

### متن پرسش

سلام استاد: خسته نباشید. ببخشید بنده جدیداً خیلی شدید بد اخلاق شدم. فرزندم و همسرم از من بخاطر رفتارم راضی نیستند دوستان و آشنایان هم بماند. آنقدر غرور هم دارم که اجازه معذرت خواهی بهم نمیده پیش خودم میگم دیگه سعی می‌کنم اخلاقم خوب باشه، ولی انگار اون لحظه که عصبانی هستم اصلاً عقل ندارم، واقعاً دست خودم نیست نمی‌فهمم دارم چکار می‌کنم، قشنگ مشخصه که جهنمی هستم. کتاب ادب عقل و خیال شما هم خوندم ولی انگار برای من اثری نداشته. یه نسخه خوب از شما می‌خواستم برای ترک این صفات شیطانی. ممنونم از راهنماییتون

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: هر اندازه انسان متوجه وسعت بیکرانه خود بشود، امور جزئی که بهانه‌های تحریک شیطان هستند او را تحریک نمی‌کند. مباحث «معرفت نفس» از این جهت می‌تواند کمک کند. خوب است سری به کتاب «ده نکته در معرفت نفس» و شرح صوتی آن که روی سایت هست بزنید.

<https://lobolmizan.ir/book/۷۱?mark=%D۸%AF%D۹%۸۷%۲۰%D۹%۸۶%DA%A۹%D۸%AA%D۹%۸۷>

<https://lobolmizan.ir/sound/۶۴۱?mark=%D۸%AF%D۹%۸۷%۲۰%D۹%۸۶%DA%A۹%D۸%AA%D۹%۸۷> موفق باشید