

## برای خودتان آن طور که خودتان را می‌شناسی برنامه بریزید

شماره پرسش: ۲۳۶۶۴

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۷/۱۲/۱۴ ۰۵:۱۶:۰۷

### متن پرسش

بسم الله الرحمن الرحيم سلام استاد باز عذر خواهی مرا پذیرا باشید مانند کودکی می مانم که تازه راه افتاده و دایما نیازمند دست گیری. دوباره سر دو راهی مانده ام بسیار با مطالعه و تحقیق سعی در حل آن کردم ولی دلایلی مرا به این طرف می کشاند و دلایلی به طرف دیگر، نتوانستم تشخیص دهم. شما فرمودید هرچقدر به برنامه ریزی عمل کنیم شخصیت بهتری برای خود شکل داده ایم. از طرفی در روایات فرمودند هرگاه تمایل به مستحبات ندارید به واجبات اکتفا کنید. این دل من دایما از این سو به آن سو می پرد گاهی کنترل آن از دستم خارج می شود گاهی شوق فراوان به مطالعه دارم و گاهی به عبادات و گاهی حوصله هیچکدام را ندارم و به سراغ تدبیر در قران می روم. ولی من که برنامه ریزی کرده بودم آن هم در متعادل ترین حالت به خود گفتم این نفس افسار گسیخته را باید رام کنم تا در هر ساعتی کار مخصوصی انجام دهد اینطور که نمی شود. وقتی چند روز برنامه را اجرا می کنم از همه فعالیت ها چنان خسته می شوم که فقط می خواهم بخوابم با اینکه میزان خواب نیاز بدن را هم در برنامه تنظیم کرده ام. خوب من چه کنم؟ از طرفی در آن حرکت (نامنظم) دریافت ها زیاد می شود و فعالیت ها به بهترین نحو پیش می رود و در این حرکت (منظم) اینطور نیست دریافت ها به شدت کم می شود و انگار قلب بیچاره خود را در زندان کرده ام که تمام تمرکزش روی برنامه باشد و حتی توجه در نماز به شدت کاهش میابد. بین سخن شما و عمل به آن روایت با این احوالات خودم مانده ام، چه کنم؟ از ساعت متنفرم دست و پایم را می بندد ولی اگر شما بفرمایید به اسم مجاهده تحملش می کنم. حلال بفرمایید بنده را جهت گرفتن وقت شریف شما.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: به نظرم باز باید به برنامه‌ای که به خود می‌دهید فکر کنید. با این تفاوت که برای خودتان آن طور که خودتان را می‌شناسی برنامه بریزید، خودی که هم باید به رفقاییش سر بزند و هم تفریح و ورزش داشته باشد و هم کتاب مطالعه کند و هم از فضای مجازی خیلی دور نباشد. هرکس در این تاریخ باید آن شود که باید بشود. موفق باشید