

يفعل ذلك ويحصل به الفوض ان شاء الله تعالى ثم الرجوع
 والقروح الصالحة والفاسدة يذهب الدم الفاسد وينت
 اللحم الصالح ويقطع الرطوبات الفاسدة فيؤخذ على بركة
 الله تعالى من تركه يذوق ناعماً وينخل ويضاف اليه صبر سقطر
 مدقوقاً ناعماً ثم يعجن سمن بقري عجناً جيداً حتى يتخرج
 الجيع ويصير شيئاً واحداً بين الرقعة والغلاظة ثم يرفع
 ويستعمل كل يوم كما ذكرنا وكما ان من كان اجوداً واكثر
 الرطوبات الفاسدة في جرح او فوجحة فيضاف الخبز الجيد
 الى السمن المذكور ويعجن بهما الصبر والترك المذكوران
 فان ذلك ياكل الفاسد والوسخ جميعاً ويسكن الوجع وينقي
 الجروح ويسير بها سريعاً ان شاء الله تعالى الباب الثالث
 فيما يصلح للبدن في حال الصحة اعلم ان هذا الباب اهم الابواب
 للطب لان الاحتماد في حال الصحة خير من شرب الدواء
 في المرض والعاقلة هو الذي يدري الاشياء قبل وقوعها
 ليفوز بسلامة عقوبتها والطب ينقسم على قسمين
 احدهما الحفظ للصحة وهي موجودة وهه ما نذكره
 في هذا الباب وصحة مفقودة وهي ما نحن نذكره بعد

هذا فيما يصلح للبدن

هذا الباب

هذا الباب الاخر للكتاب ان شاء الله تعالى اعلم ان الاصل
 في حفظ الصحة الموجودة في البدن فالاصول في ذلك ان تعلم
 ان البدن لا يبدل من ملاقات اشياء ضروية وهي عشرة اشياء
 ينبغي تدبيرها وتعالجها للحفاظ للصحة للبدن فيستعمل
 القدم الاصلح من كل واحد منهم وهي الاكل والشرب والحركة
 والسكون والنوم واليقظة والحجاء والاهوية والعوارض
 النفسانية علم الاغذية الاوالت تدبير الاكل اعلم ان القدم
 الاصلح من الاكل دون الشبع وهه ان لا يملأ الانسان
 بطنه البتة قال عليه السلام وهو سيد الحكماء والعلماء
 ما ملأني وعاء شراً من بطن حسب ابن آدم لقيمات يعتمى
 صلبه فان كان ولا بد ولا محالة فثلث للطعام وثلث
 للشرب وثلث للنفس وقال عليه السلام البطنة
 رأس الداء والحية رأس الدواة وعرفوا اكل كل جسد
 بما اعتاد وتجد من الناس من قد اعتاد بالشبع والمطام
 الرديئة والعلل فيه كانت وكان صحيحاً فالاصح ان يرجع
 الى ما يصلح من الاكل والاكل كونه على التدبير حتى يعتدل
 حاله والاصح للمتر فربين بالمطام الحقيقية المعتدلة كالانز

تدبير
 عشر