

### متن پرسش

با سلام خدمت شما استاد گرانقدر: دختر مجردی هستم که حدود ۳ سال است با مباحث شما آشنا شدم و استفاده های زیادی کردم. الغرض مدت ۳ یا ۴ هفته ای است که بنده در حالت قبض به سر می برم و از این حالت رنج می برم، حالتی که همیشه تو خودم هستم و حضور خدا را کم احساس می کنم، دائم احساس گناه می کنم، مدام دنبال مکانی می گردم که بهم آرامش بدهد، قبلا اهل مستحبات و دعا و... بودم ولی در این مدت حس و حال دعا و.. اصلا ندارم، احساس می کنم در سیر معنوی خودم توقف کردم و چون همش احساس گناه دارم ترس دارم یا و نا امیدي بر من غالب شود. در این مدت توفیقی شد مشهد مشرف شدم که در این مدت حضور در مشهد آرامش کامل تمام وجودم را فرا گرفته بود ولی بعد از مشهد بهتر که نشدم هیچ بدتر هم شدم بطوری که اصلا حس و حال هیچ گونه کاری را ندارم، نه کلاس، نه دعا و توسل، و نه هیچ کار دیگر دائم حالت گریه دارم، اگر دعائی هم بکنم به دعاهام امیدی ندارم و احساس گناه بیش از همه مرا رنج می دهد. انتظار بیشتری دارم برای رشد کردن و با خدا بودن و دنبال راهکار هستم. امیدوارم تونسته باشم حالت خودم را برای شما تشریح کنم. لطفا راهنمائیم کنید... با تشکر از شما و من الله التوفیق

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: اصل این حالت بد نیست و نور خوف الهی که دارید کارساز است، باید مواظب باشید شیطان خوف شما را به یأس تبدیل نکند و شما را از رحمت خوف محروم نماید، ولی اگر حوصله کنید به نتایج خوبی می رسید. می ماند که ممکن است این حالت طوری غلبه کند که نظام ارگانیکی بدن شما را به هم بزند که در این صورت به روان پزشکی رجوع کنید. موفق باشید