

### متن پرسش

سلام من مدت ۳ تا ۴ سال است که دچار بیماری خود ارضایی شده‌ام. راههای درمان رو میدونم ولی ولی اصلا نمی دونم چی بگم. شاید بیشتر از ۱۰۰ بار به خدا قول دادم. بیشترین مدتی که تونستم خود را از این بیماری دور نگهدارم ۲ یا ۳ ماه بود. بدیش این است که ای کاش من هیچ چیز از عرفان و دین نمی فهمیدم شاید برام راحت تر بود تحمل زجرش راحت تر بود تحمل زخمهای این درد به پیکرم. حالا کارم به جایی رسیده که دارم خودم رو می بینم که داره کم کم دلم میمیره و جراحات های زیادی می بینم، ولی بازم خدا دست بردار نیست باز رحمت، باز مهربونی، باز بجا گذاشتن شرمندگی. من نماز شبخون بودم اگر در کل خانواده می گفتند با ادبترین فرد کیست؟ من گزینه اول بودم. دیگه نمی تونم ادامه بدم خسته شدم از خودم از نامردی خودم بیشتر فقط می خوام این رو بدونم آیا میشه کاری کرد که تمام اون خون دل خوردنهای امام زمان را جبران و تبدیل به شادی کنم. آیا میشه بگم خدا خدا؟! دوستت دارم جوری که سر تا پام بگه خدا، بگم، فقط زبونم نگو. آخه الان نه روم میشه بگم خدا، اگه میگم احساس میکنم که فقط زبونه، الان که دارم می نویسم دوست دارم گریه کنم ولی گریهی گنهکاری که بر نمی‌گردد چه فایده‌ای داره ولی قطرات اشک رو می‌بینم که کم‌کم داره از چشمای پر ترکش گناه می‌یاد پایین. با خودم می‌گم اصلا من اینجا چکار می‌کنم اصلا بر چی دارم می‌نویسم بغض گلوم رو گرفته ولی فقط یک چیزه که بهم اراده‌ی عجیب و غریب بعد از این همه شکست رو میده خودمم نمی دونم ولی حدس می‌زنم. اون بالا خدا دلش گرفته دلش گرفته از دست من ناراحته، برام بال بال می‌زنه که من برگردم.

### متن پاسخ

باسمه تعالی علیکم السلام توبه را فراموش نکن؛ اگر باز شیطان تلاش کرد که گرفتار گناه شوی تا از ارتباط با خدا مأیوس گردی، باز توبه کن، اگر باز شیطان تلاش کرد تا گرفتار گناه شوی تا تصور کنی دیگر فایده ندارد، باز وقتی نور پروردگار، تو را متذکر حق و حقیقت کرد، توبه کن. در هر توبه‌ای شدت اراده‌ی قبلی به گناه ضعیف می‌شود تا در نهایت توبه‌ها کار خود را می‌کند و به جای آن که شیطان تو را مأیوس کند، او مأیوس می‌شود و در آن حالت احساس می‌کنی دیگر کشش‌های قبلی به گناه به شدت ضعیف شده و می‌توانی در مقابل آن مقاومت کنی. **إن شاء الله، موفق باشید.**