

### متن پرسش

سلام و عرض ادب خدمت استاد گرامی: من بسیار علاقه به مطالعه و خودسازی در زمینه مذهبی و معنوی دارم. اما متأسفانه نمی‌توانم زمانم را مدیریت کنم و روزم با کارهای روزمره تمام می‌شود و به هیچ کار مفیدی مثل مطالعه، مراقبه، دعا و... نمی‌رسم. شدیداً احساس نیاز به یک راهنما و پشتیبان دارم ولی هیچ کس را سراغ ندارم. لطفاً راهنمایی بفرمایید. از این گذشتن عمر بیهوده خیلی رنج می‌برم.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: به نظر می‌آید با دنبال کردن بحث مشخص مثل «معرفت نفس» بتوانید از این مشکل عبور کنید. موفق باشید