

## اگر علم و اندیشه‌ی کافی در خود ایجاد کنید به اقتضای آن علم و اندیشه به وقت‌اش سخن می‌گویید و عمل می‌کنید

شماره پرسش: ۶۹۷۶

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۲/۱۰/۲۴ ۰۶:۰۰:۰۰

### متن پرسش

باسلام. بنده سالهاست به سبب عدم اعتماد به نفس کافی و استرس های بی مورد بخش زیادی از توانایی خود را معطل گذاشته ام و از این بابت رنج می برم. نداشتن قدرت ریسک و عدم ابراز نظرات در جمع و گوشه گیری و افسردگی نتایج حالات بنده بوده و این حالات سبب مشکلات گوارشی نیز برای اینجانب گردیده، با عنایت به اینکه جنابعالی روانشناسان را مراجع خوبی برای حل مشکلات روحی نمی دانید، لطفا توصیه های لازم را جهت حل مشکلات بنده بفرمایید. لازم به ذکر است بنده باورهای خوبی دارم، اهل روضه و منبر و جلسات مذهبی بوده و هستم ولیکن در عمل برای فعلیت بخشیدن به باور دینی خود در عمل دچار ضعف هستم. بنده عمده کتابهای جنابعالی از جمله چگونگی فعلیت یافتن باورهای دینی را مطالعه نموده ام ولی هنوز این باورها برای بنده یقینی نشده و از این بابت رنج میبرم. لطفا راهنمایی فرمایید.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: این یک قاعده است که اگر علم و اندیشه‌ی کافی در خود ایجاد کنید به اقتضای آن علم و اندیشه به وقت‌اش سخن می‌گویید و عمل می‌کنید. سعی بفرمایید مبانی علمی خود را محکم کنید و در این رابطه کتاب «مبانی نظری نبوت و امامت» خوب است به خصوص اگر سعی کنید با مباحثه همراه باشد. در ضمن از ورزش و انس با رفقای ایمانی نیز غافل نباشید و برای درمان گوارشی خود از رجوع به پزشک کوتاهی نکنید. موفق باشید