

يُعرّف الانضباط الذاتي في الإسلام بأنه "الاستقامة"، وهي سيطرة الإنسان على مشاعره وأفعاله بإرادته لتحقيق التطوير الشخصي. يرتبط الإيمان بالاستقامة ارتباطاً وثيقاً، فضعف الإيمان يُضعف الاستقامة والعكس صحيح. يؤكد حديث سفيان بن عبد الله الثقفي على أهمية الإيمان والاستقامة. تتجلى علامات الانضباط الذاتي في الاستقامة على العقيدة الصحيحة، بما يشمل الإيمان القولي والعملي، والالتزام والإصرار على الأعمال الصالحة، وعدم التسويف، بالإضافة إلى الاستقامة في السلوك والأخلاق. يُعدّ الاتزان في التعامل مع الدنيا والآخرة، دون إفراط أو تفريط، جزءاً لا يتجزأ من الانضباط الذاتي. باختصار، الانضباط الذاتي في الإسلام (الاستقامة) يشمل الأقوال والأفعال والأحوال والنيات، وهو روح الحياة، فمن ليس له استقامة فهو فاسد، كما ينصح بعض أهل العلم بالتركيز على الاستقامة لا طلب الكرامات.