

نقش باورهای دینی در تاب‌آوری خانوادگی در شرایط جنگی

حجت‌الاسلام والمسلمین محمدحسین افشاری کرمانی*

اشاره

خانواده در قرن بیست و یکم همچنان بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی و تربیتی است که نقشی بی‌بدیل در پایداری فرهنگی، روانی و اجتماعی جوامع ایفا می‌کند. با این حال، شرایط بحرانی همچون جنگ، ناامنی، تهدیدهای نظامی و دفاعی، یکی از جدی‌ترین چالش‌هایی است که انسجام و تاب‌آوری خانواده‌ها را تهدید می‌کند. مطالعات روان‌شناختی و جامعه‌شناختی نشان می‌دهند خانواده‌ها ممکن است در بستر چنین بحران‌هایی با اضطراب، فرسودگی، ترس از آینده، بحران نقش‌ها^۱ و اختلال در روابط بین فردی مواجه شوند.^۲ این وضعیت نه تنها کارکردهای درونی خانواده را مختل می‌کند، بلکه ظرفیت‌های جامعه برای مواجهه با بحران‌های کلان را تضعیف می‌سازد.

از سوی دیگر، تجربه‌های تاریخی ملل و فرهنگ‌های مختلف نشان می‌دهد نظام‌های معنایی و ارزشی^۳ در شرایط دشوار می‌توانند به منابع مهمی برای امید، معنا، همبستگی و

* دانشجوی دکتری مدیریت راهبردی.

۱. در خانواده، هر عضو معمولاً نقش‌هایی مشخص بر عهده دارد؛ مانند نقش پدر در جایگاه حامی مالی و عاطفی، نقش مادر به عنوان مدیر داخلی خانه یا مراقب عاطفی و نقش فرزندان به عنوان یادگیرندگان و همکاران در امور خانه. وقتی شرایط بحرانی مانند جنگ، مهاجرت اجباری یا مشکلات اقتصادی پیش می‌آید، این نقش‌ها ممکن است با تغییر یا اختلال مواجه شوند که به این وضعیت «بحران نقش‌ها» گفته می‌شود.

2. Walsh, Froma, (2003). *Family resilience: A framework for clinical practice*. Family Process, 42(1), pp: 1-18.

۳. نظام‌های معنایی و ارزشی مجموعه باورها، ارزش‌ها و اصول فردی هستند که رفتار و تصمیم‌گیری‌های او را هدایت می‌کنند.

تاب‌آوری تبدیل شوند. در این میان، باورهای دینی از جایگاه ویژه‌ای برخوردارند؛ چراکه از طریق معنابخشی به رنج، ایجاد چشم‌انداز متعالی، فراهم‌سازی سازوکارهای همدلی، نیایش و انس با خدا، می‌توانند نظام روانی خانواده را مقاوم‌تر و پایدارتر کنند. در ایران با وجود تهدیدهای نرم و سخت مستمر از سوی دشمن در دهه‌های اخیر (پس از انقلاب)، نهاد خانواده در بسیاری از موارد با تکیه بر ایمان، ارزش‌های اسلامی و فرهنگ جهاد و شهادت، توانسته است در برابر بحران‌های سهمگین تاب بیاورد و حتی به منبعی برای تقویت همبستگی اجتماعی تبدیل شود. این نوشتار بر آن است که با نگاهی توصیفی و درنهایت راهبردی، پاسخی درخور این مسئله بیان کند که «باورهای دینی چه نقشی در تقویت تاب‌آوری خانواده‌های ایرانی در مواجهه با بحران‌های جنگی و دفاعی دارند؟» در پاسخ به این پرسش، هدف اصلی نوشتار آن است که ضمن مرور نظریات دینی و علمی در زمینه تاب‌آوری، کارکردهای دین در سطح فردی، زوج و جمعی را شناسایی کند و چارچوبی مفهومی برای طراحی مداخلات فرهنگی و تربیتی مؤثر در ایران ارائه دهد.

مبانی روان‌شناختی و جامعه‌شناختی تاب‌آوری خانواده در بحران

تاب‌آوری (Resilience) در ادبیات روان‌شناسی به توانایی افراد، خانواده‌ها یا نظام‌های اجتماعی برای حفظ عملکرد مطلوب در مواجهه با فشارهای شدید، تهدیدها یا آسیب‌های جدی اطلاق می‌شود.^۱ از دیدگاه نظریه‌پردازان دانش روان‌شناسی، تاب‌آوری نه یک ویژگی ثابت، بلکه فرآیندی پویاست که در بستر حمایت‌های بین‌فردی، معنابخشی و مهارت‌های مقابله‌ای شکل می‌گیرد.^۲

تاب‌آوری سازه‌ای روان‌شناختی است که با متغیرهای مثبتی همچون بهباشی روان‌شناختی،^۳ رضایت از زندگی، امید و خودمهارگری،^۴ رابطه مثبت و با آسیب‌هایی همچون استرس،

1. Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the child. American Journal of Orthopsychiatry, 71, pp: 290-297.

2. Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. American Psychologist, 56(3), pp: 227-238.

۳. بهباشی روان‌شناختی (Psychological Well-being) به احساس کلی رضایت از زندگی، تعادل هیجانی، هدفمندی، خودپذیری، روابط مثبت با دیگران و رشد فردی اشاره دارد.

۴. خودمهارگری (Self-regulation یا Self-control) به توانایی فرد برای تنظیم هیجانات، افکار و رفتارهای خود در راستای اهداف بلندمدت گفته می‌شود. این توانایی شامل کنترل تکانه‌ها، مدیریت خشم، تأخیر در ارضای نیازها و

اضطراب، افسردگی، افکار خودکشی و درد مزمن رابطه معکوس دارد.^{۱ و ۲}

تاب‌آوری در سطح خانواده را در سه بُعد می‌توان تحلیل کرد:

(الف) باورها و نگرش‌های مقاوم‌ساز (مانند خوش‌بینی، معنادادن به رنج و روحیه مشارکتی)؛

(ب) الگوهای سازمانی خانواده (مانند انعطاف‌پذیری، همیاری و پیوندهای قوی)؛

(ج) مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله (گفتگو، تصمیم‌گیری مشارکتی و گوش‌دادن فعال). در شرایط بحرانی همچون جنگ، بلایای طبیعی و ...، عواملی چون اضطراب مزمن،^۳ تجربه سوگ،^۴ ناامنی اقتصادی، فقدان نقش‌ها و اختلال در دسترسی به حمایت اجتماعی، فشارهای مضاعفی بر خانواده‌ها وارد می‌کنند. در چنین زمینه‌ای، خانواده‌هایی موفق‌تر عمل می‌کنند که این ویژگی‌ها را داشته باشند:

* از نظام معنایی انسجام‌بخش برخوردارند: یعنی باورها و ارزش‌هایی که به خانواده معنا، امید و هدف می‌بخشند و در بحران‌ها موجب پایداری و همبستگی می‌شوند.

* الگوهای ارتباطی باز و حمایتی دارند: یعنی روابطی مبتنی بر گفتگوی صادقانه، گوش‌دادن فعال و حمایت هیجانی که کاهش‌دهنده تنش و افزایش‌دهنده همدلی است.

* منابع درونی و اجتماعی را بسیج می‌کنند؛ به معنای توانایی بهره‌گیری از مهارت‌ها، باورها، اعضای فامیل، همسایگان یا نهادهای حمایتی برای مقابله مؤثر با فشارهای بحران.^۵

انتخاب‌های آگاهانه در شرایط دشوار است. خودمهارگری نقش مهمی در تاب‌آوری، روابط خانوادگی سالم و مقابله با تنش‌های بحران‌زا دارد.

۱. علینقی لزگی، مهدی داداشی و سیدمهدی خطیب، «مؤلفه‌های روان‌شناختی تاب‌آوری دینی بر اساس آموزه‌های اسلامی»، ص ۱۲۱.

۲. رابطه مثبت به این معناست که افزایش تاب‌آوری با افزایش خودمهارگری و ... همراه است؛ همچنین رابطه معکوس یعنی افزایش تاب‌آوری با کاهش اضطراب و ... همراه است.

۳. اضطراب مزمن (Chronic Anxiety) نوعی نگرانی دائمی و طولانی مدت است که بدون علت مشخص، به طور مداوم فرد را تحت فشار روانی قرار می‌دهد.

۴. تجربه سوگ (Grief Experience) واکنش روانی و عاطفی شدید به فقدان عزیز است که شامل غم، انکار، خشم و پذیرش می‌شود.

5. Garmezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20(9), pp: 459-466.

از دیدگاه جامعه‌شناسی و بر اساس دیدگاه پیتر برگر^۱ و توماس لاکمن^۲ معنا و هویت در بستر اجتماع بازتولید می‌شود. خانواده‌هایی که بتوانند هویت جمعی خود را مبتنی بر «مابودگی» (We-ness) حفظ کنند، در مواجهه با تهدیدهای بیرونی، تاب‌آورتر خواهند بود. «مابودگی» به معنای احساس تعلق، هم‌سرنوشتی و هویت مشترک میان اعضای خانواده است که انسجام و همبستگی را در بحران تقویت می‌کند.

مبانی دینی تاب‌آوری با تأکید بر منابع اسلامی

در متون اسلامی، مفهوم تاب‌آوری (که در متون دینی معادل‌هایی چون صبر، توکل، رضا، تسلیم و استقامت دارد) یکی از پایه‌های تربیت انسان مؤمن به شمار می‌رود. مطابق دیدگاه دینی، «تاب‌آوری» در مفهوم «صبر» تجلی می‌یابد و مفهوم‌شناسی می‌شود که بهترین واکنش در برابر بلایا و نامالایمات است. صبر یکی از اساسی‌ترین مفاهیم در آموزه‌های دینی است که در قرآن کریم با تعبیر «عزم در امور»^۳ و در آموزه‌های حدیثی با تعبیر «سرآمد ایمان» از آن یاد شده است^۴ و نقشی مهم در تنظیم رفتار انسان و سازگاری با محیط پیرامونی ایفا می‌کند.

قرآن کریم در آیات متعددی بر اهمیت صبر در برابر بلاها و مصیبت‌ها تأکید دارد؛ از جمله خداوند متعال در سوره «بقره» می‌فرماید: «وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ» و صبرکنندگان را بشارت ده. آنها که هرگاه مصیبتی به ایشان می‌رسد، می‌گویند ما از آن خداایم و به سوی او بازمی‌گردیم»^۵. خدای متعال همه انسان‌ها را آزمایش می‌کند، اما امتحان‌ها برای همه یکسان نیست. درواقع، همه جهان صحنه‌ای برای امتحان الهی است و همه انسان‌ها حتی پیامبران در معرض آن قرار دارند. هدف این آزمون‌ها، کشف

1. Peter L. Berger

2. Thomas Luckmann

۳. خداوند متعال در آیه ۱۷ سوره «لقمان» می‌فرماید: «وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ» در برابر مصیبتی که به تو می‌رسد، شکیبا باش که این از کارهای مهم است». برخی مفسران معتقدند کلمه «ذلک» در این آیه، به صبر اشاره دارد و صبراز «عزم امور و کارهای مهم» دانسته شده است و استفاده از کلمه «ذلک» که برای اشاره به دور است و نه «هَذَا» که برای اشاره به نزدیک است، بدین دلیل است که به اهمیت صبر اشاره کرده باشد و جایگاه بلند صبر را برساند (سیدمحمدحسین طباطبایی، تفسیر المیزان، ج ۱۶، ص ۲۱۸).

۴. الإمام الصادق (علیه السلام): «الصَّبْرُ مِنَ الْإِيمَانِ بِمَنْزِلَةِ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ، فَإِذَا ذَهَبَ الرَّأْسُ ذَهَبَ الْجَسَدُ، كَذَٰلِكَ إِذَا ذَهَبَ الصَّبْرُ ذَهَبَ الْإِيمَانُ» (محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۸۷).

۵. بقره: ۱۵۵ - ۱۵۶.

ناشناخته‌ها برای خدا نیست، بلکه برای رشد و شکوفایی استعدادهای انسان‌ها و پرورش روحی آنهاست. ابزار این آزمایش‌ها می‌تواند حوادث مختلف تلخ یا شیرین باشد؛ از جمله ترس، گرسنگی، کمبود مالی و جانی و کاهش نعمت‌ها یا مانند ترس از دشمن، محاصره اقتصادی، جنگ و اعزام عزیزان به میدان نبرد که نمونه‌هایی از امتحانات الهی هستند. برای موفقیت در چنین شرایطی، انسان باید به خدا توکل کند و با یاد او آرامش بگیرد. در برابر فقر و کمبود نیز، صبر و ایستادگی لازم است. همان‌طور که در قرآن کریم آمده است: «وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ: از صبر و نماز یاری بجوید»^۱.

البته گفتنی است لزومی ندارد همه افراد با همه سختی‌ها مواجه شوند، بلکه ممکن است:

* هر کسی با آزمونی خاص روبرو شود؛

* فردی در یک امتحان موفق باشد، ولی در امتحانی دیگر ناکام؛

* گاهی یک نفر خودش در حال آزمون است، اما ناخودآگاه دیگران را نیز درگیر می‌کند.

درنهایت کاهش نعمت‌ها یا بروز مشکلات ممکن است گاهی برای امتحان الهی باشد و گاهی هم نتیجه اعمال خود انسان‌ها.^۲

از دیدگاه قرآن، «ابتلا» بخشی طبیعی و ضروری از حیات مؤمنانه است که می‌تواند انسان را به بلوغ روحی و نزدیکی به خداوند برساند. این نگرش، رنج را نه امری بی‌معنا، بلکه بستری برای رشد و تعالی می‌بیند. از آنجاکه خداوند بر همه چیز آگاه است، هرگاه این واژه برایش به کار رود، باید آن را فقط به معنای آزمایش بندگان به منظور آشکارکردن خوبی و بدی آنها دانست.^۳ در قرآن تصریح شده است بلا و امتحان هم از طریق حسنات و خیر و خوبی رخ می‌دهد و هم از طریق سیئات و شر و بدی.^۴

همچنین در سیره اهل بیت علیهم‌السلام، نمونه‌هایی بی‌نظیر از تاب‌آوری خانوادگی در برابر بحران‌ها مشاهده می‌شود؛ برای نمونه حضرت زینب علیها‌السلام در مواجهه با فاجعه کربلا، با تکیه بر ایمان، شجاعت، صبر و آگاهی، نه تنها کاروان اسرا که بخشی از ایشان خانواده آن حضرت علیها‌السلام بودند را از فروپاشی نجات داد، بلکه پیام کربلا را به مثابه نماد مقاومت به جامعه منتقل کرد.

۱. بقره: ۱۵۳.

۲. محسن قرائتی، تفسیر نور، ج ۱، ص ۲۳۹.

۳. همان.

۴. اعراف: ۱۶۸؛ یونس: ۳۰؛ طه: ۴۰.

در فرهنگ دینی ایرانیان نیز مفاهیمی مانند **شهادت**، **ایشار**، **جهاد**، و **فداکاری** به مثابه مؤلفه‌هایی از «هویت مقاومت» شناخته می‌شوند که نقشی کلیدی در پایداری خانواده‌ها ایفا می‌کنند. فرهنگ دفاع مقدس در ایران، مملو از روایت‌هایی است که نشان می‌دهد خانواده‌هایی با ایمان قوی، چگونه در سخت‌ترین شرایط نیز امید، پیوند و پایداری خود را حفظ کرده‌اند.

تحلیل راهبردی نقش باورهای دینی در تاب‌آوری خانواده ایرانی در بحران‌های جنگی

الف) دین به مثابه منبع معنا در مواجهه با بحران

یکی از بنیان‌های تاب‌آوری در شرایط بحرانی، «معنی‌افتن رنج و تهدید» است. نظریه‌پردازانی چون ویکتور فرانکل^۱ (روان‌پزشک) نویسنده کتاب معروف انسان در جستجوی معنا نشان داده‌اند انسان‌ها وقتی بتوانند در رنج‌های خود معنا ببینند، احتمال پایداری روانی و اخلاقی آنها به شدت افزایش می‌یابد. جمله «وقتی انسان‌ها بتوانند در رنج‌های خود معنا ببینند»، به این معناست که افراد اگر بتوانند سختی‌ها، دردها و مشکلات زندگی خود را فقط اتفاقات بی‌هدف و بی‌ارزش نبینند، بلکه آنها را بخشی از یک مسیر معنادار و هدفمند بدانند (مثلاً آزمونی برای رشد، امتحانی الهی یا فرصتی برای تقویت ایمان و اخلاق)، آنگاه بهتر می‌توانند آن رنج را تحمل کنند. چنین نگرشی سبب می‌شود رنج‌ها به جای تخریب روانی و روحی، به نوعی انگیزه برای ادامه زندگی، رشد شخصیت و نزدیکی به خدا تبدیل شوند. این معنا می‌تواند نقش بزرگی در افزایش تاب‌آوری و سلامت روانی افراد ایفا کند.

تحقیقات روان‌شناسی معناگرا (از جمله دیدگاه‌های ویکتور فرانکل) نیز نشان داده‌اند معنی‌افتن در رنج، نقش مهمی در جلوگیری از فروپاشی روانی و بروز اختلالات مانند افسردگی دارد. در شرایط بحرانی همچون جنگ یا بلایای طبیعی، این معنا می‌تواند یکی از کلیدی‌ترین عوامل حفظ تاب‌آوری خانوادگی باشد.^۲

در اسلام، آموزه‌هایی چون **ابتلا**، **امتحان الهی**، **پاداش صابران**، **تقرب در مصیبت** و **حکمت نهفته در سختی‌ها**، نقش مستقیمی در معنابخشی به بحران ایفا می‌کنند. این آموزه‌ها دارای ویژگی‌های زیر هستند:

1. Viktor Frankl.

۲. یکی از کتاب‌هایی که به خوبی درباره معنا در زندگی انسان نوشته شده است، کتاب در جستجوی معنا نوشته ویکتور فرانکل است.

۱. به فرد کمک می‌کنند درد خود را بیهوده نبیند؛ آموزه‌هایی چون ابتلا و حکمت الهی، رنج را بخشی از سیر رشد روحی می‌دانند؛ از این رو فرد درمی‌یابد سختی‌ها ابزار پرورش و آزمون‌اند، نه فقط بلاهای تصادفی و همین معنا بخشی، مانع ناامیدی می‌شود.

سید بن طاووس با سند خویش از امام صادق علیه السلام نقل می‌کند «محمّد حنفیه در شبی که فردایش امام علیه السلام از مکه رهسپار عراق بود، به محضر امام علیه السلام شرفیاب شد و عرض کرد: ای برادر، تویی وفایی کوفیان در برابر پدر و برادرت را شناخته‌ای، من نگرانم که با تو نیز چنین کنند. اگر در مکه بمانی، تو عزیزترین و محترم‌ترین شخص خواهی بود.

امام علیه السلام فرمود: «برادر، من بیم از آن دارم که یزید خونم را در حرم [امن خدا] بریزد و بدین سبب حرمت این خانه شکسته شود».

محمّد بن حنفیه عرض کرد: «اگر از این جهت نگرانی، به سمت یمن یا به سرزمین‌های ناشناخته دیگر کوچ کن که تو در آنجا محفوظتری و کسی به تو دست نخواهد یافت».

امام علیه السلام پاسخ داد: «در این باره می‌اندیشم»؛ ولی دیدند که امام علیه السلام در سحرگاهان آماده کوچ کردن (به سوی عراق) است؛ چون خبر به محمّد بن حنفیه رسید، نزدیک آمد و مهار ناقه امام علیه السلام را به دست گرفت و عرض کرد: ای برادر، آیا نغمودی که در این باره می‌اندیشم؟ امام علیه السلام فرمود: آری.

عرض کرد: پس چه شده است با این شتاب رهسپاری؟ فرمود: «أَتَانِي رَسُولُ اللَّهِ بَعْدَ مَا فَارَقْتُكَ، فَقَالَ: يَا حُسَيْنُ علیه السلام أُخْرِجْ فَإِنَّ اللَّهَ قَدْ شَاءَ أَنْ يَرَاكَ قَتِيلًا: هنگامی که از تو جدا شدم، پیامبر خدا را در خواب دیدم، به من فرمود: ای حسین، رهسپار [عراق] شو، خداوند می‌خواهد تو را کشته ببیند».

محمّد بن حنفیه گفت: «إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ»؛ با این حال چرا این زنان را با خود می‌بری؟!

امام علیه السلام فرمود: «قَدْ قَالَ لِي: إِنَّ اللَّهَ قَدْ شَاءَ أَنْ يَرِيَهُنَّ سَبَايَا: رسول خدا صلی الله علیه و آله به من فرمود: خداوند می‌خواهد که آنان را اسیر ببیند».

دستوری که پیغمبر اکرم صلی الله علیه و آله در عالم رؤیا به فرزند دل‌بندش امام حسین علیه السلام داد، پرده از حقیقت مهمی برداشت و آن اینکه گاه درهم شکستن دشمن، سبب پیروزی و رسیدن به اهداف مقدّس می‌شود و گاه شهادت و اسارت، و این بار نوبت شهادت و اسارت بود.^۱

۱. سید بن طاووس، لهوف، ص ۱۲۷-۱۲۸؛ محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۴۴، ص ۳۶۴.

۲. نوعی امید معنوی برای آینده ایجاد می‌کنند؛ باور به پاداش صابران، به فرد چشم‌اندازی فراتر از شرایط فعلی می‌دهد؛ بنابراین شخص حتی در اوج بحران می‌داند که این وضعیت گذر است و پاداش الهی یا بهبودی در دنیا یا آخرت در انتظار اوست.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «لَوْ يَعْلَمُ الْمُؤْمِنُ مَا لَهُ مِنَ الْجَزَاءِ فِي الْمَصَائِبِ لَتَمَنَّى أَنَّهُ قُرِصٌ بِالْمَقَارِیِضِ: اگر مؤمن می‌دانست پاداش مصیبت و گرفتاری‌هایش چقدر است، آرزو می‌کرد در دنیا با قیچی تکه‌تکه می‌شد».^۱

۳. نظام اخلاقی و معنوی خانواده را در مواجهه با بحران تقویت می‌کنند؛ این آموزه‌ها خانواده را به همکاری، همدلی و صبر دعوت می‌کنند. با تکیه بر ارزش‌های دینی، اعضا در برابر بحران به جای فروپاشی، به هم نزدیک‌تر می‌شوند و انسجام بیشتری پیدا می‌کنند. در فرهنگ ایرانی نیز چنین معناسازی‌هایی در دوران دفاع مقدس بسیار مشهود بود؛ جملاتی مانند «جبهه دانشگاه انسان‌سازی است» یا «شهادت راهی به سوی جاودانگی» دقیقاً در این چارچوب معنا پیدا می‌کنند.

ب) کارکردهای اجتماعی دین در مواجهه با بحران

دین از دیدگاه جامعه‌شناختی، نهادی اجتماعی است که کارکردهایی از جمله انسجام، هویت‌بخشی، هدایت، و کنترل هیجانی - اخلاقی دارد. امیل دورکیم^۲ در نظریه کلاسیک خود، دین را ضامن انسجام اجتماعی و نظم اخلاقی معرفی می‌کند.^۳

باورهای دینی در بافت خانواده ایرانی این نقش‌ها را ایفا می‌کنند:

۱. به اعضا هویت مشترک و احساس تعلق می‌بخشند؛ در خانواده ایرانی، باورهای دینی نه تنها در جایگاه مجموعه‌ای از اعتقادات ذهنی، بلکه به مثابه نیروی فعال در شکل‌دهی به هویت فردی و جمعی ایفای نقش می‌کنند. این باورها چارچوبی فرهنگی و معنوی می‌سازند که افراد خانواده از طریق آن، خود را تعریف می‌کنند، جایگاهشان در جهان را می‌فهمند و در موقعیت‌های مختلف، به کنش معنادار دست می‌زنند. وقتی ارزش‌ها، مناسک و باورهای مذهبی میان اعضای خانواده به شکلی منسجم جریان دارد، نوعی احساس پیوستگی، ریشه‌داری و امنیت درونی پدید می‌آید که برای تاب‌آوری خانواده حیاتی است. مناسکی چون نماز جماعت

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۲۵۵.

2. Emile Durkheim.

۳. لوئیس کوزر، زندگی و اندیشه بزرگان جامعه‌شناسی، ص ۱۵۶.

خانوادگی، زیارت، دعا، سوگواری‌های مذهبی و حتی سبک پوشش و گفتگوهای دینی ابزارهایی بازتولید و تقویت‌کننده این هویت هستند. دین در چنین فضایی نه فقط به معنای عبادت فردی، بلکه در جایگاه زبان مشترک خانواده، منبع اخلاق جمعی و تکیه‌گاه روانی عمل می‌کند.

۲. **محور گفتگو، همبستگی و تصمیم‌گیری‌های جمعی می‌شوند؛** مفاهیم دینی نظیر مشورت، رعایت حق، صلح و عدل به عنوان چارچوب‌های اخلاقی در تصمیم‌گیری‌های خانوادگی عمل می‌کنند. زمانی که خانواده در بحران قرار دارد، این باورها فضای گفتگوی محترمانه و همدلانه ایجاد می‌کنند و همبستگی عملی و فکری میان اعضا را افزایش می‌دهند. پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «الْحَزْمُ أَنْ تَسْتَشِيرَ ذَا الرَّأْيِ وَ تُطِيعَ أَمْرَهُ: احتیاط و دوراندیشی آن است که با صاحب نظر مشورت کنی و به نظر او عمل نمایی»^۱.

۳. **توان مقابله جمعی در برابر فشارهای بیرونی را افزایش می‌دهند؛** در شرایط فشار روانی یا اجتماعی، باورهای دینی زمینه‌ای برای انسجام و مقاومت جمعی فراهم می‌کنند. خانواده‌هایی که بر ایمان و توکل به خدا تکیه دارند، در برابر تهدیدهای بیرونی از جمله ناامنی، فقر یا جنگ، استوارتر و پایدارتر باقی می‌مانند؛ برای مثال در خانواده‌های رزمندگان در طول هشت سال دفاع مقدس، مفاهیمی چون «اجر مجاهدان در راه خدا»، «شهادت»، «توکل به خدا» و «ثواب صبر در راه دین»، نقش نیرومندی در انسجام اعضا داشت. چنین ارزش‌هایی، خانواده‌ها را از فروپاشی در برابر سوغ، فقر یا اضطراب‌های جنگی حفظ می‌کرد.

سازوکارهای عملی تاب‌آوری دینی در خانواده ایرانی

تاب‌آوری دینی در خانواده نه فقط از طریق باور، بلکه با «سازوکارهای عینی و عملی» تقویت می‌شود. برخی از سازوکارهای عینی و عملی بر اساس فرهنگ ایرانی که یک فرهنگ خانواده‌محور است، عبارت‌اند از:

۱. دعا و عبادت خانوادگی

این امر دو فایده را برای خانواده به همراه دارد:

الف) ایجاد آرامش روانی و جمعی: دعا و عبادت خانوادگی، فضای معنوی آرام‌بخشی ایجاد می‌کند که از اضطراب و تنش ناشی از بحران‌ها می‌کاهد. لحظات معنوی افزون بر اینکه تقویت‌کننده احساس امنیت روانی است، خانواده را به کانونی امن و مطمئن تبدیل می‌کند.

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۴۱، ص ۱۰۵، ح ۷۵.

امام کاظم علیه السلام می فرماید: «عَلَيْكُمْ بِالْדَّعَاءِ فَإِنَّ الدَّعَاءَ وَالطَّلَبَ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ يَرْزُقُ الْبَلَاءَ وَ قَدْ قُدِّرَ وَ قُضِيَ: دعا کنید؛ چراکه دعا و درخواست از خداوند بلا را دفع می کند، درحالی که بلا مقدر و حتمی شده است»^۱.

ب) هم افزایی عاطفی و اخلاقی میان اعضای خانواده: عبادت های جمعی مانند نماز جماعت یا دعاهاى خانوادگی، فرصتی برای همدلی، هم زبانی و تقویت پیوندهای عاطفی میان اعضا فراهم می کنند. این تجربه های مشترک هم تقویت کننده انسجام اخلاقی خانواده هستند و هم نوعی هم افزایی در مقابله با بحران ایجاد می کنند. این موضوع می تواند همراه با حضور در اماکن مذهبی همچون مساجد، حرم های اهل بیت و حرم امامزادگان علیهم السلام، مساجد و حسینیه ها و تکایا باشد.

۲. روایت سازی از رنج در چارچوب دینی

رنج در چارچوب های دینی به معنای نگاهی معنابخش و هدف دار به سختی هاست؛ یعنی رنج نه تنها بی معنا یا تصادفی نیست، بلکه می تواند نشانه ای از امتحان الهی، فرصت رشد روحی یا زمینه ای برای تقرب به خدا باشد. این نگرش موجب تسکین و پایداری روانی می شود. این امر می تواند به دو شکل در بستر خانواده رخ دهد:

الف) استفاده از زبان دینی در تبیین اتفاقات (مثلاً «این هم امتحان الهی است»؛

ب) خلق داستان های مقاومت (خاطرات شهدا، مادران شهید، ایثارگران).

۳. بازتولید الگوهای ایمانی و مقاوم

الف) تأسی به سیره اهل بیت علیهم السلام و یاران ایشان: الگوگیری از شخصیت های برجسته دینی به خانواده ها در بحران ها معنابخشی عمیق می دهد. حضرت فاطمه علیها السلام الگوی وفاداری، حمایت و ایثار؛ حضرت زینب علیها السلام نماد صبر در دل مصیبت؛ و امام حسین علیه السلام تجسم قله مقاومت و کرامت انسانی در شرایط ظلم و فشار است. یادآوری و بازخوانی سیره این بزرگواران و یاران همراه ایشان (شیعیان حقیقی)، روحیه استقامت، پذیرش رنج در مسیر حقیقت و امید به پاداش الهی را در خانواده ها تقویت می کند.

ب) تقویت نقش پدر/ مادر در جایگاه رهبران معنوی خانواده: پدر و مادر در شرایط بحرانی می توانند فراتر از نقش های روزمره، به راهبران معنوی خانواده تبدیل شوند؛ یعنی کسانی که با

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۴۷۰.

ایمان، آرامش و حکمت، فضا را مدیریت می‌کنند، روایت‌های معنوی از بحران ارائه می‌دهند و دیگر اعضای خانواده را از نظر روانی و اخلاقی حمایت می‌کنند. این نقش نه تنها انسجام خانوادگی را حفظ می‌کند، بلکه تقویت‌کننده اعتماد فرزندان به ساختار خانواده و ارزش‌های دینی است.

۴. شبکه‌های حمایتی مذهبی

مساجد، هیئت‌ها، مراکز فرهنگی مذهبی و حتی روابط همدلانه بین خانواده‌های مذهبی که در زمان جنگ پشتیبانی روانی و مالی فراهم می‌کردند: نهادهای مذهبی در دوران جنگ و بحران، نقش حیاتی در تقویت تاب‌آوری خانواده‌ها ایفا می‌کنند. مساجد و هیئت در جایگاه نهادهای مهم مذهبی با کارکردهای بسیار ارزشمند، افزون بر ترویج امید و آرامش معنوی، فضای گفتگو، دعا و هم‌دلی را فراهم کردند؛ همچنین این مراکز با سازمان‌دهی کمک‌های مردمی، حمایت‌های مالی و توزیع منابع ضروری، بخشی از فشار اقتصادی و روانی وارد بر خانواده‌ها را کاهش دادند و حس همبستگی اجتماعی را تقویت کردند.

پخت غذای نذری و تقسیم آن میان خانواده‌های آسیب‌دیده، مشارکت در نگهداری از فرزندان خانواده‌های درگیر بحران، تشکیل حلقه‌های دعا و ذکر برای تقویت روحیه، امانت‌دادن یا بخشش وسایل موردنیاز زندگی، حضور دسته‌جمعی در مراسم تشییع شهدا و دیدار با خانواده‌های داغدار از جمله مصادیق این عنوان برشمرده می‌شود.

کتاب‌نامه

قرآن کریم

۱. ابن طاووس، سیدرضی‌الدین، *اللهوف علی قتلی الطفوف*، قم: اسوه، ۱۴۰۰ ق.
۲. طباطبایی، سیدمحمدحسین، *المیزان فی تفسیر القرآن الکریم*، مترجم: سیدمحمدباقر موسوی همدانی، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴ ش.
۳. قراتی، محسن، *تفسیر نور*، قم: مؤسسه در راه حق، ۱۳۷۵ ش.
۴. کلینی، محمد بن یعقوب، *الکافی*، قم: دارالحديث، ۱۳۹۸ ش.
۵. کوزر، لوئیس، *زندگی و اندیشه بزرگان جامعه‌شناسی*، ترجمه محسن ثلاثی، تهران: علمی، ۱۳۸۳ ش.
۶. لزگی، علی‌نقی، مهدی داداشی و سیدمهدی خطیب، «مؤلفه‌های روان‌شناختی تاب‌آوری دینی بر اساس آموزه‌های اسلامی»، *اسلام و پژوهش‌های روانشناختی*، س ۱۰، ش ۱، پیاپی

۲۱، بهار و تابستان ۱۴۰۳.

۷. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، بیروت: داراحیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ق.

1. Garmezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20(9).
2. Masten, A. S. (2001). *Ordinary magic: Resilience processes in development*. *American Psychologist*, 56(3).
3. Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the child. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71.
4. Walsh, Froma, (2003). *Family resilience: A framework for clinical practice*. *Family Process*, 42(1).