

متن پرسش

سلام و احترام استاد عزیز: بنده معلم و ۲۷ ساله هستم. همیشه در حال فکر کردن هستم و مسائل روزمره و کوچک ذهنم رو درگیر می‌کند به طوری که حتی میل به غذا ندارم و با خودم فکر می‌کنم چقدر افکارم پراکنده و بی‌مایه هست. با وجود برنامه ریزی همیشه وقت کم میارم، همیشه مشغول کار هستم اما کارام ناقص می‌ماند. زندگی بهم سخت میگذره و نمیتونم یکم راحت باشم و مدام در حال دویدن هستم. بنظرتون چطور میتونم بهتر و راحت تر زندگی کنم؟

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ان شاءالله با مطالعه کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» که روی سایت هست، عزم‌هایی که مناسب شخصیت مفیدی برای شما می‌گردد؛ پیش می‌آید. موفق باشید