

### متن پرسش

سلام علیکم استاد: وقتی روزه می گیرم کلا یا بیحالم یا خوابم و از برنامه هام عقب میمونم. آیا این چند روز باقی مانده از ماه مبارک شعبان رو روزه بگیرم یا به برنامه هایم برسم؟! بعدم سوال دیگه این که چگونه نفس خود را تسلیم روزه کنیم تا بتونه حقیقت روزه رو بشناسه و از روزه فقط گرسنگی و تشنگی رو متوجه نشه؟! خداوند خیر دنیا و آخرت به شما عنایت کند.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ۱. بهتر است به کارهایتان برسید. ۲. در ماه رمضان نیز به خودتان سخت گیری نکنید که روحتان از نشاط و انس با خانواده فرو افتد. موفق باشید