

### متن پرسش

با سلام خدمت استاد گرامی : استاد چند وقتی است که رساله را مطالعه می کنم اما به همان زودی که آنرا مطالعه میکنم آنرا فراموش می کنم لطفا" برای رفع این مشکل توصیه ای بفرمائید . ضمنا" استاد این سوال را نیز مطرح کنم خالی از لطف نیست وآن اینکه شما ،من وهمه می دانیم که فواید ورزش بسیار است اما هرچه خود را متقاعد می کنم نمی توانم جواب این سوالها را به این موضوع بدهم که ورزش آخر عاقبت ندارد یا اینکه ورزش وقت مطالعه ی آزاد را میگیرد یا اینکه ورزش انسان را خسته می کند ونمی گذارد به سایر فعالیت هایش برسد لطفا" در این باره هم توضیحی بفرمائید .

### متن پاسخ

باسمه تعالی؛ علیک السلام: طبیعی است آن مسائلی در ذهنتان می ماند که به آن نیاز دارید و ورزش را به عنوان عاملی که موجب آمادگی روحتان می شود نگاه کنید. موفق باشید