

#### متن پرسش

با عرض سلام: خدمت استاد عزیز یکی از درخواست هایی که از خدا داشته ام رفع منیت است نمیدانم از اثر این دعاست که در زندگی ام دچار مشکل شده ام به گونه ای که گاهی میشود فقط به خاطر مشکلاتم در زندگی کارم شده گریه و وقتی هم در برابر مشکلات زندگی ام بی تاب میشوم مرتب خودم را سرزنس میکنم که چرا به خاطر زندگی دنیایی بی تابی میکنم با اینکه میدانم زندگی دنیا به خودی خود اصل نیست و از مقایسه کردنهای زندگی خودم با دیگران رنج میکشم و نمیدانم چطور از این مقایسه ها رها شوم به طوری که من بعضی روزها که حالم خوب است با تمام شرایط زندگی ام کنار آمده ام و راضی هستم ولی آنی که روحیه ام ضعیف میشود اول مصیبت من میشود و مقایسه ها شروع میشود و به قدری مشکلات زندگی ام برایم بزرگ میشود که زندگی برایم تنگ میشود چه کار کنم؟

#### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: همین کارهایی که خودتان می دانید انجام دهید مثل اُنس با روایات و کتاب های معرفتی، اخلاقی. پیشنهاد می کنم سیدی مباحث «یابن الجُندب» را که دستورالعمل حضرت صادق «علیه السلام» به عبدالله جندب بود کار کنید. موفق باشید