الاعنه نيمان قالوا بان الكيموسات الجيدة يكون
عنها اغذاردية وبالعكس صح هذا التفريع والتقسيم
ولم ار من اشار اليه والذي يظهر جوازه بان يدرا
الابرص مثلا يحيل الحار اليابس بلغما والابدان
الصحيحة تحيل مثل القديد دما صحيحا كما نوطاهر
وحاصل الامران الغذا متى سهل انفعاله مع القوي
كان لطيفا وبالعكس ومتى كان سليم الغائلة محمود
اوكان المتحول منه دون المشابهة اكثر فهو الكثير الغذا
اوكان عديم التمييز والفساد فهو الجيد الكيموس
وعكسها العكس وما بينهما على الاعتدال والمراد
بالكيموس قرب الغذا من تحصيل الخلط في الكبد وقبل
تحوله اليها يسمى كيلوسا وهي يونانية قالوا وقد
تجتمع الصفات في واحد فقد قرروا ان المحمود
الكثير الغذا اللطيف الجيد الكيموس مرق الفراريج
وصفرة البيض وان عكس ذلك مثل الباذنجان
والقديد وما بينهما مثل الجدا والحولي من الضان
ومثل الاول من الفواكه العنب والثاني قيل الاوز
له وقيل التين والثالث الرمان والتفاح ومثال
الاول من الخبز ما لطف من الحنطة البيضا وعجن هو

بالايدي



بالايدي القوية يوما حتى يمتنع شرب الما وروق
وخبز على طين نظيف والثاني خبز الحصا الخشكار
والثالث مطلق الخبز غير مما هكذا قرروه وعندي
لا التفات الى هذا فان الاغذية تختلف فيما ذكر
بحسب الاشخاص فضلا عن غيرها فما ظنك بالسن
والمكان والزمان فاوفق الاغذية ما روعي فيه
مزاج صاحبه وعوارضه الحاضرة فانا لو غذينا بمرق
الفراريج دوما في الربيع ممتليا الصفرة قطعا وقد
قالوا بان هذا الغذا الجامع لخصال الجودة هذا خلف
وصفته تدبير الغذا ان يناسب كما ذكرنا جامع لخصال
فيأخذ الشباب في الصيف والبلد الحار والصناعة
الحارة كالحدادة ما يبرد ماكوله واطيبه وتكون
في البكور قبل استيلا الخلط الصفراوي فينقطع الشهوة
فان احس به افطر على قليل الما البارد وارتاض يسيرا
ثم جلس مادا رجليه في مكان بارد وجعل الغذا على
مرتفع تجاه فمه وصغر اللقمة واطال المضغ حد يبعث
لا يبقى في فمه للغذا صورة ثم يبتلع اللقمة فاذا لم
يبق فيها شي اخذ الاخرى حتى يكتفي وكان جالينوس
من اكل غذاه في اقل غذاه في اقل من ثلثي ساعة فقد عجل على نفسه

Copyright © King Saud University