

### متن پرسش

با سلام و آرزوی سلامتی: استاد گرامی با ترس های حاکم بر خود چه کنیم؟ مثلا من می بینم در فلان ارتباط گاه دچار اضطراب می شوم اما از دست دادن آن هم بسیار هراس دارم به طوری که قدرت عمل را از دست می دهم. گاه شرایطی پیش می آید که انسان در مجموعه ای از ترس و خشم و نیاز درگیر است. واقعا برای تصمیم درست چه باید کرد؟ ممنونم

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: اگر بتوانید خود را در دستگاهی عقلانی و وحیانی شکل دهید راحت تر در این امور می توانید تصمیم بگیرید. پیشنهاد مطالعه ی کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» داده می شود. موفق باشید