

### متن پرسش

سلام و عرض ادب و ارادت محضر استاد بزرگوار و تشکر از صبر و حوصله حضرتعالی. سوالی داشتم در مورد اینکه گاهی و به صورت دوره ای میل شدید به انجام یک سری اعمال یا عبادات برام حاصل میشه، مثلا شدید میل به پوشاندن خود و حفظ حجاب شدید کما اینکه در حالت عادی هم الحمدلله حجاب دارم) ولی در دوره ای این میل بشدت بروز می کند یا در دوره ای دیگر میل شدید به سکوت و یا نشنیدن و.... و بسیار این حس خوب و آرام بخش هست منتها نمی دونم برای اینکه این حس رو تداوم ببخشم و یا تثبیت بکنم، چکار باید بکنم که اون عمل ملکه بشه؟! احساس می کنم باید بعد از چشاندن این حس زیبا از طرف خداوند متعال خودم هم باید تلاشی برای تثبیتش بکنم ولی نمی دونم چکار باید بکنم؟! لطفا راهنماییم بفرمایید. با سپاس از بذل عنایت پدران حضرتعالی.

### متن پاسخ

- باسمه تعالی: سلام علیکم: این حالات را در اصطلاح «قبض و بسط» روحی گویند. باید در حالت بسط، شکر کرد و در حالت قبض، بر انجام وظیفه صبر نمود تا به لطف الهی به تعادل لازم برسید و به قول مولوی: در باغ سبز عشق قرار گیرید که فوق غم‌های مربوط به قبض و شادی‌های مربوط به بسط است. گفت:

باغ سبز عشق کو بی‌منتهاست

جز غم و شادی در آن بس میوه‌هاست

عاشقی زین هر دو حالت برتر است

بی بهار و بی خزان سبز و تر است

موفق باشید