

### متن پرسش

سلام خدمت استاد گرامی: سالهای نوجوانی ام توفیق داشتم از خدمت آیت الله ناصرى بهره ببرم و تلفنی از مشهد، زنگ می‌زدم اصفهان و ایشان برنامه می‌دادند و هر بار من کامل برنامه را انجام داده بودم و ایشان بیشترش می‌کردند و انواع ذکرها و نمازها و برنامه های زیادی داشتم و روز به روز بر اراده ام در انجام طاعات افزوده می‌شد. ولی متأسفانه به دلیل کهولت و بیماری آیت الله ناصرى دیگر تلفن را پاسخ نمی‌دادند و برنامه ها قطع شد. زندگی خیلی سخت و بلاهای خیلی زیادی دارم و تنهایی و بدون استاد راه بودن، دیگر نمی‌توانستم برنامه های عبادی و مستحبات را انجام دهم و الان حتی حوصله ی نماز اول وقت را هم ندارم و به زور باید خودم راضی کنم نمازم را بخوانم. خیلی دوست دارم مثل آن سالها ادعیه و اعمال ماه رجب را انجام دهم و قرآن بخوانم ولی نمی‌توانم. آیا نفسم را مجبور به قرآن خواندن و ادعیه بکنم؟ بدون استاد راه واقعا نمی‌دانم چه کار کنم که بتواند جانم را بخواند و بر اساس ظرفیت و شرایطم ذکر و برنامه بدهد که بتوانم دوباره برگردم. سعی می‌کردم در انجام واجبات و ترک محرمات تلاش کنم ولی اصلا موفق نبودم. و نه تنها بهتر نشدم بلکه نفسم خسته شد و دیگر برای نماز هم سرکشی می‌کند. لطفا راهنمایی ام بفرمایید. من لذت و سرعت حرکت با عزم و کمک استاد را مدتی درک کرده ام و الان واقعا نمی‌توانم بار دینی ام را به تنهایی بردارم. اگر می‌شود لطفا برنامه ای در حد ظرفیتم بفرمایید انجام دهم. ممنونم

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: عرایضی در جزوه «شرح مختصر دستورالعمل آیه الله بهجت(رحمه الله)»  
https://lobolmizan.ir/leaflet/۲۳۱?mark=%D۸%A۸%D۹%۸۷%D۸%AC%D۸%AA شده  
است. خوب است به آن جزوه رجوع شود. موفق باشید