بسم الله الرحمن الرحيم رب يسر واعن يا كريم

الحمد لله المبدع اللطيف الخبير الذي أبدع في تصريف الأمور بعجيب التدبير وعدل تركيب الخلق بحسن التقويم والتقدير وزين صورة الانسان فأحسن في تجويد التصوير وحرسه عن الزيادة والنقصان في شكله من غير تأمل ولا تفكير فصار على قانون الحكمة ومطابقة المنفعة من غير تقديم ولا تأخير وفوض تحسين الأخلاق الى الاجتهاد من جهة العبد والتشمير واستحثهم على تهذيبها بباعث الخوف وسوط التحذير وسهل على خواص أوليائه تهذيب الأخلاق بما منحهم من التوفيق والتيسير وامتن عليهم بما أعطاهم من الألطاف الخفية في تسهيل العسير والصلاة على البشير النذير الداعي الى الله باذنه السراج المنير الذي لاحت أنوار النبوة من أسارير وجهه وتلألأت مخايل الحق من مخايله وتباشيره وعلى آله الطاهرين الذين أطلعوا وجه الاسلام عن ظلمه ودجاه وحسموا مادة الباطل فلم يتركوا شيئا بقليله ولا بكثيره أما بعد فالمقصود بهذه الاشارة الى تصفية النفوس عن الرذائل وتزكية الأخلاق والتحلي بمحاسن الشمائل وتطهيرها عن الأوصاف الرذيلة وتنزيهها عن الخصال المهلكة الدنية ليكون بذلك سالكا للطرائق المحمودة وقاطعا للنفس عن العلائق المذمومة فيكتسب بذلك حصول النجاة عن عذاب الله والفوز برضوانه والاختصاص بكرائم جوائزه وضروب فضله واحسانه وقد اخترنا في ترتيبه أن يكون محتويا على عشر مقالات هي وافية بالمقصود والغرض المطلوب مما نرتبه بمعونة الله وحسن توفيقه المقالة الأولى في الرياضة

سوا

الرياضة

وتهذيب الأخلاق وعلم آثارها بما أنا به لأنه كلام في قوام النفوس وتطهيرها عن دنس الأوزار وتبعيدها عن أوضار الآثام حتى تظفر بالسعادة الأخروية وتفوز بالكرامات السرمدية قال مولانا الامام المؤيد بالله أمير المؤمنين عليه الصلاة والسلام المثال الصادق في علاج النفوس بمحو الرذائل والأخلاق الرذيلة عنها وكسب الفضائل والأخلاق الجليلة مثال البدن وعلاجه بازالة العلل عنه وجلب الصحة اليه فكما أن الغالب على أصل المزاج الصحة والاعتدال وانما تعتري العلل العارضة من جهة عوارض الأغذية ونفي الأهوية وتعاقب الأحوال فكذا كل مولود فانه يولد معتدلا صحيحا على الفطرة كما أشار صاحب الشريعة صلوات الله عليه بقوله كل مولود يولد على الفطرة وانما أبواه يهودانه وينصرانه ويمجسانه أي يكسب الرذائل والتعويد والتعليم وهكذا حال البدن فانه لا يخلق كاملا وانما يكمل بالتربية والأغذية الطبيعية فهكذا حال النفس فانما تخلق ناقصة قابلة للكمال وانما تكمل بالتزكية وتهذيب الأخلاق بالعلم وكما أن البدن اذا كان صحيحا فشأن الطبيب تمهيد القانون الحافظ للصحة وان كان مريضا فشأنه جلب الصحة فكذلك النفس مثلا ان كانت طاهرة زكية مهذبة الأخلاق فينبغي أن يسعى في حفظها وحفظ صفاتها وجلب مزيد قوة اليها واكتساب زيادة صفائها وان كانت عديمة الكمال والصفاء فينبغي أن يسعى لجلب ذلك اليها وكما أن العلة المغيرة لاعتدال المزاج الموجبة للمرض لا تعالج الا بضدها فان كانت من حرارة فعولجت بالبرودة وان كانت من برودة فبالحرارة فهكذا

فهكذا