

وان تكذا احتلام فاحذر منه **قيل العول شم الاغتسال**
وان تزد التكثر من جماع **بلا نقص الاغصا عوال**
فمن غسل مصفي كل يوم **علي الريق اسر منه من حلال**
وجامع حين تطلبه حثيثا **يكن نفع بلا ضرر جماع**
ومن بعد الجماع فمقطب **الي ان تستريح من الوصال**
وان لم تستحيه فلا تناله **يكن ضرر عليك بلا حلال**
وعند الطهر من حيز منه **فلا تكثر ورم قدر اعتدال**
وان تكذا اشباب مستقيم **وذا شوق بعشوق الجمال**
فجامع ما استطعت بغير قيد **وان تكذا انصرام وانصرال**
تري شيئا بتركيب ضعيف **فقلد كل جعدك من وصال**
وان بعد الجماع تزي اصغرا له **بوجه او صراع في العوال**
او الخفقان في قلب دواما **فلا تكثر نصر مثل الخلال**
وان تك ابن كاه من سنان **اضربك التكثر من وصال**
وقدر مرة لبني لام **خير لكل يوم كالليالي**
وقدر عاب يوم شم يوم **لابن الميم حكم في القول**

والابن

لابن النون في الايام جيم **كذا او مرتين بلا اعتدال**
والابن السنين مرة كل خمس **والابن الدين تيم بلا انصرال**
له قدر وايجبا بشعر **وابن القان الاثران صفي لي**
فلا تكثر سوي في كل عام **احاد او مثنى بانصرال**
ولا تخذ لانت في جماع **فتبلي بالتحمل بانصرال**
واما قول بعضهم السما **ابا ثولابن معدني الجمال**
فتبني او ثلاث او رباعا **كما تاتي الطعام بلا محال**
بقدر الزاد تفعل في جماع **فواحدة بواحدة مثال**
فصروف النهار تراه ياتي **مسا قبل ان تنبع الوصال**
فجامع ما استطعت وكذا جليده **ولكن كل فعك في الخلال**
فما يجنبني من الاسراف الا **علي من تقنمه ذوير الجمال**
واما من يخوض البحر خوضا **فما يجنبني عليه من الزلال**
وقد تفت بتوفيق وعدت **بلام شم جيم شم دالك**
وله المعين كل حماد **مدي الايام ابي في كل حال**
وبعد صلاة ربي مع سلام **علي المختار من صاحب وال**