

### متن پرسش

با عرض سلام من از وقتی بیدار میشوم تا وقت خواب سعی ام بر انجام ندادن گناه و مراقبت و کسب رضایت خداست ولی آخر روز سنگینی بار گناه را بر قلبم احساس میکنم که تمام فکر و ذهنم را به خود مشغول میکند که برایم خیلی ازار دهنده است لطف فرمایید مرا راهنمایی کنید

### متن پاسخ

باسمه تعالی، سلام علیکم: همین طور است که می فرمایید و لذا رسول خدا «صلى الله عليه وآله» توصیه به هفتاد بار استغفار در آخر روز فرمودند و خودشان نیز چنین می کردند و می فرمایند: « إِنَّهُ لَيُعَانُ عَلَى قَلْبِي حَتَّى أَسْتَغْفِرُ فِي الْيَوْمِ مِائَةَ مَرَّةٍ » یعنی: پرده تاریکی دلم را فرا میگیرد و هر روز هفتاد مرتبه استغفار میکنم.. موفق باشید