الله ينفع من السم ومنه ما ينفع من الجذام والقولنج وغيرهما وقال صلى الله
عليه وسلم عليكم بالبغيض النافع يعني التلبينة فوالذي نفسي بيده
انها لتغسل البطن كما يغسل احدكم ثوبه من الوسخ وكان
اذا اشتكى احد من اهله لم تزل البرمة على حتى ياتي على احد
طرفيه يعني يحيي او يموت وقال ايضا في التلبين شفا
من كل داء وشكت اليه عايشة خشونة في صدرها
ووجعا في راسها فقال عليك بالتلبين يعني الحسا فان له
وجا وقال ايضا انه يرتو فواد الحزين اي يشده ويقويه ويسرو
عن فواد السقيم اي يكشف ويروي التلبينة مجمة لفواد المريض
تذهب ببعض الحزن **التلبينة هي ما ينتج من النخالة**
فيطبخ ما صار من مايها او حسا يعمل من الدقيق وربما جعل فيه
عسلا وسكرا فان شرب حارا كان اكثر نفعا وسماه بغيضا
لان المريض يعافه وهو نافع له لمن كان غذاوه في صحته الشعير
او الذرة عمل الحسا من البر ومن كان الغالب على غذايه البر عمل له
من الشعير وقوله مجمة اي مريحة وقال صلى الله عليه وسلم سيد
طعام الدنيا والاخرة اللحم ثم الارز **الارز** هو الرز حار قابض
ينفع من بول الدم اذا اكل بلبن وياتي فيه حديث في الباب الخامس
ان شا الله تعالى وعن علي رضي الله عنه من ابتدا غذاوه بالملح
اذهب الله عنه سبعين نوعا من البلا ومن اكل كل يوم سبع تمرات
عجوة قتلت كل دابة في بطنه ومن اكل احدى وعشرين
زبيبة حمرا كل يوم لم يرى في جسده شيئا يكرهه **والثريد** طعام

العرب

العرب والحم يبنت اللحم والشحم يخرج مثله من الداء والسمك يذيب
الجسد ولن يستشفي النساء بشي افضل من الرطب وقراة
القران والسواك يذهب البلغم ولم يستشف الناس بشي افضل
من السمن والمرء يسعى بجده والسيف يقطع بحده ومن اراد
البقا ولا بقا فليبكر الغدا ويوخر العشا وليباكر الغدا وليقلل
غشيان النسا وليخفف الردا يعني الدين قال **بعضهم**
ومباكرة الغدا وان قل تطيب النكهة وتطفي
المرة وتعظم القوة وتقلل شرب الماء ويروى عنه ايضا من اراد
البقا ولا بقا فليجود الحذا ولياكل على نقا وليشرب على ظما وليقلل
من شرب الماء ويتمدد بعد الغدا ويتمشى بعد العشا ولا يبيت
حتى يعرض نفسه على الخلا ودخول الحمام على البطنة من اشر
الادوا واكل القديد بالليل معين على الفنا ومجامعة
العجايز تهدم اعمار الاحيا **وقال علي ايضا** عليكم بالثريد فانه
يطرد الفكر وقد مضى في قسم اكرام الطعام من صفة الثريد
ما يكفي والحمد لله **القول في المياه قال الله تعالى**
كلوا واشربوا وقال تعالى فكلي واشربي وقري عينا وقال عليه الصلاة
والسلام سيد الشراب في الدنيا والاخرة الما وقال خير الماء الشبم
اي الجاري الظاهر على وجه الارض ويروى الشبم اي البارد
وكان يستعذب له الما من بير السقيا وهي عين بينها وبين المدينة
يومان وكان يكره شرب ما الحميم وقال لعايشة وقد
سخنت ماء بالشمس لا تفعلي هذا فانه يورث البرص وقال ابو

وطهر كمكه

لعلعه الغنا

وهو حم

Copyright © King Saud University