

«تضعیف و توهین به فقهای شورای نگهبان امری خطرناک برای کشور و اسلام است. همیشه

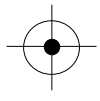
انحرافات به تدریج در یک رژیم وارد می‌شود و در آخر، رژیمی را ساقط می‌نماید.» (امام خمینی(ره))

شیخ فضل‌الله نوری جان خود را بر سر ایجاد نهادی که حافظ مبانی اسلام و حاکمیت آن بر قانونگذاری مجلس باشد، از دست داد. چه زحمته‌ها و چه خون دل‌هایی که شیخ فضل‌الله‌ها کشیدند تا بذر نهایی که امروز به عنوان نهاد تومند «شورای نگهبان قانون اساسی» شناخته می‌شود، کاشته شود. نمی‌دانم در ایامی که شیخ فضل‌الله نوری برای مبارزه با این هدف والای اعتلای اسلام بر قانون بشری مجبور شد از بیم جان خود به حرم حضرت عبدالعظیم حسنی در شهر ری پناه ببرد بر ایشان چه گذشت؟ چه دشمنی‌ها و چه فحاشی‌هایی که توسط برخی از جراید و جریا‌ها علیه ایشان انجام می‌شد! همه برای این بود که صدای اسلام در حکومت و حکومت‌داری خفه شود.

اگر مرحوم شیخ فضل‌الله نوری می‌دانست که روزی این بذر پرمحتوای او تبدیل به درختی تنومند با عنوان «شورای نگهبان» زیر سایه ولایت فقیه خواهد شد شاید با خیالی آسوده‌تر زیر طناب دار جان به جان‌آفرین تسلیم می‌کرد؛ و شاید این جملات را نمی‌گفت که «خدا یا تو خودت شاهد باش که من آنچه را که باید بگویم به این مردم گفتم... خدا یا تو خودت شاهد باش که در این دم آخر بساز به این مردم می‌گویم که مؤسسین این اساس (نهضت تغییر ماهیت داده) لا مذهبین هستند که مردم را فریب داده‌اند... محاکمه من و شما مردم بماند پیش پیغمبر محمد بن عبدالله (صلی‌الله علیه وآله)» یا نمی‌گفت «از سر من این عامه‌را برداشتنند، از سر همه برخوانند داشت»، و شاید گفتن همین جملات بود که پرده از چشم کم‌سوی مردم برداشت و امروز میوه این جریان در قالب «شورای نگهبان» در سیستم امت و امامت و ولایت فقیه چیده می‌شود.

آن‌ها که تاریخ را می‌کاوند که خود را از حیرت واقعه کربلا خالی کنند، خوب است که نمونه کوچک‌تر آن را در نهضت مشروطه ایران دنبال کنند و شباهت‌ها و عبرت‌های آن را مد نظر قرار دهند. شیخ فضل‌الله را که همه به فضل و علم و تقوایش اذعان داشتند و بانفوذترین مجتهد طراز اول ایران بود ابتدا مورد بی‌حرمتی، آنگاه تکفیر، سپس دشنام و تهمت افرازا و بعد از به شهادت رساندنش پیکر او را آماج بی‌حرمتی و هتاک‌ی قرار دادند.

اگر چه شاید حاصل تلاش علمای مشروطه را در عرصه حقوق اساسی، امروزه در اصل دوم قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران متجلی شده می‌توان دید ولی آنچه که در مقام عمل بیشترین تاثیر را در حفظ اسلام و اهداف اصل



دوم قانون اساسی ایفا می‌کند بعد از رهبری، شورای نگهبان است.

مرحوم نائینی هم همان چیزی را می‌خواست که شیخ فضل‌الله نوری. مرحوم نائینی هم در کتاب «تنبيه الامه و تنزيه المله» می‌خواهد مجموعه قوانین و مقررات اسلامی و حقوق اسلامی (المله) را از شبهه عدم توانایی اسلام برای اداره انسان و جامعه، «تنزیه» کند؛ لذا بر ولایت عامه فقیه– البته براساس نظریه حسیه– تاکید می‌نماید. ولی با توجه به شرایط آن دوران می‌فرماید حالا که حکومت



اگر چه شاید حاصل تلاش علمای مشروطه را در عرصه حقوق اساسی، امروزه در اصل دوم قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران متجلی شده می‌توان دید ولی آنچه که در مقام عمل بیشترین تاثیر را در حفظ اسلام و اهداف اصل دوم قانون اساسی ایفا می‌کند بعد از رهبری، شورای نگهبان است.

ک

الاساسی الاسلامی، ثم علیکم بطلب القانون الاساسی الاسلامی؛ فانه مصلح لدینکم و دنیاکم. قوت اسلام در این نظام نامه اسلامی است. رفع گرفتاری‌های شما به همین نظام‌نامه اسلامی است. ای برادر! نظام‌نامه، نظام‌نامه، نظام‌نامه؛ لکن اسلامی، اسلامی، اسلامی؛ یعنی همان قانون شریف که هزار و سیصد و اندی سال در میان ما هست.»

لوايح شيخ فضل‌الله پر است از جملاتی که نشان می‌دهد هدف اصلی او حفظ اسلام بوده است. در اولین شماره‌های لوايح آمده است: «به هیچ وجه غرض دنیوی نیست. فقط حفظ بیضه مرحوم شیخ فضل‌الله در جریان مشروطه پیشنهاد اصل دوم متمم قانون اساسی بود که به عنوان «اصل طراز» معروف شد.

دیگر نزاعی نیست». یکی از وظایف عمده فقه‌های شورای نگهبان نظارت بر کلیه قوانین و مقررات از جهت عدم مخالفت آنها با اسلام می‌باشد. شیخ فضل‌الله

سیاسی

Siyasi @kayhan.ir

شورای نگهبان خواسته شیخ فضل‌الله نوری

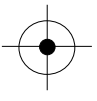
بررسی پیشینه ایده تشکیل شورای نگهبان

یکی از وظایف عمده فقه‌ای شورای نگهبان نظارت بر کلیه قوانین و مقررات از جهت عدم مخالفت آنها با اسلام می‌باشد. شیخ فضل‌الله انگیزه اصلی خود را ایجاد نظارت فقها بر اسلامی بودن قوانین و مقررات ذکر می‌نماید: «باید علمای اسلام که عند الله و عندالرسول مسئول حفظ عقاید این ملت هستند نظری مخصوص در موضوعات و مقررات آن داشته باشند که امری بر خلاف دیانت اسلام به صدور نرسد... این ملاحظه و مراقبه حسب التکلیف الشرعی هم حالا که قوانین اساسی مجلس را از روی کتب قانون اروپا می‌نویسند لازم است و هم من بعد در جمیع قرن‌های آینده الی یوم یقوم القانون(ع)».

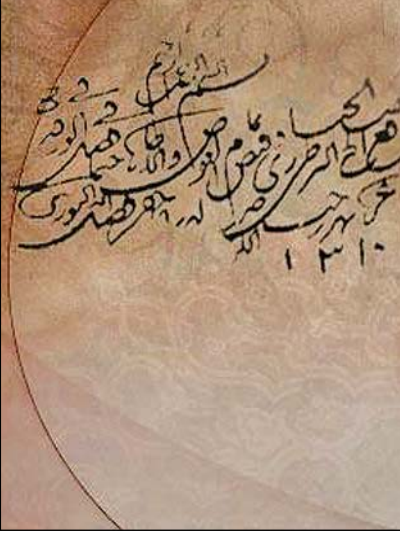
انگیزه اصلی خود را ایجاد نظارت فقها بر اسلامی بودن قوانین و مقررات ذکر می‌نماید: «باید علمای اسلام که عند الله و عندالرسول مسئول حفظ عقاید این ملت هستند نظری مخصوص در موضوعات و مقررات آن داشته باشند که امری بر خلاف دیانت اسلام به صدور نرسد... این ملاحظه و مراقبه حسب التکلیف الشرعی هم حالا که قوانین اساسی مجلس را از روی کتب قانون اروپا می‌نویسند لازم است و هم من بعد در جمیع قرن‌های آینده الی یوم یقوم القانون(ع)».

همچنین شیخ فضل‌الله نهضت مشروطه را مقید به قید «مشروعه» می‌نماید و تشخیص این قید را که همان اسلامی بودن یا نبودن است را بر عهده فقه‌ای عظام می‌داند. ایشان در نخستین لایحه منتشره در حرم حضرت عبدالعظیم نخستین خواسته مهاجرین را این گونه شرح می‌دهد: «ولا کلمه مشروطه در اول قانون اساسی تصریح به کلمه مبارک و مشروعه و قانون محمدی صلی الله علیه و آله بشود. یکی از تلاش‌های بسیار مهم و عملیاتی مرحوم شیخ فضل‌الله در جریان مشروطه پیشنهاد اصل دوم متمم قانون اساسی بود که به عنوان «اصل طراز» معروف شد.

هدف او از این اصل کنترل قوانین مجلس و تطبیق آن بر موازین اسلامی–یکی از کارویژه‌های اصلی شورای نگهبان– بود. در لایحه‌ای که در جریان هجرت علما



که تشخیص مخالفت قوانین موضوعه با قواعد اسلامی‌به بر عهدهٔ علمای اعلام ادام‌الله برکات وجودهم بوده و هست لهذا رسماً مقرر است در هر عصری از اعصار هیئتی که کمتر از پنج نفر نباشد از مجتهدین و فقه‌ای متدینین که مطلع از مقتضیات زمان هم باشند باین طریق که علمای اعلام و حجج اسلام مرجع تقلید شیعه اسلام بیست نفر از علماء که دارای صفات مذکوره باشند معرفی به مجلس شورای ملی بنمایند پنج نفر از آن‌ها را یا بیشتر بمقتضای عصر اعضای مجلس شورای ملی بالاتفاق



شیخ فضل‌الله نوری جان خود را بر سر ایجاد نهادی که حافظ مبانی اسلام و حاکمیت آن بر قانونگذاری مجلس باشد، از دست داد. چه زحمت‌ها و چه خون دل‌هایی که شیخ فضل‌الله‌ها کشیدند تا بذر نهایی که امروز به عنوان نهاد تومند «شورای نگهبان قانون اساسی» شناخته می‌شود، کاشته شود.

ک

یا بحکم قرعه تعیین نموده بسمت عضویت بناسندند تا موادی که در مجلسین عنوان می‌شود به‌دقت مذاکره و غور رسی نموده هریک از آن مواد معنونه که مخالفت با قواعد مقدسه اسلام داشته باشد طرح و رد نمایند که عنوان قانونیت پیدا نکند و رأی این هیأت علماء در این باب مطاع و متبع خواهد بود و این عمده تا زمان ظهور حضرت حجت‌عصر عجل‌الله فرجه تغییرپذیر نخواهد بود.»

اصل پیشنهادی شیخ فضل‌الله در چهار مورد با این اصل تفاوت داشت که عبارتند از:

– هیئت طراز اول، عضو مجلس نبودند و در این اصل لزوماً به عضویت مجلس در می‌آیند که این خود از لحاظ حقوقی مشکل دارد زیرا ناظر و منظور الیه یکی است. یعنی طبق این اصل بخشی از خود مجلس مصوبات مجلس را کنترل می‌کند؛

– تعداد اعضای هیئت طراز اول مشخص نبود؛ که این هم باعث بروز برخی مشکلات

صفحه ۸
شنبه ۱۴ بهمن ۱۳۹۴
۱۹ ربیع الثانی ۱۴۳۷ – شماره ۲۱۲۶۸

می‌شود؛ مثلاً ممکن است در عصری از اعصار در طراز اول یک عالم بیشتر وجود نداشته باشد و او هم یا شرایط لازم را نداشته باشد یا خود آماده همکاری در این وسعت نباشد یا حاضر به عضویت در مجلس نباشد... و یا در دوره‌ای تعداد علمای طراز اول بیش از مقدار معمول باشد. شیخ فضل‌الله هم به این نکته متفطن بوده است اگرچه در اصل پیشنهادی آن را ذکر نکرده است ولی در جایی می‌گوید که علما یا به قرعه و یا به اختیار خود هیئت نظارت را تعیین کنند.

– مرجعی برای تشخیص و تعیین هیئت طراز اول تعیین نشده بود؛

– عالم بودن به مقتضیات عصر به عنوان شرط عضویت در هیئت طراز اول پیش‌بینی نشده بود. اگرچه این شرط در اعلامیه پیشنهادی شیخ تصریح نشده ولی عبارت «طرزاول» به همراه کلمه «متدینین» در عبارت «انجمنی از طراز اول مجتهدین و فقه‌ای متدینین» می‌تواند این وظیفه را ایفا نماید.

اگر چه این اصل در آن دوران هیچ‌گاه عملی نشد ولی بالاخره سال‌ها پس از آن با پیروزی انقلاب اسلامی ایران این تجربه‌های تلخ و شیرین به کمک تهیه و تدوین قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران آمد و نهادی به عنوان «شورای نگهبان» قانون اساسی تاسیس شد و در دو رفراندوم سال‌های ۱۳۵۸ و ۱۳۶۸ مورد

تایید مردم و پس از آن مورد تأیید و امضای امام امت و ولی فقیه قرار گرفت. امروز شورای نگهبان و امام و امت اسلامی مدیون خون شهید شیخ فضل‌الله هستند. عالم شما را کشند که امروز شورای نگهبانی وجود نداشته باشد، سسرش را به دار کردند و بر بدنش جسارت کردند که امروز شورای نگهبانی نباشد.

آنهایی که تلاش می‌کنند به هر قیمتی حتی به قیمت تضعیف و نابودی شورای نگهبان به کرسی‌های موقتی بیشتری در این نظام دست پیدا کنند یا فراموش کرده‌اند که این کرسی‌ها بر شاه‌های درختی نشست‌اند

که ریشه آن توسط شورای نگهبان و خون شیخ فضل‌الله‌ها آبیاری می‌شود و یا طالب نظامی دیگری.

تضعیف شورای نگهبان تضعیف نظام و تضعیف اجرای اسلام است. حضرت امام در مورد لزوم حفاظت و پاسداری از شورای نگهبان می‌فرمایند: «من با نهاد شورای نگهبان صد درصد موافقم و عقیده‌ام هست که باید قوی و همیشگی باشم».

و خطاب به این شورا می‌فرمایند:«به شورای نگهبان تذکر می‌دهم که در کار خود استوار باشید و با قاطعیت و دقت عمل فرماید و به خدای متعال اتکال کنید. از خداوند تعالی عنایت و رحمت برات ملت عزیز را خواستارم.» امام خمینی(ره)

✽رضا محمدی کرجی

با قبولی در پزشکی روزانه سراسری، روح مادر بزرگم را شاد کردم

بودم (آخه پدر و مادرم کارمندند و از بچگی پیش او بزرگ شدم)

جزم کردم، DVDهای سال چهارم Vvip استاد احمدی رو هم گرفتم و حسابی تو این مدت زمانی

که وقت داشتم روشن وقت گذاشتم و کار کردم. نهایتاً تا حدود بهمن و اسفند تراز آزمون‌هایم خیلی بالا رفت، تو کل این مدت مادر بزرگم تو بیمارستان بود و قبل عید بود که دکترا فهمیدند سرطان مغز استخوان داره این اتفاق خیلی ذهنمو مشغول کرده بود و کاتال‌ها را تند تند عوض کردم تا صدای اون آقایی که این جمله رو گفته بود پیدا کنم ببینم چی میگه!!! اون شب یک اتفاق مهم برای من بود. با استاد احمدی آشنا شدم و با ایشان تماس گرفتم و کتاب‌ها و DVDها را سفارش دادم و طی چند روز DVDها به دست من رسید. طی

چند ماه خیلی پیشرفت کردم و همان سال در آزمون بعدی پیشرفت تحصیلی رتبه‌ام ۱۱۰ شد و مهرتر از اون درس فیزیک رو که خودتون از وضع و حالش خبر دارید ۱۰۰ درصد زدم. اون سال با معدل کتبی ۲۰ دیپلم ریاضی گرفتم.

ماراتن کنکور

اول تیر دقیقاً وقتی که ماراتن کنکور دانش شروع می‌شد، دودلی عجیبی به من دست داده بود. به حس‌ی بهم می‌گفت آینده‌ی من تو رشته‌ی پزشکی است. یکی دو ماه از تابستان گذشت و هنوز نتوانسته بودم بین رشته‌ی ریاضی و تغییر رشته به تجربی تصمیم بگیرم. یکم زیست می‌خوندم... یکم دیفرانسیل... یکم روز پیش این مشاور بودم... یکم پیش اون مشاور... یکم تو اون سایت... واقعا پریشون و سردرگم بودم تا اینکه به شب به استاد احمدی زنگ زدم به عالمه با هم حرف زدیم و نتیجه این که مثل قبل آرامشمو به دست آوردم چون با اطمینان راه آینده‌ی خودم یعنی رشته تجربی را پیدا کرده بودم.

در فرادی اون روز با نشاط رفتم. سراف درسم ولی حیف که دیگه چیز زیادی از تابستون نهموده بود. اون یک ماهی هم که بود صرف پاس کردن امتحان‌های تغییر رشته شد. اول مهر شد در حالی که نه از تابستون استفاده‌ی درستی کرده بودم و نه روز زیست زیاد مسلط بودم. در همین حین مادر بزرگم هم مریض شده بود و نگرانش

۰۹۱۲۱۹۶۵۷۰۲
۰۹۱۲۱۰۰۹۶۵۶

استاد احمدی



اولین و تنها مشاور و برنامه ریز کنکور از ایران/ دارای مقالات برگزیده در کنفرانس‌های بین‌المللی آموزشی جهان؛ و النسیان اسپانیا ۲۰۰۹inted / رم ایتالیا، بانکوک تایلند و ... / رتبه‌ی برتر مهندسی از دانشگاه تهران / تقدیر شده در بیش از ۲۰ منطقه آموزش پرورش سراسر کشور و دانشگاه / رتبه ۱ کارشناسی ارشد مترجمی عربی دانشگاه سراسری تهران / مؤلف جزوات، کتاب‌ها و لوح‌های فشرده آموزشی و برنامه‌ریزی رتبه‌های برتر کنکور از سال ۱۳۷۲ تا به امروز / بنیانگذار برنامه‌های رادیو و تلویزیونی «کنکور آسان است» و «درس خواندن آسان است» و «طعم مطالعه» و مدیر مسئول گیلنا و رمز زندگی

با قبولی در پزشکی روزانه سراسری، روح مادر بزرگم را شاد کردم من حجت‌اله علایی هستم از شهرستان خونسار قبل از هر چیز می‌خوام بگم: خدا جون شکرت

می‌خوام داستان کنکور مو براتون بگم شاید بشه گفت اون اتفاق مهم‌ی زندگی کنکوری من سوم دبیرستان افتاد ولی می‌خوام از اول شروع کنم از اول ابتدایی که به مدرسه رفتم همیشه شاگرد اول بودم و هر سال رو با معدل ۲۰ سپری می‌کردم و به حس غرور خاصی هم همیشه داشتم تا اینکه سوم دبیرستان اولین آزمون پیشرفت تحصیلی مدرسه برگزار شد. سر جلسه‌ی آزمون نمی‌توانستم بعضی سوال‌ها را حل کنم، از بس به خودم اعتماد داشتم اول فکر می‌کردم سوالات غلطه، یکم که پیش رفتم آروم آروم به خودم شک کردم، گفتم مگه

ارتباط مستقیم با استاد حسین احمدی

۰۹۰۰۷۰۶۶۴۰۲۱- پیامک

از شکست درس بگیر

انقدر افتادم، افتادم، افتادم تا جلو افتادم... در هر کاری هر چند سخت و ناممکن برای رسیدن به هدف و مقصد با تلاش و پشتکار فراوان این ناممکن تبدیل به ممکن می‌شود و راه شما آسان. همان‌طوری که فطرم‌ها لطیف آب فقط با پشتکار حتی سنگ را می‌شکافند. پس باید صبور باشیم و بدانیم که عجله در هر کاری سرانجام خوبی ندارد و راهتان را طولانی‌تر می‌کند. من میلاد علنی دانشجوی دندان پزشکی دانشگاه سراسری روزانه هستم که از شکست درس گرفتم و از درد به درک رسیدم.

آمادگی برای کنکور ۹۰

روز پنجشنبه ۱۴ مرداد ۱۳۸۹ بود، که همه برای کنکور آماده می‌شدند. من هم مثل همه تصمیم گرفتم که در کلاس کنکور ثبت نام کنم. به تنها چیزی که فکر می‌کردم قبولی در رشته‌ی دندان‌پزشکی بود.

بعد از گذشت ۷ ماه

امروز ۲۸ اسفند ماه، هنوز نتوانستم درسامو تموم کنم و حتی به ۲۰ درصد برنامه عمل نکرده‌ام. پر از استرس‌ها م روز که می‌گذره، فشار دروس نخوانده و تنگی وقت رو بیشتر احساس می‌کنم. چطور می‌تونم زمان رو مدیریت کنم تا هم به کلاس‌هایم برسم و هم به درسام. چطور می‌خوام با روزی ۹ ساعت کلاس‌ها در به همون اندازه زمان واسه مطالعه داشته باشم؟ چاره هر چه یاد می‌گیرم زود از خاطرم فراموش می‌شه؟ این‌ها سوالات‌هایی بود که هیچ‌وقت رهایم نمی‌کرد. شرایط سخت بود. اما باید همین وضع رو تا کنکور باید ادامه می‌دادم. درخ از اینکه بدونم ایا روش مطالعه‌ام انکاری که حرف‌های دوستان و همکلاسی‌هام درست بود ن یا بعد از هفدهم فراموشی نمی‌کردم. در جوباشون می‌گفتم ۱۲ سال درس خوندم برای یک هدف اون هم دندان‌پزشکی که در نهایت لیجندی جهت تمسخر می‌زدن و ختم جلسه. در تمام طول عمرم هیچ‌وقت شرایطی به دشواری اون زمان نداشتم. در شرایطی که اکثر دوستان به دانشگاه رفتن و من حتی مجاز به انتخاب رشته هم نشدم. رتبه ۱۲۰ هزار منطقه ۲، نهایت فاجعه بود. رتبه‌ای بود که من حتی با فکر کردن به آن شرم می‌کردم.

آشنایی با استاد

گفتم برای آخرین بار در کنکور شرکت کنم اما نتوانستم وضعیت روحام رو تغییر بدم. این وضعیت تا اواخر سال ۹۰ یعنی تا دی ماه ادامه داشت، تا اینکه در یکی از مجلات مقاله‌ای خوندم. کاری که استاد می‌کرد برای غریبالل باور بود. مگه میشه با تکنیک خاصی استرس، ترس و نگرانی‌هام رو رها کنم؟! بله می‌شه، مقاله از تکنیک برنامه‌ریزی استاد صحبت می‌کرد. من با خواندن این مقاله سعی کردم بیشتر بدانم و تحقیق کردم. پس از اینکه



اطلاعات کافی رو به دست آوردم با استاد تماس گرفتم و ماجرای کنکورم، شرایط روحی و روانی‌ام رو برای استاد توضیح دادم و اولین تکنیکی که استاد بهم آموزش دادن، تکنیک رفع استرس و اضطراب و آمادسازی روحی و روانی بود. مجموعه آقای ذهنی استاد رو دریافت کردم و پس از آن با برنامه استاد تصمیم گرفتم از اساتیدی استفاده کنم

که با استفاده از تکنیک‌های برتری که در اختیار داشتن می‌تونستن راه کنکور رو بسیار ساده کنند. پس کارم رو شروع کردم و استاد به من موخت که اگر بخوام همه چیز می‌تونم تغییر بدم یا نه قولی (خواستون، توانستن است) و من به آن ایمان پیدا کردم.

استاد واقفأ استاد است:

وقتی به استاد احمدی مراجعه کردم، پس از دقایقی که با من صحبت کرد بعضی از تکنیک‌های آقای ذهنی (مثل تکنیک پاک کردن خاطرات منفی در چند دقیقه) رو در مورد من اجرا کرد و روحیه‌ام بسیار قوی و عالی شد و هیچ

در ضمن زیست آزاد را هم ۱۰۰ درصد زدم و انتخاب اول قبول شدم و با توجه به این‌که دندانپزشکی سراسری قبول شدم دیگر دانشگاه آزاد را ثبت نام نکردم

وقت فراموش نمی‌کنم که از آن روز به بعد از لحاظ فکری بسیار پیشرفت کردم که این را مدیون استاد احمدی هستم. در ادامه پس از اینکه از لحاظ روحی آماده شدم خیلی زود بعد از کارشناسی کردن منابع و انتخاب اون‌ها توسط استاد من مورد نیازم را تهیه کردم و کارم را شروع کردم. من پشت کنکور بودم و نمی‌خوام اشتباهی که سال قبل انجام دادم رو دوباره تکرار کنم به همین خاطر دیگه کلاس رفتم و به پیشنهاد استاد از لوح‌های فشرده تدریس اساتید به صورت کاملآ تکنیکی و راهبردی بود استفاده کردم و هر موقع سوالاتی داشتم با ۰۹۱۲۱۹۶۵۷۰۲ تماس می‌گرفتم.

نتیجه غیر قابل باور

با تلاش، پشتکار و علاقه‌ای که داشتم نتونستم با لوح‌های فشرده‌ی اساتید و برنامه‌ریزی دقیق و کام به گام ایجج میکینگ استاد، کمتر از ۲ ماه تغییر بزرگی رو در خودم ببینم. نتیجه‌ای که در آزمون سنجش برابم حاصل شد همه بود. مگه میشه با تکنیک خاصی استرس، ترس و نگرانی‌هام رو رها کنم؟! بله می‌شه، مقاله از تکنیک برنامه‌ریزی استاد صحبت می‌کرد. من با خواندن این مقاله سعی کردم بیشتر بدانم و تحقیق کردم. پس از اینکه