الآفاق

مجلة أسبوعية تهتم بشؤون الحوزات العلمية

- السنة الثالثة
- الـ ١١٢
- الإثنين
- ٢٧ ذي‌الحجه ١٤٤٦ هـ‌ق
- ٢٣ يونيو ٢٠٢٥ م
- ٤ صفحات
- ٢٠٠٠٠ ريال

تقلبات "الفكر السياسي" في حوزة قم العلمية ٤

آية الله العظمى الشبيري الزنجاني: الحفاظ على الوحدة والانسجام الوطني أهمّ سلاح في مواجهة الأعداء وتهديداتهم ١

قال: سُئل الحسين عليه السلام

«أَيَّ شَيْءٍ كُنْتُمْ قَبْلَ أَنْ يَخْلُقَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ آدَمَ عليه السلام؟ قَالَ: كُنَّا أَشْبَاحَ نُورٍ نَدُورُ حَوْلَ عَرْشِ الرَّحْمنِ فَنُعَلِّمُ لِلْمَلَائِكَةِ التَّسْبِيحَ وَ التَّهْلِيلَ وَ التَّحْمِيدَ.»

بحار الأنوار، ج ٥٧، ص ٣١١

الإمام الخامنئي في الكلمة المتلفزة الثانية عقب هجوم الكيان الصهيوني على إيران

إذا دخلت أمريكا الميدان عسكريًا ستتكبّد خسارة لا يمكن تعويضها

توجّه قائد الثورة الإسلاميّة بتاريخ ٢٠٢٥/٠٦/١٨ إلى الشعب الإيراني في كلمة متلفزة ثانية عقب هجوم الكيان الصهيوني على إيران. وأكّد سماحته أنّ العدوّ الصهيوني ارتكب خطئًا عظيمًا وجريمة كُبرى، ويجب أن يُعاقب، وهو يلاقي جزاءه، وبعد أن شدّد قائد الثورة الإسلاميّة على عدم رضوخ الشعب الإيراني لأيّ نوع من أنواع الفرض، أشار إلى أنّ أمريكا تعلم بأنّ أيّ تدخّل لها في هذه القضية سيكون في ضررهم بنسبة مئة بالمئة، وأنّ ما ستتكبده من خسائر في هذا الصدد سيكون أكثر بكثير مما قد تتكبده إيران.

كلمة رئيس التحرير

المعايير المزدوجة وخداع الغرب

من أبرز المشكلات فى العلاقات الدولية، المعايير المزدوجة للغرب فى التعاطى مع قضايا هامة مثل العدالة، الحرية، حقوق الإنسان وحقوق المرأة. غالبًا ما يُقدّم الغرب نفسه كمدافع عن هذه القيم، لكن الحقيقة أن هذه المبادئ لا تُحترم حتى داخل مجتمعاتهم، وتُستخدم غالبًا كأداة للضغط وتبرير السياسات وخداع الرأى العام.

ففى الدول الغربية نفسها، وعلى الرغم من الدعاوى الكثيرة حول العدالة والحرية، تنتشر ظواهر مثل الفجوة الطبقية، التمييز العنصرى، عنف الشرطة، وانتهاك حقوق الأقليات والنساء. ومع ذلك، يتجاهل الغرب هذه الحقائق، ولا يركّز عليها إلا عند حدوثها فى دول أخرى، حيث يستخدمها للضغط السياسى.

أما فى مجال حقوق الإنسان، فهناك العديد من الأمثلة على انتهاك هذه الحقوق فى الدول الغربية؛ من اعتقال المتظاهرين واستخدام العنف ضدهم، إلى المعاملة غير الإنسانية للاجئين والمهاجرين. وغالبًا ما يتجاهل الإعلام الغربى والساسة هذه الانتهاكات، بينما يحوّلون أى حادثة صغيرة فى بلدان معارضة للغرب إلى أزمة عالمية.

ويظهر خداع الغرب أيضًا فى القضايا الحساسة مثل حق الشعوب فى امتلاك الطاقة النووية. فعلى سبيل المثال، تتعرض إيران للضغوط والعقوبات بسبب برنامجها النووى السلمى، بينما تحظى دول حليفة للغرب (مثل الكيان الصهيونى) بدعم غير مشروط رغم امتلاكها للسلاح النووى. هذا السلوك المزدوج يؤكّد أن قيَم مثل حقوق الإنسان والعدالة فى الخطاب الغربى ليست هدفًا حقيقيًا، بل أداة سياسية لتحقيق المصالح الخاصة.

فى النهاية، هذه المعايير المزدوجة وخداع الغرب أضعفت ثقة الشعوب فى ادعاءات الغرب حول حقوق الإنسان، العدالة والحرية، وجعلت هذه القيم تفقد مصداقيتها على الساحة الدولية.

■ آية الله العظمى الشبيري الزنجاني: الحفاظ على الوحدة والانسجام الوطني أهمّ سلاح في مواجهة الأعداء وتهديداتهم

وكالة أنباء الحوزة – أصدر مكتب آية الله السيد موسى الشبيري الزنجاني، في الإدانة لتهديد مقام المرشد الأعلى للثورة الإسلامية بيانًا صرّح فيه أنّ الحفاظ على الوحدة والتماسك الوطني أهمّ سلاح في مواجهة الأعداء وتهديداتهم.

ونصّ البيان كما يلي:

بسم الله الرحمن الرحيم

قال الله تبارك وتعالى: «إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ خَوَّانٍ كَفُورٍ. أُذِنَ لِلَّذِينَ يُقَاتَلُونَ بِأَنَّهُمْ ظُلِمُوا ۚ وَإِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ نَصْرِهِمْ لَقَدِيرٌ» (الحج، ٣٨، ٣٩)

في سياق استمرار تعدّي الكيان الصهيوني الغاشم على الأراضي الإسلامية، يقوم هذا الكيان بانتهاكٍ صارخ لحقوق الإنسان الأساسية حيث يرتكب مجازر بحق النساء والأطفال والأبرياء، والعسكريين والمدنيين، كما أنّه يهدّد بشكل واضح مقام المرشد الأعلى للثورة الإسلامية (دامت بركاته).

نُدين بشدة هذه الأعمال الإجرامية، ونؤكّد على أنّه في هذه الظروف الحسّاسة يعدّ الحفاظ على الوحدة الوطنية، واليقظة، والنصيحة الخيرة، وتماسك المؤمنين، والتعاضد فيما بينهم سلاحًا عظيمًا في مواجهة هذه التهديدات ويقع على عاتق جميع أصحاب الكلمة والمؤسسات الدولية، أن يتخذوا إجراءات حاسمة تحول دون استمرار هذا العدوان الظالم، والخسائر التي لا يمكن تعويضها.

وعشية أيام عزاء الإمام أبي عبد الله الحسين عليه السلام، ندعو المؤمنين كافّة إلى الحضور الواسع والمعبّر في مجالس التوسّل بآل الله، استدراراً للرحمة الإلهية على أرض المحبّين والمخلصين لأهل البيت عليهم السلام، وأن يتوجّهوا بالدعاء والابتهال إلى حضرة الربّ المتعال لظهور الإمام المهدي عجل الله فرجه الشريف، وإنهاء معاناة البشرية.

مكتب سماحة آية الله العظمى السيد موسى الشبيري الزنجاني (مدظله العالي)

■ رسالة آية الله الأعرافي إلى أكثر من ٨٠ شخصية إسلامية ودينية دولية إثر اعتداء الاحتلال الصهيوني

وكالة أنباء الحوزة - قام آية الله عليرضا الأعرافي، مدير الحوزات العلمية في إيران وعضو المجلس الأعلى للحوزات بمراسلة أكثر من ٨٠ شخصية إسلامية ودينية دولية إثر اعتداء الاحتلال الصهيوني على إيران الإسلامية.

وأدان سماحته في رسائله انتهاكات الكيان الصهيوني السافرة لسيادة الأراضي الإيرانية، وبدء حرب شاملة بدعم من بعض الدول الغربية (خصوصاً الولايات المتحدة) ضد الشعب الإيراني. وأكد فيها أن مجموعة من الأبرياء والعلماء في مجالات العلوم النووية والقادة العسكريين الإيرانيين قد استشهدوا، بالإضافة إلى استهداف عدد من المراكز المدنية والبنية التحتية.

وأضاف: "لقد ظل الكيان المحتل يعتدي على أرض فلسطين والدول الإسلامية لعقود، ويداه ملطختان بدماء العديد من الأبرياء. وقد ارتكب أسوأ أنواع العداء ضد المسلمين عبر التاريخ، كما ورد في القرآن الكريم: (لَتَجِدَنَّ أَشَدَّ النَّاسِ عَدَاوَةً لِّلَّذِينَ آمَنُوا الْيَهُودَ وَالَّذِينَ أَشْرَكُوا) (المائدة: ٨٢)."

وطلب مدير الحوزات العلمية من العلماء والشخصيات الإسلامية والدينية، أن يدينوا بشدةٍ الاعتداءات المتزايدة للاحتلال الصهيوني، وأن يوصلوا صوت مظلومية الشعب الإيراني إلى مسامع العالم، ويضاعفوا جهودهم من أجل الوحدة الكاملة للأمة الإسلامية في مواجهة العدو المشترك الصهيوني.

■ نائب رئيس المجلس الإسلامي الشيعي الأعلى: تعرض ترامب للسيد الخامنئي هو خروج سافر عن القيم والتقاليد

الاجتهاد-أصدر نائب رئيس المجلس الإسلامي الشيعي الأعلى، العلامة الشيخ علي الخطيب، بيانًا يدين فيه بشدة تصريحات الرئيس الأمريكي دونالد ترامب تجاه إيران وتهديده المباشر للمرجع الديني الإمام السيد علي الخامنئي دام ظله.

واعتبر الخطيب أن الحروب الإسرائيلية في المنطقة هي في الأساس حروب أمريكية بأدوات إسرائيلية، بما في ذلك الحرب ضد الجمهورية الإسلامية الإيرانية. مشيرا إلى أن تهديد ترامب المباشر للمرجع الخامنئي بالقتل يمثل خروجًا صارخًا عن القيم والتقاليد والأعراف والقوانين الإنسانية والدولية

وجاء في بيان نائب رئيس المجلس الاسلامي الشيعي الاعلى العلامة الشيخ علي الخطيب:

لم تفاجئنا تصريحات ومواقف الرئيس الاميركي دونالد ترامب خلال الايام الماضية، حيال الحرب العدوانية الاسرائيلية على الجمهورية الاسلامية الايرانية، فنحن من الاساس نعتبر أن حروب الكيان الاسرائيلية في منطقتنا وعلى شعوبنا، هي حروب أميركية خالصة بأدوات اسرائيلية، ومن ضمنها الحرب على الجمهورية الاسلامية".

وأضاف: "لكن أن يتعرض الرئيس الاميركي في تصريحاته بالأمس الى مرجع روحي وديني كبير من وزن آية الله العظمى الامام السيد علي الخامنئي وتهديده المباشر بالقتل، فإن ذلك لخروج سافر عن القيم والتقاليد والأعراف والقوانين الانسانية والدولية، بما يظهر الرئيس الاميركي كقاطع طريق، وليس قائدا ورئيسا وزعيما لأقوى دولة في العالم".

وتابع: "اننا اذ نشجب وندين هذه العنجهية الاميركية التي لم يسبق لها مثيل، ندعو العالم العربي والاسلامي والعالم الحر وقادة الدول والمؤسسات الدولية، الى ادانة هذا التصرف الذي لن تقتصر تبعاته على الجمهورية الاسلامية الايرانية وقائدها الاول، بل سيطال كل الدول وقادتها والتجرؤ على كل القيم الاخلاقية والانسانية، ويحملنا على تنبؤ المزيد من الأزمات الدولية في ظل هذه الروحية الخارجة على كل ما تبقى من قيم في هذا العالم.

وختم: كما نناشد المرجعيات الروحية الاسلامية والمسيحية في العالم، التصدي لمثل هذه المواقف، حرصا على مواقعها وأدوارها في محاربة العنف والتطرف والارهاب.

■ طلبة الحوزة في النجف: السيد الخامنئي خط أحمر والید التي تمتد إليه تُقطع

وكالة أنباء الحوزة - في موقف لافت يحمل بُعداً دينياً وسياسياً، ندد طلبة الحوزة العلمية في النجف الأشرف بالتصعيد الأميركي-الإسرائيلي ضد قائد الثورة والجمهورية الإسلامية في إيران، السيد علي الخامنئي، وذلك عقب التلميح بإمكانية استهدافه.

بيان

بسم الله الرحمن الرحيم

"ولينصرنّ الله من ينصره إنّ الله لقويّ عزيز" [الحج: ٤٠]

بيان استنكاري صادر عن طلبة الحوزة العلمية في النجف الأشرف حول التهديدات الأمريكية السافرة باستهداف سماحة آية الله العظمى السيد علي الحسيني الخامنئي (دام ظله)

في خطوة حمقاء تعكس حجم الجنون والغطرسة التي تحكم سلوك الإدارة الأمريكية، أقدم الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، وبصلافة سياسية فاجرة، على التهديد العلني بتصفية سماحة المرجع الديني الكبير آية الله العظمى السيد علي الحسيني الخامنئي (دام ظله الشريف)، في سابقة خطيرة تكشف زيف ادعاءاتهم بالديمقراطية وحقوق الإنسان. وتؤكد الطبيعة الإجرامية لهذا النظام المستكبر الذي لا يقيم وزنًا لكرامة الشعوب ولا لحرمات الرموز الدينية

إننا نحن طلبة الحوزة العلمية في النجف الأشرف وقم المقدسة وسائر الحوزات في العالم الإسلامي، ندين بأشد العبارات هذا التهديد الوقح، ونعتبره عدوانًا صريحًا على الحوزة العلمية والمرجعية العليا، وتجاوزًا خطيرًا على مقام من مقامات الأمة، لا يختلف في خطورته عن المساس بالكعبة أو القرآن أو دماء الأنبياء

إن المرجع الخامنئي (دام ظله) ليس شخصية سياسية فحسب، بل هو رمز ديني جامع، ومرجعية عليا تمثل وجدان ملايين المؤمنين في إيران والعراق ولبنان وباكستان والخليج وسائر بلاد الإسلام، وإن المساس به هو إعلان حرب على كل هذه الشعوب، وإساءة سافرة لكل القيم التي تأسست عليها حضارتنا الإسلامية

وإننا نوجه رسالتنا إلى الإدارة الأمريكية الحالية ومن يقف في محورهم: من أتباع الباطل، اعلموا أن مقام المرجعية خط أحمر، وأن يدًا تمتد إليه لن تقابل إلا بيد تقطعها، وأن جسد الأمة قد يتألم، لكنه لا يموت، بل ينهض بكل ما أوتي من وعي وعقيدة ليذود عن دينه ومراجعه وكرامته.

وندعو الحكومات الإسلامية، والهيئات الدينية، والمؤسسات الحقوقية، وكل أحرار العالم، إلى إدانة هذه التهديدات الجبانة، والوقوف صفًا واحدًا في الدفاع عن الحق والعقلانية والحوار، بدلًا من الانجرار خلف تهديدات المحمومين بالقتل والفوضى والدمار.

ونسأل الله تعالى أن يحفظ سماحة السيد القائد الخامنئي (دام ظله الشريف) ذخرًا للإسلام والمسلمين، وأن يرد كيد المعتدين إلى نحورهم، ويخزي الظالمين في الدنيا والآخرة.

والله من وراء القصد

وصلى الله على محمد وآله الطاهرين

صادر عن

طلبة الحوزة العلمية

النجف الأشرف

٢٢ ذي الحجة ١٤٤٦

وأكد طلبة الحوزة أن السيد الخامنئي لا يُعد مجرد شخصية سياسية، بل هو مرجعية عليا ورمز ديني جامع يمثل وجدان ملايين المؤمنين في العالم الإسلامي.

وشددوا على أن أي مساس بمقام المرجعية يُعد تجاوزاً للخطوط الحمراء، قائلين: "رسالتنا إلى إدارة ترامب ومن يقف في محوره أن مقام المرجعية خط أحمر، وأن يداً تمتد إليها لن تُقابل إلا بيدٍ تقطعها".

وطالبوا الحكومات الإسلامية والهيئات الدينية والمؤسسات الحقوقية وكل أحرار العالم بالتحرك العاجل لإدانة هذه التهديدات التي وصفوها بـ"الجبانة".

وكان ترامب قد نشر منشور على منصة "سوشال تروث"، أمس، قائلاً: "نعرف تماماً أين يختبئ من يُسمّى بالمرشد الأعلى. إنه هدف سهل، لكنه بأمان هناك. نحن لا نخطط لاستهدافه، على الأقل ليس في الوقت الحالي"، قبل أن يضيف: "لا نريد إطلاق صواريخ على المدنيين أو على الجنود الأميركيين، لكن صبرنا بدأ ينفد".

مقالة

رجاءُ الفقيه ونبضُ الفلسفة الفقهية

⚠ الأبحاث و المقالات المنشورة لا تعبر عن رأي «الآفاق» بالضرورة، بل تعبر عن رأي أصحابها

في زحام العالم الذي تطغى عليه أصوات الماديات، يتوارى الرجاء بين دهاليز الألم، وينكفئ الفقه في عيون بعض الناس على صورة قوانين جامدة، لا تنبض بالروح ولا تتوشح بأمل. ولكن، وسط هذا الركام، ينهض صوتٌ استثنائي، كأنه صدى الروح في جسد الأمة، صوت الإمام الخميني قدس سره، الذي أعاد للفقيه وجهه الحقيقي، لا كقاضٍ متجمد، بل كمرشد روحي يحمل الرجاء في قلب الفقه، ويجعل من الفلسفة الفقهية سلّمًا تصاعديًا نحو الله، لا قيدًا يثقله.

هذا المقال رحلة في عمق هذا الفكر، حيث تمتزج الدراما بحكمة الفقه، ويطل الرجاء من بين سطور القوانين ليقول: الفقه ليس حدودًا فقط، بل هو أملٌ للعبور.

■ الفقه روحًا لا هيكلًا.

يُعرّف الإمام الخميني الفقه، لا كمجموعة من الأحكام الفروعية فحسب، بل كنظام متكامل لرعاية الإنسان في دنياه وأخراه. يرى أن الفقيه يجب أن يكون ناطقًا باسم الروح الإسلامية، لا مجرّد ناقلٍ لكتب الفتاوى. يقول في كتابه الاجتهاد والتقليد: "إن الفقه الإسلامي، لو جُرِّد عن بُعده الروحي والسياسي، لصار هيكلًا ميتًا لا يُغني من جوع، ولا يهدي في ظلمة". (الإمام الخميني، الاجتهاد والتقليد، ص٣٥).

الدراما هنا ليست محض زخرف لغوي، بل انعكاس لحالة واقعية: فقهٌ حيّ يُغذّي الأرواح، وفقهٌ ميت يُثقل النفوس. وبين هذا وذاك، يقف الإمام الخميني حاملًا راية إحياء الفقه بروحه الفلسفية والرجائية.

■ الفلسفة الفقهية، جوهرٌ يتجاوز الفروع.

حين يتحدث الإمام الخميني عن الفلسفة الفقهية، فهو لا يستعرض كلمات مجردة، بل يضع إصبعه على جرح الأمة: انفصال الفقه عن الحياة. في كتابه الحكومة الإسلامية، يتناول بجرأة فلسفة الأحكام، ويشير إلى أن "كل حكم شرعي هو تجلٍّ من تجلّيات الرحمة الإلهية، ولا يُمكن فهمه خارج سياق غايته الإنسانية والروحية". (الحكومة الإسلامية، ص٥٠).

هنا نرى الفقيه الفيلسوف، لا كعالم كلامي، بل كقائد فكري يرسم فلسفة وراء كل حكم: لماذا الصلاة؟ لماذا الحدود؟ لماذا الجهاد؟ كلها ليست مجرد أوامر، بل رسائل محبة، إن فُهمت من الداخل.

■ الرجاء في فقه الإمام: نور في نفق الضياع:

وفي قلب هذه الفلسفة ينبض الرجاء، ليس كحالة نفسية فحسب، بل كمبدأ فقهي وفلسفي. الرجاء في نظر الإمام هو بوابة النجاة للمذنب، ومحرّك التوبة، ووقود الاستقامة. يقول في كتابه الأربعون حديثًا: "الرجاء الحقيقي لا يعني الاطمئنان الكاذب، بل هو حركة داخلية تضع العبد على سكة العودة إلى الله، دون أن تغرقه في الأمن من مكر الله". (الأربعون حديثًا، ص١٢٨).

هنا تشتد الدراما الروحية: الإنسان بين الخوف والرجاء، على حد سكين، إما أن يهوي إلى درك الغرور، أو يصعد سلّم الطاعة برجاء صادق.

■ من فقه الحدود إلى حدود الرحمة.

لعلّ من أبرز مواطن التجلّي في فكر الإمام هو إدخاله بُعد الرجاء في أقسى الأحكام: الحدود. ففي رأيه، إقامة الحد ليست انتقامًا، بل تطهيرًا. ويؤكد في تعليقاته على تحرير الوسيلة أن "الحد يُدرأ بالشبهة، لأن الله يحب أن يعفو، ويحب أن يفتح باب الرجاء حتى في أشد المواطن". (تحرير الوسيلة، ج٢، ص٤٥٧).

هذه ليست فتوى فقهية فقط، بل رؤية وجودية: حتى المذنب، عند الإمام، هو محل للعناية الإلهية، ما دام لم يُقفل باب الرجاء في قلبه.

■ الدراما في ساحة الفتوى، رجاء يتحدى الجمود.

من يتأمل فتاوى الإمام الخميني في قضايا النساء، أو السياسة، أو العلاقات الاجتماعية، يُدرك أن الرجل لم يكن مجرد ناقلٍ للأقوال، بل كان يزرع الرجاء في جسد الأمة. فتواه بجواز إقامة صلاة الجمعة في ظل الدولة الإسلامية، رغم الخلاف الفقهي، لم تكن مجرد رأي، بل رسالة رجاء تقول: "الدين قادر على الحياة، لا في الكتب فقط، بل في الواقع".

وفي توصيته لطلبة العلوم الدينية يقول: "إياكم أن تجعلوا من الفقه جدارًا بينكم وبين الناس، بل اجعلوه جسرًا يوصلهم إلى الله". (وصية الإمام الخميني، ص٢٣). وهذه دعوة واضحة إلى أن تكون الفتوى مبنية على فلسفة رجاء لا قيد تقنين.

■ الرجاء في السلوك السياسي، فقيه الثورة لا يخاف.

من أكثر تجليات الرجاء في فكر الإمام هو موقفه السياسي الجريء، حين واجه أعتى طغاة العصر بشعار "لا شرقية ولا غربية، جمهورية إسلامية". لم يكن هذا الشعار سياسيًا فقط، بل فقهًا رجائيًا، يثق بأن الله سينصر عباده ولو بعد حين.

في وصيته السياسية، يقول: "إنني أوصيكم أيها الأعزاء، أن لا تيأسوا من نصر الله، فإن الرجاء في الله هو ذخيرة القلوب المؤمنة". (الوصية السياسية، الإمام الخميني، ص١١). هذه الكلمات ليست مجرد موعظة، بل فلسفة مقاومة قائمة على الرجاء كقيمة وجودية.

■ الموت في فكر الإمام، رجاء اللقاء لا رهبة النهاية.

حتى الموت لم يخلُ من الرجاء في فلسفة الإمام. ففي لحظاته الأخيرة، وكلماته المسجلة، كان يُردد: "إننا نرجو الله، لا لأننا أهل للعمل، بل لأننا نعرف أنه أهل للعفو". (وصايا الإمام الخميني، نقلًا عن صحيفة نور، ج٢١، ص٤٢). هذه العبارة تختصر كل الدراما التي أراد أن يغرسها في قلب كل مسلم: العمل مطلوب، نعم، لكن الرجاء هو الذي يهب الروح للعمل.

■ خاتمة درامية بفلسفة نبوية.

الفكر الفقهي عند الإمام الخميني هو امتداد لنفس محمدي، لا يرى في الفقه جمودًا، بل مرونة، ولا في الحدود قسوة، بل رحمة، ولا في السياسة كيدًا، بل إصلاحًا، ولا في الموت فناءً، بل لقاءً. وفي كل هذا، الرجاء هو النبض الذي يجعل القلب الإسلامي حيًا.

لقد بنى الإمام فلسفة فقهية تتجاوز ظاهر الأحكام إلى روحها، وتجاوز صرامة التشريع إلى رحمة التأويل، وجعل من الفقيه إنسانًا يُعلّم الرجاء، لا الخوف فقط، ويُوقظ في الأمة حبّ الله، لا مجرد رهبة العقاب.

وهكذا، حين نقف أمام فكر الإمام الخميني قدس سره، فإننا لا نقرأ فقهًا فحسب، بل نحيا دراما روحية، عنوانها الأسمى: "رجاء العارفين، وفلسفة العاشقين".

المصدر: معهد المعارف الحكمية

سيماء الصالحين

الميرزا القمّي والسيّد محمّد المجاهد

يقال إنّه عندما جاء السيّد محمّد المجاهد -ابن صاحب الرياض- إلى قمّ كان المحقّق القمّي -صاحب القوانين- قد بلغ آنذاك سنّ الشيخوخة، فاستضاف ذات ليلةٍ السيّد محمّد مع جمع، وكانت له معهم مباحثات علميّة. في ذلك المجلس قال المحقق القمّي: «الهدف من دعوتكم هذه الليلة ومن المباحثات العلميّة، هو أنّ سنّ الشيخوخة فتّت قواي، فأردت أن أتحدّث معكم قليلاً، لتروا هل إنّ ملكة الاستنباط ما تزال موجودةً فيّ أم لا؟ فقال السيّد محمّد المجاهد: إذا كانت ملكة الاستنباط هي هذه الموجودة فيك فأنا وأمثالي ليست لنا ملكة استنباط».

ونقل عن السيّد محمّد المجاهد أنّه سئل: «هل آية الله السيّد محمّد باقر حجّة الإسلام مجتهد أم لا؟ فقال:

شأنه أجلّ من أن أشهد باجتهاده أنا وأمثالي، بل اسألوه هل السيّد محمّد - يعني نفسه- مجتهد أم لا؟».

المصدر: سيماء الصالحين، ص ١٠٣

كلمات للحياة

الأمّ والتربية!

لقد توفّرت في الأمّ بعض الدوافع الذاتيّة لرعاية الطفل وتربيته، ولعلّ من أهمّها - فيما نحسب - هي:

١- أنّها أكثر صبراً من غيرها على تربية أطفالها ورعايتهم، لأنّها مدفوعة بدافع فطريّ ذاتيّ، فقد أوجد الله في قرارة نفسها الحبّ العميق لأطفالها، وجعلهم ثمرة لقلبها ومهجتها، ولولا ذلك لما أمكن أن يعيش الطفل ويحيا.

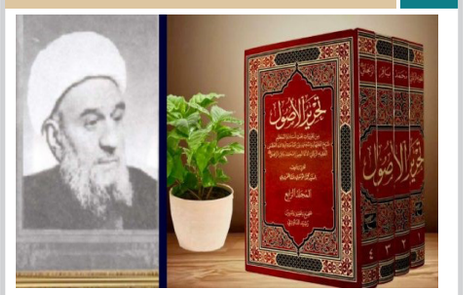
٢- أنّها أكثر دراية وإمعاناً بأخلاق أبنائها ونفسيّاتهم، وأبصر بالوسائل السليمة التي تجدي في توجيههم بعثاً نحو الخير، وزجراً عن الشرّ.

٣- أنّ الطفل يستجيب لأمّه بحكم فطرته وحاجته إليها، فهو يسعى جاهداً لتنفيذ رغباتها وكسب رضاها.

هذه بعض الأمور التي تحمّل الأمّ المسؤوليّة الخطيرة عن التربية الواعية لأبنائها.

المصدر: النظام التربويّ في الإسلام، الشيخ باقر شريف القريشي

صدر حديثاً



« تحرير الأصول » للفقيه الأصولي آية الله الميرزا محمد باقر الزنجاني رحمه الله

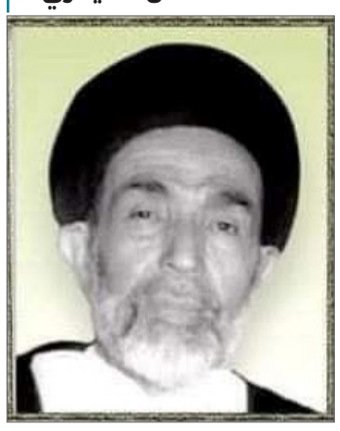
الاجتهاد: صدر حديثًا كتاب "تحرير الأصول"، وهو تقرير لأبحاث الأصول للراحل آية الله الميرزا محمد باقر الزنجاني، بقلم الأستاذ السيد محمد الموسوي الشاهرودي.

ويعتبر هذا الكتاب، الذي يقع في أربعة مجلدات، تقريرًا لدورة كاملة في علم الأصول لآية الله الحاج ميرزا محمد باقر الزنجاني رحمه الله، أحد أبرز فقهاء النجف الأشرف. وقد قام بكتابته تلميذه البارز، الأستاذ الحاج السيد محمد الموسوي الشاهرودي، أحد العلماء البارزين في مشهد، ونشرته مؤسسة بوستان كتاب قم.

تجدر الإشارة إلى أن تقرير بحث الاستصحاب لآية الزنجاني كان قد نُشر في السنوات الماضية، وقد أعيد نشره هذا العام مع تصحيحات وإضافات ضمن هذه الدورة الكاملة في علم الأصول.

شهداء الفضيلة

الشهيد السيد حسن الحيدري قدس سره



■ ولادته ونسبه

ولد الشهيد السعيد في مدينة سامراء سنة ١٩٣٢م عندما كان والده آية الله السيد أحمد الحيدري يدرس هناك ونشأ على طلب العلم بشغف بالغ وشوق كبير، وهو من أسرة آل الحيدري التي عرفت بالشهادة والجهاد والعلم، فجده الإمام الثائر المرجع السيد مهدي الحيدري أول من أفتى بالجهاد ودعا إليه عندما دخل الإنجليز العراق عام ١٩١٤م وخرج بنفسه وأولاده يتقدم المجاهدين في جبهة القرنة [من توابع البصرة] وكان عمره يزيد على الثمانين سنة.

■ دراسته وأساتذته

كان قدس سره، بصحبة والده في مدينة النجف الأشرف، يدرس عليه وعلى غيره من الأساتذة، حتى نال نصيبًا وافرًا من العلم والمعرفة، وحصل على قسم كبير من المواهب النفسية الرفيعة، والملكات الأخلاقية العالية، عاد مع والده الى مدينة الكاظمية المقدّسة، وانصرف إلى الدراسة والتحصيل، وحضر دروس علمائها أمثال:

١ _ السيّد أحمد الكيشوان.
٢ _ الميرزا علي الزنجاني.
٣ _ أخوه السيّد طاهر الحيدري.
٤ _ أخوه السيّد علي نقي الحيدري.
٥ _ الشيخ عبد الغني المختار.

■ نشاطاته

انتقل قدس سره، إلى مدينة بغداد وصار إمامًا للجماعة ظهرًا في مسجد ومرقد السفير الأول عثمان بن سعيد، في منطقة الميدان، وليلًا في مسجد الجعيفر، ثم أمَّ الجماعة ليلًا في الحرم الكاظمي الشريف، وكثيرًا ما كان يرقى المنبر للوعظ والإرشاد والتعليم، وكان يمتاز بقوة الأسلوب، وحسن التأثير، وسعة الإطلاع، وكان له إلمامًا بالثقافات الحديثة، والمدارس الفكرية الجديدة.

وكان من أولئك العلماء الذين تصدوا للمد الإلحادي، والجاهلية الجديدة، وعرضوا أنفسهم للموت في سبيل الذود عن الدين، وتثبيت أركانه _ كبقية علماء أسرته _.

وكان يقيم ندوة إسبوعية في حسينية آل الحيدري في مدينة الكاظميـة المقدّسة، بالإشتراك مع نخبة من المؤمنين، للوقوف بوجه التيار الشيوعي، حتى تعرض إلى التهديد بالقتل عدة مرات.

وكان معروفًا بجرأته وصراحته، وله مناقشات ومحاججات مع بعض المخالفين والمتجرئين على عقائد الشيعة.

وكان أحد أعضاء الوفد العراقي المشارك في الإحتفالات التي أقيمت في باكستان سنة ١٣٧٦ هـ، بمناسبة مرور أربعة عشرة قرنًا على ولادة أمير المؤمنين الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام.

■ مؤلفاته

للشهيد السيد حسن الحيدري مؤلفات متفرقة في مختلف المواضيع منها:

كتاب أحوال الإمام الرضا عليه السلام، كتاب جوامع العلم، رسالة في القواعد القرآنية، مناقشة مع الدكتور أحمد أمين في كتاب ضحى الإسلام، كتابات فقهية استدلالية (الأحوال الشخصية).

■ استشهاده

ولمواقفه الشجاعة والبطولية ضد البعثيين الكفرة اعتقلوه لمدة شهرين تقريباً، وكان ذلك في شهر كانون الثاني عام ١٩٨٣م، ولما لم يتمكنوا من أخذ تأييد للنظام المجرم دسّوا له السم المؤثّر على المدى البعيد! وأخرجوه مريضاً يفقد وعيه تارة ويستفيق أخرى، حتى لبى نداء ربه في شهر حزيران سنة ١٩٦٨م شهيداً مظلوماً.

تعريف بالحوزات العلمية والمراكز والمؤسسات الدينية الشيعية

حوزة الإمام الحسن المجتبى عليه السلام العلمية في الكويت

المدير: الشيخ حسين المعتوق

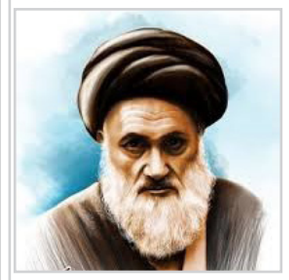
تنقسم نظام الدراسة في الحوزة العلمية إلى قسمين أساسيين:

١- قسم الدراسات الحوزوية: هذا القسم يختص بالطلبة المتفرغين لتلقي العلوم الإسلامية على المنهج المتعارف في الحوزات العلمية العالمية.

٢- قسم دراسات التبليغ الإسلامي: يعتني هذا القسم بشريحة الغير متفرغين بحيث يراعي أوقاتهم و متطلباتهم الفكرية ، و الغرض من هذه البرامج ان يتعرف الطالب على مقدمات العلوم الدينية التي يتمكن بها من التعرف على دينه بشكل شمولي قدر الإمكان و يعطيه القدرة على الاطلاع و البحث الذاتي.

علماء وأعلام

السيد محمد تقي الخونساري قدس سره



■ اسمه ونسبه وولادته

السيّد محمّد تقي الخونساري. ولد في شهر رمضان ١٣٠٥هـ بمدينة خونسار في إيران.

■ دراسته

درس قدس سره مرحلة المقدّمات في خونسار، ثمّ سافر إلى النجف الأشرف عام ١٣٢٢هـ لإكمال دراسته الحوزوية، وبعدها عاد إلى خونسار ثمّ إلى قم المقدّسة واستقرّ بها.

■ من أساتذته

السيّد محمّد كاظم الطباطبائي اليزدي، الشيخ فتح الله الإصفهاني المعروف بشيخ الشريعة، الشيخ محمّد كاظم الخراساني المعروف بالآخوند، الشيخ عبد الكريم الحائري اليزدي، الشيخ ضياء الدين العراقي، الشيخ علي القوجاني.

■ من تلامذته

السيّد محمّد اليزدي المعروف بالمحقّق الداماد، الشيخ محمّد علي الأراكي، الأخوان الشيخ لطف الله الصافي الكلبايكاني والشيخ علي، الشهيد الشيخ مرتضى المطهّري، الشيخ مرتضى الحائري اليزدي، السيّد محمّد الوحيدي و... .

■ جهاده ضد الاستعمار البريطاني

كان قدس سره في العراق أيّام اندلاع نيران الحرب العالمية الأولى بين الدولة العثمانية والإنجليز، فهبّ علماء الدين للجهاد والدفاع عن أرض الإسلام ضدّ الاحتلال الكافر، وذلك تحت قيادة العلماء المجاهدين الواعين، فاتّفق السيّد الخونساري مع الشيخ محمّد تقي الشيرازي والسيّد مصطفى الكاشاني على الاشتراك في جبهة واحدة ضدّ الاحتلال البريطاني.

وكانت جبهتهم الحربية تشمل الأراضي الواقعة ما بين نهري دجلة والفرات، وبعد قتال عنيف بين السيّد الخونساري وجنوده وبين قوّات الاحتلال البريطاني البغيض، جُرح السيّد الخونساري نتيجة إصابته بطلقة منعته من مواصلة القتال ضدّ الغزاة المعتدين، وعلى أثر ذلك وقع في أسر القوّات البريطانية، فأبعدته إلى بلاد الهند التي كانت من مستعمرات بريطانيا وأهمّ قواعدها آنذاك.

وبعد أن قضى أربع سنوات في سجون القوّات الإنجليزية ما بين البحر والهند وسنغافورة أُطلق سراحه، وكان إطلاق سراحه بسبب المساعي الكبيرة التي بذلها أحد الوجهاء العرب من الذين كانوا معه في الأسر، والذي تمّ إطلاق سراحه قبل السيّد الخونساري، وبعد إخراجه من سجون الإنجليز عاد إلى مدينة خونسار.

وبعد عودته إلى إيران أخذ على عاتقه مسؤولية التصدّي لنظام الشاه رضا خان مع باقي علماء الدين المجاهدين في إيران، واشترك في حركة الجماهير مطالباً بتأميم النفط، وكذلك دعا إلى عدم المشاركة في انتخابات ما يُسمّى بالمجلس الوطني التابع لنظام الشاه عام ١٣٧١هـ، وقد تصدّى لقانون منع الحجاب الإسلامي الذي صدر أيّام الشاه رضا خان.

■ من مشاريعه

١ـ تثبيت كيان الحوزة العلمية في قم المقدّسة، ففي عام ١٣٤٠هـ وبناءً على طلب الشيخ عبد الكريم الحائري اليزدي ـ مؤسّس الحوزة العلمية في قم المقدّسة ـ جاء السيّد الخونساري إلى قم المقدّسة، ووضع يده بيد الشيخ الحائري اليزدي في سبيل تثبيت أركان الحوزة العلمية التي كان نظام الشاه رضا خان يتربّص بها الدوائر.

بعد وفاة الشيخ الحائري اليزدي اتّفق السيّد الخونساري مع السيّد محمّد الحجّة الكوهكمري والسيّد صدر الدين الصدر على المضي قدماً نحو تطبيق أهداف الشيخ الحائري اليزدي في تربية وتدريس الطلّاب وإعدادهم لأداء واجباتهم الرسالية.

٢ـ إقامته لصلاة الجمعة في المدرسة الفيضية عام ١٣٦٠هـ وبسبب كثرة المصلّين تمّ نقلها إلى مسجد الإمام الحسن العسكري عليه السلام، وقد قام السيّد الخونساري بإحياء هذه الشعيرة التي كانت مهملة لسنين طويلة.

■ من تقريرات درسه

رسالة في الدماء الثلاثة وأحكام الأموات والتيمّم للشيخ الأراكي.

■ وفاته

تُوفّي قدس سره في السابع من ذي الحجّة ١٣٧١هـ بمدينة همدان، ودُفن بجوار مرقد السيّدة فاطمة المعصومة عليها السلام في قم المقدّسة.

مقالة

تقلبات "الفكر السياسي" في حوزة قم العلمية

السيد سجاد إيزدهي

⚠ الأبحاث و المقالات المنشورة لا تعبر عن رأي «الآفاق» بالضرورة، بل تعبر عن رأي أصحابها

خاص الاجتهاد: لفهم "اتجاهات الفكر السياسي في حوزة قم العلمية في القرن الماضي"، يجب علينا أولاً ملاحظة أن تطور الفكر السياسي الإسلامي يشمل بشكل أساسي مجالات مثل الفقه السياسي، والفلسفة السياسية، والكلام السياسي، والعرفان السياسي، والمنهجية السياسية.

وقد شهدت هذه المجالات تحولات نوعية وكمية على مر العصور المختلفة في الحوزة العلمية في قم، بما يتناسب مع متطلبات تلك الفترات.

■ آية الله الشيخ عبد الكريم الحائري وتأسيس الحوزة العلمية في قم

في عام ١٣٠٠ هـ.ش(١٣٤٢هـ ق)، أيْ في خضمّ فترةٍ من أشدّ فترات الاستبداد في تاريخ إيران الحديث وهو "الاستبداد الرضاخاني"، عمد آية الله الشيخ عبد الكريم الحائري إلى تأسيس الحوزة العلمية في مدينة قم. وواجه الشيخ الحائري في تلك الحقبة تحدّياتٍ جمة، فمن جهة لم يكنْ بمقدوره إسقاط النظام الاستبدادي القائم، ومن جهةٍ أخرى لم يكنْ يتسامح مع انتشار اللادينية في المجتمع.

على الرغم من اهتمامات الشيخ الحائري السياسية، والتي تجلّت في مباحثه حول ولاية الفقيه، لم تحظَ العلوم السياسية في تلك الفترة باهتمامٍ كبيرٍ داخل الحوزة العلمية في قم. ويعود ذلك إلى جملةٍ من العوامل، منها:

الأجواء الخانقة: فرضَ النظام الاستبدادي قيودًا صارمة على مختلف الأنشطة، بما في ذلك الأنشطة السياسية. وتَخَوّفَ الشيخ الحائري من أنْ يُعرّض تركيز الحوزة على العلوم السياسية لخطر القمع من قِبل النظام.

الأولوية لحفظ الدين: ركّز الشيخ الحائري في المقام الأول على حفظ الدين ونشر المعارف الدينية، وذلك من خلال تربية جيلٍ من العلماء الفضلاء. ورأى أنّ ذلك يُشكّل الأساس لإحياء الفكر الديني ومقاومة الاستبداد في المستقبل.

معارضة البعض للنهج السياسي: واجه الشيخ الحائري معارضةً من قِبل بعض الفئات، مثل بعض التجار، الذينْ كانوا يرون أنّ مهمة الحوزة تقتصر على التعليم الديني التقليدي، ولا ينبغي لها الانخراط في الشؤون السياسية.

■ محدودية تطوير اللغات الأجنبية:

من بين المبادرات التي واجهت معارضةً في تلك الحقبة، سعي الشيخ الحائري لتطوير تعليم اللغات الأجنبية في الحوزة العلمية. فقدْ آمنَ الشيخ بأهمية إتقان طلاب العلوم الدينية للغات الأجنبية لفهم القضايا التي تواجه العالم الإسلامي بشكلٍ أفضل، ولمواجهة التحديات الثقافية التي تُواجهها الأمة. بيدَ أنّ بعض الجهات، مثل التجار، عارضتْ ذلك بدعوى عدم جواز صرف أموال الحوزة على مثل هذه الأمور.

نتيجةً للعوامل المذكورة آنفًا، لمْ تحظَ التوجهات المختلفة في العلوم السياسية بِقوةٍ كبيرةٍ داخل الحوزة العلمية في قم خلال تلك الفترة.

بعد رحيل آية الله الشيخ عبد الكريم الحائري، واجهت الحوزة العلمية في قم ظروفًا صعبةً للغاية في ظلّ نظام الشاه البهلوي، ممّا عرّضها لخطر الإغلاق. ولذلك، تمّ تكليف ثلاثة مراجع عظماء بإدارة شؤون الحوزة وهم:

آية الله السيد محمد حجّت الكوهكمري، آية الله السيد محمدتقي الخوانساري، آية الله السيد صدرالدين الصدر؛ وواجهت الحوزة العلمية في قم خلال تلك الفترة العديد من التحديات، من أهمّها:

نقص الموارد المالية وغياب الهيكل الإداري المناسب، إلا أنه وعلى الرغم من هذه التحديات الكبيرة، بذل مراجع الثلاث جهودًا جبارةً للحفاظ على هويتها الدينية والعلمية. لذلك لمْ تُساعد الظروف على تطور العلوم السياسية.

■ نشاط الإمام الخميني في تلك الحقبة:

على الرغم من ظروف الحوزة الصعبة في تلك الحقبة، برز الإمام الخميني قدس سره كأحد أبرز الأساتذة في الحوزة، وقدم مساهماتٍ علميةٍ قيّمةٍ في مختلف المجالات. في أعقاب هذه الفترة المضطربة من الإدارة، وصل آية الله البروجردي إلى قم بدعوة وجهود الإمام الخميني قدس سره وعدد من المراجع الآخرين، وتولى إدارة الحوزة العلمية في قم. في فترة إدارته، سادت أجواء خاصة في المجتمع، مما أثر بدوره على الحوزة العلمية في قم وتفاعلها مع التحولات المجتمعية.

وجود الأجواء التنويرية ودخول العلماء ذوي الرأي المختلف إلى الحوزة العلمية حثّ آية الله البروجردي على الحفاظ على الطابع العام للحوزة في البداية، لكنه سرعان ما عمل على نقل أجواء الحوزة إلى المجتمع من خلال دروس ومناقشات لم تقتصر على مواضيع الحوزة والمجتمع.

على الرغم من التوسع الذي شهدته المناهج الدراسية في الحوزة العلمية خلال هذه الفترة، إلا أن هناك من عارض تطوير العلوم الحديثة، حتى في عهد آية الله البروجردي، واجه نمو وانتشار الفلسفة في الحوزة العلمية في قم مخالفة ومعارضة من قبل التجار.

شهدت تلك الفترة هيمنة خاصة على صانعي القرار في الحوزة العلمية، حيث تراكمت تجارب مشروطة المريرة من جهة، بينما وصلت المناقشات ذات الأفكار الجديدة والنظم الاشتراكية والفكر المادي إلى ذروتها في المجتمع من جهة أخرى. لذا بذل آية الله العظمى البروجردي جهدا كبيرا للحفاظ على أساس الحوزة وحضور الدين في المجتمع.

فى هذه الفترة، صدرت مجلة "مكتب الإسلام" و "مكتب التشيع" السنوية التي تركز على الشؤون السياسية والاجتماعية، فتوجه الدين تدريجياً نحو المجتمع ونما البعد الاجتماعي للحوزة العلمية. كما تم خلال هذه الفترة توسيع نطاق تعليم طالبات العلوم الدينية.

في نفس هذه الفترة، قام الإمام الخميني قدس سره بتأليف كتاب "كشف الأسرار" الذي تناول مواضيع كلامية.

ولكن أدت أحداث محرم ١٣٤٢ش، وعاشوراء، والفيضية، ومباحث حول الكابيتولاسيون، إلى نفي الإمام الخميني قدس سره. لم يتوقف الإمام الخميني قدس سره عن الكتابة والتدريس حتى أثناء فترة نفيه، حيث تم دخول ترجمة تقريراته إلى إيران لاحقًا، مما أثر بشكل كبير على المجتمع والحوزة العلمية في قم.

مع اقتراب موعد حدوث الثورة الإسلامية في إيران، ازداد انخراط الطلاب الشباب في مجال الكتابة، مما أدى فعليًا إلى اعتقال عدد منهم.

خلال هذه الفترة أيضًا، رسم آية الله مكارم الشيرازي خطوط الحكم الإسلامي في كتاباته. ففي عام ١٩٧٥، تم تأليف كتاب "المدينة الفاضلة"، وكتب المرحوم آية الله روحاني "نظام الحكم في الإسلام" في عام ١٩٧٦، كما تم تأليف ونشر كتاب "الحكم في الإسلام" خلال هذه الفترة أيضًا.

دخل "الحكومة العلوية" وكتاب "الولاية والزعامة" للعلامة الطباطبائي أيضًا في مجال الحوار العلمي. ثم شهدنا ترجمات جيدة من قبل كتاب بارزين بالعربية، بما في ذلك ترجمة كتب السيد قطب. ترجم الإمام الخامنئي كتاب "صلح الإمام الحسن عليه السلام" خلال هذه الفترة أيضًا. وبالتالي، تأثر علم السياسة في الحوزة العلمية في قم بهذه الآراء والأعمال عشية الثورة الإسلامية في إيران.

أما في فترة ما بعد الثورة الإسلامية، حيث كانت هناك حاجة إلى تطبيق القوانين، فقد تم كتابة العديد من الأعمال حول ولاية الفقيه. تم تأليف كتب الفقه السياسي في شكل مجموعات كتب ودراسات فردية. بعد أن أعلن الإمام الخميني قدس سره أن على المجتهد أن يكون له رأي خاص في المجال السياسي، تم تدريب جيل جديد من الباحثين في مجال الفقه السياسي الذين كان لديهم نظرة شاملة للفقه والحكومة، مما ترك تأثيرات عميقة على المعرفة السياسية في الحوزة العلمية

وأخيرا يمكن القول إنه خلال الثلاثين عامًا الماضية، شهدت المعرفة السياسية في الحوزة العلمية في قم تحسنًا ملحوظًا في الجودة والعمق، حيث حققت المعرفة السياسية والفقه السياسي نموًا ملحوظًا. في بداية الثورة، كانت مؤسسة "راه حق" أهم مركز لهذه المناقشات، وبعد ذلك تم تأسيس جامعة باقر العلوم عليه السلام التي تخرج العديد من العلماء في مجال المعرفة السياسية والفقه السياسي

الآن، ظهرت مجالات فقه الأمن، وفقه الدولة، وفقه السياسة أيضًا على مستويات الدراسات العليا والبكالوريوس، وتم تدريب العديد من المفكرين في مجال الفلسفة السياسية، ونُشرت كتب ومجلات بارزة حول المعرفة السياسية. بالإضافة إلى ذلك، شهد علم الكلام السياسي في الحوزة العلمية في قم نموًا مع وجود علماء مثل آية الله الشيخ جعفر السبحاني.

لذلك، تمكنّا في السنوات الأخيرة من تحسين وتوسيع نطاق المعرفة السياسية والقضايا المتعلقة بالمجال السياسي في الحوزة العلمية في قم. ولا شك أن امتداد هذا المجال يمكن أن يخلق تحولات هائلة في المجالات السياسية والاجتماعية المختلفة للمجتمع.

هذا البحث هو النص المحرر والملخص لـ صحيفة "إيران" من كلمة الدكتور إيزدهي في ندوة "اتجاهات الفكر السياسي في حوزة قم العلمية في القرن الحديث"، الذي نظمته أمانة الذكرى المئوية لإعادة التأسيس حوزة قم العلمية وبالتعاون مع معاونية البحوث في الحوزة العلمية.

مقالة

قوة الانضباط:
كيف تتغلب على مزاجك وتبني حياة أفضل؟

⚠ الأبحاث و المقالات المنشورة لا تعبر عن رأي «الآفاق» بالضرورة، بل تعبر عن رأي أصحابها

في خضم صخب الحياة اليومية وتحدياتها، غالبًا ما نجد أنفسنا أسرى لمزاجنا المتقلب ورغباتنا اللحظية. لكن الحقيقة التي يغفل عنها الكثيرون هي أن مفتاح السيطرة على حياتنا لا يكمن في الانسياق وراء المشاعر، بل في امتلاك زمام أنفسنا وتوجيهها نحو ما يخدم أهدافنا الأسمى. إنها قوة "الانضباط الذاتي"، تلك المهارة التي تمكنك من التصرف عكس ما تمليه عليك مشاعرك، وتعتمد على عادات ثابتة بدلاً من المزاج المتقلب.

■ الانضباط الذاتي: ليس مجرد قوة إرادة، بل أسلوب حياة

يعرف الانضباط الذاتي بأنه القدرة على التحكم في السلوكيات والتفكير والعواطف لتحقيق الأهداف المرسومة. إنه ليس مجرد "قوة إرادة" مؤقتة، بل هو نهج شامل يتضمن التحكم في العواطف وإدارة الوقت والثبات على الأهداف، وتحقيق التوازن بين الرغبات الشخصية والأهداف طويلة المدى.

فالشخص المنضبط ذاتيًا هو من يستطيع التحكم في تصرفاته ويلتزم بمسؤولياته دون الحاجة لإشراف خارجي.

تخيل أنك ترغب في النوم مبكرًا لتحظى بيوم مليء بالنشاط، لكن جاذبية السهر ومشاهدة المزيد من المسلسلات أقوى. أو أنك تعلم أن ممارسة الرياضة ضرورية لصحتك، لكن شعور الكسل يسيطر عليك. في هذه اللحظات، يبرز دور الانضباط الذاتي. إنه القدرة على اتخاذ القرار الصحيح، حتى لو كان صعبًا أو غير محبذ في تلك اللحظة، لأنه يصب في مصلحتك العليا.

■ بناء العادات: أجنحة لتحقيق الأهداف

إن الاعتماد على العادات الثابتة هو حجر الزاوية في بناء الانضباط الذاتي. فالعادات هي مجموعة من السلوكيات والأفكار المتكررة والمترسخة التي تشكل نمط حياتنا وتؤثر على قراراتنا. عندما يصبح السلوك عادة متكررة، فإنه ينجز بشكل أكثر فاعلية وسرعة، مما يوفر الجهد والوقت. على سبيل المثال، بدلاً من انتظار "المزاج" لممارسة الرياضة، اجعلها عادة يومية في وقت محدد. كذلك، يمكن أن يساعد تحديد أوقات ثابتة للنوم والطعام والعمل في تعزيز الشعور بالانضباط وتقليل التوتر الناتج عن الفوضى.

العادات الإيجابية، مهما كانت صغيرة، تتراكم بمرور الوقت وتحدث تحولًا إيجابيًا في حياة الأفراد. تخصيص ١٠ دقائق يوميًا للتخطيط، أو الاستيقاظ مبكرًا، أو قراءة صفحة واحدة من كتاب، كلها عادات بسيطة يمكن أن تبني انضباطًا شخصيًا وتعزز الثقة بالنفس.

■ سؤال الهوية: من هو الشخص الذي أريد أن أكونه؟

إن هذا السؤال الجوهري يمثل بوصلة توجه سلوكياتك وقراراتك. عندما تسأل نفسك: "ما هو نوع الشخص الذي أريد أن أكونه؟"، فإنك تنتقل من مجرد ردود الأفعال اللحظية إلى التفكير في هويتك المستقبلية. هل تريد أن تكون شخصًا صحيًا؟ إذن، عليك أن تتصرف كشخص صحي، حتى لو لم تشعر بالرغبة في ذلك. هل تريد أن تكون شخصًا ناجحًا؟ إذن، عليك أن تتبنى عادات الأشخاص الناجحين. هذه الرؤية للهوية تساعدك على تحديد الأهداف بوضوح، مما يجعلها أكثر قابلية للتحقيق.

■ التغلب على المقاومة الداخلية

من الطبيعي أن تواجه مقاومة داخلية عندما تحاول التصرف عكس ما تمليه عليك مشاعرك. التسويف، على سبيل المثال، هو أحد أكبر العوائق التي تواجه الأفراد في تحقيق أهدافهم. للتغلب على هذه المقاومة، يمكن البدء بخطوات صغيرة وقابلة للاستمرار. فتقسيم المهام الكبيرة إلى أجزاء صغيرة يقلل من الشعور بالإرهاق ويسهل البدء. كما أن مكافأة الذات بعد إنجاز المهام الصغيرة يمكن أن يحفز على الاستمرار.

■ فوائد الانضباط الذاتي

لا يقتصر الانضباط الذاتي على تحقيق الأهداف فحسب، بل يمتد ليشمل جوانب عديدة من حياتك:

•تحقيق الأهداف: يساعدك على وضع أهداف واضحة وتحقيقها بفاعلية.

•الصحة النفسية والجسدية: يقلل من التوتر والقلق، ويدعم نمط حياة صحي، ويساعد في التحكم بالعواطف والتعامل بفاعلية مع التحديات والضغوطات.

•تحسين العلاقات: يسهم في بناء تفاعلات أكثر إيجابية واحترامًا مع الآخرين من خلال التحكم في ردود الأفعال العاطفية.

•بناء الثقة بالنفس: تحقيق التقدم اليومي من خلال العادات المنضبطة يعزز الثقة بالنفس.

•القدرة على اتخاذ القرار: يمنحك القدرة على اتخاذ قرارات مدروسة بدلاً من الاندفاعية.

في الختام، إن ضبط النفس ليس مجرد مهارة تكتسبها، بل هو أسلوب حياة يتطلب ممارسة وتطويرًا مستمرًا. إنه استثمار في ذاتك يفتح آفاقًا واسعة لتحقيق إمكاناتك الكاملة والعيش بسعادة ورضا. تذكر دائمًا أنك لست عبدًا لمزاجك، بل قائدًا لحياتك، وقادرًا على تشكيلها بالعادات التي تختارها.

الآفاق
السنة الثالثة
الـ ١١١
الإثنين ٢٠ ذی‌الحجه ١٤٤٦ هـ‌ق
٤ صفحات
Ofogh-e Hawzah Weekly
• مركز إدارة الحوزات العلمية
• المشرف: رضا رستمی
• رئيس التحرير: علی‌رضا مكتب‌دار بمساعدة الهيئة التحريرية
• هاتف: ٣٢٩٠٠٥٣٨ ٢٥ ٩٨+ • فاكس: ٣٢٩٠١٥٢٣ ٢٥ ٩٨+
• ص. ب: ٣٧١٨٥/٤٣٨١
• العنوان: قم، شارع جمهوري إسلامي، زقاق ٢، رقم ١٥
• الموقع: www.ofoghhawzah.ir
• البريد الالكتروني: info@ofoghhawzah.ir
• تصميم: مرتضى حيدري آهنگري
• مسئول الطبع: مصطفى اويسى • طباعة: صميم ٤٤٥٢٣٧٢٥ ٢١ ٩٨ +

مقتطف

على أعتاب شهر المحرّم

كلمة الإمام الخامنئي في ختام جلسة البحث الخارج على أعتاب شهر المحرّم

الإمام الحسين عليه السلام مثال الصّبر على المصاعب من أجل الحقّ

ينشر موقع KHAMENEI.IR الإعلامي مقتطفات من كلمة الإمام الخامنئي في ختام جلسة بحث الخارج في الفقه على أعتاب شهر المحرّم بتاريخ ٢٠٠٢/٣/٢٢ حيث يتطرّق سماحته في كلامه إلى محطّات الصّبر في مسار الحسين من المدينة إلى كربلاء ويتحدّث عن جوانب كؤوس الصّبر التي تجرّعها أبي عبدالله الحسين عليه السلام.

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين، و الصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله الطاهرين، واللعنة الدائمة على أعدائهم أجمعين.

نحن على أعتاب شهر المحرّم. ما يجعل هذا الشهر يحظى بهذه الأهمية، هو ذكرى لحادثة فريدة في التاريخ، لا بمعنى الفرادة في المأساة، والحزن- طبعا هذا الأمر موجود - وإنما الفرادة في الملاحم و البطولة، وإظهار عظمة الإنسان، وعظمة أهل الحق. لو تأملتم في وضع الإمام الحسين عليه السلام، ستجدون أن حركته، وثورته كانت تتمتع بخصائص فريدة. هناك الكثير من الثورات التي عرفناها، و نعرفها، لكن هذه الثورة، بما فيها من خصائص لا مثيل لها. الوضع على النحو التالي:

كانت سلطة الباطل تزداد قسوة و غطرسة يوماً بعد يوم. و لم يكن هناك إمكانية للأمر بالمعروف و النهي عن المنكر مطلقا. كان جو الرعب هو السائد، لدرجة أن من يمكنهم الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، كانوا يتحاشون ذلك، حتى من كان منهم يملك الجرأة والشجاعة. أمثال عبد الله بن الزبير، فقد كان شخصاً جسوراً، و شجاعاً جدا، لكن مع هذا، كان يتجنب الاصطدام مع الجهاز الحاكم، كان الوضع صعباً إلى هذا الحد، ما جعل شخصاً مثل عبد الله بن جعفر، ابن أخ أمير المؤمنين، وصهره، وزوج السيدة زينب عليها السلام، يتحاشى حتى الاقتراب من الجهاز الحاكم. فيما جعل شخصاً مثل عبد الله بن عباس يختار الانزواء، والعزلة عن المجتمع، أي أن أولئك الأشخاص الذين كانوا يمثلون الشخصيات البارزة، و الأعيان من بني هاشم، وقريش، وشباب صدر الإسلام المعروفين ببطولاتهم، لم يكونوا يجرؤون على المواجهة، و النزول إلى الساحة، فكيف بعامة الناس، ليس فقط في الشام، بل حتى في نفس المدينة. إذا كان الوضع في المدينة كذلك، فلكم أن تخمنوا حال غيرها من المناطق غير المركزية. نفس الظروف، نفس سياسة القمع العجيبة والغريبة. كان تحرك الإمام الحسين عليه السلام، وثورته في ذلك الوقت، للإطاحة بهذه السلطة، لكن ليس بهدف التسلط،«ما خرجت أشرا، ولا بطرا، ولا ظالما، ولا مفسدا» فهو ليس كالآخرين الذين يثورون، وينتفضون، ويضربون، ويقتلون من أجل الاستيلاء على السلطة، بل لأجل الأمر بالمعروف، والنهي عن المنكر.

ما كان ينتظر الإمام الحسين عليه السلام أمران: إما أن ينتصر، أو أن يُقتل، رغم هذه العاقبة المفجعة المتوقعة- فهؤلاء لم يكونوا يراعون حرمة لشيء- و في ظل هكذا ظرف، قام الإمام الحسين عليه السلام، بنفس ما قام به الرسول الأكرم صلى الله عليه وآله مع النصارى، في حادثة المباهلة، التي ذكرها القرآن الكريم- فهذه الأيام قريبة من أيام المباهلة- أي أنه جاء بأولاده، ونسائه، وبنفسه إلى الساحة، أي جاء بأعز ما يملك، وبكل ما لديه، وزجه في الساحة للدفاع عن الحق والحقيقة، والثورة لله. ثم بعدها صَبَر، موضوع صبر الإمام الحسين عليه السلام مهم جدا. كنت قد تحدثت في وقت سابق بشكل مفصل عن صبر الإمام الحسين عليه السلام، لكن الآن لا مجال لذلك. نحن في الحقيقة لا نعرف ما معنى الصبر. إنما يُعرف الصبر من أهل الصبر. كان الكثيرون من الأعيان، والمحدثين، و الشخصيات البارزة، والوجهاء، والعقلاء، والمشفقين، ونصف المشفقين، يأتون إلى الإمام الحسين عليه السلام، ويقولون له، أنت بعملك هذا، لن تجني أية فائدة، وستلحق خسائر كبيرة بنفسك، وبأهل بيت النبي عليهم السلام، وستذل أهل الحق، وأمثاله من الكلام. هذه المحاولات المختلفة لثني الإمام الحسين عليه السلام عن حركته، بدأت منذ أن عزم الإمام الحسين عليه السلام على المسير إلى مكة، واستمرت حتى ليلة عاشوراء. الصبر على أمثال هذه الأمور صعب جدا، أنا في كلمتي التي كنت قد أشرت إليها سابقا، قلت، إن إمامنا [الخميني] قدس سره كان قد تعرض لنفس هذه المواقف، و صبر نفس هذا الصبر ايضا. قالوا للإمام كثيرا: أيها السيد العزيز، على هذا النحو سيَهلك شبابنا، ويُقتلون، وتُدمر البلاد. و في مرحلة الثورة، كانوا يقولون له، أنت ترسل هؤلاء الشباب إلى القتل. إن الصبر على أمثال هذه المواقف غير الناضجة، عمل كبير و عظيم، ويحتاج إلى قدرة كبيرة على التحمل. فالصبر لا يكون فقط على الضغوط والآلام الجسدية، بل هناك صبر يكون قبال الضغوط النفسية التي يمارسها أشخاص بعنوان المصلحة، والنصيحة، بأن يقولوا لك:«يا سيد عملك هذا خلاف المصلحة»، وصبر على التمسك بطريق الرشد الواضح، وهذا هو الصبر الجميل الذي قام به الإمام الحسين عليه السلام.

بعد هذا، راحوا يقتلون أصحابه الواحد تلو الآخر بهذا الشكل المفجع، كالشخص الذي يُقطّعون بدنه رويداً رويدا ،هكذا كان حال الإمام الحسين يوم عاشوراء. لم تكن المسألة، مسألة قنبلة سقطت وقتلت عدداً من الأشخاص دفعة واحدة، بل كان أصحابه، وأهل بيته، يُقتلون أمام عينيه الواحد تلو الآخر، وكأنه بفقد كل واحد منهم، كان يفقد قطعة من جسده. وهو يصبر على المصاب تلو المصاب، و يرتشف كأس الصبر جرعة، جرعة.

حركة الإمام الحسين عليه السلام كانت بهذه العظمة. أما النتيجة، فكانت واضحة، تلك القيم التي كان يريد لها الحسين عليه السلام أن تبقى، بقيت، بقي القرآن، وبقي اسم الإسلام، وبقيت قيمه، وبقي حديث النبي، وفي دائرة أضيق وأكثر أهمية، بقيت مدرسة آل البيت، وبقي التشيع. لو لم يقم الإمام الحسين عليه السلام بما قام به، وبقي مسار تحريف الإسلام على ما كان عليه طوال ستين سنة بعد رحيل الرسول صلى الله عليه وآله، ليصل إلى مرحلة يُنكل فيها بفلذة كبد الرسول - بالتأكيد كانت الأوضاع اختلفت كثيرا، هذا الموضوع كنت قد شرحته بشكل مفصل في وقت سابق، أن تصل الأمور في العالم الإسلامي، إلى مرحلة يقتل فيها ويؤسر أمثال الإمام الحسين عليه السلام، وزينب الكبرى عليها السلام، وأبناء الرسول صلى الله عليه وآله، فلذات كبد الرسول صلى الله عليه وآله، أن يقتلوهم، ويأسروهم علناً، هذا يعني أن الأوضاع قد اختلفت كثيرا – لكان خلال زمن قصير، تضاعف هذا التحريف، ووصل إلى مرحلة يُقضى فيها على الإسلام بشكل كامل. لقد كانت دماء الإمام الحسين عليه السلام كالوتد الذي حفظ خيمة الإسلام من أن يجرفها الإعصار. يجب الاستفادة من عاشوراء لعلاج كل أمور المسلمين على مر التاريخ.

مقالة

الإمام الحسين عليه السلام صرخة الحق ضد الباطل

صباح محسن كاظم

الأبحاث و المقالات المنشورة لا تعبر عن رأي «الآفاق» بالضرورة، بل تعبر عن رأي أصحابها

ثمة صراعات شهدتها الإنسانية منذ وجودها وريادة الحضارة إلى يومنا المنظور إلى آفاق ومديات الوجود البشري.

والصراع يأتي نتيجة: الظلم، والاستبداد، والاستئثار السياسي، لأصحاب البلاط والنفوذ والقصور والامتيازات من الحكام المتسلطين غير الشرعيين.

وفي كل زمن نجد فرعون وموسى، وبكل عهد يتوسد الجلاد الديباج والحرير فيما يلتحف الفقراء السماء ويتوسدون التراب، بين ظامئ ومتخم، بين مقدس ومدنس، بين سجين وطليق لا يستحق الحياة وهكذا تولد الأزمات ..

وإن أقسى صراع بالتاريخ البشري كان بين الحسين المقدس عليه السلام ويزيد المدنس(لعنه الله).. حيث انطلق سيد شباب أهل الجنة وسيد الثوار والأحرار لإنهاء الفساد السياسي والمالي والانطلاق بصرخة الحرية: لا أعطيكم بيدي إعطاء الذليل ولا أقر لكم إقرار العبيد هيهات منا الذلة .

ليتوهج الخطاب والحجاج الحسيني بكل عصر ومصر ليومنا الحاضر كما رفعه جميع الثائرين طوال التاريخ البشري، واليوم وأمام أنظار العالم يرفع أهل غزة ولبنان واليمن وكل من يصرخ بالحق بالشعوب شعار لا للظلم والعدوان نعم لكرامة الإنسان.

وقد اتخذ عشرات من المفكرين والأدباء والقادة السياسيين الدروس والعبر من تراجيديا الطف، السمفونية الخالدة، بنسقها الثقافي والخطابي والإصلاحي جذوة وشعلة متقدة وقبس لا ينطفئ، فضلا عن وجود الأسباب والأسرار الإلهية والألطاف التي اعتنت ببقاء حرارتها بصدور عشاقه.

وفي كل جغرافية العالم دشن نخب من الأدباء بين الروائيين والشعراء والتشكيليين ومن المفكرين من المسيحيين وغيرهم مقالات وحكما عن آل البيت –عليهم السلام- وما يخص محبتهم الخالدة بالعقول المنتجة للمعرفة والجمال ، ونورد هنا بعض مما نطق وكتب من عشرات المشاهير:

فيكتور هيكو "أديب فرنسي": أصبحت مبادئ الثورة الحسينية منهاجا لكل ثائر يريد أن ينتزع حقه من ظالميه.

مايكل انجيلو "نحات إيطالي": لم يكن الحسين يرغب أن يتولى السلطة ليحكم بل انه يعطي دروسا للحكام المستبدين الذين ظنوا انهم باقين الى الأبد فانه بثورته اعلمهم بأنهم لابد وأن يقعوا في قبضة شعوبهم المقهورة.

جورج برنادشو كاتب مسرحي إنكليزي: ما من رجل متنور الا وعليه الوقوف وقفة اجلال واحترام لذلك الزعيم الفذ حفيد رسول الإسلام الذي وقف تلك الوقفة الشامخة امام حفنة من الأقزام الذين روعوا واضطهدوا أبناء شعوبها.

مارتن لوثر مفكر أمريكي: انا أدعو للإصلاح الديني والتوافق فيما بينهم أسوة بالإصلاح الديني الذي دعا اليه الزعيم العربي الحسين بن علي.

أرنست هيمنغواي الروائي الأمريكي: إن الحزن الذي سببه مصرع الحسين ظل يلتهب في قلوب الناس المتنورين بسبب الفاجعة التي اقترفتها تلك الزمرة المتعطشة لدماء الأبرياء.

تولستوي روائي روسي: مما لاريب فيه ان الحسين كان من أعظم الرجال الثائرين من اجل تقويم الحكام الذين انحرفوا عن جادة الصواب فنال بوقفته تلك الشهادة التي طالما يتمناها الاحرار.

فريا ستارك كاتبة إنكليزية: ان الشيعة في جميع العالم الإسلامي يحيون ذكرى الحسين ومقتله ويعلنون الحداد عليه في عشرة محرم الأولى كلها.

فيليب حتي مؤرخ لبناني امريكي: أصبح اليوم الذي قتل فيه الحسين بن علي وهو العاشر من محرم يوم حداد ونواح عند المسلمين ففي مثل هذا اليوم من كل عام تمثل مأساة النضال الباسل والحدث المفجع الذي وقع للإمام الشهيد وغدت كربلاء وثأر الحسين صيحة الاستنفار في مناهضة الظلم.

كارلتون كون العالم الانثربولوجي الأمريكي: أن مأساة الحسين بن علي تشكل أساساً لآلاف المسرحيات الفاجعة.

روبرتو بولانيو كاتب وشاعر من تشيلي: على مقربة من مدينة كربلاء حاصر هراطقة يزيد بن معاوية وجنده الحسين بن علي ومنعوا عنه الماء ثم اجهزوا عليه، انها أفجع مآسي الإسلام طراً. جاء الحسين إلى العراق عبر الصحراء ومعه منظومة زاهرة من أهل البيت وبعض مناصريه، وكان أعداء الحسين كثرة، وقطعوا عليه وعلى مناصريه مورد الماء واستشهد الحسين ومن معه في مشهد كربلاء.

بيير جان جوف شاعر فرنسي: درست بإمعان مبادئ العديد من الثورات التحررية التي شهدها العالم فوجدت ثورة الحسين كانت تحمل أعمق وأدق المبادئ النبيلة التي يسعى الثائرون لنشرها في آفاق عالمنا الكبير.

تشارلز جون ديكنز أديب إنكليزي: إن كان الإمام الحسين قد حارب من أجل أهداف دنيوية، فإنني لا أدرك لماذا اصطحب معه النساء والصبية والأطفال؟

بقراءة مستبصرة للحدث التاريخي واستشرافه للمستقبل .. أجد الإمام الحسين العارف المتأمل المستوعب للوجود بأسره يعرف تماماً .. تضحيته الجسيمة بنفسه، وعياله ،وأصحابه، سيطوي الأزمنة ليقف على شرفة التاريخ ملوحاً للبشرية لا تنال الحرية إلا بمقدار من التضحية. برفضه لمهادنة الباطل صحح مسيرة الإسلام، وجعل طريقه كعبة للحرية ولكل البشرية.

المصدر: وكالة كربلاء الآن

شعر وقصيدة

عقيل اللواتي

سرّ الإله ...!

و فـي كُلِّ شِبرٍ نرى آيةً
تَـدلُّ علـى أنَّـكَ الأعظَمُ
أسِـرَّ الإلـهِ و حسبي إذا
يُـنادى بِـسِرٍّ فأنت الفَمُ
و أنتَ الشُّعورُ و أنتَ الفؤادُ
و إنْ فتَّـشوني فأنتَ الـدَّمُ
أُحبُّكَ حُبّاً بملءِ الخَلايا
فكُنْ لي بحُبٍّ ، أنا المُغرَمُ
أتيتُ و في خاطِري حاجَةٌ
فـأنتَ المُرجَّى إذا نحلُمُ
أبابَ الإلهِ لمنْ بايعو (م)
كَ حُبّاً يُعظِّمُ مـا أمَّـموا
مَنحتَ العِبادَ جمالاً بدا
بآمالِ صِدقٍ و هم سلَّموا
و نادوا بحُبٍّ حُسيناً حُسيناً
فكُنتَ المُغيثَ و همْ داوموا
حُسينٌ ترانيمُ عِشقٍ زكتْ
فـهـذي المآقي لها مأتمُ
لها فَرحَةٌ عانَقَتْ حُزنَنا
لها سَجْدَةٌ و الدُّعا سُلَّمُ
حُسينٌ حياةُ الحياةِ فمنْ
يـجـدهُ حـيـاةً فـلا يـنـدمُ
فما أعـذَبَ العَيشَ في فيئِكُمْ
و فـيـكَ المَمَاتُ لـهُ مبسمُ

نصيحة نفسية

قوة الانضباط: مفتاح السيطرة على حياتك

الانضباط الذاتي هو القدرة على التصرف عكس ما تمليه عليك المشاعر المتقلبة، والاعتماد على عادات ثابتة لتحقيق الأهداف. إنه ليس مجرد قوة إرادة، بل أسلوب حياة يمكنك من التحكم في سلوكياتك وعواطفك. بدلاً من الانسياق وراء المزاج، اسأل نفسك: "ما هو نوع الشخص الذي أريد أن أكونه؟"

بناء العادات الإيجابية، مثل النوم المبكر أو ممارسة الرياضة رغم عدم الرغبة، هو حجر الزاوية في الانضباط الذاتي. هذه العادات، مهما كانت صغيرة، تتراكم لتحدث تحولاً إيجابياً. للتغلب على المقاومة الداخلية، ابدأ بخطوات صغيرة ومكافأة نفسك على الإنجازات. الانضباط الذاتي يعزز الثقة بالنفس، ويحسن الصحة، ويساعد في تحقيق الأهداف والنجاح في مختلف جوانب الحياة.

نرحب بآراء القراء الأعزاء
عبر البريد الالكتروني التالي
Alafagh1444
@gmail.com