

بِسْمِ اللَّهِ  
الرَّحْمَنِ  
الرَّحِيمِ

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ  
وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

• تاب‌آوری معنوی در شرایط بحرانی و جنگ

# تاب‌آوری

- چنانچه در زندگی اتفاقاتی بیفتد که تکان دهنده باشد، افرادی که در مواجهه با این مشکلات و فجایع آرام هستند، دارای ویژگی هستند که روانشناسان آن را تاب‌آوری می‌نامند. افراد تاب‌آور می‌توانند از مهارت‌ها و نقاط قوت خود برای مقابله با مشکلات و چالش‌ها استفاده کنند

# «سلامت معنوی» انسان دارای دو جنبه جسمانی و روحانی است

- این سلامت معنوی به جسم محدود نمی شود و با مفاهیمی چون تقوا و صداقت گره خورده
- ریشه در ادبیات دینی و گنجینه فرهنگی قرنهای گذشته دارد و در منابع دینی ما جزء لاینفک هندسه معرفت دینی است، در اشعار شعرا بسیار مشهود است

## معنویت چیست؟

معنویت دقیقاً جایی در درون شماست که به روح انسان اختصاص دارد و روح در آن احساس آرامش خود را پیدا می کند. معنویت تجربه ای شخصی می باشد که در آن سیستمی از باورهای شخصی در هنگام جستجو برای معنای زندگی به وجود می آید. به یاد داشته باشید که معنویت نشان دهنده چیزی بزرگتر از دنیای فیزیکی یا مادی در زندگی و راهی برای مقابله با چالش های روزمره و ارتباط با چیزی بزرگتر از خودتان است. معنوی بودن برای افراد مختلف می تواند معانی مختلفی داشته باشد. برای عده ای، معنویت می تواند با دین و حتی قدرتی بالاتر مرتبط باشد و برای عده دیگر، این عمل می تواند یک تجربه غیر مذهبی مانند ارتباط با طبیعت، هنر، یوگا، مدیتیشن و غیره باشد. تجربیات هر فرد همگی انواع مختلفی از معنویت و اعمال را نشان می دهند.

# انواع معنویت

- معنویت فکری: مستعد کسب دانش از نظریه‌های معنوی
- معنویت خدماتی: کمک به دیگران بدون چشم‌داشت
- معنویت اجتماعی: حضور در گروه‌های مذهبی، فرهنگی، ورزشی،...
- معنویت دینی: به صرف بنده بودن، مطیع الله شدن، عبد شدن

ایران از شاخص‌های بالای سلامت معنوی، شجاعت، صداقت، توکل، امید و نشاط به آینده برخوردار است و معنویت، تقویت‌کننده تمامی این مؤلفه‌هاست.

در هسته سلامت معنوی، نگاه به خدای متعال و قادر مطلق قرار دارد. حمایت‌های اجتماعی و گردهمایی‌های معنوی در مساجد و اماکن مقدس نیز در افزایش امید و سلامتی بسیار مؤثر است. هرچه درجات معنوی بالاتر رود، آرامش فرد نیز افزایش می‌یابد.

سلامت معنوی نه تنها در زندگی عادی، بلکه در شرایط جنگی نیز  
کارساز است و انس با آیات الهی، تاب‌آوری را به‌طور چشمگیری  
افزایش می‌دهد.

### • توکل

توکل علی الله و کفی بالله وکیلا  
من یتوکل علی الله فهو حسبه  
نماز و دعا  
اطمینان به خدا  
قیامت‌باوری  
شهادت طلبی  
ولایت پذیری

### صبر و استقامت را لازمه شرایط سخت

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ  
مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ  
الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا  
لِلَّهِ وَ إِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ

# راهکارهای تاب‌آوری در درسنامه اول قرآن : ناس تا ضحی

کنود نبودن نسبت به الله  
تواصی به صبر و حق و همراه ایمان داشتن عمل  
صالح

دقت در نعمت ولایت و داشتن موازین  
تفکر در مثقال ذره‌های اعمال  
تقابل در رضایت

اندیشیدن به رجوع برای دوری از طغیان  
ایمان به احکم الحاکمین  
اعتقاد به «فان مع العسر یسرا»  
تجلی « ما دودعک ربک و ما قلی»  
و «و لسرف یعطیک ربک فترضی»

استعاذه داشتن به رب الناس و ملک الناس  
بندگی فراهم آمده از تعویذ در مراحل عقیدتی و  
عملی

عبور از مال و ماکسب  
لکم دینکم ولی دین  
فصل لربک و انحر

دوری از تکذیب و یدع الیتیم و ترغیب به طعام به  
مساکین

ایجاد امنیت و تجارت  
نهراسیدن از کید دشمن  
رهایی از جمع و شمارش پی‌درپی مال

# بررسی ابعاد مختلف مفهوم تاب‌آوری معنوی در شرایط بحران

- . معنابخشی به رنج ((Meaning-making
- بزرگترین آسیب در جنگ، «بی‌معنایی» است. وقتی فرد شاهد مرگ عزیزان، ویرانی مدارس یا از دست رفتن معلمان خود باشد، ممکن است دچار فروپاشی وجودی شود (اینکه «چرا این اتفاق می‌افتد؟»).
- - نقش تاب‌آوری معنوی: این توانایی به فرد کمک می‌کند تا رنج را به عنوان بخشی از یک مسیر بزرگ‌تر (مانند دفاع از حق، ارتقای کرامت انسانی یا رسیدن به کمال) معنا کند. در این نگاه، شهادت یا از دست دادن مادیات، «شکست» نیست، بلکه «تجلی یک ارزش والاتر» است. این معنا، درد را قابل تحمل و حتی مقدس می‌کند.

## ۲. اتصال به امر متعالی ((Connection to the Transcendent))

- در جنگ، انسان‌ها با مواجهه با قدرت ویرانگر تکنولوژی و مرگ، احساس ناچیزی و بی‌پناهی می‌کنند.

- - نقش تاب‌آوری معنوی: پیوند با خداوند یا یک نیروی برتر، این حس «بی‌پناهی» را به «اعتماد» تبدیل می‌کند. این باور که «خداوند با ماست» یا «عدالت الهی در کار است»، ترس از قدرت مادی دشمن را خنثی می‌کند. این اتصال، به جای تمرکز بر «آنچه از دست رفته»، بر «آنچه همیشه باقی است» تمرکز می‌کند.

### ۳. انسجام اجتماعی و همبستگی ((Collective Resilience

- جنگ تلاش می کند جامعه را از طریق ترس، تکه تکه کند.
- - نقش تاب آوری معنوی: ارزش های مشترک معنوی (مانند ایثار، صبر، و اخلاص) مانند یک چسب عمل می کنند. مراسم های مذهبی، دعا های جمعی و حتی عزاداری های مشترک، به جای اینکه صرفاً نشانه ی غم باشند، به ابزاری برای تلفیق نیروها تبدیل می شوند. این کار باعث می شود که آسیب به یک مدرسه یا یک معلم، به عنوان یک جراحات برای «تمام بدن جامعه» احساس شود، که این خود باعث همبستگی بیشتر می شود.



## ۴. رشد پس از سانحه ((Post-Traumatic Growth

- یکی از زیباترین جنبه‌های تاب‌آوری معنوی، پدیده «رشد پس از آسیب» است.
- -نقش تاب‌آوری معنوی: جامعه‌ای که تاب‌آوری معنوی بالایی دارد، پس از پایان جنگ (مانند دوران پس از آتش‌بس فعلی)، صرفاً به همان وضعیت قبل از جنگ باز نمی‌گردد؛ بلکه با درک عمیق‌تری از ارزش‌های انسانی، اعتماد به هم، و هدفمندی‌تر، شروع به بازسازی می‌کند. ویرانی مدارس در جنگ چهل روزه، اگر با این نگاه همراه باشد، منجر به ایجاد سیستم‌های آموزشی قدرتمندتر و با هویت‌تر خواهد شد.

# تاب‌آوری و استقامت در کلام امام شهید

- تاثیر استغفار در میدان جنگ
- وَثَبَتْ أَقْدَامُنَا وَأَنْصَرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ
- مؤمنان در مواجهه با حوادث سخت دچار ترس و دلهره نمی‌شوند
- أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ
- جنگ، دشمن شناسی
- یکی از اولین شرایط جنگ‌های نظامی، اطلاعات است؛ بروید اطلاع کسب کنید و ببینید دشمن کجا است. ۱۳۹۳/۰۹/۰۶

# مولفه‌های اصلی تاب‌آوری معنوی در جنگ

- ۱. معناگرایی ( ) : Sense-making یافتن معنا در رنج (مثلاً: «این سختی، آزمونی برای رشد است» یا «این دفاع، برای حفظ ارزش‌های مقدس است»).
- ۲ - امید ( ) : Hope باور به اینکه این وضعیت گذرا است و آینده‌ای بهتر در انتظار است.
- ۳ - تسلیم فعال ( ) : Active Surrender پذیرش واقعیت‌های تلخ (عدم انکار) و همزمان تلاش برای تغییر (نه تسلیم منفعلانه).
- ۴ - ارتباط با امر متعالی: دعا، نیایش و احساس حضور خداوند در میانه سختی‌ها.

# اضطراب‌های آغاز جنگ رمضان

- حمله به رأس قدرت و شهادت رهبر نظام اسلامی
- حمله به مدرسه میناب و شهادت ۱۶۸ دانش آموز و معلم
- حمله به زیر ساخت‌ها
- حمله به دانشگاه‌ها و مدارس و مساجد و تکایا
- حمله از سوی دو کشور اپل هستیه‌ی به همراه هفت کشور همسایه
- حمله به مناطق شهری و منازل مردم
- حمله در سطح همه کشور ، شهرها و روستاها
- حمله به سرداران و دانشمندان بزرگ

# دلایل پایداری و تاب‌آوری ملت

- تربیت سی و چندساله توسط امان شهید
- شهادت طلبی و ایمان به قیامت و نصرت الهی
- اعتقاد به توانایی‌های نیروهای امنیتی و نظامی
- اعتماد به دولت در حفظ زیرساخت‌های معیشتی
- اعتماد به دیپلماسی جدید با ریاست رئیس مجلس
- شکل‌گیری حرکت‌های خودجوش مردمی با اعتماد به پیام بعثت مردم
- حضور پیگیر بیش از دوماه مردم در خیابانها
- همراهی سران قوا در حل مسائل

# دستاوردهای پایداری که تاب‌آوری را بالا برد

- شهادت امام نظام و کودکان مدرسه شجره طیبه
- حمله وسیع ایران به ۱۳ پایگاه آمریکا در هفت کشور حاشیه خلیج فارس
- حملات بی‌امان سپاه و ارتش به دشمن صهیونی
- اعتقاد به پیروزی و شهادت
- اعتقاد به نابودی صهیون توسط ایرانیان
- حفظ روحیه حماسی در سرتاسر کشور
- شکست‌های غیرقابل باور دشمن در روزهای آغازین
- ادامه حضور میلیونی مردم در خیابان
- مقبولیت جهانی ایران در دفاع از کیان خود
- تربیت مردم در تضرع به خدا با تلاوت هر روزه سوره فتح و دعای نصر و توسل

# اعتقاد و باور به پیروزی

- اعتقاد به توانایی‌های موشکی و پهبادی ایران
- بالا رفتن آمار سقوط موشک‌ها و پهبادهای دشمن
- با وجود سانسور شدید دشمن، رسوایی ناتوانایی دشمن در استقامت در برابر حملات ایران
- تحلیل دفاعی دشمن و رونمایی توانایی‌های جدید ایران
- ایجاد روحیه شاد و فعال در ایران توسط نظام و مردم
- توسعه همدلی بین مردم و میدان و دیپلماسی
- نترسیدن مردم در راهپیمایی روز قدس و بالا رفتن روحیه شهادت طلبی
- انتخاب رهبر سوم نشانه اصلی پیروزی بود
- امت امام مبعوث شدند

# تغییر دیپلماسی ایران برای مذاکرات و آتش بس

- هیأت ایرانی برای اولین بار با ریاست رئیس مجلس اتفاق افتاد
- ایران تعیین کننده شرایط بود نه دشمن
- پیش از رفتن، قالیباف اعلام کرد اعتمادی به دشمن نداریم
- مذاکره در حالی شکل گرفت که دشمن به ترور تیم مذاکره کننده تهدید کرد
- ایران بعد از این جلسه زیر بار جلسات بعدی که سراسر تزویر و دروغ بود، نرفت و این برگ برنده را تاکنون حفظ کرده
- دشمن تلاش جهانی داشت ایران را عامل مشکلات غذایی و انرژی معرفی کند، ولی پذیرش آتش بس توسط ایران با شروط دهگانه، دشمن را در دنیا رسوا کرد

# پذیرش شروط دهگانه ایران برای اولین باید شرایط مذاکره را تعیین کرد

- آمریکا به طور اصولی متعهد به:
- ۱- عدم تجاوز
- ۲- استمرار کنترل ایران بر تنگه هرمز
- ۳- پذیرش غنی سازی
- ۴- رفع همه تحریم های اولیه
- ۵- رفع همه تحریم های ثانویه
- ۶- خاتمه تمامی قطعنامه های شورای امنیت
- ۷- خاتمه تمامی قطعنامه های شورای حکام
- ۸- پرداخت خسارت ایران
- ۹- خروج نیروهای رزمی آمریکا از منطقه
- ۱۰- توقف جنگ در همه جبهه ها از جمله علیه مقاومت اسلامی قهرمان لبنان

# عدم آتش بس از نگاه قرآن از سوی مسلمین

- وَ أَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَ مِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَ عَدُوَّكُمْ وَ آخَرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَ مَا تَنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يَوْفَ إِلَيْكُمْ وَ أَنْتُمْ لَا تَظْلَمُونَ انفال ٦٠
- فَلَا تَهِنُوا وَ تَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَ أَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَ اللَّهُ مَعَكُمْ وَ لَنْ يَتْرَكُمْ أَعْمَالُكُمْ محمد ٣٥
- إِلَّا الَّذِينَ يَصِلُونَ إِلَى قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَ بَيْنَهُمْ مِيثَاقٌ أَوْ جَاؤُكُمْ حَصْرَتِ صُدُورُهُمْ أَنْ يُقَاتِلُوكُمْ أَوْ يُقَاتِلُوا قَوْمَهُمْ وَ لَوْ شَاءَ اللَّهُ لَسَلَّطَهُمْ عَلَيْكُمْ فَلَقَاتِلُوكُمْ فَإِنْ اعْتَزَلُوكُمْ فَلَمْ يُقَاتِلُوكُمْ وَ أَلْقُوا إِلَيْكُمُ السَّلَامَ فَمَا جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ عَلَيْهِمْ سَبِيلًا نساء ٩١
- وَ قَاتِلُوهُمْ حَتَّى لَا تَكُونَ فِتْنَةٌ وَ يَكُونَ الدِّينُ لِلَّهِ فَإِنْ انْتَهَوْا فَلَا عُدْوَانَ إِلَّا عَلَى الظَّالِمِينَ بقره ١٩٣
- فَلَا تَهِنُوا وَ تَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَ أَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَ اللَّهُ مَعَكُمْ وَ لَنْ يَتْرَكُمْ أَعْمَالُكُمْ
- محمد ٣٥

# شرایط پذیرش آتش بس هنگامی که دشمن تقاضا کند

• إِلَّا الَّذِينَ يَصِلُونَ إِلَى قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ مِيثَاقٌ أَوْ جَاؤُكُمْ حَصْرَتْ صُدُورُهُمْ أَنْ يُقَاتِلُوكُمْ أَوْ يُقَاتِلُوا قَوْمَهُمْ وَ لَوْ شَاءَ اللَّهُ لَسَلَّطَهُمْ عَلَيْكُمْ فَلَقَاتِلُوكُمْ فَإِنْ اعْتَزَلُوكُمْ فَلَمْ يُقَاتِلُوكُمْ وَ أَلْقُوا إِلَيْكُمُ السَّلَامَ فَمَا جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ عَلَيْهِمْ سَبِيلًا

• نسا ۹۱

• سَتَجِدُونَ آخَرِينَ يُرِيدُونَ أَنْ يَأْمَنُوكُمْ وَ يَأْمَنُوا قَوْمَهُمْ كُلَّمَا رُدُّوا إِلَى الْفِتْنَةِ أُرْكِسُوا فِيهَا فَإِنْ لَمْ يَعْتَزِلُوكُمْ وَ يُلْقُوا إِلَيْكُمُ السَّلَامَ وَ يَكْفُوا أَيْدِيَهُمْ فَخُذُوهُمْ وَ اقْتُلُوهُمْ حَيْثُ ثَقِفْتُمُوهُمْ وَ أُولَئِكَ جَعَلْنَا لَكُمْ عَلَيْهِمْ سُلْطَانًا مُبِينًا

• سوره نساء آیه ۸۸

# تاب آوری شناختی و پایداری خیابانی؛

- واکاوی ۶۰ شب حضور مردمی از منظر جنگ شناختی و روان شناسی نظامی
- حضور میلیونی مردم پرچم بدست که بی سابقه بود

# در این حمله، دشمن انتظار داشت:

- - چرخه های هنجاری جامعه از هم بپاشد،
  - - مردم دچار اضطراب جمعی و انزوا شوند،
  - - میدان خالی بماند و خیابان به «منطقه خاموش» تبدیل شود.
- 
- اما حضور شبانه مردمی، پاسخی بود که نه با شعار، بلکه با بدن های حاضر روایت سازی دشمن را واژگون کرد.

# روان شناسی نظامی: سه ستون پایداری جمعی

- الف) انسجام در بحران
- ب) بازپس گیری شب از ترس
- ج) بازیابی منزلت جمعی

## سه عامل فرهنگی در این تداوم نقش داشتند:

- - آیین مندی: تکرار شبانه حضور، به یک «مناسک مقاومت» تبدیل شد؛ تکراری که اضطراب را کاهش می دهد و امید را بازتولید می کند.
- - پناهگاه اجتماعی: خیابان، در شرایط بحران به یک «پناهگاه روانی» تبدیل می شود؛ جایی که ترس ها در جمع فروکش می کنند.
- - مرکزیت نمادین: مردم با حضور در خیابان، عملاً میدان را پشتیبانی کردند؛ خیابان «راه تنفسی» میدان شد و میدان «قلب تپنده» خیابان.

## سه عامل فرهنگی در این تداوم نقش داشتند:

- این الگوی بیش از ۶۰ شب، چند تهدید شناختی را خنثی کرد:
- - فرسودگی روانی-مصرفی جامعه که مدل های اطلاعاتی دشمن روی آن حساب کرده بودند، تحقق نیافت.
- - پیش بینی های الگوریتمی درباره کاهش حضور ناکام ماند.
- - شکاف های سنی، شهری و طبقاتی که معمولاً هدف عملیات روانی اند، کمرنگ شدند.
- - روایت های هراس محور از کار افتادند، چون مردم میدان را خودشان به صورت مستقیم مشاهده می کردند، نه از میان صداهاى مجازى.

# ، بزرگ ترین شکست دشمن در جنگ شناختی

- زمانی رخ می دهد که روایت میدان بر روایت رسانه پیروز شود.
- غیر قابل شمارش شدن دروغ‌های رئیس جمهور آمریکا و بالا رفتن عدم اطمینان دنیا به دروغ‌گویی های مسافران اپستین
- برای اولین بار دنیا برای کسب خبر به ایران رجوع کرد
- بهت روزافزون دنیای غرب در برابر عظمت نظامی و موشکی ایران
- تحسین تاب‌آوری مردم ایران توسط تمام جهان حتی دشمنان
- اعتراف دوست و دشمن به تبدیل شدن ایران به چهارمین قدرت نظامی جهان
- نابودی هژمونی آمریکا و تولد هژمونی رو به توسعه ایران در شرق

# تغییر موازنه‌های ایران تحقیری به اسطوره بودن مردم و نظام ایران

- جهان ایران را ستود
- اعتراف دشمن به ژئو بودن ایران و ایرانی
- شکل‌گیری نظام اسلامی شیعی ایرانی توسط رهبر در جنگ ۱۲ روزه با «ای ایران بخوان»
- ترمیم آسیب‌های ناشی از انفجار موشک توسط شهرداری تهران و گروه‌های مردمی در کمتر از بیست و چهار ساعت
- بالا رفتن اعتماد مردم به دولت با حضور مسوولین بین مردم
- بالا رفتن اعتماد مردم به صدا و سیما و اخبار داخلی
- مبارزه با اخبار دروغ در فضای مجازی بویژه با پیام‌های جذاب رئیس مجلس
- مارشهای پیروزی هنگام اعلام خبر عملیات نظامی قرارگاه خاتم
- همدلی نظام و مردم و میدان با هم
- بالا رفتن روحیه حماسی

# تغییر موازنه‌های جنگ با بستن تنگه هرمز

- آرزوی استیلای کامل بر عبور و مرور از تنگه استرترژی هرمز توسط سردار شهید تنگسیری
- بالا رفتن روحیه حماسی با ریاست ایران بر تنگه
- سخت شدن جنگ برای همه دنیا که بیش از چهل سال ابران را تحریم کردند
- رشد نهال امید در ایران با تبدیل شدن به قدرت بلا منازع منطقه با تسلط بر تنگه هرمز
- ایجاد تغییر موازنه در زبان گفتگو در تنگه به زبان فارسی
- تعیین دریافت حداقل دو میلیون دلار از هر کشتی
- تعیین نوع کشتی که می‌تواند از تنگه عبور کند با شرایط ایران
- شروع هژمونی ایران با در دست داشتن تنگه هرمز که گلوگاه انرژی و مواد غذایی و کود و هلیوم و ... برای همه دنیا
- آقایی ایران برای تعیین سرنوشت غذایی و انرژی و راهبردی همه دنیا

# خیابان به مثابه سیر روانی

- خیابان تنها محل عبور نیست؛ بلکه محیط تولید قدرت اجتماعی است.
- - میدان تنها فضای نمادین نیست؛ لایه ای از دفاع روانی جامعه است.
- - و حضور، وقتی تداوم می یابد، تبدیل به سازه دفاعی شناختی می شود.
- در نبردهای آینده، شاید سلاح ها تغییر کنند، شاید میدان ها دیجیتالی شوند؛
- اما آنچه پابرجا می ماند، پیوند خیابان با میدان است:
- جایی که جامعه از طریق هم حضوری، بر ترس غلبه می کند و روایت خود را بازنویسی می کند.

اما آن چیزی که آتش فتنه را زیر پایش خاکستر کرد،  
«مردم» بودند

• ؛ هم این دفعه این جور بود، هم سال ۸۸ این جور بود، هم موارد دیگر  
این جوری بود. وقتی که مردم وارد میدان میشوند و تصمیم میگیرند،  
آتشها را خاموش میکنند، شعله‌ها را خاکستر میکنند. این اتفاقی بود که  
این دفعه هم افتاد؛ بعد از این هم به توفیق الهی اگر چنانچه حادثه‌ای  
برای کشور پیش بیاید، خدای متعال این مردم را مبعوث خواهد کرد برای  
مقابله‌ی با حوادث، و کار را مردم تمام خواهند کرد.

# نقش رهبری و نهادهای اجتماعی

- رهبری معنوی: نقش رهبرانی که با کلامشان، معنا به رنج‌ها می‌بخشند و امید را زنده نگه می‌دارند.
- -نهادهای مذهبی و فرهنگی: فراهم کردن فضاهای جمعی برای تجلی معنویت (نمازهای دسته جمعی، مراسم‌های یادبود، دعا‌های جمعی).
- -ترویج فرهنگ ایثار: تبدیل مفهوم «فداکاری» از یک بار سنگین به یک «افتخار ملی و معنوی».

# خلاصه تفاوت دو رویکرد دارای تاب‌آوری در جنگ و بدون تاب‌آوری

## بدون تاب‌آوری

خسارت: ویرانی و بی‌معنایی مطلق  
واکنش به ترس | فرار و فروپاشی روانی  
پیام به دشمن | تسلیم در برابر قدرت تخریب  
نتیجه نهایی | بازسازی فیزیکی ضعیف

## دارای تاب‌آوری

آزمون و مسیر رسیدن به حقیقت  
ایستادگی و اعتماد به قدرت برتر  
پایداری در برابر تخریب هویت  
بازسازی فکری و روحی قدرتمند

## چالش‌ها و خطوط قرمز

- خطر «تقدیرگرایی منفعل»: تفکیک میان «ایمان به تقدیر» و «بی‌خیالی و بی‌تدبیری» (باید مراقب بود که معنویت به بهانه‌ای برای عدم تلاش تبدیل نشود).
- -استفاده ابزاری از مذهب: هشدار درباره استفاده از مفاهیم معنوی برای تحریکِ صرفِ خشم، بدون ایجاد آرامش و معنا.
- -خطر فروپاشی معنا: وقتی رنج‌ها فراتر از تحمل انسان می‌شود، خطر از دست دادن ایمان و فروپاشی روانی وجود دارد.
-

## نتیجه‌گیری و جمع‌بندی

- تاب‌آوری معنوی، تنها یک موضوع فردی نیست، بلکه یک «سرمایه ملی» است.
- -ملت‌هایی پیروز می‌شوند که نه تنها در میدان جنگ، بلکه در «میدان معنا» نیز توانایی ایستادگی داشته باشند.
- -معلمان، رهبران و والدین، وظیفه دارند بذر این تاب‌آوری را در روح نسل جوان بکارند.
- در جامعه اسلامی ما با تبعیت از ولایت رهبری، مردم در خیابان ماندند تا کار را تمام کنند.

• تهیه و تدوین: زهرا خلخالی

• دکترای علوم قرآن و حدیث

• ۱۴۰۵ اردیبهشت ۱۴۰۵

• کرج

• جهت ارائه در اولین دوره مدرسه بهاره

دانشگاه علوم پزشکی البرز