

### متن پرسش

سلام استاد: من میخوام چله کلیمی بگیرم برای اینکه بتونم غضب و پر حرفی خودم رو کنترل کنم چه کارهایی باید انجام بدم؟

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: چهل روز همچون حضرت موسی «علیه السلام» در میقات با خدا حاضر شدن با رعایت آداب و اذکار دینی همراه با روزه‌داری که البته به جهت کامل شدن ۴۰ روز روزه‌داری و با در نظرگرفتن آنکه دهم ذی‌الحجه عید قربان است و روزه‌داری در آن روز جایز نیست؛ بهتر است یک روز یا دور روز قبل از ماه ذیقعدہ شروع شود تا به روز عرفه ختم گردد. بخصوص که روزه‌داری روز عرفه در جای خود نیز موضوعیت دارد. موفق باشید