

لا يها في حالة النوم ترجع الي ميد يما وهو القلب فتزجي الحواس فاذا اكثر النوم
 وافوط غلقت الحرارة العريضة في نفسها وحللتها كما تعمل النار في دهن السراج
 الذي هو مادة للسعل فتطلق الحرارة العريضة
والنقطة التي على الأقسام مرة كالأحساس في نشاط
 ملووه بالنقطة المعتدلة وهي التي تكون عن ارادة الانسان فانما تزج في القوي
 التي بها الحس والحركة لانتمتار الحرارة الغريزية الي ظاهر البدن وتحرك القوي
 الحسية الفايضة في الدماغ فيفوق البدن
وتبعض القوي على الاعمال وتنصف الجسم من الانفال
 كما ان الحركة المعتدلة تحرك فلذلك القوة احساسة تفوق قول القوة
 الطبيعية من النظم والنضج كما سبق في القوي وقول وتنصف الجسم
 فان قال في القانون النقطة تشبه الحركة والحركة المعتدلة حكم بالحركة الغريزية
 المعتدلة وان تبادت بقظة كانت ارق تحدث للنفس كرا وقلق
 ان النقطة الطويلة الخارجة عن المقدار الطبيعي تسمى امراقا لها النقط
 الازرق المهر المقرب وقول علي النفوس اي على الارواح الثلاثة فتكدر الكواكب
 ويخفف الابدان وتفتي رطوباتها ويصتري الدماغ ضرب من اليوسنة فيضرب
 بالعقل ويحرك المخلاط قال بعض الحكماء افراط السهوي وورث الجنون
وتنخل الارواح وتبطلها وتفسد السبعة والالوان
 ومن مضار الارواح اضعاف قوي البدن لكثرة ما يتخلل منه من الرطوبة الصلبة فيفسد
 البدن **تغور العين وتردي لها وتبطل الفكر وتبيري الجسم**
 قول تغور العين لكثرة ما يتراق اليها من الأبخرة الفاسدة فتخفف رطوبة
 الدماغ وتقدم كيف تفسد الهضم وتفسد الفكر ايضا دها الدماغ
 فاف القوة المفكرة في الدماغ كما تقدم وقوله تيري اي تذيب وتنخل
فصل في احكام تتعلق بالنوم يجتنب النوم وفي يده ان يطعمه اوليا
 اودهن وغيره ورجح دهن فقد روي النسائي ان رسول الله صلى الله عليه
 قال اذا بات احدكم وفي يده ثم فاصابه شيء فلا يلمس من الا نفسه

وروي اكثر ما يصيب الناس من ذلك وافضل النوم ان ينام أولا
 عن يمينه فانه من السنة ولكي يستقر الطعام في المعدة لانها اميل
 الي الجانب الايمن فاذا استقر الطعام رجع ونام على الجانب الايسر
 ليقوي العضل لا شتاك الكبد على المعدة وكثرة النوم على الجانب الايسر
 ينعطف القلب لسفل الاعضاء عليه والنوم على الامتلاء يضرب الروح
 ويلا بخارات ونوم النهار ردي لمن لم يعتاده يفسد اللون
 ويكبر الطحال وينهيج الاطراف ونوم الغداة بعد الانتباه من نوم الليل
 قبل ان يتبتر ويختبرك مضر جدا يضرب البدن ويفسد الفضلات
 التي يجب تخليتها بالحركة فيحدث للبدن اعياء متلائي روي
 ابن عباس رضي الله عنهما راي بعض اولاده نايما فمما الصبح فقال
 قولا انام الله لك عينا انتام في الساعة التي تقم فيها اذ رزاق
 ويكفر النوم بعد العصر روي عن عائشة رضي الله عنها روي
 من نام بعد العصر فاختلس عقله فلا يلو من الانفسه والنوم في القمر
 يصفو اللون والنوم قبه يثير الداء الدفين والنوم على الوجه من غير سبب
 روي ففد مر النبي صلى الله عليه وسلم على رجل وهو نائم على وجهه
 فضربه برجله وقال افتعد فانما نومة جهنمية رواه ابن ماجه
 وقال الشافعي النوم على الوجه نوم الشياطين وقال بقراط
 نوم الضعيف على وجهه من غير عاوة ردي وقال في القانون
 النوم على القفا ردي مهمي لامراض صعبه مثل السكتة والطلب
 لان يميل الفضول الي خلف فتجلس عن مجاريها لانها تجري
 في الالف والحند دائما فتتصبب الي مبداء العصب وهو موخر
 الدماغ وقال افلاطون من عرض نفسه على الخلاق قبل النوم
 دام له حسن صورته السراربع منها اي من السنة الضرورية
 الحركة والسكران البدنيان
اهالوياضات فيها المعتدل وينبغي لمثل ذان بمثل

Copyrighted material