

### متن پرسش

سلام استاد وقت بخیر: استاد بنده به محض این که پلک هام روی هم میره و میخوابم حتی در حالت چرت زدن چند ثانیه ای خواب می‌بینم؛ خواب های آشفته درهم و بی ربط، انگار ذهنم مدام مشغول تولید فیلم میشه و با ربط و بی ربط را سر هم میکنه این حالت را خیلی وقته دارم. ممنون میشم راهنمایی کنید. دلیل و راه برطرف کردنش را. ممنون

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: ان شاءالله مطالعه کتاب «ادب خیال و عقل و قلب» که روی سایت هست در این مورد می‌تواند کمک کند. موفق باشید