

## قلب خود را با برنامه‌ای که آرام آرام شما را با حق مأنوس می‌کند به نشاط و آرامش می‌رسد

شماره پرسش: ۹۱۱۹

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۳/۴/۶ ۰۵:۰۰:۰۰

### متن پرسش

سلام استاد: بیخشید راه های ایجاد نشاط از نظر ائمه اطهار (ع) چی هست و ما جوون ها علاوه بر ورزش از چه راه دیگری میتونیم نشاط به دست بیاریم؟ اگر روایت ذکر کنید ممنون میشم.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: قرآن می‌فرماید «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» قلب خود را با برنامه‌ای که آرام آرام شما را با حق مأنوس می‌کند به نشاط و آرامش می‌رسد. به گفته‌ی مولوی «تو خوشی و خوب و کان هر خوشی .... پس چرا که منت بادی کشی». موفق باشید