

هو الحاد الأمل ونيران محبب انما مضرة فالحد من ذلك الطعام الحار وما استعده النفس ومن  
ادخل الطعام على الطعام فبذلك هو مضرة ومن ان يشبع فهذا انما ينزع العسل ويكون سببا لهلاكه وكان  
بعضهم يشرب  
• تملأ من شرب الحام • وداعية الصبح الى الشتام •  
• ولا يمد انه يزوم في الحام • وادخال الطعام على الطعام •

**ومن غير الكالين**

• قلل فديك ان اكلنا • وان شرب وان وطبنا •  
• وانما الضيق كالسلامة • من شام ما حوسبنا •

**ولا ينسبنا**

• اجعل طمانك كال يور شرب • واحد طعاما قبله هم طعام •  
• واحذر من كذا استطعنا • ناره الحارة تصيب في الارحام •

وقال بعضهم من اقل ما شرب واكل فوج الشرب ليلته او اقله من ماءه بالريشة نحو الكلال ولم ينفع الفضلات  
ولو بين الضياء والاسل فيلنا صحتنا ان يور الاجل وقوله لم ينفع الفضلات يعني الفضلات كثيرة عن  
القول والعاطية ومعناه الضياء والاسل في الرماح هذا في ضار العراب القصة حد السيف وحمها ضبة  
والضبات وقيل الاسل في الرماح ونادق من حمها فاد ذلك في حمها الحفظ والصيد ونحوها واكثر ما يستعمل الال  
في الرماح خافه لدهم الطمانه ورقه حادها ومنه اسلة اللسان وهي طرية حيث استند في ورقه والله اعلم كما  
انحسب من ليس اختار الحكام في كذا لدهم الال فكله ثم اخاروا منها ارجعوا كلمة فوالضارة اسها الرابين كلمة ثم اخاروا  
منها راج كلات **الاولى** انفس القسا الثانية لا يشغل احد من كذا لا تطيق **الثالثة** لا يمكن الما والاش  
**الرابعة** يحكيك من اعلم ما نفعه ومعنى ان لا يجمع الانسان بين طمانين متنافين على طبيعة واحدة  
قوية حازن كالفحم والبض ولا يرد من كالتهم واللبن ولا ين رطبين كالنواك واللبن ولا ين رابين كاللبن

علاوة على ذلك  
علاوة على ذلك

والقدس ولا ياكل شيئا صلبا ولا شديدا اللزوجه يصعب على الانسان فطعمه فهو اضعف على العدة  
ان فحشه ولا تشرب على الاك في شربة حتى يسكن الطعان في المعده فكذلك مضرة فهدا  
التدكا في تديما الاكل المتكلمه صاحب كتاب الرجمة قال علماء الطب ولا تاكل  
طعاما الاوانت تشتيبه وما اشتمت وكحل ومشي كالتما لا تشتهي اكلان قالوا وما تشيد  
الخبر ليصله حبه وما ينسك الشبع لا يصلحه الا بما به درهم ولا تاكل لحم حتى يتم انضاجه  
ولا تبلى لحمه حتى تضع مضغاً شديدا حتى لا يكون على المعدة فيها ثم تتركه ولا تاكل ما ياكل  
استانك تقي معدتك عن هضمه ولا تحرك كبد الاكل الا قليلا فانها بعد الاكل تتركه وتترك  
ان يكون الاكل شربا في شدة فان الاكل الصحتة تشيد المعدة وتعمل بارها وتضعف الجسم وروقه  
ويجب الرياح في البطن ويغير الوجه ويرق المناء وينال طعام الطعم فيفسد الحلب ويتولد في البطن  
القلب وقال صلى الله عليه وسلم اتزيب القلب بالله في الجامع في اعداءه  
وقال صلى الله عليه وسلم اتزيب القلب بكثرة الطعام والحار والبارد عليه وشرب من كل  
مضطجعاً ومشيكاً وبالجملة فان القلب كمن يورث اذ كثر شرب الماء وقال بعضهم يجب  
على الطالب ليعطى الصحة ان ياكل طعاما الا على شربة ولا ياكل طعاما عند ذلك فمع تاخير  
الاكل عند ذلك فشر عظيم فينه هيجان الضرا وتضعف الحارات ويده من المعدة الى اتماع  
وعنده ذلك ولا يتبين القلوع وان لم يحمه يدعيه ولا ياكل طعاما على طعامه وان تاملت ذلك وتجد  
على الحية من الاغذية وان تشد الحن البر والحسين من الضمان ويخذوا الحارة فيحارمان الحار في  
والجبن بينهما واللبز وولعير صلحين وعبري انه لا يحين في بلاد الحار فيما ارادها الكلام  
والغالب على بلدها من الحار وحسن القربان فيشيد ذلك انتهى والاكل بدرضه القلب

والعكس