دوستان من مراقب هستید؟

– از چی؟

از اینکه یوقت از خودتون "خشمگین" نشید؟

– چرا؟

چون بر خلاف باور "عامه"، اختلالات روحی که اوجش میشه "افسرگی"، زیاد مربوط به "غم"نیست، بلکه اغلب مربوط به "خشم"هست، اصطلاحا بهم ریختگی روحی ریشه ش چیزی نیست جز "خشم علیهِ خود"

یا خشم نسبت به موضوعی که انقدر نگهش داشتیم تا "چرخیده به درون خودمون" و نسبت به خودمون...

– وا هادی! پس اینکه انقدر به بهانه های مختلف برخی علما بالای منبر یا تو کتابهاشون میگن از خودتون ناراحت باشید، چی میشه؟

نمیدونم چی میشه! از خودشون بپرسید، فقط این رو میدونم که هیچ کجای "دین اسلام" خشم نسبت به خود نداریم!

– واقعا؟ بیشتر بگو خب!

مثلا "حضرت ختمی مرتبت" که اسوه ی ماست، یا هیچ "امامی" تابحال از خودش خشمگین نشده! و دعوت به خشمگین شدن از خود هم نکرده یا حتی هیچ وقت نفرمودن از خودم ناراحت هستم!

پس شما هم هیچ وقت خشمگین نشید از خودتون

برخی از "علما" تا شما رو دچار اختلالات روحی نکنن دست از سرتون برنمیدارن! انقدر شما رو "خشمگین" میکنن که دیگه هیچی از "نشاط" تو وجودتون باقی نمونه!

"تدبیر" کردن جهت بهتر شدن، رفع نقص کردن، تزکیه کردن و کلا "رشد" کردن، هیچ ربطی به "خشمگین شدنِ علیه خود" نداره، اتفاقا هیچ "فایده"ی ماندگاری هم نداره، جز یک جوِّ زودگذر...

از خودت عصبانی نشو ببین چقدر راحته "خوب" شدن...