

كنز الكنوز

إلى كل إنسان أصابته الأخران
 إلى كل من يعاني من مشكلته النفسية
 إلى كل من فقد عزيز أو حبيب أو أخ أو صديق
 إلى كل من فقد المال أو أجاه أو السلطان
 إلى كل من يشعر بأنه وحيد في دنياه
 إلى كل من اعتصره الفقر والمرض
 إلى كل مظلوم
 إلى كل من جرح في مشاعره وأحاسيسه
 إلى كل سجن نفسه في سجن الماضي وأخران الماضي
 إلى كل من يبحث عن طبيب لعلاج علة النفسية
 إلى كل من يخشى المستقبل
 إلى كل من فقد الأمل
 إلى كل يأس ومكتئب
 إلى كل الناس.. في كل مكان....
 إلى القارئ العزيز...

أهدي إليك السطور التالية لفضيلة الشيخ: د. عائض القرني

محمود يحيى سالم

- 1- الإيمان يذهب العموم ويزيل الغموم.. وهو قرة عين الموحدين.. وسلوة العابدين.
- 2- ما مضى فات.. وما ذهب مات.. فلا تفكر فيما مضى فقد ذهب وانقضى.
- 3- ارض بالقضاء المحتوم.. والرزق المقسوم.. كل شيء بقدر.. فدع الضجر.
- 4- ألا بذكر الله تطمئن القلوب وتحط الذنوب.. وبه يرضى علام الغيوب.. وبه تفرج الكروب؟؟؟
- 5- لا تنتظر شكرا من احد.. ويكفى ثواب الصمد.. وما عليك ممن جحد.. وحقد وحسد.
- 6- إذا أصبحت فلا تنتظر المساء.. وعش في حدود اليوم واجمع همك لإصلاح يومك.
- 7- اترك المستقبل حتى يأتي.. ولا تهتم بالغد.. لأنك إذا أصلحت يومك صلح غدك.
- 8- طهر قلبك من الحسد.. ونقه من الحقد.. وأخرج منه البغضاء.. وأزل منه الشحناء.
- 9- اعتزل الناس إلا من خير.. وكن جليس بيتك واقبل على شأنك.. وقلل من المخالطة.
- 10- الكتاب أحسن الأصحاب.. فسامر الكتب.. وصاحب العلم.. ورافق المعرفة.
- 11- الكون بُني على النظام.. فعليك بالترتيب في ملبسك وبيتك ومكتبك وواجبك.
- 12- أخرج إلى الفضاء.. وطالع الحقائق الغناء.. وتفرج في خلق الباري وإبداع الخالق.

- 13- عليك بالمشي والرياضة.. واجتنب الكسل والخمول واهجر الفراغ والبطالة.
- 14- اقرأ التاريخ وتفكر في عجائبه وتدبر غرائبه واستمتع بقصصه وأخباره.
- 15- جدد حياتك.. ونوع أساليب معيشتك.. وغير من الروتين الذي تعيشه.
- 16- اهجر المنبهات والإكثار منها كالشاي والقهوة.. واحذر التدخين والشيشة وغيرها.
- 17- اعتن بنظافة ثوبك.. وحسن رائحتك.. وترتيب مظهرك.. مع السواك والعطر.
- 18- لا تقرأ بعض الكتب التي تربي التشاؤم والإحباط واليأس والقنوط..
- 19- تذكر أن ربك واسع المغفرة.. يقبل التوبة ويعفو عن عبادته.. ويبدل السيئات حسنات.
- 20- اشكر ربك على نعمة الدين والعقل والعافية والستر والسمع والبصر والرزق والذرية وغيرها.
- 21- ألا تعلم أن في الناس من فقد عقله أو صحته أو هو محبوس أو مشلول أو مبتلى؟!!
- 22- عش مع القرآن حفظاً وتلاوة وسماعاً وتدبراً.. فإنه من أعظم العلاجات لطرد الحزن والهم.
- 23- توكل على الله وفوض الأمر إليه.. وارض بحكمه والجاإ إليه واعتمد عليه فهو حسبك وكافيك.
- 24- اعف عمن ظلمك.. وصل من قطعك.. وأعط من حرمك.. واحلم على من أساء إليك تجد السرور والأمن.
- 25- كرر(لا حول ولا قوة إلا بالله) فإنها تشرح البال وتصلح الحال وتُحمّل بها الأثقال وترضى ذا الجلال.

- 26- أكثر من الاستغفار فمعه الرزق والفرج والذرية والعلم النافع واليسير وخط الخطايا.
- 27- اقنع بصورتك وموهبتك ودخلك وأهلك وبيتك تجد الراحة والسعادة.
- 28- اعلم أن مع العسر يسرا.. وأن الفرج مع الكرب.. وأنه لا يدوم الحال.. وأن الأيام دول.
- 29- تفاعل ولا تقنط ولا تيأس.. وأحسن الظن بربك وانتظر منه كل خير وجميل.
- 30- افرح باختيار الله لك.. فإنك لا تدري بالمصلحة فقد تكون الشدة لك خير من الرخاء.
- 31- البلاء يقرب بينك وبين الله ويعلمك الدعاء ويذهب عنك الكبر والعجب والفخر.
- 32- أنت تحمل في نفسك قناطر النعم وكنوز الخيرات التي وهبك الله إياها.
- 33- أحسن إلى الناس.. وقدم الخير للبشر لتلقى السعادة من عيادة مريض وإعطاء فقير والرحمة ببيتيم.
- 34- اجتنب سوء الظن.. واطرح الأوهام والخيالات الفاسد. والأفكار المريضة.
- 35- اعلم أنك لست الوحيد في البلاء.. فما سلم من الهم أحد وما نجا من الشدة بشر.
- 36- تيقن أن الدنيا دار محن وبلاء ومنغصات وكدر.. فاقبلها على حالها واستعن بالله.
- 37- تفكر فيمن سبقوك في مسيرة الحياة ممن عُزل وحبس وقتل وامتنحن وابتلى ونكب وصودر.
- 38- كل ما أصابك فأجره على الله من الهم والغم والحزن والجوع والفقر والمرض والدين والمصائب.

- 39- اعلم أن الشدائد تفتح الأسماع والأبصار وتحيى القلب وتردع النفس وتذكر العبد وتزيد الثواب.
- 40- لا تتوقع الحوادث ولا تنتظر السوء ولا تصدق الشائعات ولا تستسلم للاراجيف.
- 41- أكثر مما لا يُخاف أن يكون وغالب ما يُسمع من مكروه لا يقع.. وفي الله كفاية.. وعنده رعاية ومنه العون.
- 42- لا تجالس البُغضاء والثقلاء والحسدة فإنهم حمى الروح وهم رسل الكدر وحملة الأحزان.
- 43- حافظ على تكبيرة الإحرام جماعة.. وعود نفسك المبادرة للصلاة لتجد السرور
- 44- إياك والذنوب فإنها مصدر الهم والحزن والغم وسبب كل النكبات.
- 45- داوم على (لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين) فلها سر عجيب في كشف الكرب ونبأ عظيم في رفع المحن...
- 46- لا تتأثر من القول القبيح والكلام السيئ الذي يقال فيك فإنه لن يضرّك.
- 47- سب أعدائك لك وشم حسادك يساوى قيمتك.. لأنك أصبحت شيئاً مذكوراً.. ورجلاً مهماً.
- 48- لا تشدد على نفسك في العبادة.. وألزم السنة واقتصد في الطاعة واسلك الوسط وإياك والغلو.
- 49- اخلص توحيدك لربك ينشرح صدرك.. فبقدر صفاء توحيدك ونقاء إخلاصك تكون سعادتك.
- 50- عليك بالجلود فإن صدر الجواد منشرح وباله واسع والبخيل ضيق الصدر مظلم القلب مكدر الخاطر.

- 51- ابسط وجهك للناس تكسب ودهم وألن لهم الكلام يحبونك وتواضع لهم يجلوك.
- 52- ادفع بالتي هي أحسن وترفق بالناس وأطفئ العداوات وسالم أعداءك وكثر أصدقاءك.
- 53- من أعظم أبواب السعادة دعاء الوالدين فاغتنمه ببرهما ليكون لك دعاؤهما حصنا حصينا من كل مكروه.
- 54- اقبل الناس على ما هم عليه وسامح ما يبدر منهم واعلم أن هذه هي سنة الله في الناس والحياة.
- 55- عش حياة بسيطة.. وإياك والبذخ.. فكلما ترفه الجسم تعقدت الروح.
- 56- حافظ على أذكار المناسبات فإنها حفظ لك وصيانة وفيها من السداد والإرشاد ما يصلح به يومك.
- 57- وزع الأعمال ولا تجمعها في وقت واحد.. بل اجعلها على فترات وبينها أوقات للراحة ليكون عطاؤك جيدا.
- 58- انظر إلى من هو دونك في الجسم والصورة والمال والبيت والوظيفة والذرية لتعلم أنك فوق ألوف الناس.
- 59- تيقن أن كل من تعاملهم من أخ وابن وزوجة وقريب وصديق لا يخلو من عيب فوطن نفسك على تقبل الجميع.
- 60- ألزم الموهبة التي أعطيتها والعلم الذي ترتاح له والرزق الذي فُتِحَ لك.. والعمل الذي يناسبك.
- 61- إياك وتجريح الأشخاص والهيئات وكن سليم اللسان طيب الكلام عذب الألفاظ مأمون الجانب.

- 62- اعلم أن الاحتمال دفن للمعائب.. والحلم ستر للخطايا والجود واسع يغطي النقائص والمثالب.
- 63- كن مهذباً في مجلسك.. صموتا الأمن خير.. طلق الوجه.. محترماً لجلالك منصتاً لحديثهم ولا تقاطعهم أثناء الكلام.
- 64- لا تكن كالذباب لا يقع إلا على الجرح.. فإياك والوقوع في أعراض الناس وذكر مثالبهم والفرح بعثراتهم وطلب زلاتهم.
- 65- المؤمن لا يحزن لفوات الدنيا ولا يهتم بها ولا يرهب من كوارثها.. لأنها زائلة ذاهبة فانية.
- 66- اهجر العشق والغرام والحب المحرك فإنه عذاب للروح ومرض للقلب.. وافزع إلى الله وإلى ذكره وطاعته.
- 67- إطلاق النظر إلى حرام يورث هموماً وغموماً وجراحاً في القلب.. والسعيد من غض بصره وخاف ربه.
- 68- احرص على ترتيب وجبات الطعام.. وعليك بالمفيد واجتنب التخمّة ولا تنم وأنت شبّان.
- 69- قدر أسوأ الاحتمالات عند الخوف من الحوادث ثم وطن نفسك لتقبل ذلك فسوف تجد الراحة واليسر.
- 70- إذا اشتدّ الحبل أن قطع.. وإذا اظلم الليل أن قشع.. وإذا ضاق الأمر اتسع.. ولن يغلب عسر يسرين.
- 71- تفكر في رحمة الرحمن، غفر لبغى سقت كلباً، وعفا عمن قتل مائة نفس، وبسط يده للتائبين.
- 72- بعد الجوع شبع.. وعقب الظمأ ري.. وأثر المرض عافية.. والفقر يعقبه الغنى.. والهم يتلوّه سرور، سنة ثابتة....

- 73- أين أنت من دعاء الكرب (لا إله إلا الله العظيم الحليم، لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السموات ورب الأرض رب العرش الكريم).
- 74- لا تغضب.. وإذا غضبت فاسكت وتعوذ من الشيطان وغير مكانك.. وإن كنت قائماً فاجلس وتوضأ وأكثر من الذكر.
- 75- لا تجزع من الشدة.. فإنها تقوى قلبك وتديقك طعم العافية وتشد من أزرك وترفع شأنك وتظهر صبرك.
- 76- التفكر في الماضي حمق وجنون.. وهو مثل طحن الطحين ونشر النشارة وإخراج الأموات من قبورهم.
- 77- انظر إلى الجانب المشرق من المصيبة وتلمح أجرها واعلم أنها أسهل من غيرها وتأس بالمتكوبين.
- 78- ما أصابك لم يكن ليخطئك وما أخطأك لم يكن ليصيبك وجف القلم بما أنت لاق ولا حيلة لك في القضاء.
- 79- حول خسائرِكَ إلى أرباح واصنع من الليمون شراباً حلواً وأضف إلى ماء المصائب حفنة سكر وتكيف مع ظرفك.
- 80- لا تيأس من روح الله ولا تقنط من رحمة الله ولا تنس عون الله.. فإن المعونة تنزل على قدر المؤونة.
- 81- الخيرة فيما تكره أكثر منها فيما تحب وأنت لا تدري بالعواقب وكم من نعمة في طي نقمه ومن خير في جلباب شر.
- 82- قيد خيالك لئلا يجمع بك في أودية الهموم وحاول أن تفكر في النعم والمواهب والفتوحات التي عندك.
- 83- اجتنب الصخب والضجة في بيتك ومكتبك، ومن علامات السعادة الهدوء والسكينة والنظام.

- 84- الصلاة خير معين على المصاعب.. وهى تسمو بالنفس إلى أفاق علوية..
وتهاجر بالروح إلى فضاء النور والفلاح.
- 85- السعادة شجرة مأواها وغذاؤها وهواؤها وضياؤها الإيوان بالله والدار
الآخرة.
- 86- من عنده أدب جم وذوق سليم وخلق شريف اسعد الناس واسعد نفسه
ونال صلاح البال والحال.
- 87- روح عن قلبك فإن القلب يكل ويمل ونوع عليه الأساليب والتمس له فنون
الحكمة وأنواع المعرفة.
- 88- العلم يشرح الصدر ويوسع مدارك النظر ويفتح الأفاق أمام النفس فتخرج
من همها وغمها وحزنها.
- 89- من السعادة الانتصار على العقبات ومغالبة الصعاب فلذة الظفر لا تعدلها
لذة والنجاح لا تساويه فرحه
- 90- إن أردت أن تسعد مع الناس فعاملهم بمثل ما تحب أن يعاملوك به ولا
تبخسهم أشياءهم ولا تضع من أقدارهم.
- 91- إذا عرف الإنسان نفسه والعلم الذي يناسبه فقد وجد متعة الانتصار.
- 92- المعرفة والتجربة والخبرة أعظم من رصيد المال، لأن الفرح بالمال بهيمي..
والفرح بالمعرفة إنساني.
- 93- إذا غضب احد الزوجين فليصمت الآخر، وليقبل كل منهما الآخر على ما
فيه، فإنه لن يخلو احد من العيب.
- 94- المجلس الصالح المتفائل يهون عليك الصعاب ويفتح لك باب الرجاء..
والمتشائم يسود الدنيا في عينك.

- 95- من عنده زوجه وبیت وصحة وكفاية مال فقد حاز صفو العيش فليحمد الله وليقنع فما فوق ذلك إلا الهمة.
- 96- (من أصبح منكم آمنا في سربه، معافى في جسده، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا).
- 97- (من رضي بالله ربا وبالإسلام ديناً وبمحمد رسولا كان حقاً على الله أن يرضيه) وهذه أركان الرضا.
- 98- أصول النجاح أن يرضى الله عنك وأن يرضى عنك من حولك.. وأن تكون نفسك راضية وأن تقدم عملاً مثمراً.
- 99- الطعام سعادة يوم.. والسفر سعادة أسبوع.. والزواج سعادة شهر.. والمال سعادة سنة.. والإيمان سعادة العمر كله.
- 100- لن تسعد بالنوم ولا بالأكل ولا بالشرب ولا بالنكاح وإنما تسعد بالعمل.. وهو الذي اوجد للعظماء مكاناً تحت الشمس.....
- 101- من تيسرت له القراءة فإنه سعيد.. لأنه يقطف من حدائق العلم.. ويطوف على عجائب الدنيا ويطوى الزمان والمكان.
- 102- محادثة الأخوان تذهب الأحزان.. والمزح البريء راحة.. وسماع الشعر يريح الخاطر.
- 103- أنت الذي تلون حياتك بنظرك إليها.. فحياتك من صنع أفكارك.. فلا تضع نظاره سوداء على عينيك.
- 104- إذا استغرقت في العمل المثمر بردت أعصابك وسكنت نفسك وغمرك فيض من الاطمئنان.
- 105- السعادة ليست في الحسب ولا النسب ولا الذهب وإنما في الدين والعلم والأدب وبلوغ الإرب.

- 106- اسعد عباد الله أبذلهم للمعروف يدا.. وأكثرهم على الإخوان فضلا.. وأحسنهم على ذلك شكرا.
- 107- فكر في نجاحاتك وثمار عملك وما قدمته من خير وافرح به واحمد الله عليه فإن هذا مما يشرح الصدر.
- 108- الذي كفاك هم أمس يكفيك هم اليوم وهم غد.. فتوكل عليه.. فإذا كان معك فمن تخاف؟ وإذا كان عليك فمن ترجو؟
- 109- بينك وبين الأثرياء يوم واحد.. أما أمس فلا يجدون لذته.. وغد فليس لي ولا لهم.. وإنما لهم يوم واحد فما اقله من زمن!
- 110- السرور ينشط النفس.. ويفرح القلب ويوازن بين الأعضاء ويجلب القوه ويعطى الحياة قيمه والعمر فائدة.
- 111- الغنى والأمن والصحة والدين ركائز السعادة فلا هناء لمعدم ولا خائف ولا مريض ولا كافر بل هم في شقاء.
- 112- من عرف الاعتدال عرف السعادة.. ومن سلك التوسط أدرك الفوز ومن اتبع أيسر نال الفلاح.
- 113- ليس في ساعة الزمن الأكلمة واحدة: الآن، وليس في قاموس السعادة إلا كلمة واحدة: الرضا.
- 114- إذا أصابتك مصيبة فتصورها اكبر تهن عليك وتفكر في ساعة زوالها.. فلو لا كرب الشدة ما رُجيت فرحه الراحة.
- 115- العاق ليومه من أذهبه في غير حق قضاء أو فرض أداة أو مجد شيده أو حمد حصله أو علم تعلمه أو قرابة وصلها أو خير أسداه.
- 116- حافظ القرآن التالي له إناء الليل وأطراف النهار لأشكو مللا ولا فراغا ولا سأمًا لأن القرآن ملاً حياته سعادة.

- 117- لا تتخذ قرارا حتى تدرسه من كافة جوانبه ثم استخر الله وشاور أهل الثقة.. فإن نجحت فهذا المراد وإلا فلا تندم أبدا.
- 118- العاقل يكثر أصدقاءه ويقلل أعداءه.. فإن الصديق يحصل في سنة والعدو يحصل في يوم.. فطوبى لم حبيه الله إلى خلقه.
- 119- اجعل لمطالبك الدنيوية حدا ترجع إليه، وألا تشتت قلبك وضاق صدرك وتنغص عيشك وساء حالك.
- 120- ينبغي لمن تظاهرت عليه نعم الله أن يقيدها بالشكر ويحفظها بالطاعة ويرعاها بالتواضع لتدوم.
- 121- من صفت نفسه بالتقوى وطهر فكره بالإيمان وصقلت أخلاقه بالخير نال حب الله وحب الناس.
- 122- الكسول الخامل هو المتعب الحزين حقيقة.. أما العامل المجد فهو الذي عرف كيف يعيش.. وعرف كيف يسعد.
- 123- لو ملكت المرأة الدنيا وسيقت لها شهادات العالم وحصلت على كل وسام وليس عندها زوج فهي مسكينة.
- 124- الحياة الكاملة أن تنفق شبابك في الطموح.. ورجولتك في الكفاح.. وشيخوختك في التأمل.
- 125- عاتب نفسك على التقصير ولا تعاتب أحداً، فإن عندك من العيوب ما يملأ الوقت إصلاحه فاترك غيرك.
- 126- اسأل الله العفو والعافية فإذا أعطيتها فقد حزت كل خير ونجوت من كل شر وفزت بكل سعادة.
- 127- رغيف واحد وسبع تمرات وكوب ماء وحصير في غرفه مع مصحف.. وقل على الدنيا السلام (صدق لسانك يا دكتور عائض - صدقت والله -). [مدحى].

- 128- السعادة في التضحية وإنكار الذات وبذل الندى وكف الأذى.. والبعد عن الأنانية والاستئثار.
- 129- الضحك المعتدل يشرح النفس ويقوى القلب ويذهب الملل وينشط على العمل ويجلو الخاطر.
- 130- العبادة هي السعادة.. والصلاح هو النجاح ومن لزم الأذكار وأدمن الاستغفار وأكثر الافتقار فهو أحد الأبرار.
- 131- خير الأصحاب من تثق به و ترتاح، وتفضي إليه بمتاعبك، ويشاركك همومك ولا يفشى سرك.
- 132- لا تتوقع سعادة اكبر مما أنت فيه فتخسر ما بين يديك ولا تنتظر مصائب قادمة فتستعجل الهم والحزن.
- 133- لا تظن أنك تعطى كل شيء بل تعطى خيراً كثيراً، أما أن تحوى كل موهبة وكل عطية فهذا بعيد.
- 134- امرأة حسناء تقيه ودار واسعة وكفاف من رزق وجار صالح.. نعم يجهلها الكثير.
- 135- فن النسيان للمكروه نعمه.. وتذكر النعم حسنه، والغفلة عن عيوب الناس فضيلة.
- 136- العفو ألد من الانتقام والعمل أمتع من الفراغ والقناعة أعظم من المال والصحة خير من الثروة.
- 137- الوحدة خير من جليس السوء والجليس الصالح خير من الوحدة والعزلة عباده والتفكر طاعة.
- 138- العزلة مملكة الأفكار وكثرة الخلطة حمق والوثوق بالناس سفه واستعدادهم شؤم.

- 139- سوء الخلق عذاب والحقد سم والغيبة رذالة وتتبع العثرات خذلان.
- 140- شكر النعم يدفع النقم.. وترك الذنوب حياة القلوب والانتصار على النفس لذة العطاء.
- 141- خبز جاف مع أمن ألد من العسل مع الخوف، وخيمة من ستر أحب من قصر فيه فتنه.
- 142- فرحة العلم دائمة ومجده خالد وذكره باق.. وفرحة المال منصرمة ومجده إلى زوال وذكره إلى نهاية.
- 143- الفرح بالدنيا فرح الصبيان.. والفرح بالإيمان فرح الأبرار.. وخدمة المال ذل والعمل لله شرف.
- 144- عذاب الهمة عذب.. وتعب الانجاز راحة وعرق العمل مسك والثناء الحسن أحسن طيب.
- 145- السعادة أن يكون مصحفك أنيسك وعملك هوايتك وبيتك صومعتك وكترك قناعتك.
- 146- الفرح بالطعام والمال فرح الأطفال.. والفرح بحسن الثناء فرح العطاء.. وعمل البر مجد لا يفنى.
- 147- صلاة الليل بهاء النهار.. وحب الخير للناس من طهارة الضمير.. وانتظار الفرج عبادة.
- 148- في البلاء أربعة فنون: احتساب الأجر ومعايشة الصبر وحسن الذكر وتوقع اللطف.
- 149- لا تكن رأساً فإن الرأس كثير الأوجاع.. ولا تحرص على الشهرة فإن لها ضريبة والكفاف مع الخمول سعادة.

- 150- علامة الحمق: ضياع الوقت، وتأخير التوبة، واستعداد الناس، وعقوق الوالدين، وإفشاء الأسرار.
- 151- يعرف موت القلب: بترك الطاعة، وإدمان الذنوب وعدم المبالاة بسوء الذكر، والأمن من مكر الله، واحتقار الصالحين.
- 152- من لم يسعد في بيته لن يسعد في مكان آخر.. ومن لم يحبه أهله لن يحبه احد، ومن ضيع يومه ضيع غده
- 153- أربعة يجلبون السعادة: كتاب نافع وابن بار وزوجة محبوبة، وجليس صالح، وفي الله عوض عن الجميع
- 154- إيمان وصحة وغنى وحرية وأمن وشباب وعلم: هي ملخص ما يسعى إليه العقلاء ولكنها قل أن تجتمع كلها.
- 155- اسعد الآن فليس عندك عهد ببقائك.. وليس لديك امن من روعة الزمان.. فلا تجعل الهم نقدا والسرور ديناً.
- 156- أفضل ما في العالم إيمان صادق وخلق مستقيم وعقل صحيح وجسم سليم ورزق هانئ.. وما سوى ذاك شغل.
- 157- نعمتان خفيتان: الصحة في الأبدان والأمن في الأوطان.. ونعمتان ظاهرتان: الثناء الحسن والذرية الصالحة.
- 158- القلب المبتهج يقتل ميكروبات البغضاء.. والنفس الراضية تطارد حشرات الكراهية.
- 159- الأمن أمهد وطاء والعافية أسبغ غطاء والعلم ألد غذاء والحب انفع دواء والستر أحسن كساء.
- 160- السعيد لا يكون فاسقا ولا مريضا ولا مدينا ولا غريبا ولا حزينا ولا سجيناً ولا مكروها.

- 161- السعادة: انجلاء الغمرات وإزالة العدوات وعمل الصالحات والانتصار على الشهوات.
- 162- أقل الطرق خطرا: طريقك إلى بيتك، وأكثر الأيام بركة يوم تعمل صالحا وأشأم الأزمان زمن تسئ فيه لأحد.
- 163- إن سبك احد فقد سبوا ربهم تعالى.. أوجدتهم من عدم فشكوا في وجوده.. وأطعمهم من جوع فشكروا غيره.. وأمنهم من خوف فحاربوه.
- 164- لا تحمل الكرة الأرضية على راسك، ولا تظن أن الناس يهتمهم أمرنا، وإن زكاما يصيبهم ينسيهم موتى وموتك !!!
- 165- السرور كفاية ووطن وسلامة وسكن وأمن من الفتن ونجاة من المحن وشكر على المنن وعبادة طيلة الزمن.
- 166- (كن في الدنيا كأنك غريب أو عابر سبيل [وصل صلاة مودع] ولا تكلم بكلام تعتذر منه، واجمع اليأس عما في أيدي الناس).
- 167- ازهد في الدنيا يحبك الله، وازهد فيما عند الناس يحبك الناس، واقنع بالقليل، واعمل بالتنزيل، واستعد للرحيل، وخف الجليل.
- 168- لا عيش لممقوت ولا راحة لمعاد ولا أمن لمذنب ولا محب لفاجر ولا ثناء على كاذب ولا ثقة بغادر.
- 169- الابتسامة مفتاح السعادة، والحب بابها، والسرور حديقته، وإيمان نورها، والأمن جدارها.
- 170- البهجة: وجه جميل وروض اخضر، وماء بارد وكتاب مفيد مع قلب يقدر النعمة ويترك الإثم ويحب الخير.
- 171- ينام المعافي على صخرة كأنه على ريش حرير ويأكل خبز الشعير كالثريد، ويسكن الكوخ وكأنه في إيوان كسرى.

- 172- البخيل يعيش فقيراً أو يموت غنياً خادماً لذريته حارساً لماله وبغيضاً عند الناس، بعيداً من الله، سيئ السمعة في العالم.
- 173- الأولاد أفضل من الثروة.. والصحة خير من الغنى والأمن أحسن من السكن، والتجربة أغلى من المال.
- 174- اجعل الفرح شكراً والحزن صبراً والصمت تفكيراً والنظر اعتباراً والنطق ذكراً والحياة طاعة والموت أمانة.
- 175- كن مثل الطائر يأتيه رزقه صباح مساء ولا يهتم بغد ولا يثق بأحد ولا يؤذى أحد، خفيف الظل رفيق الحركة.
- 176- من أكثر مخالطة الناس أهانوه، ومن بخل عليهم مقتوه، ومن حلم عليهم وقروه، ومن أجاد عليهم أحبوه ومن احتاج إليهم ابغضوه.
- 177- الفلك يدور والليالي حبالى والأيام دول ومن المحال دوام الحال والرحمن كل يوم هو في شأن.. فلماذا تحزن؟!!
- 178- كيف تقف على أبواب السلاطين ونواصيتهم في قبضة رب العالمين؟ تسأل المال من الفقير، وتطلب بخيلاً، وتشكو إلى جريح!!
- 179- ابعث رسائل وقت السحر: مدادها الدمع، وقراطيسها الخدود، وبريدها القبول، ووجهتها العرش.. وانتظر الجواب.
- 180- إذا سجدت فأخبره بأمورك سرا فإنه يعلم السر وأخفى ولا تسمع بجوارك، لأن للمحبة أسراراً، والناس حاسد وشافع.
- 181- سبحان من جعل الذل له عزه، والافتقار إليه غنى ومسألته شرفاً، والخضوع له رفعه، والتوكل عليه كفاية.
- 182- إذا دار هم ببالك وأصبح حالك من الحزن حالك، وفجعت في اهلك ومالك، فلا تيأس لعل الله يحدث بعد ذلك أمراً.

- 183- لا تنسى (حسبنا الله ونعم الوكيل) فإنها تطفئ الحريق وينجو بها الغريق ويعرف بها الطريق وفيها العهد الوثيق.
- 184- السرور لحظه مستعارة والحزن كفاره والغضب شراره والفراغ خسارة والعبادة تجارة.
- 185- أمس مات واليوم في السياق وغدا لم يولد وأنت ابن الساعة فاجعلها طاعة، تعد لك بأرباح بضاعة.
- 186- نديمك قلمك وغديرك الخبر وصاحبك الكتاب ومملكتك بيتك وكنزك قوتك فلا تأسف على ما فات.
- 187- ربما ساءتك أوائل الأمور، وسرتك أو آخرها، كالسحاب أوله برق ورعد وآخره غسث هنئ.
- 188- الاستغفار يفتح الأقفال ويشرح البال ويذهب الأدغال وهو عربون الرزق ودروازة التوفيق.
- 189- ست شافيه كافيه: دين وعلم وغنى ومروءة وعفو وعافية.
- 190- من الذي يجيب المضطر إذا دعاه، وينقذ الغريق إذا ناداة، ويكشف الكرب عنا؟ انه الله.
- 191- ابتعد عن الجدل العقيم والمجلس والصاحب السفيه فإن الصاحب صاحب والطبع لص والعين سارقه.
- 192- التحلي بحسن الاستماع وعدم مقاطعة المتحدث ولين الخطاب ودماثة الخلق، أوسمة على صدور الأحرار.
- 193- عندك عينان وأذنان ويدان ورجلان ولسان وإيمان وقرآن وأمان.. فأين الشكر يا إنسان؟
- 194- تمشي على قدميك وقد بترت أقدام، وتعتمد على ساقيك وقد قطعت سيقان، وتنام وغيرك شرد الألم نومه وتشبع وسواك جائع

- 195- سلمت من الصم والبكم و العمى، ونجوت من البرص والجنون والجذام وعوفيت من السل والسرطان، فهل شكرت الرحمن؟!
- 196- تقمص شخصية الغير.. والذوبان في الآخرين ومحاكاة الناس انتحار وإزهاق لمعالم الشخصية
- 197- صوت من شكر معروفك أجمل من تغريد الأطيوار ونسيم الأسحار وحفيف الأشجار وغناء أوتار.
- 198- إذا شربت الماء الساخن قلت الحمد لله بكلف وإذا شربت الماء البارد قال كل عضو فيك الحمد لله
- 199- أرخص سعادة تباع في سوق العقلاء ترك ما لا يعنى وأغلى سلعه عند العالم أن تألف الناس ويألفوك.
- 200- إياك والهم فإنه سم والعجز فإنه موت والكسل فإنه خيبة أمل واضطراب الرأي فإنه سوء تدبير.
- 201- جار السوء شر من غربة الإنسان، واصطناع المعروف أرفع من القصور الشاهقة والثناء الحسن هو المجد.
- 202- من عنده دين يرشده وعقل يسدده وحسب يصونه وحياء يزينه.. فقد جمع الفضائل.
- 203- من ترك الخلاف واجتنب التفاخر وسلم من الكذب ورضى بالقدر وهجر الحسد عكف الله عليه قلوب عباده.
- 204- من استخف بالسلطان ذهبت دنياه، ومن استخف بالعالم ذهب دينه ومن استخف بالصديق ذهب مروءته ومن استخف بالله ذهب دنياه وأخراه
- 205- حاجة الناس إليك نعمة فلا تملها فتصبح نقمه، واعلم أن أحسن أيامك يوم تكون مقصودا لا قاصدا.

- 206- قبل أن تنام سامح الأنام واغسل قلبك بالعفو سبع مرات وعفوه الثامنة..
بالغفران تجد حلاوة الإيمان.
- 207- العلم أنيس في الوحدة صاحب في الغربة رقيب في الخلوة دليل إلى الرشد
معين في الشدة ذخيرة بعد الموت.
- 208- لا يضر من عنده ثوب ممزق وحذاء مقطوع ولديه قلب يخضع وعين تدعم
ونفس تشبع.
- 209- سبب الهموم والغموم الأعراض عن الله والإقبال على الدنيا.. فهذا الذي
دخل السجن المؤبد فلا هو حي فيرجى ولا ميت فينعى.
- 210- خير المال عين خراقة في أرض خوارقة، تسهر إذا نمت وتشهد إذا غبت
وتكون عقبا إذا مت.
- 211- التمس حظك بالسكوت فإن الصامت مهيب والمنصت محبوب والبلاء
موكل بالمنطق.
- 212- الحياة: تزود لمعاد، أو تدبير لمعاش، أو لذة في غير محرم، أو إثراء للعقل أو
صقل للنفس وما سوى ذلك باطل.
- 213- العزلة تحميك من الحاسد والشامت والصقيل والمتكبر والمغتتاب والمعجب..
وكفى بها نفعاً.
- 214- لن تسعد بالسفر من بلد إلى بلد وهمك معك، لكن انتقل من شعور إلى
شعور لتجد السرور.
- 215- إذا كانت النفس جميلة: رأت الفجر غديراً، والليل مهرجاناً، والناس أحبة،
والكوخ قصراً مشيداً.
- 216- من رحمة الله بعباده أن كل من أطاعه جعل غناه في قلبه فلو لم يكن عنده إلا
لقيمات يحسب أنه ملك الدنيا.

- 217- أتعس الناس من أراد أن يكون غير نفسه ومن سخط القضاء وتبرم من رزقه وضاق خلقه.
- 218- لا سعادة إلا إذا عشت حراً من كل سيطرة على جسمك وعقلك ووجدانك وخيالك لتكون عبداً لله وحده.
- 219- السعيد من ينسى ما لا سبيل إلى إصلاحه ومن يذكر إحسان الناس وينسى إساءتهم.
- 220- رزقك أعرف بمكانك منك بمكانه.. وهو يطاردك مطاردة الظل ولن تموت حتى تستوفي رزقك.
- 221- العديم من احتاج إلى لئيم.. والفقير من استقل الكثير والأعمى من لم يرى عيوبه.
- 222- من بلغ غاية ما يجب فليتوقع غاية ما يكره، إلا عبادة الله.. فنهايتها رضوان ودخول الجنة.
- 223- أحق الناس بزيادة النعم اشكرهم.. وأولاهم بالحب من بذل نداءه ومنع أذاه وأطلق محياه.
- 224- السرور محتاج إلى الأمن والمال محتاج إلى الصدقة والجاه محتاج إلى الشفاعة.. السيادة محتاجة إلى التواضع.
- 225- لا تنال الراحة إلا بالتعب.. ولا تدرك الدعاة إلا بالنصب.. ولا يحصل على الحب إلا بالأدب.
- 226- الأبناء أهم من الثروة.. والخلق أجل من المنصب والهمة أعلى من الخبرة.. والتقوى أثمى من المجد.
- 227- لا تطمع في كل ما تسمع.. ولا تركز لكل صديق ولا تفشى سرك إلى امرأة ولا تذهب وراء كل أمنية.

- 228- ما رأيت الراحة إلا مع الخلوة.. ولا الأمن إلا مع الطاعة.. ولا المحبة إلا مع الوفاء.. ولا الثقة إلا مع الصدق.
- 229- ربما أكلة تمنع أكالات وكلمة تجلب عدوات وسيئة تمنع خيرات.. ونظرة تعقب حشرات.
- 230- لا يكن حبك كلفا ولا بغضك سرفا ولا حياتك طرفا ولا تذكرك أسفا ولا قصدك شرفا.
- 231- كل امرئ في بيته أمير.. لا يهينه احد ولا يحجبه بشر ولا يزلله جبار ولا يرده بخيل.
- 232- أفضل الأيام ما زادك حلما.. ومنحك علما ومنعك أثما وأعطاك فهما ووهبك عزما.
- 233- الحياة فرصه لا نعرفها إلا بعد أن نفقدها والعافية تاج على رؤوس الأصحاء لا يراها إلا المرضى.
- 234- متى يسعد من له ابن عاق وزوجه مشاكسة وجار مؤذ وصاحب ثقيل ونفس أمارة وهو متبع.
- 235- إن لربك عليك حقا ولنفسك عليك حقا ولزوجك عليك حق ولضيفك عليك حق.. فأعط كل ذي حق حقه.
- 236- استمتع بالنظر إلى الصباح عند طلوعه فإن له جمالا وجلالا وإشراقا.. يفتح لك الأمل والتفاؤل.
- 237- عليك بالبكور فإنه بركه فأنجزت فيه عملك من ذكر أو تلاوة أو حفظ أو مطالعة أو تأليف أو سفر.
- 238- كن وسطا وامش جانبا وارض خالقا وارحم مخلوقا وأكمل فريضة وتزود بنافلة تكن راشدا.

- 239- التوفيق: حسن الخاتمة وسداد القول وصلاح العمل والبعد عن الظلم وقطيعة الرحم.
- 240- المسلم من سلم المسلمون من لسانه ويده والمؤمن من آمنه الناس على دمائهم وأموالهم والمهاجر من هاجر ما نهى الله عنه.
- 241- خير مالك ما نفعتك وأجل علمك ما رفعك وخير البيوت ما وسعك.. وخير الأصحاب من نصحك.
- 242- السمينة غفلة والبطنة تذهب الفطنة وكثرة النوم إخفاق وكثرة الضحك تميم القلب.. والوسوسة عذاب..
- 243- الإمارة حلوه.. الرضاع مره الفطام.. وفرحة الولاية يذهبها حزن العزل.. والكروسي دوار.
- 244- من لذائذ الدنيا: السفر مع من تحب.. والبعد عن من تبغض والسلامة ممن يؤذى.. وتذكر النجاح.
- 245- البر يستعبد الحر والإحسان يقيد الإنسان والحلم يقهر الخصم والصبر يطفئ الجمر.
- 246- الدنيا هنا ما تكون حين تهان.. والحاجة أرخص ما تكون حينما تستغني عنها.
- 247- القانع ملك والمسرف أهوج والغضبان مجنون والعجول طائش.. والحاسد ظالم.
- 248- سعيد من طال عمره وحسن عمله وموفق من كثر ماله فكثر بره.. ومبارك من زاد علمه فزادت تقواه.
- 249- جزاء من اهتم بالناس أن ينسى همومه.. وثواب من خدم مولاه أن يخدمه الناس.. وجائزة من ترك الدنيا أن يأتيه رزقه رغدا.

- 250- لا تستقل شيئاً من النعم مع العافية.. ولا تحتقر شيئاً من الذنب مع عدم التوبة.. ولا تكثر طاعة مع عدم الإخلاص.
- 251- الصدق طمأنينة والكذب ريبه والحياة صيانة والعلم حجه.. والبيان جمال.. والصمت حكمه.
- 252- حلاوة الظفر تمحوه مرارة الصبر ولذة الانتصار تذهب وعشاء المعاناة.. وإتقان العمل يزيل مشقته.
- 253- أطيب ما في الدنيا محبة الله.. وأحسن ما في الجنة رؤية الله.. وانفع الكتب كتاب الله.. وابر الخلق رسول الله صلى الله عليه وسلم.
- 254- السعيد من اعتبر بأمره ونظر لنفسه وأعاد لرمسه وراقب الله في جهره وهمسه.
- 255- الحرص ذل والطمع مهانة والشح خسة والهيبة خيبة والغفلة حجاب.
- 256- اجعل زمان رخائك عدة لزمان بلائك واجعل مالك صيانة لحالك واجعل عمرك طاع لربك.
- 257- السلامة إحدى الغنيمتين وصحة الجسم قلة الطعام وصحة الروح قلة الاثام وصحة الوقت البعد عن المقت.
- 258- عليك بثلاثة أطباء: الفرح والراحة والحمية وإياك وثلاث أعداء: التشاؤم والوهم والقنوط.
- 259- السعادة هي أن تصل النفس إلى درجة كمالها والفوز أن تجد ثمرة أعمالها والخطأ أن تخدمه الدنيا بإقبالها.
- 260- قضاء الله كله خير حتى المعصية بشرطها من ندم وتوبة وانكسار واستغفار وإذهاب الكبر والعجب.
- 261- القضاء نافذ والأجل محتوم والرزق مقدر.. فلماذا الحزن؟ والمرض والفقر والمصيبة باجرها فلما أهم؟

262- في الدنيا جنه من لم يدخلها لم يدخل جنة الآخرة وهى ذكره سبحانه وطاعته وحبه والأنس به والشوق إليه.

263- بقدر همتك وجدك ومثابرتك يكتب تاريخك والمجد لا يعطى جزافاً.. وإنما يؤخذ بجداره وينال بتضحية.

264- هون الأمر يهون.. واجعل الهم هم الآخرة فحسب وتهياً للقاء الله تعالى واترك الفضول من كل شيء.

265- لا تحمل عقدة المؤامرة ولا تفكر في تربص الآخرين ولا تظن أن الناس مشغولون بك.. فكل في فلك يسبحون

شكر خاص جداً إلى السيد الأستاذ الدكتور عائض القرني.. وتحية تقدير واحترام لكتابه الرائع (لا تحزن).. فهو كما سبق وان ذكرت كنز من الكنوز.. بل كنز الكنوز كلها...

وأنت يا عزيزي القارئ عليك بشراء هذا الكتاب الرائع.. فأنا أثق تمام الثقة انه سيفيدك وسيصلح من حالك وسيساعدك على التخلص من مشاكلك النفسية.. وعلى ذكر كلمة (نفسية) ادعوك لنستكمل سويا رحلتنا إلى عالم (علم النفس) وأمراضه الكثيرة... إلى هناك حيث الجزء الأخير من هذا الكتاب.