

# من تجارب العلماء

جمع

فهد بن عبدالعزيز بن عبدالله الشويخ

حقوق النشر والطبع لكل مسلم

بسم الله الرحمن الرحيم

### المقدمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، نبينا محمد وعلى آله وأصحابه أجمعين... أما بعد: فمن أسباب الإصابة في الأمور، وقلة الأخطاء: الاستفادة من تجارب الآخرين، قال الإمام ابن حبان رحمه الله: لا يكون المرء بالمصيب في الأشياء، حتى تكون له خبرة بالتجارب، وكانت العرب تقول: العقل التجارب.

والتجارب لها فوائد عظيمة، قال العلامة ابن عثيمين رحمه الله: التجارب لها دور عظيم في الوصول إلى الحكمة.

ومن استفاد من تجارب غيره فقد أخذ عقولهم وكمل به عقله، بدون بذل مال، أو عناء، أو تعب، وكلما كمل عقل المأخوذ منهم كان ذلك أفضل، فإذا أخذ من تجارب العلماء فهو كمال على كمال، وقد ذكر بعض العلماء تجارب لهم في بضع مصنفاتهم، يسر الله لي فجمعتُ شيئاً منها، أسأل الله الكريم أن ينفع بها، ويبارك فيها.

## التداوي والطب

### القرآن الكريم شفاء للأمراض الحسية:

قال العلامة ابن عثيمين رحمه الله: فإن قيل: وهل التداوي بالرقي يشمل كل الأمراض؟ فالجواب: نعم، حتى الجروح، فإن التي تُسمى (القوبة) أو (النملة) وهي أمراض جلدية، كأنها النملة تمشي على الجلد، تحك الإنسان بشدة، وتنفر، وتكون فيها حُبيبات حمراء، وربما تكون جوانبها فيها صفرة، وهي تُؤذي الإنسان.

فهذه ينفع فيها أن تكتب عليها قوله تعالى: ﴿فَأَصَابَهَا إِعْصَارٌ فِيهِ نَارٌ فَاحْتَرَقَتْ﴾ [البقرة: ٢٦٦]، ولا يمضي أسبوع أو أسبوعان إلا وقد جفت وذابت، وهذا شيء مُجرب، وقد جربتها أنا.

### الاستشفاء بفاتحة الكتاب

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: قد جربتُ أنا من ذلك في نفسي وفي غيري أموراً عجيبةً، ولا سيما مدّة المقام بمكة أعزّها الله تعالى، فإنه كان يعرض لي آلام مزعجة، بحيث تكاد تقطع الحركة مئّي، وذلك في أثناء الطواف وغيره، فأبادر إلى قراءة الفاتحة، وأمسح بها محلّ الألم، فكانه حصاة تسقط، جربتُ ذلك مراراً عديدة.

### قراءة آيات السكينة عند اضطراب القلب:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: ذكر الله سبحانه السكينة في كتابه في ستة مواضع:

**الأول:** قوله تعالى: ( وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ آيَةَ مُلْكِهِ أَنْ يَأْتِيَكُمُ التَّابُوتُ فِيهِ سَكِينَةٌ مِّنْ رَبِّكُمْ وَبَقِيَّةٌ مِّمَّا تَرَكَ آلُ مُوسَىٰ وَآلُ هَارُونَ تَحْمِلُهُ الْمَلَائِكَةُ ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّكُم إِن كُنتُمْ مُّؤْمِنِينَ ) [البقرة: ٢٤٨]

**الثاني:** قوله تعالى: (لَقَدْ نَصَرَكُمُ اللَّهُ فِي مَوَاطِنَ كَثِيرَةٍ ۖ وَيَوْمَ حُنَيْنٍ ۖ إِذْ أَعْجَبَتْكُمْ

كَثْرَتُكُمْ فَلَمْ تُغْنِ عَنْكُمْ شَيْئًا وَضَاقَتْ عَلَيْكُمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ ثُمَّ وَلَّيْتُم مُّدْبِرِينَ \* ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا ۚ وَذَلِكَ جَزَاءُ الْكَافِرِينَ) [التوبة: ٢٥-٢٦]

**الثالث:** قوله تعالى: (لَا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيَ اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَى ۗ وَكَلِمَةُ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا ۗ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ) [التوبة: ٤٠]

**الرابع:** قوله تعالى: (هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ ۗ وَاللَّهُ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ۚ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا) [الفتح: ٤]

**الخامس:** قوله تعالى: (قَدْ رَضِيَ اللَّهُ عَنِ الْمُؤْمِنِينَ إِذْ يُبَايِعُونَكَ تَحْتَ الشَّجَرَةِ فَعَلِمَ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَنْزَلَ السَّكِينَةَ عَلَيْهِمْ وَأَثَابَهُمْ فَتْحًا قَرِيبًا) [الفتح: ١٨]

**السادس:** قوله تعالى: (إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَّةَ الْحَمِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةَ فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَلْزَمَهُمْ كَلِمَةَ التَّقْوَى وَكَانُوا أَحَقَّ بِهَا وَأَهْلَهَا ۚ وَكَانَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا) [الفتح: ٢٦]

وكان شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله إذا اشتدت عليه الأمور قرأ آيات السكينة، وسمعه يقول في واقعة عظيمة جرت له في مرضه من محاربة أرواح شيطانية ظهرت له إذ ذاك في حال ضعف القوة قال: فلما اشتد عليَّ الأمر قلت لأقاري: اقرؤوا آيات السكينة قال: ثم أفلع عني ذلك الحال وجلسْتُ وما بي قَلْبَةٌ **ولقد جَرَّبْتُ** أنا قراءة هذه الآيات عند اضطراب القلب مما يرد عليه، فرأيتُ لها تأثيراً عظيماً في سكونه وطُمأنينته.

### معالجة المسحور بقراءة آيات من القرآن الكريم عليه:

قال العلامة عبدالعزيز بن عبدالله ابن باز رحمه الله: يعالج السحر بالقرآن سواء قرأ المسحور على نفسه إذا كان عقله معه سليماً، أو قرأ غيره عليه فينفث عليه في صدره أو في أي عضو من أعضائه، يقرأ عليه بالفاتحة، وآية الكرسي، و ( قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ )، والمعوذتين، وآيات السحر المعروفة من سورة الأعراف [١١٧-١١٩] ومن سورة يونس [٧٩-٨٢] ومن سورة طه [٦٥-٦٩] ويقرأ سورة الكافرون والأولى أن يكرر سورة (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) والمعوذتين ثلاث مرات ثم يدعو له بالشفاء: اللهم رب الناس أذهب البأس، واشف أنت الشافي، لا شفاء إلا شفاؤك، شفاء لا يغادر سقماً وهكذا يرقيه يقول: بسم الله أرقيك من كل شيء يؤذيك، ومن شر كل نفس أو عين حاسد، الله يشفيك، بسم الله أرقيك، ويكررها ثلاثاً ويدعو له بالشفاء والعافية وإن قال في رقيته: أعيدك بكلمات الله التامات من شر ما خلق، وكررها ثلاثاً فحسن كل هذا، ومن العلاج المفيد: أن يقرأ هذه الآيات والصور والدعاء في ماء، ثم يشرب منه المسحور، ويغتسل بباقيه، وهذا أيضاً من أسباب الشفاء والعافية، وإن جعل في الماء سبع ورقات من السدر الأخضر ودقها وجعلها في الماء كان هذا أيضاً من أسباب الشفاء، **وَجَرَّبَ هَذَا كَثِيراً وَنَفَعَ اللَّهُ بِهِ، وَقَدْ فَعَلْنَاهُ مَعَ كَثِيرٍ مِنَ النَّاسِ فَنَفَعَهُمُ اللَّهُ بِذَلِكَ**، فهذا دواء مفيد ونافع للمسحورين.

وقال رحمه الله في موضع آخر بعد ذكر رقية المسحور بالآيات السابقة:... ويزول السحر بإذن الله ويبطل، ويُعافي من أُصيب بذلك، **وهذا مجرب مع المسحورين، جربناه نحن وغيرنا، ونفع الله به من أصابه شيء من ذلك.**

### الأدوية الإيمانية:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: ها هنا من الأدوية التي تشفى من الأمراض ما لم يهتد إليها عقول أكابر الأطباء، ولم تصل إليها علومهم وتجاربهم وأقيستهم، من الأدوية القلبية، والروحانية، وقوة القلب، واعتماده على الله، والتوكل عليه، والالتجاء إليه، والانطراح والانكسار بين يديه، والتذلل له، والصدقة، والدعاء، والتوبة، والاستغفار، والإحسان إلى الخلق، وإغاثة الملهوف، والتفريج عن المكروب، فإن هذه الأدوية قد جربتها الأمم على اختلاف أدينها ومللها، فوجدوا لها من التأثير في الشفاء، ما لم يصل إليه علم أعلم الأطباء، ولا تجربته، ولا قياسه، **وقد جربنا نحن**، وغيرنا من هذا أموراً كثيرة، ورأيناها تفعل ما لا تفعل الأدوية الحسية، وقال رحمه الله: ولهذه الأمور تأثير في دفع العلل وحصول الشفاء أعظم من الأدوية الطبيعية

### الاستشفاء بماء زمزم والعسل

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: **وقد جربت أنا** وغيري من الاستشفاء بماء زمزم أموراً عجيبة، واستشفيت به من عدة أمراض، فبرأت بإذن الله... وكنت آخذ قدحاً من ماء زمزم فأقرأ عليه الفاتحة مراراً وأشربه، فأجد به من النفع والقوة ما لم أعهد مثله في الدواء، والأمر أعظم من ذلك، ولكن بحسب قوة الإيمان وصحة اليقين. وقال: لقد أصابني أيام مُقامي بمكة أسقام مختلفة، ولا طبيب هناك ولا أدوية كما في غيرها من المدن، فكنت أستشفى بالعسل وماء زمزم، ورأيت فيها من الشفاء أمراً عجباً.

### التصبح بسبع تمرات من عجوة المدينة لا يرفع السكر:

قال الشيخ مصطفى السباعي رحمه الله عن حديث الرسول صلى الله عليه وسلم: (من اصطبغ كل يوم بسبع تمرات من عجوة لم يضره سُمٌّ ولا سحر ذلك اليوم حتى الليل) **قد جربت ذلك بنفسي** حين ذهبت إلى الحج, فاستمرت على التصبح بسبع تمرات من تمر المدينة, مدة خمسة أشهر, وأنا مُصاب بمرض ( السكر ) ثم حللت البول والدم فلم يظهر أي أثر للسكر في البول, ولم يزد في الدم عما كان عليه قبل سفري إلى الحج



## الدعاء وذكر الله عز وجل

ذكر الله عز وجل من أكبر العون على طاعته:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: من فوائد الذكر: أن ذكر الله عز وجل من أكبر العون على طاعته، فإنها يُحببها إلى العبد، ويُسهلها عليه، ويُلدزها له، ويجعل قرة عينه فيها، ونعيمه وسروره بها، بحيث لا يجد لها من الكلفة والمشقة والثقل ما يجد الغافل، والتجربة شاهدة بذلك.

الدعاء والذكر من أسباب إصابة المفتي في فتواه:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: حقيق بالمفتي أن يُكثر الدعاء بالحديث الصحيح: (اللهم ربَّ جبريل وميكائيل وإسرافيل... الحديث) وكان شيخنا كثير الدعاء بذلك وكان إذا أشكلت عليه المسائل يقول: "يا معلم إبراهيم" ويكثر الاستعانة بذلك وكان بعض السلف يقول عند الإفتاء: (قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا<sup>ط</sup>

إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ) [البقرة: ٣٢]

وكان مكحول يقول: لا حول ولا قوة إلا بالله.

وكان مالك يقول: ما شاء الله، لا قوة إلا بالله.

وكان بعضهم يقول: ( رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي \*وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي \*وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ

لِّسَانِي \*يَفْقَهُوا قَوْلِي ) [طه: ٢٥-٢٨]

وكان بعضهم يقول: اللهم وفقني، واهدني، وسددني، واجمع لي بين الصواب والثواب، وأعذني من الخطأ والحرمان.

وكان بعضهم يقرأ الفاتحة **وجزئنا نحن ذلك** فرأيناه من أقوى أسباب الإصابة.

الدعاء سبع مرات بدعاء أيوب عليه السلام يكشف البلوى:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: قوله تعالى: ( **وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ** ) [الأنبياء: ٨٣] جمع في هذا الدعاء بين: حقيقة التوحيد، وإظهار الفقر والفاقة إلى ربه، ووجود طعم المحبة في التملق له، والإقرار له بصفة الرحمة، وأنه أرحم الراحمين، والتوسل إليه بصفاته سبحانه، وشدة حاجته هو وفقره، ومتى وجد المبتلى هذا كشفت عنه بلواه، **وقد جُرِّبَ** أنه من قالها سبع مرات - ولا سيما مع هذه المعرفة - كشف الله ضره.

الدعاء والذكر والابتهال والتضرع لدفع الأرواح الشيطانية:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: الأرواح الشيطانية تتمكن من فعلها بصاحب هذه العوارض ما لا تتمكن من غيره ما لم يدفعها دافع أقوى من هذه الأسباب من الذكر والدعاء، والابتهال والتضرع، والصدقة، وقراءة القرآن، فإنه يستزل بذلك من الأرواح الملكية ما يقهر هذه الأرواح الخبيثة ويبطل شرها ويدفع تأثيرها، **وقد جربنا نحن** وغيرنا هذا مراراً لا يحصيها إلا الله، ورأينا لاستئصال هذه الأرواح الطيبة واستجلاب قُربها تأثيراً عظيماً في تقوية الطبيعة ودفع المواد الرديئة، وهذا يكون قبل استحكامها وتمكنها، ولا يكاد ينخرم، فمن وفقه الله بادر عند إحساسه بأسباب الشر إلى هذه الأسباب التي تدفعها عنه وهي له من أنفع الدواء.

## البركة

### خيانة أحد الشريكين لصاحبه يذهب البركة:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ( يقول الله تعالى: أنا ثالث الشريكين, ما لم يخن أحدهما صاحبه, فإن خانه, خرجت من بينهما) قال العلامة السعدي رحمه الله: يدل هذا الحديث بعمومه على جواز أنواع الشراكات كلها...وعلى فضل الشراكات وبركتها إذا بُنيت على الصدق والأمانة...فإن دخلتها الخيانة, ونوى أحدهما أو كلاهما خيانة الآخر, والاختفاء بما يتمكن منه, خرج الله من بينهما, وذهبت البركة, ولم تتيسر الأسباب, **والتجربة والمشاهدة** والتجربة تشهد لهذا الحديث.

### من أحسن إلى بهائمه بارك الله له فيها:

قال العلامة السعدي رحمه الله: من ذلك ما هو **مشاهد مجرب**, أن من أحسن إلى بهائمه بالإطعام والسقي والملاحظة النافعة, أن الله يبارك له فيها, ومن أساء إليها, عوقب في الدنيا والآخرة.

### من فُتح له باب رزق فليلزمه ففي ذلك بركة:

قال العلامة السعدي رحمه الله: العاقل يسعى في طلب الرزق بما يتضح له أنه أنفع له وأجدى في حصول مقصوده ولا يتخبط في الأسباب خبط عشواء لا يقر له قرار, بل إذا رأى سبباً فتح له باب رزق فليلزمه وليثابر عليه وليجمل في الطلب, ففي هذا بركة **مجربة**.

### متفرقات

#### الوضوء والصلاة من أعظم ما يحترز به من الشيطان:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: ما يعتصم به العبد من الشيطان ويستدفع به شره ويحترز به منه: الحرز الثامن: الوضوء والصلاة، وهذا من أعظم ما يحترز به منه، ولا سيما عند ثوران قوة الغضب والشهوة... فإنها نار والوضوء يُطفئها، والصلاة إذا وقعت بخشوها... أذهبت ذلك كله، وهذا أمر تجربته تغنى عن إقامة الدليل عليه.

#### الغذاء بماء زمزم:

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: ماء زمزم.... شاهدت من يتغذى به الأيام ذوات العدد قريباً من نصف الشهر، أو أكثر، ولا يجد جوعاً، ويطوف مع الناس كأحدهم، وأخبرني أنه ربما بقي عليه أربعين يوماً.

#### إذا ظهرت المعازف والغناء في قوم سلط الله عليهم العدو وبلوا بالقحط والجذب

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: والذي شاهدناه نحن وغيرنا وعرفناه بالتجارب أنه ما ظهرت المعازف وآلات اللهو في قوم وفشت فيهم واشتغلوا بها إلا سلط عليهم العدو، وبُلُوا بالقحط والجذب، وولاة السوء، والعاقلة يتأمل أحوال العالم وينظر.

#### لا تظاهر بالعداوة أحداً:

قال الحافظ ابن الجوزي: مما أفادتني تجارب الزمان أنه لا ينبغي لأحد أن يظاهر بالعداوة أحداً ما استطاع، فإنه ربما يحتاج إليه مهما كانت منزلته... فكم من محتقر احتيج إليه، فإذا لم تقع الحاجة إلى ذلك الشخص في جلب نفع وقعت الحاجة في دفع ضرر، وقد احتجت في عمري إلى ملاطفة أقوام ما خطر لي قط وقوع الحاجة إلى التلطف بهم.

من أسباب زوال الهموم والغموم:

قال العلامة السعدي رحمه الله: تعلق القلب بالله وحده، واللهج بذكره، والقناعة، أسباب لزوال الهموم والغموم، وانسراح الصدر، والحياة الطيبة، والصد بالصد، فلا أضيق صدرًا، ولا أكثر همًا ممن تعلق قلبه بغير الله، ونسي ذكر الله، ولم يقنع بما آتاه الله، **والتجربة أكبر شاهد**

**الصدقة لا تنفذ المال:**

قال العلامة السعدي رحمه الله: الصدقة لله التي في محلها لا تنفذ المال قطعًا، ولا تنقصه بنص النبي صلى الله عليه وسلم **وبالمشاهدات والتجربات** المعلومة، هذا كله سوى ما لصاحبها عند الله من الثواب الجزيل، والخير والرفعة.

**إذا كثرت العائلة وسع الله في الرزق:**

قال العلامة عبدالرحمن بن ناصر السعدي رحمه الله: كم من إنسان كان رزقه مقترًا فلما كثرت عائلته والمتعلقون به وسع الله له الرزق من جهات وأسباب شرعية قدرية إلهية... **وكل هذا مجرب مشاهد.**

**النصيحة باللطف والإقناع أنفع بكثير من العنف:**

قال العلامة ابن عثيمين رحمه الله: **نحن قد جربنا وسمعنا من جرب** أن النصيحة باللطف والإقناع أنفع بكثير من العنف، وهذا مصداق قول الرسول عليه الصلاة والسلام: ((إن الله رفيق يُحِبُّ الرفق، ويعطي على الرفق ما لا يعطي على العنف، وما لا يعطي على ما سواه))، فعليكم بالرفق في الأمور؛ فإن الرفق كله خير.

التروش ( الاغتسال) يعين على النشاط وإزالة الفتور:

كانت عائشة زوج النبي صلى الله عليه وسلم تحدث أن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم لما دخل بيتي واشتد به وجعه قال: ( هريقوا عليّ من سبع قَرَبٍ لم تُحلل أوكيتهن, لعل أعهد إلى الناس) قال العلامة ابن باز رحمه الله : التروش يعين على النشاط وإزالة الفتور **وهذا مجرب**, وقوله: سبع قرب, الله أعلم بحكمتها. اللهم وفقنا للاستفادة من تجارب من سبقونا, من العلماء والعقلاء.

من أحبّ قومًا عمل بعملهم:

قال العلامة السعدي رحمه الله: هذا **مشاهد مجرب**, إذا أحب العبد أهل الخير رأيته منضمًا إليهم, حريصًا على أن يكون مثلهم, وإذا أحب أهل الشر انضم إليهم, وعمل بأعمالهم.

## الفهرس

الموضوع	الصفحة
المقدمة	٣
التداوي والطب	٤
القرآن الكريم شفاء للأمراض الحسية	٤
الاستشفاء بفاتحة الكتاب	٤
قراءة آيات السكينة عند اضطراب القلب	٤
معالجة المسحور بقراءة آيات من القرآن الكريم عليه	٦
الأدوية الإيمانية	٧
الاستشفاء بماء زمزم، والعسل	٧
التصبح بسبع تمرات من عجوة المدينة لا يرفع السكر	٨
الدعاء وذكر الله عز وجل	٩
ذكر الله عز وجل من أكبر العون على طاعته	٩
الدعاء والذكر من أسباب إصابة المفتي في فتواه	٩
الدعاء سبع مرات بدعاء أيوب عليه السلام يكشف البلوى	١٠
الدعاء والذكر والابتهاال والتضرع لدفع الأرواح الشيطانية	١٠
البركة	١١
خيانة أحد الشريكين لصاحبه يذهب البركة	١١
من أحسن إلى بهائمهم بآرك الله له فيها	

١١	من فُتح له باب رزق فليلزمه ففي ذلك بركة
١٢	متفرقات
١٢	الوضوء والصلاة من أعظم ما يحترز به من الشيطان
١٢	الغذاء بماء زمزم
١٢	إذا ظهرت المعازف والغناء في قوم سلط الله عليهم العدو وبلوا بالقحط والجذب
١٢	لا تظاهر بالعداوة أحداً
١٣	من أسباب زوال الهموم والغموم
١٣	الصدقة لا تنفذ المال
١٣	إذا كثرت العائلة وسع الله في الرزق
١٣	النصيحة باللطف والإقناع أنفع بكثير من العنف
١٤	التروش ( الاغتسال ) يعين على النشاط وإزالة الفتور
١٤	من أحب قوماً عمل بعملهم
١٥	الفهرس