

### متن پرسش

سلام و عرض ادب خدمت استاد بزرگوار: سوال ۱. در زمینه مراقبه، محاسبه و مشارطه نفس می شود راهنمایی کنید از چه کتابی استفاده کنیم؟ مراقبه و محاسبه نفس رو دارم ولی در مشارطه ضعیف عمل کردم. ۲. راه اینکه انسان به «آمنوا و عملوا الصالحات» برسد تا از خسر در بیاید چیست؟ ۳. آدم مخلص هست که دیگر شیطان نمی تواند به او نفوذ کند چه جوری به این مرحله می شود رسید؟

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: همه این امور در مسیر توحید و حضور هرچه بیشتر در میدان تقوا و خودنگهبانی حاصل می شود. در مشارطه به نفس خود تذکر می دهیم که اگر از آنچه باید انجام دهد، کوتاهی کرد او را مثلاً وادار به روزه داری و یا هزینه دادن به فقرای اقوام می کنیم و دیگر موارد با نظر به توحید حاصل می شود. اگر بتوانید با کتاب «منازل السائرین» خواجه عبدالله، کار را جلو ببرید بسیار خوب است. موفق باشید