

بسم الله الرحمن الرحيم

۳۱۰۴۷۳۲

الحمد لله رب العالمين

وصلی الله علی محمد و آله طاهرين

خانواده تاب آور

م. ا. و مترجم: دکتر مویم مشایخ

استاد دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

انتشارات بعثت مشایخ

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹



: سرشناسه
 : عنوان و نام پدیدآور
 : مشخصات نشر
 : مشخصات ظاهری
 : شابک
 : وضعیت فهرست
 : نویسی

7-978072-722-978

فيليا

کتابنامہ: ص ۴۲۱ - ۵۱۹

جانبازان -- ایران -- روابط خانوادگی

Disabled veterans -- Family relationships -- Iran

جانبازان -- ایران -- بهداشت روانی

Disabled veterans -- Iran -- Mental Health

خانواده‌های کارکنان نظامی -- ایران -- بهداشت روانی

Families of military personnel -- Mental health -- Iran

خانواده‌ها -- ایران -- بهداشت روانی

-- Mental health-- IranFamilies

صبر -- جنبه های مذهبی -- اسلام

Patience-- Religious aspects-- Islam

DSR 1623

[395UB]

955/.843.44

[F. 199V. 955/392]

6122299

: یادداشت
: موضوع
: موضوع
: موضوع
: موضوع
: موضوع
: موضوع
: موضوع
: موضوع
: بندی دیگر
: رسته بندی

شماره کتابخانه ملی

خانواده تاب آور

موله و مرجم: دکتر مریم مشایخ

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

الملك: علم مشايخ

نویسندگان: ۱۳۹۶

تیراڑ

چاپ و صحافت - افسان

قیمت: (رو)

تهران: تهرانپارس، خ. ۱۰۵، خ. ۱۲۲، پلاک ۱۲

تلفن: ۷۷۹۴۴۹۸۶

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است



فهرست

۹	مقدمه
۹	حلم و صبر (تاب‌آوری) دیدگاه اسلام
۳۰	مفاهیم کلیدی تاب‌آوری خانواده
۳۷	مبانی نظریه‌ای مرتبط با تاب‌آوری
۳۷	نظریه سیستم درباره تاب‌آوری
۴۰	نظریه رشدی
۴۲	نظریه ساختاری - سازمانی رشد
۴۴	نظریه تبادل رشد
۴۵	آسیب شناسی روانی
۴۶	نظریه اکولوژی
۴۷	نظریه عوامل نزدیک در مقابل عوامل دور
۵۰	مدل تاب‌آوری خانواده بر مبنای سازگاری و انطباق
۵۱	نقش مرحله سازگاری در تاب‌آوری خانواده
۵۲	نقش تعادل و هماهنگی در تاب‌آوری خانواده
۵۲	نقش استرسور در تاب‌آوری خانواده
۵۵	آسیب‌پذیری خانواده

نقش نوع شناسی خانواده در ایجاد الگوهایی

- از عملکرد در تاب‌آوری خانواده ----- ۵۶
- خانواده‌های ریتمیک ----- ۵۸
- خانواده‌های همه کاره ----- ۵۹
- خانواده‌های شکننده ----- ۶۰
- خانواده‌های سنتی ----- ۶۱
- منابع تاب‌آوری خانواده ----- ۶۲
- نقش ارزیابی خانواده از استرسور در تاب‌آوری خانواده ----- ۶۳
- نقش انطباق و حل مسأله خانواده در تاب‌آوری خانواده ----- ۶۳
- ناسازگاری و بحران و نقش سازگاری اصلی خانواده در تاب‌آوری خانواده ----- ۶۴
- نقش مرحله انطباق خانواده در تاب‌آوری خانواده ----- ۶۶
- نقش نیازها در تاب‌آوری خانواده ----- ۶۹
- نقش نیازهای موقعیتی و مشکلات باطنی ----- ۷۲
- نقش داخل خانواده و ابهام اجتماعی در تاب‌آوری خانواده ----- ۷۴
- نقش الگوهای اساسی عملکرد در تاب‌آوری خانواده ----- ۷۵
- نقش منابع خانواده در تاب‌آوری خانواده ----- ۷۸
- نقش حمایت اجتماعی در تاب‌آوری خانواده ----- ۸۱
- نقش فرآیند ارزیابی خانواده در تاب‌آوری خانواده ----- ۸۳
- نقش جامعه تاب‌آور در تاب‌آوری خانواده ----- ۹۲

- نقش سیستم حمایت اجتماعی در تاب‌آوری خانواده----- ۹۴
- نقش منابع حمایت اجتماعی در تاب‌آوری خانواده----- ۹۶
- نقش مکانیزم‌های حمایت اجتماعی در تاب‌آوری خانواده----- ۹۸
- نقش سطح تاب‌آوری جامعه در تاب‌آوری خانواده----- ۱۰۰
- تاب‌آوری در زمان قشون‌گیری----- ۱۱۸
- تقابل خانواده / کار - زندگی در تاب‌آوری خانواده----- ۱۲۱
- تاب‌آوری در خانواده به عنوان یک واحد----- ۱۶۶
- خانواده به عنوان یک محیط حمایت‌کننده----- ۱۸۴
- سبک فرزندپروری----- ۱۸۶
- تاب‌آوری خانواده در شرایط نام‌وشایند اکولوژی----- ۱۸۹
- فقر و تأثیرش----- ۱۹۰

مقدمه

خانواده‌ها نقشی تاریخی در بخش مهمی از زندگی و تکامل توده مردم و ملل ایفا کرده‌اند. مبدأ تشکیل خانواده به دوران ماقبل از تاریخ

یعنی اعصاری که نیاکان آدمان ما اولین خانواده را تشکیل دادند، بازمی‌گردد. گرچه خانواده در طول تاریخ رشد و تکامل یافته است، لیکن بسیاری از وظایف و عملکردهای اولیه خود را همچنان حفظ کرده است (گلادینگ، ترجمه بهاری، بهرامی، سیف، تبریزی ۱۳۸۲). کی اظهار کرده است، خانواده‌ها اعضای جدیدی بوجود می‌آورند و با آن که سرانجام به این اعضای جدید خودمختاری ارزانی می‌دارند و دیگر انتظار ندارد که با آن‌ها زیر یک سقف زندگی کنند باز هم این عضویت خانوادگی تا پایان عمر دست نخورده باقی می‌ماند.

به نظر او قدرت خانواده به سستی است که به رغم فرسنگ‌ها فاصله میان اعضا و حتی مرگ برخی از آنان، باز هم تأثیر خانواده پابرجا خواهد ماند. حتی زمانی که عضوی از خانواده موقتاً یا دائماً در مورد خانواده اش احساس بیگانگی می‌کند، باز هم در کنارش می‌تواند واقعاً

پیوند خود را با آن خانواده بگسلد. (گلدبرگ، گلدبرگ ۱۹۴۳، ترجمه به روایتی، نقشبندی، ۱۳۸۲).

خانواده به یک معنا دو نقش متفاوت ایفا می‌کند. یکی داخلی که حمایت روان - اجتماعی از اعضای خود باشد، دیگری خارجی یعنی برون خانگی با فرهنگ و انتقال آن. باید در هر تحقیق مربوط به خانواده در نظر داشت که خانواده مکمل جامعه است. با تغییر جامعه، خانواده هم تغییر خواهد کرد. جامعه برای تطابق با جریانات فکری تازه و واقعیات اقتصادی و اجتماعی، ساختمان‌های برون خانگی به وجود می‌آورد. تغییر همیشه از جامعه به طرف خانواده می‌رود. این حرکت هرگز از واحد کوچکتر به واحد بزرگتر نیست. خانواده تغییر می‌کند، اما باقی می‌ماند، زیرا بهترین واحد انسانی برای جامعه هایبست که سریعاً در حال تغییرند. هر چه جامعه انتقال، اعطاف و انطباق پذیری بیشتری از اعضای خود داشته باشد، خانواده به عنوان خاستگاه و رحم تکامل روان - اجتماعی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. وقتی خانواده به طور اعم با شرایط تاریخی تغییر و تطابق پیدا کند،

تک خانواده همه همواره تطبیق پیدا می‌کند. خانواده یک سیستم باز در حال تحول است، یعنی دائماً داده‌هایی را از برون خانواده می‌گیرد و به آن می‌دهد، و خود را با تقاضاهای مختلف مراحل تکاملی خود را تطبیق می‌دهد (مینوچین، ترجمه ثنایی باقر، ۱۳۷۳)

خانواده باید به‌عنوان واحدهای تحولی در طول زمان دریافت‌های منحصر به فرد خودشان مورد مطالعه قرار بگیرند به منظور فهم اینکه آن‌ها چگونه در مواجهه با استرس سازگار می‌شوند یا تغییر می‌کنند. در همین راستا مفهوم تاب‌آوری خانواده مطرح می‌گردد (کلیل، ۲۰۰۳). طبق نظر والش (۱۹۸۱) تاب‌آوری خانواده یک ساختار انعطاف‌پذیر است که قدرت‌های مخزن خانواده را در شرایط مختلف و در سطوح مختلف، در چرخه زندگی دربرمی‌گیرد. این چارچوب به

مؤلفه‌های اصلی مفهوم تاب‌آوری خانواده و عوامل مهم آن معنی می‌بخشد.

در سال‌های اخیر، چارچوب ادبیات تحقیق، روایی تاب‌آوری را نقد کرده است برای مثال کومپفر^۱ (۱۹۹۹) اشاره می‌کند به این مطلب که محققان اغلب از اصطلاح تاب‌آوری برای توصیف هر متغیری که مرتبط با پیامدها، مثبت است یا آن را پیش‌بینی می‌کند، استفاده می‌نمایند. به ضرر مشابه کاپلان (۱۹۹۹) دریافت که محققان مکرراً اصطلاحات مشابهی را برای توصیف تأثیر مستقیم متغیرها و متعادل کردن تأثیر آن‌ها به کار می‌برند. گلنتز^۲ و اسلوبدا^۳ (۱۹۹۹) طی مروری که بر روی ادبیات تحقیق داشتند با هم به اتفاق نظری بر روی اندازه‌گیری، استفاده یافته‌ها، تغییر و تفسیر آن‌ها به برداشتند. تاب‌آوری

^۱- Kumpfer , k.l

^۲- Glantz , MD

^۳- Sloboda ,Z

درواقع به عنوان یک صفت، یک فرآیند و یک نتیجه به کار گرفته شده بود.

تمایل به کنار گذاشتن مفهوم تاب‌آوری وجود دارد. تارتر^۱ و وینوکور^۲ (۱۹۹۹) محققانی را مورد انتقاد قرار می‌دهند که برچسب تاب‌آوری را به کار برده اند.

آن‌ها همچنین تذکر دادند که محققان زمانی به تاب‌آوری پی می‌برند که افراد مثبت تحت شرایط نامساعد به بارآیند و آن‌ها استدلال کردند که در مورد ارزش‌های عملی و اکتشافی تاب‌آوری ابهام وجود دارد و عنوان می‌نمایند که استفاده از مطالعات تاب‌آوری برای پیش‌بینی نتایج مشکل‌ساز است زیرا نیازمند این فرضیه است که تاب‌آوری در طول زندگی ثابت است و تأثیرات بادوامی دارد.

این فرضیه اشکال دارد زیرا رشد در شرایط غیرخطی اتفاق می‌افتد و ابزار تاب‌آوری به بافت بستگی دارد. گلنتز و اسلوبورا (۱۹۹۹) مطرح

^۱- Tarter , R.E

^۲- Vanyukur , M

می‌کنند که والش استدلال کرد که تاب‌آوری پدیدهٔ افسانهٔ انسان‌های سختی کشیده، یا حتی سرسختی بدنی در مقابل استرس را تداوم می‌بخشد و توجیه تعامل بین طبیعت و تربیت را رد می‌کند. سایر محققان به فرضیه‌های ذهنی و جزئی دربارهٔ تاب‌آوری اشاره می‌کنند. هاولی^۱ و دهان^۲ (۱۹۹۶) معتقدند، سؤال اصلی در مورد تاب‌آوری خانواده این است که آیا تاب‌آوری مفهوم جدیدی را مطرح می‌کند و می‌توان آن را در سطح ساختار خانواده مشاهده کرد یا نه. آن‌ها بر این باورند با وجود این که تاب‌آوری خانواده موضوع نسبتاً جدیدی است اما این امر در مورد مفهوم آن صادق نیست، تاب‌آوری چارچوبی را برای کار بر روی قدرت‌ها و استرس‌ورسای خانواده فراهم می‌کند و

^۱ - Hawley , D.R

^۲ - DeHaan , L,G

بدین تربیت ادبیات تحقیق را با تعداد اندکی از مثال های جدید بهبود می بخشد.

همانگونه که مطرح شد، تاب آوری خانواده در کل به معنای ظهور پیامدهای خوب در خانواده در شرایط نامناسب با این وجود در مورد چپستی و چگونگی این پدیده ابهام وجود دارد از آنجایی که شرایط نامناسب در مصائب انسانی می باشد و طبق نظر لاتر (۲۰۰۹) وقتی که افراد به مصیبتی مبتلا می شوند، همیشه به عنوان یک وجود کامل در رنج هستند و مصیبت معنوی، شناختی و عاطفی نمی تواند کاملاً از تمام مصیبت های دیگر مثل شرایط اجتماعی، اقتصادی و سیاسی، اکولوژیکی و طبیعی جدا باشد. در واقع هر کدام از آنها بر روی یکدیگر تأثیر می گذارند، تحقیق اسما می دهد که مصائب انسانی می تواند عاملی برای روشن کردن مفهوم تاب آوری خانواده باشد و از آن جایی که یکی از مصائب انسانی از بدو خلقت بشر جنگ است و یکی از عواقب آن جانبازی است و به فرموده معمار بزرگ انقلاب اسلامی حضرت امام خمینی (ره) هر چه انقلاب اسلامی دارد، از

برکت و مجاهدت شهدا و ایثارگران است، باید رسیدگی کامل به خاندان شهدا، آسیب دیدگان و معلولان در این راه چه در حین انقلاب و چه قبل و بعد از آن به نحو احسن و با مراعات احترام آنان صورت گیرد و با اجرای طرح‌های مفید، ملت و دولت انقلاب دین خود را در مقابل این گروه فداکار در راه انقلاب اسلامی ادا نماید (خمینی، ۱۳۸۶). لازم به ذکر است که به مرور ادبیات تحقیق در این زمینه پیردازد که به شریعی است که در ادامه می آید.

حلم و صبر (تاب‌آوری) و تعاقب از دیدگاه اسلام

سپاس و ستایش حقیقی، ویژه خدایی است که حکمت و اراده خویش را جاری ساخته است. کسانی را که در برابر تعاضد و قدر و مقررات فرمانش صبر و تسلیم را در پیش گرفته اند، به پاداش نیکو و خوش آیند وعده و مژده داده و افرادی را که در برابر مقدرات و نقش سرنوشت پرداز و قضا و مقدراتش خشم می گیرند و اظهار بی تابی و نارضایتی می کنند به انتقالی شگرف و بلایی سخت در روزگاری که

همه بدو باز می‌گردند بیمناک ساخته و تهدیدشان فرموده است. خدایی که دل‌های عارفان و کسانی را که در تدبیر حکیمانه او شناختی بهم رسانده‌اند کامروا نموده، که باید بهجت و سرور روانی آن‌ها را در تسلیم نفوس آنان در برابر مقررات و مقدرات الهی جستجو کرد (شهید ثانی، ترجمه حجتی، ۱۳۸۴).

و اوست که انسان را با سختی‌ها و بلاءها مورد امتحان و آزمایش قرار دارد و صابران را بشارت داد چه بسا این که در سوره بقره آیه ۱۵۴ می‌فرمایند: و البینه شمس را به سختی‌ها چون ترس و مرگ و گرسنگی و نقصان اموال و نفوس و آفات زراعت بیازماییم و بشارت و مژده آسایش از آن سختی صابران است. آنان که چون به حادثه سخت و ناگواری دچار شوند گویند ما به فرمان خدا آمده‌ایم به سوی او رجوع خواهیم کرد (مکارم شیرازی، ۱۳۸۶).

و در مورد صبر در هنگام مصیبت و آسیب و صابران پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرمایند صبر: هنگام اولین آسیب است (صبر از جمله صفاتی است که با یک بار، محقق می‌شود و انسان با آن خو

می گیرد پس کسی که در مقابل اولین آسیب و فشار، صبور باشد، در مقابل سختی ها و مشکلات دیگر هم صبور خواهد بود و صبر باعث خشنودی خدا و بنده صبور می شود و کسی که به مصیبت بزرگ صبر کند، خداوند به او عوض می دهد و کسی که خشم خود را فروبرد، خداوند به او پاداش خواهد داد. دو خصلت وجود دارد که در هر کس باشد خداوند او را شکرگزار و صبور می نویسد و کسی که آن ها را نداشته باشد، شکرگزار نمی باشد: کسی که در کار دین به بالادست از خود نگاه کند و او پیروی نماید و در کار دنیا به کسی که پایین تر از اوست نگاه کند تا بران چه خداوند به او داده (ولی پایین تر از خود، آن ها را ندارد) خدا را شکر بخیزد. پس خداوند این دو گروه را در نامه اعمالشان شکرگزار و صبور می نویسد و کسی که در کار دین (و اعمال عبادی) به پایین تر از خود نگاه کند (و در نتیجه مغرور به اعمال خودش گردد) و در کار دنیا به کسی که بالاتر از خودش باشد نگاه کند و افسوس بخورد به خاطر آنچه او ندارد ولی

کسی که بالاتر از اوست آن‌ها را دارد، خداوند او را شکرگزار و صبور نمی‌نویسد (میرزایی، ۱۳۸۶).

از گفتار بزرگان است که اگر خواهی که شکر و سپاسگزاری کسی را در موقع افزایش نعمت شناسی بنگر که در کم و کاست زندگی خود چگونه بر دبار و شکیبا است و از امیرالمؤمنین علی علیه السلام روایت شده که: کسی که بخواهد رسید که سلطنت و فرمانروایی جز در سایه کشتار و بی‌رحمی حاصل نگردد و ثروت، جز به بخل و پستی به دست نیاید و محبوبیت در میان مردم جز با پیروی از تمایلات و خواسته‌های آنان و ترک این مذهب خویش، یافت نشود، آن کس که در چنین زمانه و در این هنگامه، بر خود صبر و شکیبایی ورزد و از ثروت و مکنّت، چشم‌پوشد و با آن که قادر بر کسب محبت و جلب دوستی اهل زمانه باشد، لیکن از آن صراخ‌زار و بر بغض و دشمنی آنان، بردباری کند، خداوندش ثواب پنجاه صدیق و بنده مقرب، عنایت خواهد فرمود و چون سپاه غم و اندوه بر جانت هجوم

کند، با استواری در صبر و با کمال یقین و ایمان، آن را از خویشتن،
بران (مقدادی اصفهانی، ۱۳۸۰).

امام علی علیه السلام می فرمایند: بردباری مایه سروری است و برای
نصرت و یاری کردن کافی است و هیچ نوع بردباری مانند صبر و
سکوت نیست و مایه تمامیت خرد است و اولین شرط ریاست است و
ثمره و نتیجه بردباری صبح و سلامت است. درسایه بردباری یاران
انسان افزایش می یابند صبر کردن نوعی شجاعت است و پوششی بر
گرفتاری ها و کمکی در دشواری ها است. مایه کمک و مدد در هر
کاری است و ضرر را بهتر دفع می کند و کسی که کارش را به وفق و
مدارا انجام می دهد برترین مردم است (سرها، ۱۳۷۸).

از امام محمد باقر علیه السلام روایت شده است که سخت ترین جزع
و بی تابی، در ناله بلندن سردادن و این که به سینه و صورت زدن و
موی کندن است. اگر کسی در مصیبت با چنین بی تابی ها سر و کار
داشته باشد در حقیقت صبر را از دست نداده است و آن که در مصیبت
صبر کند. و کلمه استرجاع بر زبان آورد، و جان و زیانش را با سرنوشت

الهی همگام سازد، و خدا را در عین مصیبت بستاید می توان گفت
 که، او به کار و دست آورد الهی راضی و دلخوش است، و اجر و پاداش
 او نیز بر خدای عز و جل حتمی است. اما اگر کسی بدینسان عمل
 نکند، قضا و سرنوشت آفرینی خدا بر او جاری خواهد شد با این تفاوت
 که فردی نکوهیده و محروم از رضای الهی بوده و خدای عزوجل اجر
 و پاداش او را تباه خواهد ساخت (شهید ثانی، ترجمه حجتی، ۱۳۸۴).
 پروردگار تبارک و تعالی در قرآن کریم سوره بقره آیه ۱۴۵ می فرماید
 (در هنگام مصیبت) از خدا به صبر و نماز یاری خواهید کاری دشوار
 است مگر بر خداپرستان رسیده. سوره جن آیه ۱۶ فرموده اند اگر بر
 طریقه اسلام و ایمان استقامت می بردند البته با آنها آب فراوان و
 رزق وسیع نصیب می گردانیدیم و در جان دانا می فرمایند شما را
 به مال و جان آزمایش خواهند کرد و از زبان اهل کتاب و مشرکان

آزار فراوان خواهید شنید. اگر شکیبایی کنید پرهیزکار باشید، این موجب تبلور اراده شماست.

حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرمایند صبر بر دو گونه است. نخستین، صبر در برابر ناگواری‌ها و مصیبت‌ها که صبری نیکو و زیباست و از آن نیکوتر، صبر در خویشتن‌داری و از محرمات خداوند است و صبر نسبت به ایمان آدمی به منزله سر اوست نسبت به جسمش و چه ارزشی است جسم بی سر را و در حدیثی از حضرت علی بن موسی الرضا علیه السلام روایت شده است که آن را که شکیبایی و بردباری نیست، ایمان نیست.

و از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم منقول است که چون موسی با خضر علیهما السلام ملاقات کرد، از او خواست که به وی اندرز و سفارشی دهد. خضر گفت: ای موسی، نفس خود را به شکیبایی و بردباری آماده کن، تا به ملکه حلم دست یابی و تقوی و پارسایی را در درون خود جای ده، تا به علم نائل شودی و خویشتن را به صبر راضی و خشنود ساز تا از دام معاصی برهی، به حلم و شکیبایی رفتار

کن که، فضیلت حکما و آرایش علما در این است (مقدادی اصفهانی، ۱۳۸۰).

از حضرت علی علیه السلام روایت است: صبر بر دونوع است: صبر در انجام کار (خوبی) که دوست نداری و صبر بر کار (بدی) که دوست داری. حضرت در این حکمت به دو نوع صبر اشاره فرموده است: صبر در طاعت و صبر در معصیت. صبر که حاصل فکر صحیح و عقل سالم است می‌تواند نقش «ایجاد تعادل روحی» را در وجود انسان ایفا کند. روح انسان بر اساس فطرت پاکش به سوی خوبی‌ها و پاکی‌ها تمایل دارد ولی نقش انسان حرمت به سوی آن را، مشکل و گاهی غیرممکن می‌نماید و از طرفی وسوسه‌های شیطانی و نفس اماره روح انسان را به ناپاکی‌ها و زشتی‌ها دعوت می‌کند و این روح خداجوی انسان به طور طبیعی از آن بیزار است و اینجاست که انسان می‌تواند با صفت «صبر و شکیبایی» و استقامت در برابر انجام بدی‌ها و ترک خوبی‌ها،

با نفس مبارزه کرده و بالاخره امنیت و آرامش را در وجود انسان برقرار کند.

و از امام محمدباقر علیه السلام منقول است: هر کس صابر و شکیبا باشد (اعم از صبر بر معصیت، صبر بر مصیبت و یا صبر بر طاعت) به سبب آن به مقام شهادتی که در پیشاپیش پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم باشد، میر جهاد کرده و شهید شده نائل می شود (محمودیان، ۱۳۸۶).

روایت شده است که نبی اکرم صلی الله علیه و آله و سلم آن گاه که سختی و مصیبت بر خاندانش فرود می آمد آنان را به نماز فرمان می داد. سپس این آیه را تلاوت فرمود: خاندان خود را به خواندن نماز امر کن و بر این امر مهم شکیبایی در پیش گیر. رسول اکرم هر گاه که مصیبتی برای او پیش می آمد، از جای برمی خاست و وضو می ساخت و دو رکعت نماز اقامه می فرمود و می گفت: خدایا آنچه را که تو به ما فرمان دادی به جای می آورم، پس تو نیز آنچه را به ما وعده داده

ای بدان وفا کرده و آن را به سرانجام رسان (شهید ثانی، ترجمه
حجتی، ۱۳۸۴).

از آنچه مطرح شد می توان نتیجه گرفت که مصیبت و بلا از امتحانات
الهی است و در اسلام توصیه مؤکد به صبر و عدم جزع و فزع در برابر
مصائب شده است چه بسا این که امیرمؤمنان حضرت علی علیه السلام
می فرماید: «از بی تابی کردن بپرهیز که باعث قطع امید و ضعیف
شدن عمل و پایداری اندوه می گردد و راه خروج از آن یکی از دو
راه است! اگر راهی برای رهایی وجود داشته باشد باید آن را یافت و
پیمود و اگر وجود نداشته باشد باید صبر را پیشه خود قرار داد و بی
تابی از صبر دشوارتر است. بی تابی آنچه را که مقدر شده از بین نمی
برد بلکه اجر و پاداش آن را نابود می سازد. با صبر کردن، بر بی تابی
چیره شوید چرا که بی تابی پاداش را نابود و مصیبت را بزرگ می کند.
مصیبت یکی است و چون بی تابی کنی، دو تا می شود هر که
ناشکیبایی کند خود را در عذاب قرار داده و امر الهی را ضایع ساخته
و پاداش خود را فروخته است و هر که بی تابی بر او غلبه یابد، از

فضیلت و صبر محروم خواهد شد، که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند هر که در مصیبت به صورت خود سیلی زند و گریبان خود را بدرد، از ما نیست، دو صدا مبعوض خداوند است: ۱- گریه بلند هنگام مصیبت ۲- نوازندگی در نعمت و خوشی (فرهادیان، ۱۳۸۶).

از امام محمد باقر علیه السلام روایت شده است: همچنین در اسلام به ثواب و پاداش نیست و تسلیت مصیبت دیدگان اشاره شده است تا افراد مصیبت را به مقام صبر درآیند چه بسا اینکه رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: اگر کسی فرد مصیبت دیده ای را تسلیت دهد همانند اجر و پاداش مصیبت دیده عائد او خواهد گردید بدون اینکه از مقدار اجر فرد مصیبت دیده چیزی کاسته شود و اگر کسی فرد اندوهگینی را تسلیت دهد و از او دجو بخواهد، خداوند متعال جامه ای از لباس تقوی در بر او قرار دهد، و از من روح و جانها بر جان او درود فرستد و اگر کسی برادر ایمانی خود را در هر مصیبتی دلداری دهد، خداوند متعال در روز قیامت بر اندام او صله ای سبز می پوشاند که هر بیننده ای بدان رشک برده و مانند آن را

برای خود آرزو نماید. همچنین رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم برای تحمل مصائب و صبور بودن در امتحانات الهی فرمودند: اگر به یکی از شما مصیبتی برسد باید مصیبت مرا به خاطر آورید، زیرا مصیبت من عظیم ترین مصائب می باشد و اگر کسی مصیبت خویش را بزرگ و شدید تلقی کند باید مصائبی را به خاطر آورد که من دچار آنها شده‌ام. در چنین شرایطی است که مصیبتش در نظر او آسان و هموار می گردد. این مردم، هر بنده ای از امت من که دچار مصیبتی می شود باید بایستد و گریستن، مصیبت من تسلی یافته و آرامش دل را به دست آورد؛ چون هیچ کس پس از من هرگز به مصیبتی دچار نگردد که این مصیبت سخت تر از مصیبت من باشد (شهید ثانی، ترجمه حجتی، ۱۳۸۴).

همچنین در اسلام مؤمنان را به دعا کردن در شدت و مصیبت سفارش کرده اند و از امیرالمؤمنین علی علیه السلام روایت شده است که دعا سپر مؤمن در مقابل بلاهاست و اگر درب خانه ای را زیاد بکوبی عاقبت به رویت باز شود و حضرت سجاد علیه السلام در صحیفه سجادیه

دعایی را برای ایمنی از سلطان و بلا و ظهور اعدا و خوف و فقر و تنگی سینه را ذکر کرده‌اند که بدین شرح است: ای کسی که گشوده شود به وسیله او گره بدی ها و گرفتاری ها و ای آن که به وسیله او رخنه افتد در مرز سختی ها و ای که خواهش شود از او بیرون شدن به بستر نشایش. رام شود به نیرویت کارهای دشوار و وسیله فراهم شود از لطفت رای هر چیز و مجری گردد به نیرویت قضا و بگذرت به خواست تو هم چیز، پس هر چیز همان خواست است، بدون احتیاج به گفتنت زیر فرمان است ... بگشا بر من ای خدا درب گشایش را به فضل خودت و تسلط اندوهم را در هم شکن به حول و قوه خودت و عنایت کن و مرحمت نما به درونش بینی در آنچه شکایت دارد و بچشانم شیرینی عمل در آنچه خواست و بپیش به من از نزد خود رحمتی و گشایشی گوارا و مقدر کن برایم از طاعت خودت راه چاره‌ای فوری و مشغولم مکن به گرفتاری کار دنیا ... پس هر آینه من در تنگنایم از آنچه به من رسیده‌ای پروردگار و دلم پر شده درباره آنچه پیش آمده بر من از اندوه و غم و تو توانایی بر رفع آنچه گرفتارم