

## در کنار تمرین سکوت؛ خوش اخلاقی، حُسن ظن به مؤمنین و...

شماره پرسش: ۱۲۱۷

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۴/۲/۱۳ ۰۲:۲۶:۳۴

### متن پرسش

سلام: نزدیک به ۷ سال است که تمرین سکوت و نفی خواطر می کنم اما نهایت مراقبتم بیش از ۱۰ ۱۵ ثانیه طول نمی کشد. تنها حالتی که به آن دست می یابم حالتی همچون شناور شدن است که دیگر سالهاست به آن عادت کرده ام. به نظرم پیشرفتی ندارم. چرا؟؟؟

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: در کنار تمرین سکوت؛ خوش اخلاقی، حُسن ظن به مؤمنین، صلهی رحم، رعایت حقوق افراد، همه و همه باید رعایت شود. موفق باشید