بین گرسنگی و ورزش را جمع کنیم.

شماره پرسش: ۲۴۰۳۳

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۸/۲/۱۴ ۲۱:۲۷:۲۹

متن پرسش

باسمه تعالي سلام بر استاد گرانقدر: در كتاب «رمضان دريچه رؤيت» تاكيد بر جوع و خوراك درحد «اكل ما لابد منه» تاكيد بسيار شده است. «گرسنگي بكشيد و بر بدنهايتان سخت بگيريد شايد دل‌هايتان خداوند متعال را ببينيد.» ص ۳۲ «جوع و گرسنگي شروع لازمي است، هيچ كس به جايي نرسيد مگر اين كه خورش او جوع باشد.» من براي حفظ سلامتي و افزايش نيروي بدني به نيت حفظ آمادگي براي زمان ظهور، هم كوه مي روم هم بدنسازي. انجام اين ورزشها باگرسنگي جور در نمي آيد. البته از فرهنگ روزه هاي مستحبي دور نيستم و به مناسبتهايي روزه مي‌گيرم. بفرماييد اكنون چه بايد بكنم؟ به جوع رجوع كنم و قيد آمادگي جسماني را بزنم؟ يا هم ورزش كنم و هم گرسنگي بكشم. و يا روش فعلي آسيبي به سلوك نمي زند و همين راه را ادامه دهم؟

متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: فکر می‌کنم نظر آخر درست باشد که بین گرسنگی و ورزش را جمع کنیم. زیرا بنا نیست با گرسنگی، بُنیه‌ی انسان تحلیل رود. موفق باشید