

## متن پرسش

سلام استاد عزیز: سوالی که می خواهم مطرح کنم نزدیک به ۱۴ سال است که آزارم می دهد یعنی دقیقا بعد از وفات پدر بزرگوارم. بعد از وفات ایشان من از انسانی شاد به انسانی محزون و گوشه گیر مبدل شدم و برای درمان مشکلاتی که به سراغم آمد کلی کتاب های روانشناسی غربی خواندم و تا الان حدود ۸۰۰ جلد کتاب روانشناسی برای درمان احساس پوچی و بی معنایی و بی هدفی زندگی که هر از چند گاهی گریبان مرا می گیرد مطالعه نمودم حتی رشته ام روانشناسی است و امسال دانشجوی ارشد روانشناسی اسلامی هستم برای درمان بی معنایی زندگی ام تمام کتابهایی که پدر معنا درمانگر جهان یعنی ویکتور فرانکل به فارسی ترجمه شده بود مطالعه کردم و بقیه روانشناسی که فکر می کردم می تواند کمکم کند را مطالعه نمودم ولی از شما چه پنهان که نمی توانستم کاملا به آنها اعتماد کنم. مثلا مکتب ویکتور فرانکل را جزء اگزیزستانسیالیست ها تقسیم بندی کردند. یادم رفت بگویم من بعد از فوت پدرم دچار اختلال دوقطبی شده ام و ریشه درمان این اختلال روحی روانی را به عقیده ناتانیل براندن روانشناس آمریکایی پدر جنبش عزت نفس کمبود عزت نفس می دانند و به نظرم در اسلام دلیل اصلی کاهش عزت نفس را نا فرمانی از خدا و انجام گناه می دانند. حدود ۲ سالی است که برای افزایش عزت نفسم با گرفتن روزه پشت سر هم تصمیم به ترک گناه گرفتم اوائل اصلا موفق نبودم ولی به مرور موفق تر شدم در ترک گناه. نتیجه مثبتش را دیدم تصمیم گرفتم کمی بیشتر راجع به روزه تحقیق کنم و مطالب اندک ولی قوی ای از کتاب معراج السعاده پیدا کردم و در کتاب احیاء العلوم مطالب بیشتری را پیدا کردم و در کتاب کشف المحجوب هم دلایل خوبی پیدا کردم و در سایر کتابهای عرفانی گذشته مطالبی پیدا کردم ولی در نویسندگان معاصر نویسنده یا سخنرانی که در زمینه روزه تحقیق فراوان کرده باشد پیدا نکردم تا اینکه کتاب روزه دریچه ای به عالم معنا ی شما را خواندم شما احادیثی که قبلا خوانده بودم را طوری دقیق شرح دادین که آدمی را به عمق مطلب پی می برد. با یک سرچ کوچک به لیست سخنرانی های شما که راجع به روزه بود دست یافتم و حدود ۴۰ جلسه از سخنرانی های شما که راجع به روزه بود را گوش دادم و هم زمان روزه می گرفتم و خیلی راضی و خوشحال بودم تا اینکه تمام ۴۰ جلسه را استماع نمودم و بعد از چند روز دوباره آن پوچی سابق به سراغم آمد منی که راه نجاتم را روزه می پنداشتم ولی انگار این روش نیز برایم مناسب نبود. نمی دانم ایرادم از کجاست و چه کار کنم؟ تمام باورهای مذهبی ام انگار در حال فرو ریختن است. استاد صبور عزیز شما چه راه حلی ریشه ای را پیشنهاد می کنید برای درمان این احساس پوچی و بی معنایی زندگی که احساس رخوت و تنبلی و سستی را برایم به ارمغان می آورد؟ با تشکر فراوان از شما و عذر

خواهی بابت اینکه متنم طولانی شد.

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: فکر می‌کنم تا حال خوب جلو رفته‌اید، ولی بنا نیست که از سعه‌ی بیشتر در عالم غفلت نمایید و از معارفی که می‌تواند پشתיبان عبادات باشد، غفلت نمایید. پیشنهاد بنده دنبال کردنِ مباحث «معرفت نفس» و «معاد» است همراه با شرح صوتی آنها، تا خود را در وسعتی بیشتر احساس کنید و در اگزستانسِ اصیل‌تری وارد شوید. موفق باشید