

## در روزه دلواپس ضعف غیر استاندارد نباشید

شماره پرسش: ۴۷۳۷

تاریخ ارسال پرسش: ۱۳۹۲/۳/۷ ۰۵:۰۰:۰۰

### متن پرسش

سلام استاد عزیز خدا خیرتان بدهد و اما بعد سؤال این بود که ماه رمضان در پیش است و روزها بلند و شب ها کوتاه بنابراین افطار که می کنیم تا سحر فاصله ای نمی ماند و وقتی سحر می شود خوب گرسنه نیستم حال اگر غذا بخورم که مصداق پرخوری و از دست رفتن توانایی برای بهره بری بیشتر از این ماه عزیز اگر نخورم شاید به دو ساعت نکشد که احساس گرسنگی کنم و دیگر این امکان نیست که غذا بخورم که این هم فکر می کنم بعد از مدتی بدن دچار ضعف غیر استاندارد شود چکار باید انجام دهم؟ اصلا اگر سحر در حالی که گرسنه نیستم غذا بخورم مشکلی برای سلوک دارد در این شرایط؟ با تشکر بسیار از شما

### متن پاسخ

باسمه تعالی: سلام علیکم: طوری غذا خوردن خود را مدیریت کنید که در حدّ معقول افطار کنید و در همان حدّ که در سحر گرسنه‌اید غذا بخورید حتی در حدّ خوردن چند خرما و دلواپس ضعف غیر استاندارد نباشید. در کتاب «روزه؛ دریچه‌ای به عالم معنا» عرض شده: «قوت جبریل از مطبخ نبود». **إن شاء الله** در چنین شرایطی با قوت‌های معنوی بدن خود را تدبیر می‌کنید. موفق باشید