

### متن پرسش

سلام استاد محترم: من به ایمیل مراجعه کردم جواب سوالم رو نداده بودید. شماره سوال ۱۹۹۱۴.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: این طور جواب داده شده بود: ۱۹۹۱۴- باسمة تعالی: سلام علیکم: در دو حوزه باید تلاش بفرمایید: یکی آن که خیال خود را مشغول کنید تا خیالات شما، شما را مشغول نکند و به اشارات غیر قابل پذیرش شما را بکشاند که در این رابطه بعد از مطالعه‌ی کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» مباحث معرفت نفسی را از کتاب «ده نکته در معرفت نفس» همراه با شرح صوتی آن دنبال شود و ورزش هم فراموش نگردد. و در حوزه‌ی دوم در حین نوع فعالیت اول، به روان‌پزشک نیز رجوع شود. موفق باشید