وفقلة ولا تدخل الحمام حتى ينهضم الطعام قال لها
ومتى يكون دخوله قالت له إذا ارتفع النهار
وهدن دخانه وسكن نيرانه وقد قال ابو الدرداء
نعم البيت الحمام ينضي الجسد ويجل النزلان ويخوف
من النيران قال لها فاي الحمامات احسن قالت له ما
عذب ماءه واتسع فناءه وطاب هواءه وقرب
في الشتا خطاه وان يكن بيوته اربعة خريفي
وشتوي وربيعي وصيفي قال لها احسنت يا جارية
وادخل الحمام عند انهضام الغذا ولا تستعمل فيه
الماء الفاتر فانه يورث النزلات والماء شديد
الحرارة فانه يورث القشعريرة ولا تطيل
المكث فيه فانه يهزل البدن وكذلك النوم
فيه واياك والجماع في الحمام فانه يورث مرض
القلب والخفقان وموت الفجاة قال لها الطبيب
فما تقولين

فما تقولين في الحمام قالت ردي فان كان ولا بد ٣١
ففي فصل الشتا ليسخن البدن ويذهب البلغم
ويجب عند الاستفراغ ان يصب على نفسه
ليمتنع اشفاخها وانصباب البخار اليها قال
احسنت يا جارية فما تقولين في الطعام قالت ما طبخ
من لحم الضان الحولي وانفع اللحم المسلوق فقد
قال يقراط الحكيم مرق اللحم المسلوق للبدن
كالماء للزرع يسقي العروق والاعضاء ويرطب
دماغ الكهل والشيخ والشاب مقربة للشهوة
قال احسنت فما تقولين في الاكل قالت لا تاكل
حتى تجوع واحرص على انك تمتلي من الطعام
فقد صح عن رسول الله صلى الله عليه وسلم انه قال
لما قدم الحارث طبيب العرب فقال عليه الصلاة والسلام
طبيب