

## متن پرسش

سلام: بنده سعی می‌کنم به اختصار مشکلات خودم را بیان کنم ان شاء الله برنامه متناسب ارائه شود. ۱. بنده حدود ۵ سالی هست که درگیر رذیله اخلاقی حسادت هستم و خودم رو مقایسه می‌کنم. البته الان خیلی بهتر شده با صوت استاد شجاعی و استاد پناهیان و... ولی هنوز فکر می‌کنم ریشه کن نشده است. ۲. من وقتی کسی کنارم کاری انجام میده ذهنم درگیر میشه و این مشکل قبلا خیلی شدید بود و انگار اصلا از خودم بیرون میومدم و ذهنم درگیر شخص کناری می‌شد و تو نماز هم این مشکل مضاعف بود در حال حاضر با اینکه بهتر شدم ولی هنوز بعضی وقتها این مشکل سراغ من میاد راه حل اصلی و ریشه کن شدن این مشکل کجاست؟ ۳. من ازدواج کردم و احساس می‌کنم وسواس دارم. وسواس فکری مثلا با خودم می‌گم نکنه عقد ازدواج مون باطل باشه و... امثال این فکرها. و همسر رو مقایسه می‌کنم و در نتیجه سردی پیش میاد و به همسر توجه نمی‌کنم. چجوری باید عشق الهی رو تو زندگی مون جریان بدیم؟ چجوری از این مقایسه رها بشیم؟ ۴. بعضی وقتها فکر اینکه الان سن من گذشته و نمیتونم تغییر کنم من رو اذیت میده و دنبالش تنبلی میاد. احساس می‌کنم در تغییر کردن خیلی کند هستم و اراده محکمی ندارم. ۵. با وجود گناهایی در گذشته هنوز حس توبه واقعی در من شکل نگرفته برای توبه واقعی باید چیکار کنم؟ ۶. بعضی اوقات حس بدبینی نسبت به خدا و وجود حضرات معصومین در من میاد و نمیدونم از کجا میاد و نمیتونم کنترلش کنم و سخته و این بدبینی من چجوری حل میشه؟ ۷. دنبال همین بدبینی نسبت به خدا و اهل بیت شبها زیاد می‌کنم در ذهن من میاد از جمله موارد نقضی که ذهنم خیال میکنه و میگه اگر خدا و اهل بیت تو رو دوست داشتن اینجوری نمی‌شد و... با اینکه میدونم من خیلی خراب کردم و اهل طاعت و بندگی نبودم و این فکرا سراغم میاد. از موفقیت بقیه در لحظه اول که می‌شنوم شاد نمیشم و ناراحت میشم و بعدش به خودم تلنگر می‌زنم که چرا اینجوری هستی و بعدش کم کم برطرف میشه. چجوری این حس رو باید درست کرد؟ همش با خودم می‌گم چرا نباید از پیشرفت بقیه خوشحال بشم؟ ۸. بعضی اوقات حس پوچی سراغ من میاد که این درس که می‌خونم به چه کاری میاد. ۹. چیکار کنم محبت خدا و اهل بیت و آقا امیرالمومنین در وجودم زیاد بشه؟ ۱۰. می‌خوام خودم رو بشناسم که اصلا من کی هستم و خود شناسی داشته باشم. ۱۱. مدت زیادی شاید ۳ سال کم و بیش درگیر نگاه حرام و نامحرم بوده ام چجوری ترک و توبه کنم؟ ۱۲. بهترین راه توسل به اهل بیت چیه؟ چرا سیمم وصل نمیشه (یکم اراده ضعیف دارم البته) خلاصه که خیلی دوست دارم سرم تو زندگی خودم باشه نه اینکه مثل یک دیده بان زندگی بقیه رو سرک بکشم و مقایسه کنم.. خیلی دوست دارم معرفت خدا و اهل بیت رو بدست بیارم و نماز خوب

داشته باشم، نماز با توجه، اهل یقین و توکل به خدا باشم. راه تقویت صفات حسنه و خوب در وجود آدمی چیست؟ برای اینکه محبت خدا و اهل بیت در وجودم زیاد بشه چیکار کنم ان شاء الله به امید خدا با برنامه شما این مشکلات حل بشود. البته اجمالا یقین دارم که آنچه پیش می آید خیر است ان شاء الله استاد محترم: لطفا برنامه کامل بدهید و بدانید که من پای کار هستم و این برنامه را انجام می دهم و تشنه تغییر هستم چراکه اگر غیر این بود این عریضه را نمی نوشتم و وقت شما را نمی گرفتم. خیلی ممنونم تشکر خدا خیرتان بدهد.

#### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: حُسنِ آگاهی از این ضعفها حکایت از آن دارد که به لطف خدا، طلبِ عبور از آنها در شما پیش آمده و درمانِ همه آنها ورود به ایمان حضوری است که ابتدا با مباحث «معرفت نفس» و صوت‌های آن که روی سایت هست شروع بفرمایید و با تدبّر در قرآن راه را ادامه دهید. در ارتباط با سوره‌های زمر و عنکبوت و روم و آل‌عمران از طریق صوت آن سور که روی سایت هست. موفق باشید