عـفـــت، خاسـتـگاه و گســـترهٔ آن از نـگاه قـــرآن و حـديـــث ـ فیض‌اله اکبری دستک
فصلنامه تخصّصی مطالعات قرآن و حدیث **سفینه**
سال شانزدهم، شماره ۶۴ «ویژه زن و خانواده»، پاییز ۱۳۹۸، ص ۷۲-۸۸

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

عـفـــت، خاسـتـگاه و گســـترهٔ آن از نـگاه قـــرآن و حـديـــث

فیض‌اله اکبری دستک*

چکیـده: عفت به معنای تسلیم و انقیاد شهوت در برابر عقل آدمی، از مهم‌ترین اصول و ارزش‌های اخلاقی در مکتب اسلام است. گرچه این مفهوم از سوی برخی به درستی فهم و هضم نشده و همواره آن را با مفهوم حجاب و پوشش (عفاف و حجاب) خلط نموده‌اند، خاستگاه عفت را باید در سه عنصر: عقلانیت، قناعت و غیرت جستجو نمود. بر همین مبنا، دامنهٔ گسترده‌ای از شؤون حیات مادّی و معنوی انسان‌ها همچون: عفت جنسی، عفت شکم، عفت چشم و عفت زبان را فرا می‌گیرد که آثار و کارکردهای آن در تعیین سرنوشت دنیا و آخرت آدمی، تأثیر بسزایی خواهد داشت.

کلیـدواژه‌ها: عفت؛ عقلانیت؛ سلامت؛ خاستگاه؛ ابعاد؛ آموزه‌های اسلامی.

*. استادیار دانشکده‌ی الهیات دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرج f.Akbari@kiau.ac.ir

۱. مقدمه و طرح مسأله

یکی از فضائل والای دینی و اسلامی، عفت است که با مفهوم عامّ خود در آموزه‌های قرآن و عترت مورد توجّه و تأکید فراوان قرار گرفته است.

متأسفانه از یک‌سو مفهوم دقیق، عمیق و وسیع عفت، به درستی فهم نمی‌شود و به محض ذکر آن، ذهن‌ها و فکرها به سوی حجاب و پوشش اسلامی رفته و به نوعی میان مفهوم عفت و حجاب اسلامی و انواع و مصادیق آن دو، به نوعی خلط می‌شود به گونه‌ای که همواره عفاف و حجاب را مترادف با یکدیگر و در یک راستا قرار می‌دهند. عده‌ای نیز عفت را صرفاً مخصوص بانوان دانسته، از حوزهٔ تکالیف مردان جدا می‌انگارند. منشأ این انگارهٔ نارسا را باید در تلقی نادرست و خلط مبحثی دانست که از سوی برخی درباره دو ارزش والای انسانی یعنی عفاف و حجاب پدیدار شده است، در حالی که عفت مفهومی عام‌تر نسبت به حجاب دارد چنانکه از لابه‌لای متون اسلامی استنباط می‌شود. مقالهٔ حاضر می‌کوشد تا مفهوم‌شناسی دقیق عفت در آثار اندیشمندان اسلامی و خاستگاه عفت را تقریر کند تا در سایهٔ شناختِ درخورِ واژهٔ عفت و منزلت شایسته و خاستگاه آن، گسترهٔ این خصلت ارزشمند را روشن سازد.

۲. مفهوم‌شناسی عفت

لغت‌شناسان در تعریف عفت چنین نوشته‌اند: «العفة: الکفّ عما لایحلّ و لایجْملُ» (ابن منظور،۱۴۱۴: ۲۵۳/۹) عفت یعنی خویشتن‌داری از آنچه حلال و زیبنده نباشد. «و عفّ عن‌المحارم والاطماع الدنیة» (فراهیدی، ۱۴۱۰: ۹۲/۱) یعنی فلانی از امور حرام و درخواست‌های بی‌ارزش دست کشید. برخی دیگر نیز عفت را حفظ نفس از تمایلات و شهوات نفسانی آن دانسته‌اند همان‌گونه که تقوا را به معنای حفظ نفس از محرمات و آنچه موجب خلاف و گناه می‌شود، گرفته‌اند. (مصطفوی، ۱۳۶۰ش: ۱۸۰/۸)

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

عفت در اصطلاح شریعت عبارت است از: پیدایش حالتی برای نفس که بدان سبب از غلبهٔ شهوت امتناع می‌ورزد و شکم و دامن خویش را از خواسته‌های حرام بلکه مشتبه و نیز از خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها و آمیزش‌های ناپسند و از مقدمات و لوازم آن‌ها نیز باز می‌دارد. (مشکینی اردبیلی، ۱۳۸۳ش: ۱۳۵) نیز گفته‌اند عفت این است که قوهٔ شهوت، مطیع و منقاد عقل باشد، در خوردن و نکاح و آمیزش، از حیث کمّ و کیف و از آنچه عقل باز می‌دارد اجتناب کند. این حد اعتدال است که در عقل و شرع پسندیده است. دو طرف افراط و تفریط آن ناپسند است که در همهٔ اخلاق و احوال، حد وسط مطلوب است؛ زیرا که «خیر الأمور أوسطها». (نراقی، بی‌تا، ۲۱/۲)

گروهی از علمای علم اخلاق و لغت‌شناسان برای عفت قائل به مراتب و درجاتی شده‌اند و آن را متناسب با آن مرتبه و درجه تعریف می‌کنند و معتقدند که تمایلات نفسانی با توجّه به اختلاف اشخاص و موارد آن تغییر می‌کند. مثلاً نوع تعفف و عفت فقیر در آیه «۲۷۳ سورهٔ بقره»: «**لِلْفُقَرَاءِ الَّذِينَ... يَحْسَبُهُمُ الْجَاهِلُ أَغْنِيَاءَ مِنَ التَّعَفُّفِ...**» بدین گونه است که عفت وی به وسیلهٔ قناعت کردن در آنچه برای او میسر است و حفظ کردن قلب از تمایلات و شهوات به گونه‌ای که خلافی از او آشکار نگردد حاصل می‌شود؛ امّا عفت در ثروتمند مطابق آیه «۶ سوره نساء»: «...**وَ مَنْ كَانَ غَنِيّاً فَلْيَسْتَعْفِفْ وَ مَنْ كَانَ فَقِيراً فَلْيَأْكُلْ بِالْمَعْرُوفِ...**» عبارت است از نگهداری نفس در مورد شهواتی که از آن امکان می‌یابد، نظیر گسترش مال و ثروت؛ لذا عفت در نکاح در آیهٔ «۳۳ سورهٔ نور»: «**وَ لْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لاَ يَجِدُونَ نِكَاحاً حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ...**» عبارت است از: نگهداری نفس دربارهٔ شهواتش، به هر وسیله‌ای که امکان‌پذیر باشد از قبیل: روزه و انصراف و عبادت و یاد خدا و تفکر؛ عفت و تعفف در زنان پیر و سالخورده نیز در آیهٔ «۶۰ سورهٔ نور»: «... **أَنْ يَضَعْنَ ثِيَابَهُنَّ غَيْرَ مُتَبَرِّجَاتٍ بِزِينَةٍ وَ أَنْ يَسْتَعْفِفْنَ خَيْرٌ لَهُنَّ...**» عبارت است از: حفظ و نگهداری نفوس

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

دربارهٔ آنچه نفس‌های آنان، آن را آرزو می‌کند از قبیل خودآرایی و خودنمایی و آشکارکردن زینت و زیورآلات. (مصطفوی، ۱۳۶۰ش: ۱۸۰/۸؛ طریحی، ۱۳۷۵ش: ۱۰۲/۵)

۳. اهمیت و منزلت عفت

آیات قرآن و روایات اسلامی، عفت را از مهم‌ترین و کلیدی‌ترین فضائل انسانی و ارزش‌های اسلامی می‌داند، به گونه‌ای که بدون دارابودن آن نمی‌توان به قله‌های معرفت و کمالات دنیوی و اخروی نائل شد. عفت باید در تمام مراحل شؤون و ابعاد زندگی فرد مسلمان حضور و ظهور داشته باشد تا به عنوان سد بزرگی در برابر خواهش‌های شیطانی و تمایلات نفسانی و سایر طمع‌کاری‌ها و آزمندی‌های مخالف با فطرت انسانی، قرار گیرد. اهمیت و منزلت بی‌نظیر این حقیقت ارزشمند اسلامی را می‌توان در لابه‌لای متون مقدس اسلامی به شرح ذیل مشاهده کرد.

۳-۱. عفت، شاخصهٔ بارز اهل ایمان

قرآن کریم در ترسیم و تصویر سیمای روشن مؤمنان حقیقی و راستین، آنان را واجد اوصاف و ارزش‌های والای اخلاقی فراوانی از جمله فضیلت عفاف می‌داند که با عنصر ایمان و پارسایی آنان عجین شده است:

«**وَ الَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ * إِلاَّ عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ**» (المؤمنون/۶-۵)

قرآن کریم در بیان صفات برجسته مؤمنان، عفت را بعد از نماز و زکات و پرهیز از لغو مطرح کرده و حتی آن را بر مسألهٔ امانت و پایبندی به عهد و پیمان نیز مقدم داشته است. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۴ش، اخلاق در قرآن: ۳۲۳/۲)

امیرمؤمنان علی علیه‌السلام در ضمن توصیه‌های خویش به محمّدبن ابی‌بکر در هنگام ابلاغ حکم انتصاب وی به ولایت مصر چنین می‌فرماید: «ای محمّدبن ابی‌بکر! بدان که برترین عفت، داشتن ورع در دین خداست و عمل کردن به دستورات او؛ و من

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

تو را سفارش می‌کنم که در کار نهان و آشکار و درون و برونت، از خدا پروا داری». (محمدی ری شهری، ۱۳۷۷ش: ۳۸۲/۸)

بنابراین، ادّعای ایمان به خدا و تقوای الهی بدون رعایت عفت، نوعی دروغ و فریفتن خویش است که با اصول توحید و معاد ارتباطی نخواهد داشت؛ همچنان که امام علی علیه‌السلام در توصیف سیمای حقیقی پارسایان در خطبهٔ متقین، آنان را به رعایت عفت در روح و جانشان وصف می‌نماید: «**حَاجَاتُهُمْ خَفِيفَةٌ وَ أَنْفُسُهُمْ عَفِيفَةٌ**» (نهج‌البلاغه، خطبه ۱۹۳)، «نیازهایشان سبک است و جان‌هایشان عفیف و با مناعت.»

از همین‌رو، چنین انسان‌های پارسایی در پیشگاه خداوند، از محبوبیت و قرب والایی برخوردارند و همواره مورد لطف و محبّت پروردگار خویشند. رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله در همین باره چنین می‌فرماید: «**إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْحَيِيَّ الْمُتَعَفِّفَ وَ يُبْغِضُ الْبَذِيَّ السَّائِلَ الْمُلْحِفَ**» (محمدی ری شهری، ۱۳۸۴ش: ۳۸۲/۸): «خداوند شخص باحیای برخوردار از مناعت طبع را دوست می‌دارد و از سائل و قیح و سمج نفرت دارد.»

۳-۲. عفت، سرچشمهٔ فضائل و کمالات انسانی

عفت سرچشمه و معدن تمام فضائل و خصلت‌های ارزشمند اسلامی و اخلاقی است. حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید: «**الْعَفَافُ يَصُونُ النَّفْسَ وَ يُنَزِّهُهَا عَنِ الدَّنَايَا، عَلَيْكَ بِالْعَفَافِ فَإِنَّهُ أَفْضَلُ شِيَمِ الْأَشْرَافِ**» (همان): «عفت، انسان را حفظ می‌کند و از زشتی‌ها بیرون می‌کشد. بر تو باد که عفت را پیشهٔ خود سازی که این خوی، بهترین خصلت انسان‌های شرافتمند است.»

در حدیث دیگری می‌فرماید: «**الْعِفَّةُ رَأْسُ كُلِّ خَيْرٍ**» (همان): «عفت در رأس همه خوبی‌هاست.» نیز می‌فرماید: «**الْعِفَّةُ أَفْضَلُ الْفُتُوَّةِ**» (همان): «عفت برترین جوانمردی است.»

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

۳-۳. عفت، والاترین عبادات و سرمایهٔ انسانی

آموزه‌های اسلامی، از عفت به‌عنوان برترین و والاترین نوع عبادت فرد مؤمن یادکرده و سرمایهٔ عفت و پاکدامنی را ماندگارترین سرمایه انسان در دوران زندگی وی، برشمرده‌اند. امام حسین علیه‌السلام به نقل از پدر بزرگوارشان امام علی علیه‌السلام چنین می‌فرماید: «**أَفْضَلُ الْعِبَادَةِ الْعَفَافُ**» (نراقی، بی‌تا: ۲۲): «برترین عبادت، عفاف است.» در حدیثی دیگر، برترین عبادت‌ها را تنها در عفت می‌داند: «**أَفْضَلُ الْعِبَادَةِ شَیْءٌ وَاحِدٌ وَ هُوَ الْعَفَافُ**» (احسان بخش، ۱۳۷۱ش: ۲۹۵/۳): انسان مسلمان برای آنکه وظیفهٔ بندگی خویش و طریق عبادت پروردگار را به‌جای آورد، باید آن را در عفاف بیابد که فرموده‌اند: «**أَزْیَنُ الشِّیَمِ الْحِلْمُ وَ الْعَفَاف**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۱۸۳/۱): «آراسته‌ترین خصلت‌ها به‌کار بستن حلم و عفت است.»؛ «**إِنَّ الْحَیَاءَ وَ الْعِفَّةَ مِنْ خَلَائِقِ الْإِیمَانِ وَ إِنَّهُمَا لَسَجِیَّةُ الْأَحْرَارِ وَ شِیمَةُ الْأَبْرَار**» (همان، ۲۴۵/۱): «به راستی که حیا و عفت از اخلاق اهل ایمان و آن دو، شیوهٔ آزادگان و نیکان است.»

نیز، آن را خصلت هوشمندان و زیرکان بیان داشته است: «**الْعِفَّةُ شِیمَةُ الْأَکْیَاس سَبِیَّةَ الشِّدَّة الْأَرْجَاس**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۴۷۸/۲): «عفت، خوی زیرکان و طمع، خصلت پلیدان است.» نیز، آن را بهترین همنشین و علامت خردمندان و قناعت پیشگان می‌داند: «**عَلَیْكَ بِالْعِفَّةِ فَإِنَّهَا نِعْمَ الْقَرِین**» (آمدی، ۱۳۷۸ش:۴۷۸/۲): «ملازم عفت باش که آن نیکو همدمی است.»؛ «**یُسْتَدَلُّ عَلَی عَقْلِ الرَّجُل بِالْعِفَّةِ وَ الْقَنَاعَة**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۸۶۳/۲): «بر خردمندیِ آدمی بدین گونه پی‌برده می‌شود که خود را به زیور عفت و قناعت آراسته دارد.»

در تعالیم اسلامی، از عفت به‌عنوان زیور فقر مؤمن و برترین اعمال و بهترین نوع دخیرهٔ مسلمان یاد شده است. امام علی علیه‌السلام می‌فرماید: «**الْعَفَافُ زِینَةُ الْفَقْر**» (محمدی ری شهری، ۱۳۷۷ش: ۳۸۲/۸): «عفت، زیور و زینت تهیدستی است.» نیز می‌فرماید: «بر

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

شما باد که ملازم عفت و امانت‌داری باشید؛ زیرا که آن‌ها شریف‌ترین کارهای پنهانی شما و برترین اعمال آشکارتان و برترین پس‌اندازهایتان می‌باشد.» (احسان بخش، ۱۳۷۱ش: ۲۹۱/۳)

بنابر فرمایش امام علی علیه‌السلام، فرد تهیدست با ناداری به شدت دست و پنجه نرم می‌کند ولی عفت سبب می‌شود که انسان عفیف را هم‌تراز با مقام فرشتگان برشمرده که اجر شهید نیز از آن فراتر نخواهد رفت، آنجا که فرمود:

«**مَا الْمُجَاهِدُ الشَّهِيدُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَعْظَمَ أَجْراً مِمَّنْ قَدَرَ فَعَفَّ، لَكَادَ الْعَفِيفُ أَنْ يَكُونَ مَلَكاً مِنَ الْمَلَائِكَةِ**» (نهج‌البلاغه، حکمت ۴۷۴): «کسی که در راه خدا جهاد کند و شهید شود، اجرش بزرگ‌تر از آن کسی نیست که بتواند گناه کند ولی چنین نکند و عفت ورزد؛ چرا که انسان عفیف نزدیک است که فرشته‌ای از فرشتگان خدا شود.»

۴. خاستگاه عفت

با مراجعه به متون اصیل روایی، ریشه‌ها و زیرساخت‌های عفت را می‌توان حداقل در سه محور اصلی مورد شناسایی و تحلیل قرار داد که ذیلاً بدان اشاره می‌شود.

۴-۱. عقل

عقل از بزرگ‌ترین مواهب الهی در حق انسان است تا به مدد آن راه صلاح را از مسیر ضلالت امتیاز دهد و به سرمنزل مقصود نائل گردد. عقل یکی از منابع و ابزارهای شناخت دین در کنار قرآن و سنت است. لذا انسان خردمند با استعانت از موهبت عقل، عفت را در نهاد خویش نهادینه می‌سازد. امام علی علیه‌السلام در این‌باره می‌فرمایند: «**مَنْ عَقَلَ عَفّ**» (محمّدی ری‌شهری، ۱۳۷۷ش: ۳۸۲/۸): «آنکه خرد ورزد، عفیف گردد.»

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

عقل سبب فرو کاستن از شهوات نفسانی انسان و حرکت او به سوی عفت می‌گردد. آن حضرت می‌فرماید: «**إِذَا كَمُلَ الْعَقْلُ نَقَصَتِ الشَّهْوَة**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۳۱۴/۱): «آنگاه که عقل آدمی، کامل گردد، خواهش‌ها و شهوات وی فرو کاهد» نیز می‌فرماید: «**لَا عَقْلَ مَعَ شَهْوَة**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۸۳۳/۲): «با داشتن عقل، شهوت در کار نیست.» در بیانی دیگر فرمود: «**الصَّبْرُ عَنِ الشَّهْوَةِ عِفَّةٌ وَ عَنِ الْغَضَبِ نَجْدَة**» (محمّدی ری‌شهری، ۱۳۷۷ش: ۳۸۲/۸): «خویشتن‌داری از شهوت عفت است و خویشتن‌داری از خشم شجاعت.»

۴-۲. قناعت

دومین ریشهٔ عفاف را باید در قناعت نفس و مناعت طبع پی گرفت. امام علی علیه‌السلام قناعت را اصل و ریشه عفت می‌داند و چنین می‌فرمایند: «**وَ أَصْلَ الْعَفَافِ الْقَنَاعَةُ وَ ثَمَرَتَهَا قِلَّةُ الْأَحْزَان**» (محمّدی ری‌شهری، ۱۳۷۷ش: ۳۸۲/۸): «ریشهٔ عفت، قناعت است و میوه‌اش کم شدن اندوه‌ها.»

حضرت علی علیه‌السلام به نقش تعیین کنندهٔ قناعت و آثار و برکات آن در پاکی درون و عفت نفس، این‌گونه اشاره و تأکید می‌نمایند: «**مَنْ قَنِعَتْ نَفْسُهُ أَعَانَتْهُ عَلَى النَّزَاهَةِ وَ الْعَفَاف**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۶۷۲/۲): «هر که نفسش قانع شد، او را در عفت و پاکی کمک کرد» و در بیانی دیگر، می‌فرماید: «**مَنِ اقْتَنَعَ بِالْكَفَافِ أَدَّاهُ إِلَى الْعَفَاف**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۶۷۸/۲): «هر کس به آنچه او را بس باشد، بسازد و قناعت کند؛ این‌کار او را به سوی عفاف بکشاند.»

امام علی علیه‌السلام همچنین فرمود: «**لَيْسَ مَعَ الشَّرَهِ عَفَاف**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۵۹۶/۲): «با وجود آزمندی بسیار، عفاف پدیدار نگردد.» آن حضرت در حدیثی دیگر، می‌فرماید: «**لا قناعة مع الشره**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۸۳۳/۲): «با وجود حرص بسیار، هیچ قناعتی در کار نخواهد بود.»

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

۴-۳. غیـــرت

غیرت یکی دیگر از زمینه‌ها و بسترهای عفت است. البته غیرت منحصر در مسائل جنسی و حوزه ناموسی نیست بلکه در مسائل دینی و تربیتی فرزندان و حتی در مسائل مالی و امثال آن نیز جریان دارد از امام صادق علیه‌السلام فرمود: «غیور یکی از اوصاف خداوند است و به سبب همین سبب زشتی‌های درونی و بیرونی را حرام می‌داند.» (نراقی، بی‌تا: ۲۶۵/۱) ارتباط مستقیم و تنگاتنگ میان عفت و غیرت در کلام حضرت علی علیه‌السلام آشکار است: «**قَدْرُ الرَّجُلِ عَلَى قَدْرِ هِمَّتِهِ وَ عِفَّتُهُ عَلَى قَدْرِ غَيْرَتِه**» (محمّدی ری‌شهری، ۱۳۷۷ش: ۳۸۲/۸): «ارزش آدمی به اندازهٔ همت اوست و عفت او نیز به اندازهٔ غیرتش.» نیز می‌فرماید: «**دَلِيلُ غَيْرَةِ الرَّجُلِ عِفَّتُه**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۴۰۱/۱): «راهنمای غیرت مرد، عفت اوست.»

۵. ابعـــاد و گسـترهٔ عـفـــت

عفت ابعاد و انواع گوناگونی دارد که حوزه‌های مختلف شخصیّت آدمی، اعم از گفتاری، رفتاری و حتی دیداری و شنیداری را شامل می‌شود. رعایت زینت عفاف در تمامی شؤون یادشده می‌تواند گامی در راه اصلاح درون و مبارزه با رذایل اخلاقی و ناهنجاری‌های اجتماعی انسان، تلقی گردد. ابعاد و انواع گوهر عفاف را می‌توان در موارد ذیل دسته‌بندی کرد:

۵-۱. عـفـــت جـنـســی (عـفـت دامـن)

غریزه جنسی از سرکش‌ترین غرائز موجود در نهاد آدمی است که چنانچه به طرز صحیح و منطقی مهار و مدیریت نشود، صدمات و لطمات جبران ناپذیری به بار خواهد آورد. این غریزه را خداوند، از مهم‌ترین مواضع آزمایش بندگان قرار داده است.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

برخی از مکاتب بشری در برخورد با پدیدهٔ غرایز جنسی راه افراط یعنی آزادی جنسی را پیشنهاد داده‌اند گروهی دیگر نیز، راه تفریط یعنی سرکوبی غرایز جنسی را در پیش گرفته‌اند.

ولی آیین اسلام، راه اعتدال را در پیش گرفته است، به گونه‌ای که آن را بخشی از ساختمان فطرت آدمی می‌داند و برای مهار و مدیریت صحیح آن راهکارهایی ارائه می‌کند.

یکی از مهم‌ترین این راهکارها و گام‌برداشتن در مسیر عفت دامن، پیشنهاد ازدواج و تشکیل خانواده است که آن را برابر با دستیابی به نیمی از سهم دین وی دانسته است. رسول خدا صلی الله علیه و آله دربارهٔ اهمیت ازدواج فرموده است: «**مَنْ تَزَوَّجَ أَحْرَزَ نِصْفَ دِينِهِ فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي نِصْفِهِ الْآخَرِ**» (پاینده، ۱۳۷۸: ۵۶)، «هر کس ازدواج نماید به درستی که نیمی از دین خود را به دست آورده است، پس باید با رعایت تقوا در به دست آوردن نصف دیگر آن بکوشد.» لذا به کسانی که به هر دلیلی شرایط و امکانات مادّی و معنوی ازدواج برای آنان فراهم نیست، رعایت عفت و خویشتن‌داری را توصیه می‌کند «**وَ لْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لاَ يَجِدُونَ نِكَاحاً حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ...**» (النور/۳۳).

پیشنهاد این عفت منحصر به دوران تجرد ناشی از عدم ازدواج برای جوانان نیست. امیرمؤمنان علیه السلام نیز در بارهٔ اطلاق این دامها می‌فرماید: «**الشَّهَوَاتُ مَصَايِدُ الشَّيْطَانِ**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۹۹/۱): «شهوت‌ها دام‌های شیطان‌اند».

نیز هشدار می‌دهد: «**إِيَّاكُمْ وَ غَلَبَةَ الشَّهَوَاتِ عَلَى قُلُوبِكُم فَإِنَّ بِدَايَتَهَا مَلَكَةٌ وَ نِهَايَتَهَا هَلَكَةٌ**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۱۶۰/۱): «بر شما باد، به دوری کردن از اینکه شهوات در دل‌های شما رخنه افکنند؛ زیرا که ابتدای آن بندگی کردن و آخر آن، هلاکت و تباهی است.»

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

در بارهٔ عدم رعایت عفت جنسی امام باقر علیه‌السلام در ضمن نصایح خویش به یکی از اصحاب خویش به نام نجم می‌فرماید: «ای نجم! همهٔ شما در بهشت با ما هستید، ولی چقدر زشت است که کسی از شما در حالتی که پردهٔ شرم را کنار زده و زشتی‌هایش آشکار شده باشد، داخل بهشت شود. نجم گفت: آیا واقعاً همهٔ ما اهل بهشتیم؟ فرمود: آری، مگر اینکه شکم و فرج خود را حفظ نکنید.» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۲۷۰/۶۸)

خداوند افراد عفیف را دوست می‌دارد. پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید: «**إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْحَيِيَّ الْمُتَعَفِّف**» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۲۷۰/۶۸): «به راستی که خداوند دوست‌دار هر فرد باحیا و پاکدامنی است.»

در مورد تأثیر عفاف، امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «**عِفُّوا عَنْ نِسَاءِ النَّاسِ تَعِفَّ نِسَاؤُكُمْ**» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۲۷۰/۶۸): «نسبت به زنان مردم عفت ورزید تا نسبت به زنان شما عفت ورزند.»

۵-۲. عفت شکم (عفت در خورد و خوراک)

یکی دیگر از انواع غرائز آدمی، غریزهٔ خوردن و آشامیدن است که از دقت در مورد آن به عفت شکم تعبیر می‌شود.

در قرآن، ضمن اشاره این که انواع مواهب آسمانی و زمینی، را در اختیار انسان قرار داده، از ضرورت رعایت الگوی مصرف و پرهیز از اسراف یاد می‌کند و چنین دستور می‌دهد: «**كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لاَ تُسْرِفُوا**» (الاعراف/۳۱).

قرآن کریم در آیات و تعابیر دیگری از ضرورت رعایت عفت در شکم یاد کرده و از مفاهیمی همچون لقمهٔ حلال، رزق پروردگار، غذای حلال پاکیزه، به عنوان مصادیق عفت در خوردنی‌ها نام می‌برد: «**فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلاَلاً طَيِّباً**...» (النحل/۱۱۴؛

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

المائده/۸۸)؛ «**فَكُلُوا مِمَّا غَنِمْتُمْ حَلاَلاً طَيِّباً...**» (الانفال/۶۹)؛ «**كُلُوا مِنْ رِزْقِ رَبِّكُمْ...**» (سبأ/۱۵)؛ «**كُلُوا وَ ارْعَوْا أَنْعَامَكُمْ...**» (طه/۵۴).

دسته‌ای دیگر از آیات، انواعی از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها را یاد می‌کند که ریشهٔ گوهر عفاف را در آدمی می‌خشکاند، جنس لقمه‌های حرام و شبهه‌ناک نمونه‌های آن در نصوص وحیانی چنین است:

* **مال مردم خوری:** «**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لاَ تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلاَّ أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ...**» (النساء/۲۹)، «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! در میان خود اموال‌تان را به ناحق مخورید مگر اینکه به وسیلهٔ دادوستد و یا رضایت طرفین باشد...»

* **خوردن مال یتیم:** «**إِنَّ الَّذِينَ يَأْكُلُونَ أَمْوَالَ الْيَتَامَى ظُلْماً إِنَّمَا يَأْكُلُونَ فِي بُطُونِهِمْ نَاراً وَ سَيَصْلَوْنَ سَعِيراً**» (النساء/۱۰)، «آن کسانی که ظالمانه و بیرحمانه اموال یتیمان را می‌خورند، جز این نیست که در شکم خود آتش فروخورند و به‌زودی در آتش درآیند.»

* **رباخواری:** «**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لاَ تَأْكُلُوا الرِّبَا أَضْعَافاً مُضَاعَفَةً وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ**» (آل‌عمران/۱۳۰)، «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! ربا مخورید، در حالی که چند برابر سرمایه است و از خدا بترسید تا که رستگار شوید.»

* امام علی علیه‌السلام در تعبیری دقیق و کوتاه، شکم را دشمن انسان می‌داند: «**بَطْنُ الْمَرْءِ عَدُوُّهُ**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۳۴۳/۱): «شکم انسان، دشمن اوست.»

* آن حضرت در تعبیر دیگری، لقمهٔ حرام را بدترین نوع طعام می‌شناساند: «**بِئْسَ الطَّعَامُ الْحَرَام**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۳۴۳/۱). حضرتش ضمن نصایح خود به فرماندار خویش عثمان بن حنیف بر پرهیز شدید وی از لقمه‌های شبهه‌ناک این‌چنین تأکید می‌ورزد: «**فَمَا اشْتَبَهَ عَلَيْكَ عِلْمُهُ فَالْفِظْه**» (نهج‌البلاغه، نامه ۴۵)، «آنچه از غذاها را که حلال بودنش برایت روشن و قطعی نبود، از دهان بیرون انداز.»

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

* البته رعایت عفت شکم باعث پیدایش و گسترش فرهنگ سلامتی و طبعاً جامعهٔ سالم خواهد شد. امام علی علیه‌السلام نیز در این‌باره می‌فرماید: «**قِلَّةُ الْأَكْلِ تَمْنَعُ كَثِيراً مِنْ أَعْلَالِ الْجِسْمِ**» (آمدی، ۱۳۷۸ش: ۵۳۷/۲): «کم‌خوری جلوی بسیاری از بیماری‌های جسمی را می‌گیرد.»

۵-۳. عفت در نگاه (عفت چشم)

در مکتب اسلام، نگاه کردن چشم به محیط پیرامونی خود نیز تابع احکام، دستورات و شرایط ویژه و در عین‌حال منحصر به فردی است که "عفت چشم" نام دارد.

قرآن کریم همهٔ افراد جامعه ایمانی یعنی هم مردان و هم زنان را به‌طور مساوی به رعایت عفت در نگاه‌های غرض‌آلود دستور داده و آن را مقدمهٔ مهار شهوات جنسی و عفت دامن همگانی دانسته است.

«**قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَ يَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذٰلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ* وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ...**» (النور/۳۱-۳۰).

تقدیم مردان بر زنان در رعایت و کنترل چشم در مفاد این آیه می‌رساند که ابتدا باید مردان عفت پیشه کنند و از نگاه‌های آلوده و غیرمجاز پرهیز کنند، هرچند صراحت آیه هر دو گروه مردان و زنان مؤمن را به‌طور مساوی به رعایت عفت در نگاه‌ها دستور داده است.

در روایات اسلامی نیز بر اهمیت کنترل نگاه‌ها و ضرورت عفت چشم بسیار تأکید شده است. رسول اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله در حدیث خویش، نگاه غرض‌آلود به نامحرم را تیر آلودهٔ شیطان می‌داند: «**النَّظْرَةُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِيسَ فَمَنْ تَرَكَهَا خَوْفاً مِنَ اللَّهِ تَعَالَى أَعْطَاهُ إِيمَاناً يَجِدُ حَلَاوَتَهُ فِي قَلْبِهِ**» (نراقی، بی‌تا: ۱۸/۲)، «نظر انداختن، تیر زهرآلودی است از تیرهای شیطان؛ پس هر که خود را از بیم خدای تعالی از آن

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

نگاه دارد، خداوند ایمانی به او عطا فرماید که شیرینی آن را در دل خویش بیابد.» آن حضرت همچنین در حدیث دیگری، آسیب چشم‌چرانی را متذکر شده و آن را زنای چشم داشته است: «برای هر عضوی از اعضا آدمی بهره‌ای از زناست، چشم‌ها نیز زنا می‌کنند و زنای آن‌ها نگریستن است.» (نراقی، بی‌تا، ۱۸/۲)

۵-۴. عفت در بیان و کلام (عفت زبان)

یکی دیگر از ابعاد عفت را باید در موضوع عفت زبانی و گفتاری کلام جستجو نمود.

زبان ابزار سخن‌گفتن و رابطه برقرار کردن در میان مردم است و نسبت به سایر اعضا و جوارح بدن، موقعیت و امتیاز فوق‌العاده‌ای دارد.

همین برای آن قائل به لزوم عفت در کلام و رعایت ادب می‌شوند. غیبت، تهمت، افتراء، دروغ، عیب‌جویی، مسخره کردن، دادن القاب زشت و... از جمله آزارها و آفات زبان هستند.

در این‌باره پیشوایان معصوم علیهم‌السلام با تعابیر و شیوه‌های گوناگونی از لزوم رعایت عفت در بیان و کلام سخن گفته‌اند. پیامبراکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله در حدیث خود از ضرورت مهار زبان یاد کرده است: «**إِنَّ أَكْثَرَ خَطَايَا ابْنِ آدَمَ فِي لِسَانِهِ**» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۳۰۷/۷): «بیش‌ترین حجم اشتباهات انسان در زبان اوست.» امام صادق علیه‌السلام نیز درباره لزوم مراقبت از زبان در راستای عفت سخن چنین می‌فرماید: «**عَلَى الْعَاقِلِ أَنْ يَكُونَ عَارِفاً بِزَمَانِهِ مُقْبِلًا عَلَى شَأْنِهِ حَافِظاً لِلِسَانِهِ**» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۳۱۰/۷۱): «بر انسان عاقل واجب است که به زمان خویش آگاه باشد، به شأن و ارزش خود روی آورد و زبان خویشتن را حفاظت نماید».

در برخی دیگر از احادیث، از ضرورت تفکر و ارزیابی قبل از سخن گفتن به عنوان ابزار کنترل زبان و نیز حرکت در جادهٔ عفت کلام یاد کرده‌اند. حضرت

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

علی علیه‌السلام در این‌باره می‌فرماید: «(شخصیّت) آدمی در زیر زبانش نهفته است، پس کلام خود را بسنج و آن را بر عمق و دانش خود عرضه کن، اگر آن کلام برای خدا و در راه خدا بود آن را بگو؛ و اگر غیر از این بود، سکوت کردن از سخن گفتن بهتر است.» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۲۸۵/۷۲) به مقایسه فرد عاقل با احمق در هنگام سخن‌گفتن پرداخته، چنین می‌فرماید: «**لِسَانُ الْعَاقِلِ وَرَاءَ قَلْبِهِ وَ قَلْبُ الْأَحْمَقِ وَرَاءَ لِسَانِهِ**» (نهج‌البلاغه، حکمت ۴۰)، «زبان عاقل، در پشت قلب او جای دارد و قلب احمق، پشت زبان اوست.» یعنی اینکه انسان عاقل اول سخن را می‌سنجد و بعد آن را می‌گوید، اما فرد احمق پس از گفتن، سخن را می‌سنجد و می‌بیند که بدحرفی زده است.

برخی دیگر از احادیث، از سکوت پسندیده به عنوان راهکار عملی در تحقق عفت سخن یاد کرده‌اند. رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله فرموده است: «**مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَعْنِيهِ**» (ورام ابن فراس، ۱۳۷۸ش: ۲۰۸/۱)، «از جمله نشانه‌های برجستهٔ مسلمان بودن آدمی، ترک سخنان بیهوده و نامربوط است.» ایشان در حدیثی دیگر، آفت پرحرفی را چنین توصیف می‌نماید: «هر کس سخنش زیاد شد لغزش‌های وی نیز زیاد می‌گردد و هر کس که لغزشش زیاد شد، گناهانش افزون می‌شود و آن‌که گناهانش افزون شد، آتش بر او سزاوارتر است.» (شبّر، ۱۳۷۴ش: ۲۴۹/۲)

فحاشی نیز آفت زبان است. رسول خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله دربارهٔ چنین افرادی می‌فرماید: «خداوند؛ فحش‌دهندگان بد دهن و فریادکنندگان در بازار را دوست نمی‌دارد.» (شبّر، ۱۳۷۴ش: ۲۵۵/۲)، همچنان که در حدیث دیگری می‌فرماید: «داخل شدن در بهشت به هر انسان ناسزاگو و فحش‌دهنده حرام است.» (شبّر، ۱۳۷۴ش: ۲۵۶/۲)

۶. نتـائـــج مقـالـــه

مهم‌ترین نتائج و دستاوردهای مقالهٔ حاضر را می‌توان در موارد ذیل تبیین نمود:

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

۱- عفت به‌عنوان بنیادی‌ترین فضیلت اخلاقی در فرهنگ و معارف اسلامی از منزلت ویژه‌ای برخوردار است به گونه‌ای که همواره به عنوان نماد بارز اهل ایمان، سرچشمه فضائل و کمالات انسانی معرفی شده است.

۲- برخی مفهوم دقیق، وسیع و جامع واژهٔ عفت و تعفف را به درستی درک و نکرده و عمدتاً به نوعی آن را با مفهوم حجاب بانوان خلط نموده‌اند.

۳- منشأ عفت را باید در سه مؤلفهٔ اساسی: عقلانیت، قناعت و غیرت، یافت. فرد مؤمن با تمسک و توسل بدان‌ها تعفف می‌ورزد، غلبهٔ شهوات و نفسانیات بر عقل را مانع می‌شود.

۴- عفت دارای ابعاد و گسترهٔ وسیعی در حیات مادّی و معنوی انسان‌های مسلمان است، به‌گونه‌ای که شمول آن در قلمرو عفت دامن، عفت در خورد و خوراک، عفت در نگاه و نیز عفت در بیان و گفتار، شاهد گویایی بر این مدعاست.

کتابنامه

قرآن کریم

نهج‌البلاغه، ۱۳۸۰ش، ترجمه محمّد دشتی، بوشهر، نشر موعود اسلام.

۱. آمدی، عبدالواحد، ۱۳۷۸ش، **غررالحکم و دررالکلم**، ترجمه و شرح: سیّدهاشم رسولی محلاتی، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.

۲. ابن منظور، محمّد بن مکرم، ۱۴۱۴ق، **لسان‌العرب**، بیروت، دار صادر.

۳. احسان‌بخش، صادق، ۱۳۷۱ش، **آثارالصادقین**، رشت، روابط عمومی ستاد برگزاری نماز جمعه رشت.

۴. پاینده، ابوالقاسم، ۱۳۷۸ش، **نهج‌الفصاحه**، تهران، انتشارات دنیای دانش.

۵. راغب اصفهانی، حسین بن محمّد، بی‌تا، **المفردات فی غریب‌القرآن**، تهران، انتشارات مرتضوی.

۶. شبرّ، سیّد عبدالله، ۱۳۷۴ش، **الأخلاق**، ترجمه: محمّدرضا جباران، قم، انتشارات هجرت.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]

۷. طریحی، فخرالدین، ۱۳۷۵ش، **مجمع‌البحرین**، تحقیق: سیّد احمد حسینی، تهران، کتابفروشی مرتضوی.
۸. فراهیدی، خلیل بن احمد، ۱۴۱۰ق، **العین**، قم، انتشارات هجرت.
۹. مجلسی، محمّدباقر، ۱۴۰۳ق، **بحارالانوار**، بیروت، دارالأضواء.
۱۰. محمّدی ری‌شهری، محمّد، ۱۳۷۷ش، **میزان‌الحکمة**، قم، دارالحدیث.
۱۱. مشکینی اردبیلی، علی، ۱۳۸۳ش، **درس‌هایی از اخلاق**، ترجمه: حسین استاد ولی، تهران، انتشارات الهادی.
۱۲. مصطفوی، حسن، ۱۳۶۰ش، **التحقیق فی کلمات القرآن الکریم**، تهران، بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
۱۳. مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۹ش، **تفسیر نمونه**، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
۱۴. نراقی، محمّدمهدی، بی‌تا، **جامع‌السعادات**، قم، مؤسسهٔ مطبوعاتی اسماعیلیان.
۱۵. ورام ابن ابی‌فراس، مسعود بن عیسی، ۱۳۷۸ش، **مجموعهٔ ورام**، قم، انتشارات مکتبة الفقیه.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-21]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.7.3]