في احاديث كثيرة منها ما ذكرنا في الباب الثاني وهي لا تكاد تنحصر
فمن اراد النجاة فليسع في خلاص نفسه من هذه الخصلة القبيحة التي
لا يرضى بها من له ادنى عقل وتأمل بقطع مادتها من اجلها وهي العجب
والكبر وقد علمت انهما لا ينقطعان بالكلية الا بسلوك طريق المقربين
وهو انقلاب النفس بالجوع والسهر والصمت والعزلة وابعادها عن
عاداتها وتنويرها بالذكر والفكر وغير ذلك وعلاج الغضب
عند هيجانه ان تتأمل في خسة نفسك وضعفها وتعلم ان من كان في
هذه الخسة لا ينبغي له الاستعلاء على غيره وان تعلم ثواب كظم
الغيظ وان تخوف نفسك من عقاب الله تعالى واليم عذابه وان تعلم
ان الله اقدر عليك منك على غيرك وان تحرز نفسك من عاقبة الغضب
وهو انك اذا اغضبت وانتقمت من احد فلا شك انه يصير عدوا لك
متشمرا للانتقام منك وان كان اضعف منك فيشتغل قلبك ويكثر عليه
الافكار والخواطر والخوف والهموم وكان يغنيك عن هذا كله التحلم عند
الغضب فتستريح من هذه الافكار والهموم وتتشبه بالانبياء
والمرسلين وان لم يكن لك حلم لان الحلم حالة اضطرارية والتحلم من
الامور الاختيارية وهو الكظم وانت مكلف بالتحلم لا بالحلم ولكنك
اذا تحلمت مرة بعد مرة تخلقت بالحلم الاضطراري وتحقق كمال العقل
لان الغضب دخل تحت سياسته وقد قال صلى الله عليه وسلم ان
العلم بالتعلم والحلم بالتحلم ومن يتحر الخير يعطه ومن يتوق الشر يوقه
واذا هجم عليك الغضب فتعوذ بالله من الشيطان الرجيم وقل
اللهم رب النبي محمد اغفر لي ذنبي واذهب غيظ قلبي واجرني من
مضلات الفتن هكذا ورد عنه صلى الله عليه وسلم وان كنت في حال الغضب
قائما فاجلس وان كنت جالسا فاضطجع قال صلى الله عليه وسلم
الغضب

١٣٨
الغضب جمر يوقد في القلب الم تروا الى انتفاخ اوداجه وحمرة
عينيه فاذا وجد احدكم من ذلك شيئا فليشتغل فان كان قائما
فليجلس وان كان جالسا فليضطجع فان لم يزل غيظه فليتوضأ بالماء
البارد او ليغتسل فان النار لا يطفيها الا الماء وكان من دعائه
صلى الله عليه وسلم اللهم اغنني بالعلم وزيني بالحلم واكرمني بالتقوى
وجملني بالعافية وقال عليه الصلاة والسلام ابتغوا الرفعة عند
الله قالوا وما هي يا رسول الله قال تصل من قطعك وتعطي من حرمك
وتحلم عمن جهل عليك فانظر يا حبيبي بعين الانصاف الفرق
بين الغضب والحلم واختر الاحسن منهما وتخلق به لان اللازم والواجب
عليك كمال نفسك وتزكيتها وتصفية قلبك وصقل مرآته
وازالة الاكدار الخبيثة عنه ليصير قلبا وتصير انت فاستعمل
هذه الادوية وعالج امراضك الشريفة بها وخلصها من هذه
الامراض الجسمانية وانفع الادوية ازالة الكبر والعجب من
النفس لان ازالتها بزوال الغضب الاصلي لانهما اصلية وما
ذكر من الادوية الباقية مزيلة للغضب الطاري مع بقاء اصله وهو
الكبر والعجب ولا يزول الكبر والعجب الا اذا انقطع المدد عنهما
وهو الشبع وامتلاء البطن فجاهد نفسك بالجوع والسهر
لتتخلص من الغضب وما يتفرع منه كالحقد وتتخلص مما يتفرع
من الحقد كالحسد لان الحسد من نتائج الحقد والحقد من نتائج الغضب
فيكون الحسد فرع فرع الغضب بواسطة الحقد والحسد صفة
ذميمة ملعونة قال النبي صلى الله عليه وسلم الحسد يأكل الحسنات