

متن پرسش

سلام و عرض ادب خدمت استاد عزیز: اینجانب در خانواده ای بزرگ شدم که از خردسالی تا جایی که یاد دارم همیشه کتک و کتک کاری و غضب و جیغ و داد بالای سرمون بوده حتی برای یه اشتباه کوچیک و منزل کتک می خوردیم و همیشه با ترس و دلشوره زندگی کردم حالا که بزرگ شدم و تشکیل خانواده داده ام اعصاب ندارم و زود عصبانی می شوم البته سریع به اشتباه خودم پی برده و زود از بچه ها عذر خواهی می کنم و قبول دارم که رفتارم خوب نیست. اما چکار کنم هر چی می خواهم خودم رو کنترل کنم همیشه. شیطان خدا لعنت کرده هم کلید کرده رو همین نقطه ضعفم. خیلی توسلات گرفتم حتی حاضر شدم به پزشک مراجعه کنم که از اثرات داروها بدتر شدم خیلی از این رفتارم و خصلتم ناراحتم. استاد عزیز یه راهی بفرماید تا بتونم این قوه غضبیه رو کنترل کنم.

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: پیشنهاد می شود در این مورد در ابتدا به مطالعه کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» و سپس به کتاب «فرزندان؛ این چنین باید بود» پردازید. إن شاء الله راههایی بس گشوده و دلگرم کننده ای در مقابلتان آشکار می شود. موفق باشید