

متن پرسش

سلام: من دانشجوی رشته کامپیوتر هستم و در این زمینه کار می‌کنم. زندگی امروزی، به شدت تحت تاثیر استرس و رقابت در درس، کار و تجارت شده. من یک آدم آرام هستم و وقتی به آینده نگاه می‌کنم نگران می‌شم. در همه‌ی مردم یه درجه‌ای از عدم آرامش را می‌شه دید (به خصوص در زمینه تخصصی و کاری رشته من). به نظر شما، تاثیر کوتاه مدت و بلند مدت استرس چه چیزهایی است؟ و با این ملاحظات، شما چه پیش‌نهادی برای بهتر کردن زندگی شخصی و اجتماعی دارید؟

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: کتاب «جایگاه رزق در هستی» را مطالعه کنید و طبق وظیفه‌ی خود در عین حفظ روحیه‌ی تواضع، عمل کنید و نگران آینده‌ی خود نباشید.