

يزيد في الباه ويؤذي العصب وينذهب بالنصب ويطلب
الثكة ويقوي المعدة ونحوه بارد يابس قابض **الرتب**
حار رطب خفيف يقوي الاعضاء ويشد لبثه ويقوي
الباه **التمر** حار يابس يقطع الرطوبات البلخية ويقوي
المعدة ويقتر الدم المتولد من العفونة في البطن ولكنه
نافع دفع ضرره ان ياكل بالقنار الحار حيث الصحيح كان
النبي صلى الله عليه وسلم ياكل التمر بالقنار ويقول برد
هذا يعدل حره والبره هذا يعدل بره **الحوز** في الصيف
حار رطب خفيف يلين الصدر والطبيعة ويولد غلًا جميلًا
وفي الشتاء بارد رطب يقبل دفع ضرره ان ياكل بالتسل
فيعدل ويفعل كغذاء في الصيف وهو ياكل قبل الطعام ومع
الطعام ولا ياكل بعده فيكون ثقبان **الروان** **الملوح** حار
رطب يلين الصدر ويصلح الصوت ويطلب النفس

النفس وهو صالح للاصحاء والامراض وقال النبي صلى الله
عليه وسلم امنى راحة من راحة هذا الا فيها حبة من
حبوب الجنة فينبغي ان تؤكل كلها باجمها الصادق الانسان
تلك الحبة لتكون شقاء من الدار كما من في الجوف **الرمال** **الحامض**
بارد يابس قابض خفيف اذا اعتصموا به وشرب مع السكر على
الزيت قطع الحمى اذا اهرست رواته ما مضى فيم يابس باجمها
تشرها وليها وجهها وكلمت ربة المعدة المسز حية وقوة با وقمة
السيوة للطعام ونفعت ومع السم والجره قسوة الروان البيا
وسقود وعلمي القز التي انها علاجها من شدة القسوة انقربا
وصحها **السفجل** بارد يابس خفيف لطيف يطلب النفس وينصب
بها القلوب ويسلك اطلاق البطن **القنار** بارد رطب يقبل المعدة
لا يكثر فيهم دفع ضرره ان ياكل التمر كما ذكرنا **البطين** بارد رطب يفي
يفسد ما دخل عليه من الاغذية ويطلب اعلى راس الطعام ولا