

### متن پرسش

سلام استاد عزیز و ولایی: دو سوال داشتم: ۱. اگر شخصی سواد ندارد یا اصلا دارد ولی این مباحث برایش سنگین است چگونه می‌تواند نماز با حضور قلب بخواند و یا سلوک کند؟ چه پیشنهاد می‌فرمایید؟ ۲. وقتی ما خسته می‌شویم خوابمان میگیره این بدن که از خودش چیزی نداره مرکب نفس است خوب نگذاره بخوابه اگه کسی نخوابه که طوری نمیشه. مثل اون شخص جانبازی که تو برنامه ۲۰:۳۰ سراغش رفتند گفت به علت بیماری حدود ۱۸ساله که اصلا نخوابیده. با تشکر از شما استاد گرانقدر.

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ۱. همین‌که انسان با فطرت الهی خود تعلقات دنیایی خود را کم کند، خود به خود در حضور قلبی که باید بدان برسد، می‌رسد. ۲. خداوند می‌فرماید: «وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا» و از این جهت خواب را وسیله آرامش قرار داده است. بنابراین نباید کسی طلب نخوابیدن بکند بلکه باید از پر خوابی احتراز نماید. موفق باشید