

2

-

) () (

[1]

() ([2]

) ([3]()

[4]) (

[5]) () (

- [1] [[فَلَا تَجِبْ فَهَمَّكَ بِالْإِلْحَاحِ عَلَى قَلْبِكَ، فَإِنَّ لِكُلِّ غُضُوٍّ مِنَ الْبَدَنِ اسْتِرَاحَةً (غرر الحكم، ص 60).
- [2] [مَنْ بَاتَ سَاهِرًا فِي كَسْبٍ وَ لَمْ يَعْطِ الْعَيْنَ حَظَّهَا مِنَ النَّوْمِ فَكَسَبَهُ ذَلِكَ حَرَامٌ (الكافي، ج 5، ص 127).
- [3] [الصُّنَاعُ إِذَا سَهَرُوا اللَّيْلَ كُلَّهُ فَهُوَ سُحْتُ (الكافي، ج 5، ص 127).
- [4] [رَأْسُ الْجَمِيَةِ الرَّفْقُ بِالْبَدَنِ (بحار الانوار، ج 59، ص 141).
- [5] [أَنَّ النَّوْمَ ... قَوَامُ الْجَسَدِ وَ قُوَّتُهُ (بحار الانوار، ج 59، ص 316).