

« وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ »

و سست نشوید! و غمگین نگردید! که شما برترید اگر ایمان داشته باشید! (سوره آل عمران، آیه ۱۳۹)

خودباوری یعنی چی؟

خودباوری، یک حالت روحیه که در اون فرد به توانایی و استعداد خودش در انجام کاری باور داره. ما انسان‌ها موجودات محدودی هستیم و واقعا هیچ وقت نمی‌تونیم به طور مطلق ادعا کنیم که یه کاری ازمون بر میاد، چون توی مسیر انجام یه کار ممکنه کلی اتفاق بیفته که دست ما نیست و باعث بشن نتونیم اون کارو انجام بدیم. اما همونطور که قبلا تو منزل عزم و همت گفتیم، ما عزم خودمون رو در کنار توکل و توسل قرار می‌دیم و با اتکا و توکل به خداوند که دارای قدرت نامحدوده، قدرت می‌گیریم و کارهامون رو انجام می‌دیم.

برای رسیدن به خودباوری نیاز داریم که برای خودمون ارزش قائل باشیم و کرامت خودمون رو بدونیم. چون که اگر فکر کنیم که ناتوان و ضعیفیم، همونطوری هم عمل می‌کنیم. حالا برای این که به ارزش خودمون پی ببریم باید به عزت نفس برسیم. «مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا» کسی که خواهان عزت است (باید از خدا بخواهد چرا که) تمام عزت برای خداست. (سوره فاطر، آیه ۱۰). منبع عزت، خداست پس برای تقویت عزت در خودمون باید به خدا مراجعه کنیم.

در واقع تنها راه حقیقی‌ای که برای اینکه رسیدن به عزت وجود داره، اتصال با خداست. هیچ چیز دیگه‌ای نیست که بتونه یه آدم رو واقعا ارزشمند کنه. ممکنه مردم به کسی که خیلی پول داره احترام زیادی بذارن، یا با کسی که یه مقام نظامی یا کشوری داره خیلی بهتر از بقیه برخورد کنن. اما آیا واقعا این‌ها می‌تونه ارزش افراد رو بیشتر کنه؟ همه این‌ها موقتی هست و نعمتی که به اون افراد داده شده و ممکنه هر لحظه ازشون گرفته بشه. اون‌ها که ثروتمند ممکنه توی یک حادثه همه چیزشو از دست بده، اون‌ها که مقام یا رابطه داره با عوض شدن دولت ممکنه هیچ کاره بشه و... اما چیزی که همیشه برای افراد باقی می‌مونه، نتیجه اون اعمالی هست که خودشون انجام دادن و رابطه‌ای هست که به واسطه کارهای نیکشون با خدا دارن.

بعضی‌ها برای افزایش عزت خودشون به غیر از خدا مراجعه می‌کنن. «الَّذِينَ يَتَّخِذُونَ الْكَافِرِينَ أَوْلِيَاءَ مِنْ دُونِ الْمُؤْمِنِينَ أَلِيتَهُمْ عِنْدَهُمُ الْعِزَّةُ فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا» همان‌ها که کافران را به جای مؤمنان، دوست خود انتخاب می‌کنند. آیا عزت و آبرو نزد آنان می‌جویند؟ با اینکه همه عزت‌ها از آن خداست؟! (سوره نساء، آیه ۱۳۹). کسی که عزت نفس داره، حقیقتا پشتش به خدا گرمه و این یه حس واقعیه، اما اون‌ها که به واسطه غرور یا مقامش، و فکر می‌کنه هر کاری می‌تونه انجام بده صرفا یه حس مثبت به خودش داره که به راحتی می‌تونه از بین بره.

برای اینکه عزت نفسمون رو حفظ کنیم، نباید کاری کنیم که عزت ما رو در برابر افراد دیگه زیر سوال ببره و ما رو ذلیل کنه. و همچنین باید حواسمون باشه که جذب تبلیغات باطل نشیم و به فکر نکنیم که قدرت کفار می تونه بر ما چیره بشه. چرا که اگر ایمان داشته باشیم، خدا همیشه با ماست. «قَالَ لَا تَخَافَا إِنِّي مَعَكُمْ أَسْمَعُ وَأَرَى» فرمود: «نترسید! من با شما هستم؛ (همه چیز را) می شنوم و می بینم! (سوره طه، آیه ۴۶)

چالش چیه؟

خب حالا که مختصرا با «خودباوری» آشنا شدید، برای اینکه از پس این چالش بربیاید و به مسیر ادامه بدید باید به فعالیت متناسب با این موضوع انجام بدید تا شایستگی لازم رو کسب کنید. اما:

✓ یادتون نره قبلش حتما و حتما **رهنمای مسیر - شماره ۲** رو با دقت خونده باشید (یا فیلمش رو دیده باشید).

✓ علاوه بر این، برای اینکه بتونید متناسب با موضوع، قالب خوبی انتخاب کنید، حتما **رهنمای مسیر - شماره ۳** رو هم بخونید (یا فیلمش رو ببینید).

○ برای اینکه به درک دقیقتر و بهتری از مفهوم «خودباوری» برسید پیشنهاد میشه از منبع زیر هم کمک بگیرید:

• سخنان رهبری درباره اعتماد به نفس. [سایت خامنه‌ای. آی آر](#)

❖ دستتون بازه که با ایده پردازی و خلاقیت خودتون از مفاهیم **قرآنی** استفاده کنید و به شیوهی مناسب بهشون بپردازید، اما ما هم چند پیشنهاد جزئی براتون داریم تا اگر کسی هیییییییچ ایده ای نداشت ازونا کمک بگیره! اما دقت کنید که اینا صرفا چند پیشنهاد هستن برای کمک!

پس تلاش کنید خودتون ایده بزنید:

- پیشنهاد ۱: پرداختن به چند مثال و نمونه که خودباوری جمعی از مردم باعث شده به موفقیتی دست پیدا کنن که از نظر بقیه غیر ممکن بوده، و بررسی اون‌ها در قالب یک کلیپ
- پیشنهاد ۲: سرودن یک شعر حماسی زیبا درباره خودباوری و خوندن اون
- پیشنهاد ۳: بررسی راهکارهای بالا بردن خودباوری در قالب یک اینفوگرافی

تسبیح

مسابقه مجازی ماه مبارک رمضان

دره‌ی سرنوشت

رودخانه‌ی یاس

سنگ‌های

دریای دالیا

یخستان

جزایر معلق