وينبغي ان يتوقاه اصحاب المزاج البارد فان دفع الى اكله فياكله مع العسل او يتبعه به قصب السكر حار رطب
نافع من خشونة الحلق وقصبة الرية ويجلوا الرطوبة التي فيها ويدر البول ومعه نفخ ورياح ولذلك،
ينبغي لمن اراد ان يقلل نفخه ان يقشره ويغسله بالماء الحار الموز حار رطب في الاولى وهو كثير الغذاء بطي
الانحدار عن المعدة لاسيما ان اكثر منه وانه يورث نفخ وهو نافع من خشونة الصدر والرية والسعال و
قروح الكليتين والمثانة مدر للبول زايد في المني محرك لشهوة الجماع ملين للبطن وينبغي لمن ثقل على معدته ان يشرب
سكنجبينا سكريا وان يوكل قبل الطعام الكمثرة باردة رطبة غليظة الجوهر عسرة الانهضام مولدة للبلغم ومنها
نوع اسود وهو اشد بردا وغلظا مولد للسوداء والبلغم وهو من الاغذية الردية ومنه نوع ثقل وهو القط
فاما النوع الذي يوكل فمتى اكثر منه عرض لاكله نبض عصر على فم المعدة وغشي وثقل وضيق نفس فلذلك
لا ينبغي ان يوكل بل يجتنب وينبغي لاكله ان ياكله مكبيا على الجمر او مطيبا بالخل والزيت والمري والكرويا والفلفل
والدارجيني والصعتر بعد ان يسلق من تين الباب التاسع عشر في الثمار ان مزاج التين حار في الاولى وماكان منه
رطبا فهو رطب في الثانية واليابس معتدل في اليبس والرطوبة حار وغذاوه معتدل والدم المتولد عنه اجود من
الدم المتولد عن ساير الفواكه الصيفية وهو سريع الانحدار والانهضام عن المعدة لما فيه من الجلاء ولذلك صار تليين
الطبيعة اذا كان طريا مستحكم النضج وينفع من السعال وينقي الصدر والرية والكلى والمثانة لاسيما اذا اكل مع بعض
الاشياء الملطفة مثل الفودنج والصعتر والحاشا وهو مولد للرياح وماكان منه لم ينضج جيدا فهو اكثر توليدا للرياح
عسر الانهضام بطي الانحدار عن المعدة والتين اليابس اقل توليدا للرياح واصلح لما وضعنا من السعتر لما فيه من قوة
الجلا ومتى ادمن اكل التين ولدت في بدنه قملا لاسيما من كان في بدنه فضول ردية وينبغي لمن اكثر من اكل التين الطري
ان يشرب بعده سكنجبينا وياكل اليابس بالجوز واللوز فانه حينئذ يعين على تليين الطبيعة العنب هو قريب من
التين في فضيلته على ساير الفواكه وفي توسطه في الغذاء وجودة الدم المتولد منه اذا هو انهضم وانحدر عن المعدة
سريعا فاما متى لم ينهضم فانه يولد نفخا ورياحا وافضل العنب ماكان رقيق الجلد كثير الماء الا ان ماكان منه كذلك
فانه يلين الطبيعة فاما ماكان على خلاف ذلك فانه ابطأ انهضاما واقل تليينا للطبيعة وماكان من العنب حلوا
بالغا فهو اكثر غذاء وابطأ انهضاما فمزاجه حار رطب وماكان فيه حموضة وقبض فمزاجه بارد يابس عاقل للبطن
الحصرم اشد بردا ويبسا والعنب الرازقي اذا كان بالغا فهو اكثر غذاء وابطأ انهضاما واكثر العنب غذاء ما بقي
الى الشتاء اذا كان ليس ينبغي الا ماكان غليظ الجسم ومتى اكل العنب مع جرمه وحبه كان بطي الانهضام فاما من
امتص واتقى جرمه وحبه كان سريع الانهضام والانحدار ملين للطبيعه الزبيب مزاجه بحسب مزاج العنب المتخذ
منه وغذاوه بحسب غذاه في القلة والكثرة وماكان من الزبيب لحيما صادق الحلاوة فهو حار ويغذي غذاء كثيرا

ونفع

بالحلو
ظ

وينفع الصدر والرية اذا كان فيهما رطوبة غليظة وماكان منه قابضا يبسا باللحم فهو قليل الحرارة،،
مقو للمعدة حابس للطبيعه ومتى اراد الانسان ان يلين اكل الزبيب الحلو اللحيم منزوع العجم وان يشرب
ماءه المطبوخ فيه كان اشد تليينا للطبيعة كما ان ماء العنب اقوى في تليين من جرمه اراد ان يحبس الطبيعة
فليأكل الزبيب القابض بعجمه التوت بارد في الاولى رطب في الثانية وماكان منه نضيجا فهو ملين،،
للطبيعة وماكان فجا فهو حابس لها ومزاجه بارد يابس والتوت النضيج المبرد بالثلج ينفع المعدة التي
قد غلب عليها الحر واليبس واذا اكل التوت والمعدة نقية انحدر عنها سريعا وادر البول وولد خلطا جيدا فان
كان في المعدة خلط ردي اسرع اليه الفساد وتولد منه خلط مذموم ولذلك ينبغي ان يوكل قبل الطعام ويشرب
بعده الاسكنجبين المشمش بارد سريع الانهضام واذا اكل قبل الطعام ويشرب على نقاء من المعدة ومتى كان فيها طعام
لم يخدر فسد فيها وان كان فيها فضل ردي استحال الى طبيعة ذلك الفضل واسرع اليه الفساد ولذلك لا ينبغي ان يوكل
بعد الطعام لئلا يمنعه الطعام المتقدم الانحدار عن المعدة فيفسد فيها ومن الناس من يجفف المشمش وينفعه بالماء البارد
ويشرب ذلك الماء على الريق للتبريد والتطفية وينبغي لمن اكل الطري منه ان يتبع بالسكنجبين العسلي او بالميبه المما
المسكة الخوخ بارد رطب مولد للبلغم والغذاء المتولد عنه اغلظ من الغذاء المتولد من المشمش وهو الذي من
المشمش ولبس يفسد في المعدة كفساده وماكان من الخوخ رخوا يخرج عنه نواه بسرعة فهو اسرع انهضاما وانحدارا
عن المعدة وماكان ملتصقا بنواه فجوهره صلب مدمج فهو اغلظ وابطأ انهضاما ومتى اكله اصحاب المزاج
البارد فليأكل بعده الزنجبيل الجبلي بالعسل او عسل النحل وشراب العسل الرمان بارد وماكان حامضا فهو
اشد بردا معتدل في الرطوبة واليبس لطيف قامع للصفراء مقو للمعدة والكبد الحارتين مسكن للقيء و
حب الرمان الحامض اذا جفف عقل الطبيعة ومنع المواد الصفراوية من الانصباب الى البطن والرمان
الحلو معتدل في الحرارة والبرودة وهو رطب المزاج والنوع الاملیسي اللين العجم ينفع من السعال الحادث
من حرارة مقو لشهوة الطعام وهو مولد للرياح في المعدة الباردة وذكر بقراط في كتابه ابيذيميا ان امراة،،
كان يوجعها فوادها اعني فم معدتها وكان يسكنه عنها ماء الرمان مع سويق الشعير وذلك انه كان يعرض
لها من نار ينصب الى فم معدتها وكان ماء الرمان يطفي ذلك والسويق ينشفه السفرجل بارد يابس قابض عاقل
للطبيعة اذا اكل قبل الطعام ملين لها اذا اكل بعده مقو للمعدة الحارة وغذاوه كثير وماكان منه غير نضيج فهو
عسر الانهضام بطي الانحدار عن المعدة قوي الحبس للطبيعة وماكان منه حامضا فمزاجه بارد في الثالثة وما،،
كان منه حلوا فهو معتدل المزاج في الحر والبرد وكلما كان اشد قبضا فهو اشد يبسا وماؤه اشد تقوية للمعدة
واقل حبسا للطبيعه وجرمه اشد حبسا التفاح ماكان منه حامضا فهو بارد يابس مقو للمعدة الصفراوية

ومن

Copyright © King Saud University