

### متن پرسش

سلام علیکم: ببخشید سوالی داشتم. سوالم این است که بزرگانی چون سید علی قاضی، علامه طهرانی و سید هاشم حداد و... عقیده به توجه به نفس داشتند و می گفتند بسیار قوی تر از ذکر است «نفی خواطر» بدین طریق که سالک برای نفی خواطر باید مقدار نیم ساعت یا بیشتر را در هر شبانه روز معین نموده و در آن وقت توجه به نفس خود بنماید. در اثر این توجه رفته رفته تقویت پیدا نموده و خواطر از او نفی خواهد شد و رفته رفته معرفت نفس برای او حاصل شده و به وطن مقصود خواهد رسید. ان شاء الله

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: حرف درستی است. هر اندازه انسان متوجهی حقیقت خود که حاضر در عوالم وجود است، بشود به همان اندازه خواطر که عَرَضی و مهمان ناخوانده هستند، میدان دار نخواهند بود. موفق باشید