

تَنْبِيهَاتُ الْمُخْلِصِينَ

وَهَدَايَا الْمُكْمَلِينَ



عبدالله محمد موسى



تنبيهات المخلصين

وهدايات المخلصين

تُؤَيِّهَاتُ الْمُؤَاطِيْن

وَهَدَايَا الْمُؤَيِّين



عبدالله محمد الموسى



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ

وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ وَالْعَنِّ اَعْدَاءَهُمْ



اسم الكتاب: تتيهات المخلصين وهدايات المحبين

الكاتب: عبدالله محمد موسى

اعداد:

تاريخ الكتابة بالهجري: ١٤٠٠/٠٠/٠٠ هـ

تاريخ الكتابة بالميلادي: ٢٠٠٠/٠٠/٠٠ م

رقم الطبعة: ١

قياس الورق:

عدد الصفحات: ٤٦

الموقع الإلكتروني: شبكة يا مهدي

البريد الإلكتروني: bo_kassem212@hotmail.com

رقم الجوال: ٠٩٦٦٥٦٧١١٥٤٧٧



مقدمة

أعوذ بالله السميع العليم من الشيطان الغوي الرجيم بسم الله
الرحمن الرحيم الحمد لله رب العالمين وأفضل الصلاة وأزكى
التسليم على النور الساطع والضياء اللامع رحمة الله
للعالمين وخير الأنبياء والمرسلين السيد الأوحى والعبد
المؤيد والرسول المسدد المحمود الأحمد أبي القاسم محمد
وعلى أهل بيته الطيبين الطاهرين لا سيما سيد المتقين وأول
الوصيين وخاتم الوصيين الإمام الحجة المنتظر صلوات الله
عليهم أجمعين واللعن الدائم والعذاب الأليم على أعدائهم
أجمعين.

وبعد فإن هذا الدين الحنيف دين الفطرة قد تكفل بكل ما ينجي
هذا الإنسان من المهالك الدنيوية والأخروية وهى له كل ما

يسعده في الدارين حيث رسم له القرآن الكريم وهدى العترة
الطاهرة كل الفرائض والسنن ابتداء من التوحيد والإيمان
بالله تعالى والإيمان بالإسلام وبنوة النبي الأعظم الخاتم صلى
الله عليه وآله وولاية أهل البيت عليهم السلام والإيمان بيوم
المعاد ورسم له من الفروع الصلاة والصوم والحج والخمس
وغيرها من الفروع ورسم له من السنن النوافل وصلاة الليل
وزيارة المعصومين عليهم السلام وأوقات النوم المستحبة
وأوقات النوم المكروهة والمأكولات المستحبة والمأكولات
المكروهة ورسم له ما يكون محافظاً له على صحته كالسواك
والغسل وتقليم الأظافر وتنظيف الجسم من الشعر سواء شعر
الرأس أو اللحية أو الشارب أو شعر الإبطين أو شعر العانة
وغير ذلك وهىء له ما يستعين بذلك على تنظيف جسمه
والمحافظة على صحته والمحافظة على نظافته بأن يكون

طيب النفس والبدن ومحبوب في الأرض والسماء تتجذب له
النفوس ويطيب معه الجلوس ونهاه عن كل ما يتنفر منه
الناس والجلساء.

ومن هذا المنطلق فقد التمسنا منا بعض الأخوات المؤمنات
أن نكتب شيئاً بسيطاً عن موضوعين هما موضع ابتلاء عند
الناس وهما رائحة الفم الكريهة ورائحة العرق الكريهة،
فكتبنا ذلك رحمة للناس وحباً لهم ونصيحة وإفاداتاً، فنرجو
أن نكون قد وفقنا لما طلب منا وأن نكون قد كتبنا ما ينفع
المؤمنين وأن يتقبل منا القارئ الكريم أو القارئة الكريمة ما
سطرت هذه الأنامل القاصر واليد الدائرة.

ونرجو من الله تعالى القبول والهدي والسداد والخير
والرشاد والحمد لله رب العالمين وصلى الله على محمد وآله
الطاهرين.



رائحة الفم الكريهة

الأسباب - الآثار - العلاج

الأسباب:

١- إهمال نظافة الفم من الأسنان واللثة واللسان ونظافة اللسان مهمة.

٢- تناول بعض الأطعمة والأشربة مثل الثوم والبصل والفجل والأشنان والشاي والقهوة والجبن وبعض المأكولات كالشيبس وغير ذلك من المأكولات الطبيعية والمأكولات المصنعة.

عن أبي الحسن الأول عليه السلام قال: (أكل الأسنان يبخر

الفم). (١)(٢)

٣- عدم استعمال السواك الشريف.

٤- عدم استعمال الفرشاة والمعجون

٥- عدم استعمال خيط الأسنان هذا الخيط العجيب.

٦- تسوس الأسنان أو انتحارها.

٧- الجير في الأسنان.

٨- التهاب اللثة.

٩- وجود الراغول في الفم وهو: (خروج سن تحت سن أو

سن فوق سن أو بجانبه).

١٠- التدخين والمعسل والتعميرة والنارجيلة وأمثال ذلك.

(٢) الأسنان و أئنة و أئنة: نبات لا زهري يتألف من كائنين نباتيين ، أحدهما طحلب والآخر فطر ، بينهما تكافل وتعاون وثيق ، يكون على هيئة قشور أو صفائح أو فروع دقيقة لطيفة تنمو على الصخور أو الأحجار أو تتعلق بأغصان الأشجار ، وتعرف بشيبة العجوز
(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج٦؛ ص٣٧٨.

١١ - احتقان الحلق والتهابه والزكام.

١٢ - مشاكل صحية مثل مرض السكري والتهاب الرئة.

١٣ - جفاف الفم سواء من مرض أو من الصوم أو كثرة

السكوت أو قلة الكلام ومن أسباب جفاف الفم التنفس من
الفم.

١٤ - بعض الأدوية والعلاجات مثل أدوية الحساسية الخاصة

بالأنف والفم والجيوب الأنفية بل يقال أن أكثر من ٤٠٠

علاج يسبب جفاف الفم وبالنتيجة الجفاف يسبب رائحة

الفم الكريهة.

١٥ - عدم إفراز اللعاب أثناء النوم أو في اليقظة لمشكلة

صحية.

الآثار:

١- بُغِضَ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لِصَاحِبِ الرَّائِحَةِ الْكَرِيهَةِ حَيْثُ

وَرَدَ عَنْهُمْ:

رَوَى عَنِ الْإِمَامِ عَلِيِّ بْنِ مُوسَى الرِّضَا عَلَيْهِ السَّلَامُ أَنَّهُ

قَالَ: (إِنَّ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى يُحِبُّ الْجَمَالَ وَالتَّجَمُّلَ وَيُبْغِضُ

الْبُؤْسَ وَالتَّبَاؤُسَ وَأَنَّهُ عَزَّ وَجَلَّ يُبْغِضُ مِنَ الرِّجَالِ

الْقَاذِرَةَ وَأَنَّهُ إِذَا أُنْعِمَ عَلَى عَبْدٍ بِنِعْمَةٍ أَحَبَّ أَنْ يَرَى أَثَرَ

ذَلِكَ النِّعْمَةِ)^(١)

وَوَرَدَ عَنِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ أَنَّهُ قَالَ: (إِنَّ

اللَّهَ يُبْغِضُ الرَّجُلَ الْقَاذِرَةَ فَقِيلَ مَا الْقَاذِرَةُ يَا رَسُولَ اللَّهِ

قَالَ الَّذِي يَتَأَنَّفُ^(٢) بِهِ جَلِيْسَهُ)^(٣).

(١) بحار الأنور؛ العلامة المجلسي؛ ج ١١١؛ ص ٧٦.

(٢) أي يترفع ويتنزه عنه. وفي التحف يتأنف به أي يقال: أف من كرب أو ضجر.

(٣) بحار الأنور؛ العلامة المجلسي؛ ج ٧٣؛ ص ١٠٥.

وَعَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: (تَتَّظَّفُوا بِالْمَاءِ مِنَ
الرِّيحِ الْمُنْتَنِ الَّذِي يَتَأَذَى بِهِ وَتَعَهَّدُوا أَنْفُسَكُمْ فَإِنَّ اللَّهَ
عَزَّ وَجَلَّ يُبْغِضُ مَنْ عِبَادِهِ الْقَادُورَةَ الَّذِي يَتَأَنَّفُ بِهِ مَنْ
جَلَسَ إِلَيْهِ) وَ قَالَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: (اتَّخِذُوا الْمَاءَ طِيبًا). (١)

٢- الوساخة وقد تسبب بعض الأمراض لاسيما التسوس
والجير وانتخار الأسنان والتهاب اللثة أو العصب
والحاجة إلى العلاج بالتركيبات وغيرها وما أصعب
علاجها.

٣- تأذي الجلساء وإيذاء المتعاملين.

٤- إيقاع الآخرين في الحرج الشديد حيث أنهم يكرهون
التعامل مع صاحب رائحة الفم الكريهة من جهة؛ ومن

(١) بحار الأنور؛ العلامة المجلسي؛ ج٧٣؛ ص ٨٣.

جهة أخرى قد لا يتمكنون من إخباره أو نصحه فلا هم
أحبوا أو قدروا على التعامل معه ولا هم تمكنوا من ترك
التعامل معه.

٥- بعد العفو والاحترام والكرامة سوء المعاشرة الزوجية
حيث أن رائحة الفم الكريهة من أكبر المنفرات في
المعاشرة الزوجية ويجري في هذا الأمر ما يجري في
الأمر السابق من الوقوع في الحرج الشديد وقد تكون
الزوجة شديدة الحياء فتقع في الحرج الشديد وقد يكون
الزوج طيب النفس شديد المراعاة فلا يتمكن من البوح
والصراحة ولو بلغة الأدب فيقع في الحرج الشديد كذلك.

العلاج:

١- ترك الأطعمة والأشربة المسببة للرائحة الكريهة في الفم وإن كان ولا بد من ذلك فليكن أكلها وشربها بقدر خفيف مع محاولة تجنب التعامل مع الناس والأهل ولو في فترة تناول مثل هذه المأكولات والمشروبات، وورد عن رسول الله صلى الله عليه وآله في باب الفجل أنه قال: (إذا أكلتم و أردتم أن لا يوجد لها ريح، فاذكروني عند أول قضة)^(١).

٢- غسل الفم قبل الطعام وبعده بالماء والصابون وتنظيف اللسان.

(١) بحار الأنوار؛ العلامة المجلسي؛ ج٦٣؛ ص ٢٣١. ولعل المراد من ذكر رسول صلى الله عليه وآله هو الصلاة عليه وآله صلى الله عليهم أجمعين، كان يقول (اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَأَلِّ مُحَمَّدٍ) أو بكتفي ويقتصر بقول (اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَأَلِّ مُحَمَّدٍ).

٣- استعمال عود الأسنان فإنه مهم والحق أن لعود

الأسنان منافع لا تكون إلا به وهو مستحب وقد أفرد ثقة

الإسلام المحقق آية الله العظمى الشيخ محمد بن يعقوب

الكليني رحمه الله تعالى في كتاب الكافي باباً كاملاً في

عود الأسنان أسماء (باب الخلال) أورد فيه ١١ رواية

في هذا الشأن منها:

عن رسول الله صلى الله عليه وآله: (نزل جبرئيل عليه

السلام علي بالخلال).^(١)

عن وهب بن عبد ربه قال: رأيت أبا عبد الله عليه السلام

يتخلل فنظرت إليه فقال: (إن رسول الله صلى الله عليه

وآله كان يتخلل وهو يطيب الفم).^(٢)

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٦.

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٦.

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: (ناول النبي صلى الله عليه وآله جعفر بن أبي طالب عليه السلام خلا، فقال له: يا جعفر تخلل فإنه مصلحة للفم أو قال: للثة ومجلبة للرزق).^(١)

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: قال النبي صلى الله عليه وآله: (تخللوا فإنه مصلحة للثة والنواجذ)^(٢).^(٣)

عن أبي عبد الله عليه السلام قال: قال النبي صلى الله عليه وآله: (تخللوا فإنه ينقي الفم ومصلحة للثة).^(٤)

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٦.

(٢) النواجذ آخر الأضراس.

(٣) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٦.

(٤) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٦.

٤- استعمال خيط الأسنان فإن له الأثر العجيب في التنظيف

الدقيق فإنه يصل إلى مناطق من الفم لا يصل إليها عود

الأسنان فهو يستخرج وينظف جدار الأسنان عن الحك.

٥- استعمال معجون الأسنان والفرشاة قبل النوم وبعده

وقبل الأكل وبعده وهو أمر سهل لاسيما إذا اعتيد على

ذلك لاسيما لمن يعاني من مشكلة الرائحة في الفم. وهنا

ملاحظات على الفرشاة والمعجون:

الأولى: الالتفات إلى نوعية الفرشاة من نعومة وصلابة

فيوجد ناعم ويوجد متوسط ويوجد خشن وعلى الإنسان

أن يحسن الاختيار المناسب له فلا يستعمل ناعماً لا ينفعه

ولا يستخدم خشناً يضره ويؤدي لثته والأمر سهل.

الثانية: الالتفات إلى السعر والمبلغ المبالغ فيه فإن غاية

ما في الأمر فرشاة لإزالة بقايا الطعام وعلينا أن لا ننخدع

بالعناوين البراقة والدعاية اللامعة والدعاوى الساطعة
وإن كلمة (طبي) في كل شيء سواء في الفرشاة أو
الأحذية أو غيرها إما أن يُقصد بها مريح ونافع، وإما أن
يُقصد بها أنها خاضعة للقوانين الطبية والصحية، فإن
كان الأول فالإنسان يعرف ذلك بفطرته وطبيعته وإذا كان
الثاني فليكن لذلك برهان وهو الشهادة الطبية المعتمدة
من المنظمات الطبية والكلام في الفرشاة عين الكلام في
المعجون فعلينا الانتباه والالتفات والتأمل.

الثالثة: إن الفرشاة والمعجون ليس بالإمكان استعمالهما
في كل مكان و متاح له في أي وقت كالسواك.

الرابعة: إن الحق أن الفرشاة والمعجون قد تصل إلى
أماكن في الفم قد لا يصل إليه السواك، وقد تعطي رائحة
عطرة فواحة.

الخامسة: كثير من أنواع المعجون في يومنا هذا تسبب الجفاف في الفم بعد استعمالها عند بعض الناس وتحتاج إلى شرب الماء بعدها أو الأكل والجفاف يعيد المشكلة من الجديد والأكل كذلك فأصبح الرافع للمشكلة موجداً لها ويلزم من ذلك الدور.

السادسة: إن الفرشاة والمعجون ليسا مستحبين بالعنوان الأولي أي ليس حكمهما مستحب وورد النص فيهما كالسواك والسعد وسيأتي الكلام على السعد إن شاء الله تعالى، نعم قد يكونا مستحبين بالعنوان العام وهو النظافة أو بالعنوان الثانوي.

٦- استعمال السواك رجالاً ونساءً صغاراً وكباراً فإنه سنة نبيكم صلى الله عليه وآله وإن له ١٤ خصلة على الأقل وفيه من الأسرار الإلهية العجيبة ويكفي أنه مرضاة

للرب وقد أفرد ثقة الإسلام المحقق آية الله العظمى الشيخ

محمد بن يعقوب الكليني رحمه الله تعالى في كتاب الكافي

باباً كاملاً في السواك أسماه (باب السواك) أورد فيه ١٠

روايات منها:

عن إسحاق بن عمار قال: قال أبو عبد الله عليه السلام:

(من أخلاق الأنبياء عليهم السلام السواك). (١)

عن إسحاق بن عمار، عن أبي عبد الله عليه السلام قال:

(السواك من سنن المرسلين). (٢)

عن ابن القداح عن أبي عبد الله عليه السلام قال: قال

رسول الله صلى الله عليه وآله: (ما زال جبرئيل عليه

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٥.

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٥.

السلام يوصيني بالسواك حتى خشيت أن أورد وأحفي).

(١) (٢)

عن أمير المؤمنين عليه السلام: (السواك مطهرة للفم

ومرضاة للرب). (٣)

عن ابن سنان، عن أبي عبد الله عليه السلام قال: (في

السواك اثنتا عشر خصلة: هو من السنة، ومطهرة للفم،

و مجلاة للبصر، ويرضي الرب، ويذهب بالبلغم، ويزيد

في الحفظ، ويبيض الأسنان، ويضاعف الحسنات،

ويذهب بالحفر، ويشد اللثة، ويشهي الطعام، وتفرح به

الملائكة). (٤)

(٢) أحفر- بالحاء المهملة- و أورد- بدالين مهملتين و بينهما راء- متقاربا المعنى أي خفت سقوط أسناني من كثرة السواك ويكون العطف بأن واقعاً من بعض الرواة لأنه شك أن النبي صلى الله عليه وآله قال أحفي أو أورد.

(٣) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٥.

(٤) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٥.

(٥) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٦.

عن حماد بن عيسى، عن أبي عبد الله عليه السلام قال:

(السواك يذهب بالدمعة ويجلو البصر). (١)

عن جميل بن دراج، عن أبي عبد الله عليه السلام قال:

رسول الله صلى الله عليه وآله: (أوصاني جبرئيل عليه

السلام بالسواك حتى خفت على أسناني). (٢)

عن المرزبان بن النعمان، رفعه قال: قال رسول الله صلى

الله عليه وآله: (ما لي أراكم قلحا (٣) ما لكم لا

تستاكون). (٤)

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٦.

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٦.

(٣) الفتح محرقة؛ صفة الأسنان كالقلاح والوسخ. (القاموس)

(٤) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٦.

عن أبي جعفر عليه السلام في وصية النبي صلى الله
عليه وآله لأمير المؤمنين صلوات الله عليه: (عليك
بالسواك لكل صلاة). (١)

والحديث المشهور عند المسلمين الذي ورد عندنا عن
عبد الله بن ميمون القداح، عن أبي عبد الله عليه السلام
قال: (ركعتان بالسواك أفضل من سبعين ركعة بغير
سواك)، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وآله: (لولا
أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة). (٢)

٧- استعمال السعد

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٤٩٦.

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٨.

عن أبي الحسن الأول عليه السلام قال: (من استنجى
بالسعد بعد الغائط وغسل به فمه بعد الطعام لم تصبه علة
في فمه ولم يخف شيئاً من أرياح البواسير). (١)

عن أبي عزيز المرادي قال: وهو خال أمي قال: سمعت
أبا عبد الله عليه السلام يقول: (اتخذوا في أسنانكم السعد
فإنه يطيب الفم ويزيد في الجماع). (٢)

عن إبراهيم بن أبي البلاد قال: أخذني العباس بن موسى
فأمر فوجئ فمي (٣) فتزعزعت أسناني فلا أقدر أن أمضغ
الطعام فرأيت أبي في المنام ومعه شيخ لا أعرفه فقال
أبي رحمه الله: سلم عليه فقلت: يا أبا من هو؟ فقال:

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٣؛ ص ٢٢.

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٨-٣٧٩.

(٣) وجنه باليد والسكين كوضعه: ضربه (القاموس).

هذا أبو شيبه الخراساني (١) قال: فسلمت عليه فقال:

مالي أراك هكذا؟ قال:

قلت: إن الفاسق العباس بن موسى أمرني فوجئ فمي

فتزعزعت أسناني: فقال لي شدها بالسعد، فأصبحت

فتمضضت بالسعد فسكنت أسناني. (٢)

عن أبي ولاد قال: رأيت أبا الحسن الأول عليه السلام

في الحجر وهو قاعد ومعه عدة من أهل بيته فسمعتة

يقول: (ضربت عليَّ أسناني فأخذت السعد فدلكت به

أسناني فنفعني ذلك وسكنت عني). (٣)

(٢) هو من أصحاب الإمام الباقر عليه السلام.

(٣) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٨-٣٧٩.

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٨-٣٧٩.

٨- مراجعة دورية لطبيب الأسنان لتفادي أو علاج أي

مشكلة موجودة أو لاحتمال أن توجد مستقبلاً من تسوس

أو جير أو انتخار أو التهاب اللثة وغير لذلك.

٩- سؤال المقربين عن رائحة الفم بين فترة وفترة وأخرى

وإن كان ذلك محرّجاً فإن إيذاء الطرف الآخر أشدّ حرّجاً.

١٠- شرب الماء بكثرة.

١١- الماء الفاتر على الريق.

عن أبي عبدالله عليه السلام قال: (كان رسول الله صلى

الله عليه وآله إذا أفطر بدأ بخلواء يفطر عليها فإن لم

يجد فسكرة أو تمرات فإذا أعوز ذلك كله (١) فماء فاتر

وكان يقول: ينقي المعدة والكبد ويطيب النكهة (٢) والفم

(٢) أي لم يجد من ذلك شيء.

(٣) النكهة: ريح الفم والفم عطف توضيحي عليها.

ويقوي الأضراس ويقوي الحدق ويجلو الناظر ويغسل
الذنوب غسلا ويسكن العروق الهائجة والمرّة الغالبة (١)
ويقطع البلغم ويطفي الحرارة عن المعدة ويذهب
بالصداع). (٢)

١٢ - افتتاح الطعام بالبازروج والختم به و بقلة الحوك. (٣)

عن أيوب بن نوح قال: حدثني من حضر مع أبي الحسن
الأول عليه السلام المائدة فدعا بالبازروج، وقال: (إني
أحب أن أستفتح به الطعام فإنه يفتح السدد، ويشهي
الطعام ويذهب بالسبل، وما أبالي إذا أنا افتتحت به ما
أكلت بعده من الطعام فإني لا أخاف داء ولا غائلة)، فلما
فرغنا من الغداء دعا به أيضا و رأيتَه يتتبع ورقه على

(٢) المرة بكسر الميم: الصفراء أو السوداء.

(٣) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج: ٤؛ ١٥٣.

(٤) لعله هو نفسه البارزروج أو المسمى عندنا باللهجة العامية بالحبيك.

المائدة ويأكله وينا ولني منه وهو يقول: (اختم طعامك
به فإنه يمرئ ما قبل كما يشهي ما بعد ويذهب بالثقل
ويطيب الجشاء والنكهة).^(١)، والباذروج هو نوع من
أنواع الريحان يسميه أهل الشام الجسق ولعله النعناع
المعروف وفي الدستور نبت يقال له بالفارسية بادرنگ
فهو معرب.

عن أبي عبدالله عليه السلام أنه قال: (الحوك بقلة
الأنبياء أما إن فيه ثمان خصال: يمرى، ويفتح السدد،
ويطيب الجشاء، ويطيب النكهة، ويشهي الطعام، ويسل
الداء، وهو أمان من الجذام إذا استقر في جوف الانسان
قمع الداء كله).^(٢)

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٦٤.

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٦٤.

١٣ - الكراث.

عن فرات بن أحنف قال: سئل أبو عبدالله عليه السلام عن الكراث فقال: (كله فإن فيه أربع خصال يطيب النكهة، يطرد الرياح، ويقطع البواسير، وهو أمان من الجذام لمن أدمن عليه).^(١)

١٤ - البصل.

عن ميسر ببيع الزطي وكان خاله قال: سمعت أبا عبدالله عليه السلام يقول: (كلوا البصل فإن فيه ثلاث خصال: يطيب النكهة ويشد اللثة ويزيد في الماء والجماع).^(٢)

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٦٥.

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٣٧٦.

عن أبي عبدالله عليه السلام قال: (البصل يطيب النكهة

ويشد الظهر و يرق البشرة). (١)

١٥- الحناء

عن أبي عبدالله عليه السلام قال: (الحناء يذهب بالسهك

(٢) ويزيد في ماء الوجه، ويطيب النكهة، ويحسن

الولد). (٣)

١٦- الاكتحال بالاثمد.

عن أبي جعفر عليه السلام: (الاكتحال بالاثمد يطيب

النكهة ويشد أشفار العين). (٤)

١٧- التين.

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج: ٦؛ ص: ٣٧٦.

(٢) السهك محرقة: ريح كريهة ممن عرق (القاموس)

(٤) البحر: نتن القم، يقال: بخر فمه كعلم بخر بالتحريك أنتن فمه، فهو أبحر.

(٥) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج: ٦؛ ص: ٤٩٤.

عن أبي الحسن الرضا عليه السلام قال: (التين يذهب
بالبخر (١) ويشد الفم والعظم وينبت الشعر ويذهب بالداء
ولا يحتاج معه إلى دواء، وقال عليه السلام: التين أشبه
شيء بنبات الجنة). (٢)

١٨ - دعاء خاص في السجود:

عن علي بن عيسى، عن عمه قال: شكوت إلى موسى
بن جعفر عليه السلام ريح البحر فقال: (قل وأنت ساجد:
[يا الله يا الله يا الله، يا رحمن يا رب الأرباب، يا سيد
السادات يا إله الآلهة، يا مالك الملك، يا ملك الملوك،
اشفني بشفائك من هذا الداء، واصرفه عني فاني عبدك
وابن عبدك، وأتقلب في قبضتك] فانصرفت من عنده

(١) راحة الفم الكريهة.

(٢) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ٣٥٨.

فوالله الذي أكرمهم بالإمامة ما دعوت به إلا مرة واحدة

في سجودي فلم أحس به بعد ذلك. (١)



(١) بحر الأنوار؛ العلامة المجلسي؛ ج ٩٢؛ ص ٩٤. عن طب الأئمة ص ١١٨.

رائحة العرق الكريهة

الأسباب - الآثار - العلاج

الأسباب:

إن طبيعة الإنسان يعرق ومن لا يعرق فهو مريض وبه علة، ومن فوائد التعرق تخليص الجسم من السموم والمواد الضارة ويحدث التعرق عملية توازن في درجة حرارة الجسم في الصيف ويوسع الأوعية الدموية التي تسهم في تدفق الدم المحمل بالأوكسجين إلى جميع أعضاء الجسم.

وعلى أية حال إن طبيعة هذا الإنسان المدخلات والمخرجات، وإن محل كلامنا هو رائحة العرق الكريهة الدائمة التي تكون في بعض الناس ملازمة له ويتأذى الناس منه وتتفر منه الطباع ولهذا أسباب منها:

١- عدم النظافة والسباحة بالماء والصابون والشامبو.

٢- عدم الحلاقة وإزالة شعر الإبطين وشعر العانة وغير

ذلك بالموس أو النورة أو الشيرة أو غيرها من الأمور

المعاصرة المساهمة في إزالة الشعر.

٣- عدم استعمال المواد المزيّلة للرائحة سواء من المواد

الطبيعية كالشبة أو غيرها من المواد الصناعية

الموجودة في زماننا اليوم.

٤- أكل بعض الأطعمة والأشربة مثل الحلبة أو شرب مائها

وأمثالها.

٥- الإفراط في الغدة الدرقية.

٦- اختلاط العرق بالبكتيريا والميكروبات والجراثيم.

٧- عدم تغيير الملابس لاسيما المتعرقة سابقاً أو كانت غير

مجففة جيداً أو غير معرّضة للشمس، ومن أقبح الأمور

لبس الملابس الملبوسة من قبل والمتعرقة بعد السباحة.

٨- ارتداء الملابس الصناعية أو المصنوعة من مادة

النايلون أو ترك الملابس القطنية.

٩- التوتر والإجهاد العصبي.

١٠- عدم تبديل الجوارب في كل مرة أو إذا احتمل أنها

اتسخت.

الآثار:

١- بُغض الله تبارك وتعالى للعبد صاحب الرائحة الكريهة.

٢- الاقتضاء لتأثير الشيطان بمعنى أن هذا أحد أجزاء العلة

لمعلول سيطرة الشيطان على الإنسان.

٣- إيذاء الآخرين والجلساء والمرافقين لاسيما إذا كان

الاختلاط في غرفة صغيرة أو في سيارة ولاسيما إذا كانت

صغيرة أو ضيقة ويشتد الوضع سوءاً إذا كانت المدة

طويلة كالسفر أو غيره.

٤- إيقاع الآخرين في الإحراج الشديد وقد يصل الأمر إلى

الإثم ووضعهم في الأمر البرزخي بين البقاء مع صاحب

الرائحة الكريهة وبين تركه فلا هم يتمكنون في كل مرة

من الإخبار ولا هم يتمكنون في كل مرة من المغادرة أو

الترك ومن المعلوم أن هذه الأمور من الأمور الحساسة
فتحتاج إلى الأدب أو التدرج وانتقاء الألفاظ المناسبة
والأوقات والأزمنة التي تلائم وتناسب صاحب الرائحة
الكريهة وتناسب نفسيته من قبل الأمر أو المنبه.

٥- احتمال الإصابة ببعض الأمراض الجلدية كالفطريات
وغيره أو المساهمة في ازدياد حالتها.

ويجري في الجملة الكلام في الآثار ما يجري فيما تقدم
من آثار صاحب رائحة الفم الكريهة.

العلاج:

وعلاج كل شيء بدفع أسبابه أو برفعها ومن العلاجات:

١- كثرة النظافة والسباحة اليومية أو شبه اليومية بالماء
والصابون والشامبو والتفرك جيداً بالكيس أو الأحجار

المعهودة إلا بالخزف فإن يورث البرص كما روي عن
أبي عبدالله عليه السلام أنه قال : (لا تتك في الحمام فإنه
يذيب شحم الكليتين، ولا تسرح في الحمام فإنه يرقق
الشعر، ولا تغسل رأسك بالطين فإنه يذهب بالغيرة، ولا
تتدك بالخزف فإنه يورث البرص، ولا تمسح وجهك
بالإزار فإنه يذهب بماء الوجه) (١).

٢- الحلاقة الدائمة بآلة الحلاقة أو الموس أو أي وسيلة
لحلق شعر الرأس أو الإبطين أو العانة أو غير ذلك وليكن
ذلك على الأقل في كل يوم جمعة وهو عيد ولا خير فيمن
لا يتنظف في العيد إلا لعة.

٣- استعمال مزيلات العرق الطبيعية كالشبة لاسيما إذا
كانت مطحونة أو المزيلات الصناعية.

(١) الكافي؛ الشيخ الكليني؛ ج ٦؛ ص ٥٠١.

٤- تجنب المأكولات والمشروبات التي تسبب الروائح

الكريهة مثل الحلبة ومائها والفجل وغيرها وإن كان

ولابد من ذلك فعلى الأقل استعمال الروائح أو العطورات

التي تزيل أو تغطي على هذه الروائح كالعطورات

الفاخرة ودهن العود، وهنا لابد من الالتفات والإشارة

إلى نقطة مهمة وهي عدم الخلط أو الجمع بين الروائح

الكريهة والروائح الجميلة ولو بحجة رفع المشكلة.

٥- تجنب أسباب التعرق من العمل في الشمس أو الأماكن

الحارة وإن كان ولا بد من ذلك فالسباحة الدائمة بعد

الفراغ من هذه الأماكن مباشرة ولن تكون الرائحة

الكريهة شديدة إذا كان الشعر مخلوقاً ومزيلاً العرق

مستعملة.

٦- كثرة النظافة وتبديل الملابس والانتباه إلى الرواح وعدم

تركها لفترة في المجففة وتعريضها للشمس أنفع.

٧- ارتداء الملابس الباردة والمريحة والواسعة والقطنية

ومحاولة الجلوس أو التواجد في الأماكن الباردة وتحت

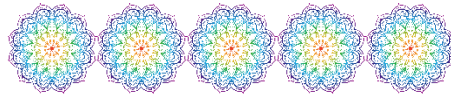
المكيف.

٨- هدوء الروح وصفاء النفس واعتدال المزاج.

٩- علاج الغدة الدرقية.

١٠- سؤال المقربين بين فترة وأخرى عن راحة الجسم وإن

كان ذلك محرماً فإن إيذاء الطرف الآخر أشد حرجاً.



إشارة

وليُعلم أن هذه السطور ما كُتبت إلا من أجل الرقي بوعي المجتمع والاهتمام بتطبيق التعاليم الإسلامية وتعليم الجاهل وتبنيه الغافل والاحتجاج على المعاند، وليس الهدف من ذلك هو التجرؤ على الآخرين أو فضحهم أو تهديدهم أو الانتقام منهم كلا وليس هذه شيم المسلمين ولا قيم المؤمنين ولا دين المهذبين، وقد كُتبت بطلب من بعض المؤمنات المخلصات الناصحات التي تحمل الهم الكبير في تقديم النصح للمؤمنين والمؤمنات وبذل الجهد في رسم الصورة الجميلة للمؤمنين ذات البهجة الطيبة والعبق الزكي.



تبريد

وليطمئن القارئ الكريم أن هذه الأمور من رائحة الفم أو العرق لا يكاد يخلو منها أحد فكلنا في الهواء سواء كما يقال ولو في بعض فترات عمره أو بعض أوقات حياته لأنها أمور تكون من طبيعية هذا الإنسان القاصر الضعيف الذي لا حول له ولا قوة فلا ينبغي على الإنسان إهمالها وليس بحري به إغفالها وهذا من جهة الإفراط وأما من التفريط فكذلك لا ينبغي له أن يعيش الهاجس تجاه نفسه ويكون كثير الشك فيها قد استولى عليه الوسواس كلا.

فطب نفساً وعش قرير العين هادئ البال فما أجملك وما أروعك في كل أوقاتك لا سيما إذا خرجت بعد الاستحمام فوجهك يشرق بالنور كفلقة القمر ويزداد ضياء بعد الخروج

من بركة السباحة ولولا الإيمان بالقضاء والقدر لغطيت
وجهك بالغطاء خشية على جمالك ونور وجهك من العين
والحاسدين.

فما أجمل ما تملك من العطور وما أحلى ما في نفسك من
الذوق اللطيف والمنظر الشريف فكل عطورك فاخرة وكل
ملابسك زاخرة.

