

# أمور يجب أن تعرفها

<"xml encoding="UTF-8?">



بسم الله الرحمن الرحيم ما الأمور التي تورث الحفظ؟ ما الأمور التي تورث النسيان؟ ما الأمور التي تورث الهم والغم؟ ما الأمور التي تزيل الهموم والأحزان؟ ما الأمور التي تورث الجنون؟ الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على محمد وآله الطاهرين .

## ما يورث الحفظ

١- الجد والمواظبة . ٢- وتقليل الغذاء . ٣- وصلاة الليل بالخضوع والخشوع . ٤- وقراءة القرآن من أسباب الحفظ ، قيل : ليس شئ أزيد للحفظ من قراءة القرآن لا سيما آية الكرسي وقراءة القرآن نظرا لأفضل لقوله عليه السلام : أفضل أعمال أمتي قراءة القرآن نظرا . ٥- وتكثير الصلوات على النبي صلى الله عليه وآله . ٦- والسواك . ٧- وشرب العسل . ٨- وأكل الكندر ( أي علك اللبان ) مع السكر . وقال صلى الله عليه وآله : عليكم باللبان فانه يمسح الحزن عن القلب كما يمسح ويذكي العرق عن الجبين ، ويشد الظهر ، ويزيد العقل ، ويذكي الذهن ، ويجلو البصر ، ويذهب النسيان . ٩- وأكل إحدى وعشرين زبينة حمراء كل يوم . ١٠- الصوم .

١١- كثرة الصلاة على النبي صلى الله عليه وآله . ١٢- أكل الحلو . ١٣- أكل العدس . ١٤- واللحم . أي معتدلا . ١٥- أكل الخبز البارد . ١٦ - دوام الوضوء . ١٨- والجلوس مستقبل القبلة . ١٩- والنظر إلى وجه العالم . ٢٠- وامتنال أمر الوالدين وإطاعتهم . ٢١- والإيقاظ في الثلث الأخير من الليل والاشتغال فيه بطاعة الله . ٢٢- قلة النوم . ولكن بشكل لا يضر بصحته أي لا يكون كثير النوم . ٢٣- قلة الكلام . ٢٤- والمواقعة بالاعتدال . ٢٥- واستعمال العطريات . ٢٦- والاستنشاق . ٢٧- والحمام في كل يوم مرة . ٢٨- وكل شئ يورث الحفظ ويشفي من كثير الامراض والاسقام . ٢٩- وكل ما يقلل البلغم والرطوبات يزيد في الحفظ ، فعن الصادق ، عن أبيه ، عن أمير المؤمنين عليهم السلام قال : ثلاث يذهبن بالبلغم ، ويزدن في الحفظ : السواك ، والصوم ، وقراءة القرآن . وفيما

أوصى به النبي صلى الله عليه وآله لعلي عليه السلام وفيه : يا علي ثلاث يزدن في الحفظ ويذهبن السقم : اللبان والسواك وقراءة القرآن .

## وأما ما يورث النسيان

- ١- فالمعاصي كثيرا . ٢- وكثرة الهموم والأحزان في أمور الدنيا . ٣- وكثرة الاشتغال والعلائق ، وقد ذكر : أنه لا ينبغي للعاقل أن يهتم لأمر الدنيا لأنه يضر ولا ينفع ، وهموم الدنيا لا تخلو عن الظلمة في القلب ، وهموم الآخرة لا تخلو من النور في القلب ، وتحصيل العلوم ينفي الهم والحزن . ٤- وأكل الكزبرة . ولعل المراد بها الخضراء قبل أن تطبخ . ٥- والتفاح الحامض . ٦- والنظر إلى المصلوب . ٧- وقراءة لوح القبور . ٨- والمرور بين القطار من الجمل . ٩- وإلقاء القمل الحي على الأرض . ١٠- والحجامة على نقرة القفا ، كل ذلك تورث النسيان .
- ١١- وكلما يزيد في البلغم يورث النسيان . ١٢- وأكل الجبن إلا أن يكون مع الجوز . ١٣- وأكل سؤر الفأر . ١٤- وأكل شيء على الجنابة . ١٥- والمشي بين امرأتين . ١٦- والجلجلان : وهو السمسم وقيل هو بذر الكزبرة . ١٧- والبول في الماء الواقف . ١٨ - البول مستقبل القبلة . ١٩- البول على الرماد . ٢٠- العيش في الحرام .
- ٢١- أكل مالم يذكر عليه اسم الله تعالى عليه . ٢٢- النظر إلى الأجنبية . ٢٣- ومباشرة النساء المسنات . ٢٤- وفتح الإزار في الحمام : أي يكون عاريا . ٢٥- وكثرة أكل الحامض . ٢٦- والبول تحت الأشجار ذوات الفاكهة . ٢٧- والافتراء والبهتان على الغير . ٢٨- والتمشط بمشط الغير . ٢٩- والأكل من القدر . ٣٠- وإلقاء ماء الفم في المسجد . ٣١- والأكل من غير تسمية ، وذكر اسم الله عليه . ٣٢- وقراءة القرآن في الحمام . ٣٣- وذكر اسم الله على الجنابة . ٣٤- والأكل في السوق . ٣٥- والنوم على المقابر . ٣٦- وكثرة النوم . ٣٧- وكثرة شرب الماء .

## ما يورث الهم والغم

إن أحد عشر شيئا تورث الغم :

- ١- المشي بين الاغنام . ٢- ولبس السراويل قائما . ٣- وقص شعر اللحية بالاسنان . ٤- والمشي على قشر البيض . ٥- واللعب بالخصية . ٦- والاستنجاء باليمين . ٧- والقعود على عتبة الباب . ٨- والأكل بالشمال . ٩- ومسح الوجه بالأذيال . ١٠- والمشي فيما بين القبور . ١١- والضحك بين المقابر .

واعلم أنه قد ورد واشتهر أيضا أن المشي بين المرأتين وكذا الاجتياز بينهما وخياطة الثوب على البدن ، والتعمم قاعدا ، والبول في الماء راكدا ، والبول في الحمام ، والنوم على الوجه منبطحا تورث الغم والهم .

ثم إن المشهور بين الناس أن الجلوس على عتبة الباب تورث وقوع التهمة عليه ، وفي الرواية أنه يورث الفقر فلا

## ما يزيل الهموم والأحزان

ويقال له النشرة : والنشرة ما يزيل الهموم والأحزان التي يتوهم أنها من الجن وقيل النشرة بالضم ضرب من الرقية والعلاج يعالج به من كان يظن أن به مسا من الجن . فعن أبي عبد الله عليه السلام قال : النشرة في عشرة أشياء :

١- المشي . ٢- والركوب . ٣- والارتماس في الماء . ٤- والنظر إلى الخصرة . ٥- والأكل . ٦- والشرب . ٧- والنظر إلى المرأة الحسنة . ٨- والجماع . ٩- والسواك . ١٠- ومحادثة الرجال (٢) . وأضيف إليه : ١١- وغسل الرأس بالخطمي : وهو نبات يغسل به الرأس قديماً . وقال أمير المؤمنين عليه السلام: غسل الثياب يذهب بالهم والحزن، وهو طهور للصلاة (٣) ١٢- وعن أبي بصير قال : قال لي أبو عبد الله عليه السلام : أما تحزن ؟ أما تهتم ؟ أما تألم ؟ قلت : بلى والله ، قال : فإذا كان ذلك منك فاذكر الموت ووجدتك في قبرك ، وسيلان عينيك على خديك ، وتقطع أوصالك ، وأكل الدود من لحمك ، وبلاك ، وانقطاعك عن الدنيا ، فإن ذلك يحثك على العمل ، ويردعك عن كثير من الحرص على الدنيا (٤) . ١٣- وعن أبي عبد الله عليه السلام قال : شكنا نبي من الأنبياء إلى الله الغم فأمره بأكل العنب (٥) ١٤- وعن أبي عبد الله عليه السلام قال : لما حسر الماء عن عظام الموتى ، فرأى ذلك نوح عليه السلام جزع جزعا شديدا واغتم لذلك ، فأوحى الله إليه أن كل العنب الأسود ليذهب غمك (٦) . ١٥- كان النبي صلى الله عليه وآله قد اغتم فأمره جبرئيل عليه السلام أن يغسل رأسه بالسدر . وقال أبو عبد الله عليه السلام : من وجد هما فلا يدري ما هو فليغسل رأسه . ١٦- وقال : إذا توالى الهموم فعليك بلا حول ولا قوة إلا بالله . ١٧- وقال أمير المؤمنين عليه السلام : ما أهمني ذنب أمهلت بعده حتى أصلي ركعتين .

١٨- وقال الكفعمي : رأيت في بعض كتب أصحابنا ما ملخصه أن رجلا جاء إلى النبي صلى الله عليه وآله وقال : يا رسول الله صلى الله عليه وآله إنه كنت غنياً فافتقرت ، وصحيحاً فمرضت ، وكنت مقبولاً عند الناس فصرت مبعوضاً ، وخفيفاً على قلوبهم ، فصرت ثقيلاً وكنت فرحاناً فاجتمعت علي الهموم ، وقذ ضاقت علي الأرض بما رحبت وأجول طول نهاري في طلب الرزق فلا أجد ما أتقوت به ، كأن اسمي قد محي من ديوان الأرزاق ، فقال له النبي صلى الله عليه وآله : يا هذا لعلك تستعمل مثيرات الهموم ؟ فقال : وما مثيرات الهموم ؟ قال : لعلك تتعمم من قعود ، أو تتسول من قيام ، أو تقلم أظفارك بسنك ، أو تمسح وجهك بذيالك ، أو تبول في ماء راكد ، أو تنام منبطحاً على وجهك . الخبر .

## ما يورث الجنون

قال النبي صلى الله عليه وآله : يا علي ثلاث يخاف منها الجنون : التغوط بين القبور ، والمشى في خف واحد ،

والرجل ينام وحده .

والحمد لله رب العالمين

---

[١] انظر البحار ج ٧٣ ص ٣١٩ .

[٢] الخصال ج ٢ ص ٥٨ .

[٣] الخصال ج ٢ ص ١٥٦ .

[٤] أمالي الصدوق : ٢٠٨

[٥] المحاسن : ٥٤٧ .

[٦] المحاسن : ٥٤٨ .