

حار رطب لانه من الدم الغذي للأعضاء الاصلية فلا ينبغي اخراجه
الا عند شدة الشحوة وهيجانها فان دام احتقانه يحدث
وسواسا او صداعا او جنونا وان جماعة تركته للفلسفة
بردت ابدانهم وسأهضمهم ووقعت عليهم كآبة **وقال**
مؤكفه عني الله تعالى عنه هذه الابيات **شعر**
يقول بنرطظمر المرثمحتقن . فيه المي له شبه بغير خفا
كالجبالبير يمشوا حين تخرجهم . في كل حين ولين اهملته نشفا
وقال جالينوس المني احدي الفضلات التي لا بد من اخراجها
فانه ان اقام في البدن حدثت منه مضار وامراض رديئة
فلذلك يستحب ان ينقص منه باعتدال واحوج الناس الي
اخرجه من يمتريه عند ترك الجماع ثقل في الراس وظلمة في
العينين وكآبة وبلاذة وافراط في النوم فان الجماع يخفف
عن هؤلاء **قال** وانشد الناس استقناعه من يصيبه
بعده رعدة وكسل وسقوط شحوة الطعام **وقال** حكيم
ينبغي للعاقل ان لا يجام بنفسه من ثلاث من غير افراط

الاكل

الاكل والمشى والجماع فاما الاكل فحقوقام البدن وتركه
اخلال والاكثر منه اعتلال واما المشى فمن ترك تعهده
فيوشك ان يطلبه فلا يجده واما الجماع فهو كالبير ان نرحت
حمت وان تركت ازمت يقال ازمت البير اذا انقطع ماؤها
وفي معني قوله الذكر كالمنوع ان حلب در وان ترك **فقال**
مؤلفه عني الله عنه في المعني ابيات من **الشعر**
وحبس انزل المني **قال** محكم صعب له الدواء
لاسيما عند هياج الشهوة . فحسبه مضرة وقسوة
وترجع الحرارة الاصلية . عن طبيعتها برودة شميمة
تدب في القلب وفي الدماغ . وسمها في غاية الابلاغ
ويفسد الجسم اذا هناك . فاحذر عديم الايام فعل ذلك
قال واحسن الجماع ما وقع بعده نشاط وانشرع صدر
واراداه ما اعتقه كسل وتور وضيق نفس فان عاود
الانسان الجماع واكثر منه استتلف باقي دم الفذ الخالص
الذي في العروق ويانشم اذا عاوده ولم تجد الطبيعة الشحوة

نية