

متن پرسش

با سلام و احترام: اخیراً در روانشناسی جریانی شکل گرفته تحت عنوان شفقت و مهربانی با خود که توصیه می‌کند بجای قضاوت کردن خود، با خود مهربان باشیم و مشفق. اگر کار بدی کردیم خود را خیلی عتاب نکنیم و در لحظه زندگی کنیم. ریشه‌ی مشکلات روانی عدم مهربانی با خود است. نظر شما چیست در این باره؟

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: رویهمرفته حرف خوبی است به شرطی که ملاک‌های دینی در گناه بودن امری که گناه است، مورد غفلت قرار نگیرد. آری! نباید مأیوس شد و همچنان باید امیدوار به رحمت الهی بود. موفق باشید