



## جایگاه و اثرات بخشش در زندگی / چند حدیث درباره عفو و گذشت

در حدیثی از امام صادق (ع) روایت شده که سه چیز از خصلتهای ارزشمند دنیا و آخرت است: بخشودن کسی که به تو ستم کرده است، پیوستن به کسی که از تو بریده است و بردباری ورزیدن هر گاه نسبت به تو رفتار جاهلانه ای شود.

در حدیثی از امام صادق (ع) روایت شده که سه چیز از خصلتهای ارزشمند دنیا و آخرت است: بخشودن کسی که به تو ستم کرده است، پیوستن به کسی که از تو بریده است و بردباری ورزیدن هر گاه نسبت به تو رفتار جاهلانه ای شود.

به گزارش خبرگزاری مهر، بخشش به نوعی اصیل ترین فضیلت است، چرا که اگر به ماهیت بخشش دقیق شویم خواهیم دانست که عفو و بخشش از عدالت برتر است، چرا که عدالت در جستجوی تنبیه است، ولی بخشش در جستجوی آشتی است.

متاسفانه دروغ گفتن، فریب دادن، بی تفاوتی، دلسردی، در مسئولیت کوتاهی کردن دیگری را مقصر جلوه دادن، ناسزا گفتن، خشونت و خیانت متاسفانه بارها اتفاق می افتد، نه میان بیگانگان، بلکه میان دو نفر که به هم خیلی نزدیک هستند.

اعمالی این چنین صدمات هیجانی زیادی به وجود می آورد که به راحتی از بین نمی رود و روابط به خطر می افتد. اگر به بهبود روابط اهمیت می دهیم، نیاز داریم هنر بخشش را تمرین کنیم. هیچ صدمه هیجانی نیست که قابل بخشش نباشد با کمی کوشش می توانیم رنجش ها را پشت سر گذاشته با عزیزان و دوستانمان آشتی کرده و صلح و آرامش را به زندگی خود برگردانیم.

بخشش برخلاف تلافی کردن یک تکانه غریزی یا خود به خودی نیست. اگر از کسی برنجیم به صورت بازتاب می توانیم بگوییم تلافی خواهیم کرد، حسابش را کف دستش می گذارم. از طرفی دیگر بخشش باید رشد داه شود. بخشش انتخاب هیجانی خوب در نظر گرفته شده خوب اندیشیده شده است که ما اتخاذ می کنیم تا آزادانه آنهایی را که ما را از خود رنجانده اند ببخشیم. چون همان طور که همه ما می دانیم بخشش فقط بیان این الفاظ نیست، من تو را می بخشم، بلکه بخشش رها کردن خشم و رنجش است.

خوشبختانه برای اکثر ما هرگز وضعی پیش نمی آید که ناگزیر باشیم متجاوز یا قاتلی را ببخشیم با این وجود هر روز ما نیاز داریم همسر، والدین، فرزند، همکار، دوست، همسایه یا حتی یک بیگانه را ببخشیم که این کار البته کار راحت و آسانی نیست.

برای مردم راحت تر است بیگانه را ببخشند تا دوست یا عضو خانواده و کسی را که می شناسند و به او اعتماد دارند. در چنین مواقعی فقط می توانیم به خودمان بگوییم در نهایت، که ما مسئول آنچه دیگران بر سر ما می آورند نیستیم ما فقط مسئول برخوردی هستیم که با دیگران داریم.

نکته مهمتری هم هست که اغلب در ستیزه های هیجانی با افرادی که نزدیک ما هستند نادیده می گیریم. یک نزاع به ندرت می تواند یکجانبه باشد و در حالی که گناه طرف مقابل را بزرگ می کنیم. کمی تفکر، کمی آرام گرفتن و درون گرایی تعادل را بر می گرداند.

درباره بخشش در زندگی مشترک هم باید گفت ازدواج شاد و موفق ازدواجی است که در آن بخشش، شکیبایی، تحمل و درک متقابل مرتب تمرین می شوند. اگر زن و شوهر یاد نگیرند که مرتب ببخشند و فراموش کنند ازدواج آنها به صورت یک رشته از اتهامات متقابل در می آید. ما به تواضع، اعتراف شجاعانه به اشتباهات خود نیاز داریم تا همسرمان را ببخشیم و تازه این چیزی است که زن و شوهر را خرسند نگاه می دارد.

در اینجا به چند حدیث از پیامبر (ص) و ائمه اطهار (ع) درباره بخشش و عفو اشاره می کنیم که اثبات کننده جایگاه والای بخشش در زندگی است.

- رسول خدا (ص) می فرماید: هر گاه خشمی برای شما پیش آمد، با عفو و گذشت آن را از خود دور کنید، زیرا در روز قیامت منادی ای ندا می دهد: هر که به گردن خدا مزدی دارد، برخیزد و کسی جز بخشایندهان برنخیزد، آیا نشنیده اید که خدای متعال فرمود: پس هر که گذشت کند و آشتی ورزد، مزدش با خداست.

- رسول خدا (ص) می فرماید: از گناهان مردم درگذرید، تا خداوند بدین سبب عذاب دوزخ را از شما دور گرداند.

- امام علی (ع) در فرمان حکومت مصر به مالک اشتر می فرماید: نسبت به آنان چونان حیوان درنده ای مباش که خوردنشان را غنیمت شماری، زیرا مردم دو گروهند: یا برادر دینی تو هستند، یا همنوع تو، که از ایشان لغزش سر می زند و در معرض درد و گرفتاریها قرار دارند و دانسته و ندانسته خلاف می کنند. بنابر این، همان گونه که خود دوست داری خداوند تو را ببخشد و از خطاهایت درگذرد، تو نیز آنان را ببخش و از خطاهایشان درگذر، از بخشش و گذشت هرگز پشیمان مباش و از کیفر دادن خوشحالی مکن.

- امام علی (ع) می فرماید: زمانی که قدرت داری با گذشت باش و در زمان تنگدستی بخشنده و در عین نیازمندی ایثارگر، تا فضل تو به کمال رسد.

- امام باقر (ع) می فرماید: پیشمانی از گذشت، برتر و آسانتر از پشیمانی حاصل از کیفر دادن است.

- امام رضا (ع) می فرماید: هرگز دو گروه با هم رویاروی نشدند مگر این که با گذشت ترین آنها پیروز شد.