

مشاوره

قرار است از این شماره در مرکز مشاوره دیدار آشنا به کمک اساتید و مشاوران یکی از موفق‌ترین مراکز مشاوره قم، پاسخ‌گوی سؤالات شما باشیم. در این شماره به تناسب پرونده ویژه به سؤالی که به صورت شاهی و کتبی دوستان شما در مرکز مشاوره مؤسسه امام خمینی (ره) با آن مواجه بوده‌اند پاسخ می‌گوئیم. به امید اینکه خدا در این نوشتار اخلاص و اثر عطا کند. گفته بود مدتی است گرفتار استمنا شده و با آنکه می‌داند کار حرامی است و حتی اضطراب و ضعف اعصاب نیز پیدا کرده، ولی نمی‌داند چگونه باید خود را نجات دهد. ما این سؤال را از یکی از مشاوران مرکز مشاوره پرسیدیم و اکنون جواب‌های او را خلاصه خدمتان عرض می‌کنیم.

آقای هادی کارشناسی ارشد روانشناسی و دانش‌آموخته حوزه علمیه من به این دوست عزیز توصیه می‌کنم درباره سه موضوع تغییر برنامه دهد برای ساعاتی که به این بیماری اقدام می‌کند برنامه‌ای در نظر گرفته شود که تمام وقت او را پر کند و حتی الامکان کاری در جمع یا- به همراه دیگران باشد مکانی که معمولاً او را وسوسه می‌کند را تغییر دهد و کمترین حضور را در آنجا داشته باشد- شیطان تنها راهی که برای انحراف ما در دست دارد وسوسه و خیال است. پس برای ذهن و خیال خود موضوع و خوراک تازه تهیه- کن. یک کتاب طنز، یک داستان، یک موضوع درسی یا یک مشکلی که در خانه شما هست و مدت‌هاست کسی نتوانسته آنرا حل کند. شما فکر کنید شاید خدا به دست شما آنرا حل کرد و افتخارش به نام شما ثبت شد و از همه مهمتر اینکه اگر ما بفهمیم کسی مخفیانه ما را زیر نظر دارد یا بچه کوچکی ما را نگاه می‌کند، دست از پا خطا نمی‌کنیم. آیا خدا به اندازه یک بچه کوچک نزد ما اعتبار ندارد که در مقابلش حریم‌اش را نشکنیم. دست خدا یارتان.

