

### متن پرسش

سلام، وقتتون بخیر، خدا قوت. من سالهاست درگیر یکسری مسائل جسمی و روحی هستم که با اساتیدی مشورت داشتم همه متفق القول می‌فرمایند که نفس بسیار بسیار قوی دارم که داره من رو بازی میده چون خودش تحت فرمان شیاطین هست و من دائم و شبانه روز با خودم در جنگم و از دست خودم خستم و اساتید میگن تا نفسم ادب نشه و نتونم روش سوار بشم این شرایط همچنان ادامه داره، بفرمایید چه کنم که از دست خودم رها بشم، ممنونم

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: پیشنهاد می‌شود ابتدا مباحث معرفت نفس در کتاب «ده نکته در معرفت نفس» همراه با شرح صوتی آن و سپس دو جلد کتاب «فرزندم؛ این چنین باید بود» را دنبال و مطالعه بفرمایید. همه مطالب روی سایت هست. موفق باشید