

شماره پرسش: ۲۵۸۱۳

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۸/۹/۱۶ ۰۰:۴۸:۰۰

متن پرسش

سلام استاد: من خیلی ساله با کسالت روحی درگیرم، یعنی احساس نشاط ندارم و حالت خمودگی دارم. احساس می‌کنم یه تاریکی روم افتاده فکر نمی‌کنم تو زنجیرم شاید یه حرکت مورچه ای باشه ولی تاریکی رو حس می‌کنم. از خودم خسته ام.

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ۱. ورزش ۲. صله‌ی رحم ۳. خوش خلقی ۴. کمک به فقرا ۵. مطالعه‌ی کتاب «آشتی با خدا». موفق باشید