

### متن پرسش

سلام: مدت زیادی است به برخی گناهان معتاد شده ام و عادت و عادی شده است. وقتی توجه می‌کنم، حین درگیری درونی، احساس می‌کنم اول از درونم قدرت و اراده ام ضعیف میشه و شکست می‌خورم بعد بسمتش میرم. چطور می‌توان اراده درونی را قوی کرد تا بر نفس فائق شوم و افسارش را بدست گیرم؟ یک زمانی نماز خواندن مرا باز می‌داشت ولی اکنون اثری ندارد، خواهش می‌کنم راه حلی جلوی پایم بگذارید.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: توجه به جهان گشوده معنویت بخصوص با معرفت نفس، در این مورد کمک‌کار است. پیشنهاد می‌شود مطالعه کتاب «ده نکته در معرفت نفس» و مطالعه کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» را در دستور کارتان قرار دهید. موفق باشید