مخطوطات جامعة الرياض

لعله قال عمر ابن الخطاب

لكان اكثر مصيبة ويقول لو وقعت هاله في زوجة لكان اكثر مصيبة ونحو ذلك
مما يهون الحزن فيهون قال عمر ابن الخطاب رضي الله عنه ما اصبت بمصيبة الا ونظرت
ان لله انعم علي فيها ثلاث نعم الاولى ان الله هونها علي فلم يصبني باعظم منها وهو قادر
على ذلك الثانيه ان الله جعلها في دنياي ولم يجعلها في ديني وهو قادر على ذلك سبحانه
وتعالى والثالثة ان الله يأجرني بها يوم القيمة. قال بعض الادبا شعر

• لا تلق دهرك الا غير مكترث • ما دام يصحب فيه روحك البدن •
• فما يدوم سرور ما سررت به • ولا يرد عليك الفائت الحزن •

فهذا القدر كاف في تدبير الاصلح من العوارض النفسانية وقلت ورأيت في رياض
الحاضر وتحفة المسافر ان الملك كسرى اخذ بعض الحكما وقبض عليه وامر به الى بيت كالقبر
وامر بان يجرى عليه كل يوم • من شعير ودورق ماء • ووكل به من يحفظ عليه
ما يقوله فاقام مدة لا يسمع منه شي فلما طال ذلك على كسرى قيل له لو اذنت ان نجمع بينه وبين
من يانس به من تلامذته فتنظر ما يجرى لهم فاذن في ذلك فلما اجتمع به من اجتمع من
تلامذته قالوا له ايها الحكيم انا نرى مكانك هذا ونرى طعامك وشرابك وذلك غير ما
تعودت ثم انا نرى بهجة وجهك على ما نعهد فما الذي ابقاه لك عليك فقال نعم اني اخذت
معجونا من ستة اخلاط وانا اتناول منها كل يوم جزء فهو الذي ابقاني على ما ترون
قالوا نحب ان تصف لنا هذه الاخلاط فقال الاول الثقة بالله عز وجل والثاني
علمي بكل مقدر كاين والثالث الصبر افضل ما استعمله الممتحن والرابع
اذا لم اصبر اي شي اعمل والخامس انه قد يمكن ان اكون في شر مما انا فيه والسادس
من ساعة الى ساعة فرج فينبغي ان نمسك بهذه الاشيا عن هجوم العوارض النفسانية

دفعا للضرر

للضرر عن النفس ومن العوارض الفكر واعظم اسبابه الفراغ فانه يولد الفكر والسوداء اعني
الفراغ فينبغي للانسان ان يصرف عن نفسه الفكر فيما لا يقدر عليه ويتشاغل بالاشغال كالصيد
والغنا وقد تصب الطحال الى فم المعدة فضلة سوداوية فتورث الكابة قال جالينوس ينبغي للعلماء ان
يتركوا الفكر وقتا ما لئلا ينهكوا ابدانهم انتهى وقال صلى الله عليه وسلم من كثر همه سقم بدنه والفزع
يدخل عند الحرارة الغريزية الى داخل دفعة لهرب النفس من الشي المؤذي وقال الماردينى في الرسالة العوارض
النفسانية الردية كالغضب والغيظ والهم والفزع والسهر فان هذه كلها تغير الابدان وتخرجها من الحالة
الطبيعية خاصة لمن كان مزاجه حارا فان هذه الاعراض تحدث فيه حميات دقية وامراضا ردية فينبغي
ان يلهي نفسه في السرور والانبساط فانها تقوى الحرارة الغريزية وتنشرها في ساير الجسد انتهى وهذا اخر ما اوردناه
في العوارض النفسانية والله اعلم

العاشر تدبير اعضاء البدن الصحيح

اعلم ان البدن
لا يستقيم على حالة واحدة ولكن تعترضه اشيا ضرورية فينبغي تدبيرها وتعاهدها منها تدبير جملة
البدن فتعاهده بالاغتسال من الوسخ والادران في الاسبوع مرة قلت وجميع ما يتولد منه بخار كثير
كالعدس والسمك وكلما يغير الدم والاستحمام والفصد والحجامة المتوالية خصوصا واعلم
ان الاشيا المضرة بالعين السكر الدايم والجماع والافراط في السهر ومما يضرها ايضا النظر الى المضيات
والتي ينفع البصر ما يحلو او يضره بما يحرك ويجلب المواد وقال في موضع اخر الاشيا المضرة بالعين
النوم على القفا واكل حريف خاصة الثوم والبصل اعني الاكثار من اكله الا ما لا بد منه في الطعام
وكذلك المالح من كل شي واكل السمن بالبقل والدسومات وعلى الجملة الاكل بالليل والشرب
بالليل مضر بالبصر والنظر الى مكان واحد بالاطالة والنظر الى عين الشمس والى كل ضو مؤلم
للعين من نور ونار وما اشبههما والاشيا الزايدة في نور البصر اكل فروخ البقل اغصانا دون
دون راسه وكانه يشير الى ضعف استعماله اعني رؤس البقل ومما يجلو العين ويحدها الغوص في

رض

البدن

Copyright © King Saud University