المضار وذلك انه يذيب اللحم ويرخي العصب ويفسد الذهن لا سيما القوى الحارة فانه يجلب سيلان الدم والغشي
وربما جلب الموت مع الغشي فان في كتابه في الامراض الحادة فانه نهى عن استعمال الاستحمام ومن كانت طبيعته معتقلة
الحان بقي امعاؤه من الاثقال ونهى من كانت طبيعته لينة على جهة البحران ان يستحم لان الحمام يقطع الاسهال ويجذب المادة
الى ظاهر البدن فينا له من ذلك مكروه ونهى من كانت ضعيفة ان يستحم لان الاستحمام يزيدها ضعفا وكذلك
نهى من كان به كرب وقي لئلا يسقط قوته ويعرض لهم الغشي ونهى عن الاستحمام لمن يجتمع في فم معدته مرار لئلا
يعرض لهم الغشي فاما اصحاب الرعاف الذين استفرغوا منه ما فيه كفاية فنهاهم عن الاستحمام فاما متى كان الرعاف
ناقصا لم يفي بما يحتاج اليه فينبغي ان يستعمل الاستحمام قال ومن احتاج الى الرعاف ولم يرعف فينبغي ان يستعمل
الاستحمام فاما الاستحمام بالماء العذب البارد فانه يبرد البدن فيبرده ويرطبه وقد يسخنه بالعرض من قبل انه يكثف
المسام ويحقن الحرارة الغريزية داخل البدن ولذلك صار الاستحمام بالماء البارد بعد الطعام معينا على جودة الهضم
وقد يختلف افعال الاستحمام بالماء البارد من قبل السحنة والسن فانه متى كان المستحم بالماء البارد وثيق البدن عبله و
وسنه منتهى الشباب والوقت الحاضر صيفا ازداد في قوة حرارته الغريزية وقوة الاعضاء وجودة الاستمراء و
ينبغي ان يفعل ذلك بعد ان يدلك لينفتح المسام ويصل قوة الماء البارد الى الاعضاء وان كان البدن ضعيفا نحيفا
قليل اللحم عارض البرد الى عمق البدن وبرده حتى يصل البرد الى الاعضاء الرئيسة فيجمد الحرارة الغريزية فيعرض له من ذلك
ما يعرض للحيات في الشتاء وذلك ان البرد يصل الى الاعضاء بها الداخلة لقلة لحمها حتى يبقى ساكنة غير متحركة حتى انه كثيرا كان
ما يمسكها الانسان بيده فلا تضره فلذلك يعرض لمن قضيفا واستحم بالماء البارد ولذلك ايضا قد نهى الاستحمام
بالماء البارد لمن كان شيخا او في زمان شتوي بارد وقد قال بقراط ان من ادمن على الاستحمام بالماء البارد نالته
هذه المضار وان حدث تشنج تمدد او تشويك في الاعضاء والنافض الذي يكون معه الحمى وقال انه ينفع من التشنج
الذي كونه من الامتلاء اذا كان صاحبه شابا حسن اللحم في وسط الصيف وصب عليه الماء البارد وذلك لان
الحرارة تنعكس الى داخل البدن فيسلطت بالخلط فيبرى التشنج ايضا الاورام الحارة المايلة الى الحمرة وينفع وجع المفاصل
اذا كانت معها حرارة وينفع انبعاث الدم اذا صب حوالي الموضع الذي يخرج منه الدم لا على نفس الموضع وذلك لانه اذا بردت
المواضع التي حول الموضع المنبعث منه الدم تكاثفت وتلززت واستدت وجمد الدم فيها وانقطع لذلك انبعاث الدم
وينبغي ان يتوقى في الاستحمام بالماء البارد بعد الجماع وبعد التعب ومن بعد الهيضة الا ان يسرف ولا بعقب القيء ولا من
بعد شرب الدواء المسهل فان ذلك كله ردي فاما الاستحمام بماء مالح حار فيسخن البدن ويجففه وينفع من الرطوبات
التي تجلب من الراس الى المعدة والصدر فاما الذي قوته الكبريت فانه يسخن ويجفف ويسكن اوجاع العصب
العارضة من الرطوبة وكذلك الماء الذي قوته قوة النفط والقير فانه ينفع مثل ذلك فاما الذي قوته قوة الحديد

علية فان الاستحمام بالماء البارد ينتفع به عند ذلك ولا يستعمل بعقب السهر

بالماء الذي ليس بعذب فان ذلك كله يجفف البدن فان كان الاستحمام

فانه نافع

فانه نافع للمعدة والطحال وهو مسخن مجفف فاما الماء الذي قوته قوة الشب فانه يبرد ويجفف ويمسك البطن
من قبل هذه الاشياء يختلف فعل الاستحمام بالماء في البدن واما اختلاف فعل الاستحمام من قبل كيفية الماء و
استعماله فان الاستحمام منه ما يستعمل مع الدلك والدلك ما يكون مع التمريخ بالدهن ومنه ما يكون مع
التمريخ بعد دهن واما الدلك الساذج فما كان منه دقيقا فانه يحلل ويذوب ويرخي ويوسع المسام وان كان
قويا حلل الرطوبة وافناها وصلب اللحم وكثفه وان كان معتدلا جذب الدم باطن البدن الى الاعضاء الظاهرة وسخنها و
رطبها فاما ما كان من الدلك مع تمسح بدهن فانه متى كان الدهن باردا كالبنفسج والورد فانه يحلل الفضول ويرخي و
يرطب البدن ويوسع المسام وان كان حارا فانه يسخن البدن ويحلل تحليلا قويا ومن اجل ذلك اذا استعمل في المحمومين
الذين قد نضج الخلط المحدث للحمى فيهم فانه قد يبرده ما يعرض لكثرة تحليله واستفراغها المادة العفنة وان استعمل
التمريخ بالدهن من غير ذلك بل يمسح مسحا على البدن فانه يسد المسام ويمنع ما يتحلل منها وان استعمل بعد الاستحمام
فانه يحفظ الحرارة الغريزية في داخل البدن ويمنعها من التحلل فيسخن البدن وان استعمل مسح الدهن بعد الاستحمام
بالماء العذب الحار فانه يسخن البدن ويرطبه ويحفظه الماء الحار داخل المسام ومنعه من التحليل وان كان بعقب
الاستحمام بالماء البارد فانه يبرده ورطوبته تبرد وترطب فهذا ما اردنا ان نذكره من امر الاستحمام نقف عليه
الباب الرابع عشر في جملة الكلام على الاطعمة والاشربة ان كل ما يوكل ويشرب اذا ورد البدن اما ان يغيره البدن
في اول الامر ثم من بعد ذلك يغير هواء البدن ويقلبه الى مزاجه ويقال لذلك دواء على الاطلاق بمنزلة العاقر
قرحا والزنجبيل وما شاكله وذلك لان هذا النوع قوته منافية لقوة البدن واما ان يغير البدن
ويقهره ولا يقدر البدن ان يغيره ويقال لذلك دواء قتال وذلك لان طبيعة هذا النوع اقوى
من طبيعة البدن وهو مضاد له في جملة جوهره ونحن نذكر ما هذا سبيله من هذين النوعين عند ذكرنا
طبايع الادوية المفردة واما ان يغير البدن في اول الامر ثم ان البدن يستولي عليه ويغيره ويقلبه الى طبيعته
ويقال لذلك غذاء دوائي بمنزلة الخس وماء الشعير والبصل والثوم واما ان يغيره البدن ويقلبه الى الطبيعة ويقال م
لهذا غذاء وذلك لان هذا النوع مشاكل للبدن ملائم لطبيعته ونحن نذكر طبايع هذين النوعين واما
الحاجة كانت اليه وما يفعله كل واحد من اصنافه في البدن في هذا الموضع فنقول انه لما كانت ابدان الحيوان
الناطق من شانها تحلل جوهرها دائما بسبب ما فيها من الحرارة الغريزية وما يلقاها من خارج من الهواء
الحار اما تحللا خفيا واما تحللا ظاهرا فالخفي كالذي يتحلل من البدن بالمسام والظاهر المحس كالبزاق و
المخاط والعرق والبول والبراز احتاجت الطبيعة الى مادة من خارج تخلفها مكان ما يتحلل من البدن
وهذه المادة هي الاطعمة والاشربة ولو لم يستمد من خارج مكان ما يتحلل من البدن لم يثبت صحيحا بل يضمحل البدن م

Copyright © King Saud University