

### متن پرسش

سلام و عرض ادب: سوالی داشتم از خدمت شما. به مدت یک هفته هست فهمیدم که خیلی توجه به خود دارم و این موضوع اذیتم می کند امروز هم بحث خطبه ۱۳۱ رو گوش کردم بین من الهی و من استقلالی مانده ام و این همه سال رو با آن من تمام کارهایم رو انجام دادم. روزها فکر من این است و همه شب سخنم که چرا غافل از احوال دل خویشتم؟ تقریباً از دوران دبیرستان با این شعر مانوس بودم. الان به دلیل عمری که سپری شده و دست ام خالی هست نگران هستم و چگونه می توانم گذشته رو جبران کنم؟ مانند حضرت یونس علیه السلام که در شکم ماهی حبس شدند در این دنیا هم من این احساس رو دارم. بسم الله الرحمن الرحيم لا اله الا انت سبحانک انى كنت من الظالمين چه ذکر و دعایی رو بخوانم که کمکم کنه؟

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: مگر از همین ذکر یونسیه می توان غافل بود؟ در حالی که با فراز اولیه آن یعنی ذکر «لا اله الا انت» نظر به نور توحید الهی می کنیم و در فراز «سبحانک» نظر را به تعالی او معطوف می داریم و با فراز «انى كنت من الظالمين» نظر به خود می کنیم که چه اندازه نسبت به راهی که در انس با حضرت حق در پیش داریم، کوتاهی می کنیم. موفق باشید