

## متن پرسش

سلام استاد جان: سال نوتون مبارک. استاد من تقریباً سه ساله که مسیر زندگیم عوض شده تو این سه سال با انرژی تمام و شادی و اعتماد به نفس پیش اومدم و به جاهای خیلی خوبی رسیدم و ایمان زیادی داشتم اما بعد تصادف پدرم اتفاقات بد پشت سر هم افتاد و شادی رو از ما گرفت. اشتباهات پشت سر هم اتفاق افتاد نتونستم درست تصمیم بگیرم اعتماد به نفسم رو از دست دادم ایمانم کم رنگ شد دیگه حرف کسی رو گوش نمیدم ادم شکاکي شدم به ایمانم هم حتی شک کردم و افسرده شدم. اما الان عزم جدیدی دارم و می خوام دوباره شروع کنم اما به مسئله ای مدام باعث حجاب بین من و حقیقت میشه باعث ناامیدیم میشه اونم اینه که نگاهم به تصورات دیگران نسبت به حرفام و اعمالمه چون اونا هم اشتباهاتم رو دیدن و دیدشون نسبت بهم بد شده حالا انگار به جوری شده که وقتی می خوام به قدم بردارم در خیالم نگاهم به اونا میفته و میگم اگه من فلان کارو بکنم میگن... بدترین برداشت مزخرفی که میشه از عملم داشت میاد تو ذهنم و ناامید میشم دیگه نمی تونم درست تصمیم بگیرم دیگه نمیدونم چی خوبه چی بده. من خواهرم و عده ای از اقوام نزدیکم و تقریباً تمام مردان خانواده و خویشانم ضد ولایت فقیه هستن و همش در حال حرف زدن در این موردند من همیشه امیدوار بودم که آنها رو برمیگردونم ولی الان با دیدن این اشتباه از من دیگه هیچ امیدی نه من دارم و اونها هم با ناامیدی به من نگاه میکنند و با به حالت مسخرگی اصلاً نسبت به حرف من حساس شدن و تا صدای من میاد هیشکی نمیشنوه اصلاً تمایلی به شنیدن حرف من ندارن و من هم موقع حرف زدن با اونا به شدت دچار ترس و استرس میشم من رشته فیزیکه و دانشگاه صنعتی اصفهان درس می خونم فضای دانشکدمون هم طوریه که آدم پشت سر هم حرف میزنن از این اتفاق می ترسم. آدم عصبی ای شدم و سمت هر کاری میرم یا افراط می کنم یا تفریط. آدم پر استرسی هستم از کارهام عقب افتادم با این منفی نگری ای که دچارش شدم همیشه وقتی می خوام به کاری رو شروع کنم نگاهم میره به سمت مسائلی که مشکلات راهم هستن و بعد بیخیال میشم یا اصلاً دیگه مثل قبل که فکر می کردم فلان کارو بکنم خیلی خوبه حالا میگم که چی این کارو بکنم یا اون کارو که چی؟ به شدت دلم می خواد به خدا نزدیک بشم ولی با اولین مشکل با اولین غفلت سریع به هم میریزم و ناامید میشم و عصبی و افسرده و ذهنی پر از خیال و وهم بیخود من خدامو میخوام ولی نمیدونم چطوری می تونم به خدا نزدیک بشم. تو ذهنم پر از راه حله ولی اونقدر شکست خوردم که به سمت هیچ کدومشون نمی رم. اراده ام ضعیف شده من قبلاً ایمان داشتم که روی خانوادم اثر میذارم و تغییرشون میدم ولی الان نا امید شدم و تا وقتی این ذهنیتم درست نشه نمیتونم به آدم های دیگه

فک کنم احساس می‌کنم دارم نقش بازی می‌کنم و دروغ می‌گم به خاطر همین دچار بن بست شدم و نمیتونم ادامه بدم من دانشجویی پرتلاش و ناامیدم. قبلاً هدفم این بود میرم فلسفه و فیزیک می‌خونم و بعد فیزیک رو به فلسفه ربط میدم و به دیگران زیباییشو نشون میدم اما آنقدر تو دانشگاه سرعت تدریس بالاست که شما در حد پاس کردن نمره فرصت می‌کنید مطالعه داشته باشید و کلاً دانشگاه کل زندگیتون رو به هم میریزه و تمام وقت شما رو در اختیار خودش می‌خواد و یهو یه جا متوجه میشی که دیگه خودت نیستی و فراموش می‌کنی کی بودی و فقط اونیه که دانشگاه می‌خواد میشی این وضعیت منه. من قبلاً والیبال حرفه‌ای کار می‌کردم و درسم هم در دبیرستان عالی بود ولی دانشگاه هر دوش رو ازم گرفته. توی یه بینهایت علم غرق کرده و وقتی هم برام نگذاشته که به علاقه‌های دیگم برسم و کلاً آدم ناآرامی شدم. استاد الان با دوستانم تصمیم گرفتیم سیر مطالعاتی شهید مطهری رو شروع کنیم. میشه شما یکم روشنم کنید که کجام و چی کار باید بکنم؟ ممنونم

#### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ۱- همان‌طور که رهبر معظم «حفظه‌الله» تأکید دارند فعلاً باید خوب درس بخوانید تا روح آن مطالب علمی را به‌خوبی بشناسید. در کنار آن اگر فرصت شد پیشنهاد بنده یا دنبال کردن شرح تفسیر حمد حضرت امام است، و یا شرح مقالات آیت الله شجاعی. ۲- فعلاً سرتان به کار خودتان باشد، با احترام به اطرافیان، خیلی وارد بحث و جدل با آنها نشوید. به شخصیت‌شان احترام بگذارید ۳- از ورزش غافل نشوید. موفق باشید