

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

| مرحله‌ی آماده‌سازی فایل |                      |          |            |                           |
|-------------------------|----------------------|----------|------------|---------------------------|
| پیااده‌سازی             | تصحیح و ویرایش اولیه | ذکر مآخذ | ویرایش دوم | تکمیل مآخذ و ویرایش نهایی |

## فاصله گرفتن پروانه از نور

پرسش: مقصود از فاصله گرفتن پروانه از نور چیست؟

پاسخ: گاهی اوقات کسی به‌طور پیوسته در فضای مسائل عرفانی، و مشغول عبادت و سیروسلوک است. این بار، آن قدر سنگین شده که بدن نمی‌کشد؛ سیستم عصبی نمی‌کشد و خسته می‌شود و ممکن است بیمار شود و از پا درآید، این است که باید کمی وقت برای استراحت و تفریح و ورزش بگذارد؛ یعنی عمداً حواس خود را کمی از این مسائل جدا کند تا سیستم بدن و سیستم عصبی بدنش خستگی درکند برای این که دوباره آمادگی پیدا کند که در این فضاها قرار بگیرد.

پرسش: آیا این کار موجب عقب افتادن از سیر و یا بیراهه رفتن نمی‌شود؟

پاسخ: خیر؛ به هیچ وجه. اتفاقاً در حدیث است که مؤمن باید شبانه‌روز خود را چهار قسمت کند؛ یک قسمت را برای تفریح حلال بگذارد؛ که همین یک قسمت به آن سه قسمت دیگر هم کمک می‌کند؛ یعنی اگر تفریح حلال نداشته باشد، خستگی می‌آید؛ آن وقت نماز خود را هم با حال نمی‌خواند، مطالعه‌اش با حال نیست، وقتی سر کسب و کار می‌رود شادابی لازم را ندارد که خوب کار کند. تفریح حلال، فرد را جدا که نمی‌کند هیچ؛ بلکه کمک کار فعالیت‌های دیگر است. گاهی اوقات فرد به گونه‌ای غرق این مسائل می‌شود که تفریحش حذف می‌شود و یک‌سره در این مسائل است و فشار زیاد می‌شود، این است که به او توصیه می‌شود کمی فشار را کم کن، کمی وقت بگذارد و برو تفریح و ورزش و استراحت کن تا برای شرایط بهتر آمادگی پیدا کنی.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ عَجِّلْ فَرَجَهُمْ