

شماره پرسش: ۲۳۲۸۹

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۷/۱۰/۱۴ ۲۲:۳۵:۵۵

### متن پرسش

با سلام و عرض ارادت: امیدوارم خدای منان به شما طول عمر بدهد. بنده جوانیم ۳۴ ساله که دچار وسواس فکری شدم. راهکار شما برای دفع این مشکل چیست؟ ممنون میشم که همین جا جواب بدید. موفق باشید.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: مخاطب کتاب «ادب عقل و قلب و خیال» که بر روی سایت هست افرادی بودند که همین سؤال جنابعالی را مطرح کردند. فکر می‌کنم اگر مطالب آن کتاب درست بررسی شود و در کنارش یک ورزش منظم قرار گیرد، به تعادل لازم خواهید رسید، ان شاء الله. موفق باشید