ثم قال يا أحمد أدخلت يدي في الإناء فعارضني معارض من سري هب أنك غسلت بالماء ما ظهر منك فبماذا تغسل قلبك فبقيت متفكرا حتى قلت بالغموم والأحزان فيما يفوتني من الأنس با عزوجل .

أحمد بن أبي الحوراي قال سمعت أبا سليمان يقول ما يسر العاقل أن الدنيا له منذ خلقت إلـان تفنى يتنعم فيها حلالالا يسأل عنه يوم القيامة وأنه حجب عن ا عزوجل ساعة واحدة فكيف بمن حجب أيام الدنيا وأيام الآخرة .

أحمد بن أبي الحواري قال سمعت أبا سليمان يقول ربما مثل لي رأسي بين جبلين من نار وربما رأيتني أهوى فيها حتى أبلغ قرارها وكيف تهنئ الدنيا من كانت هذه صفته .

و سمعته يقول إنما ارتفعوا بالخوف فإن ضيعوا نزلوا و ينبغي لعاقل وإن بلغ أعلى درجة أن يفزع قلبه بأسفل درجة من ذكر الموت والمقابر والبعث .

و قلت لأبي سليمان إني قد غبطت بني إسرائيل قال بأي شيء ويحك قلت بثمانمائة سنة بأربعمائة سنة حتى يصيروا كالشنان البالية و كالأوتار قال ما ظننت إلا أنك قد جئت بشيء لا وا لا يريد ا عزوجل منا أن تيبس جلودنا على عظامنا و لا يريد منا إلا النية فيما عنده هذا إذا صدق في عشرة أيام نال ما نال ذاك في عمره