[272] وأقول: يؤيده ما رواه الصدوق في مجالسه عن أبيه، عن سعد بن عبد ا، عن أحمد بن محمد بن عيسى، عن ابن فضال، عن علي بن عقبة [عن أبيه]، عن أبي بصير، عن ابي عبد ا، عن ابيه عليهما السلام أنه ذكر عنده الغضب فقال: إن الرجل ليغضب حتى ما يرضى ابدا، ويدخل بذلك النار، وأيما رجل غضب وهو قائم فليجلس فانه سيذهب عنه رجز الشيطان، وإن كان جالسا فليقم، وأيما رجل غضب على ذي رحمه فليقم إليه وليدن منه، وليمسه، فان الرحم إذا مست الرحم سكنت (1). وما رواه العامة عن أبي هريرة قال: كان رسول ا صلى ا عليه وآله إذا غضب وهو قائم جلس، وإذا غضب وهو جالس اضطجع، فيذهب غيظه. وقال بعضهم: علاج الغضب أن تقول بلسانك: أعوذ با من الشيطان الرجيم هكذا أمر رسول ا صلى ا عليه وآله أن يقال عند الغيظ، وكان صلى ا عليه وآله إذا غضبت عائشة أخذ بأنفها، وقال: يا عويش قولي: اللهم رب النبي محمد، اغفر لي ذنبي، وأذهب غيظ قلبي، وأجرني من مضلات الفتن، ويستحب أن تقول ذلك، وإن لم يزل بذلك فاجلس إن كنت قائما، واضطجع إن كنت جالسا، واقرب من الارض التي منها خلقت لتعرف بذلك، واطلب بالجلوس والاضطجاع السكون، فان سبب الغضب الحرارة، وسبب الحرارة الحركة إذ قال صلى ا عليه وآله إن الغضب جمرة تتوقد ألم تر إلى انتفاخ أوداجه وحمرة عينيه ؟. فان وجد أحدكم من ذلك شيئا فان كان قائما فليجلس، وإن كان جالسا فلينم، فان لم يزل ذلك فليتوضأ بالماء البارد، وليغتسل، فان النار لا يطفئها إلا الماء، وقد قال صلى ا عليه وآله: إذا غضب أحدكم فليتوضأ وليغتسل، فان الغضب من النار، وفي رواية: إن الغضب من الشيطان، وإن الشيطان خلق من النار، وإنما يطفي النار الماء، فإذا غضب أحدكم فليتوضأ. وقال ابن عباس: قال رسول ا صلى ا عليه وآله: إذا غضبت فاسكت، وقال أبو سعيد الخدري: قال النبي صلى ا عليه وآله: إن الغضب جمرة في قلب ابن آدم الا ترون إلى حمرة

---

(1) أمالي الصدوق: 205 وقد مر تحت الرقم 9 (*).