

### متن پرسش

سلام و عرض ادب: من انسان خوب و مومن و با تقوایی نیستم اصلا. اما مدتی است آتشی به جانم افتاده و خواب شب هایم را گرفته، شب ها هرکاری می کنم خوابم نمی برد و فقط بر روی سجاده آرام می شوم چیزی از عبادت های عرفا و بزرگان نمی دانم برای همین فقط بر سر سجاده قرآن می خوانم و استغفار می کنم اما هرروز حالم بدتر از دیروز می شود با نوعی اضطراب زندگی می کنم، گویی کسی را منتظرم که از در برسد و از او بی خبرم نمی دانم چه کنم، اصلا دوست ندارم در میان مردم و فامیل باشم بودن در کنارشان ذهنم را می آزارد، تنهایی و فکر کردن برایم مانند خوردن باقلوای آذری شیرین است و در جمع بودن مانند عذاب حتی گاهی به این می اندیشم که برای یافتن مقصود خود مهاجرت کنم از شهر خود و بدور از مردمان پُر توقع در قم زندگی کنم اما هر بار تصور اینکه همسرم در این شهر مسئول هدایت نوجوانان است مانع از این امر می شود نمی دانم چه کنم، دنبال مسیری می گردم که بی تابی ام را درمان کند و این آتش را در وجودم تسلا بدهد نمی دانم چه کنم.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: به گفته حضرت آیت الحق آیت الله حسن زاده، هنر آن است که انسان در زندگی اگر دل با یار دارد، دست در کار داشته باشد. به آن معنا که انسان، خود را در وسعتی حاضر کند که نه از حضور معنویش در نزد خود محروم باشد و نه از حضور در جمع انسان ها و فعالیت های اجتماعی. باید خود را در چنین حضوری مدّ نظر آوریم. موفق باشید