

### متن پرسش

سلام: استاد عزیز بنده خیلی مواقع دچار ناراحتی و قبض و نگرانی هستم. دلیل این ناراحتی برایم کاملاً مشخص نیست. اما کمی که تأمل می‌کنم دلیلش را این طور حس می‌کنم که با خود می‌گویم: (عمر و زندگی به سرعت می‌گذرد و من به آنچه برایش آفریده شده‌ام، نمی‌پردازم و دچار روزمرگی شده‌ام و معرفت الهی بدست نیاورده و عمرم عبث و بیهوده می‌گذرد و دیگران را هم اینگونه می‌بینم و برایشان ناراحت می‌شوم.) این نوع افکار خیلی خیلی مرا آزرده می‌کند و احساس افسردگی می‌کنم. درحالی‌که سعی در انجام واجبات و ترک محرمات دارم اما دلم می‌خواهد به بالاترین درجات سعادت و معرفت برسم. این افکار الهی است یا شیطانی؟ چگونه مقابله کنم؟ لطفاً راهنمایی بفرمایید. التماس دعا

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: بالاخره انسان بعضاً در قبض و بعضاً در بسط قرار دارد و این طبیعی است که در حالت قبض باید صبر و شکیبایی داشت و در حالت بسط، باید شکر کرد. موفق باشید