الاصل والسن والمزاج والزمان اجوده الخالص من
ما المطر القاطر وقت صفا الجو ولم يخالطه مكدر
فالجاري مكشوفا من البعد في ارض حرة وحجر الجب
الشرق او الشمال التي لاجبار المهري لماطبخ فيه
سرعة الخفيف الوزن وبل مصواجع لهذه الصفات
يورد جلة ترجيحون فالمطر فالمطبوخ فما العين
المستعمل فالبير وكلما تحرك اوجري فجيد والصحيح
عدم اختصاصه بدرجة في البرودة يبلغ الغذا
اقصي الاعماق لانه غذاء على الصحيح لعدم انعقاده
حافظ للرطوبات الافراط منه يرخي ويعد ويهزل
كما ان تركه يجفف ويورد السدد والجاري منه
رمل منه سفورا او في رصاص وطويل المكث
والمكبرت والمجاور للرمل والتراب واصول الشجر
والحشايش ردي يعفن الاخلاط وغدير المطر
اذا صفته الرياح جيد جدا ينفع المحرور والمكدود
والكبرتي يعقب الحكة والجرب شربا ويمنع منه
غسلا كالح وراجي وماء الشب يقبض ويمنع الفضل
غسلا وما الحديد سوا اخذ من معدنه او طفي فيه
يقوي الاعضا ويحبس الاسهال والدم ويمنع
الخفقان والنخير وما الذهب والفضة اعظم
فيما ذكر خصوصا بالنفي وما النحاس مضر واجنب

منه

منه ما الرصاص ولا باس بما القصدير وللما الصحيح
لذة ودخل في تدبير الصحة اذا استعمل بشروطه
وهي ان لا يوخذ قبل هضم فانه مفسد للاغذية
مبرد للمعدة مصعد للابخرة وان لا يستعمل الفاسد
منه بلا مصلح كاكل البصل قبله وبعده ومزجه
بالخل وان يكون بداعية صادقة فاشرب قبل خمس
عشرة درجة مضي من الاكل لصفراوي وضعفها
لدموي وخمسة واربعين لسوداوي وستين لبلغمي
كاذب لا اعتقاد به ولا اعتداد فانه يفسد الدم ولا
بعد حمام وجماع فانه يورث الرعشة والخدر ولا لوم
لمن نام ولا يا خذ كفا بته ولا قايما ولا متكيا والحار
يفسد ولا يروي بل يغير اللون والثلج والبرد اقل
رطوبة من باقي المياه وياخذه العطشان قبل
الاكل وفي خلاله جايز بقدر الداعي ولا يجوز على الريق
الا سفا او في زمن الطاعون انتهى ويروى
انه عليه الصلاة والسلام اكل طعاما وشرب ما
باردا في الصيف وقال يا بردها على الكبد حكاه
في كتاب البركة وعنه عليه الصلاة والسلام اذا
شرب احدكم الما فليشرب ابرد ما يقدر عليه فانه
اطفي للمرة وانقع للغلة وكان ياكل البرد ويقول
يقتل الدود في الانسان وعنه عليه الصلاة والسلام

Copyright © King Saud University