

شماره پرسش: ۳۷۸۳۰

تاریخ ارسال پرسش: ۱۴۰۳/۴/۷ ۱۹:۰۶:۲۶

### متن پرسش

سلام وقتتون بخیر استاد من چند وقتی دچار ناامیدی و یاس شدم حالم خیلی بده و نمی‌دونم این حال رو چطوری خوب کنم خیلی احساس میکنم به کمک نیاز دارم ولی فقل کردم واقعا نمیدونم

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: عرایضی تحت عنوان «راز نیست‌انگاری و راه عبور از آن»  
<https://lobolmizan.ir/sound/۱۳۶۳?mark=%D۹%۸۶%DB%۸C%D۸%B۳%D۸%AA%۲۰>  
%D۸%A۷%D۹%۸۶%DA%AF%D۸%A۷%D۸%B۱%DB%۸C شده است. خوب است صوت آن  
مطالب را دنبال فرمایید. موفق باشید