

# آسیب های روحی کرونا بر جوانان و نقش نهادهای مذهبی در برطرف کردن آن

استاد راهنما: سرکار خانم فرزانه خانی

نویسندگان: زهرا جعفری

مریم جدی

معصومه نادی

خدیجه عرب نوکنده

مدرسه علمیه حضرت معصومه (ع) دماوند<sup>1</sup>

## چکیده

پس از همه گیری ویروس کرونا، افراد بسیاری با تعطیلی مشاغل یا بیماری عزیزان خود مواجه شدند. به همین دلیل آنها علاوه بر اینکه نگران سلامتی و ایمنی خود و اطرافیانشان بودند، با اضطراب از دست دادن شغل و درآمد خود هم روبرو شدند. ترس و اضطراب و عدم اطمینان طولانی مدت می تواند اثرات بد و نامطلوبی روی سلامت ذهن افراد بگذارد. این روزها گزارش های متعددی مبنی بر علایم افسردگی و اضطراب و وسواس بسیار در بیشتر افراد جوامع دنیا وجود دارد و متأسفانه باید گفت که با ادامه این وضعیت، نه تنها از این علایم کاسته نمی شود، بلکه شاهد افزایش آن هم خواهیم بود. در این مقاله به بررسی شش دیدگاه: زیست شناختی، روان پویایی، یادگیری، شناختی، انسان گرایی و اصالت وجود و اجتماعی، که در مورد عوامل موثر در آسیب های روحی وجود دارد، و به اضطراب و وسواس به عنوان یکی از آسیب هایی که ویروس کرونا بر روح و روان جوانان، با توجه به ویژگی های آسیب پذیری که این گروه سنی نسبت به سایر گروه های سنی دیگر دارند، پرداخته ایم.

از آنجایی که یکی از تاثیرات منفی ویروس کرونا، ایجاد استرس و اضطراب است، این آسیب روحی از یک سو سیستم ایمنی بدن فرد مضطرب را کاهش می دهد و خطر ابتلا به ویروس کرونا را افزایش می دهد، از سوی دیگر زندگی فردی و اجتماعی او را مختل می کند. با توجه به این که هنوز برای این بیماری دارو و واکسن قطعی ساخته نشده، باید مراقب بود تا با شناخت و جلوگیری از ایجاد آسیب های جسمی و روحی ناشی از این ویروس، از این دوران به سلامت عبور کنیم.

یکی از نیازهای فطری و طبیعی انسان که با این سرشت متولد می شود، مذهب گرایی است؛ اگر گرایشات مذهبی در مسیر فطرت هدایت شود، می تواند بهترین پناه و عامل رشد و صیانت انسان در برابر ناامیدی ها، کژئی ها و آلودگی ها باشد. که در این میان نهاد های مذهبی از جمله روحانیت و حوزه های علمیه، بسیج، مساجد و... نقش بسیار پررنگی در القای این حس آرامش در افراد جامعه به خصوص در دوران کرونا دارند.

این مقاله به روش کتابخانه ای و به صورت توصیفی انجام شده است.

کلید واژه ها: ویروس، کرونا، آسیب روحی، جوانان، نهاد های مذهبی

<sup>1</sup> طلاب پایه ی سوم

## مقدمه

آن روزی که بر اثر سانحه ی هواپیمایی اوکراین تعداد ۱۷۶ نفر از هم‌نوع هایمان را در یک روز از دست دادیم و عمیقاً احساس ناراحتی داشتیم هیچ کدامان حتی فکرش را هم نمی کردیم که در آینده ای خیلی نزدیک، بر اثر یک ویروس نانومتری، کارمان به جایی برسد که روزانه نزدیک به ۵۰۰ نفر از هموطنانمان را از دست بدهیم. در دنیایی زندگی می کنیم که عملاً هر چیزی در آن ممکن است به جز وجود شریک برای خداوند.

از آنجایی که عوامل ویروس کرونا شبیه به سرماخوردگی و آنفولانزای فصلی است و در بسیاری از موارد، کرونا در روزهای اول با علائمی مشابه علانم سرماخوردگی شروع می شود؛ برای جلوگیری از شیوع این ویروس هر علامتی شبیه به سرماخوردگی را کرونا در نظر گرفته مگر این که خلافتش ثابت شود. اما ممکن است در نهایت یک حساسیت فصلی یا سرماخوردگی باشد ولی ارزش تشخیص به موقع کرونا و جداسازی و قرنطینه افراد مبتلا و یا مشکوک را از افراد سالم دارد.

اما این مراقبت ها و حساسیت های بالا یک نوع حس ناامنی را برای افراد به وجود می آورد، که باعث می شود همواره در استرس و اضطراب بوده و فشارهای روانی و به تبع آن آسیب های زیادی به روح و روان آنها وارد شود. در این میان توجه به قشر جوان جامعه از آنجایی که به دلیل موقعیت خاص سنی در دوران حساسی به سر می برند و نیروی کار و سرمایه های هر کشوری محسوب می شوند، از اهمیت بالایی برخوردار است. نهادهای مذهبی توانستند در این دوران تأثیرات مثبتی در جوانان ایجاد کنند و در ایجاد حس امنیت خاطر و نوعی آرامش، از طریق اثرگذاری بر بعد معنوی آنان، کمک بزرگی در حفظ روحیه ی این قشر آسیب پذیر کردند.

بنابراین در این مقاله تلاش شده تا به چهار سوال اساسی:

۱\_ علت های آسیب روحی

۲\_ ویژگی های موثر جوانان در مواجهه با آسیب های روحی و روانی

۳\_ پیامدهای کرونا برای جوانان

۴- نقش نهاد های مذهبی در برطرف کردن آسیب ها

پاسخ داده شود، زیرا مطالعه و شناخت آسیب های کرونا و علل ایجاد آنها و بررسی و شناخت درست ویژگی های آسیب پذیر جوانان نخستین شرط چاره جویی و نیمی از درمان است. درد تشخیص نداده را نمی توان درمان کرد و هرگونه ساختن بدون شناختن تیری در تاریکی است.

## مفهوم شناسی

قبل از ورود به بحث آسیب های روحی که کرونا می تواند بر جوانان بگذارد باید مفهوم واژه های: آسیب روحی، کرونا و جوانان مشخص گردد؛ قطعاً شناخت واژه ها و مفاهیم آن ها ما را در درک بهتر مساله کمک می کند.

## ۱) کرونا

تاکنون هفت نمونه از ویروس کرونا کشف شده که آخرین نوع کشف شده یاهمان نسل هفتم این خانواده که اکنون جهان را به خود مبتلا کرده کووید ۱۹ یا همان

**SARS\_cov\_2(the novel corona virus that causes corona virus disease 2012,or COVID19)**

نام دارد، که اندازه ای بین ۸۰ تا ۱۶۰ نانومتر دارد.<sup>۲</sup>

## ۲) جوان

دوران جوانی دوران حساسی در زندگی انسان است، دورانی که انسان آینده خود را پایه‌گذاری می‌کند و به سمت ساختن زندگی خوب و باسعادت پیش می‌رود. این دوران فصل نبوغ فکری و تکامل عقلی است، لذا از حساسیت بالایی برخوردار است.<sup>۳</sup>

با این وجود، فرآیند انتقال از کودکی به بزرگسالی دشوار و پر کشمکش است. نوجوان از یک سو با سرعت بی‌سابقه‌ای بلوغ جسمی و جنسی را می‌گذراند و از سوی دیگر خانواده فرهنگ و جامعه از او می‌خواهند تا مستقل باشد، روابط جدیدی را با همسالان و بزرگسالان برقرار کند و آمادگی‌ها و مهارت‌های لازم را برای زندگی شغلی و اجتماعی بدست آورد. از این رو عده‌ای از روان‌شناسان دوره نوجوانی و بلوغ را به اعتباری دوران آشوب و طغیان و سرکشی نام گذاری کرده اند. مقولاتی چون: تحصیل، مسکن، ازدواج، کنکور، شغل و غیره می‌توانند از دل مشغولی‌های جوانان به شمار بیایند. نوجوانان باید علاوه بر پذیرش و سازگاری این همه تغییر و تحول، هویت منسجمی نیز برای خود کسب کنند و به سوالات دشوار و قدیمی «من کیستم؟» و «از زندگی خود چه می‌خواهم؟» پاسخ مشخص و اختصاصی بدهند.<sup>۴</sup>

اسلام برای این دوران برنامه‌های خاصی در نظر گرفته که جوانان با پیروی از آن می‌توانند به رستگاری برسند؛ چرا که در این راه موانع و دام‌های فراوانی وجود دارد و افرادی هستند که قصد تخریب روحیه پاک جوان و آلوده کردن او به زرق و برق دنیا و تباه کردن او را دارند. اسلام از میان تمام اقشار جامعه به نسل جوان اهمیت فراوانی داده است و توصیه‌های فراوانی به احترام گذاشتن به نسل جوان کرده است.

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمودند:

شما را به نیکی با جوانان سفارش می‌کنم، چرا که آنان دل‌های رقیق تری دارند. به راستی که خداوند مرا بشارت دهنده و هشداردهنده برانگیخت. جوانان با من هم پیمان شدند و پیران با من به مخالفت برخاستند.<sup>۵</sup>

<sup>۲</sup> [www.who.int/emergencies/diseases/novel](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel)

<sup>۳</sup> علوی گرگانی، احکام جوانان، ص ۸

<sup>۴</sup> . لطف آبادی، روان شناسی رشد ۲، ص ۱۳

<sup>۵</sup> اوصیکم بالشبان خیرا قالهم آری آفیده ان الله یعتنی بشیرا و تدیراقالحقی الشبان و خالقینی الشیوخ .

سفینه البحار، ج ۲، ص ۱۷۶

### ۳) آسیب روحی

تروما<sup>۶</sup> ریشه یونانی دارد و به معنای زخم و جراحت است. اما در روان‌شناسی تروما به تاثیر منفی و بدی که یک واقعه در یک فرد بر جای می‌گذارد اشاره دارد. زنده ماندن از زلزله می‌تواند در یک نفر تاثیر به شدت منفی بگذارد و برایش دراماتیک باشد اما در یک فرد دیگر تاثیر ملایم تری بگذارد و فرد زودتر از پیامدهای عاطفی و هیجانی ناشی از آن آزاد شود.<sup>۷</sup>

تروما نتیجه حوادث استرس زای فوق‌العاده است که احساس امنیت شما را خراب می‌کند و باعث می‌شود در یک دنیای خطرناک احساس درماندگی کنید. آسیب روانی می‌تواند شما را با احساسات ناراحت کننده، خاطره‌ها و اضطراب‌هایی که از بین نمی‌روند، رها کند. همچنین می‌تواند احساس بی‌حسی، قطع ارتباط و عدم توانایی اعتماد به دیگران را به شما منتقل کنند. تجربیات آسیب‌زا غالباً تهدیدی برای زندگی یا ایمنی محسوب می‌شوند اما هر موقعیتی که باعث شود شما احساس غرق شدن و انزوا کنید، می‌تواند منجر به تروما شود؛ حتی اگر آسیب جسمی نداشته باشد. این شرایط عینی نیست که تعیین می‌کند یک واقعه آسیب‌زا باشد، بلکه تجربه عاطفی ذهن از یک رویداد است که هر چه احساس ترس و درماندگی کنید احتمال آسیب دیدگی بیشتر می‌شود.<sup>۸</sup>

بیماری‌های روحی و روانی به گروهی از بیماری‌ها گفته می‌شود که با تاثیر بر تفکر و رفتار باعث ایجاد ناراحتی برای فرد مبتلا یا ایجاد ناتوانی در وی می‌شوند. علت بیماری‌های روانی به خوبی شناخته شده نیست، ولی آنچه مسلم است این است که عوامل ژنتیکی، استرس‌های مختلف و نوع تعامل فرد با دیگران در ایجاد یا بروز آن‌ها مؤثر است. افسردگی، اضطراب، وسواس، اختلال دوقطبی و اسکیزوفرنی از جمله این اختلالات هستند.<sup>۹</sup>

### ۴) نهادهای مذهبی

نهادهای پاره‌ای از فرهنگ و قسمت نظام یافته از نوع زندگی یک ملت است<sup>۱۰</sup> که به دو دسته "نهادهای واقعی" و "نهادهای تحلیلی" تقسیم می‌شود. مراد از "نهادهای واقعی" واقعیت مادی نهادهای آشنایی چون خانواده، حکومت و مذهب می‌باشد. نهادهای واقعی همان الگوهای ساختی حاکم بر نهادهای مذکور می‌باشد. در حقیقت مجموعه نهادهای واقعی، ساخت یک نظام اجتماعی را به وجود می‌آورند. "نهادهای تحلیلی" حالتی انتزاعی دارند و گونه‌ای از فرایند و یا شیوه سازمان یافته‌اند که در نظر اول جنبه‌ی عینی ندارند. ولی به عنوان مجموعه‌ای از ارزش‌ها، فرایندها و روش‌ها وجود دارند. از این نظر نهادها همیشه بوده‌اند و هستند و خواهند بود.<sup>۱۱</sup>

به طور کلی وجهه ممیزه نهاد وسایر واژه‌های نزدیک به آن مانند موسسه و سازمان در این است که در نهاد نوع رابطه با بیرون از محیط سازمانی در تبیین معانی آن نقش اساسی دارد.

۶. ضربه‌ی روحی: Truma

۷. آجرلو، تروما چیست، [psychologymag.ir](http://psychologymag.ir)، ۱۳۹۷/۳/۱۱

۸. پیشیاره، تروما چیست، [pishyareh.com](http://pishyareh.com)، ۱۳۹۹/۳/۱۰

۹. <http://www.yjc.ir/fa/news/59268>

۱۰. نیک گهر، مبانی جامعه‌شناسی، ص ۲۴۲

۱۱. ایروانی، درآمدی بر نظریه نهادی، ص ۱۷

در جوامع دینی، نهادهای مدنی دینی نهادهایی هستند که در ساختن هویت و سمت و سوی فکری جامعه نقش مهمی ایفا می کنند. هرچه جامعه دینی تر باشد تاثیرگذاری و نفوذ این نهادهای مدنی دینی بیشتر خواهد بود. نمونه ای از فعالیتهای نهادهای مذهبی:

نهادهای مانند جامعه المصطفی، مجمع تقریب و دیگر مراکز فرهنگی باعث می شوند داعش و امثال آن تربیت و تقویت نشوند و وظیفه ذاتی اش این است که مسلمانان را از مذاهب مختلف و از کشورهای گوناگون جذب کند و این ها را در راستای اندیشه ی تقریب تربیت کند. عدم جذب و تقویت اندیشه تقریب یعنی تقویت شدن داعش و افزایش خشونت در جهان اسلام که برای کل جهان هزینه بر خواهد بود.<sup>12</sup>

جنس فعالیت گروه های جهادی با توجه به شرایط کنونی و تحریم های دشمن مبارزه با فقر و محرومیت زدایی است و سلاح آنها در حال حاضر بیل و کلنگ و تبیین گفتمان انقلاب است. در واقع گروه های جهادی نبض تپنده انقلاب در جنگ اقتصادی هستند و جهادگران مسیر رزمندگان دفاع مقدس را دنبال می کنند و فقط میدان جنگ عوض شده است.

در مورد ستاد نماز جمعه کارکردهای مختلف فرهنگی، قرآنی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی مطرح است که به طور کلی در دو بخش عبادی و سیاسی تعریف می شود. عبادات گروهی مثل نماز جمعه دارای روح الهی بوده و از آرامش و معنویت ویژه ای برخوردار است. تولید قدرت نرم اجتماع مسلمانان یکی از کارکردهای سیاسی نماز جمعه است که شامل وحدت آفرینی بین امت مسلمان و مبارزه با توطئه افکنی دشمنان است.<sup>13</sup>

این سنت الهی تقویت باورهای دینی و ارزش های انقلابی را بر عهده داشته و راه های چیره شدن به دشمنان را آموزش می دهد. در حقیقت تربیون نماز جمعه کلاس درس اسلام شناسی است.<sup>14</sup>

تبیین نگاه رهبری در هر بخش و انتقال دیدگاه امام امت به مردم در نماز جمعه نشان از جایگاه با ارزش و مهم نماز جمعه دارد.<sup>15</sup>

پیشینه شناسی

۱) کرونا:

در ماه دسامبر سال ۲۰۱۹ در ابتدای سال جدید میلادی اخبار و تصاویری از شهر ووهان در منطقه ی هوبی کشور چین از افرادی که مبتلا به یک ویروس جدید شده بودند، انتشار یافت. ویروسی که در سراسر منطقه به سرعت انتشار پیدا کرد و یک اپیدمی<sup>16</sup> در سراسر دنیا به جز منطقه قطب جنوب به وجود آورد. به طوری که در ماه فوریه سال ۲۰۲۰<sup>17</sup> (دو ماه بعد از اپیدمی در چین) سازمان بهداشت جهانی<sup>18</sup> اعلام کرد جهان مبتلا به پاندمی<sup>19</sup> ویروس کرونا شده است.<sup>20</sup>

<sup>12</sup> <http://www.mashregnews.news.926639>

<sup>13</sup> <http://www.irna.ir/news1399/3/22> 83818538.

<sup>14</sup> <http://www.setadjomeh.com.1399>

<sup>15</sup> <http://www.isna.ir.99092418863>

<sup>16</sup> همه گیری: Epidemic

<sup>17</sup> بهمن سال ۱۳۹۸

<sup>18</sup> Who:World Health Organization

<sup>19</sup> دنیا گیری: Pandemic

<sup>20</sup> قادری، عوامل اضطراب و آرامش، ص ۲۱

شیوع بیماری‌های واگیردار یکی از معضلات همیشگی بشریت بوده و هست. در دنیای مدرن امروز اپیدمی بیماری‌ها نه تنها به بدنه اجتماع و افراد ضربات سنگینی می‌زند بلکه به اقتصاد جامعه نیز ضربه می‌زند. طولانی شدن مدت زمان شیوع بیماری‌ها، چرخش چرخ‌های اقتصاد را کند کرده و منتهی به فقر عمومی در جامعه می‌شود.

مانند هر بحران دیگری در بحران شیوع بیماری‌های واگیردار نظیر ویروس کرونا، آسیب‌پذیرترین اقشار جامعه طبقات پائین جامعه هستند. افراد مزدبگیر نظیر کارمندان و کارگران که با تعطیل شدن کسب و کارهایشان دچار مشکلات فراوانی شده‌اند. علاوه بر این، گروهی از افراد در جامعه وجود دارند که بیشتر از هر مشکل دیگری، خطر ابتلا به این ویروس آنها را تهدید می‌کند که گروه «پرخطر» نام دارند.

این افراد شامل تمام کسانی که بیماری قلبی، فشار خون، دیابتی‌ها و تمام کسانی که سیستم ایمنی ناقص و یا ضعیف دارند، مثل افرادی که تحت درمان شیمی درمانی هستند و یا پیوند عضو انجام داده‌اند و کسانی که بیماری مزمن ریوی مثل آسم شدید دارند و همچنین زنان باردار، افراد با اضافه وزن بالا، کادر درمان و افراد بالای شصت و پنج سال می‌شود؛ به‌خصوص افرادی که مضطرب هستند و یا بیماری‌های اضطرابی دارند. ویروس کرونا از پستان اضطراب تغذیه می‌کند و بسیاری از کسانی که کرونا در آنها به شکل هیولآوری رشد کرده افرادی بوده‌اند که ترس آنها را از پا انداخته است.<sup>56</sup>

بسیاری از پزشکان به این اذعان دارند که بیماری زمانی اوج می‌گیرد که فرد مبتلا دچار استرس شده و سپس سیستم ایمنی بدن بیمار به شدت تضعیف می‌شود. مثلاً فردی که دچار سرماخوردگی یا آنفولانزا شده بابت این‌که احتمال خطر آلوده شدن دیگران به واسطه این بیماری وجود داشته باشد، دچار اضطراب و دغدغه می‌شود و این حساسیت با پنهان‌کاری و ترس همراه می‌شود و بیماری را تشدید می‌کند. استرس نه تنها بر روی سلامت روان بلکه تاثیر مستقیم بر روی سیستم ایمنی بدن افراد می‌گذارد. هنگامی‌که فردی دچار استرس شود به طور طبیعی با کاهش شدید میزان تکثیر سلول‌های کشنده مواد مضر در بدن مواجه می‌شود و به این وسیله می‌توان بیان کرد بین مدت زمان استرس و میزان تغییر ایمنی بدن ارتباط وجود دارد.<sup>57</sup>

خیلی از افراد با نگرانی‌ها و ترس‌های زیادشان نسبت به این بیماری به صورت تلقینی علائم این بیماری را در خود به وجود آورده‌اند درحالی‌که تنها توجه آن‌ها سبب این موردها شده است.

اقداماتی مثل فاصله‌گذاری‌های اجتماعی، پرهیز از حضور در اجتماع، قرنطینه‌های مداوم خانگی و محدود شدن انسان‌ها در خانه و روابطشان با همدیگر به خصوص برای جوانانی که پرشور و اشتیاق‌اند و در دورانی به سر می‌برند که نیاز به حضور در اجتماع و بودن در کنار خانواده و دوستانشان دارند، باعث شده که از لحاظ روحی و روانی دچار آسیب شده و به نوعی استرس و اضطراب دچار شوند و مدام نگران آینده شان باشند. نگران اینکه آیا به این بیماری دچار می‌شوند؟ آیا از آن جان سالم به در می‌برند و...؟

بسیاری از جوانان امنیت شغلشان را از دست داده‌اند و بسیاری دیگر شغلشان را همه ی این موارد باعث شده ترس از آینده در وجودشان رخنه کند و به نوعی برق امید را از چشمانشان بگیرد.

#### 4\_ نقش نهاد های مذهبی در دوران کرونا

56. قادری، باغصه و قصه کرونا، ص ۹۸

57 irnna.ir,1399/5/18,83899332

در باب اهمیت نقش و جایگاه اقشار و گروه‌های اجتماعی در هر جامعه‌ای مطالب زیاد نوشته یا نانوشته وجود دارد. مثلاً یک استاد دانشگاه هنگامی که با گروه‌های شغلی دیگر مقایسه می‌شود جایگاه نسبتاً بالایی در جامعه دارد. پس از یک استاد تمام وقت پر سابقه دانشگاه انتظار می‌رود تعیین نقش ارشادی را در دانشگاه ایفا کند چیزی که از یک استاد نیمه وقت چنین انتظاری نمی‌رود و یا استاد تازه وارد چنین جایگاهی ندارد و انتظاری از او نمی‌رود. نقش جایگاه و تعیین آن دو جنبه دارد یک جنبه آن در دست خود شخص است و جنبه دیگر آن در دست جامعه است یعنی این که جایگاه و نقش روحانیت هم بر جامعه مبتنی است و هم بر جایگاه و شایستگی‌های فردی او. پس ما با نقش‌های روحانی در صورتی مواجه هستیم که این روحانی دارای جایگاه معینی بوده باشد یعنی رفتاری را از خود نشان می‌دهد که دیگران انتظار آن را دارند. بنابراین برای این که روحانی بتواند نقشی را به درستی ایفا کند لازم است دارای شخصیتی باشد که او را به انجام آن نقش هدایت کند.

عده ای براین عقیده هستند که نقش و جایگاه روحانیت، منحصر در حوزه های علمیه و مساجد می باشد و بر همین اساس حکم صادر می کنند که روحانیت به خاطر خروج از نقش و جایگاه خود، در سه دهه ی جمهوری اسلامی ایران، قادر نخواهند بود از عهده ی حل مسائل پیچیده سیاسی، اقتصادی و اجتماعی کشور برآیند؛ نهایت اینکه اداره کردن جامعه در جهان پیچیده ی فعلی از توان آنان دوراست، پس باید به نقش و جایگاه خود برگردند.

اما عده ای دیگر براین عقیده اند که نقش و جایگاه روحانیت همین نقش و جایگاهی است که الان ظهور یافته است و نقش و جایگاه قبل از انقلاب، نقش کامل و تمامی نبوده بلکه حداقلی و آفت زده بوده است.

علاوه بر نقش هایی که سنت تاریخی روحانیت برعهده ی او گذاشته است و نقش هایی که خود روحانی در ذهن خود دارد، به موارد دیگری مثل: بیان اسلام اصیل برای جامعه، تهذیب اخلاق خود و جامعه، خدمت رسانی به مردم و گره گشایی از امورات مردم، اجتناب از دنیا گرایی و ... اشاره کرد<sup>58</sup>

آن نقشی که دراین مقاله برای ما اهمیت دارد، خدمت رسانی و گره گشایی از امورات مروم است.

طلاب و روحانیون حوزه در دوران کرونا ضمن مشارکت در امور نقش مهمی در تقویت اعتماد به نفس و امید در جامعه داشتند.

آنها در کنار سایر آحاد جامعه پلافاصله پس از انتشار ویروس کرونا با درک شرایط حساس جامعه با روش های مختلف در کنار مردم قرار گرفتند تا امید در جامعه تزریق شود.

دراین دوران قرارگاه شهدای روحانیت شکل گرفت و ضمن مشارکت در طرح های پیشگیری و مقابله با ویروس کرونا از جمله توزیع اقلام بهداشتی و ضد عفونی معابر و امکان نیز همراهی لازم صورت گرفت.

مهمترین رسالت روحانیت در شرایطی که دشمنان با استفاده از رسانه های استکباری به دنبال تزریق نا امیدی و تفرقه و نگرانی در جامعه بودند، تقویت خودباوری و ایجاد امید است. پس از تاکید مقام معظم رهبری در اجرای رزمایش کمک مومنانه و مواسات طلاب و روحانیون، حوزه علمیه هم زیر نظر نماینده ولی فقیه پای کار بودند و آنچه در توان داشتند در همکاری به کار گرفتند تا انجام کارها تسریع شود.<sup>59</sup>

58. عیسی نیا، رضا، نقش و جایگاه اجتماعی سیاسی روحانیت، ش ۲، صص ۱۰۶-۱۱۲

59. <https://www.mehrnews.com/news/4915153>

اما راهکار چیست؟

وَقَالُوا لَا تَخَفْ وَلَا تَحْزَنْ ۖ إِنَّا مُنْجُونَ (33، عنکبوت)

وگفتند: هراسان و اندوهگین مباش که ما تو را رهایی می بخشیم.

جدای از رعایت اصول بهداشتی و نکات ایمنی که باید جدی گرفته شود قدرت ویروس کرونا در بدن به قدرت سیستم ایمنی مربوط می شود و انسان ها با احساسات خود می توانند به سیستم ایمنی بدنشان کمک نمایند که احساس خوب و بد نقشی مستقیم در ایجاد هر گونه بیماری در بدن دارد. هرچقدر احساس ترس و نگرانی و تنفر افزایش پیدا کند، قدرت بدن و سیستم ایمنی کاهش پیدا می کند و هرچقدر احساسات خوب گسترش پیدا کند قدرت سیستم ایمنی به حد نهایی خود می رسد و به طور واضح علانمی از بیماری یا ناراحتی در بدن باقی نمی ماند.<sup>60</sup>

تنها زمانی حقیقت خدا و عشق را درخواهیم یافت که همواره از خود پرسش کنیم و در مشاهده باشیم و همیشه به فراگیری مشغول شویم و اگر در بیم و هراس باشیم نمی توانیم به پرسش پرداخته مشاهده و فراگیری کنیم. و نمی توانیم هوشیار باشیم. ترس بر ما تأثیرات شگرفی دارد و پدیدآورنده این همه رفتار ها و این همه مسائل است. ترس همواره اعمالمان را تحریف می کند مگر این که ژرف بینانه به آن نگاه کنیم و درکش کنیم. ترس رشته های اندیشه مان را در هم می پیچد و زندگی ما را به گمراهی می کشاند. میان آدمیان دیوار میکشد و بی گمان عشق را نیست و نابود می کند. بنابراین هرچه بیشتر به درون ترس راه یابیم آن را بیشتر فهمیده و از ترس آزاد می شویم.<sup>61</sup>

منابع

<sup>60</sup> Kaffeketab.ir, 1399/1/3

<sup>61</sup> کریشنا مورتی، برای جوانان، ملک زاده، ص ۱۴۶

۱. قرآن کریم
۲. اسداللهی، قربانعلی، وسواس و سلامت روان، فرهنگ و مردم، ۱۳۸۸
۳. آزاد، حسین، آسیب شناسی روانی، موسسه انتشارات بعثت، ۱۳۷۴
۴. انصاری القرطبی، محمد، جامع الاحکام القرآن، ج ۱۶ و ۱۵، دارالکتب العلمیه، ۱۳۶۸
۵. خانیان، اسحاق، مشعشعی، ماندانا، محمدخانی، مهدی، آسیب شناسی روانی (مرضی)، سازمان مردم نهاد مرکزی مهارت های روان شناختی، چ ۲، ۱۳۹۶
۶. زمانی، مصطفی، وسواس پیدایش رشد و علاج، ۱۳۸۳
۷. ساراسون، اروین جی، ساراسون، باربار آر، روان شناسی مرضی، نجاریان، بهمن، نشر رشد، ۱۳۹۳
۸. سروریان، حمیدرضا، عوامل اضطراب و آرامش در آینه قرآن و احادیث، نشر فدک فاطمی، ۱۳۸۵
۹. شیهان، دیویدو، بیماری اضطراب، حریری، نجلا، نشر اختر، ۱۳۶۹
۱۰. طباطبائی، محمدحسین، تفسیر المیزان، مرکز نشر فرهنگی رجا، ج ۲۷، چ ۵، ۱۳۷۸
۱۱. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، ج ۳، نشر ناصر خسرو، چ ۸، ۱۳۸۴
۱۲. علوی گرگانی، محمدعلی، احکام جوانان، انتشارات فقیه اهل بیت، ۱۳۹۱
۱۳. عیسی نیا، رضا، زمستان ۱۳۹۳، نقش و جایگاه اجتماعی\_سیاسی روحانیت در سه دهه ی بعد از انقلاب اسلامی، سپهر سیاست، ش ۲
۱۴. قادری، حمیدرضا، با قصه و غصه کرونا، ۱۳۹۹
۱۵. قائمی، علی، امیری، وسواس، چ ۲، ۱۳۶۷
۱۶. قمی، عباس، سفینه البحار، ج ۲، بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی، چ ۲، ۱۳۸۴
۱۷. کریشنامورتی، جیدو، برای جوانان، نشر میترا، چ ۴، ۱۳۸۲
۱۸. لطف آبادی، حسین، روان شناسی رشد ۲: نوجوانی و بزرگ سالی، نشر سمت، ۱۳۸۰
۱۹. محدثی، جواد، هنر در قلمرو مکتب، نشر بوستان کتاب قم، چ ۳، ۱۳۷۶
۲۰. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۵۳
۲۱. میللر، لی نت، چگونه بر استرس و اضطراب خود غلبه کنیم، فرهنگ بیگوند، شهر روز، نشر استاندارد، ۱۳۸۷
۲۲. نراقی، احمد، معراج السعاده، نشر دهقان، چ ۹، ۱۳۹۲
۲۳. یوسفی مصری، زهرا، بیماری های روحی و راه های درمان آن، نشر میراث ماندگار، ۱۳۹۴
۲۴. پیشیاره، ابراهیم، تروما چیست [pishyareh.com](http://pishyareh.com)، ۱۳۹۹/۳/۹
۲۵. [www.who.int/emergencies/diseases/novel](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel)
۲۶. <http://www.yjc.ir/fa/news/5926817>

http://www.irnna.ir,1399/5/18,83899332.۲۷

http://www.kaffeketab.ir,1399/1/3.۲۸

<http://www.mehrnews.com/news/4915153>.۲۹

http:// [www.mashreghnews.ir/news/926639](http://www.mashreghnews.ir/news/926639).۳۰

http://www.irna.ir/news1399/3/22,83818538.3۱

http://www.setadjomeh.com/1399/5/6.۳۲

http://www.isna.ir/99092418863.1399/9/24.3۳