

### متن پرسش

سلام و عرض ادب استاد: بعد از فشار روحی شدیدی که کشیدم، یه مدته (یک ماه) موفق نمیشم هر سه نوبت نماز روزانه رو درست بخونم و خیلی حالم بده از این موضوع. هر کاری می‌کنم بازم نمیتونم موفق بشم واقعا خسته شدم از بس تلاش کردم و عذاب وجدان دارم و نمیدونم چرا اینجور شد. منی که نمازمام همه اول وقت بود الان مثلا یه نوبتش از دست میره. شاید از خستگی زیاد یا از اینکه تو شرایط سخت تنهایی جلو اومدم و فشار وحشتناکی متحمل شدم. از اون طرف حدیث درباره نماز میخونم و ناامید میشم. چه راهکار عملیاتی برای اینکه موفق شم و مصداق سبک شمردن نماز نباشم وجود داره؟ نمیتونم فشار روحی دیگه تحمل کنم راه آسونی بلدید؟

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: به ما فرموده‌اند: «آن قدر ای دل که توانی بکوش / گرچه بهشتش نه به کوشش دهند». ما باید امیدوار به رحمت الهی باشیم. موفق باشید