লা-তাহযান [হতাশ হবেন না]

বিভাগ/অধ্যায়ঃ লা-তাহযান - অনুচ্ছেদ সূচি

রচয়িতা/সঙ্কলকঃ ড. আয়িদ আল করনী

৮৩. হতাশা দেহ-মনকে দুর্বল করে

চিকিৎসা শাস্ত্রে নোবেল পুরস্কার বিজয়ী ডা. এলেক্সিস কারলাইল বলেছেন- "যেসব কাজের লোকেরা উদ্বিগ্ন" ও মানসিক চাপ দমন করতে জানে না তারা অন্যদের তুলনায় বেশি মাত্রায় অকালে মরণশীল।" বাস্তবিক, যা কিছু ঘটে তা স্বর্গীয় বিধান বা তকদীর অনুসারেই ঘটে। তা সত্ত্বেও প্রত্যেককেই সমস্যা এড়ানোর জন্য প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ অবশ্যই গ্রহণ করতে হবে। আর এ কারণেই কারলাইল যথার্থই বলেছেন যে, যা শরীরের ক্ষতি করে উদ্বিগ্নতা তার একটি।

Source — https://www.hadithbd.com/books/link/?id=7592

হাদিসবিডির প্রজেক্টে অনুদান দিন