

### متن پرسش

سلام می خواستم در مورد نوعی از خواب که می بینم سوال بپرسم خواب هایی که در رابطه با اتفاق های روزانه نیست که مشغولیت ذهنی داشته ام بلکه یکسری اتفاقات گاهی خیالی که تا به حال حتی در مورد آنها فکر هم نکردم و فقط باعث این می شود که در هنگام بیداری خستگی در تنم می ماند؟ من کتاب آشتی با خدای شما را مطالعه کردم لطفا با آن مبانی بیشتر به من توضیح دهید. یک سوال دیگرم این است که اسلام برای خوابیدن راحت چه چیزهایی را توصیه کرده است. ممنون اجرکم عندا...

### متن پاسخ

موضوع خواب را در سیدی شرح کتاب «ده نکته از معرفت نفس» در جلسه سوم و در کتاب «جایگاه جن و شیطان و جادوگر» دنبال بفرمایید. **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** پس از مطالعه آن دو کتاب می توانید احوالات خود را تحلیل کنید. اساتید بزرگ می فرمایند: اگر در طول روز با وضو باشید و با وضو بخوابید و در روز ذهن خود را مشغول رقابت های افراد و کینه با بندگان خدا نکنید و سعی کنید صادق باشید و بعد از نماز مغرب و عشا ذهن خود را مشغول تصاویر مهیج نکنید، **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** خواب شما پاک و نورانی خواهد بود. موفق باشید