

شماره پرسش: ۲۵۹۳۱

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۸/۹/۲۷ ۰۶:۲۳:۰۶

### متن پرسش

سلام علیکم: چند چیز دغدغه من شده است: ۱. چطور به یقین برسم؟ ۲. چطور مراقبه نفس انجام بدم؟ ۳. چطور به حضور قلب برسم؟ با تشکر از شما استاد عزیز

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: فکر می‌کنم اگر سیر مطالعاتی روی سایت را شروع کنید، «خود راه بگویدت که چون باید کرد». موفق باشید