

متن پرسش

سلام خسته نباشید: آیه ای هست که اشاره می کند به آرامش: «الا بذكر الله تطمئن القلوب» من هرچه در خودم و در جامعه دیدم نقض این آیه بوده است. انسانی که فشار روحی بر او غلبه می کند رو دیدم موقع گرفتاری به راه های گوناگونی چون موسیقی، سیگار و اعتیاد و.... اگه هم آدم مثبتی باشه ورزش و.... نمی خوام نعوذ بالله کفر بگم ولی خدا نمی تونه آرامم کنه؟ می دونم اشکال از من هست ولی چکار کنم این مشکل رفع بشه؟ سوال دوم اینه که روانشناسان می گن برا آرامش، مراقبه یا مدیتیشن کنید این روش در دین چه جایگاهی دارد؟ سوال سوم این است که مثبت اندیشی با واقع بینی چه تفاوتی دارد؟ متأسفانه من اکثر مواقع سعی می کنم واقع بین باشم و مثبت اندیشی رو چیزی جز خیالات و اوهام می پندارم! نظر شما در این مورد چیست؟ ممنونم که حوصله بخرج می دهید برای جواب ها.

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ۱. گفت: «یک روز به اخلاص بیا در بر ما / گر کام تو بر نیامد، آن گه گله کن».

۲. در دین، تمرکز بر حضور حق و تفکر در سنن الهی مطرح است.

۳. وقتی عالم در قبضه‌ی خداوند حکیم و مهربان است چرا نباید نسبت به آینده امیدوار باشیم. موفق باشید