

### متن پرسش

سلام استاد: من قریب ۱۰ سال با ی گناه درگیرم و هنوز نتونستم توبه کنم. تصمیم گرفتم برای غلبه بر قوه ی شهویه تمام سال بغیر ازروزهای حرام روزه بگیرم می‌خواستم ببینم این ریاضت کمک میکنه ترک گناه کنم و مقرب درگاه حضرت حق بشم؟ یا با مخاطراتی همراهه؟ بقولی از چاله در نیام بیوفتم تو چاه. ممنونتم

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: آری! می‌توانید از روزه‌داری در روزهای خاص مثل پنجشنبه اول ماه و آخر ماه و چهارشنبه وسط ماه، بهره‌مند شوید و از آن مهم‌تر سعی در تعمق در معارفی مثل «معرفت نفس» و قرآن را مدّ نظر داشته باشید. موفق باشید