[266] 33 - الكافي: عن العدة، عن البرقي، عن محمد بن علي، عن نوح بن شعيب عمن ذكره عن أبي الحسن (1) عليه السلام قال: من تغير عليه ماء الظهر فلينفع (2) له اللبن الحليب والعسل (3). 34 - ومنه: عن محمد بن يحيى، عن أحمد بن محمد بن عيسى، عن أبي يحيى الواسطي عن بعض أصحابنا، قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: إن المشي للمريض نكس، إن أبي ؟ ! عليه السلام كان إذا اعتل جعل في ثوب فحمل لحاجته - يعني الوضوء - وذاك أنه كان يقول: إن المشي للمريض نكس (4). 35 - الدعائم: عن علي عليه السلام أنه كان يقول: من أراد البقاء ولا بقاء فليخفف الرداء، ويدمن الحذاء، ويقلل مجامعة النساء، ويباكر الغداء. 36 - وعن جعفر بن محمد عليهما السلام أنه قال: لو اقتصد الناس في المطعم لاستقامت أبدانهم. 37 - وعن النبي صلى الله عليه وآله: ترك العشاء مهرمة. 38 - وعنه عليه السلام قال: ترك العشاء خراب الجسد، وينبغي للرجل إذا أسن أن لا يبيت إلا وجوفه مملو طعاما. 39 - وعنه عليه السلام قال: ثلاثة يذهبن النسيان ويحدثن الذكر: قراءة القرآن والسواك، والصيام. 40 - وعنه عليه السلام قال في المرأة التى يستمر بها الدم فتستحاض، قال: تغتسل عند كل صلاة احتسابا، فإنه لم تفعله امرأة قط احتسابا إلا عوفيت من ذلك. 41 - دعوات الراوندي: قال النبي صلى الله عليه وآله: إياكم والبطنة، فإنها مفسدة

---

(1) في المصدر: عن أبى الحسن الاول. (2) فيه: فانه ينفع. (3) الكافي: ج 6. ص 337. (4) روضة الكافي: 291.