

### متن پرسش

یا محبوب! سلام و رضوان خداوند بر شما باد. ببخشید استاد من کتاب روزه دریچه ای به عالم معنا رو خوندم و به واقع لب کلام رو دیدم که روزه چه تاثیر شگرفی داره. می‌خواستم بپرسم اگر به هر دلیلی نتونیم روزه بگیریم و بخوایم اون جان سازی که در کتاب گفتید رو داشته باشیم (عقل و جان هر دو بگوید خدا) میتونیم هر روز به نیت روزه، سحر مختصر غذایی بخوریم و برای مواقعی که همیشه روزه گرفت خوردن مختصر غذایی در وعده ی ظهر و نهاتا باز افطار در شب مطلوب حاصل میشه؟ چون روزه نگرفتن و کنترل هوس خوردن سخته و با این برکاتی که ذکر کردید و برکاتی که به عنایت حضرت محبوب شاهد بودم اصلا بر آن شده ام تا ایامم بر روزه باشد یا حداقل اگر روزه نیست شبیه ترین به آن باشد و آن شور دعای سحر و لک صمنای افطار را ره مطلوب کنم آیا ممکن است؟ به راستی که خوش گفت مولوی که با یک لقمه اضافی چشم دل کور می شود - آه بر آن چند چند لقمه های اضافی و حجاب های دوباره نیست شده و دور کننده آه!

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: با همه خوبی‌های روزه، جوانان نباید نسبت به خود سخت‌گیری کنند تا نفس ناطقه‌شان اذیت شود. همین‌که جوانان مواظب خوردن‌های خود باشند که پرخوری نکنند، رویهمرفته ادب ماه رجب را که ماه گسترده‌شدن رحمت الهی است؛ رعایت کرده‌اند. در این ماه می‌توان گفت از طریق تأمل بر دستورات این ماه «آن قدر ای دل که توانی بکوش». موفق باشید