

Cognitive Factors Influencing Resilience from the Perspective of the Holy Quran

Ebrahim Zangoueie¹ , Alireza Najaf Zadeh Tarbati^{2*} , Tahereh Rahimpour Ozghay³ 

- 1) Ph.D. Student, Department of Islamic Studies, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran
2) Associate Professor, Department of Islamic Studies, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran
3) Assistant Professor, Department of Islamic Studies, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran

Received: 09/30/2024 Revised: 01/27/2025 Approved: 03/11/2025

Abstract

Background: Throughout life, individuals face a wide range of pressures and stressors, which may result in negative outlooks and a sense of purposelessness. Consequently, having a resource to effectively address these challenges is of crucial. This resource can encompass cognitive, psychological, social, and cultural skills that empower individuals to overcome challenges.

Aim: The objective of this study is to identify the cognitive factors influencing resilience from the viewpoint of the Holy Quran. Consequently, this research aims to identify factors that are frequently referenced in the Quranic verses and could be considered as cognitive elements influencing resilience.

Method: This study was conducted using a qualitative approach and the thematic analysis method. The data for this research includes all the verses of the Holy Quran. In this regard, verses related to resilience in the cognitive domain were identified, and the meanings of these verses were extracted using comprehensive Quran software. To uncover the resilience model in the Quran, the data were coded and organized into a thematic network.

Results: In the data coding process, 99 open codes were extracted. After eliminating duplicates and merging similar items, 7 core codes were identified. As a result, concepts related to cognitive factors of resilience were categorized into four main areas: 1. In the field of worldview, the goal is to reform the human's ultimate goal, so that the human capacity to face challenges is increased. 2. Deepening belief in monotheism to enhance self-confidence and provide hope in the face of challenges. 3. Belief in the afterlife: as a factor that offers hope for compensation, it can contribute to increasing resilience. 4. Divine will and destiny: it refers to accepting events and divine will. These concepts illustrate the significant influence of religious beliefs in enhancing both individual and collective resilience.

Conclusions: Based on the concepts identified in this study, by elaborating and implementing these ideas, resilience skills can be enhanced in individuals, particularly those experiencing significant struggles. This approach can assist individuals in gaining a deeper understanding of the cognitive and religious factors associated with resilience, enabling them to substantially improve their capacity to confront life's challenges and hardships.

Keywords: *resilience, thematic analysis, belief in monotheism, faith-based belief, divine will and destiny, the world in the quran*

* **Corresponding:** Alireza Najaf Zadeh Tarbati, najafzadeh@um.ac.ir

- **Article type:** research article

- **Article APA Reference**

Zangoueie, E., Najaf Zadeh Tarbati, A., & Rahimpour Ozghady, T. (2025). Cognitive factors affecting resilience from the perspective of the holy quran. *Qualitative Research in Behavioral Sciences*, 3(2), 75-98. <https://doi.org/10.22077/qrebs.2025.8203.1059>

Extended Abstract

Introduction

In recent years, the field of positive psychology has undergone remarkable changes. This shift has led to a growing focus on human strengths, capabilities, and even psychological disorders. A central concept in this domain is resilience, defined as the individual's ability to adapt positively threatening or difficult situations (Samani et al., 2007). The term resilience was first introduced in 1973. It refers to positive adaptation in response to difficult situations, reflecting the capacity of individuals or communities to adapt effectively to changes and emerging challenges (Mohammadi et al., 2017). Among the various definitions offered for resilience, the following is perhaps one of the most comprehensive: "The capacity to absorb the impact of a harmful event, minimize its adverse effects, and respond effectively post-crisis, while preserving and restoring functionality and adaptation- enabling the individual to learn from the experience and become better equipped to face future adversities".

This definition comprehensively addresses all aspects of resilience and highlights the role of learning and adaptability in the face of challenges (Mohammadi et al., 2017). Recognizing the components of resilience and finding ways to strengthen it can serve as an effective strategy for addressing life's difficulties. Studies have shown that individuals with stronger religious beliefs are more resilient and adaptive in the face of challenges, allowing them to better cope with new and uncertain conditions (Qazavi & Padarlu, 2023).

This underscores the significant role that faith and belief systems play in promoting psychological resilience. While previous studies have generally confirmed the influence of religion and belief systems on resilience, most research in this field has been conducted using quantitative and survey-based methods. In contrast, the present study focuses on identifying cognitive factors influencing resilience from the perspective of the Holy Qur'an. These factors can be used to strengthen resilience in clients of counseling centers who seek help based on their religious background and beliefs. In other words, this approach contributes to a deeper understanding of the cognitive components that affect resilience and provide the necessary foundation to foster this valuable trait in individuals and communities.

Method

The current research employed a qualitative methodology, utilizing thematic analysis as its primary method. Thematic analysis is a systematic process for analyzing textual data, allowing the researcher to transform scattered and varied information into coherent, in-depth insights. The aim of this study is to conceptualize the cognitive factors that contribute to resilience based on the teachings of the Holy Qur'an. In this study, the step-by-step and comprehensive thematic analysis process by Clarke & Braun (2006) was used.

The data were collected from two principal sources: 1. The text of the Holy Qur'an, with a focus on verses addressing resilience and associated themes such as patience (*ṣabr*), piety (*taqwā*), trust in God (*tawakkul*), and faith (*īmān*). 2. Authentic interpretations of the Qur'an, through which verses related to the cognitive dimensions of resilience were identified. Data collection took place over a six-month period, during which relevant Qur'anic verses were analyzed using comprehensive Qur'an analysis software. To discover the resilience pattern in the Holy Qur'an, the data were coded and categorized into a thematic network.

The initial phase of becoming deeply familiar with the data served as the foundation for the subsequent stages. In the following phase, all data relevant to the research objective were coded. During the analysis process, various codes were assigned to form different core themes. These themes were then categorized, and a thematic network was developed by

grouping related sub-themes from the text to lay the ground for extracting the main themes. To ensure the accuracy of the thematic coding, the Delphi method was applied, and the findings were validated by three experts in Qur'anic studies. Since the thematic network is a tool for analysis, it aids the researcher gain a deeper understanding of the meanings, interpret the identified themes, and recognize their patterns. In this study, after confirming the accuracy of the thematic network, the researcher repeatedly consulted the data and interpreted it through the lens of the thematic network and the final report was developed.

Results

Although it would have been better to initially explore the concepts of monotheism and belief in God, the topic of the world from the perspective of the Qur'an was addressed first. This approach was taken because recognizing the reality of the world can play a crucial role in leading one to monotheism and faith. A key theme in the Qur'an is the understanding of both this world and the Hereafter, which greatly influences human happiness and misery.

A review of the verses reveals that one should not set the world as the ultimate goal, but rather the Hereafter must be the primary aim. The Prophet of Islam also stated, "The world is the farmland for the Hereafter." Therefore, adopting a proper outlook on both the world and the Hereafter is vital for human happiness. Monotheism is one of Islam's most fundamental teachings. Although the term "Tawhid" is not explicitly stated in the Qur'an, the goal of all prophets has been to spread monotheistic thought among people.

In a monotheistic worldview, the outlook of a person who believes in a divinely governed and purposeful universe differs significantly from one who views the world as accidental or self-regulated. This difference affects their resilience and how they deal with difficult situations. According to the Holy Qur'an, faith serves as a crucial element in fostering resilience. As one of the most fundamental principles in Islam and a key to both material and spiritual success, faith is central to living a pure life in this world and the Hereafter. The Qur'an explicitly affirms this by stating: "Successful indeed are the believers" (23:1).

Once faith becomes deeply internalized within individuals, it will have a significant impact on their resilience. The concept of divine decree (qada and qadar) in resilience is explained as follows: According to Islamic teachings, events such as death and worldly incidents occur in two stages. The first phase is qadar (predestination), during which a person may avert their occurrence through supplication, repentance, and good deeds. The second is when the event reaches the stage of qada (divine judgment), becoming part of God's unchangeable will. A faithful individual, in both cases, accepts divine will with contentment, and this spiritual outlook significantly contributes to their resilience and psychological endurance.

Discussion

The verses of the Holy Qur'an highlight the importance of spiritual, faith-based, and ontological aspects of human existence in fostering resilience. It presents worldly life as a transient phase and a trial for humanity (3:185). This understanding lays the foundation for spiritual resilience, as it encourages individuals to endure hardships by recognizing the temporary nature of worldly difficulties. This Qur'anic outlook aligns with positive psychology perspectives, which views challenges as opportunities for personal development (Seligman, 2004). Nevertheless, the Holy Qur'an deepens this concept through a theological lens, viewing hardships as a part of a divine test designed for human growth and perfection. Teaching this approach as part of spiritual resilience training can significantly enhance individuals' ability to withstand life's challenges.

The results of this study reveal that monotheism, as the cornerstone of Islamic faith, plays a key role in enhancing resilience. Belief in monotheistic belief fosters a profound sense of trust and reliance, rooted in the conviction of an omnipotent Creator. Numerous studies have confirmed that belief in monotheism can act as a powerful resource for managing crises (Ghanbari et al., 2024). In this regard, incorporating the principles of monotheism into educational programs and reinforcing this belief can significantly contribute to fostering psychological and spiritual resilience. The findings also highlight that belief in God and the Hereafter serves as a central factor in resilience, offering individuals a profound source of hope and perseverance amid life's challenges.

Within the field of the psychology of religion, faith in God has been recognized as one of the most vital foundations for resilience (Pargament, 1997). The findings of this study demonstrated that resilience in the Holy Quran is deeply grounded in theological, spiritual, and faith-based perspectives. Key elements such as perceiving the world as a temporary phase, belief in monotheism, faith, and believing in divine destiny serve to enhance resilience from a Quranic standpoint. Additionally, the research offers a conceptual framework that could be utilized as a model for designing educational and developmental programs inspired by Quranic teachings.

Conclusion

This study aimed to develop a conceptual model of resilience grounded in the teachings of the Holy Quran. The findings indicated that within the Quranic model of resilience, the category of "cognition" holds a significant cognitive influence on individuals' resilience. This dimension explores cognitive factors that contribute to fostering resilience. The researcher identified four key subcategories in this domain: "The Concept of the World in the Quran," "Monotheistic Belief," "Belief in Faith," and "Belief in Divine Decree".

Limitations

Considering the profound and multi-dimensional nature of the Quranic teachings, it is natural for scholars and interpreters to arrive at different interpretations of a subject at any given time. Accordingly, the researcher does claim to have uncovered all related concepts and meanings.

Future Studies

An empirical investigation on the impact of Quranic factors on resilience among various social groups. A study on the role of Quranic teachings in fostering resilience during crises and under stressful conditions. A comparative analysis of the resilience-enhancing teachings of the Quran and other religious scriptures.

عوامل شناختی مؤثر در تاب‌آوری از منظر قرآن کریم

ابراهیم زنگویی^۱، علیرضا نجف‌زاده تربتی^{۲*}، طاهره رحیم‌پور ازغدی^۳

(۱) دانشجوی دکتری، گروه معارف اسلامی، دانشگاه فردوسی مشهد

(۲) دانشیار، گروه معارف اسلامی، دانشگاه فردوسی مشهد

(۳) استادیار، گروه معارف اسلامی، دانشگاه فردوسی مشهد

دریافت: ۱۴۰۳/۰۷/۰۹ تجدیدنظر: ۱۴۰۳/۱۱/۰۸ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۲۱

چکیده

زمینه: در طول زندگی، انسان با فشارها و استرس‌های زیادی مواجه می‌شود که ممکن است به نگرش منفی و احساس پوچی منجر شود بنابراین، داشتن سرمایه‌ای برای مقابله با این مشکلات اهمیت زیادی دارد. این سرمایه می‌تواند شامل مهارت‌های شناختی، روانی، اجتماعی و فرهنگی باشد که به فرد کمک می‌کند تا از چالش‌ها عبور کند.

هدف: هدف این پژوهش، شناسایی عوامل شناختی مؤثر بر تاب‌آوری از منظر قرآن کریم است؛ بنابراین این پژوهش به دنبال شناسایی عواملی است که در آیات قرآن کریم به فراوانی از آن‌ها بیان شده است و می‌تواند از عوامل شناختی مؤثر در تاب‌آوری باشد.

روش: این پژوهش با رویکرد کیفی و با استفاده از روش تحلیل مضمون (Thematic Analysis) انجام شد. داده‌های پژوهش تمامی آیات قرآن کریم است. به این صورت که آیات مرتبط با تاب‌آوری در بُعد شناختی شناسایی شد و به کمک نرم‌افزار جامع قرآن کریم مفاهیم آیات استخراج گردید. جهت کشف الگوی تاب‌آوری در قرآن کریم داده‌ها کدگذاری و در قالب شبکه مضامین دسته‌بندی شد.

یافته‌ها: در فرآیند کدگذاری داده‌ها ۹۹ کدباز استخراج شد؛ که با حذف موارد تکراری و ادغام موارد مشابه ۷ کد محوری به‌دست آمد. در نتیجه مفاهیم مرتبط با عوامل شناختی تاب‌آوری در چهار حوزه اصلی شناسایی شد: ۱. در حوزه دنیاشناسی، هدف اصلاح جهت‌گیری غایت‌نگرانه انسان است تا سطح چالش‌پذیری انسان ارتقاء یابد. ۲. تعمیق توحیدباوری در جهت تقویت اعتماد به نفس و امیدبخشی در مواجهه با چالش‌ها تأکید دارد. ۳. معادباوری: به‌عنوان عاملی که به فرد امید به جبران می‌دهد، می‌تواند به افزایش تاب‌آوری فرد کمک کند. ۴. قضا و قدر: به پذیرش حوادث و تقدیر الهی اشاره می‌کند. این مفاهیم نشان‌دهنده تأثیر اساسی باورهای دینی در ارتقاء تاب‌آوری فردی و اجتماعی است.

نتیجه‌گیری: با توجه به مفاهیم کشف شده در این پژوهش، می‌توان با تبیین و عملیاتی کردن این مفاهیم، به تقویت مهارت تاب‌آوری در افراد جامعه، به‌ویژه در میان کسانی که دچار مشکلات جدی هستند پرداخت. این رویکرد می‌تواند به افراد کمک کند تا با درک بهتر از عوامل شناختی و دینی مرتبط با تاب‌آوری، بهبود قابل توجهی در توانمندی‌های خود برای مقابله با چالش‌ها و سختی‌های زندگی به‌دست آورند.

کلید واژه‌ها: تاب‌آوری، تحلیل مضمون، توحید باوری، ایمان باوری، قضا و قدر، دنیا در قرآن

* نویسنده مسئول مکاتبه: علیرضا نجف‌زاده تربتی، najafzadeh@um.ac.ir (این مقاله برگرفته از رساله دکتری دانشجو است).

– نوع مقاله: پژوهشی

– ارجاع APA مقاله

زنگویی، ابراهیم؛ نجف‌زاده تربتی، علیرضا و رحیم‌پور ازغدی، طاهره (۱۴۰۳). عوامل شناختی مؤثر در تاب‌آوری از منظر قرآن کریم. پژوهش‌های کیفی در علوم رفتاری، ۳(۲)، ۷۵-۹۸.
<https://doi.org/10.22077/qrebs.2025.8203.1059>

زنگویی، ا.، نجف‌زاده تربتی، ع. ر. و رحیم‌پور ازغدی، ط. (۱۴۰۳). عوامل شناختی مؤثر در تاب‌آوری از منظر قرآن کریم. پژوهش‌های کیفی در علوم رفتاری، ۳(۲)، ۷۵-۹۸.
<https://doi.org/10.22077/qrebs.2025.8203.1059>

مقدمه

در سال‌های اخیر در حوزه روان‌شناسی مثبت‌گرا تغییرات شگرفی رخ داده است، دانشمندان و روان‌شناسان به جای توجه به کمبودها و ناهنجاری‌ها، به استعداد و توانمندی‌های انسان توجه دارند. یکی از عواملی که سبب سازگاری هرچه بیشتر آدم‌ها با نیازها و تهدیدهای زندگی می‌شود، سازه «تاب‌آوری» است که در میان پژوهش‌های اخیر سهم زیادی را به خودش اختصاص داده است (Samani et al., 2007).

پژوهش اولیه‌ی افرادی چون «گارمزی» و «راتر و ورنر» در حوزه تاب‌آوری سبب توجه به این مقوله شد. گارمزی و ماستن تاب‌آوری (resilience) را به‌عنوان نوعی فرآیند، توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده توصیف کرده‌اند. به‌عبارت دیگر تاب‌آوری، سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است (Kaveh & Karamati, 2017). تاب‌آوری در لغت به معنای کش‌سانی و خاصیت ارتجاعی و حالت فنری داشتن، ترجمه شده است و نشان‌دهنده این است که در ابتدا تاب‌آوری در فیزیک برای اشیاء انعطاف‌پذیر استفاده می‌شده و به تناسب در علم روان‌شناسی برای افرادی که در برابر مشکلات نمی‌شکنند و می‌توانند مشکلات را تحمل کنند، مورد استفاده قرار می‌گیرد.

اصطلاح تاب‌آوری اولین بار در سال ۱۹۷۳ مطرح شد. کلمه تاب‌آوری از علم فیزیک گرفته شده و در معنی اصلی کلمه «به عقب جهیدن» (حالت ارتجاعی) می‌باشد. به‌عبارت دیگر تاب‌آوری، سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است (Waller, 2000; Quoted from Samani et al., 2007). از آنجا که مفهوم تاب‌آوری در بسیاری از رشته‌های دانشگاهی کاربرد دارد هر رشته درصد برآمده تعریفی از تاب‌آوری ارائه دهد، این امر به پیچیدگی مفهوم تاب‌آوری انجامیده است از این رو، تعریفی که جامع و مانع باشد؛ از تاب‌آوری ارائه نشده است و بر اساس تحلیل محتوایی که در تعاریف تاب‌آوری انجام شده از مجموع ۱۲۰ تعریف ارائه شده، واژگان انطباق، بازیابی عملکرد، جذب، حفظ، مقابله و بازگشت، از بسامد بالایی برخوردار است (Mohammadi et al., 2017). در تمام تعاریف اولیه تاب‌آوری، مفهوم برگشت به گذشته دیده می‌شود، یعنی افراد جامعه در برابر مخاطرات و فشارهای زندگی، تاب‌آوری داشته و می‌توانند بعد از بحران به شرایط متعادل گذشته برگردند و تلفات انسانی و خسارات اقتصادی به حداقل می‌رسد؛ به‌راستی افراد تاب‌آور قادر هستند به عقب برگردند. آن‌ها توانایی زنده ماندن و حتی غلبه بر مشکلات و ناملایمات را دارند.

نکته مهمی که لازم است یادآوری شود این است که تاب‌آوری در فیزیک با علوم اجتماعی به یک معنا نیست، چرا که در علوم فیزیک برگشت به عقب امکان‌پذیر است ولی در علوم اجتماعی و انسانی امکان‌پذیر نیست، لذا برخی تاب‌آوری را به انعطاف‌پذیری تعریف کرده‌اند (Mohammadi et al., 2017). در مجموع شاید از میان تعاریفی که برای تاب‌آوری ارائه شده تعریف «توانایی جذب اثرات یک رویداد مخرب و به حداقل رساندن اثرات نامطلوب و پاسخ مؤثر پس از رویداد، حفظ و بازیابی عملکرد و سازگاری به‌صورتی که با یادگیری برای رویارویی با اثرات نامطلوب آینده آماده شود» از بهترین تعاریفی باشد که همه جوانب تاب‌آوری را مورد توجه قرار داده است (Mohammadi et al., 2017).

هر چند برخی تاب‌آوری را به سازگاری مثبت در مقابله با شرایط ناگوار تعریف کرده‌اند (Waller, 2001)، اما تاب‌آوری فقط پایداری در برابر مشکلات نیست که جنبه انفعالی صرف داشته باشد بلکه می‌تواند به‌عنوان یک عامل فعال موجب توانمندسازی افراد در جهت برقراری تعادل زیستی و روانی در شرایط ناگوار و خطرناک باشد (Samani et al., 2007). طبق تعریف‌هایی که برای تاب‌آوری بیان شد، می‌توان مفاهیم روان‌شناختی که در زیر ارائه شده است را عناصر درونی تاب‌آوری پنداشت:

- بازگشت: بازگشت یکی از مؤلفه‌های اصلی مفهوم تاب‌آوری می‌باشد؛ به این معنی که شخص می‌تواند به حالت اولیه و قبل از بحران برگردد (Stummp, 2013).
- تحمل‌پذیری: به معنی دارا بودن ظرفیت و توانایی مقاومت در مقابل فشارهای حوادث و تلاش جهت سالم ماندن از عواقب بحران یا فاجعه است (Stummp, 2013).
- انعطاف: شخصی که دارای تاب‌آوری است، خودش را با عوامل اضطراب‌آور و حوادث ناگوار سازگار می‌نماید و بر اساس شرایط منعطف می‌گردد تا با کمترین میزان آسیب مواجه گردد (Musten, 2001).
- تغییر: مؤلفه دیگری که در واقع نتیجه مؤلفه انعطاف می‌باشد این است که شخص تلاش نماید از طریق شرایط جدید، تغییرات سازنده‌ای را در خود و محیط خود به وجود بیاورد، با شرایط جدید کنار بیاید و عواقب منفی حوادث را مهار نماید (Werner, 1997).

در مجموع تاب‌آوری مفهومی وسیع است که در علم روان‌شناسی و مشاوره برای مقابله با موانع و مشکلات زندگی کاربرد دارد؛ بنابراین

شناخت مؤلفه‌های تاب‌آوری و راهکارهای ارتقاء آن در افراد، خانواده و جامعه می‌تواند راهبردی مفید باشد که به حل مشکلات زندگی کمک نماید. از خصوصیات افراد تاب‌آور می‌توان به مواردی همچون داشتن پندار واقعی از توانایی‌های خود، هدایت‌گری آسان، داشتن برنامه‌های واقع‌گرایانه برای آینده، توانایی کسب پیشرفت فراتر از هوش عمومی، توانایی طلب کمک از دیگران، توانایی حس همدردی با دیگران، توانایی عدم ابراز خشنودی، علاقه‌مندی به افراد و نظارت دیگران، علاقه‌مندی به مدرسه، توجه و محبت، ارتباطات مثبت خانوادگی، توانایی ابراز احساسات، حس با دیگران، برابر بودن و عدالت اجتماعی، حس امنیت، والدین پرتوقع، کامیابی و پیشرفت، برنامه‌ریزی، مهارت‌های پایدار و خودداری، تصمیم‌گیری، مشکل‌گشایی، خوداثربخشی، هدف‌گذاری، عزت‌نفس و همچنین هوشیاری فرهنگی اشاره کرد. تمامی این خصوصیات، افراد تاب‌آور را به ایجاد عامل‌های محافظتی در خود ترغیب می‌نماید که افراد را در کنار آمدن با شرایط سخت و ناملایمات و شرایط تهدیدکننده کمک می‌نماید (Hosseini Marost & Farshchi Tabrizi, 2014).

از آنجایی که تاب‌آوری به دوره خاصی از زندگی منحصر نمی‌شود و این ظرفیت در هر سطح یا هر سنی قابل توسعه است، نمی‌توان آن را یک پدیده ذاتی به‌شمار آورد (Burhani, 2012). پرورش مهارت‌های مرتبط با تاب‌آوری به افراد کمک فراوانی می‌کند. ارتقای این ظرفیت در وجود افراد باعث می‌شود که توان رویارویی با رویدادهای مثبت و منفی زندگی را کسب کرده و قادر به مدیریت این‌گونه رویدادها باشند. با این حال تاب‌آوری صرفاً پایداری در برابر آسیب‌ها یا تهدیدهای احتمالی تلقی نمی‌شود و مستلزم شرکت فعال و سازنده فرد در محیط پیرامونی خود است (Abbasi Zagheh & Latifian, 2023).

بی‌تردید افراد، خانواده و جامعه‌ای که از باورهای اعتقادی قوی‌تری برخوردار باشند از انعطاف‌پذیری بیشتری برخوردار هستند و بهتر می‌توانند خودشان را با شرایط جدید منطبق نمایند (Ghazavi & Padarlu, 2023). بر اساس مکتب اسلام و آموزه‌های قرآنی، سختی‌ها، لازمه زندگی دنیوی انسان است چنانچه در آیه شریفه لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ (۹۰: ۴) به آن تصریح شده است، بنابراین آنچه ضرورت دارد مهارت حل مسئله و تفسیر درست از حوادث ناگوار داشتن به انسان، کمک می‌کند تا بتواند از دریای مشکلات به سلامت عبور کرده و به ساحل نجات برسد.

هرچند واژه تاب‌آوری به صراحت در قرآن نیامده و برخی آن را با صبر برابر دانسته‌اند (Iyazi, 2023)، ولی نکته‌ای که لازم است به آن توجه شود، این است که صبر در اسلام به معنای تحمل و انفعال صرف نیست؛ بلکه به معنای تحمل فعال هست که انسان حسب وظیفه دینی در کنار تلاش برای حل مشکل باید کنشی صبورانه هم از خویش به خرج دهد. در این میان چگونگی حل مشکل و تاب‌آوری در برابر مشکلات و حوادث ناگوار امری ضروری است تا جایی که اگر انسان نتواند بر مشکلات کوچک غلبه کند، در دومینوی مشکلات گرفتار شده و چه بسا مشکلات عدیده دیگری را هم به دنبال داشته باشد که در پایان به بحران منتهی خواهد شد؛ که دیگر عبور کردن از آن به‌راحتی امکان‌پذیر نباشد.

در مجموع تاب‌آوری را در سه مرحله می‌توان بررسی کرد. عواملی که جنبه پیشگیرانه داشته و باعث آمادگی انسان می‌شود تا او را در برابر حوادث ناخواسته کمک و مساعدت نماید؛ تا با آمادگی بیشتری به رویارویی با مشکل بپردازد. گام دوم به مؤلفه‌هایی می‌پردازد که اگر شخص واجد آن باشد می‌تواند با تاب‌آوری که کسب کرده آن حادثه را هضم کرده و به زندگی عادی خود برگردد. مرحله دیگر این است که اگر حادثه قابل برگشت نباشد، مانند فقدان عزیزان که قابل جبران نیست، چه مؤلفه‌هایی جبران‌کننده‌ای در قرآن وجود دارد که می‌تواند تا اندازه‌ای خلأ و نقصان به وجود آمده را، ترمیم نماید (Saqqa Bi Ria et al., 2021).

Chami et al. (2019) در پژوهشی تحت عنوان «تدوین و اعتباریابی الگوی تاب‌آوری خانواده بر پایه آموزه‌های قرآنی» ابتدا به بررسی مفاهیم تاب‌آوری خانواده در روان‌شناسی پرداخته و سپس با پژوهشی که به‌صورت کیفی انجام شده، الگوی تاب‌آوری خانواده از آموزه‌های قرآن و دین را در قالب ۵ مؤلفه که عبارتند از: خودآگاهی، ایمان، تقوا، صبر و امید برای الگوی تاب‌آوری خانواده ارائه کرده است. Mooziri et al. (2020) در پژوهش خود نشان دادند، صمیمیت و همکاری دو عامل مؤثر بر تاب‌آوری خانواده است. (2023) Iyazi در پژوهش خود عوامل مؤثر بر تاب‌آوری اجتماعی را تحت دو زمینه سرمایه معنوی و زیست معنوی، ارائه نموده است. پژوهش دیگری که توسط (Ahmadi, 2020) انجام شد، نشان داد علی‌رغم اینکه دو سازه صبر و تاب‌آوری شباهت‌های فراوانی دارند؛ مفهوم صبر مفهومی وسیع‌تر از تاب‌آوری می‌باشد. هر چند رابطه بین مذهب و تاب‌آوری در پژوهش‌های فراوان از جمله پژوهشی که توسط (Nadi Ravandi & Sediqi Arfaei, 2015) انجام شد مورد تأیید قرار گرفته است.

از آنجا که اغلب پژوهش‌های مرتبط با موضوع تاب‌آوری به روش‌های کمی صورت گرفته و بیشتر درصدد اثبات نظریه‌های روان‌شناسی غربی بوده‌اند و همچنین، برخی از این پژوهش‌ها از روش‌های کیفی نیز استفاده کرده‌اند، اما هیچ یک به شناسایی عوامل مؤثر در پیدایش و ارتقاء تاب‌آوری از منظر قرآن کریم نپرداخته‌اند. این پژوهش در نظر دارد با استفاده از آیات قرآن کریم که به‌عنوان تنها نسخه شفابخش دردهای بشری مطرح می‌شود، با روش تحلیل مضمون، مفاهیمی که در ارتقاء تاب‌آوری اثرگذار هستند را استخراج و تجزیه و

تحلیل کند. هدف این پژوهش پاسخ به این سؤال اساسی است که عوامل «شناختی» مؤثر در ارتقاء تاب‌آوری از منظر قرآن کریم چیست؟ با این رویکرد، نگرشی جدید به ارتباط میان دین و تاب‌آوری ارائه خواهد شد و به شناسایی عوامل و آموزه‌های قرآنی که می‌توانند به‌عنوان منابع حمایتی و تقویت‌کننده تاب‌آوری در مواجهه با چالش‌های زندگی عمل کنند، پرداخته می‌شود.

روش

این پژوهش با رویکرد کیفی و با استفاده از روش تحلیل مضمون (Thematic Analysis) انجام شد. تحلیل مضمون یکی از رویکردهای پُر کاربرد در پژوهش‌های کیفی است که به شناسایی، سازمان‌دهی و تفسیر الگوهای معنایی موجود در داده‌ها می‌پردازد (Abedi Ja'fari et al., 2011).

با توجه به هدف پژوهش، روش تحلیل مضمون با مدل شش مرحله‌ای (Braun & Clarke, 2006) مورد استفاده قرار گرفت. انتخاب این روش به دلیل ماهیت پژوهش و تمرکز بر استخراج مضامین مرتبط با تاب‌آوری از متن قرآن کریم صورت گرفت. داده‌های این پژوهش از دو منبع اصلی گردآوری شده است: ۱. متن قرآن کریم: با تمرکز بر آیات مرتبط با تاب‌آوری و مفاهیم مرتبط مانند صبر، تقوا، توکل و ایمان. ۲. تفسیر معتبر قرآن: از تفاسیر المیزان، نمونه و مجمع‌البیان به‌عنوان منابع کمکی برای تحلیل مفاهیم و استخراج مضامین استفاده شد. فرآیند گردآوری داده‌ها در سه مرحله انجام شد: ۱. شناسایی واژگان کلیدی مرتبط با تاب‌آوری (مانند صبر و تقوا) از متن قرآن کریم، ۲. استخراج آیات مرتبط از قرآن کریم با استفاده از ابزارهای جستجو و منابع تفسیری و ۳. تحلیل محتوای آیات و تفسیرها برای درک عمیق‌تر مفاهیم و شناسایی عوامل شناختی.

تحلیل داده‌ها بر اساس مراحل شش‌گانه تحلیل مضمون انجام شد: ۱. آشنایی با داده‌ها: بررسی دقیق آیات و تفسیرهای مرتبط برای درک عمیق موضوع، ۲. کدگذاری اولیه: شناسایی و برچسب‌گذاری مفاهیم کلیدی مرتبط با تاب‌آوری. برای مثال، «صبر» به‌عنوان عاملی برای تحمل مشکلات کدگذاری شد. ۳. جستجوی مضامین: گروه‌بندی کدهای مشابه و شناسایی مضامین اولیه. برای مثال، کدهای مربوط به ایمان، توکل و رضایت الهی در قالب مضمون «عوامل درونی» دسته‌بندی شدند. ۴. بازبینی مضامین: ارزیابی و اصلاح مضامین برای اطمینان از همخوانی آن‌ها با داده‌ها. ۵. تعریف و نام‌گذاری مضامین: تدوین عناوین دقیق برای هر مضمون اصلی و فرعی. ۶. تدوین گزارش نهایی: ارائه مضامین شناسایی شده همراه با توضیحات مستند از متن قرآن کریم و تفسیرها. برای افزایش اعتبار و پایایی، نتایج یافته‌ها با تفسیرهای دیگر قرآن کریم تطبیق داده شد و تحلیل‌ها توسط متخصصان علوم قرآنی مورد بازبینی قرار گرفت.

یافته‌ها

هر چند بهتر این بود که ابتدا مبحث توحید و ایمان بررسی شود؛ اما از آنجا که شناخت واقعیت دنیا می‌تواند برای رسیدن به توحید مؤثر باشد در ابتدا به موضوع دنیا از منظر قرآن پرداخته شد. با بررسی آیات مربوط به دنیا نزدیک به ۹۹ کد باز یا مفهوم استخراج شد که با حذف موارد تکراری و ادغام موارد مشابه ۷ کد محوری به‌دست آمد که در جدول ۱ و در نوبت بعد در ۴ مضمون سازمان‌دهنده که عبارتند از: (رضایت خدا جامع بین دنیا و آخرت، تلاش انسان مایه برخورداری، بازیچه بودن دنیای مادی، دنیا عامل غرور و غفلت) در شبکه مضامین جانمایی و در جدول ۲ ارائه شد.

جدول ۱: کدگذاری محوری دنیا از منظر قرآن

کد محوری	کد باز	نشانه
زندگی مادی، بازیچه و سرگرمی	- اثربخشی شناخت از تفاوت محیط - آخرت ارزشمند برای پرهیزگاران - ارزش کم دنیا در برابر آخرت - تفاوت لذت‌های دنیا با لذت‌های آخرت	وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ لَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ: زندگی دنیا، چیزی جز بازی و سرگرمی نیست و سرای آخرت، برای آن‌ها که پرهیزگارند، بهتر است آیا نمی‌اندیشید؟ (۳۲: ۶).
آخرت عالمی ارزشمند	- آخرت عالمی ارزشمند - تقدیر روزی انسان‌ها، به‌وسیله خدا - زندگی در نگاه دنیابینان و آخربینان - زندگی دنیا، موجب سرور ناپایدار انسان	اللَّهُ يَسْطُرُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَ يَغْفِرُ وَ قَرَحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ: خدا روزی را برای هر کس بخواهد (و شایسته بداند) وسیع، برای هر کس بخواهد (و مصلحت بداند) تنگ قرار می‌دهد؛ ولی آن‌ها [کافران] به زندگی دنیا، شاد (خوشحال) شدند؛ در حالی که زندگی دنیا در برابر آخرت، متاع ناچیزی است (۱۳: ۲۶).

ادامه جدول ۱: کدگذاری محوری دنیا از منظر قرآن

کد محوری	کد باز	نشانه
سرای آخرت بهتر از دنیا	- برتری ارزش‌های آخرتی بر متاع دنیایی - برتری پاداش آخرت بر دنیا - سرای آخرت بهتر از دنیا - ممکن بودن جمع بین دنیا و آخرت	وَلِلْآخِرَةِ خَيْرٌ لِّكَ مِنَ الْأُولَىٰ: و مسلماً آخرت برای تو از دنیا بهتر است (۹۳: ۴).
رستخیز جاودانه و ابدی	- ارزش کم دنیا در برابر ارزش آخرت - اشتغال به دنیا مانع انسان از آخرت - جهان آخرت جاودانه و ابدی - جهان آخرت جهانی سراسر زندگی - زندگی مادی، بازیچه و سرگرمی	وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِیَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ: این زندگی دنیا چیزی جز سرگرمی و بازی نیست؛ و زندگی واقعی سرای آخرت است، اگر می‌دانستند (۲۹: ۶۴).
خشنودی خدا ارزش برتر	- بی‌ارزشی امور دنیا و فریبندگی آن - تفاخر دنیا، سبب عذاب شدید در آخرت - تکاثر و مسابقه در امور دنیایی، پوچ - ناپایداری دنیا، مانع انسان از تکاثر - خشنودی خدا ارزش برتر - دنیا، مایه تفاخر انسان‌ها به یکدیگر - رضوان الهی، از پاداش‌های آخرتی - زندگی دنیا، وسیله زینت و فخرفروشی	اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ: بدانید زندگی دنیا تنها بازی و سرگرمی و تجمل‌پرستی و فخرفروشی در میان شما و افزون‌طلبی در اموال و فرزندان است، همانند بارانی که محصولش کشاورزان را در شگفتی فرو می‌برد، سپس خشک می‌شود به‌گونه‌ای که آن را زرد رنگ می‌بینید؛ سپس تبدیل به کاه می‌شود و در آخرت، عذاب شدید است یا مغفرت و رضای الهی؛ و (به هر روی) زندگی دنیا چیزی جز متاع فریب نیست (۵۷: ۲۰).
برتری ارزش‌های آخرتی بر دنیایی	- برتری ارزش‌های آخرتی بر دنیایی - تفاوت لذت‌های دنیا با لذت‌های آخرت - جهان آخرت جاودانه و ابدی	بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَى: ولی شما زندگی دنیا را مقدم می‌دارید، در حالی که آخرت بهتر و پایدارتر است (۸۷: ۱۶ و ۱۷).
وابستگی مادی موجب ترس	- آخرت طلبی موجب پاداش - توحید مایه مقاومت در برابر تهدید - شهادت سرمایه بزرگ آخرتی	فَلْيُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يَشْرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا بِالْآخِرَةِ وَمَنْ يُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيُقْتَلْ أَوْ يَغْلِبْ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا: کسانی که زندگی دنیا را به آخرت فروخته‌اند، باید در راه خدا پیکار کنند! و آن کس که در راه خدا پیکار کند و کشته شود یا پیروز گردد، پاداش بزرگی به او خواهیم داد (۴: ۷۴).

جدول ۲: اختصاص کدها به مضامین مربوط به دنیا

بُعد	فراگیر	سازمان‌دهنده	مضامین	نشانه
			جمع بین دنیا و آخرت	و مِنْهُمْ مَنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ (۲: ۲۰۱)
		رضایت خدا جامع بین دنیا و آخرت		أُولَئِكَ لَهُمْ نَصِيبٌ مِّمَّا كَسَبُوا وَاللَّهُ سَرِيعُ الْحِسَابِ (۲: ۲۰۲) وَأَكْتُبْ لَنَا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ إِنَّا هُنَا إِلَيْكَ (۷: ۱۵۶)
		برتری رضای خدا بر لذت‌های دنیایی		إِنْ هَؤُلَاءِ يَجِبُونَ الْعَجْلَةَ وَيَذَرُونَ وَرَاءَهُمْ يَوْمًا ثَقِيلًا (۷۶: ۲۷) فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرُ الْعِبَادِ (۳: ۱۵)
بُعد شناختی	نسبت دنیا و آخرت	ایمان موجب پاداش‌های آخرتی		وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَسَعَىٰ لَهَا سَعْيَهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَشْكُورًا (۱۷: ۱۹)
		تلاش انسان مایه برخورداری		لَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةً وَلِإِذَا الْأَخِرَةُ خَيْرٌ وَلَنِعْمَ دَارُ الْمُتَّقِينَ (۱۶: ۳۰) كُلًّا نُمِدُّ هَؤُلَاءِ وَهَؤُلَاءِ مِنْ عَطَاءِ رَبِّكَ وَمَا كَانَ عَطَاءُ رَبِّكَ مَحْظُورًا (۱۷: ۲۰)
		تلاش عامل مواهب دنیا		مَنْ كَانَ يَرْيِدُ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَزِينَتَهَا نُوَفِّ إِلَيْهِمْ أَعْمَالَهُمْ فِيهَا وَهُمْ فِيهَا لَا يُخْشَوْنَ (۱۱: ۱۵)
				وَالَّذِينَ الْأَخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ (۷: ۱۶۹) وَالَّذِينَ الْأَخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ (۶: ۳۲)

ادامه جدول ۲: اختصاص کدها به مضامین مربوط به دنیا

بُعد	فراگیر	سازمان‌دهنده	مضامین پایه	نشانه
بُعد شناختی	نسبت دنیا و آخرت	- ارزش کم دنیا در برابر ارزش آخرت - جهان آخرت جهانی سراسر زندگی - آخرت زندگی واقعی و ابدی	- ارزش کم دنیا در برابر ارزش آخرت - جهان آخرت جهانی سراسر زندگی - آخرت زندگی واقعی و ابدی	قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَىٰ وَلَا تُظْلَمُونَ فَتِيلًا (۷۷: ۴) وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهْوٌ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِیَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ (۶۴: ۲۹) أَرْضِيتُمْ بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا مِنَ الْآخِرَةِ فَمَا مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا قَلِيلٌ (۹: ۳۸) وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ (۶: ۳۲) أَعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ (۵۷: ۲۰) وَفَرَحٌ بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ (۱۳: ۲۶) وَلِلْآخِرَةِ خَيْرٌ لِّكَ مِنَ الْأُولَىٰ (۹۳: ۴) بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا (۱۶) وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ (۸۷: ۱۷) أُولَئِكَ الَّذِينَ لَيْسَ لَهُمْ فِي الْآخِرَةِ إِلَّا النَّارُ وَخِطَّ مَا صَنَعُوا فِيهَا وَ بَاطِلٌ مَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ (۱۱: ۱۶) وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ (۵۷: ۲۰) إِنَّ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاطْمَأَنُّوا بِهَا وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ أُولَئِكَ مَاوَاهُمُ النَّارُ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ (۱۰: ۸) الَّذِينَ يَسْتَحِبُّونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا عَلَى الْآخِرَةِ وَيَصُدُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ وَيَبْغُونَهَا عِوَجًا أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ بَعِيدٍ (۱۴: ۳) ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ اسْتَحَبُّوا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا عَلَى الْآخِرَةِ وَأَنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ (۱۶: ۱۰۷) أُولَئِكَ الَّذِينَ اشْتَرَوُا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا بِالْآخِرَةِ فَلَا يَخَفُفُ عَنْهُمْ الْعَذَابُ وَلَا هُمْ يُنصَرُونَ (۲: ۸۶)
بُعد شناختی	نسبت دنیا و آخرت	- دنیا دار غرور - دنیا دوستی عامل غفلت از آخرت دنیا عامل غرور و غفلت	- دنیا دار غرور - دنیا دوستی عامل غفلت از آخرت دنیا عامل غرور و غفلت	
بُعد شناختی	نسبت دنیا و آخرت	- دنیا دار غرور - دنیا دوستی عامل غفلت از آخرت دنیا عامل غرور و غفلت	- دنیا دار غرور - دنیا دوستی عامل غفلت از آخرت دنیا عامل غرور و غفلت	

جدول شماره ۲ نشان می‌دهد، اولین مؤلفه «رضایت خدا جامع بین دنیا و آخرت» است که از آیات: وَ مِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَ فِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ (۲: ۲۰۱)، أُولَئِكَ لَهُمْ نَصِيبٌ مِّمَّا كَسَبُوا وَ اللَّهُ سَرِيعُ الْحِسَابِ (۲: ۲۰۲)، وَ أَكْتُبْ لَنَا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةً وَ فِي الْآخِرَةِ إِنَّا هُنَا عِندَكَ إِلَيْكَ (۷: ۱۵۶)، استفاده می‌شود که نگرش قرآن این است که انسان می‌تواند بین دنیا و آخرت جمع کند به این نحو که افق دیدش را محدود به جهان مادی نکند بلکه آخرت‌گرا باشد ولی از مواهب دنیوی هم به اندازه نیاز استفاده کند که می‌فرماید: قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ (۷: ۳۲) ولی بیش از دنیا به زندگی آخرت توجه کرده و جهت‌گیری زندگی او آخرت باشد چنان‌چه در (۲۸: ۷۷) می‌فرماید: وَأَبْتَغِ فِي مَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَ أَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَ لََّا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُسْفِدِينَ که به این مطلب اشاره دارد.

دومین مؤلفه «تلاش انسان» است که هم در امور مادی و اخروی سرنوشت‌ساز است چنان‌چه از این آیات: وَ مَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَ سَعَىٰ لَهَا سَعِيَهَا وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَشْكُورًا. (۱۷: ۱۹)، لَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةً وَلَدَّارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ وَ لَنِعَمَ دَارُ الْمُتَّقِينَ. (۱۶: ۳۰)، كُلَّا نُمِدُّ هُوْلَاءِ وَ هُوْلَاءِ مِنْ عَطَاءِ رَبِّكَ وَ مَا كَانَ عَطَاءُ رَبِّكَ مَحْظُورًا (۱۷: ۲۰) استفاده می‌شود که خداوند در این جهان همه را مشمول رحمت خویش قرار می‌دهد ولی اگر انسان برای آخرت خویش تلاش کند سعی و تلاش او نادیده انگاشته، نخواهد شد.

سومین مؤلفه مهم و تأثیرگذار «بازیچه بودن دنیا» است که در آیات متعدد قرآن کریم بیان شده است؛ که زندگی دنیا را کم‌اهمیت جلوه داده و می‌فرماید: أَرْضِيتُمْ بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا مِنَ الْآخِرَةِ فَمَا مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا قَلِيلٌ (۹: ۳۸)، وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ (۶: ۳۲)، وَ أَعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَ زِينَةٌ وَ تَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَ تَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَ الْأَوْلَادِ (۵۷: ۲۰). شاید دلیل اینکه خداوند این همه جهان مادی را کم ارزش و زندگی دنیوی را بازیچه معرفی می‌کند دو جهت داشته باشد یکی اینکه چون انسان‌ها به‌طور طبیعی دنبال دنیا هستند، ضرورت ایجاب می‌کند که دیدگاه‌شان نسبت به دنیا تعدیل شود و دیگر اینکه وقتی انسان‌ها بدانند که دنیا ارزش واقعی ندارد و در مقابل حیات جاودان بی‌ارزش است زیاد وابسته دنیا نمی‌شوند و می‌توانند از آن دل بکنند و فریب مظاهر دنیا را نخورند.

مؤلفه دیگری که به آن پرداخته می‌شود «دنیا عامل غرور و غفلت» است. محبت به دنیا باعث می‌شود انسان دچار غرور و غفلت شود

و از هدفی که برای آن خلق شده جا بماند که آیات: *أُولَئِكَ الَّذِينَ لَيْسَ لَهُمْ فِي الْآخِرَةِ إِلَّا النَّارُ وَ حِطَّ مَا صَعَوْا فِيهَا وَ بَاطِلٌ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (۱۶: ۱۱)*، و *مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ (۵۷: ۲۰)*، *إِنَّ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَ رَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ اطْمَأَنُّوا بِهَا وَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ أُولَئِكَ مَاؤَبِهِمُ النَّارُ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ (۱۰: ۸)* به خصلت غرور و غفلت از دنیا اشاره دارند و مؤمنین را بر حذر می‌دارد که دچار غرور و غفلت نشوند. به نظر برخی مفاهیم اخلاقی و ارزشی از جمله زهدگرایی و قناعت‌ورزی می‌تواند برای استفاده بهتر از دنیا و ایجاد روحیه تاب‌آوری بسیار کمک‌کننده باشد؛ تا آنجا که جا دارد به رابطه زهد و قناعت با تاب‌آوری به گونه مستقل پرداخته شود.

توحید باوری: توحید از مهم‌ترین آموزه‌های اسلامی و زیربنای تمام ادیان آسمانی به حساب می‌آید و با اینکه واژه توحید در قرآن به صراحت نیامده ولی هدف همه پیامبران گسترش تفکر توحیدی در بین مردم بوده است، کما اینکه پیامبر اسلام (ص) با بیان جمله (قولوا لا اله الا الله تفلحوا) اولین شعار خویش را برافراشتن پرچم توحید معرفی کردند. توحید باوری نخستین مضمون فراگیری بود که از آیات قرآن به دست آمد به این صورت که آیات مرتبط با توحید گردآوری و مضامین پایه آن استخراج گردید و ۱۰ کد محوری (توحید انسجام اندیشه، توحید و آرامش، الگوی توحیدی، توحید در خالقیت، توحید در عبودیت و توحید در ربوبیت، توحید در مالکیت، توحید در رازقیت، توحید و تسلیم در برابر تقدیر و توحید ریشه درخت ایمان) به دست آمد که در جدول ۳ ارائه شد و در نوبت بعد در ۴ مضمون سازمان‌دهنده (توحید ذاتی، توحید افعالی، توحید عبادی و آثار توحید باوری) در شبکه مضامین جانمایی و در جدول ۴ ارائه شد.

جدول ۳: کدگذاری محوری توحید باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری

کد محوری	کدباز	نشانه
توحید انسجام اندیشه	- توحید رمز انسجام اندیشه - راحتی در بندگی یک شخص - ارباب متعدد مایه دردسر	ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا رَجُلًا فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَاكِسُونَ وَ رَجُلًا سَلَمًا لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَثَلًا الْحَمْدُ لِلَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ: خداوند مثالی زده است: مردی را که مملوک شریکانی است که درباره او پیوسته با هم به مشاجره مشغولند و مردی که تنها تسلیم یک نفر است آیا این دو یکسانند؟ حمد، مخصوص خداست، ولی بیشتر آنان نمی‌دانند (۳۹: ۲۹).
توحید و آرامش	- آرامش قلب، تحت قدرت خدا - امدادهای الهی منشأ آرامش روحی - برخورداری اصحاب کهف از آرامش - خدا منشأ آرامش قلب اصحاب کهف - قلب، کانون و محل آرامش	وَ رَبَطْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ إِذْ قَامُوا فَقَالُوا رَبُّنَا رَبُّ السَّمَوَاتِ وَ الْأَرْضِ لَنْ نَدْعُوَ مِنْ دُونِهِ إِلَهًا لَقَدْ قُلْنَا إِذَا شَطَطًا: دل‌هایشان را محکم ساختیم در آن هنگام که قیام کردند و گفتند: پروردگار ما، پروردگار آسمان‌ها و زمین است؛ هرگز غیر او معبودی را نمی‌خوانیم؛ که اگر چنین کنیم، سخنی گزاف گفته‌ایم (۱۸: ۱۴).
الگوی توحیدی	- ابراهیم (ع)، الگویی توحیدی - اعتقاد به ربوبیت خدا زمینه توکل - انحصار و اختصاص توکل به خدا - ربوبیت خدا مقتضی توکل به او	قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَ الَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لَقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَءُؤُا مِنْكُمْ وَ مِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ: برای شما سرمشق خوبی در زندگی ابراهیم و کسانی که با او بودند وجود داشت، در آن هنگامی که به قوم (مشرک) خود گفتند: ما از شما و آنچه غیر از خدا می‌پرستید بیزاریم (۶۰: ۴).
توحید در خالقیت	- اعتقاد به یگانگی خدا زمینه توکل - خالقیت زمینه‌ای برای توکل - جهان‌بینی توحیدی	ذَلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ فَاعْبُدُوهُ وَ هُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ: (آری) این است پروردگار شما هیچ معبودی جز او نیست؛ آفریدگار همه چیز است؛ او را بپرستید و او نگهدار و مدبر همه موجودات است (۶: ۱۰۲).
توحید در عبودیت	- اعراض از توحید، عذاب در رستاخیز - بی‌تأثیری دعاء به درگاه غیر خدا - پرستش غیر خدا عامل عذاب الهی	فَلَا تَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ فَتَكُونُ مِنَ الْمَعْذِينَ: (ای پیامبر) هیچ معبودی را با خداوند مخوان که از معذبین خواهی بود (۲۶: ۲۱۳).
توحید در ربوبیت	- اعتقاد به ربوبیت خدا - ربوبیت خدا مقتضی عبادت - راه راست تعبیری از یگانه‌پرستی - تدبیر انسان در دست خدا - آثار ایمان به قضاء و قدر - کفایت خدا در تمام امور، عامل توکل - انحصار و اختصاص توکل به خدا	إِنَّ اللَّهَ هُوَ رَبِّي وَ رَبُّكُمْ فَاعْبُدُوهُ هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ: خداوند پروردگار من و پروردگار شماست؛ (تنها) او را پرستش کنید که راه راست همین است (۴۳: ۶۴). فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ: اگر آن‌ها (از حق) روی بگردانند، (نگران مباش) بگو: «خداوند مرا کفایت می‌کند؛ هیچ معبودی جز او نیست؛ بر او توکل کردم؛ و او صاحب عرش بزرگ است» (۹: ۱۲۹).

ادامه جدول ۳: کدگذاری محوری توحید باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری

کد محوری	کد باز	نشانه
توحید در مالکیت	- مالک السماوات و الارض - الوحدانیة فی الأفعال - فقر موجودات و غناى خدا	لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَإِنَّ إِلَهَهُ لَكُنَّ الْغَنَى الْحَمِيدُ: آنچه در آسمان‌ها و آنچه در زمین است از آن اوست؛ و خداوند بی‌نیاز و شایسته هر گونه ستایش است (۶۴: ۲۲).
توحید در رازقیت	- خدا، منشأ تأمین روزی همه موجودات - الوہیت مقتضای تأمین رزق انسان - تضمین روزی از سوی خدا - تأمین روزی، زمینه‌ساز توکل به خدا	و كَآيِنَ مَنْ دَابَّةٌ لَا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ: چه بسا جنبنده‌ای که قدرت حمل روزی خود را ندارد، خداوند او و شما را روزی می‌دهد؛ و او شنوا و داناست (۶۰: ۲۹).
توحید و تسلیم در برابر تقدیر	- قانون‌مندی قضاء و قدر - عدم إصابه مصیبه به غیر اذن الله - وقوع بلايا در قلمرو اذن الهی	ما أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِهِ اللَّهُ يَهْدِ قَلْبَهُ: هیچ مصیبتی رخ نمی‌دهد مگر به اذن خدا! و هر کس به خدا ایمان آورد، خداوند قلبش را هدایت می‌کند؛ و خدا به هر چیز داناست (۶۴: ۶۴).
توحید ریشه درخت ایمان	- تشبیه ایمان به درخت طیب - تشبیه توحید به درختی ریشه‌دار و استوار - استفاده قرآن از تمثیل، برای بیان توحید	أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ: آیا ندیدی چگونه خداوند «کلمه طیب» (و گفتار پاکیزه) را به درخت پاکیزه‌ای تشبیه کرده که ریشه آن (در زمین) ثابت و شاخه اندر آسمان است؟ (۱۴: ۲۴).

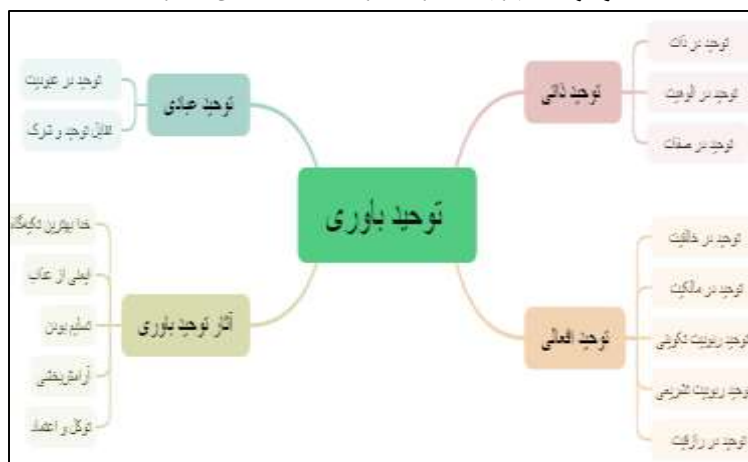
جدول ۴: اختصاص کدها به مضامین مربوط به توحید باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری

بُعد	فراگیر	سازمان‌دهنده	مضامین پایه	نشانه
عوامل شناختی	توحید باوری	توحید ذاتی	توحید در ذات	ذَلِكَ بَأْنِ اللَّهِ هُوَ الْحَقُّ وَ أَنَّهُ يُحْيِي الْمَوْتَى (۶: ۲۲)
			توحید در الوهیت	هُوَ الْوَلَدُ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ (۵۷: ۳)
			توحید ذاتی	اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ (۲: ۲۵۵)
				هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ (۵۹: ۲۲)
			توحید در صفات	هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يَسْبَحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (۵۹: ۲۳ و ۲۴)
			توحید در خالقیت	وَلَمَّا سَأَلْتَهُمْ مَنْ خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ لَيَقُولُنَّ اللَّهُ قُلِ الْحَمْدُ لِلَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ (۳۱: ۲۵)
				ذَلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ فَاعْبُدُوهُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ (۶: ۱۰۲)
		توحید افعالی	توحید در مالکیت	قُلِ اللَّهُ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ وَهُوَ الْوَاحِدُ الْقَهَّارُ (۱۳: ۱۶)
				لَهُ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِلَى اللَّهِ تُرْجَعُ الْأُمُورُ (۵۷: ۵)
			توحید در ربوبیت تکوینی	لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ (۲: ۲۵۵)
				ءَارْبَابٌ مُتَفَرِّقُونَ خَيْرٌ أَمْ اللَّهُ الْوَحْدُ الْقَهَّارُ (۱۲: ۳۹)
			توحید در ربوبیت تشریعی	لَوْ كَانَ فِيهِ مَا آلِهَةٌ إِلَّا اللَّهُ لَفَسَدَتَا فَسُبْحَانَ اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ عَمَّا يَصِفُونَ (۲۱: ۲۲)
			توحید در رازقیت	إِنَّ الْحُكْمَ إِلَّا لِلَّهِ (۱۲: ۴۰)
				هَلْ مِنْ خَالِقٍ غَيْرُ اللَّهِ يَرْزُقُكُمْ مِنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ (۳: ۳۵)

ادامه جدول ۴: اختصاص کدها به مضامین مربوط به توحید باوروری در بُعد شناختی تاب‌آوری

بُعد	فراگیر	سازمان‌دهنده	مضامین پایه	نشانه
عوامل شناختی	توحید باوری	توحید افعالی	توحید در رازقیت	قُلْ مَنْ يَرْزُقُكُمْ مِنَ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ أَمَّنْ يَمْلِكُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصَارَ وَ مَنْ يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَ يُخْرِجُ الْمَيِّتَ مِنَ الْحَيِّ وَ مَنْ يَدْبِرُ الْأُمُورَ فَسَيَقُولُونَ اللَّهُ فَقُلْ أَفَلَا تَتَّقُونَ (۱۰: ۳۱)
				فَلَا تَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ فَتَكُونَ مِنَ الْمَعْدِينِ (۲۶: ۲۱۳).
				وَ مَا أَرْسَلْنَا مِنْ قَبْلِكَ مِنْ رَسُولٍ إِلَّا نُوحِي إِلَيْهِ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدُونِ (۲۱: ۲۵)
				إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَ إِيَّاكَ نَسْتَعِينُ (۱: ۵)
		توحید عبادی	شرک در عبودیت انسان‌محوری	اعْبُدُوا اللَّهَ رَبَّي وَ رَبَّكُمْ إِنَّهُ مَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِ الْجَنَّةَ وَ مَا وَبَّهَ النَّارُ وَ مَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ (۵: ۷۲)
				أَفَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَ خَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَ قَلْبِهِ وَ جَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ (۲: ۲۳)
				مَثَلُ الَّذِينَ اتَّخَذُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ أَوْلِيَاءَ كَمَثَلِ الْغَنَكَبُوتِ أَتَّخَذَتْ بَيْتًا وَ إِنْ أَوْهَنَ الْبُيُوتُ لَبِيتُ الْغَنَكَبُوتِ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ (۲۹: ۴۱)
				وَ قَالَ الْمَسِيحُ بَنِي إِسْرَءِيلَ اعْبُدُوا اللَّهَ رَبَّي وَ رَبَّكُمْ إِنَّهُ مَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِ الْجَنَّةَ وَ مَا وَبَّهَ النَّارُ وَ مَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ (۵: ۷۲)
		آثار توحید باوری	تسلیم بودن	أَنْ لَا تَعْبُدُوا إِلَّا اللَّهَ إِنِّي أَخَافُ عَلَيْكُمْ عَذَابَ يَوْمِ أَلِيمٍ (۱۱: ۲۶)
			آرامش‌بخشی	وَ رَبَطْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ إِذْ قَامُوا فَقَالُوا رَبُّنَا رَبُّ الْأَرْضِ لَنْ نَدْعُوهُ مِنْ دُونِ هَذَا إِنَّا لَقَدْ قُلْنَا إِذَا شَطَطًا (۱۸: ۱۴)
			توکل و اعتماد	فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (۹: ۱۲۹)

نمودار ۱: مفهوم‌سازی توحید باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری



سؤالی که مطرح می‌شود این است که چگونه و به چه دلیل توحید به‌عنوان مضمون فراگیر انتخاب گردید یا اینکه چگونه معرفت توحیدی به تاب‌آوری منجر می‌شود. آیات فراوانی در قرآن به مبحث توحید پرداخته که به مضامین پایه توحید در ذات، صفات، خالقیت، مالکیت، ربوبیت، رازقیت و عبادت؛ دسته‌بندی گردید و سپس در مرحله بعد به ۴ عنوان سازمان‌دهنده توحید ذاتی، توحید افعالی، تقابل شرک و توحید و آثار توحید باوری؛ در مقوله فراگیر توحید باوری رهنمون شد. از آنجا که منشأ نگرانی انسان در دو عنوان کلی قابل‌جمع است: نگرانی برای از دست دادن نعمتی که در اختیار دارد مانند سلامتی، فرزند، ثروت، موقعیت و ... و یا نگران به‌دست آوردن چیزی است. اگر فرد معتقد باشد که خداوند متعال، خالق و مالک، مدیر و مدبر جهان و انسان است؛ که تدبیر تکوینی و تشریعی و رزق موجودات جهان به‌دست اوست، دیگر نگرانی او موردی ندارد، ولی این به این معنا نیست که در انجام وظیفه کوتاهی نماید بلکه باید وظیفه دینی و عقلی و

عرفی خویش را انجام داده و نتیجه را به خدا واگذار نماید؛ و از آنجا که چنین معرفت توحیدی از عوامل شناختی تاب‌آوری محسوب می‌شود، شخصی که به چنین معرفتی رسیده باشد در برابر مشکلات و حوادث؛ تاب‌آوری بالاتری خواهد داشت. از پیامدهای شیرین توحید باوری، که آرامش‌بخشی و داشتن تکیه‌گاه قابل اعتماد و امنیت روانی و دوری از عذاب دنیوی (تنهایی، پوچی، افسردگی و ...) و اخروی است؛ برخوردار خواهند شد.

ایمان باوری: دومین مضمون فراگیری که از عوامل شناختی، مؤثر در ارتقاء تاب‌آوری تشخیص داده شد؛ مؤلفه «ایمان» هست آیات مرتبط با ایمان گردآوری و مضامین پایه آن استخراج گردید و ۱۰ کد محوری (ایمان و آرامش، ایمان دروغین، ایمان بن مایه توکل، ایمان سرمایه بهشت، ایمان مایه امیدواری، ایمان واقعی آرامش‌بخش، ایمان و امداد الهی، تلازم ایمان و عمل صالح، ایمان، زمینه پیروزی در دنیا) به‌دست آمد که در جدول ۵ ارائه شده است و در نوبت بعد در ۴ مضمون سازمان‌دهنده (ایمان مثبت، ایمان منفی، آثار ایمان و تقابل ایمان و کفر) در شبکه مضامین جانمایی و در جدول ۶ ارائه شد.

جدول ۵: کدگذاری محوری ایمان باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری

کد محوری	کدهای باز	نشانه
ایمان و آرامش	- ایمان خالص، مایه آرامش - ظلم مایه عدم امنیت - ایمان، عامل رهایی از عذاب - ایمان خالص، امنیت روانی - ظلم مایه گمراهی	الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ: (آری)، آن‌ها که ایمان آوردند و ایمان خود را با شرک و ستم نیالودند، ایمنی تنها از آن آن‌هاست؛ و آن‌ها هدایت یافتگاند (۶: ۸۲).
ایمان دروغین	- ایمان نیاوردن منافقان، بر اثر سفاقت - ادعای دروغ منافقان در ایمان به آخرت - بیماری قلب، عامل کفرورزی - کفر از اسباب گرفتاری به عذاب الهی	وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَقُولُ آمَنَّا بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَ هُمْ بِمُؤْمِنِينَ: گروهی از مردم کسانی هستند که می‌گویند: به خدا و روز رستاخیز ایمان آورده‌ایم در حالی که ایمان نیاوردند (۲: ۸).
ایمان بن مایه توکل	- ایمان، زمینه رسیدن به توکل بر خدا - توجه به کفایت خدا، زمینه توکل بر او - توکل، مایه پایداری و استقامت انسان - توکل بر خدا از صفات اهل ایمان - توکل بر خدا موجب آرامش	الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ: همان کسانی که مردم [منافق و عوامل نفوذی دشمن] به آنان گفتند: لشکری انبوه از مردم [مکه] برای جنگ با شما گرد آمده‌اند، از آنان بترسید ولی [این تهدید] بر ایمانشان افزود، و گفتند: خدا ما را پس است، و او نیکو وکیل و کارگزاری است (۳: ۱۷۳).
ایمان سرمایه بهشت	- عمل صالح، زمینه‌ساز، نزول روزی خدا - اعمال صالح، عامل، بشارت الهی - ایمان، از عوامل نیل به بهشت - ایمان، زمینه برخورداری از رزق الهی	وَبَشِّرِ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ: و کسانی را که ایمان آورده‌اند و کارهای شایسته انجام داده‌اند، مژده بده که برای آنان بهشت‌هایی است که از زیر [درختان] آن نهرها جاری است (۲: ۲۵).
ایمان مایه امیدواری	- ایمان مایه امیدواری به رحمت خدا - ایمان، از اسباب آموزش الهی	إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَتَ اللَّهِ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ: یقیناً کسانی که ایمان آوردند، و آنان که هجرت کردند و در راه خدا به جهاد برخاستند، به رحمت خدا امید دارند؛ و خدا بسیار آمرزنده و مهربان است (۲: ۲۱۸).
ایمان واقعی آرامش‌بخش	- آرامش انسان، از آثار ایمان - ایمان، از عوامل مصونیت از ترس - بر پاداشتن نماز، عامل آرامش - پرداخت زکات، از عوامل آرامش درونی - مؤمنان برخوردار از آرامش در قیامت	إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ: مسلماً کسانی که ایمان آوردند و کارهای شایسته انجام دادند، و نماز را به پا داشتند، و زکات پرداختند، برای آنان نزد پروردگارشان پاداشی شایسته و مناسب است، و نه بیمی بر آنان است و نه اندوهگین می‌شوند (۲: ۲۷۷).
ایمان و امداد الهی	- امداد به مؤمنان، جلوه ربوبیت خدا - ایمان و تقوا و استقامت در جهاد و امداد - مؤمنان، بهره‌مند از حمایت و امداد الهی	إِذْ تَقُولُ لِلْمُؤْمِنِينَ أَلَنْ يَكْفِيَكُمْ أَنْ يُبَدِّلَكُمْ بِرَكْمٍ ثَلَاثَةَ أَلْفٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ مُزْلِينَ: آن هنگام که به مؤمنان می‌گفتیم: آیا شما را بس نیست که پروردگارتان به سه هزار فرشته نازل شده شما را یاری دهد؟ (۳: ۱۲۴)
تلازم ایمان و عمل صالح	- ایمان، عامل برخورداری از پاداش‌ها - رابطه ایمان و عمل صالح - عمل صالح، قرار گرفتن در زمره صالحان	وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُدْخِلَنَّهُمْ فِي الصَّالِحِينَ: و کسانی که ایمان آوردند و کارهای شایسته انجام دادند، آن‌ها را در زمره صالحان وارد خواهیم کرد (۳۹: ۹).

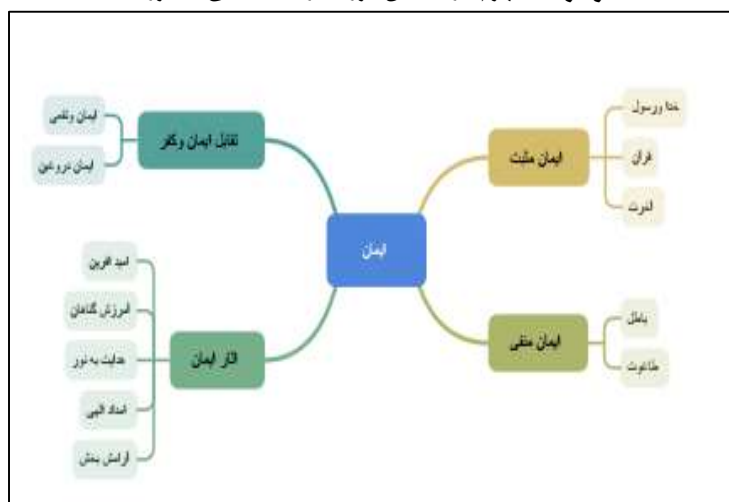
ادامه جدول ۵: کدگذاری محوری ایمان باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری

کد محوری	کدهای باز	نشانه
ایمان، زمینه پیروزی در دنیا	- ایمان به خدا در بردارنده آرامش روانی - ایمان، زمینه پیروزی در دنیا - ایمان، مستلزم پایداری در برابر دشمنان - مقاومت در جهاد از آثار ایمان	و لَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ: و [در انجام فرمان‌های حق و در جهاد با دشمن] سستی نکنید و [از پیش آمدها و حوادث و سختی‌هایی که به شما می‌رسد] اندوهگین نشوید که شما اگر مؤمن باشید، برترید (۳: ۱۳۹).

جدول ۶: اختصاص کدها به مضامین مربوط به ایمان باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری

بُعد	فراگیر	سازمان‌دهنده	مضامین پایه	نشانه
عوامل شناختی	ایمان	ایمان مثبت	ایمان به خدا و رسالت	فَآمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ الْاَنْبِيَ الْأُمِّیَّ الَّذِیْ یُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَ کَلِمَاتِهِ وَ اتَّبِعُوهُ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ (۱۵۸: ۷)
			ایمان به قرآن	ءَامَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ ءَامَنَ بِاللَّهِ (۲: ۲۸۵)
			ایمان به آخرت	فَآمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَالنُّورِ الَّذِیْ أَنْزَلْنَا وَ اللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ (۴: ۸) إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالصَّابِقُونَ وَ النَّصَارَى مِنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ وَ الْيَوْمِ الْآخِرِ وَ عَمِلُوا صَالِحًا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لَا هُمْ يَحْزَنُونَ (۵: ۶۹)
			ایمان به باطل	أَقْبَلِطِلْ یُؤْمِنُونَ وَ بِنِعْمَةِ اللَّهِ یَكْفُرُونَ (۳۹: ۶۷)
عوامل شناختی	ایمان	ایمان منفی	تکیه به طاغوت	أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ یَزْعُمُونَ أَنَّهُمْ ءَامَنُوا بِمَا نُزِّلَ إِلَیْكَ وَ مَا أَنْزَلَ مِنْ قَبْلِكَ یُرِيدُونَ أَنْ یَتَّخِذُوا إِلَى الْطَّاغُوتِ إِلَى الْأَطَاغُوتِ وَ قَدْ أُمِرُوا أَنْ یَكْفُرُوا بِهِ وَ یریدُ الشَّیْطَانُ أَنْ یُضِلَّهُمْ ضَلَالًا بَعِیدًا (۴: ۶۰)
			ایمان امیدآفرین	وَ إِذَا سَأَلَكَ عِبَادِی عَنِّی فَإِنِّی قَرِیبٌ ۖ أُجِیبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلِیَسْتَجِیْبُوا لِی وَ لَیُؤْمِنُوا بِی لَعَلَّهُمْ یرْشُدُونَ (۲: ۱۸۶)
			رفاه و آسایش دنیوی و اخروی	وَ لَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى ءَامَنُوا وَ اتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ وَلَکِن کَذَبُوا فَآَخَذْنَاهُمْ بِمَا كَانُوا یَكْسِبُونَ (۷: ۹۶)
			ایمان مایه امیدواری	إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَ الَّذِينَ هَاجَرُوا وَ جَاهَدُوا فِی سَبِيلِ اللَّهِ أُولَئِکَ یَرْجُونَ رَحْمَتَ اللَّهِ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَّحِیمٌ (۲: ۲۱۸)
		آثار ایمان	تلازم ایمان و نور هدایت به نور	اللَّهُ وَلِیُّ الَّذِينَ ءَامَنُوا یُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَ الَّذِينَ کَفَرُوا أُولَئِکَ هُمُ الْوَلِیُّونَ لِلَّذِینَ ظَلَمُوا مِنْهُم مِّنَ النَّارِ ۚ إِنَّ الظُّلُمَاتِ أَوْلَیْکَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِیْهَا خَالِدُونَ (۲: ۲۵۷)
			ایمان آرامش‌بخش	إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَ آتَوْا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لَا هُمْ یَحْزَنُونَ. (۲: ۲۷۷)
			ایمان عامل امداد الهی	إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَ آتَوْا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لَا هُمْ یَحْزَنُونَ (۲: ۲۷۷)
			ایمان واقعی مایه ترسیدن	و لَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (۳: ۱۳۹)
تقابل ایمان و کفر			ایمان دروغین	وَمِنَ النَّاسِ مَن یَقُولُ ءَامَنَّا بِاللَّهِ وَ بِالْیَوْمِ الْآخِرِ وَ مَا هُمْ بِمُؤْمِنِینَ (۲: ۸)

نمودار ۲: مفهوم‌سازی ایمان باوری در بُعد شناختی تاب‌آوری



از منظر قرآن کریم ایمان نقش تأثیرگذاری در تاب‌آوری دارد. ایمان، بنیادی‌ترین اصل اسلامی و مهم‌ترین سرمایه برای کامیابی مادی و معنوی و زندگی پاک دنیوی و اخروی انسان است. قرآن کریم به صراحت اعلام کرده است که قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ (۹۸: ۱) حقیقتاً مؤمنان [راستین] کامیاب شدند. باور قلبی همراه با تأیید عملی نشانه ایمان راستین است. قلب انسان، جایگاه باورها و اندیشه‌های اوست. گاهی باورها، به عمق جان راه می‌یابند و با جان انسان عجین می‌شوند، در پی چنین باورهایی، اعمال مناسبی از اعضا و جوارح انسان سر می‌زند؛ بنابراین، نشانه و علامت راه‌یابی باورها به قلب، اعمالی است که از انسان سر می‌زند. لذا در آیات متعددی از قرآن، ایمان همراه با عمل آمده است. در برخی احادیث، برای تفسیر ایمان به این نکته توجه شده است. از نگاه این احادیث، به باورهای قلبی که با عمل‌های مناسب با آن‌ها تأیید شوند، ایمان گفته شده است. بر پایه این تفسیر، عملی که با باور همسو نباشد و به عمل در نیاید از حقیقت ایمان خارج است و تنها نشانه ایمان است (Mohammadi Rishahri & Fallahzadeh, 2017).

از نگاه قرآن، ایمان دارای دو سطح می‌باشد سطح ظاهری که به آن ایمان عاریتی (مستودع) می‌گویند و ایمان عمیق که از آن به «مستقر» تعبیر می‌شود؛ که در آیه شریفه وَ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ فَمُسْتَقَرٌّ وَمُسْتَوْدَعٌ؛ و اوست که شما را از یک نفس آفرید؛ پس [برخی از شما] مستقر است و [برخی] به ودیعت نهاده شده، به آن دو اشاره شده است. در احادیث اهل بیت (ع) هم، ایمان به دو گونه پایدار و ناپایدار تقسیم می‌شود. ایمان پایدار، آن است که با جان مؤمن آمیخته گردد و چون یاور همراه، در سرتاسر زندگی و در لحظه مرگ از او جدا نگردد. چنین باوری، پس از مرگ، در عالم قبر و در صحنه قیامت از انسان جدا نمی‌شود و در زندگی جاویدان اخروی، او را همراهی می‌کند. چنانچه مؤمن، پس از دستیابی به ایمان، به باورهای خود پشت کند و گوهر ایمان را از کف بدهد، ایمان او ناپایدار خواهد بود. ایمان ناپایدار، آن است که انسان در آغاز، گوهر ایمان را در صدف جان پرورش دهد؛ ولی پس از مدتی، دست از ایمان بردارد و توفیق ایمان از او گرفته شود.

مسئله پایداری و ناپایداری ایمان، در سرنوشت انسان‌ها تأثیر به‌سزایی دارد و اهل ایمان باید بر پایداری ایمان همت گمارند تا ایمان، در قبر و قیامت، آنان را همراهی کند و از آن‌ها جدا نشود. با توجه به اهمیت مطلب، اهل بیت (ع) همواره به مردم درباره نگهداری ایمان و ثبات قدم در ایمان هشدار دادند و به آن دعوت کرده‌اند. در احادیث، از ایمان پایدار به «ایمان مستقر» و از ایمان ناپایدار به «ایمان مستودع» یاد شده است. ایمان مستقر، ایمانی است که در جان انسان، قرار و آرام دارد و ایمان مستودع، ایمانی است که چند روزی در جان انسان به امانت نهاده‌اند و سرانجام، باز پس گرفته می‌شود. گویا ایمان، موهبتی است که خداوند در نزد مؤمن به امانت می‌گذارد و چنانچه شایستگی امانت‌داری از این گوهر گران‌بها را در او نبیند، آن را پس می‌گیرد (Samani et al., 2007).

بنابراین انسان به توصیه قرآن کریم که می‌فرماید: يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا ءَامِنُوْا بِاللّٰهِ وَ رَسُوْلِهِ وَ الْكِتٰبِ الَّذِيْ نَزَّلَ عَلٰی رَسُوْلِهِ وَ الْكِتٰبِ الَّذِيْ اَنْزَلَ مِنْ قَبْلُ وَ مَنْ يَكْفُرْ بِاللّٰهِ وَ مَلٰٓئِكَتِهٖ وَ رَسُوْلِهِ وَ الْيَوْمِ الْاٰخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلٰلًا بَعِيْدًا؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، ایمان آورید به خدا و پیامبرش و کتابی که فرو فرستاده است پیش از این و هر که کفر بورزد به خدا و فرشتگانش و کتاب‌هایش و پیامبرانش و روز واپسین بی‌شک گمراه شده است گمراهی دور و درازی (۴: ۱۳)، باید تلاش کند تا روزه‌روز ظرفیت ایمان خویش نسبت به خدا و پیامبر و قرآن را بیشتر کند. ولی این‌که چه نسبتی بین ایمان و تاب‌آوری وجود دارد بدین جهت است که ایمان می‌تواند به انسان در یافتن معنا و هدف‌دار کردن زندگی حتی در شرایط سخت کمک کند و به‌عنوان منبع امیدبخش و قدرت آفرین انسان مؤمن را در غلبه بر مشکلات یاری رساند.

تقریباً همه انسان‌ها به چیزی ایمان دارند، چرا که ایمان امری فطری است برخی ایمان‌ها مثبت و به تعبیری مستقر هستند ولی برخی ایمان‌ها منفی و بی‌اثر و به عبارت دیگر برخی ایمان‌ها راستین و برخی دروغین است. لذا نمی‌توان از هر دو قسم ایمان، تاب‌آوری را انتظار داشت. بنابراین اگر ایمان راستین و واقعی باشد مایه آرامش در زندگی و عامل برخورداری از امداد غیبی خواهد بود و اگر ایمان به قدرت‌های طاغوتی و واهی باشد اثری واقعی نخواهد داشت.

باور به قضا و قدر علمی خداوند: یکی دیگر از مفاهیمی که جنبه شناختی دارد و می‌تواند به لحاظ شناختی آن را در تاب‌آوری مؤثر دانست مؤلفه قضا و قدر است که بعد از توحید و ایمان پرداختن به آن ارجحیت دارد، هست آیات مرتبط به قضا و قدر گردآوری و مضامین پایه آن استخراج گردید و ۶ کد محوری (علم به اعماق تاریک زمین، مرگ هر انسانی مقدر شده نزد خدا، تقدیر مصیبت از طرف خدا، خدا زمامدار مرگ و حیات، تنگی و گشادی روزی دست خدا و تقدیر روزی انسان‌ها به وسیله خدا) به دست آمد که در جدول ۷ ارائه شده است و در نوبت بعد در ۴ مضمون سازمان‌دهنده (مرگ و حیات انسان به دست خدا، بلا و مصیبت مقرر شده، مشیت الهی و لوح محو و اثبات) در شبکه مضامین جانمایی و در جدول ۸ ارائه شد.

جدول ۷: کدگذاری محوری قضا و قدر در بُعد شناختی تاب‌آوری

کد محوری	کدهای باز	نشانه
علم به اعماق تاریک زمین	- علم محیط خداوند - کلید امور به دست خدا - آگاهی خدا به اعماق تاریک زمین - ثبت همه چیز در دیوان نظام هستی	وَ عِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ وَ يَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ وَ مَا تَسْقُطُ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا يَعْلَمُهَا وَ لَا حَبَّةٌ فِي ظِلْمَاتِ الْأَرْضِ وَ لَا رَطْبٌ وَ لَا يَأْسُ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ: کلیدهای غیب، تنها نزد اوست؛ و جز او، کسی آن‌ها را نمی‌داند او آنچه را در خشکی و دریاست می‌داند؛ هیچ برگ (از درختی) نمی‌افتد، مگر اینکه از آن آگاه است؛ و نه هیچ دانه‌ای در تاریکی‌های زمین، و نه هیچ تر و خشکی وجود دارد، جز اینکه در کتابی آشکار [در کتاب علم خدا] ثبت است (۶: ۵۹).
مرگ هر انسانی، مقدر شده نزد خدا	- القضاء و القدر - مرگ و زندگی دست خدا - روح، مجرد و باقی پس از مرگ - سرنوشت افراد و جامعه‌ها - مرگ هر انسانی، مقدر شده نزد خدا - البسیر علی الله - تقدیر المصیبه من الله - مرگ هر انسانی، مقدر شده نزد خدا قضای الهی در حوادث، موجب آرامش - قضاء و قدر، عامل رفع اندوه	وَ هُوَ الَّذِي يُتَوَفَّيْكُمْ بِاللَّيْلِ وَ يَعْلَمُ مَا جَرَحْتُمْ بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثْكُمْ فِيهِ لِبُقْصَى أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ إِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ: او کسی است که (روح) شما را در شب (به هنگام خواب) می‌گیرد؛ و از آنچه در روز کرده‌اید، با خبر است؛ سپس در روز شما را (از خواب) بر می‌انگیزد؛ و (این وضع هم چنان ادامه می‌یابد) تا سرآمد معینی فرا رسد؛ سپس بازگشت شما به سوی اوست؛ و سپس شما را از آنچه عمل می‌کردید، با خبر می‌سازد (۶: ۶۰). مَا أَصَابَ مِنْ مُّصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَ لَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا أَنْ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ: هیچ مصیبتی (ناخواسته) در زمین و نه در وجود شما روی نمی‌دهد مگر اینکه همه آن‌ها قبل از آن که زمین را بی‌آفرینیم در لوح محفوظ ثبت است؛ و این امر برای خدا آسان است (۵۷: ۲۲).
تنگی و گشادی روزی دست خدا	- سرای آخرت بهتر از دنیا - تقدیر روزی انسان‌ها، به وسیله خدا - تنگی و گشادی روزی دست خدا	اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَ يَقْدِرُ وَ فَرَحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ: خداوند روزی را برای هر کس از بندگانش بخواهد گسترده می‌کند، و برای هر کس بخواهد محدود می‌سازد؛ خداوند به همه چیز داناست (۲۹: ۲۶).
تقدیر مصیبت از طرف خدا	- انحصار و اختصاص توکل به خدا - ایمان به مقدرات الهی، مستلزم توکل - تقدیر مصیبت از طرف خدا - توکل موجب آسانی تحمل مصیبت‌ها - گرفتاری‌ها، از پیش تعیین شده - القضاء و القدر - انحصار و اختصاص توکل به خدا - مقدرات الهی، زمینه‌ساز توکل - مقدر بودن مصائب از سوی خدا	قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَ عَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ: بگو: هیچ حادثه‌ای برای ما رخ نمی‌دهد، مگر آنچه خداوند برای ما نوشته و مقرر داشته است؛ او مولا (و سرپرست) ماست؛ و مؤمنان باید تنها بر خدا توکل کنند (۹: ۵۱). قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَ عَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ: بگو: هرگز به ما جز آنچه خدا لازم و مقرر کرده، نخواهد رسید، او سرپرست و یار ماست و مؤمنان فقط باید بر خدا توکل کنند (۹: ۵۱).

ادامه جدول ۷: کدگذاری محوری قضا و قدر در بُعد شناختی تاب‌آوری

کد محوری	کدهای باز	نشانه
خدا، زمامدار مرگ و حیات	- آرمان و بینش توحیدی راز مقاومت - خدا، زمامدار مرگ و حیات - هیچ چیز مانع مرگ نیست - انسان، فاقد اختیار مرگ خود - حل مسأله مرگ و توکل، راز شجاعت - نتیجه و ثمره اعمال دنیایی در آخرت - مرگ موجودات در انحصار خدا - مبدأ و معاد در پیوندی تنگاتنگ - القضاء و القدر	أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكُكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشِيدَةٍ: هر جا باشید، مرگ شما را در می‌یابد؛ هر چند در برج‌های محکم باشید! (۴: ۷۸). وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كَتَبَ مُّوَجَّلًا: هیچ کس، جز به فرمان خدا، نمی‌میرد؛ سرنوشتی است تعیین‌شده؛ بنابراین، مرگ پیامبر یا دیگران، یک سنت الهی است (۳: ۱۴۵). نَحْنُ قَدَرْنَا بَيْنَكُمْ الْمَوْتَ وَمَا نَحْنُ بِمَسْبُوقِينَ: ما در میان شما مرگ را مقدر ساختیم؛ و هرگز کسی بر ما پیشی نمی‌گیرد (۵۶: ۶۰).
	- اختصاص خزائن زمین، به خدا - زیادی ثروت مایه سرکشی - قانونمند بودن رزق انسان، از سوی خدا - مرگ هر انسان، معلوم نزد خدا - تأمین نیازهای زندگی نشانه تدبیر حق - تقدیر روزی انسان‌ها، به‌وسیله خدا - نزول نعمت‌ها و نعمت‌ها	وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا عِنْدَنَا خَزَائِنُهُ وَمَا نُنْزِلُهُ إِلَّا بِقَدَرٍ مَّعْلُومٍ: و خزائن همه چیز، تنها نزد ماست؛ ولی ما جز به اندازه معین آن را نازل نمی‌کنیم (۱۵: ۲۱). وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ وَلَكِنْ يُنْزِلُ بِقَدَرٍ مَا يَشَاءُ إِنَّهُ بِعِبَادِهِ خَبِيرٌ بَصِيرٌ: هرگاه خداوند روزی را برای بندگانش وسعت بخشد، در زمین طغیان و ستم می‌کنند؛ از این رو به مقداری که می‌خواهد (و شوری مصلحت می‌داند) نازل می‌کند، که نسبت به بندگانش آگاه و بیناست (۴۲: ۲۷). وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا عِنْدَنَا خَزَائِنُهُ وَمَا نُنْزِلُهُ إِلَّا بِقَدَرٍ مَّعْلُومٍ: و خزائن همه چیز، تنها نزد ماست؛ ولی ما جز به اندازه معین آن را نازل نمی‌کنیم (۱۵: ۲۱).

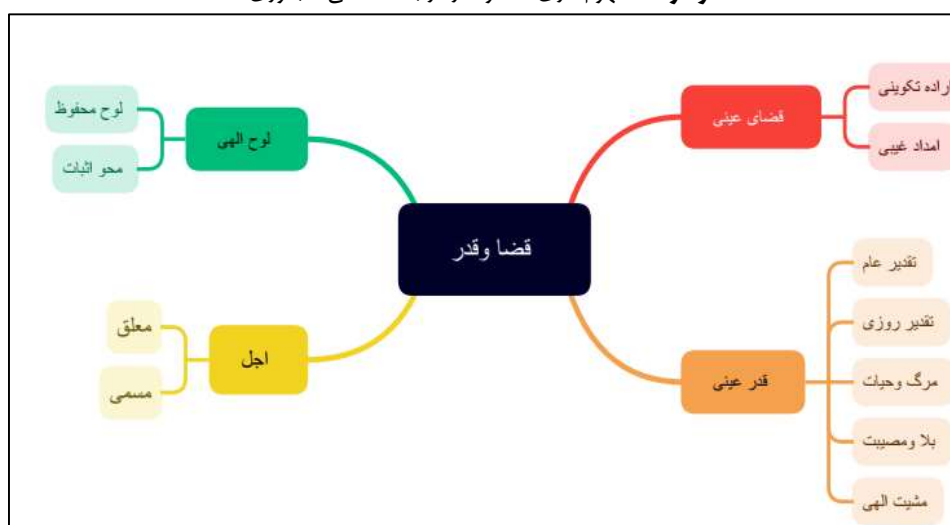
جدول ۸: اختصاص کدها به مضامین مربوط به قضا و قدر در بُعد شناختی تاب‌آوری

بُعد	فراگیر	سازمان‌دهنده	مضامین پایه	نشانه
شناختی پیشابندی	قضا و قدر الهی	تقدیر عام در خلقت	اراده تکوینی خدا	بَدِيعُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِذَا قَضَىٰ أَمْرًا فَإِنَّمَا يَقُولُ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ (۲: ۱۱۷) قَالَ كَذَلِكَ اللَّهُ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ إِذَا قَضَىٰ أَمْرًا فَإِنَّمَا يَقُولُ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ (۳: ۴۷) مَا كَانَ لِلَّهِ أَنْ يَتَّخِذَ مِنْ وَلَدٍ سُبْحَانَهُ إِذَا قَضَىٰ أَمْرًا فَإِنَّمَا يَقُولُ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ (۱۹: ۳۵)
				إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْءًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ (۳۶: ۸۲) وَلَكِنْ لِّيَقْضِيَ اللَّهُ أَمْرًا كَانَ مَفْعُولًا لِّيَهْلِكَ مَنْ هَلَكَ عَنْ بَيِّنَةٍ وَيحْيَىٰ مَنْ حَىٰ عَنْ بَيِّنَةٍ (۸: ۴۲)
				لِّيَقْضِيَ اللَّهُ أَمْرًا كَانَ مَفْعُولًا وَإِلَى اللَّهِ تُرْجَعُ الْأُمُورُ (۸: ۴۴) إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ (۵۴: ۴۹)
				أَلَدَىٰ لَهُ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَرَهُ تَقْدِيرًا (۲۵: ۲) إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا (۶۵: ۳)
شناختی پیشابندی	قدر عینی	تقدیر روزی انسان	غیرحتمی	وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا عِنْدَنَا خَزَائِنُهُ وَمَا نُنْزِلُهُ إِلَّا بِقَدَرٍ مَّعْلُومٍ (۱۵: ۲۱) وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ وَلَكِنْ يُنْزِلُ بِقَدَرٍ مَا يَشَاءُ إِنَّهُ بِعِبَادِهِ خَبِيرٌ بَصِيرٌ (۴۲: ۲۷) اللَّهُ يَسِطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَبِقَدَرٍ وَفَرَحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ (۱۳: ۲۶) إِنَّ رَبَّكَ يَسِطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَبِقَدَرٍ إِنَّهُ كَانَ بِعِبَادِهِ خَبِيرًا بَصِيرًا (۱۷: ۳۰)
				وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كَتَبَ مُّوَجَّلًا (۳: ۱۴۵) فِيهِ لِيُقْضَىٰ أَجَلٌ مُّسَمًّى ثُمَّ إِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ (۶: ۶۰)
				وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كَتَبَ مُّوَجَّلًا (۳: ۱۴۵)

ادامه جدول ۸: اختصاص کدها به مضامین مربوط به قضا و قدر در بُعد شناختی تاب‌آوری

بُعد	فراگیر	سازمان‌دهنده	مضامین پایه	نشانه
شناختی پیشابندی	قضا و قدر الهی	غیر حتمی	مرگ و حیات	فِيهِ لِيُقْضَىٰ أَجَلٌ مُّسَمًّى ثُمَّ إِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ (۶۰: ۶)
			انسان به دست خدا	نَحْنُ قَدَرْنَا بَيْنَكُمْ الْمَوْتَ وَ مَا نَحْنُ بِمُسْبِقِينَ (۵۶: ۶۰)
				مَا أَصَابَ مِنْ مُّصِيبَةٍ فِی الْأَرْضِ وَلَا فِی أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِی كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (۵۷: ۲۲)
			بلا و مصیبت مقرر شده	قُلْ لَّنْ يُصِيبُنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَ عَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ (۵۱: ۹)
				مَا أَصَابَ مِنْ مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَ مَنْ يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ (۶۴: ۱۱)
			مشیت الهی	قُلْ لَّنْ يُصِيبُنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَ عَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ (۵۱: ۹)
			لوح محو و اثبات	وَمَا تَشَاءُونَ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا حَكِيمًا (۷۶: ۳۰)
				يَمْحُوا اللَّهُ مَا يَشَاءُ وَيُثَبِّتُ وَ عِنْدَهُ أُمُّ الْكِتَابِ (۱۳: ۳۹)

نمودار ۳: مفهوم‌سازی قضا و قدر در بُعد شناختی تاب‌آوری



قضا و قدر که در زبان روزمره از آن به تقدیر و سرنوشت یاد می‌شود به معنای این است که هر شخص دین‌دار باید اراده و سلطنت حق تعالی را در عالم بپذیرد. در نهایت از آنجا که نسبت بین قضا و قدر و اختیار انسان دارای پیچیدگی‌های خاصی است، دیدگاه‌های متفاوتی در این باب توسط دانشمندان اسلامی ابراز شده است. گروهی درباره قضا و قدر جنبه افراط را پیموده و سلطنت الهی را مطلق دانسته که شامل همه چیز حتی افعال انسان هم می‌شود که طرفداران این تفکر اشاعره نامیده می‌شوند. گروه دیگری مدعی شده‌اند که درباره افعال؛ خداوند به انسان تفویض اختیار کرده تا هر کاری را که بخواهد، بتواند انجام دهد در چنین صورتی است که اختیار انسان مخدوش نمی‌گردد؛ این گروه معتزله، نامیده شده‌اند.

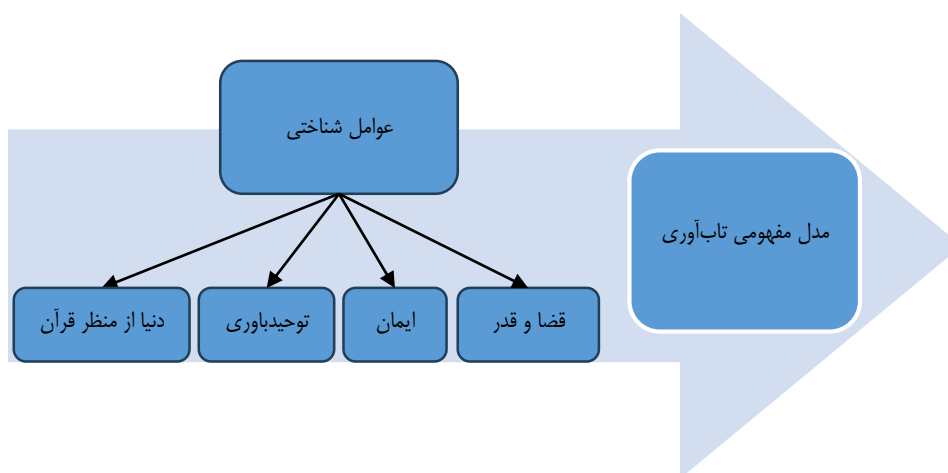
دیدگاه دیگر مربوط به حکما و متکلمان شیعه است که با رهنمود عقل از یک‌سو و کمک گرفتن از روایات اهل بیت (ع) از سوی دیگر؛ که فرموده‌اند لاجبر ولا تفویض بل امر بین الامرین (Majlisi, 2024) انسان را نه ابزاری دانسته که هیچ اختیاری از خود ندارد و نه رها شده دانسته است که ادعای استقلال کند بلکه انسان موجود فقیری است که هم خودش و هم افعال او به غیر وابسته است که در قرآن به آن اشاره شده *يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ* ای مردم، شما باید نیازمند به خدا و خداست همان بی‌نیاز ستوده (۳۵: ۱۵).

بر اساس این دیدگاه به اختیار و اراده انسان هم خلل وارد نمی‌شود. به این بیان که فعل اختیاری انسان در دو سطح معنا می‌شود یک سطح به انسان انتساب دارد و در سطح بالاتر به خداوند انتساب دارد و این دو فاعلیت در طول هم‌دیگر هستند. به عبارت دیگر اگر اراده خداوند تعلق نگیرد نه انسانی، نه عالمی، نه قدرتی نه فعلی وجود نخواهد داشت چرا که وجود همه اشیاء وابسته به خداوند هستند. کوتاه سخن اینکه فعل اختیاری انسان با قید اختیاریت مورد قضای الهی است.

اما اینکه چه نسبتی بین مفهوم قضا و قدر و تاب‌آوری برقرار است از بیانات و اشارات قرآنی مضامین پایه مثل اراده تکوینی و قاهره

خداوند، اندازه روزی و مرگ و حوادث تحت معشیت خدا قرار دارد؛ که در تحت ۳ مفهوم سازمان‌دهنده که عبارت‌اند از: قضا عینی، قدر عینی و قضا و قدر غیر حتمی جمع گردید. به این معنا که خداوند برای تدبیر عالم هستی از دو لوح و برنامه محفوظ و محو و اثبات، استفاده می‌کند که شاید بتوان ادعا کرد که لوح محفوظ همان قضای الهی و لوح محو و اثبات عبارت از قدر الهی باشد. به عبارت دیگر نقش قضا و قدر در تاب‌آوری این‌گونه قابل تبیین است که روزی و مرگ و حوادث عالم دو صورت دارد یا در مرحله قدر است که انسان می‌تواند با تضرع و استغفار و انجام عمل صالح مانع از حتمیت آن بشود. ولی اگر قضا الهی به آن تعلق گرفته باشد تحت اراده تکوینی خداست و اتفاق خواهد افتاد؛ بنابراین انسانی که به توحید باوری رسیده و جامه ایمان بر تن کرده و ایمان او به مرتبه یقین رسیده درباره پیامدهای ناگوار زندگی دو تحلیل دارد به این بیان که یا آن حوادث را پیامد رفتار خودش می‌داند که دامن‌گیر او شده که در این صورت باید با استغفار و توسل آثار اخروی آن را مرتفع نماید. یا اینکه خداوند برای آزمایش و ابتلای او این شرایط را به وجود آورده که در هر دو حالت به تاب‌آوری فرد مؤمن خواهد انجامید.

نمودار ۴: مدل مفهومی عوامل شناختی تاب‌آوری در قرآن کریم



بحث

آیات قرآن کریم بر ابعاد معنوی، اعتقادی و هستی‌شناسی انسان برای تقویت تاب‌آوری تأکید دارند. بر اساس یافته‌ها، قرآن کریم دنیا را به عنوان عرصه‌ای گذرا و آزمونی برای انسان معرفی می‌کند و «مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ» (۳: ۱۸۵). این نگاه، پایه‌ای برای تاب‌آوری معنوی است، زیرا افراد با درک موقتی بودن سختی‌ها، انگیزه بیشتری برای تحمل دشواری‌ها پیدا می‌کنند. این نگرش با دیدگاه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا که سختی‌ها را فرصت رشد می‌دانند (Seligman, 2004) هم‌خوانی دارد. با این حال، قرآن این مفهوم را با نگاه الهیاتی غنی‌تر می‌کند و سختی‌ها را بخشی از آزمون الهی برای تکامل روحانی می‌داند. آموزش این نگرش به عنوان بخشی از برنامه‌های تاب‌آوری معنوی می‌تواند افراد را در برابر چالش‌های زندگی مقاوم‌تر کند.

نتایج این پژوهش نشان داد که توحید، به عنوان بنیان اعتقادات اسلامی، نقش کلیدی در تقویت تاب‌آوری دارد. اعتقاد به یکتایی خداوند و قدرت مطلق او «قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ» (۱: ۱۱۲) به انسان آرامش می‌بخشد و او را از وابستگی به عوامل مادی رها می‌سازد. می‌توان این‌گونه بیان کرد که توحید باوری، احساس اطمینان و توکل را در انسان تقویت می‌کند، زیرا او به خالق یگانه‌ای باور دارد که قادر مطلق است. مطالعات متعددی در روان‌شناسی اسلامی نشان داده‌اند که توحید باوری می‌تواند منبعی قدرتمند برای مقابله با بحران‌ها باشد (Ghanbari et al., 2024). در این زمینه، آموزش اصول توحید و تقویت این باور در برنامه‌های تربیتی می‌تواند به شکل‌گیری تاب‌آوری روانی و معنوی کمک کند.

همچنین یافته‌ها حاکی از این بود که ایمان به خدا و آخرت به عنوان یک مؤلفه کلیدی در تاب‌آوری مطرح است. آیات متعددی در قرآن به این موضوع پرداخته‌اند، از جمله: «وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ» (۲: ۱۵۵). این ایمان منبع امید و صبر در مواجهه با مشکلات است. ایمان به خدا در روان‌شناسی دین به عنوان یکی از مهم‌ترین منابع تاب‌آوری معرفی شده است (Pargament, 1997). یافته‌های این پژوهش نیز این تأثیر را تأیید می‌کنند. توسعه برنامه‌های مشاوره معنوی و تقویت ایمان در جامعه می‌تواند به افزایش تاب‌آوری افراد در برابر بحران‌ها کمک کند.

همچنین بر اساس آیات قرآن، اعتقاد به قضا و قدر الهی به انسان آرامش می‌دهد، زیرا او باور دارد که همه چیز در دست خداوند است. *إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ* (۵۴: ۴۹). این نگرش، حس پذیرش و رهایی از اضطراب‌های ناشی از کنترل‌ناپذیری زندگی را به ارمغان می‌آورد. قضا و قدر به‌عنوان یکی از عوامل کلیدی تاب‌آوری، به انسان این امکان را می‌دهد که سختی‌ها را بخشی از حکمت الهی بداند. این یافته با پژوهش‌های مرتبط با معنایابی در دشواری‌ها مطابقت دارد (Curry et al., 1997). جایی که پذیرش وقایع کنترل‌ناپذیر به‌عنوان بخشی از برنامه خداوند مطرح می‌شود. تقویت این باور در برنامه‌های تربیتی می‌تواند به کاهش استرس و افزایش توان مقابله با بحران‌ها منجر شود.

این پژوهش نشان داد که تاب‌آوری در قرآن کریم ریشه در نگاه الهیاتی، معنوی و اعتقادی دارد. مضامینی همچون نگرش گذرا به دنیا، توحید باوری، ایمان و اعتقاد به قضا و قدر، همگی مؤلفه‌های کلیدی هستند که می‌توانند تاب‌آوری را از منظر قرآن تقویت کنند. یافته‌های پژوهش چارچوبی مفهومی ارائه می‌دهند که می‌تواند به‌عنوان الگویی برای توسعه برنامه‌های آموزشی و تربیتی مبتنی بر آموزه‌های قرآنی استفاده شود. بررسی این چارچوب می‌تواند به معلمان و مربیان کمک کند تا با بهره‌گیری از مفاهیم قرآنی، مهارت‌های تاب‌آوری را در دانش‌آموزان و فراگیران تقویت کرده و به آنان در مواجهه با چالش‌های زندگی یاری رسانند.

نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تدوین مدل مفهومی تاب‌آوری بر پایه آموزه‌های قرآن کریم انجام شد و تلاش داشت تا عوامل شناختی مؤثر در تاب‌آوری را از منظر قرآن شناسایی و تحلیل کند. یافته‌های پژوهش نشان داد که در مدل مفهومی تاب‌آوری قرآنی، مقوله‌ای فراگیر به نام «شناخت» وجود دارد که به‌عنوان عامل شناختی مهم در تاب‌آوری عمل می‌کند. این مقوله شامل مؤلفه‌هایی است که از لحاظ شناختی می‌توانند زمینه‌ساز تاب‌آوری باشند. نتایج پژوهش، چهار زیر مقوله کلیدی تحت عنوان «دنیا در نگاه قرآن»، «توحید باوری»، «ایمان» و «قضا و قدر» مشخص کرد. این مقوله‌ها نشان می‌دهند که تاب‌آوری از منظر قرآن، نه تنها یک واکنش روان‌شناختی، بلکه یک فرآیند معنوی است که به‌طور مستقیم با شناخت فرد از جهان، خداوند و اراده الهی مرتبط است.

یکی از مهم‌ترین ابعاد تاب‌آوری در قرآن، توحید باوری است که اثبات می‌کند جهان یک پدیده تصادفی نیست و همه رویدادهای آن تحت تدبیر الهی قرار دارد. طبق پیش توحیدی، قضا و قدر نقشی است که خداوند برای جهان طراحی کرده و حوادث در چارچوب این نقشه پیش می‌روند. از این‌رو، قضا و قدر به هیچ‌وجه به معنای جبری بودن حوادث و بی‌اختیاری انسان نیست؛ بلکه اراده و اختیار انسان نیز در این مجموعه مؤثر است. اگر انسان به مطلق بودن عالم، خیر مطلق بودن و قدرت مطلق بودن خداوند ایمان داشته باشد، هیچ نگرانی از آنچه خداوند برای او تقدیر کرده است، نخواهد داشت. این نگرش می‌تواند تأثیر قابل توجهی در ارتقاء تاب‌آوری فرد داشته و او را در برابر سختی‌ها مقاوم‌تر سازد.

این پژوهش به‌ویژه در زمینه تاب‌آوری معنوی و دینی، الگوی جدیدی را ارائه می‌دهد که می‌تواند در طراحی برنامه‌های آموزشی و تربیتی برای تقویت تاب‌آوری در جامعه اسلامی و دینی مؤثر باشد. در نهایت، تأکید بر اینکه آموزه‌های قرآنی می‌توانند به‌عنوان منابع غنی برای مقابله با بحران‌ها و تقویت تاب‌آوری استفاده شوند، می‌تواند پژوهش‌های آینده را در این زمینه گسترش دهد و کاربردهای عملی آن را در جوامع مختلف تقویت کند.

محدودیت‌ها

با توجه به چند لایه بودن معارف قرآن ممکن است پژوهشگران و مفسران در یک زمان و در یک موضوع برداشت‌های متفاوتی داشته باشند، بنابراین پژوهشگر ادعا ندارد که به همه مطالب و مفاهیم مرتبط دست‌یافته است.

پژوهش‌های آینده

در پژوهش‌های آتی، پژوهشگران به بررسی تجربی تأثیر این عوامل بر تاب‌آوری افراد در زمینه‌های مختلف فرهنگی و اجتماعی بپردازند، همچنین می‌توانند تأثیر عوامل قرآنی را بر تاب‌آوری در گروه‌های مختلف اجتماعی بررسی کنند. پژوهشی درباره تأثیر آموزه‌های قرآنی بر تاب‌آوری در شرایط استرس‌زا و بحرانی انجام دهند و به توسعه و ارزیابی برنامه‌های آموزشی تاب‌آوری بر اساس آموزه‌های قرآن بپردازند، همچنین پژوهش‌های میان فرهنگی در زمینه تاب‌آوری معنوی و تحلیل مقایسه‌ای آموزه‌های قرآن و سایر متون دینی در تقویت تاب‌آوری انجام دهند. عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در حوزه‌های دیگر از منظر قرآن کریم بررسی کنند، به مقایسه تاب‌آوری معنوی از منظر قرآن با دیدگاه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا بپردازند.

تعارض منافع

نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی را گزارش نکرده‌اند.

References

- Abbasi Zagheh, I., & Latifian, M. (2023). *تاب‌آوری و نقش آن در ارتقای سلامت روان [Resilience and its role in promoting mental health]*. Avai Noor Publishing House. (in Persian). <https://taaghche.com/book/161697>
- Abedi Ja'fari, H., Taslimi, M. S., Faghihi, A., & Sheikhzade, M. (2011). Thematic analysis and thematic networks: A simple and efficient method for exploring patterns embedded in qualitative data municipalities. *Strategic Management Thought*, 5(2), 151-198. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.23830891.1390.5.2.5.2>
- Ahmadi, K. (2020). Is the Patience the Resilience? Applied Conceptualization of Patience for Critical Situations. *Studies in Islam and Psychology*, 14(27), 163-187. https://islamicpsy.rihu.ac.ir/article_1778.html?lang=en
- Ansarian, H., Sharif Razi, M., & Bin, H. (2007). نهج‌البلاغه [Nahj al-Balagha]. Piam azadi. <https://noorlib.ir/book/info/3424/>
- Ayazi, S. A. (2023). Religiosity and social resilience in qur'anic teachings. *Mishkat*, 42(1), 64-87. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.16838033.1402.42.1.3.7>
- Burhani, E. (2012). تاب‌آوری چیست؟ [What is resilience?]. Sabz Publications. (in Persian). <https://ksapp.ir/?book=15617>
- Chami, M., Zare Bahramabadi, M., Asgharnejad, A. A. & Shiroodi, S. (2019). Developing and validating a family resilience model based on Quranic teachings. *Quran and Medicine*, 4(5), 124-135. https://www.quraniimed.com/article_192548.html?lang=en
- Curry, L. A., Snyder, C. R., Cook, D. L., Ruby, B. C., & Rehm, M. (1997). Role of hope in academic and sport achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1257-1267. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.73.6.1257>
- Ghanbari, F., Hashemi Aliabadi, S. A., & Asadzadeh kharkan, Z. (2024). The impact of practical monotheism on social resilience: Insights from allamih misbah yazdi. *Journal Ayeneh Ma'Refat*, 24(1), 84-101. <https://www.sid.ir/paper/1360717/en>
- Hosseinian, M., Shahshahani, M. S., & Adib-Hajbagheri, M. (2011). Mothers satisfaction of hospital care in the pediatric ward of kashan shahid beheshti hospital during 2010-11. *Feyz Medical Sciences Journal*, 15(2), 153-160. <http://feyz.kaums.ac.ir/article-1-1169-en.html>
- Hosseini Marost, S. H., & Farshchi Tabrizi, Y. (2014). Examining the characteristic of resilience as a requirement of an important characteristic in a healthy islamic society and factors affecting resilience. *First National Conference on Islam and Mental Health*, <https://civilica.com/doc/393825>
- Jafari Harandi, R., Nasr, A. R., & Mir Shah Jafari, S. E. (2008). Content analysis: A practical method in social sciences with an emphasis on content analysis of textbooks. *Methodology of Social Sciences and Humanities*, 14(55), 33-58. https://method.rihu.ac.ir/article_434.html?lang=en
- Kaveh, M. & Keramati, H. (2017). The impact of resilience fostering program on parenting stress, marital satisfaction and resiliency of children with learning disability. *Journal of Learning Disabilities*, 6(3), 69-91. <https://doi.org/10.22098/jld.2017.520>
- Kavyani, M. (2023). Introducing the method of "qualitative content analysis" and an example of its application in "qur'an-based psychology". *Methodology of Social Sciences and Humanities*, 29(115), 75-88. <https://doi.org/10.30471/mssh.2023.8798.2364>
- Kumpfer, K. L. (2002). *Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework Resilience and Development: Positive Life Adaptations*, 179-224. https://link.springer.com/chapter/10.1007/0-306-47167-1_9
- Majlisi, M. B. (2024). بحران‌انوار [Bihār al-Anwār]. Dar al-ihyā' al-turāth al-'arabī. (in Persian). <https://noorlib.ir/en/book/info/1407/>
- Mohammadi Rishahri, M., & Fallahzadeh, H. (2017). مفاتیح القرآن [Mfaith in the Quran]. Scientific and Cultural Institute of Dar al-Hadith. (in Persian). <https://myislam.org/quran-verses/faith/>

- Mohammadi, T., Shakeri, A., Taghavi, M., & Ahmadi, M. (2017). Explaining the concepts, dimensions and components of economic resilience. *Basij Strategic Studies*, 20(75), 89-120. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.1735501.1396.20.75.4.6>
- Mooziri, A., Shafiabady, A., Esmaily, M., & Younesi, J. (2020). Modeling the effective factors on Iranian family's resilience. *Journal of Psychological Science*. 19(95), 1401-1410. <http://psychologicalscience.ir/article-1-775-en.html>
- Nadi Ravandi, M., & Sedighi Arfaei, F. (2015). The role of religion and spirituality in enhancing resilience and mental health. *Islam and mental health conference (the first national conference and the second regional conference)*. <https://www.sid.ir/paper/842790/fa>
- Pargament, K. I. (2001). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice revised ed.* edition. <https://www.amazon.com/Psychology-Religion-Coping-Research-Practice/dp/1572306645>
- Qazavi, M. J., & Padarlu, M. (2023). Economic resilience of families: Components and strategies. *Specialized Quarterly Journal of Islamic Scholars*, 9(24), 37-54. https://journals.dte.ir/article_74228.html?lang=en
- Rasouli, M., & Amir Atashani, Z. (2011). تحلیل محتوا با رویکرد برنامه درسی [Content analysis with a curriculum approach]. Gisoom. (in Persian). <https://www.gisoom.com/book/1749536/>
- Samani, S., Jokar, B., & Sahragard, N. (2007). Effects of resilience on mental health and life satisfaction. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 13(3), 290-295. <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-275-en.html>
- Saqqai Bi Ria, M., Nasser Beheshti, M., & Bayat, M. (2021). Investigating the anthropological theological foundations of human interaction with the environment with emphasis on the position of human caliph. *Theological Belief Researches (Islamic Sciences)*, 11(43), 33-56. <https://www.sid.ir/paper/1066541/fa>
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press. <https://psycnet.apa.org/record/2002-18216-000>
- Shirazi, M. N. (2015). قرآن کریم [The Holy Quran]. (in Persian). <https://old.makarem.ir/index.aspx?lid=1>
- Stumm, E. M. (2013). "Resilient Cities". *Cities*, 97, 160-166. <https://www.springer.com/series/14171>
- Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(3), 290-297. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.71.3.290>
- Werner, E. (1997). Vulnerable but invincible: High-risk children from birth to adulthood. *Acta Paediatrica Supplement*, 45, 103-105. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.1997.tb18356.x>
- Zeighami, R., Bagheri Nesami, M., Oskouie, F., & Yadavar Nikraves, M. (2008). Content analysis. *Iran Journal of Nursing*, 21(53), 41-52. <http://ijn.iums.ac.ir/article-1-408-en.html>

