای عاطفی میان همسران و فرزندان کمک می‌کند، بلکه فضایی از امنیت و اعتماد متقابل را در محیط خانه به وجود می‌آورد.

کسب فضیلت عفو در خانواده، پیامدهای عمیقی دارد:

- ضمانت آرامش روانی: پذیرش اشتباهات و بخشش یکدیگر، استرس و اضطراب را از بین برده و به اعضا احساس امنیت و ارزشمندی می‌بخشد.
- استواری بنیان خانواده: عفو مانند چسبی عمل می‌کند که شکاف‌های عاطفی را ترمیم کرده و از تبدیل مشکلات کوچک به بحران‌های بزرگ جلوگیری می‌نماید.

^{۴۱} نور: ۲۲

- جلب رحمت الهی و برکت در زندگی: خانواده‌هایی که به عفو روی می‌آورند، به تقوای الهی نزدیک‌تر شده و مشمول برکات مادی و معنوی، از جمله آرامش قلبی و فرزندان صالح می‌شوند.
- الگوگیری از سیره پیامبران: داستان‌هایی نظیر حضرت یوسف (ع)، نمادی درخشان از بزرگواری و گذشت هستند که می‌توانند الگویی عملی برای حل تعارضات در خانواده باشند.
- سپر در برابر شیطان: عفو با از بین بردن کینه و دشمنی، راه نفوذ شیطان را مسدود کرده و محبت و دوستی را جایگزین تلخی‌ها می‌کند.
- افزایش همدلی و کاهش کینه: بخشش، دل‌ها را از کینه پاک می‌کند و بستر مناسبی برای رشد همدلی، درک متقابل و روابط شفاف‌تر فراهم می‌آورد.

در نهایت، نتایج این پژوهش بر ضرورت ترویج و نهادینه‌سازی فرهنگ عفو و گذشت در سطوح فردی و اجتماعی، به‌ویژه در بستر خانواده، تأکید می‌کند. با توجه به چالش‌های روزافزون در روابط خانوادگی، آیا زمان آن نرسیده که با تکیه بر آموزه‌های غنی اسلامی، خانواده‌ها را به سمت زندگی سرشار از صلح، محبت و آرامش هدایت کنیم؟

فهرست منابع

※قرآن کریم

۱. نهج البلاغه، ترجمه و شرح محمد دشتی، قم: مرکز نشر الهادی، ۱۳۸۶ش.
۲. الکلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ق.
۳. ری شهری، محمد، میزان الحکمه، قم: دارالحدیث، ۱۴۲۶ق.

۴. ابن هشام، السيره النبويه، قاهره: دارالمعرفه، بی تا.
۵. راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، قم: دفتر نشر الیهادی، ۱۴۱۲ق.
۶. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴ش.
۷. راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، تحقیق صفوان عدنان داوودی، قم: دفتر نشر الیهادی، ۱۴۱۲ق
۸. ابن منظور، لسان العرب، بیروت: دار صادر
۹. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، بیروت، ۱۴۰۳ق
۱۰. خمینی، روح الله، حدیث جنود عقل و جهل، موسسه نشر آثار امام خمینی، ۱۳۸۲ش
۱۱. بهشتی، احمد، خانواده در قرآن، دفتر تبلیغات اسلامی، قم، ۱۳۷۷ش.
۱۲. موجاویماننا، آسیه؛ ذبیحی، هاجر؛ جایگاه و آثار عفو و بخشش در استحکام خانواده با تاکید بر آیات و روایات، مطالعات تعلیم و تربیت با رویکرد اسلامی، ۱۴۰۲ش
۱۳. پرچم، اعظم؛ رضانی نژاد، الهام؛ بررسی جایگاه خانوادگی و اجتماعی عفو و بخشش در آموزه های دینی، علوم قرآن و حدیث، ماهنامه کوثر، ۱۳۹۰ش