وتقليل المنام وتقليل الكلام والاعتزال عن الانام والذكر
المدام والفكر التمام فهذه ستة البعض منها يعينك على
البعض الاخر وبقى عادات اخر لازم تركها ايضا مثل تغيير
الجلاس وتبديل الانفاس وترك الجلاس وما اشبه ذلك
لكن هذه الستة المذكورة اهم من غيرها الان السالك اذا
فعلها بصدق فهى تنقله الى ترك جميع العادات والمطلوب
من هذه الاشيا الاعتدال والحالة الوسطى بين الافراط
والتفريط ولذلك قالوا تقليل الطعام ولم يقولوا ترك
الطعام فالنافع فى هذا الطريق ان لا ياكل حتى يجوع
واذا اكل لم يشبع فعلى هذا ينبغى ان يترك عادة الغدا
والعشا فان كان فى محل العشاء شبعانا فلا يتعشى
وكذلك الغدا وقد كان صلى الله تعالى عليه وسلم
اذا تغدى لم يتعشى واذا تعشى لم يتغد والمطلوب ايضا

ترك الوان الطعام وان لا يجمع بين ادامين وقد تعسرت
الحالة الوسطى المذكورة على المبتدى فلا تطاوعه نفسه
ان يفعل ما ذكرنا فيجب عليه حينئذ ظلمها والتعدى
عليها باكل حقها حتى ترضى بالذى ذكرناه وذلك بان
يقلل الاكل بالكلية ويحملها ما لا تطيقه من الاعمال
وان كان هذا خارجا عن الانصاف الا انه يفعل بها ذلك
لاجل اصلاحها ورجوعها للحق وللاكل الشرعى قال
سيدى عمر بن الفارض مشيرا لهذا المقام اشبعوا نفسى كانت
قبل لوامة متى اطعمتها عصت واحمص كانت مطيعتى
فاوردتها اما الموت ايسر بعضه واتعبتها كى ما كوتر يحيى
فعادت ومهما حملتها تحملته منى وان خففت عنها
تأذت واشتغل فى هذا المقام بالاسم الثانى وهو
الله الله الله بسكون اخره اعنى الهاء وكذا تفعل فى جميع الاسماء

Copyright © King Saud University

Created with PDFsharp 1.2.1269-g (www.pdfsharp.com)