

عفو و بخشش

گوهری بسیار گرانبها



محمد تقی صرفی پور



بعد از حمد و سپاس خداوند حکیم و درود و صلوات بر سرور انبیاء حضرت محمد مصطفی و اهل بیت طاهرینش

یکی از بزرگترین فضیلت ها داشتن عفو و گذشت است. خوشا بحال کسانی که اهل عفو و گذشت هستند. همچون پیامبران و امامان و اولیاء خدا و حتی در بعضی افراد عادی که اهل عفو و گذشت هستند.

انهایی که این فضیلت را ندارند حتما تلاش کنند که در خود ایجاد کنند که باعث تقرب الی الله میشود و برکات فراوانی برای فرد و جامعه دارد

در این کتاب درباره این فضیلت مطالب متنوعی آورده شده است امید است مورد استفاده خوانندگان محترم قرار گیرد.

زمستان 1401- کرمانشاه

عفو و بخشش

گوهری بسیار گرانبها

یکی از نیازهای مهم جامعه امروزی ما داشتن صفت عفو و بخشش نسبت به یکدیگر است. اگر مردم ما همگی این صفت را در خود پیاده کنند انوقت دیگر رئیس دستگاه قضا امار نمی دهد که سالی هیجده میلیون پرونده در دستگاه قضا رسیدگی می شود! انوقت پاسگاهها و کلانتری ها خلوت می شود. انوقت جدایی های فامیل از هم تبدیل به وصل می شود. دعواها حل می شود. کدورت ها از بین می رود. خانواده ها مستحکم می گردند و از فروپاشی جلوگیری می شود. امار طلاق پایین می آید. زندان ها خلوت می شود و....

دو خاطره از بزرگواری مردم

در سال 67 در اندیمشک در عقیدتی سیاسی شهربانی بودم. یکی از پرسنل شهربانی موقع مراجعت به منزل تصادف کرده بود و بچه ای رو زیر گرفته بود که منجر به مرگ بچه شد. قرار شد ما با عده ای منزل پدر بچه برویم و ببینیم اونها چه خواسته ای دارند. وقتی وارد منزلشان شدیم وفاتحه خواندیم. من گفتم درخواست شما چیه؟ ایا دیه می خواهید یا چیز دیگری؟ پدر بچه گفت. هیچ چی نمی خواهیم. اتفاقی است که افتاده و اگر این اقا بچه دیگر مرا زیر کند باز توقعی ندارم. خاطره دوم در صحنه که بودیم اقایی تصادف کرده بود و پیرمردی رو زیر گرفته بود که منجر به فوت ان پیرمرد شد. با عده ای به منزل فرزندانش که در بیستون بود، رفتیم. و انها هم گفتند از قاتل گذشتیم و هیچی نمی خواهیم.

مقام بخشش امام علی (ع)

ابن خلکان نقل کرده از شیخ نصرالله بن مجلی که گفت شبی در خواب حضرت امیرالمؤمنین (ع) را دیدم و به آنحضرت گفتم قریش و بنی امیه در مکه با شما ستمها کردند آب و نان برویتان بستند. از

شکنجه و آزار دریغ نکردند تا بمدینه هجرت کردید آنگاه لشکر کشی کردند و با شما جنگ نمودند بزرگان‌تان را کشتند ولی نوبت بشما که رسید و مکه را فتح کردید چه شد که انتقام نکشیدید بلکه گفتید هر کس بهانه ابو سفیان رود در امان است تا در نتیجه فاجعه کربلا برای فرزندت حسین(ع) پیدا شد.

امیر المؤمنین(ع) فرمود: اشعار ابن صیفی را در این باره ننشیده ای گفتم نه فرمود از او بشنو از خواب بیدار شدم بخانه ابن صیفی رفتم و خواب خود را برایش گفتم پس صیحه زد و ناله کرده و گریست و گفت بخدا سوگند اشعاری را دیشب گفته ام و هنوز آنرا ننوشته ام و به احدی نگفته ام پس اشعار خود را خواند و ترجمه اش اینست که: توانا شدیم پس گذشت سرشت ما بود و چون شما توانا شدید سیلاب خون در مکه براه افتاد. شما کشتن اسیران را روا شمردید ولی ما از اسیران می گذشتیم و می بخشیدیم همین تفاوت بس است میان ما و شما از کوزه برون همان برآود که در او است.^۱

شخصی به محضر امام صادق(ع) شرفیاب شد و عرضکرد مرا از مکارم اخلاق آگاه کن حضرت در جواب او از چند صفت انسانی نام برد و فرمود: گذشت و عفو از آن کسی که بتو ستم کرده و ارتباط با کسی که با تو قطع رابطه نمود و بذل و اعطاء به کسی که تو را محروم کرده و سخن حق اگر چه بر علیه خودت باشد اینها از مکارم اخلاق است.^۲

امام سجاد(ع) فرمود: اگر مردی به تو از راست بدی کرد و از طرف چپ غدر خواسته به تو روی آورد تو از او قبول نموده و او را عفو نما.^۳

اخلاق محمدی آخوند خراسانی

یک شخص سخنرانی بود و به خاطر اختلاف سلیقه ای که با آخوند خراسانی داشت، در منبر به ایشان توهین می کرد. این فرد مشکل مالی پیدا کرد و قصد داشت منزل خود را به فروش برساند.

^۱ خوبیها و بدیها بخش عفو

^۲ همان

^۳ همان

خریدار گفت به یک شرط منزل شما را می خرم که آخوند خراسانی آن را تایید کند. این شخص هم چون چاره ای نداشت با شرمندگی نزد آخوند خراسانی رفت و گفت که پای قولنامه را امضا کنند. آخوند خراسانی به ایشان گفتند: "چرا منزل خود را می فروشید؟" آن شخص گفت که من گرفتاری پیدا کرده ام و به پول احتیاج دارم. آخوند خراسانی مقداری پول به او داد و گفت که خانه خود را بفروش و با این پول مشکل خود را حل کن."

این کار مصداق زیباترین عفو و گذشت است. حال اگر کسی که دارای عفو گذشت نیست با چنین فردی برخورد می کرد، به سرعت کارهای بدش را به او یادآوری می کرد و می گفت: "کاری خواهم کرد تا آخر عمر نتوانی خانه خود را بفروشی."^۴

با اینکه مشرکین ان همه پیامبر عزیز را اذیت کردند که قرآن می گوید

تو مجنونی: «وَقَالُوا مُعَلَّمٌ مَجْنُونٌ» (الدخان، ۱۴)

تو ساحری دروغگویی: «هَذَا سَاحِرٌ كَذَّابٌ» (ص، ۴)

تو شاعر مجنونی: «لِشَاعِرٍ مَجْنُونٍ» (الصفات، ۳۶)

تو پیامبر نیستی: «كُنتَ مُرْسَلًا» (الرعد، ۴۳)

تو پیامبر نیستی چون غذا می خوری: «مَا لِهَذَا الرَّسُولِ يَأْكُلُ الطَّعَامَ» (الفرقان، ۷)

تو پیامبر نیستی چون در بازار راه میروی: «وَيَمْشِي فِي الْأَسْوَاقِ» (الفرقان، ۷)

گروهی این قرآن را به تو املا کرده اند: «اَكْتَتَبَهَا فَهِيَ تُمْلَى عَلَيْهِ» (الفرقان، ۵)

قومی به تو در این قرآن کمک می کنند: «أَعَانَهُ عَلَيْهِ قَوْمٌ آخَرُونَ» (الفرقان، ۴)

و. سه سال مسلمانان را در شعب ابیطالب محاصره کردند..اراذل و اوباش و بچه هارا مامور می کردند به پیامبر سنگ بیاندازند..در حال سجده شکمبه شتر روی سر ان حضرت انداختند..سمیه و یاسر، پدر و مادر عمار را با شکنجه شهید کردند.... دندانهای پیامبر را شکستند...دندانهایش را شکستند...عمویش حمزه را شهید و مثله کردند...

پیامبر اکرم«ص» بالأخره مکه را بدون جنگ و خونریزی فتح کردند. سپس در اولین اقدام، به

^۴ هزار و یک نکته اخلاقی از دانشمندان

کمک امیرالمؤمنین «ع»، کعبه را از وجود بت‌ها پاک کرده، همه بت‌ها را شکستند. پس از آن از مسجدالحرام بیرون آمدند، حلقه در کعبه را گرفتند و با لذت و شادمانی از پیروزی، خطبه وحدت خواندند و فریاد «لا اله الا الله وحده وحده انجز وعده» سر دادند

در آن هنگام، مشرکین که آن همه آزار و اذیت خود را به یاد داشتند، منتظر بودند پیامبر گرامی دستور جهاد عمومی صادر سازند و تصوّر می کردند احدی از آنان زنده نخواهند ماند. اما آن حضرت از خود مشرکین پرسیدند: من با شما چه کنم؟ آنها گفتند: هر عقوبتی را برای ما در نظر بگیری، سزاوار ماست. اگر ما را بکشی یا اسیر کنی و اموالمان را مصادره کنی، حق با توست؛ زیرا ما در این سالیان هرچه در توان داشتیم، در ستم به شما کوتاهی نکردیم

پیامبر اکرم «ص» لبخندی زدند و فرمودند: من شیوه برادرم یوسف نسبت به برادرانش را پیش می گیرم و به شما می گویم: «لا تَثْرِبَ عَلَيْكُمُ الْيَوْمَ»^۵... اذْهَبُوا أَنْتُمْ الطُّلُقَاءُ... امروز بر شما توبیخ^۶ «و ملامتی نیست. بروید که همگی ازادید!

«عفو و گذشت مثال زدن حضرت یوسف ع»

حضرت یوسف «ع» پس از آن همه آزار، اذیت و ظلمی که از برادران خویش دید، برای اینکه خجالت نکشند، خطاب به آنان فرمود: امروز هیچ سرزنشی بر شما نیست، خداوند شما را می آمرزد و او مهربان‌ترین مهربانان است.^۷ جالب آن که بعد از استقبال با شکوه از پدر و مادر و برادران، پدر و مادر را روی تختی باشکوه نشاند و به پدر خویش، حضرت یعقوب «ع» گفت: آزادی من از زندان و آمدن شما از صحرای کنعان به مصر، لطف خداوند است و این لطف خداوند پس از آنکه شیطان بین من و برادرانم کدورت انداخت، شامل حال ما شد: «مِنْ بَعْدِ أَنْ

^۵ یوسف / ۹۲

^۶ بحارالانوار، ج ۲۱، ص ۱۳۲

^۷ یوسف / ۹۲

در واقع، علاوه بر عفو و بخشش برادران، برای آنکه خجالت نکشند و به خاطر اینکه پدر از فرزندان خویش خرده نگیرد، تقصیر را به گردن شیطان انداخت و برادران خویش را تبرئه کرد.

«عفو شگفت آور حر توسط امام حسین»ع

عاشورا و کربلا، معلّم اخلاق بشریت است و درس‌های آموزنده فراوانی دارد. بر این اساس، لازم است علاوه بر عزاداری برای امام حسین «ع»، به نکات اخلاقی قیام آن حضرت توجه و عمل شود. یکی از آن درس‌ها، درس عفو و گذشت حضرت سیدالشهداء «ع» است.

حرّ بن یزید ریاحی ظلم بزرگی در حقّ امام حسین «ع» و یاران ایشان روا داشت و به قول خودش اولین کسی بود که بدن حضرت زینب «ع» را لرزاند. او باعث شد که امام «ع» و عیال و یاران آن حضرت در بیابان گرم و سوزان کربلا، بدون آب و آذوقه محصور شوند؛ زیرا وقتی مانع حرکت آنان به سمت کوفه شد، امام حسین «ع» قصد بازگشت داشتند، اما حر اجازه بازگشت هم به آنها نداد و به دلیل خودداری آن حضرت از بیعت با یزید، ایشان را محاصره و متوقف کرد. سپس لشکریان ابن زیاد به کربلا آمدند و آن حادثه ناگوار تاریخی رخ داد. در واقع، مسبب محاصره کاروان امام حسین «ع»، شهادت ایشان و اسارت عیال، حر بود.

بالآخره حر خیلی بدی کرد، اما روز عاشورا به راستی پشیمان شد. از اطرافیان او نقل شده است که بدنش می‌لرزید و می‌گفت: خود را بین بهشت و جهنّم می‌بینم. در همین حال و در حالی که

فرمانده لشکر بود، همه چیز را رها کرد و به سوی امام حسین «ع» روانه شد. نرسیده به خیام حرم پیاده شد و با تضرع و زاری و با شکسته نفسی در حال حرکت بود. حضرت اباعبدالله الحسین «ع» وقتی از دور حر را دیدند، بدون توجه به بدی و شدت اقدام قبلی او، نخواستند شاهد ذلتش باشند؛ از این رو به حضرت ابالفضل «ع» امر کردند به استقبال او برود. حضرت ابالفضل هم او را با عزت، نزد امام آورد و آن حضرت بدون هیچ گونه سرزنشی، او را بخشیدند

حر، از شدت شرمندگی سر به زیر و سرافکنده بود و هر چه امام حسین «ع» می فرمودند: تو را عفو کردم، سرش را بالا نمی آورد و خجالت می کشید در روی ایشان نگاه کند

سپس به امام حسین «ع» عرض کرد: اگر مرا عفو کردید، اجازه بدهید تا در راه شما جهاد کنم. امام حسین «ع» هم به او اجازه رفتن به میدان دادند. او کارزار جانانه ای کرد تا بالآخره سپاه دشمن گرد او را گرفتند و به شهادت رسید. وقتی روی خاک افتاد، امام «ع» به بالین او رفتند و سرش را به دامن گرفتند. این حرکت عاطفی امام حسین «ع» برای هیچ کس حتی برای فرزند دلبندشان حضرت علی اکبر «ع» تکرار نشد. بعد، دستمالی آوردند و زخم پیشانی حر بن یزید ریاحی را بستند

عفو حر توسط امام حسین «ع»، در حالی که او مسبب مصائب ایشان بود شگفت آور است و شگفتی بیشتر، از نادیده گرفتن گناه بزرگ او و نیز از لطف و محبت آن امام بزرگوار حاصل⁹ می شود

اهانت به امام

یک روز وقتی که شهید حجت الاسلام والمسلمین سلیمی از بیت امام برای تقویت روحیه رزمندگان به جبهه های جنوب آمده بود صحبت از خصوصیات امام به میان آمد. ایشان گفت: چند روز پیش در محضر امام از جسارت ها و اهانت های شیخ علی تهرانی در رادیو بغداد مطالبی به عرض ایشان رساندیم که این فرد خیلی به شما جسارت می کند! صحبت ما که تمام شد امام رو به ما کرد و گفت: اتفاقاً چند روز قبل من بیاد او بودم و برایش دعا می کردم. امام حتی نسبت به هدایت مخالفان و دشمنانشان اینقدر احساس دلسوزی می کردند.^{۱۰}

اگر می گفت بمیر، می مردم

رزمنده ای تعریف می کرد که یکی از بچه ها به شوخی پتویش را پرت کرد طرفم. اسلحه از دوشم افتاد و خورد توی سر کاوه. کم مانده بود سخته کنم؛ سر محمود شکسته بود و داشت خون می آمد. با خودم گفتم: الان است که یک برخورد ناجوری با من بکند. چون خودم را بی تقصیر می دانستم، آماده شدم که اگر حرفی چیزی گفت، جوابش را بدهم. کاملاً خلاف انتظارم عمل کرد؛ یک دستمال از جیبش در آورد، گذاشت روی زخم سرش و بعد از سالن بیرون رفت. این برخورد از صد تا توگوشی برایم سخت تر بود. دنبالش دویدم. در حالی که دلم می سوخت، با ناراحتی گفتم: آخه یه حرفی بزن، چیزی بگو، همانطور که می خندید گفت: مگه چی شده؟ گفتم: من زدم سرت رو شکستم، تو حتی نگاه نکردی بینی کار کی بوده. همان طور که خون ها را پاک می کرد، گفت: این جا کردستانه، از این خون ها باید ریخته بشه، این که چیزی نیست. چنان مرا شیفته خودش کرد که بعدها اگر می گفت بمیر، می مردم.^{۱۱}

اینگونه افراد به دلیل دارا بودن عفو و گذشت به این مراتب عالی رسیده اند.

خبر ارتحال میرزا جواد آقای تهرانی

^{۱۰} خاطرات مرحوم آیت الله توسلی، مجله حوزه، شماره ۴۵

^{۱۱} یادگاران کتاب شهید کاوه - کورش علیانی

حجت الاسلام امیدوار که یکی از طلاب حوزه علمیه مشهد است می گوید: روزی سوار تاکسی شدم تا به جایی بروم. راننده ماشین جوانی بود که او را نمی شناختم. بنده به مناسبتی خبر ارتحال میرزا جواد آقای تهرانی (رحمه الله علیه) را به او دادم. تا شنید بسیار متاثر و ناراحت شد. گفتم شما ایشان را از کجا می شناسید. راننده گفت: ۲۰ سال است که من مرید ایشان هستم. زیرا آن زمانی که جوان بودم با دوچرخه ای از کنار خیابان عبور کردم. برای یک لحظه غافل شدم و با ایشان برخورد کردم و خودم و مرحوم آقا تهرانی نقش بر زمین شدیم. با خود گفتم هم اکنون ایشان با عصای خود مرا خواهد زد. ولی همانند پدری مهربان قبل از اینکه لباس های خود را تمیز کنند، مرا از زمین بلند کردند، مرا تمیز کردند و به من دلداری دادند. بعد گفتند فرزندم مشکلی برایت پیش نیامده؟ من در جواب گفتم ببخشید نفهمیدم و عمدی نبود. ایشان در پاسخ فرمودند: نگران نباش از کجا معلوم که تو مقصری؟ شاید من نباید از اینجا راه می رفتم.^{۱۲}

این داستان مصداق عفو به ظالم پشیمان است. خداوند ایشان را رحمت کند که چه روحیه بزرگی در عفو داشتند.

برخی عفو ها مانند عفو همسر مربوط به داخل خانه است. گاهی حتی همسر از کار خود اظهار پشیمانی هم نمی کند، اما در اینجا ما باید عفو کنیم. بالاخره در زندگی مشکلات و اختلاف هایی باشد. مودت دوست داشتن و رحمت [4] ایجاد می شود. زندگی ها باید «...جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً...» بخشیدن است. ما باید همسر خود را دوست داشته باشیم و در مواقعی که اشتباه می کند باید او را ببخشیم. این کار ساده نیست و وقتی انسان در موقعیت قرار می گیرد باید تلاش کند، اما اگر ۴۰ روز این کار را انجام دهد، کم کم این رفتار ملکه ذهن او می شود. در مقابل اگر عفو و گذشت نباشد و در مشاجره ها طرفین دائما با یکدیگر جدل کنند، چه فایده ای دارد و فقط زندگی خود را خراب کرده ایم.

امروزه متأسفانه خانواده ها شیشه ای شده اند و زود می شکنند. در بعضی مواقع مشاهده می شود که خانمی در همان هفته اول زندگی ساک خود را بسته و به خانه پدر می رود. وقتی می پرسند چه شده است؟ می گوید: من دیگر نمی توانم با این دایناسور زندگی کنم! او از شمر بدتر است. آسیه اینقدر در

خانه فرعون اذیت شد، شوهر من از فرعون بدتر است. به من می گوید بی شعور. درست است آن مرد اشتباه کرد که چنین حرفی زد، اما شما هم نباید اینقدر شکستنی باشید. بعضی وقت ها به شوخی می - گویند: او که نگفت بی شعور! گفت "برو ظرف ها رو بشور". یا می گوید همسر من به من گفت: "کوفت". به شوخی می گویند: این حرف را نزد، این کلمه مخفف "کل وجودم فدای تو" بود. نباید انسان اینقدر شکستنی باشند و با یک مشکل کوچک دم از طلاق بزنند. بعضی می گویند: خدا طلاق را حلال کرده ولی شما طلبه ها حلال نمی کنید. بحث حلال و حرام نیست، در اینجا باید بحث زندگی را مطرح کنیم.

مردان نیز در زندگی باید روحیه خوبی داشته باشند. وقتی مردها وارد خانه می شوند همسر و فرزندان باید از وجود او لذت ببرند و خوشحال بشوند. خانم همسایه شهید باکری به همسر این شهید بزرگوار می گوید: "من دوست دارم یکبار که حاج مهدی آقا به خانه می آید، در خانه شما باز باشد تا بینم به شما چه می گوید که تا نیم ساعت بعد در حال خندیدن هستید". مرد باید در خانه اینگونه رفتار کند تا همه از وجود او خوشحال باشند.

۲) عفو فرزندان:

انسان باید فرزندان خود را عفو کند. افرادی هستند که ۲۰ یا ۳۰ سال با دختر یا پسر خود قهر هستند، چرا که در زمان عروسی حرف آنها را گوش نداده اند. در این موارد حق با شماست، اما دیگر از آن مسئله خیلی سال گذشته است و آنها هم اگر به حرف شما گوش نداده اند خودشان لطمه خواهند خورد. شما آنها را ببخشید. این نمی شود که سالیان دراز با یکدیگر رفت و آمد نداشته باشند. پدر و مادر ظلم و کوتاهی فرزندان را باید عفو کنند. هر چقدر فرزندان ما به ما ظلم کرده باشند، به ظلم فرزندان حضرت یعقوب (علیه السلام) که نخواهد رسید. ۳۰ سال فرزندان، پسرش را از او جدا کردند، پدر آنقدر اشک ریخت تا چشمانش را از دست داد. اما وقتی فرزندان نزد پدر آمدند و اظهار پشیمانی کردند، پدر آنها را بخشید و گفت در آینده برای شما استغفار می کنم (در بعضی روایات از آینده به سحر شب جمعه تعبیر شده است).

امام علی (علیه السلام) می فرمایند:

، بدترین مردم کسی است که خطای دیگران را نبخشد.^{۱۳}
فرزندان شما پشیمان شده و از شما طلب بخشش می کنند، او را از خود نرانید و او را عفو کنید.

(۳) عفو فامیل و اطرافیان:

فامیل و اطرافیان از برادر و خواهر و فرزندان آنها را عفو کنید و از کوتاهی و ظلم آنها بگذرید. در داستان یوسف پیامبر (علیه السلام) پدر فرزندان را بخشید. برادران سپس نزد یوسف (علیه السلام) رفتند و از او خواستند تا آنها را ببخشد. یوسف (علیه السلام) به آنها گفت من همان زمان شما را بخشیدم. این ها مصداق عفو نزدیکان است.
بعضی ها برای ارث و میراث و مال دنیا چقدر با یکدیگر مشکل دارند، یا فلان فامیل فراموش کرد که آنها را افطاری دعوت کند، سال ها با یکدیگر قهر هستند.

افطاری

پدر شهید علی اکبر اردمه تعریف می کند که یکبار یکی از همسایه ها ما را برای افطاری دعوت نکرده بود و من هم به تلافی او را به میهمانی افطاری مان دعوت نکردم. علی اکبر از این کار من ناراحت شد و گفت: «پدر اگر همسایه بر فرض اشتباه کرده است شما چرا مقابله به مثل می - کنی؟» و خودش رفت و از آن همسایه معذرت خواهی کرد و او را جهت افطار دعوت نمود.^{۱۵۱۴}

عفو روش بزرگان است

امام صادق (ع) فرمود

زنی از یهود برای رسول خدا گوسفند کباب شده ای را که با سم مهلکی آمیخته شده بود، هدیه آورد تا آن حضرت را مسموم کند، ولی رسول خدا به وسیله ی وحی از آن توطئه، آگاه گردید و ضمن احضار زن، علت این کار را از او جویا شد، وی جواب داد: با خود اندیشیدم که اگر تو در واقع

^{۱۳} میزان الحکمه ج ۷ «شَرُّ النَّاسِ مَنْ لَا يَعْفُو عَنِ الزَّلَّةِ»
^{۱۴} اطلاعات دریافتی از کنگره سرداران و ۳۲۰۰۰ شهید استانه‌ای

خراسان
^{۱۵} <http://soada.ir/note>

فرستاده ی خدا باشی این سم به تو اثر نمی کند و اگر پادشاه هستی، مردم از شر تو ایمن می شوند. رسول خدا (ص) آن زن را بخشید، در حالی که می توانست او را به خاطر این اقدام بکشد.^{۱۶}

امام حسن علیه السلام گوسفند زیبایی در خانه نگهداری می کرد که به آن علاقه مند بود. روزی دید که پای گوسفند، شکسته است. از غلامش علت را پرسید وی پاسخ داد: من شکستم. امام پرسید: چرا این کار کردی؟ گفت: می خواستم شما را ناراحت کنم. امام (ع) لبخندی زد و فرمود: من هم در^{۱۷} (عوض تو را خوشحال می کنم؛ تو در راه خدا آزاد هستی

قرآن مجید می فرماید: «باید عفو کنند و چشم ببوشند، آیا دوست نمی دارید خداوند شما را ببخشد؟»^{۱۸} پیامبر اکرم (ص) می فرماید: هنگام برپا شدن قیامت، ندا دهنده ای فریاد می زند: هر کس اجر او بر خداست، وارد بهشت شود. گفته می شود: چه کسی اجرش بر خداست؟ در پاسخ می گویند:^{۱۸} کسانی که مردم را عفو کردند، آنان بدون حساب داخل بهشت می شوند.

امام علی (ع) می فرماید: عفو و گذشت به هنگام قدرت، سپری است در برابر عذاب الهی.^{۱۹}

عفو و گذشت، سبب عزت و آبرو می گردد؛ زیرا این خصلت نیکو در نظر مردم، نشانه بزرگواری و شخصیت و سعه صدر است، درحالی که انتقام جویی، نشانه کوتاه فکری و عدم تسلط بر نفس می باشد. پیامبر اکرم (ص) می فرماید: «بر شما باد به عفو و گذشت که عفو چیزی جز عزت بر انسان نمی افزاید.»^{۲۰} آدمی هر قدر بزرگ باشد، با انتقام گیری، ارزش خود را از دست می دهد و در نزد افکار عمومی کوچک می شود. امام علی (ع) می فرماید: «سیادت و بزرگی، با انتقام جویی ناسازگار است.»^{۲۱}

عفو و گذشت، موجب پایین آمدن فشارهای روحی می شود و از این راه، مقاومت طبیعی بدن در برابر بیماری ها بیشتر می شود. تحقیقات انجام شده دلالت می کند که با بالا رفتن میزان عفو و گذشت

^{۱۶} بحار الانوار، ج ۱۶، ص ۲۶۵.

^{۱۷} مقتل خوارزمی، ج ۱، ص ۱۲۷، چاپ مکتب مفید.

^{۱۸} مجمع البیان، ج ۹، ص ۳۴.

^{۱۹} «العفو مع القدره جنه من عذاب الله سبحانه»؛ غرر الحکم، ج ۱، ص ۳۹۸.

^{۲۰} «علیکم بالعفو فان العفو لا یزید الا عزاً»؛ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۰۸.

^{۲۱} غرر الحکم، ج ۶، ص ۳۵۹.

افراد، شکایت از سردرد، دل پیچه و دیگر بیماری‌های روان - تنی کاهش یافته است.^{۲۲} گزارش‌ها حاکی از آن است که بیماری‌های قلبی و عروقی در افراد کینه‌توز، بیشتر از افراد دیگر است.^{۲۳} در روایات معصومان(ع) طولانی شدن عمر از آثار عفو، مطرح شده است. پیامبر(ص) می‌فرماید:
«کسی که عفو از افزون گردد، عمرش طولانی می‌شود»^{۲۴}.

امام علی(ع) می‌فرماید: دو چیز است که ثوابشان به وزن نمی‌آید: عفو و عدل.^{۲۵}

عفو امام سجاد(ع)

عبدالملک بن مروان بعد از بیست و یک سال حکومت استبدادی، در سال ۸۶ هجری از دنیا رفت و پسرش ولید جانشین او شد. ولید برای آنکه از نارضایتی مردم بکاهد، در مقام جلب رضایت مردم مدینه برآمد. از این رو هشام بن اسماعیل، پدرزن عبدالملک را که حاکم مدینه بود و مردم همواره آرزوی سقوطش را می‌کردند، از کار برکنار نمود و به جای او، عمر بن عبدالعزیز - پسرعموی جوان خود - را حاکم مدینه قرار داد. عمر برای بازشدن عقده دل مردم، دستور داد هشام بن اسماعیل را جلو خانه مروان حکم نگاه دارند و هر کس که از او بدی دیده یا شنیده، بیاید و تلافی کند. مردم نیز دسته دسته می‌آمدند و دشنام و ناسزا و لعن و نفرین می‌کردند.

هشام بیش از همه نگران امام سجاد(ع) و علویان بود و با خود فکر می‌کرد انتقام علی بن الحسین(ع) در مقابل آن همه ستمها و سب و لعنت‌ها نسبت به پدران بزرگوارش، کمتر از کشتن نخواهد بود؛ ولی امام(ع) به علویان فرمود: «خوی ما این نیست که به افتاده لگد بزنیم و از دشمن، بعد از آنکه ضعیف شد، انتقام بگیریم.» هنگامی که امام(ع) به طرف هشام بن اسماعیل می‌آمد، رنگ در چهره هشام باقی نماند، ولی برخلاف انتظار وی، امام با صدای بلند فرمود: سلام علیک و با او مصافحه کرد و بر حال او ترحم نمود و فرمود: «اگر کمکی از من ساخته است، حاضرم» بعد از این واقعه، مردم مدینه نیز شماتت به او را متوقف کردند.^{۲۶ ۲۷}

^{۲۲} مجله تربیت اسلامی، ش ۴، ص ۳۰۳

^{۲۳} مجله تربیت اسلامی، ش ۴، ص ۳۰۳

^{۲۴} میزان الحکمه، ج ۳، ص ۲۰۱۳ من کثر عفوہ مد فی عمره

^{۲۵} «شینان لا یوزن ثوابهما: العفو و العدل»؛ غررالحکم، ج ۴، ص ۱۸۴

^{۲۶} <http://www.ettelaat.com/etiran/index.php>

^{۲۷} شهیدمطهری، داستان راستان، ج ۱، ص ۲۵۷

آثار و کارکردهای عفو و گذشت

در آیات و روایات برای عفو و گذشت کارکردها، آثار و برکاتی بیان شده که به برخی از آنها در اینجا اشاره می‌شود.

- 1-مقام صابران: کسی که از حق و حقوق خود می‌گذرد و از گناه و خطا و بدهکاری و اشتباهات دیگران چشم می‌پوشد، به مقام صابران می‌رسد و از مواهب و آثار آن بهره‌مند می‌شود.^{۲۸}
- 2-مقام محسنان: اهل عفو و گذشت، به مقام نیکوکاران و محسنان دست یافته و از آثار این مقام در دنیا و آخرت بهره‌مند خواهد شد.^{۲۹}

3-تخفیف احکام: عفو الهی نسبت به مردم موجب کاهش شدت احکام و آسانی در آن شده است. به این معنا که اگر خداوند نسبت به مردم گذشت و عفو نداشت احکامی که بر آنان تکلیف می‌شد بسیار سخت‌تر و شدیدتر بود؛ ولی خداوند نسبت به آدمی از نام عفو ظهور کرد و همین امر موجب شد تا احکام تخفیف یابد. (بقره، آیه 187؛ نساء، آیات 43 و 97 تا 99) خداوند در آیه 101 سوره مائده در تعلیل بیان نکردن و مکلف نساختن مردم به پاره‌ای از احکام، تشریح می‌کند که این امر پرتوی از عفو خداوند متعال نسبت به انسان‌ها بوده است.

4-مقام متقین: یکی از آثار عفو و گذشت و نادیده گرفتن و رها کردن حق و حقوق خود و احسان به دیگری، ورود به جرگه پرهیزگاران است (آل عمران، آیات 133 و 134؛ نساء آیه 128؛ بقره، آیه 237) زیرا چنین رفتاری از هر کسی به معنای مراقبت نسبت به کارهایی است که باید انجام دهد و کارهایی که باید ترک کند. این گونه است که همواره مراقب است تا اعمالی را انجام دهد که

²⁸ نحل، آیه 126

²⁹ آل عمران، آیه 134؛ مائده، آیه 13؛ نساء، آیه 128

مورد رضایت خداوند است. اصولاً هدف اصلی عبادت که هدف و فلسفه آفرینش انسان و جن است (ذاریات، آیه 56) رسیدن به مقام متقیان است. (بقره، آیه 21) خداوند در آیه 237 سوره بقره بیان می‌کند چشم‌پوشی از حقوق خویش، راهی نزدیک‌تر به تقوا و کسب آن است. پس انسان اگر بخواهد میانبر برود و به آسانی به آخرین هدف و غایت عبادت یعنی تقوا و مقام متقین برسد باید از راه عفو و گذشت بهره گیرد.

5- کفاره گناه: اگر انسان بخواهد کفاره گناهان خود را بدهد و گناهان وی پوشیده و نادیده گرفته شود، باید خود اهل عفو و گذشت باشد. اگر انسان در شرایط سختی چون قصاص از حق خویش بگذرد و از جان قاتل در گذرد، چنین عفو و گذشتی ارزشمندتر است و کفاره گناهان خود عفوکننده می‌شود. (مائده، آیه 45) البته این برداشت از جمله «فمن تصدق به» است که به معنای کسی است که قصاص را عفو کند. (انوار التنزیل، بیضاوی، ج 1، ص 432) پس عفو از قصاص را به سبب گناهان دیگرش مواخذه نمی‌کند و از وی درمی‌گذرد؛ این بر اساس همان قاعده «ارحم ترحم؛ رحم کن تا رحم شوی» است.

6- خیر و برکت: عفو دیگران و گذشتن از حق خویش، موجب برکت و خیر در زندگی عفوکننده می‌شود. خداوند در آیه 128 سوره نساء عفو و گذشت در اختلافات خانوادگی را موجب خیر و برکت دانسته است. البته از نظر قرآن گاهی انسان به فرجام خیر، در مسئله گذشت از وامداران تنگدست، خود مهم‌ترین برانگیزنده آدمی برای انجام دادن آن اعمال است؛ به این معنا که کسی که بداند با عفو از ناتوان در پرداخت وام می‌تواند به خیر بسیار دست یابد و بهره مضاعف برد به طور طبیعی از خیر خویش می‌گذرد تا به خیر الهی و برکت آن برسد. (بقره، آیه 280) به سخن دیگر، یکی از روش‌های تشویق دیگران به عفو و گذشت از حق و حقوق خود، آگاهی‌بخشی نسبت به آثار و برکات این عمل احسانی و خداپسندانه است.

7- تحیت الهی: تحمل و گذشت در برابر برخوردهای جاهلانه، موجب دریافت تحیت و سلام، در بهشت است. (نگاه کنید: فرقان، آیات 63 و 73)

8- دفع بدی: عفو و گذشت از گفتار و کردار زشت عمدی دیگران، موجب ادب شدن آنان و اجتناب آنان از بدی می‌شود. در حقیقت یک راه آموزشی و تربیتی در ایجاد جامعه سالم و اخلاقی و پرهیز دادن دیگران از بدی و زشت کاری، ترک مقابله به مثل و رها کردن حق و حقوق خود و نادیده گرفتن آن است؛ زیرا وقتی مقابله به مثل می‌شود ممکن است دیگری همین رویه را به عنوان اصل رفتار در جامعه و اجتماع تلقی کرده و رفتار زشت خود را ادامه دهد، اما با عفو و گذشت طرف را شرم‌نده خود می‌سازد و این امکان فراهم می‌شود که او به زشت کاری و بدی خود ادامه ندهد و بدین ترتیب بدی از فرد و جامعه دور می‌شود و سلامت اخلاقی و هنجاری در جامعه تقویت شده و گسترش می‌یابد. (نحل، آیه 126) از امام سجاد(ع) روایت شده است: اما حق کسی که از جانب او با سخن یا عمل به تو بدی رسیده این است که اگر بدی او عمدی باشد گذشت از او برای تو بهتر است، زیرا این گذشت موجب منصرف شدن آن شخص از بدی کردن و ادب شدن او است. (بحارالانوار، ج 71، ص 20، ح 2)

9- دوستی: عفو و گذشت در برابر بدی‌ها، بستری برای ایجاد دوستی‌ها و پیوندهای محکم اجتماعی می‌شود و دل‌های انسان‌ها را به هم نزدیک می‌کند. (فصلت، آیه 34)

10- رحمت الهی: عفو و گذشت کریمانه، از موجبات جلب رحمت خداوندی است که در آیه 22 سوره نور به آن توجه داده شده است. بر اساس آیه 14 سوره تغابن عفو و چشم‌پوشی از دشمنی‌های فرزندان و همسران، زمینه جلب رحمت الهی خواهد شد.

11- گذشت و عفو الهی: نیکی به مردم، در آشکار و نهان و گذشت از بدی‌های آنها در پی دارنده عفو الهی است. (نساء، آیه 149) پس اگر می‌خواهیم از سوی خداوند مورد بخشش و عفو قرار گیریم با مردمان نیز این گونه باشیم و به قول معروف چیزی را که برای خود می‌پسندی برای دیگران بپسند و چیزی را که نمی‌پسندی برای دیگران هم بپسند.

12- محبت الهی: براساس آیه 134 سوره آل عمران و 13 سوره مائده عفو و گذشت از لغزش‌های مردم، از عوامل جلب محبت الهی است.

13- مانع مصیبت: عفو خدا از بسیاری از گناهان و خطاهای انسان‌ها، مانع بروز مصیبت‌های بیشتر بر آنان است. (شوری، آیه 30) در حقیقت اگر از دیگری در گذشتی با این کار مصیبت را از خود و دیگران دفع کردی و اجازه ندادی که خود و دیگران به مصیبتی گرفتار شوند. پس برای دفع مصیبت‌ها باید عفو کرد.

14- آمرزش الهی: کسی که عفو و گذشت داشته باشد و کریمانه از خطاهای دیگران در گذرد، با چنین عملی زمینه‌ساز جلب غفران الهی به سوی خود و جامعه‌اش می‌شود. (نور، آیه 22؛ تغابن، آیه 14)

15- بهشت: ورود به بهشت جاویدان، پاداش عفو و گذشت از مردم است. (آل عمران، آیات 134 و 136؛ فرقان، آیات 63 و 75 و 76)

16- پاداش مضاعف: مؤمنان اهل کتاب، دریافت‌کننده دو اجر و پاداش؛ یکی برای تحمل در برابر کفار و دیگری عفو و گذشت از آزار آنان هستند. (قصص، آیات 54 و 52) البته بر اساس آنچه گذشت هر کسی نسبت به دیگران عفو داشته باشد و از حق و حقوق خود بگذرد با خیر و برکت مواجه می‌شود که مصداقی از آن نیز پاداش مضاعف و دو چندان مادی و معنوی است.

17- پاداش ویژه الهی: عفو و اغماض از خطای دیگران و اصلاح بدی آنان با نیکی و گذشت، موجب پاداش ویژه خداوند است که در آیه 40 سوره شوری به آن اشاره شده است.

18- همبستگی اجتماعی: از آثار عفو و گذشت، ایجاد همبستگی اجتماعی است. از این رو، در آیه 40 سوره شوری مردم تشویق به عفو و گذشت در جهت تحکیم همبستگی اجتماعی می‌شوند. در حقیقت این عفو در راستای همبستگی اجتماعی است، نه حمایت از ستمگران و متجاوزان.

19- شفاعت: بهره‌مندی از شفاعت الهی از آثار عفو است. علی (ع) می‌فرماید: اقبل من متصل عذره فتتالك الشفاعه؛ اگر کسی از تو معذرت خواست تو عذر او را بپذیر تا شفاعت شفیعان (فردا) نصیب شود. (مواعظ صدوق، ص 76)

20- یاری الهی: کسی که اهل عفو و گذشت باشد منصور به نصرت الهی خواهد بود. امام رضا (ع) می‌فرماید: ما التقت فئتان قط الا نصر الله اعظمهما عفوا؛ هرگاه دو گروه با هم محاربه کنند خداوند گروهی را نصرت می‌دهد که عفو و گذشت آن بیشتر باشد. (امالی شیخ مفید آستان قدس، ص 231)

21- بهره‌مندی از مکارم اخلاقی: در اسلام بر مکارم اخلاقی تاکید شده است. برخی مصادیق عفو، نشان دهنده مکارم اخلاقی است. امام صادق (ع) می‌فرماید: ³⁰ سه خصلت از نشانه‌های شرافت دنیا و آخرت است: از کسی که به تو ظلم کرده گذشت کنی، با کسی که با تو قطع رابطه کرده رابطه برقرار کنی و در برابر آدم نادانی که به تو بی‌حرمتی کرده خویشن‌داری نمایی. (اصول کافی، ج 3، ص 167)

22- طول عمر: یکی از راه‌های طول عمر با برکت انسان، عفو و گذشت از حق و حقوق خود نسبت به دیگران است. پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: ³¹ کسی که زیاد اهل گذشت باشد عمرش طولانی خواهد بود. (بحار، ج 75، ص 359)

23- عزتمندی: انسان اگر بخواهد از عزت الهی برخوردار شود باید اهل عفو و گذشت باشد. پیامبر (ص) می‌فرماید: ³² عزیزترین بندگان در نزد خدا آن کسی است که وقتی به قدرت رسید عفو و

30. ثلاث من مكارم الدنيا و الآخرة: تعفو عن ظلمك و تصل من قطعك و تحلم اذا جهل عليك؛

31 من کثر عفوہ مد فی عمره

32 اعز العباد علی الله الذی اذا قدر عفی؛

گذشت داشته باشد. (جامع السعادات، ج 1، ص 303)

همچنین پیامبر (ص) می فرماید: بر شما باد؛ عفو و اغماض زیرا عفو و گذشت بر عزت و سرافرازی بنده می افزاید، شما گذشت داشته باشید خداوند شما را عزیز و سرافراز می کند. (اصول کافی، ج 3، ص 167)

24- سروری: امام جعفر صادق (ع) می فرماید: ^{۳۳} سه خصلت در هر کس باشد نشانه سروری و آقایی او است: فرو بردن خشم خود در وقت غضب، عفو و اغماض از خطای دیگران و صله ارحام با جان و مال (تحف العقول، ص 330)

25- پاداش غیر قابل حساب: درباره ارزش عفو امیرالمومنین (ع) می فرماید: ^{۳۴} دو چیز است که (عظمت) ثواب آنها قابل ارزیابی نیست: یکی عفو و اغماض و دیگری عدل و انصاف. (فهرست غرر، ص 252)

26- نشانه ای از سیره اهل بیت (ع): هر کسی دوست دارد که خود را همانند اهل بیت (ع) کند، باید اهل عفو و گذشت باشد. پیامبر (ص) می فرماید: ^{۳۵} فتوت و بزرگ منشی ما خاندان رسالت، عفو و اغماض از کسی است که به ما ظلم کرده و بذل و عطا است به کسی که ما را محروم ساخته. (تحف العقول، ص 37)

آثار عدم گذشت

همان طوری که گذشت در قرآن بارها بر عفو و گذشت حتی از دشمنان ترغیب شده است. به ویژه در شرایطی که قصد و نیت از آن کسی رضایت الهی و گسترش اسلام و جنبه های اخلاقی اسلام است.

³³ ثلاث من كن فيه كان سيذا: كظم الغيظ و العفو عن المسيء و الصله بالنفس و المال؛

³⁴ . شيان لا يوزن ثوابهما: العفو و العدل؛

³⁵ مروتنا اهل البيت العفو عن ظلمنا و اعطاء من حررنا

در اینجا به برخی از آثار و ابعاد عدم گذشت اشاره می شود تا معلوم شود که تا چه اندازه عفو و گذشت برای شخص و جامعه مفید و سازنده است.

1-پشیمانی: انسان باید اهل گذشت و عفو باشد و بداند که در عفو و گذشت لذتی است که در انتقام نیست. امام محمدباقر(ع) می فرماید: **پشیمانی از عفو و گذشت بهتر از پشیمانی از عقوبت و انتقام است و جبران آن آسان تر است.** (اصول کافی، ج 3، ص 168)

2-زشت ترین عیب: عدم عفو و گذشت از نظر اسلام بدترین عیبی است که در انسان وجود دارد. امام علی(ع) می فرماید: **زشت ترین عیب ها کم گذشت بودن و بزرگ ترین گناهان عجله در انتقام گرفتن است.** (فهرست غرر، ص 253)

3-بدترین افراد: امام حسن عسکری(ع) می فرماید: **بهترین دوستان تو آن کسی است که خطایت را فراموش کند و (تنها) خوبی های تو را به یاد داشته باشد.** (بحار، ج 78، ص 379) پس باید گفت بدترین برادر خونی و دینی کسی است که اهل گذشت و عفو نباشد.

4-نومیدی: انسان دوست دارد همه کس نسبت به او احسان و خیر کند و خوبی ها برای او باشد، براساس قاعده طلایی هرچه برای خود می پسندی برای دیگران بپسند. انسان باید اگر خواهان عفو و گذشت الهی است، دیگران را عفو کند و اهل خطا و گناه را نومید نسازد. امیرالمؤمنین(ع) می فرماید: **تعجب می کنم از کسی که به فضل و عنایت مافوق خود (پروردگار) امید دارد چگونه مادون خود را ناامید می کند (و از لغزش او نمی گذرد)؟** (فهرست غرر، ص 309)

5-ناگواری در زندگی: علی(ع) می فرماید: **کسی که تغافل نکند و از بسیاری از امور چشم پوشی ننماید زندگی ناگواری خواهد داشت.** (فهرست غرر، ص 297)

6- زشت ترین کار: امیرالمؤمنین (ع) می فرماید: ³⁷چقدر زشت و ناروا است که انسان، گنهکاری را که از او پوزش می طلبد، عقوبت کند. (فهرست غرر، ص 241)

7- نشانه فرومایگی: امیرالمؤمنین (ع) می فرماید: ³⁸عجله در انتقام گرفتن، روش مردان فرومایه است. (فهرست غرر، ص 396)

8- بدترین مردمان: پیامبر گرامی اسلام (ص) می فرماید: بدترین مردم کسی است که خطای دیگران را نمی بخشد و از لغزش آنها نمی گذرد. (بحار، ج 77، ص 66)

آداب عذرخواهی و عذرپذیری

چنان که گفته شد، عفو و گذشت باید بدون حتی عذرخواهی دیگری باشد و اگر کسی عذر خواهد باید عذرش را بپذیرد حتی اگر دلیل موجهی برای خطا و گناهش نداشته باشد. برخی از آداب عفو و عذرپذیری از خطای دیگری عبارتند از

1- بهانه تراشی برای خطاکار: انسان نه تنها باید بهانه و عذر موجه دیگری را بپذیرد بلکه حتی اگر عذرش بی پایه و اساس بود روی او نیاورد و بلکه حتی برایش عذر و بهانه بتراشد. امیرالمؤمنین (ع) می فرماید: ³⁹عذر برادر دینی ات را بپذیر و اگر برای خطای خود عذری نداشت تو برای او عذری بتراش! (تحف العقول، ص 107)

حتی امام حسن مجتبی (ع) می فرماید: ⁴⁰اگر کسی برابر یک گوش من مرا دشنام دهد بعد در گوش دیگر از من عذرخواهی کند عذر او را می پذیرم. (احقاق الحق، ج 11، ص 116) امام زین العابدین (ع) می فرماید: اگر کسی از طرف راست تو آمد و ناسزا گفت بعد برگشت و از طرف

³⁷ ما اقبح العقوبه مع الاعتذار؛

³⁸ معاجله الانتقام من شيم اللئام؛

³⁹ اقبل عذر اخيك فان لم يكن له عذر فالتمس له عذرا!

⁴⁰ لو شتمني احد في احدى اذني ثم اعتذر في الاخرى لقبلت؛

چپ از تو عذرخواهی کرد تو عذر او را بپذیر. (بحار، ج 78، ص 141)

2- عفو در قدرت: عفو در قدرت ارزشی تر از موارد دیگر است. امام جعفر صادق (ع) می‌فرماید: **عفو و گذشت در عین قدرت، روش پیامبران مرسل و متقیان است.** (بحار، ج 71، ص 423) از همین رو امام حسین (ع) می‌فرماید: ^{۴۱}؛ **با گذشت‌ترین مردم آن کسی است که با داشتن قدرت، عفو و اغماض داشته باشد.** (بحار، ج 78، ص 121)

3- تغافل از خطا: انسان نباید رفتار دیگری را زیر ذره‌بین برد و دنبال عیب‌جویی و خطایابی باشد، بلکه باید دنبال ندیده گرفتن در زندگی باشد. «تغافل» یک اصل اخلاقی نسبت به رفتار دیگران است. عفو چیزی جز تغافل نیست. پیامبر اسلام (ص) می‌فرماید: ^{۴۲}**نیمی از رفتار مؤمن، مبنی بر تغافل و نادیده گرفتن است.** (الشهاب فی الحکم و الآداب، ص 7) امیر المؤمنین (ع) نیز می‌فرماید: ^{۴۳}**تو برخی از امور و ناگواریه‌ها را نادیده بگیر، تا موقعیت و امورت ستوده گردد.** (فهرست غرر، ص 297) نیز آن حضرت می‌فرماید: ^{۴۴}**یکی از شریف‌ترین اعمال یک شخص بزرگوار نادیده گرفتن معلومات خود از (عیوب) دیگران است.** (نهج البلاغه، حکمت 213)

4- عفو از توبه کار: انسان باید شرائط و آداب عفو را بشناسد. یکی از این آداب و حکمت آن است که از توبه کار عفو کند. کسی که اصرار بر گناه و خطا دارد و نشانه پشیمانی در او نیست، عفو از او موجب گستاخی وی می‌شود. از این رو مولی امیر المؤمنین (ع) در شرایط عفو می‌فرماید: ^{۴۵}**عفو و گذشت سزاوار کسی است که به خطاهای خود اعتراف و اقرار می‌کند نه آن کسی که از تقصیرات و خطاهایش دست بردار نیست.** (نهج حدیدی، ج 20، ص 330)

41: ان اعفی الناس من عفی عن قدره

42 «المؤمن نصفه تغافل»؛

43 «تغافل یحمد امرک»؛

44 من اشرف افعال الکریم غفلته عما یعلم؛

45 العفو عن المقر لاین المصرا؛

5- پذیرش عذر: کسی که عذر خواسته عذرش را باید پذیرفت و از او عفو کرد. (علی (ع) می‌فرماید: ^{۴۶} **اگر کسی از تو عذر خواهی کرد تو نیز عذر او را بپذیر** (که نشانه شخصیت والای تو است). (تحف العقول، ص 82) اصولاً انسان باید خودش را بر عفو کردن عادت دهد چنانکه آن حضرت می‌فرماید: ^{۴۷} **خودت را به گذشت و جوانمردی عادت بده**. (دستور معالم الحکم، ص 69)

استثناء در عفو

در کنار تمام آنچه در فضیلت و اهمیت عفو و اغماض نسبت به خطا و گناه دیگران گفته شد باید یک نکته مهم را نیز مدنظر قرار داد و آن اینکه گذشت در جایی ارزش و فضیلت و تأثیرگذار است که شخص خطاکار از کرده خود پشیمان شده و از راه خطا برگشته باشد و هیچ اصراری بر انجام اعمال بد و خطای خود نیز نداشته باشد. اما اگر گذشت، موجب گستاخی و جری‌تر شدن وی شود و یا زیان‌های بیشتری را متوجه فرد و جامعه کند بویژه در رابطه با تبهکاران و جانیان سابقه‌دار که امیدی به اصلاح آنها نیست، گذشت در چنین شرایطی کاری حماقت‌آمیز و خلاف عقل و توصیه‌های دینی است و از آن نهی شده است. ^{۴۸}

توضیحی درباره عفو و صفح و مدارا و کظم

عفو به معنای گذشت و عدم بازخواست شخص خطاکار، از مهمترین دستورات اخلاقی و ارزش‌های فطری انسان، به شمار می‌رود. مسأله عفو و گذشت در دین اسلام از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است تا آنجایی که بخشش خداوند را منوط به میزان بخشش بندگان دانسته و می‌گوید «من لا یرحم لا یرحم»، این کلام با شیوایی تمام اهمیت منحصر به فرد مسئله عفو را به اثبات می‌رساند. بخشش از صفات پسندیده‌ای است که در مکاتب اخلاقی مورد ستایش قرار گرفته و با به کار بردن آن می‌توان از ثمرات دنیوی آن از قبیل برکت، فزونی رزق، محبوبیت، امنیت و طول عمر بهره‌مند گردید. برای

⁴⁶ اقبل عذر من اعتذر الیک؛

⁴⁷ عود نفسک السماح؛

⁴⁸ <http://fa.abna24.com/cultural/archive/2016/05/29/703940/story.html>

مسئله عفو مراتب مختلفی بیان شده است، چرا که انسان گاهی بدی را می بیند و از آن می گذرد، اما گاهی اصلاً به طور کلی بدی دیگران را نادیده می گیرد که این مرتبه از عفو را «صفح» می نامند که دارای جایگاه ویژه‌ای در حوزه مفاهیم اخلاقی می باشد. همچنین موازی با کلمه عفو مفاهیمی وجود دارند که دلالت بر معنای بخشش می کنند؛ از قبیل کلمه «مدارا» که بیشترین کاربرد آن در بخشش در مقابل دشمنان است، کلمه رفق که به معنای «میانه روی» در کردار است و همچنین کلمه «کظم غیظ» که به معنای خودداری از اظهار خشم بوده و از مهمترین وظایف اخلاقی به شمار می رود. در فضیلت عفو و گذشت و ترک انتقام جویی تردیدی نیست، اما این بدان معنا نیست که استثنایی در کار نباشد، بلکه مواردی پیش می آید که عفو و گذشت سبب جرأت جانیان و خاطیان می شود؛ لذا عفو همیشه پسندیده نیست. در چنین مواردی برای حفظ نظم جامعه و پیشگیری از تکرار جرم باید از عفو صرف نظر کرد. در نتیجه عفو به دو قسم پسندیده و ناپسند تقسیم می گردد. عفو به دو صورت انجام می پذیرد چرا که گاهی انسان ناراحتی خود از دیگری را به طور کلی فراموش کرده و از آن صرف نظر می کند، اما گاهی انسان ناراحتی و احساس تنفر خود از دیگری را با محبت و خوبی کردن نسبت به کسی که به او بدی کرده است عوض می کند که این نوع از عفو با ارزش ترین انواع عفو^{۴۹} بوده و سیره ائمه معصومین: نیز بر این مطلب اشاره دارد

^{۵۰} **بدترین مردم کسی است که** «:امیرمؤمنان علی علیه السلام در این باره می فرمایند

^{۵۱} **«خطای دیگران را نبخشد و عیب را نبوشاند»**

حکایت: امام هادی علیه السلام خطاکار را می بخشد

در روایات آمده است که یک نفر در مورد امام هادی علیه السلام بدگویی می کرد، و امام هادی علیه السلام را متهم به رفتارهای ناشایست می نمود تا جایی که ادعا می کرد امام اسلحه در منزل داشته و قصد شورش علیه حکومت را دارد. تا این که دربار عباسی حضرت را اجباراً به سامراً فرا خواند. حضرت وقتی روی اسب نشستند تا به سمت سامرا حرکت کنند، آن شخص گفت ای

⁴⁹ <http://sadeghain.net/fa/Article/View/60>

⁵⁰ شَرُّ النَّاسِ مَنْ لَا يَعْفو عَنِ الزَّيْلَةِ وَلَا يَسْتُرُ الْعَوْرَةَ؛

⁵¹ تصنیف غررالحکم و درر الکلم: ص 245، ح 5016.

حضرت هادی علیه السلام آیا می دانی که تمام این کارها را من کرده ام؟ تمام این بدگویی ها را من برای شما درست کردم؟ و من کاری کردم که شما را از مدینه جدّتان به سمت سامرا می برند. بدانکه اگر به خلیفه بگویی که من بدگویی شما را به دروغ کرده ام، من تمام مزارع و نخل های دوستان شما را به آتش می کشم. و چشمه های آبشان را کور می کنم.

امام هادی علیه السلام با صبوری خاصی فرمود- من دیشب شکایت تو را به بزرگی کردم که پس از او کسی را لایق نمی دانم که شکایت تو را پیش شخص دیگری ببرم. آن شخص می گوید به چه شخصی گفتید؟ حضرت فرمود به خداوند متعال گفتم. آن شخص لرزید و گفت که آقا من را عفو کن! امام علیه السلام فرمود: «عَفَوْتُ عَنْكَ؛ عَفْوَتُ كَرَّمَ^{۵۲}

درسوره بقره پس از بیان چگونگی حکم قصاص ، می فرماید: (فَمَنْ عَفَىٰ لَهُ مِنْ أَخِيهِ شَيْءٌ، فَاتَّبِعْ بِالْمَعْرُوفِ وَادِّاءِ إِلَيْهِ بِإِحْسَانٍ)^{۵۳} پس اگر کسی از سوی برادر (دینی) خود مورد عفو قرار گیرد (و از قصاص او صرف نظر شود) باید از راه پسندیده پیروی کند و (دیه را) با نیکی به عفو-کننده پردازد.

همچنین درآیه دیگری به پیامبرصل الله علیه و آله می گوید طریقه نیکو آن است که اشتباهات مردم را مورد عفو و بخشش قرار بدهد: (فَاَصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ)^{۵۴}: پس گذشت کن، گذشتی نیکو.

از امام علی علیه السلام در تفسیر این آیه چنین نقل شده است: «صفح جمیل، عفوی است که در آن مجرم مورد سرزنش قرار نگیرد».^{۵۵}

روزی أبوهریره نزد امام علی علیه السلام آمد و سخنان ناروایی به آن حضرت گفت. فردای آن روز باز خدمت امام شرفیاب شد و خواسته هایی را مطرح کرد. حضرت علی علیه السلام همه

^{۵۲} بحار الانوار: ج 68، ص 182.

^{۵۳} سوره بقره: آیه 178.

^{۵۴} سوره حجر: آیه 85.

^{۵۵} تفسیر مجمع البیان: جلد 6، ص 344.

خواسته های ابوهریره را برایش انجام دادند. این کار امام موجب اعتراض برخی از اصحاب شد. اما آن حضرت خطاب به اصحاب فرمود: ^{۵۶} «مَنْ از اینکه نادانی او بر علمم، گناه او بر عفو و در خواست او بر بخشایشم چیره شود، شرم می کنم». لذا امام صادق علیه السلام فرمود: «أَنَا أَهْلُ بَيْتٍ، مُرُوتُنَا الْعَفْوُ عَمَّنْ ظَلَمْنَا؛ ^{۵۷} ما خاندانی هستیم که-، جوان مردی -مان گذشت از کسی است که بر ما ستم کرده است».

پیامبر صلی الله علیه و آله همسایه ای یهودی داشت که وی را بسیار اذیت می -کرد، هر روز از پشت بام خاکستر همراه آتش بر روی سر آن حضرت می ریخت. این کار در ظاهر به عنوان ریختن زباله و خاکستر در کوچه، و در حقیقت به منظور ابراز خشم و کینه یهودی نسبت به پیامبر اسلام صل الله علیه و آله انجام می شد، و پیامبر کریمانه از کنار آن می گذشت. تا اینکه یک روز خبری از مرد یهودی نشد، پیامبر اسلام صل الله علیه و آله از غیبت آن مرد سوال کرد. گفتند خوشبختانه بیمار گشته، و بر اثر بیماری مزاحمت -هایش قطع شده است. فرمود: باید به عیادتش برویم! به سمت خانه اش حرکت کرد. درب خانه یهودی را کوبید. همسرش به پشت در آمد و سوال کرد: کیست؟ حضرت فرمود: پیامبر مسلمانان به دیدار و عیادت همسایه بیمار خود آمده است! زن ماجرا را به شوهرش گفت. مرد یهودی که بسیار تعجب کرده بود، و در مقابل عملی غیر قابل پیش بینی قرار گرفته بود، گفت: در را باز کن تا داخل شوند. پیامبر صل الله علیه و آله وارد شد، و کنار بستر بیمار نشست. و از حال بیمار پرسید، و به گونه ای برخورد کرد که گویا هیچ اذیت و آزاری از این مرد یهودی به آن حضرت نرسیده است.

مرد یهودی که از فرط خجالت صورت خویش را می پوشانید و در برخورد با این اخلاق کریمانه پیامبر اسلام مبهوت شده بود، از آن حضرت پرسید این نوع برخورد آیا اخلاق شخصی شماست، یا جزء دستورات دینی محسوب می شود؟ حضرت فرمود: جزء دستورات دینی است، و ما به همه

⁵⁶ بحار الانوار: جلد 41، ص 49. «أَنِّي لَأَسْتَحْيِي أَنْ يَغْلِبَ جَهْلُهُ عِلْمِي وَ ذَنْبُهُ عَفْوِي وَ مَسَاءَلَتُهُ جُودِي»

⁵⁷ بحار الانوار: جلد 71، ص 414.

مسلمین سفارش می کنیم که چنین کنند. مرد یهودی با برخورد زیبا و پرجاذبه پیامبر اسلام صل الله علیه و آله مسلمان شد.^{۵۸}

حکایت: امام صادق علیه السلام توهین را با بخشش جواب می - دهد

امام صادق علیه السلام در مسجد الحرام نشسته بود. که یک وارد مسجد شد و پیراهن ایشان را گرفت و گفت: یک صد اشرفی مرا - که به تو امانت داده بودم بده. امام فرمود: شاید اشتباه می - کنی. مرد عرب فریاد راه انداخت. حضرت فرمود: بسیار خب! برخیز تا به تو بدهم و با کمال خونسردی با او سخن می - گفت تا به منزل حضرت رسیدند، سپس صد اشرفی به او داد. فردای آن روز، آن مرد، بدهکارش را پیدا کرد و فهمید که اشتباه کرده است. به مسجد آمد و امام را پیدا کرد، آن گاه خیلی عذرخواست و گفت: بیایید این یک صد اشرفی را بگیرید. امام فرمود: من همان دیروز تو را عفو کردم و کینه ای از تو در دل ندارم. پول را هم پس نمی گیرم؛ چون برای خدا دادم. هر معامله ای که برای خدا شد قابل فسخ نیست.^{۵۹}

حکایت: نمونه - ای از روحیه عفو و بخشش در شاگردان مکتب علی علیه السلام در جنگ صفین یکی از سرداران لشکر معاویه به نام أصبغ بن ضرار به دست مالک اشتر اسیر شد، أصبغ مستحق مجازات شدیدی بود که مالک اشتر می - توانست او را مجازات سختی کند. مالک او را به اردوگاه آورد، روز که به پایان رسید، مالک شنید که أصبغ اشعاری می خواند، او در اشعار خود می گفت: «ای شب تا ابد و تا قیامت شب باش، ای کاش این شب روز نمی شد، زیرا فردا برای من روز سختی خواهد بود...» مالک اشتر در عین صلابت و سخت گیری بر دشمن، در فکر عفو و گذشت - او افتاد. شب پایان یافت، مالک أصبغ را نزد امیرمؤمنان علی علیه السلام آورد، و وساطت نمود که در مورد این اسیر لطف کند. علی علیه السلام پس از بیان مطالبی، اختیار أصبغ را به مالک اشتر واگذار نمود، مالک او را به خانه اش آورد و با کمال بزرگواری او را آزاد کرد.^{۶۰}

از نظر تعالیم دینی، عفو و گذشت بهتر است یا قصاص؟

⁵⁸ تفسیر نمونه: ج 24، ص 371.

⁵⁹ قصه های دلنشین، کاظم سعیدپور: 40 موضوع، 244 داستان، ص 64.

⁶⁰ شرح نهج البلاغه، ابن ابی الحدید: ج 8، ص 101 و 102.

پاسخ: اسلام، دین قانون و در عین حال دین رحمت است. قانون معین دارد، ولی همراه با پشتوانه‌ای از رحمت است که در اوضاع و احوال خاص، از سختی قانون می‌کاهد. این رحمت بدین خاطر وضع شده است که شخص جانی را به انسانی صالح در اجتماع تبدیل - کند؛ لذا اسلام عفو را بهتر از قصاص می‌داند. در همین راستا قرآن کریم عفو و بخشش را بهتر از قصاص دانسته و می‌فرماید: **(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِصَاصُ فِي الْقَتْلِ الْحُرُّ بِالْحُرِّ وَالْعَبْدُ بِالْعَبْدِ وَالْأُنْثَى بِالْأُنْثَى فَمَنْ عُفِيَ لَهُ مِنْ أَخِيهِ شَيْءٌ فَاتَّبِعْ بِالْمَعْرُوفِ)** ای کسانی که ایمان آورده‌اید، درباره کشتگان بر شما قصاص مقرر شد. آزاد در برابر آزاد، بنده در برابر بنده و زن در برابر زن. پس هر کس که از جانب برادر خود عفو گردد باید که با خشنودی از پی ادای خونبها رود و آن را به وجهی نیکو بدو پردازد.^{۶۱}

دستور عادلانه قصاص و عفو که یک مجموعه کاملاً انسانی و منطقی را تشکیل می‌دهد از یک سو روش فاسد عصر جاهلیت را که هیچگونه برابری در قصاص قائل نبودند و همچون دژخیمان در برابر یک نفر صدها نفر را به خاک و خون می‌کشیدند محکوم می‌کند. و از سوی دیگر راه عفو را به روی مردم نمی‌بندد، در عین حال احترام خون را نیز کاهش نمی‌دهد و قاتلان را جسور نمی‌سازد، و از سوی سوم می‌گوید بعد از برنامه عفو و گرفتن خوب-ها هیچ یک از طرفین حق تعدی ندارند، بر خلاف اقوام جاهلی که اولیای مقتول گاهی بعد از عفو و حتی گرفتن خوب-ها قاتل را می‌کشتند.^{۶۲}

علت تاکید اسلام بر مسئله عفو و بخشش چیست؟

پاسخ: تاکید دین اسلام بر عفو و گذشت دارای زوایا و علل گوناگونی است که برخی از آنها عبارتند از:

الف) بخشش الهی در گرو بخشش نسبت به خلق: ما در زندگی دنیایی و حیات بی پایان آخرتی، احتیاج مبرمی به انواع رحمت-ها و مهربان‌های خداوند داریم. بدون رحمت خدا هزاران مشکل مادی

^{۶۱} سورة بقره: آیه ۱۷۸.

^{۶۲} تفسیر نمونه: ج ۱ ص ۶۰۳ تا ۶۰۸.

و معنوی، دنیایی و آخرتی سراغ ما خواهد آمد و ما را هلاک خواهد کرد. یکی از راه های جلب رحمت الهی، بخشش و گذشت دیگران است. او بنده های خود را دوست دارد و هر گونه لطف به بندگان را لطف به خود می داند و درصدد جبران بر می آید. از این رو هر گاه ببیند انسانی از خطا و لغزش بنده او می گذرد، درصدد تشکر و جبران بر می آید و رحمت خاص خود را شامل حال او می کند. لذا پیامبر اکرم صل الله علیه و آله در این زمینه می فرماید:^{۶۳}

هنگامی که بندگان در پیشگاه خدا می ایستند، آواز دهنده ای ندا دهد: آن کس که مزدش با خداست برخیزد و به بهشت رود. گفته می شود: چه کسی مزدش با خداست؟ می گوید: گذشت کنندگان از مردم». [51] در نتیجه مزد بخشش در این دنیا، بخشش الهی در سرای آخرت است.

ب) بخشش تنها راه اتمام خشونت-ها است: عفو و گذشت باعث می-شود جلوی تسلسل زشتی-ها و ظلم-ها گرفته شود. و گرنه تا صبح قیامت هر کدام از دو طرف نزاع می-خواهد انتقام آخرین ظلم طرف مقابل را بگیرد. در نتیجه عفو و گذشت باعث اصلاح قلوب و برطرف شدن کینه ها و عداوت ها می شود. بخشش باعث شرمندگی طرف مقابل می گردد.

ج) بخشش راهی آسان برای رسیدن به بهشت و نعمت-های الهی است: چرا که خداوند به وسیله رسول خود اجر بخشش را رسیدن به نعمات جنه الاعلی معرفی کرده است، چنانکه نبی مکرم اسلام صل الله علیه و آله در این زمینه می فرماید:^{۶۴}

؛ شبی که به آسمان برده شدم، کاخ هایی بلند و مشرف بر بهشت را دیدم، گفتم: ای جبرئیل! این کاخها از آن کیست؟ گفت: برای آنان که خشم خویش را فرو می خورند و از خطای مردم در می گذرند و خداوند نیکوکاران را دوست می دارد.^{۶۵} ۶۶.

63 «إِذَا كَانَ يَوْمُ الْقِيَامَةِ نَادَى مُنَادٌ مَنْ كَانَ أَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ فَلْيَدْخُلِ الْجَنَّةَ قِيلَ مَنْ ذَا الَّذِي أَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ قِيلَ الْعَافُونَ عَنِ النَّاسِ؛

64 «رَأَيْتُ لَيْلَةً اسْرَى بِي قُصُورًا مُسْتَوِيَةً مُشْرِفَةً عَلَى الْجَنَّةِ، فَقُلْتُ: يَا جِبْرِئِيلُ لِمَنْ هَذَا؟ فَقَالَ: لِلْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

بحثی درباره کینه

کینه ای نباشیم!

یکی از ویژگی های مردان و زنان خداجو، پرهیز از کینه توزی است. آنان آرزومندند که دل های شان همچون دل های بهشتیان، تهی از کینه و دشمنی مؤمنان شود. در کریمه قرآنی آمده: «وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا»؛ در دل هایمان از آنان که ایمان آورده اند، کینه ای قرار مده.^{۶۷}

حضرت علی علیه السلام در سفارش، برای کینه زدایی از دل ها می فرماید: ^{۶۸}دل ها را از کینه پاک «سازید، زیرا کینه توزی دردی مهلک است»^{۶۹}

:امام صادق علیه السلام فرمود: ^{۷۰}

مؤمن وقتی در مجلس است [ممکن است] دچار کینه شود، ولی آن گاه که از مجلس خارج شد، کینه هم از دل او می رود.

: و امام صادق علیه السلام فرمود: ^{۷۱}

^{۶۷} حشر: ۱۰

^{۶۸} «طَهَّرُوا قُلُوبَكُمْ مِنَ الْحِقْدِ فَإِنَّهُ دَاءٌ مَرْمِي؛

^{۶۹} <https://hawzah.net/fa/Magazine/View/3280/6269/68448>

^{۷۰} . الْمُؤْمِنُ يَحْقِدُ مَا دَامَ فِي مَجْلِسِهِ فَإِذَا قَامَ ذَهَبَ عَنْهُ الْحِقْدُ^{۷۱}

^{۷۱} . حَقْدُ الْمُؤْمِنِ مُقَامَةٌ ثُمَّ يُفَارِقُ إِخَاهَ فَلَا يَجِدُ عَلَيْهِ شَيْئًا وَحَقْدُ الْكَافِرِ ذَهْرَةٌ^{۷۱}

کینه مؤمن، لحظه ای است و چون از برادر دینی خود جدا شود، کینه او را در دل نگه نمی دارد، ولی کینه کافر، دائمی است^{۷۲}

«امام علی علیه السلام نیز می فرماید: «تنها کسانی عاقل هستند که کینه ها را از دل بیرون کنند»^{۷۳}

آثار کینه

1- نابود کننده خوبی ها

امام علی (علیه السلام): (۷۴)؛ کینه، خوبی ها را نابود می کند

2- ایجاد فتنه

امام علی (علیه السلام): (۷۵)؛ علت فتنه ها و آشوب ها کینه توزی است

3- ایجاد اندوه و عذاب

امام علی (علیه السلام): (۷۶)؛ کینه توز، روحش در عذاب است و اندوهش دو چندان.

راه درمان کینه در قرآن

⁷² <https://hawzah.net/fa/Magazine/View/3280/6269/68448>

⁷³ <https://hawzah.net/fa/Magazine/View/3280/6269/68448>

⁷⁴ غررالحکم، ج1، ص 168، ح 6429 الْغُلُّ يُحِيطُ الْخَسَنَاتِ

⁷⁵ همان، ج4، ص 121، ح 5522 سَبَبُ الْفِتَنِ الْحَقْدُ

⁷⁶ همان، ح 1962 الْخَقْوُ مُغْدَبُ النَّفْسِ، مُتَضَاعِفٌ لَهُمْ

بدی ها را با نیکی پاسخ گوید

خداوند در قرآن طریقه درمان کینه را بیان کرده آنجا که فرموده: "ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي

بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ" (۷۷) با نیکی، بدی را دفع کن، تا دشمنان سرسخت همچون

دوستان، گرم و صمیمی شوند.

در این آیه خداوند، ما را متوجه می سازد که همه انسانها تشنه محبت هستند حتی کسانی که دلهایشان

سرشار از کینه و عداوت است؛ بنابراین با محبت و نیکی می توان کینه ها را برطرف ساخت.

ایمان به عنوان مهمترین عامل زدوده شدن کینه از دل ها

قرآن ایمان را به عنوان مهمترین عامل زدوده شدن کینه از دل ها برمی شمارد؛ زیرا ایمان، بازگشت به

فطرت است و شخصیت شخص را بازسازی می کند و به اعتدال رهنمون می سازد و از بیماری های

روحی و روانی ایمن می کند. "وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا أُولَئِكَ

"....أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ * وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ

و کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته کرده‌اند - هیچ کسی را جز به قدر توانش تکلیف (78)

نمی‌کنیم - آنان همدم بهشتند [که] در آن جاودانند. و هر گونه کینه‌ای را از سینه‌هایشان می‌زداییم⁷⁹

محمد می‌گوید: «چند روز پیش در محل کارم خراب‌کاری کردم. چون اشتباه از من بود، خودم هم مسئولیتش را به‌عهده گرفتم. با رئیس‌م حرف زدم و همه چیز را روبه‌راه کردم. او گفت در این باره نگران نباشم، اما من رئیس‌م را خوب می‌شناسم؛ از حالا به بعد، از این مسئله علیه من استفاده خواهد کرد.»

آیتا می‌گوید: «من دوستی صمیمی دارم که از کار اشتباه هیچ کسی چشم‌پوشی نمی‌کند. اگر حرفی بزنی یا کاری کنی که باعث ناراحتی‌اش شود، با شما قهر می‌کند و دیگر هرگز دوباره با شما صحبت نخواهد کرد.»

سعید می‌گوید: «مادر همسرم، به‌خاطر موضوعی از دستم عصبانی شده بود و علتش را هم به من نگفته بود. درواقع تا روز تولدم که از او هدیه‌ای دریافت نکردم، اصلاً نمی‌دانستم از دستم عصبانی است. آن روز کمی خجالت کشیدم، اما همسرم و تمام خواهران و برادرانش، شروع کردند به خندیدن و پیچ‌پچ کردن و درنهایت یکی از

⁷⁸ اعراف/ 42 و 43

⁷⁹ <https://article.tebyan.net/274638/6>

آنها گفت به خانوادهی ما خوش آمدی! مادرم به خاطر موضوعی از دست تو ناراحت است. امیدوارم بتوانی دلیل ناراحتی اش را پیدا کنی!»

لیلا می گوید: «نگرانم که مبدا شبیه پدرم شوم. او می تواند به خاطر موضوعی، تا سال ها کینه به دل داشته باشد. من واقعا سعی کرده ام متفاوت باشم و درمورد هر چیزی که مرا ناراحت یا عصبانی می کند، صحبت کنم، باوجود این احساس می کنم گاهی اوقات خودم را عقب می کشم و به این فکر می افتم که دیگر با آن شخص حرف نزنم.»

((شوهر کینه ای و بداخلاق

سلام 29 ساله یک ساله ازدواج کردم تو یه اتاق تنگ و تاریک در کنار خانواده ی همسرم روزگار میگذروم. طعنه ها ، دخالت های خانواده ی همسر، سرکوفتاشون ، بد اخلاقی همسرم و دخالت خواهرشوهر ، رفت و آمد زیاد اونا و اذیت شدن من ، عدم تطابق فرهنگی ، عدم تطابق تحصیلاتی .. رو مشکل دارم ولی با عقل و درایت با همشون کنار اومدم .فک نکنم اگه فردی دیگه جای من بود از پس این مشکلات بر میومد .تنها مشکلی که خیلی آزارم میده رفتار همسرم با خانواده .بی دلیل با اونا سرد شده .حق ندارم زنگ بزنم یا رفت و آمد کنم .با اینکه خونه ی پدرم سه تا خونه با هام فاصله داره بازم حق رفت و آمد ندارم باید هفته ای یک بار اونم یک ساعت برم و پیام .اهل مقایسه نیستم که بگم خواهرای خودش همش اینجان نه ؟؟؟ دانشجوی فعالی بودم بعد ازدواج حق رفتن به کلاس قرآن بسیج محله رو هم ندارم چون همسرم معتقده حرف در میارن .محدود شدم .همسرم بد دله حرف کوچکی رو بزرگ میکنه و دیگه با اون فرد رفت و آمد نمیکنه کینه ایه .چون زنداداشم بهش گفته با مامانو باباش میره جایی بدل گرفته و کلا با داداشم و بچه هاشون قهره و جواب سلامشونو نمیده .چن بار اومدم مقابله به مثل کنم و به خانواده همسرم بی تفاوت باشم نتونسم .همسرم همیشه منو تهدید میکنه که اگر روزی بیاد و بینم یکی از فامیلات اومده خونه سر از تنت جدا میکنم یا حبست

میکنم تو زیر زمینو این جور حرفا. فامیل و پدر و مادر منو تحقیر میکنه نژاد منو می بره زیر سوال. با اینکه از رابطه ی جنسی و برخی اخلاقاتش ایمان دارم منو دوست داره و چن بار بخاطر من جلو خانوادش ایستاده بازم این مشکل منو عذاب میده. چن بار سعی کردم بین اون و داداش کوچیکم روابط خوبی برقرار کنم که بتونم کم کم رفت و امد کنیم بازم نشد. در برابر حرفاش سکوت میکنم صبر میکنم تا بهتر بشه ولی اون روز بروز دلش سیاه تر میشه. همه ی تترهای مشاوره در مورد عدم رفت و آمد شوهر و دلایل اون رو مطالعه کردم همه راه ها رو امتحان کردم ولی فایده نداره لجباز تر این هاست. شما بگید من چه بکنم))

شیوه زن کینه جو برای انتقام از شوهر

روزنامه ایران

سوم آبان امسال زنی به نام «اکرم» در تماس با پلیس، از حمله مسلحانه سه مرد به خانه اش و سرقت 700 میلیون تومان طلا و ارز خبر داد.

با اعلام این گزارش مأموران کلانتری 132 نبرد به آدرس اعلام شده، اعزام شدند. «اکرم» در جریان تحقیقات به مأموران گفت: وقتی از خرید به خانه بازگشتم، سه مرد در خانه ام بودند. آنها وقتی مرا دیدند به من حمله و همه طلاها و ارزها را سرقت کردند. با این اظهارات پرونده تشکیل و برای رسیدگی به مأموران اداره ششم پلیس آگاهی تهران بزرگ واگذار شد.

اما در بازبینی از دوربین های محل سرقت مشخص شد که در زمان اعلام شده از سوی زن صاحبخانه و حتی سه روز قبل از آن هیچ رفت و آمد مشکوکی در این ساختمان و محله صورت نگرفته است. بنابراین کارآگاهان «اکرم» را احضار کردند. این زن که در برابر شواهد و مدارک پلیس مجبور به اعتراف شد، گفت: به خاطر اختلاف با همسرم، این سرقت را مطرح کردم. او مدام مرا با رفتارهایش آزار می دهد و می خواستم از او انتقام بگیرم....

مرد کینه ای پس از طلاق به زندگی خود و فرزندانش پایان داد

مرد خشمگین برای انتقام از همسر سابقش هر دو فرزندش را کشت و به زندگی خود نیز پایان داد. آلوارو کامارا ای - 40 ساله - که مدتی قبل از همسرش جدا شده بود کینه شدیدی از او به دل گرفت. این مرد درعین حال با حکم دادگاه سانتاروزای کالیفرنیا موظف بود دختر 6 ساله و پسر 18 ماهه اش را هفته ای دو بار برای ملاقات با مادرشان به خانه او ببرد. اما روز جمعه مادر بچه ها پس از ساعت ها انتظار وقتی از تأخیر چند ساعته شوهر سابق و فرزندانش نگران شد با خانه آلوارو تماس گرفت اما هیچ جوابی نشنید.

تماس گرفت و کمک خواست. مأموران نیز به خانه مورد [پلیس](#) او ناگزیر به دلیل دلشوره زیاد با نظرفتند، اما با توجه به اینکه هیچ کس پاسخگو نبود پلیس به بررسی خانه پرداخت و به دلیل مشکوک شدن به شرایط، یکی از مأموران از پنجره حمام وارد ساختمان شد که به محض ورود به یکی از اتاق ها با جسد دو کودک و پدرشان روبه رو شد. شواهد نشان می داد مرد جنایتکار پس از شلیک به فرزندانش، با شلیک گلوله ای به زندگی خود نیز پایان داده است.

قتل به خاطر کینه قدیمی

شرق: مرد معتادی که پسر عمه اش را به خاطر پول به قتل رسانده و متواری شده بود، وقتی پای میز محاکمه قرار گرفت، ادعا کرد کینه ای قدیمی عامل این قتل بود.

به گزارش خبرنگار ما، مردی به نام کاوه اردیبهشت سال 95 در خانه اش به قتل رسید. کسی که این جنایت را به ماموران پلیس خبر داد، به ماموران گفت همسرش با ضربه چاقو کشته شده و فردی که همسرش را کشته، قصد قتل او را هم داشته است.

این زن به پلیس گفت: کسی که شوهرم را کشته پسرعمه اش، رامین است. رامین مدتی بود که در خانه ما زندگی می کرد و چون اعتیاد داشت و طرد شده بود، شوهرم به او کمک می کرد. روز حادثه با صدای عجیبی از خواب بیدار شدم و وقتی به سراغ شوهرم رفتم دیدم رامین روی سینه او نشسته و شوهرم هم خرخر می کند. بعد رامین به سمت من حمله کرد و می خواست مرا هم بکشد. او جای پول ها و سوئیچ ماشین شوهرم را خواست؛ من گفتم نمی دانم کجا هستند. بعد درحالی که چاقو روی گلویم گذاشته بود، از من خواست طلاهایم را بدهم که قبول کردم و به رامین قول دادم دراین باره به کسی چیزی نگویم و سرو صدا هم نکنم. رامین فرار کرد و من بعد از فرار او ماموران را خبر کردم. ضمن اینکه از همسایه مان که پزشک است هم کمک خواستم و او وقتی بالای سر شوهرم آمد، گفت او مرده است. این زن گفت: شوهرم قبل از ازدواج با من با زنی دیگر ازدواج کرده بود. رامین و شوهر من باجناب بودند؛ آنها همسران خود را طلاق دادند. سپس شوهرم با من ازدواج کرد و رامین هم به شدت معتاد شد. او مرتب به خانه ما می آمد. شوهرم سعی کرد برایش کاری پیدا کند و زندگی اش را سامان دهد اما او شوهرم را کشت. بعد از گفته های این زن، پلیس تحقیقات گسترده ای را برای پیدا کردن رامین آغاز کرد و در نهایت بعد از چند ماه موفق شد او را بازداشت کند. رامین بعد از دستگیری قتل را قبول کرد و گفت: به خاطر اعتیادم دست به این کار زدم. من از پسرعمه ام کینه داشتم. او گفت: سال های زیادی از عمه ام مراقبت کرده بودم چون فرزندانش خارج از ایران بودند. بعد از فوت عمه ام، پسرش خانه او را فروخت و به من سه میلیون تومان بیشتر نداد. این موضوع من را ناراحت کرد؛ بعد هم همسر من جدا و زندگی ام دگرگون شد. معتاد شدم و شکست بزرگی در زندگی ام خوردم. بعد از چندین سال جدایی از همسر و اعتیاد می خواستم زندگی

درستی داشته باشم و چون جایی برای ماندن نداشتم به خانه کاوه پسر عمه ام رفتم. در این مدت کاوه به من خیلی کمک کرد؛ در شرکتش به من کار داد. او در شرکت کپسول های آتش نشانی پر می کرد و می فروخت اما واقعیت این نبود؛ او تقلب می کرد. من سر این مسئله چندباری با او بحث کرده بودم. اتفاقاتی که در زندگی ام افتاده و کارهایی که کاوه کرده بود، من را خیلی ناراحت کرده و باعث شده بود از او کینه به دل بگیرم؛ ضمن اینکه تحت درمان بودم و داشتم مواد را هم ترک می کردم.

متهم گفتم: 10 روز بود که از خانه بیرون نرفته بودم؛ متادون مصرف می کردم و هنوز آثار ترک اعتیاد را داشتم. شب حادثه کاوه و همسرش برای شرکت در یک مراسم عروسی از خانه بیرون رفتند؛ من هم برای تهیه متادون خانه را ترک کردم اما داروخانه متادون نداشت. به یک عطاری رفتم و به من یک قرص داد. بعد از اینکه قرص را خوردم، دچار توهم شدم. فکر می کنم قرص اکس بود که من را این طور دچار توهم کرد. وقتی به خانه برگشتم، دیگر نتوانستم بخوابم و تا صبح در توهم بودم؛ حالم خوب نبود؛ مرتب چیزهای مختلفی به ذهنم می رسید تا اینکه صبح تصمیم گرفتم به مشهد بروم. به کاوه گفتم پول بده، او گفت ندارد و سر این موضوع بحث کردیم؛ من هم با چاقو او را زدم. بعد که همسرش بیدار شد، من فرار کردم. متهم با توجه به اعترافاتش و مدارک موجود در پرونده در دادسرا مجرم شناخته شده و پرونده برای رسیدگی به دادگاه کیفری استان تهران فرستاده شد. روز گذشته در جلسه محاکمه ابتدا نماینده دادستان در جایگاه حاضر شد و کیفرخواست را خواند؛ بعد تنها دختر مقتول به عنوان ولی دم در جایگاه قرار گرفت و خواستار صدور حکم قصاص شد. در ادامه متهم در جایگاه حاضر شد؛ او گفت: من کاوه را کشتم اما اصلاً قصدم کشتن او نبود. به خاطر مسائلی که در دادسرا گفتم، کینه ای قدیمی از کاوه داشتم. آن روز هم می خواستم چاقو را به دستش بزنم که به قلبش برخورد کرد. من درخواست بخشش دارم و عذرخواهی می کنم. متهم گفت: قتل کاوه کاملاً اتفاقی بود؛ ضمن اینکه من تحت تاثیر قرصی که خورده بودم، تعادل روانی

نداشتم و اصلاً نمی دانم که چرا این کار را کردم و اتفاقات را به درستی به یاد نمی آورم
با پایان گفته های متهم و دفاعیات وکیل مدافع او هیئت قضات برای صدور رای دادگاه وارد
شور شدند.

بحث کینه و آثار آن بسیار مهم و لازم است.

**زیرا خیلی از خانواده های امروزی بخاطر کینه یک نفر دچار اختلاف و قطع رحم و
دعوا و زود و خورد و گرفتاری های زیادی شده اند.**

**افراد کینه ای باید خود رو درمان کنند. باید دل خود رو صفا بدنند. اهل عفو و
گذشت باشند. که بزرگان ما گفتند ادم مومن اگر از کسی ناراحت میشه هنوز اطاق
رو ترک نکرده ناراحتی از دلش بیرون میاره**

**متأسفانه برخی از انسانها کینه ای هستند و اگر سر موضوعی کینه ادم رو در دل بگیرند
دیگه به این زودیا دست از دشمنی بر نمی دارند و رفیق نمی شوند. مخصوصاً اگر
همسر انسان یا فامیل باشه یا همسایه ادم باشه! گاهی کار به قتل و جنایت می
کشه. گاهی طلاق و خودکشی و...**

**اگر اخبار مربوط به حوادثی که بر اثر کینه اتفاق می افته رو مرور کنیم می بینیم
بسیاری از جنایات و اتفاقات بد بخاطر کینه است.**

**اسلام با کینه مخالف است و انسان ها را به عفو و گذشت و دوری از کینه و دشمنی
پنهان دعوت نموده است. مخصوص در جاهلیت که کینه بین مردم بسیار رواج داشت
در این زمینه داستانی است که میگه:**

داستان شنفره» که به افسانه شبیه تر است می تواند نقش تعصب را در خونریزیها نشان دهد. وی مورد اهانت یکی از افراد قبیله «بنی سلمان» قرار می گیرد و بر آن می شود که برای انتقام صد نفر از آنان را بکشد. سرانجام پس از مدت‌ها کمین کردن و آوارگی نود و نه نفر را می کشد، تا آنکه جمعی از دزدان بر سر چاهی او را می کشند. استخوان جمجمه‌ی او پس از سالها، کار خود را می کند و صدمین نفر را هم می کشد. وقتی رهگذری از «بنی سلمان» عبور می کرد، باد جمجمه را به سختی به پای او می زند. وی از درد شدید پا می میرد⁸⁰

کینه از علی علیه السلام در دل منافقان

امام علی ع در دعایشان می فرماید

اللهم انی استعذیک ... خدایا من از تو در برابر قریش یاری می طلبم زیرا آن ها کینه ها و مکرهایی را برای پیامبرت در دلشان نهان ساخته بودند و از انجام آن ناتوان شدند و تو مانع کینه های آن ها شدی پس متوجه من شده اند ...

شهادت امام حسین علیه السلام بخاطر کینه منافقین از امیرالمومنین علیه السلام

آنگاه که امام حسین (علیه السلام) تمام یاران خود را از دست داد و برای جنگ آهنگ دشمن نمود برای آخرین بار برای اتمام حجت خطاب به آنان فرمود⁸¹ (وای بر شما! چرا با من می جنگید؟ آیا سنتی را تغییر داده ام؟ یا شریعتی را دگرگون ساخته ام؟ یا جرمی مرتکب شده ام؟ و یا حقّی را ترک کرده ام؟)

⁸⁰ فروغ ابدیت-ایه الله جعفر سبحانی
⁸¹ « يَا وَيْلَكُمْ اَتَقْتُلُوْنِیْ عَلٰی سُنَّةِ بَدَلْتُمْهَا؟ اَمْ عَلٰی شَرِیْعَةٍ غَیْرِهَا، اَمْ عَلٰی جُرْمٍ فَعَلْتُمْ، اَمْ عَلٰی حَقٍّ تَرَكْتُمْ؟ »

(بلکه به خاطر کینه «: اما دشمن لجوج و کینه ای با کمال وقاحت خطاب به امام (علیه السلام) گفتند
(^{۸۲}) ای که از پدرت به دل داریم، با تو می جنگیم و تو را می کشیم)

زن جوان در دادگاه خانواده؛

شوهرم پس از 2 سال هنوز کینه دعوای روز عروسی را دارد

کینه قدیمی تازه داماد از همسرش پای او را به دادگاه خانواده باز کرد

: آفتاب نیوز

چندی پیش زن جوانی با مراجعه به دادگاه خانواده درخواست طلاق داد و در خصوص علت آن به قاضی گفت: آقای قاضی شوهرم خیلی آدم کینه‌ای است و هنوز هم بعد از گذشت دو سال نتوانسته دعوایی که روز عروسی با هم داشتیم را فراموش کند

زن جوان ادامه داد: من و شوهرم روز عوسی با هم سر موضوعی درگیر شدیم و من به خاطر ناراحتی و استرسی که داشتیم بیش از اندازه موضوع را بزرگ کردم و به شوهرم توهین کردم. بعد از آن هزاران بار از شوهرم معذرت خواستم و سعی کردم از دلش در بیاورم. ولی او هنوز هم فراموش نکرده و هر اتفاقی می افتد به دعوای آن شب اشاره می کند و می گوید که تو به من توهین کردی

وی افزود: هرچه از او معذرت خواستم و ابراز شرمندگی کردم فایده‌ای نداشت و رفتارش با من را درست نکرده است. او واقعا از آن شب تا الان رفتارش با من تغییر کرده و دیگر مثل قبل به من محبت نمی کند. هر بار هم اعتراض می کنم موضوع آن شب را به میان می کشد. برای همین من هم دیگر خسته شدم و تصمیم به جدایی گرفتم

به گزارش باشگاه خبرنگاران، بعد از صحبت‌های این زن قاضی شوهر وی را نیز به دادگاه احضار کرد تا صحبت‌های او را هم بشنود

شوهر سابق برای قتل عام خانواده همسرش آدمکش اجیر کرد

راز قتل زن جوان و ۲ دختر خردسالش در مشهد با دستگیری ۳ آدمکش اجیر شده فاش شد. پشت پرده این جنایت هولناک، شوهر سابق زن جوان بود که به خاطر کینه‌ای که از او به دل داشت دستور قتل او و فرزندانش را صادر کرده بود.

شامگاه شنبه، به قاضی سیدجواد حسینی، بازپرس جنایی مشهد خبر رسید جنایت هولناکی در خانه‌ای ویلایی در یکی از محله‌های خیابان حر 41 رخ داده و در جریان آن مادر و دختری به قتل رسیده‌اند. با حضور قاضی جنایی و کارآگاهان اداره آگاهی در محل حادثه، تحقیقات آغاز و مشخص شد که زن جوان بر اثر اصابت ضربات جسمی سخت به سرش و دختر بچه 3 ساله‌اش به نام نجمه به خاطر جراحاتی که به گردنش وارد شده بود جانشان را از دست داده‌اند.

همچنین دختر 6 ساله خانواده به نام نغمه به شدت مجروح شده بود که توسط اورژانس به بیمارستان منتقل شد اما به کما رفت و تلاش پزشکان برای نجات جان‌اش آغاز شد. محل جنایت خانه‌ای حدوداً 65 متری با یک اتاق خواب بود و اجساد قربانیان داخل اتاق خواب افتاده بود. کسی که ماجرا را به پلیس گزارش کرده بود، پدر خانواده بود. او گفت: همراه همسر و فرزندانم برای انجام کاری بیرون رفته بودیم. پس از ساعاتی به خانه برگشتیم و بعد از اینکه همسر و 2 دخترم را پیاده کردم، خودم سوار ماشین شدم تا نزد یکی از دوستانم بروم.

ساعاتی بعد، وقتی برگشتم و وارد خانه شدم اجساد غرق خون همسر و دخترهایم را دیدم و وحشتزده به کوچه دویدم و از همسایه‌ها کمک خواستم. با اظهارات این مرد تحقیقات تخصصی برای کشف راز جنایت شروع شد. بررسی‌ها نشان می‌داد که زن 35 ساله (مقتول) زندگی پر فراز و نشیبی داشته است. او زمانی که دختری نوجوان بود به عقد مردی میانسال درآمد که چند برابر او سن داشت. با این حال چند سال بعد، درحالی که از این مرد صاحب 3 پسر و یک دختر شده بود، توانست از او جدا شود و پس از مدتی با همسر دومش ازدواج کرد. با این حال طلاقش از همسر اولش باعث شده بود که بین آنها اختلافات و کینه شدیدی به وجود بیاید.

با این اطلاعات فرضیه اینکه شوهر سابق این زن پشت پرده جنایت باشد مدنظر قرار گرفت. در ادامه سرخ‌هایی به دست آمد که نشان می‌داد پسر این مرد 68 ساله در جنایت نقش دارد. با دستورات قضایی که از سوی بازپرس حسینی صادر شد، جست‌وجو برای دستگیری این پسر جوان آغاز شد و کارآگاهان توانستند با بررسی‌های شبانه‌روزی و تحقیقات تخصصی این پسر جوان را به همراه 2 نفر از بستگانش در اطراف مشهد دستگیر کنند. پس از دستگیری متهمان بود که از بیمارستان خبر رسید حدود ساعت 3 بامداد دیروز، نغمه نیز جانش را از دست داد و به این ترتیب تعداد قربانیان این حادثه به عدد 3 رسید.

در ادامه و با دستگیری 3 متهم اصلی پرونده، آنها بعد از ظهر دیروز از سوی قاضی حسینی تحت بازجویی قرار گرفتند و به ارتکاب جنایت اعتراف کردند. پسر جوان گفت: پس از اینکه مادرم از پدرم طلاق گرفت، اتفاقات دیگری از جمله مرگ خواهرم رخ داد که همه اینها باعث شد که پدرم از او کینه به دل بگیرد. برای همین از من و 2 نفر دیگر از بستگانم خواست انتقام بگیریم و ما هم با چاقو و تبر به خانه مقتول رفتیم و او و 2 دخترش را به قتل رساندیم. با اعترافات متهمان، برای آنها قرار قانونی صادر شد و تحقیقات از آنها از سوی قاضی جنایی مشهد ادامه دارد..

توصیه برای درمان همه کینه‌ها و ناراحتی‌ها از دیگران

مـرـنـج و مـرـنـجـان

آقای آخوند از آقای نخود کی خواست که او را موعظه کند. آقای نخود کی گفت:

مـرـنـج و مـرـنـجـان .

آقای آخوند گفت: مرنجان را فهمیدم؛ یعنی کسی را #اذیت نکنم. ولی مرنج یعنی چی؟ چطور می‌توانم ناراحت نشوم؟ مثلاً وقتی بفهمم کسی مرا غیبت کرده یا فحش داده چطور می‌توانم نرنجم؟! *آقای نخود کی گفت: *

علاج آن است که خودت را #کسی ندانی. اگر خودت را کسی ندانستی دیگر نمی رنجی!

آری! برای اینکه بتوانیم راحت زندگی کنیم باید کینه ها را از دلمان پاک کنیم و از کسی ناراحتی در دل نداشته باشیم. آدمی که دلش بزرگ باشد مطمئناً کینه تو دلش جا ندارد...

چاره رهایی از کینه

انسان باید بداند تا زمانی که کینه ای در قلب او باشد دائماً اندوهناک و غمگین و گرفتار خواهد بود و در دنیا و آخرت در چنگال بی رحم عذاب خواهد ماند باید در فضیلت رفق و مدارا و عفو بیندیشد

⁸³ حدای تعالی می فرماید: خذ العفو و امر بالعرف

یعنی ای پیامبر با امت به شیوه عفو و بخشش رفتار کنو به نیکو کاری امر فرما امام صادق از نبی اکرم چنین روایت می کند آیا بهترین صفات دنیا و آخرت را به شما معرفی کنم؟

هر کس به تو ظلم کرد او را ببخش، با کسی که با تو قطع رابطه کرد وصلت کن، هر کس به تو بدی کرد به او احسان کن و هر کس تو را محروم کن به او عطا کن برای شخصی که کینه دارد بهتر آن است که رابطه اش را با شخص مورد کینه به حال قبلی خود حفظ کند و اگر بتواند برای مبارزه با نفس و مخالفت شیطان احسان و نیکی بیشتری به او روا دارد، بسیار نیکوست

خطر کینه برای صاحب آن دائمی است زیرا که درون او را سرشار از احساس بدتنفر می کند و شادی اش را می زداید و برای طرف مقابل آنگاه خطر ساز می شود که به

صورت دشمن و رفتار کینه توزانه ظاهر شود. شما نمی توانید با تنفر داشتن از دیگری خودتان را به خدا نزدیکتر کنید...

قرآن کینه را عامل مهمی در خروج از عدالت برمی شمارد و بیان می دارد که شخص با کینه توزی از حالت اعتدال بیرون رفته و بینش و نگرش و کنش و واکنش هایش بر پایه بی عدالتی شکل می گیرد. در حقیقت بغض زمینه ساز انحراف از حوزه عدالت در همه ابعاد آن می باشد. شخصی که دچار کینه شدید است، در تحلیل واقعیت ها از حقیقت دور می شود و به سبب بیزاری و تنفر نسبت به موضوع، نگرش و واکنش منفی از خود نشان می دهد.

قرآن در خصوص زدودن کینه از دل بهشتیان نسبت به یکدیگر، از تعبیر "نزعنا" استفاده می کند. "نزع" به معنای کندن با زحمت و تلاش است و این تعبیر نشان می دهد که کینه زدایی و ایجاد صمیمیت به آسانی و بی زحمت میسر نیست و برای کینه زدایی باید از خداوند کمک گرفت و از این رو قرآن این دعا را از زبان ربنا لا تجعل فی قلوبنا غلا للذین آمنوا) خداوندا در دل ما هیچ  مؤمنین نقل می کند. کینه ای نسبت به مؤمنان قرار مده

اساسا شخص مؤمن اهل حقد و کینه توزی نیست و اگر با کسی درگیری و اختلاف پیدا کرده باشد وقتی از مکان درگیری خارج می گردد همه ناراحتیهای خود را فراموش می کند، چنانچه از امام صادق (ع) نقل شده که فرمودند: ناراحتی و ملال مرد با ایمان، در همان زمان درگیری است و وقتی از آنجا خارج می شود کینه و عداوتی در دل ندارد.

پس بدانیم که تنفر موجب آزار و امراض دنیوی و عذاب اخروی است لذا با تمرین

عفو و بخشش و کنترل خشم میتوانیم به صفای دل برسیم و از اوج نفرت خود

^{۸۴}. بکاهیم

ظالم را فراموش کنید ، زیرا او به اندازه ی کافی بیچاره است .
قلب تان را از کینه ورزی پاک کنید و این بار سنگین و متعفن را بر زمین بگذارید تا
. سبکبال شوید و فرصت پرواز به سمت موفقیت و خوشبختی را پیدا کنید
شما انسانید ، یعنی توانا ترین آفریده ی پروردگار . کینه را از قلب خود بشوید و
افکار خوب را جایگزینش کنید تا انسانیت خود را ثابت کرده باشید ...

مشخصات افراد کینه ای

افراد کینه ای ادمهایی هستند که به هیچ وجه و در هیچ مرحله ای لب به سخن باز نمی کنند و از بیان
کردن موضوعی که آنها رو ناراحت کرده عاجزند. در همه حال کارشون فقط طعنه زدن و ترور
شخصیتی افراد هست. به هیچ صراطی مستقیم نیستند و هر چه قدر بیشتر سعی کنیم علت ناراحتیشونو
کشف کنیم و از آنها دلجویی کنیم کمتر نتیجه خواهیم گرفت. معمولاً این افراد اهل گفتگو نیستند و
تمایلی برای حل مشکل ندارند. با رفتار های بسیار ناپسند و غیر اخلاقی فقط شکایتشونو نشون می دند.
. نه اهل گذشتند نه گذشت زمان روشن تاثیر داره و نه قدمی برای حل مشکل برمی دارند

افراد کینه ای، آدم هایی هستند که تو زندگیشون مشکل زیاد دارند و شکست زیاد
دیدند و درونشون یه حس انتقام همیشه بیداره. از زمین و زمان تحقیر شدند.

اغلب اوقات از رفتار های دیگران سوء برداشت دارند برای همین حالت تهاجمی به
خود می گیرند.

معمولا محبت بیش از حد به این افراد غرور آنها را بیشتر می کند و موجب می شود که آنها دیگران را بیشتر مقصر بدانند.

کینه توزی صفتی است که خیلی دیر بروز می کند.

اولین راه حل هر مشکلی پذیرفتن آن است.

در این مورد نیز تا زمانی که آنان خود متوجه وجود این صفت در خودشان نشوند و این موضوع را نپذیرند از دست کسی کاری ساخته نیست.

توصیه می شود در برخورد با این افراد نهایت ملاحظه در نظر گرفته شود.

ولی اگر دلخوری پیش آمد و شما سعی کردین که برایش توضیح دهید و عذر خواهی نمودید و او نپذیرفت خود را مقصر ندانید و سعی کنید از او کمی فاصله بگیرید. اگر گذشت زمان کدورت را از قلب غبار گرفته وی پاک نکرد او را رها کنید و دیگر در پی جبران گذشته نباشید.

چون در این صورت رفتارهای تحقیر کننده و حس انتقام جویی این فرد به شما آسیب جدی وارد می کند.

اکثر اصلاح پذیر هستند. اصولا انسانهایی که کینه به دل میگیرند افرادی حساس، زود رنج، نیاز زیاد به محبت دیدن از طرف دیگران، مایلند مورد توجه قرار بگیرند، دل نازک هستند، چنین افرادی تصور میکنند که دیگران قادر به درک آنان نیستند. بنابراین برای اینکه در معاشرت با این افراد به موفقیت برسید اولین چیز این است که صبور باشید و به گذشت زمان (تا زمانی که فرد کینه ای شما را در دلش راه دهد) نیاز هست. و اینکه بهترین راه این است که بهترین رفتارها را با او کنید. فرد کینه ای انتقادپذیر نیست. توانایها و نقاط مثبت او را مرتب در جلوی او مورد نکوهش قرار

دهید، همدلی؛ درک کردن، همیشه مدنظر داشته باشید که او از حساسیت بسیار بالایی برخوردار است. خلوص و یکرنگی در برخورد با این افراد، انعطاف پذیری، ما در روانشناسی بحثی تحت عنوان تعامل فراخونشی داریم به این معنی که شخصی هر رفتاری که با دیگری داشته باشد رفتاری مشابه آن را در آن شخص فرا خواهد خواند. ولی در مورد افراد کینه ای به زمان بیشتری نیاز است...

عمر انسان انقدر زیاد نیست که ادم دنبال کینه ورزی باشد

⁸⁵ امام علی علیه السلام:

دنيا كوچك تر و حقير تر و ناچيز تر از آن است كه در آن از كينه ها پيروي شود

کینه باعث می شود خوبی های انسان از بین برود

⁸⁶ امام علی علیه السلام:

کینه، خوبی ها را نابود می کند

اگر قلب راحت می خوای کینه نداشته باش!

⁸⁷ امام علی علیه السلام:

هر کس کینه را از خود دور کند، قلب و عقلش آسوده گردند

ریشه خیلی از فتنه ها، کینه توزی است!

⁸⁵ غررالحکم، ج2، ص 52، ح1804 أَلَدُنْيَا أَصْغَرُ وَأَحَقُّ وَأَنْزَرُ مِنْ أَنْ تُطَاعَ فِيهَا الْحَفَاذُ؛

⁸⁶ غررالحکم، ج1، ص 168، ح6429 الْغُلُّ يُحِيطُ الْحَسَنَاتِ؛

⁸⁷ غررالحکم، ج5، ص 326، ح8584 مَنْ أَطْرَحَ الْجِدَّ اسْتَرَاخَ قَلْبُهُ وَلَبَّهْ؛

⁸⁸امام علی علیه السلام:

علت فتنه ها و آشوب ها کینه توزی است

شیعه علی اهل کینه نیست!

⁸⁹امام حسین علیه السلام؛

بی گمان شیعیان ما دل هایشان از هر خیانت، کینه و فریبکاری پاک است

هدیه دادن کینه را برطرف می کند!

⁹⁰پیامبر صلی الله علیه و آله:

به یکدیگر هدیه بدهید، زیرا کینه ها را از بین می برد

⁹¹پیامبر صلی الله علیه و آله:

هدیه دادن، کینه ها را از سینه ها می برد

سرزنش باعث کینه می شود

⁸⁸ غررالحکم، ج 4، ص 121، ح 5522 سَبَبُ الْفِتَنِ الْجَفَدُ؛

⁸⁹ بحارالانوار، ج 68، ص 156، ح 11 إِنَّ شِيعَتَنَا مَن سَلِمَتْ قُلُوبُهُمْ مِنْ كُلِّ عِشٍّ وَعِلٍّ وَدَعَلٍ

⁹⁰ کافی، ج 5، ص 144، ح 14 تَهَادَوْا فَإِنَّهَا تَذْهَبُ بِالصَّغَائِنِ؛

⁹¹ میزان الحکمة، ح 21200 الْهَدِيَّةُ تَذْهَبُ الصَّغَائِنَ مِنَ الصُّدُورِ؛

⁹²امام علی علیه السلام: ؛

برادرت را با همان وضعی که دارد تحمل کن و زیاد سرزنش نکن، زیرا این کار کینه می آورد

اگر هم را ببخشید کینه ها می روند!

⁹³پیامبر صلی الله علیه و آله: ؛

از یکدیگر گذشت کنید، تا کینه های میان شما از بین برود

حسادت باعث کینه

⁹⁴امام علی علیه السلام: ؛

حسود زود خشمگین می شود و دیر کینه از دلش می رود

ادم کینه ای آرامش ندارد!

امام علی علیه السلام: ؛

⁹⁵کینه توز، روحش در عذاب است و اندوهش دو چندان

⁹² تحف العقول، ص 84 إَحْتَمِلْ أَحَاكَ عَلَى مَا فِيهِ وَلَا تُكْثِرِ الْعِيَابَ، فَإِنَّهُ يورِثُ الصَّغِيَةَ

⁹³ كنز العمال، ج 3، ص 373، ح 7004 تَعَاَفَا تَسْقُطِ الصَّغَائِرُ بَيْنَكُمْ

⁹⁴ بحار الأنوار، ج 73، ص 256، ح 29 الْحَسُودُ سَرِيعُ الْوَيْبَةِ، بَطِيءُ الْعَطْفَةِ

⁹⁵ غرر الحکم، ح 1962 الْحَقُودُ مُعَذَّبُ النَّفْسِ، مُتَصَاعِفُ لَهُمْ