

کتاب ترجمه الموسوی در طب رضوی

علیه الصلوة والسلام

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله الذي جعل لكل داء دواء ، و انزل لكل علة و مرض شفاء ،
وقال : و انزل من القرآن ما هو شفاء ، و الصلوة و السلام على رسوله المبعوث
على الانس و الجن ، الذي بلغ الاحكام و اكمل دين الملك الديان ، و قال :
العلم امان علم الابدان ، و علم الاديان ، و على آله و اوصيائه اطباء الارواح
و النفوس ، الذين بينوا شرايع دين الله الملك القدوس ، و اوضحوا علوم
الدين و قواعد الطب كالشموس ، سيما على الامام المزين بقبته المباركة ارض
الطوس ، الذي كتب الرسالة المذهبية في آداب الطببة ، و فيها بين الطب
و الحكمة المحتاج اليها في هذه الامة .

و بعد چنين گوید احقر فانی حسین بن نصرالله بن صادق الموسوی الارومی
عفی الله عنه و عن والديه ، که شک و شبهه نیست در اینکه علم طب علم شریف و
دانستن علل و امراض بدن و فهمیدن دواء آنها علم لطیف است ، و از این جهت
حضرت رسول خدا و حضرات ائمه هدی علیهم السلام در احادیث بسیار و اخبار بی
شمار بیان علم طب و ذکر علاج امراض و علل و اسقام را فرموده اند .

و در کتب اربعه و سایر کتب معتبره چقدر احادیث درین خصوص وارد شده ،
و علامه مجلسی در جلد چهاردهم بحار درین باب اخبار بسیار نقل کرده است ، و

ایضاً در وسائل در کتاب اطعمه و اشربه احادیث زیاد در طب ذکر نموده، و کتاب طب الائمه درین خصوص کافی است، و نیز شك نیست در اینکه ائمه دین علیهم السلام در این باب اهتمام داشته‌اند، پس بخاطر قاصر رسید که رساله مذهبیه را که حضرت امام رضا (ع) در علم طب نوشته ترجمه کند، و بزبان فارسی آنرا نقل نماید، زیرا که آن رساله شریفه مشتمل است بر قواعد طبیه، و حفظ الصحه، و بهترین معالجات و ادویه جات همان حفظ صحه است و بس، تا آنکه عموم مؤمنین و اخوان دین از ترجمه آن بهره مند شوند، و موسوم کرد این را بترجمه موسوی در طب رضوی (ع)، و خطابات که در این رساله است اشاره بمأمون ملعون است، زیرا که از آنحضرت خواهش کرد که رساله در طب بنویسد برای او، و کاغذی بحضرت نوشت و آنحضرت در جواب او نوشت و بسوی او فرستاد.

بسم الله الرحمن الرحيم

اعتصمت بالله

اما بعد پس بدرستی که کاغذ تو بمن رسید در آنچه مرا امر کرده بودی از جمع نمودن آنچه که بآن محتاج میشوی، از آن چیزهایی که بن تجربه کرده‌ام و شنیده‌ام آنها را در خوردنی‌ها، و آشامیدنی‌ها، و در اخذ کردن و استعمال نمودن دواها، و فصد و رک زدن و حجامت کردن، و حمام رفتن و نوره گذاشتن، و قدرت جماع یافتن، و غیر از اینها از آنچه تدبیر میکند استقامت امر جسد را، و بدرستی که تفسیر و بیان کردم برای تو آنچه را که بآن محتاج میشوی، و شرح نمودم بر تو آنچه را که بآن عمل میکنی، از تدبیر خوردنی، و آشامیدنی خودت و اخذ کردن و خوردن دواء را، و فصد و حجامت و قوت باه ترا، و از غیر از اینها از آن چه بآن محتاج میشوی در سیاست جسم خودت و از خداوند است توفیق بر امورات.

بدان ای مأمون بدرستی که خداوند مبتلاء نمیکند جسد را و یا بنده خود را بر بلائی مگر آنکه قرار میدهد بر آن بلاء دواء را که بآن دواء شخص معالجه

میکند درد خودش را، و از برای هر صنف از درد ها نوعی از دوا ها و تدبیر ها و
 علاجها است، زیرا که جسمهای مردمان قرار داده شده بر مثال مملکت که در آن
 پادشاهی باشد، پس پادشاه جسد و بدن قلب است، و یا آنچه در قلب او است، و
 عمال و عمل کننده آن پادشاه که در جسد است رگها و مفاصلها و دماغ آن شخص
 است، و خانه پادشاه قلب او است، و زمین سلطنت او جسد است، و اعوان پادشاه
 دستها، و پایها، و لبها، و چشمها، و گوشها، و زبان، او است و خزانه آن پادشاه
 معده و بطن او است، و حجاب او سینه شخص است، پس هر دو دست عون و اعانت
 کننده پادشاه است که نزدیک میکنند و دور نمایند آنچه را که پادشاه میخواهد،
 و عمل میکنند بر آنچه که پادشاه آنها را بآن امر فرماید و اما هو پای شخص
 پس پادشاه را بر میدارند و میبرند با آنجائیکه پادشاه میخواهد و اما دو چشمان
 پس دلالت و راهنمایی میکنند پادشاه را بر آنچه از او غایب و مخفی شده است زیرا
 که پادشاه در پس پرده است، و نمیرسد باو چیزی مگر باذن او، و باز چشمان
 برای پادشاه دو چراغند و حصار و سور و دیوار جسد گوشها است که داخل نمی-
 کنند بر پادشاه مگر آنچه را که بر او موافق و مناسب است، زیرا که گوشها قدرت
 ندارند که بر پادشاه داخل نمایند مگر آنچه که او اذن بدهد بر آنها، پس وقتی
 که پادشاه بر آنها اذن داد که چیزی را وارد نمایند بر او، پادشاه بر آنها گوش
 میدهد تا بشنود از ایشان که گوشها چه داخل میکنند بر او، و بعد از آن جواب
 میدهد با آنچه اراده میکند، و اما زبان پس آن ترجمه کننده پادشاه است باآلات
 و اسباب زیاد که از جمله آنها بادی است که از قلب بر میآید، و بخاری است که
 از معده برمیخیزد، و اعانت لبها است، و نیست برای لبها قوتی مگر با زبان، و بعضی
 از اینها از بعض دیگر بی احتیاج نیستند، و همه اینها با همدیگر محتاجند، و گفتگو
 کردن و حرف زدن خوب نمیشود مگر بر جوع دادن آن در انف، و بینی شخص،
 زیرا که انف و بینی زینت میدهد کلام را، چنانکه زینت میدهد نفع کننده درمزمار
 و اما سوراخهای بینی پس داخل میکنند بر پادشاه از آنچه دوست میدارد آنرا
 از بویهای خوش و معطر، پس وقتی که بوی بدی آمد که آنرا پادشاه دوست ندارد

پس امر می کند بر دست ها که راه بینی را بگیرند ، و نگذارند بر پادشاه بوی بدی بیاید .

و با وجود این اعوان و انصار که پادشاه دارد از برای پادشاه ثواب و عقاب است ، پس عذاب او اشد و سخت تر است از عذاب پادشاهان ظاهره و قاهره در دنیا ، و ثواب او افضل است از ثواب آنها ، اما عذاب او پس حزن و اندوه و غصه است و اما ثواب او پس فرح و سرور است ، و اصل و منشأ حزن و اندوه در طحال و سپر زاست ، و اصل و مبداء فرح و سرور در کلیه و در پیه تنک است که در اطراف شکنجه وروده ها میشود ، و از آن دو کرده ها دورک است که از کرده برخاسته اند و بروی و صورت شخص رسیده اند ، و از این جهت است که فرح و سرور و اندوه و حزن در روی شخص ظاهر میشود ، و علامت آنها در صورت او آشکار میگردد ، و این رگها که در بدن انسان است راه و طرق عمله های پادشاه است بسوی او و همچنین راه پادشاه است بسوی عمله های او ، و فهمیدن صدق این آنست که وقتی که دوا را میخوری پس آن رگها آنرا میرسانند بسوی موضع و محل درد ها ، و باعانت آن رگها آن دواها بمحل درد ها میرسند .

و بدانکه بدرستی که جسد و بدن بمنزله زمین پاکیزه است ، پس وقتی که آن زمین را معمور و آباد کردی و بآب دادن آنرا مراعات نمودی بآن قدری که آب آن زمین زیاد نشد که غرق بشود ، و اندک نکشت که عطش بر آن غلبه بکند ، پس معمور بودن آن و آبادی آن زمین همیشه باقی میشود و میماند ، و زراعت آن خوب و حاصل آن زیاده گردد ، و اگر تو از آن زمین غفلت بکنی ، پس آن زمین فاسد و خراب می شود ، و چیزی در آن زمین نمیروید از زراعت و غیر آن ، پس جسد انسان درین منزله است ، و با تدبیر در غذاها و خوردنیها و شربتها بدن شخص صحیح و سالم میشود ، و عافیت و سلامت آن باقی میگردد ، پس تو نظر بکن بر - آنچه یزیکه موافق تو و بر معده تو صلاحیت و موافقت دارد ، و در آنچه بدن تو در آن قوت میگیرد ، و آنرا خوش میدارد از طعام ، پس آنرا مقدر بکن بر نفس خودت

و غذاء قرار بده برای خودت بدون زیاده و نقصان .

و بدانکه هر یکی از این طبیعتها دوست میدارد آنچه را که مناسب و موافق آن طبع است پس برای خودت غذاء قرار بده آنچه را که با جسد تو و مزاجت موافق است ، و هر کسی که از اندازه خودش و از قدر حاجتش زیاده طعام بخورد ، پس آن طعام بر او نقل و بارگران میشود ، و از آن ضرر باو میرسد ، و نفع نمی بیند ، و هر که بقدر حاجت و بدون زیاده و نقصان طعام تناول نماید نفع بر او میرسد ، و همچنین است آب خوردن که باید بقدر حاجت بخوری نه زیاده ، پس طریق صرف و تناول کردن طعام اینست که بخوری از آن قدر کفایت خود را در وقت خوردن ، و از خوردن دست برداری قبل از آنکه سیر بشوی ، و فی الجمله میلی و شوقی در طعام داشته باشی در وقت دست برداشتن از آن طعام ، پس بدزستی که هر گاه چنین بکنی همیشه معدۀ تو صالح و سالم میشود ، و بدات در سلامتی باقی میماند و عقل تو ذکی و خوش حافظه میگردد ، و جسم و جسد تو ثقیل و سنگین نمیشود و بدن تو خفیف و سبک گردد .

و بخور چیزهای بارد و سرد را در تابستان و زمان گرمی هوا ، و در زمستان آنچه گرم است و حرارت دارد از آنها بخور ، و چیزی که بارد و سرد است در زمستان نخور ، و آنچه حرارت دارد از غذاها در تابستان نخور ، زیرا که باعث فاسد شدن معده و بدن میشود .

و اما در فصل پائیز و بهار که زمان معتدل است پس از غذاهای معتدل در حرارت و برودت و در سردی و گرمی بخور ، نه از آنچه بسیار گرم است و زیاده سرد است ، و آنچه میخوری بقدر قوت و میل و اشتها خودت بخور بدون زیاده و نقصان ، چنانکه سابقاً اشاره کردم برای تو ، و در وقت خوردن طعام ابتداء و شروع بکن بغذا های لطیف ، و آنچه بزودی تحلیل و هضم میشود ، و آنچه دیر هضم می شود و ثقیل است آنرا در آخر غذاء بخور ، زیرا که اگر دیر هضم را اول بخوری و زود هضم را در آخر بخوری پس آن غذائیکه زود هضم است اول هضم میشود ،

و آنچه دیر هضم است در پائین میماند، و این سبب فساد معده و بدن میشود، بخلاف آنچه زود هضم در اول باشد، و دیر هضم در آخر غذا، صرف بشود.

و آنچه میخوری بقدر عادت خور و باندازه طاق و نشاط و میل و اشتیاق خودت بوده باشد، و واجب است که در هر روز يك مرتبه بخوری، وقتی که از روز هشت ساعت بگذرد، و یا آنکه در هر دو روز سه مرتبه بخوری، يك مرتبه اول روز، و يك مرتبه در آخر روز، و مرتبه سیم در روز دوم بعد از گذشتن هشت ساعت از آن میخوری، و بعد از آن بشام خوردن محتاج نمیشوی، و هكذا همیشه چنین رفتار میکنی، وجد بزرگوار من حضرت رسول خدا پیغمبر حضرت امیر المؤمنین (ع) چنین امر فرموده که يك روز يك مرتبه، و در روز دیگر دو مرتبه بخورد، و باید بوده باشد خوردن تو درین مرتبه ها که گفتم بقدر آنچه زیاده و نقصان نباشد، و دست برداری از طعام در حالتیکه اشتیاق آنرا داری.

و باید بوده باشد خوردن تو آن شراب را که بعد از این برای تو وصف و تعریف میکنم بعد از خوردن طعام، و در اثر آن، نه قبل از آن، و نه بسیار بعد از آن.

و الان ذکر میکنم برای تو آنچه را که سزاوار است ذکر آن از تدبیر فصول سال، و ماههای رومی، که در سال واقع میشود، و در هر فصلی از چهار فصل سال اتفاق افتد، و ذکر آنچه استعمال میشود از خوردنیها و آشامیدنیها در هر ماه، و آنچه از آن اجتناب باید کرد در آن ماهها، و کیفیت حفظ صحت بدن، و مزاج، از گفته های گذشتگان از حکماء، و بعد از آن عود میکنم بر قول حضرات ائمه علیهم السلام در صفت شرابی که خوردن آن حلال است، و بعد از طعام باید خورد

اما ذکر فصلهای سال

پس بدانکه فصل بهار روح زمان است، و اول آنماه آزار است، و عدد روزهای آن سی و يك روز است، و درین ماه آزار شبها و روزها پاکیزه و طیب میشود از جهت اعتدال هوا در آن، و عدم اختلاف زیاد در ما بین روزها و شبها، و زمین

نرم و ملایم میشود از جهت رفتن شدت سرما، و در آن ماه سلطنت و غلبه بلغم میرود و خون بهیجان و جوش میآید، و در آن ماه استعمال میشود از غذاهای لطیف و سبک نه ثقیل، و خورده میشود گوشت و تخم مرغ نیم برشت، و شرابی که بعد از این ذکر میکنم درین ماه خورده میشود، بعد از تعدیل آن بآب، و همزوج نمودن آن بقدری از آب، تا آنکه حرارت آن شراب برود، و درین ماه اجتناب باید کرد از خوردن پیاز و سیر و ترشی، و بسیار پسندیده است درین ماه خوردن مسهل از جهت پاک کردن بدن از فضلات، و خالی نمودن آن از مواد که در زمستان در بدن انسان حبس شده، و باز استعمال میشود در آن فصد و حجامت از جهت تولد خون و جوش آن درین فصل و اما ماه آزار که ذکر شد تقریباً یک هفته بعید نو روز مانده داخل میشود.

و اما ماه نپسان پس آن سی روز تمام است

و در آن روزها بلند میشود، و مزاج فصل بهار در آن قوت میگردد از جهت گرمی هوا، در آن، و خونها حرکت می کنند، و بادهای شرقی دز آن میوزد، و استعمال میشود در آن از ما کولات و خوردنیها کباب و گوشت با آتش پخته شده و آنچه درست میکنند با سرکه، و خورده میشود در آن گوشتهای شکاری، و مناسب است در آن جماع، و نزدیک شدن زنان از جهت تولد منی درین فصل، و مالیده میشود درین فصل بر بدن روغن خوب در حمام، و آب خورده نمیشود درین زمان ناشتا و قبل از خوردن چیزی، و استشمام میشود در آن ریاحین و گلها و طیبهها از جهت تقویت دماغ.

و اما ماه ایار پس آن سی و یک روز است

و در آن صاف و پاکیزه میشود بادها، از جهت عدم غبار و ملایم بودن آن و عدم ضرر مردم از آن بادها، و این ایار آخر فصل بهار است، و بدرستی که نهی شده در آن از خوردن چیزهای شور، و پر نمک، و گوشتهای غلیظ، و ثقیل، مثل

خوردن کله های حیوانات، و گوشت گاو و جاموس، و خوردن ماست، و نفع میکند در آن داخل شدن حمام در اول روز، و مکروه می شود در آن ریاضت کشیدن، و کارهای با مشقت کردن، و حرکت زیاد نمودن قبل از غذا خوردن.

و اما ماه حزیران پس آن سی روز است

و در آن میرود غلبه بلغم و بر طرف میشود هیجان خون در بدن انسان و میاید زمان غلبه مره صفراء، و در آن زمان صفراء غالب میشود بر سایر اخلاط، از جهت این که این فصل حرارت دارد با بیوست آن، و این فصل موافق است با طبع صفراوی، و نهی شده در آن از کارهای با مشقت و زحمت از جهت گشاده شدن مسامات بدن در آن، و کار با مشقت باعث تحلیل بدن میشود، و نهی شده در آن از خوردن گوشت چرب، و باروغن، و گوشت زیاد خوردن، و از استشمام کردن مشک و عنبر از جهت حرارت آنها، و نفع میکند در آن خوردن سبزیهای سرد، و بارد، مثل کاسنی، و خرفه، و خوردن خیار معروف بگل بسر، و خیار چنبر، که درازتر ازین خیار معروف است، و در عربستان و خراسان بسیار است، و خوردن شیر خشک، و میوه های بارطوبت، و استعمال ترشیا، و خوردن آنها، و خوردن گوشت بره شش ماهه، و هفت ماهه، تا یک ساله، و گوشت بز که یک ساله باشد، و از گوشت مرغها خوردن مرغ خانگی، و طیور و دراج، و خوردن شیر گاو، و ماهی تازه، و همه اینها نفع دارد.

و اما ماه تموز پس آن سی و یک روز است

و حرارت هوا در آن شدت میکند، و آبها در آن کم میشود، و خورده میگردد در آن آب سرد بناشتا، و قبل از چیز خوردن، و خورده میشود در آن چیزهای سرد و تر، و استعمال می شود در آن شرابی که خواهد آمد، بعد از شکستن مزاج آنرا با چیزهای سرد، مثل نیلوفر، و بنفسج، و همزوج نمودن آن باینها، و خورده میشود درین ماه غذاهای لطیفه زود هضم چنانکه در حزیران ذکر

هد، و استعمال میشود درین ماه از گلهای و شکوفهها و ریاحین آنچه سرد و ترو بوی آن خوش است.

و اما ماه آب پس سی و یک روز است

و در آن شدت میکند باد های با حرارت و سم دار، و هیجان میکند در آن زکام در شبها از جهت برودت هوا در شبها، و حرارت آن در روزها، و باز شدن و ضعیف بودن جوهر دماغ در روز، و در آن باد شمال میوزد، و تبرید و استعمال کردن چیز های سرد و تر، مزاج صالح و سالم میشود، و خوردن ماست و دوغ در آن منفعت دارد، و باید از جماع و مسهل خوردن اجتناب کرد در آن، و کار های با زحمت و مشقت نباید نمود، و از ریاحین و گلهای سرد باید استشمام کرد.

و اما ماه ایلول پس سی روز است

و اول فصل پاییز است و در آن هوا خوب و طیب میشود و سوداء در آن غلبه میکند از جهت این که این فصل برودت و یبوست دارد، و سوداء نیز بارد و یا بس است، و از اجتماع همدیگر سوداء زیاد میشود، و صلاحیت دارد درین وقت خوردن مسهل، و نفع دارد خوردن شیرینیها، و گوشتهای با اعتدال در حرارت، و برودت، مثل گوشت گوسفند یکساله، و بزغاله نر، و باید اجتناب کرد در آن از خوردن گوشت گاو، و جاموس، و از بسیار خوردن بریان، و کباب، و رفتن حمام، و باید استعمال کرد در آن طیب معتدل را، و موافق مزاج را، و اجتناب باید کرد از خوردن خیار چنبر که خیار دراز باشد، و آن خربزه بی طعم است.

و اما ماه تشرین اول پس سی و یک روز است

و باد های مختلف در آن میوزد و باد صبا در آن نفس میکشد و شروع بوزیدن میکند و باید اجتناب کرد از فصد و رک زدن و خون کم کردن و از خوردن دواها و مسهلها و جماع کردن در آن خوب است و نفع میکند خوردن گوشت چرب با

روغن و انار میخوش تناول کردن و بعد از طعام میوه خوردن و استعمال میشود در آن خوردن گوشت با حبوبات مثل ماش ولوبیا و نخود و عدس و غیر اینها و باید درین وقت آب کم بخورد و پسندیده میشود درین زمان ریاضت کشیدن و قدم زدن در طرف صبح و عصر.

و اما ماه تشرین آخر پس سبی روز است

و در آن واقع میشود باران با قطر های درشت و بزرگ، و نهی شده در آن از خوردن آب در شبهای آن، و باید کم نمود از جماع و حمام رفتن را، و هر روز در اول صبح باید قدری آب گرمی را بخورد، و باید اجتناب کرد از خوردن سبزی های با حرارت، مثل کرفس، و نعناع، و ترتیزک، که بیجاری باشد، و بلکه ترتیزک همیشه مضر است.

و اما ماه کانون اول پس سبی و یک روز است

و در آن باد های تند شدت میکند و سرما و سردی هوا زیاد میشود، و نفع میکند در آن هر آنچه در تشرین آخر ذکر کردم، و حذر باید کرد درین وقت از خوردن طعام سرد بالفعل، یا بالقوه و هر چه در آن سردی و رطوبت باشد، و باید اجتناب کرد درین وقت از حجامت کردن، و خون کم نمودن، و باید استعمال کرد غذاهای با حرارت را بالفعل، و بالقوه در آن

و اما ماه کانون آخر پس آن سبی و یک روز است

و غلبه میکند در آن قوت بلغم، و سزاوار است در آن خوردن آب گرم بناشتا، و پسندیده است در آن جماع کردن، و نفع میکند بروده ها خوردن سبزی های با حرارت در آن، مثل کرفس، و کراث، که کاور باشد، و فایده دارد داخل شدن حمام در اول روز در آن، و مالیدن روغن چیزی ببدن، و آنچه مثل شبو است و حذر باید کرد از خوردن شیرینی و گوشت ماهی تازه، و خوردن ماست در آن.

و اما ماه شباط پس بیست و هشت روز است

و بادها در آن مختلف میشود و باران زیاد میگردد، و گیاه و علف در آن ظاهر میشود، و جاری گردد آب بدرختان، و درختها آب میکشند، و نفع میکند در آن خوردن گوشت مرغها، و شکارها و سیر، و میوه خشک، و باید کم کرد از خوردن شیرینی در آن، و پسندیده میشود جماع کردن در آن، و حرکت نمودن و ریاضت و قدم زدن و راه رفتن.

و اما شرابی که حلال است خوردن آن

و استعمال آن بعد از طعام

و بدرستی که گذشت ذکر نفع آن در اول شروع کردن بذکر فصلهای سال و در ذکر آنچه اعتماد میشود بآن در حفظ صحت بدن انسان از آفات، و امراض و علل، و اسقام پس صفت آن اینست که: گرفته میشود از مویز دانه بیرون شده ده رطل و هر رطل تقریباً هفتاد مثقال است، پس شسته می شود، و بر آب صاف گذاشته میشود که آب چهار انگشت بالای آن بیاید، و همان نحو باقی میماند در زمان زمستان سه روز، و در تابستان یک شبانه روز، و بعد از آن آنرا میگذاری بر دیک نظیفی، و باید همان آب آب باران باشد، اگر قادر بآن باشی، و اگر نشد پس از آب شیرین که چشمه آن از طرف مشرق باشد، که آب براق سفید و خفیف داشته باشد، که قابل بشود بر آنچه بر آن وارد شود، از حرارت، و برودت از جهت اینکه هر آب که زود قبول برودت و حرارت کرد آن آب ثقیل نیست، و دلیل بر خفیف بودن آنست، پس مویز را در آن آب طبخ میدهد، تا آنکه خوب پخته میشود، و بعد از آن فشرده میشود و آب آنرا صاف میکنند، و سرد نمایند، باز میریزند بر دیک و قدر آنرا میگیرند با چوبی که چند انگشت مثلا آب در دیک است، و بعد از گرفتن و معلوم کردن قدر آن، با تش نرم آنرا میجوشانند جوش

خفیفی، و نرمی، تا آنکه دو ثلث آن میرود، و یک ثلث باقی ماند، و بعد از آن یک رطل عسل صاف بر آن میریزند، و باز قدر آن عسل و آب باقی مانده گرفته میشود با چوبی، تا آنکه معلوم شود که عسل چه قدر بر آب زیاده شده، و بعد از این جوش داده میشود، تا آنکه قدر عسل برود، و بر حد اولش برگردد، و بعد از آن گرفته میشود، از زنجبیل، و از زعفران، از هر یکی یک درهم، و از دارچینی، و از قرنفل، و از سنبل طیب، و از کاسنی، و از مصطکی، از هر کدام نصف درهم، و بعد از آنکه هر یکی علیحده کوبیده و بیخته شود، پس گذاشته می شود همه اینها بر یک پارچه، و بسته میشود بر یسمان محکمی، و بعد از این انداخته میشود همان پارچه با ادویه ها در میان آن شراب، و مغمور میشود در آن، و با آتش نرم جوش داده میشود، و حرکت داده میگردد تا آنکه قوتهای دواها بریزند در آب شراب، و تا آنکه قدر عسل از آن برود، و کم شود، و بعد از آن دیک را برمی دارند و سرد میکنند، و مقدار سه ماه همانطور میگذارند، تا آنکه داخل بشود مزاج بعضی بر بعض دیگر، و بعد از آن آنرا استعمال میکنند، و قدر شربت از آن یک وقیه، با دو وقیه آب خالص است، و مقدار وقیه هفت مثقال است، پس قدر شربت آن هفت مثقال میشود با دو مقابل آن آب خالص، پس وقتیکه خوردی مقدار آنچه ذکر کردم بر تو از طعام، پس بخور از این شراب بقدر سه پیاله، بعد از طعام خوردن تو، پس وقتیکه چنین کردی پس در امنیت میشوی باذن خداوند در آنروز و شب از او جاع، و درد های بارده مزمنه، و از مرضهایی که از سردی و رطوبت عارض انسان میشود، مثل نقرس، که درد مفاصل پاها است، و مثل درد ها و مرض های بادی، و غیر از این از درد های عصبانی، و دماغی، و درد معده، و بعضی از دردهای جگر، و سپرز، و امعاء، و احشاء، که از بلغم و غلبه آن حاصل میشود، و اگر بعد از این میل صادق داشته باشی بر آب خوردن، پس بخور از آب بقدر نصف آنچه اول خورده بودی از آن، پس بدرستی که این دستور العمل که بر تو ذکر نمودم اصلح است بر بدن تو، و باعث کثرت جماع تو خواهد شد، و سبب حفظ و ضبط بدن تو میشود، پس بدرستی که صلاح بدن و قوام و دوام آن با طعام و آب

میشود، و فساد آن نیز با طعام و آب خوردن میگردد، پس اگر تو آندو را اصلاح کردی بمراعات کردن قدر حاجت از آن در بدن، صالح و سالم میشود، و اگر آندو را فاسد نمودی و ملاحظه آنها را نکردی بدن فاسد و ضایع میشود.

و بدان بدرستی که قوت نفوس تابع است بر قوت مزاجهای بدنها، و بدرستی که قوت مزاجهای بدنها تابع است بر هواها، و مزاجهای بدنها تغییر مییابد بحسب تغییر هواها در مکانها، پس وقتی که هوا یک مرتبه سرد شد، و مرتبه دیگر گرم گشت، تغییر یابد بسبب آن مزاجهای بدنها، و اثر و علامت این تغییر در صورت و روی انسان ظاهر میشود، پس وقتی که هواها معتدل شود قوت مزاجهای بدنها اعتدال پیدا میکند، و صالح میشود تصرفات مزاجها در حرکات طبیعی خود، مثل هضم غذا، و جماع، و خواب، و حرکت کردن، و سایر حرکات، بعلمت اینکه خداوند بنا کرده است جسمهای انسانرا بر چهار طبیعت، یکی از آنها مره صفراء، و دیگری مره سوداء و یکی خون، و دیگری بلغم است.

و بالجمله دو تای از اینها حرارت دارد، و دو تای دیگر برودت دارد، و بدرستی که خداوند مخالفت انداخته است در بین دو تای حرارت دار، و در میان دو تای برودت دار، باین نحو که قرار داده است یکی از این دو حرارت دار را با رطوبت، و نرم، و آن خون است، و آندیکری را خشك و با بیوست، و آن صفراء است، و یکی از آندو بار درا قرار داده با رطوبت و نرم، و آن بلغم است، و آن دیگری را خشك و با بیوست و آن سوداء است، پس چنانکه سال را خداوند قرار داده بر چهار فصل، همچنین بدن انسان را بر چهار طبیعت قرار داده است، و مثال بهار ازین طبیعتها خون است، و مثال تابستان صفراء، و مثال پاییز سوداء، و مثال زمستان بلغم است، و هر یکی از این چهار طبیعت در آن فصل مناسب آن زیاد میشود، و بعد از قرار دادن چهار طبیعت در بدن انسان پس اینها را بر چهار جزء بدن او متفرق کرده است، که آن چهار جزء عمده است در بدن انسان، و قوام او بآنها است، یکبر را بر سر، و دیگری را بر سینه، و یکی را بر طرف اضلاع و دنده های او، و دیگری را بر پائین شکم او گذاشته است بحکمت بالغه خود.

بدان بدرستی که سر و گوشها و چشمها و سوراخهای بینی و دهن و بینی از خون است، و خونرا خداوند در آنها قرار داده است، و بدرستی که سینه از باغم و باد است، و بدرستی که اضلاع و دنده ها از مرهٔ صفراء است، و بدرستی که پائین شکم از مرهٔ سوداء است، و بدان بدرستی که خواب سلطان دماغ و مغز سر است، و او است قوام جسد و قوت آن، پس وقتی که اراده کردی خوابیدن را، بوده باشد خوابیدن و دراز کشیدن تو در طرف راست تو، و بعد از آن بر گردی بطرف چپ خودت، و همچنین در وقت برخاستن پس بر خیز از رختخواب خودت بطرف راست خود، چنانکه ابتداء بآن کرده بودی در وقت خوابیدن، و عادت بدهی بر نفس خود دو ساعت نشستن را از شب، و قبل از خوابیدن داخل بیت الخلاء بشو، از جهت قضاء حاجت، و مکت بکن در آنجا بقدر قضای حاجت خود، و طول مده در آنجا، پس بدرستی که طول دادن در آن باعث داء الفیل و داء دفين میشود از بواسیر و درد پاها، از جهت اینکه مواد ازاعلای بدن نازل میشود بر پائین آن، و آنهم سبب درد پاها و بواسیر است.

و بدان بدرستی که بهترین آنچه بآن مسواک میکند چوب اراك است زیرا که آن دندانها را جلا میدهد، و بوی دهن را خوش میکند، و گوشت و لثهٔ دندانها را محکم میکند، و میرویانند، و آن مسواک نفع میکند از چرك و کثافت دندان اگر مسواک با اعتدال بوده باشد، و زیاده مسواک کردن باعث رقت و حرکت دندانها میشود، و بیخ آنها را ضعیف میکند.

پس هر کس اراده بکند حفظ صحت دندان خود را پس بگیرد شاخ گوزن را که بز کوهی میگویند، و آنرا در میان کوزهٔ سفال بگذارد، و سران را بگیرد، و در تنور اندازد تا بسوزد، و مثل آن بگیرد گزمارك، را و آن میوهٔ چوب گز است، که به ترکی بورقون میگویند، و مثل آن سعد کوفی را، و مثل آن گل سرخ، و سنبل الطیب، و حب الاثل، یعنی میوهٔ درخت بزرگ گز است، که بقدر سرو میباشد، و فرق بین اول و دوم آنست که مراد از اول میوهٔ چوب گز کوچک، و از دوم میوهٔ چوب گز بزرگ است، و اول را ثمرهٔ الطرفاء، و دوم را حب الاثل

میگویند، پس این شش جزء مساوی همدیگر باید باشد، و ربع جزء نمک اندرانی که نمک بلوری شفاف است، که از معدن بر داشته می شود، و بفارسی آنرا نمک ترکی میگویند، پس همه اینها نرم کوبیده، و سائیده میشود، پس بردند آنها مالیده و سنون میشود، پس بدرستی که این عمل دندانها را محکم میکند، و اصل آنها را حفظ مینماید از آفات که عارض آنها میشود.

و ایضاً هر که اراده کند که دندان او سفید بشود، پس بگیرد یک جزء نمک بلوری، و مثل آن کف دریا، و هر دو را نرم بساید، و دندان خود را بآن بمالد که سفید خواهد شد.

و بدان بدرستی که خداوند احوال انسانرا که در آن احوال و حالات تصرف دارد بر چهار احوال قرار داده است.

حالت اولی پانزده سال است و انسان درین پانزده سال در جوانی و حسن و طراوت است، و درین مدت خون در بدن او غلبه دارد و بعد از این.

حالت دوم است و آن از پانزده سال تا بسی و پنجسال است. و درین مدت غلبه مره صفراء است، و شدت آنست در بدن انسان و قوتش درین وقت می شود، از جهت اینکه رطوبات بدن درین زمان کم میگردد، و صفراء که حار و یابس است حدت و شدت پیدا میکند، و انسان در این سن همین نحو باقی است، تا آنکه مدت سی و پنج سال بگذرد و بعد از این داخل میگردد بر.

حالت سوم، و آن بعد از سی و پنجسال است تا داخل بشود بر سال شصتم، پس انسان درین مدت در غلبه مره سوداء میشود، و این سن حکمت و موعظه و معرفت و عبرت و انتظام امور، و صحت نظر در عواقب، و صدق رأی، و ثبات قلب در تصرفات است، از جهت اینکه رطوبات بدن درین سن ضعف پیدا میکند، و حرارت غریزیه کم میگردد، پس سوداء غلبه میکند، زیرا که آن بارد و یابس و برودت و یبوست دارد و بعد از این داخل میشود بر.

حالت چهارم و این حالت غلبه و سلطنت بلغم است، و این مدت آنفعالت است که از آنحال بر نمیگردد مگر بر حالت هرم و پیری، مادامی که بوده باشد، و

بر گردد کم کم بر عیش بد و بحال نقص در قوتش ، و برفساد قواها مادامی که هست و علامت اینها ، و دلیل بر اینها آنست که هر چه بوده است در ایام سابقه نمیداند ، و فراموش میکند تا آنکه میخوابد در نزد مردمان ، و بیدار میشود در وقت خوابیدن یعنی خواب کردن و بیدار شدن تو در غیر وقت و در غیر موقع آن واقع میگردد و متذکر نمیشود گذشته هارا و نسیان میکند حادث شده هارا ، در اوقات آن و زایل میشود عادت او ، و تغییر مییابد معهود او ، و دانسته های او ، و آب رونق او میخشکد و حسن و طراوت میرود ، و کم می شود روئیدن موی او ، و ناخن های او ، و جسم او همیشه در عکس و نقص و ادبار و برگشتن می شود ، مادامی که زنده است ، زیرا که در غلبه بلغم است ، و آن بلغم برودت و جمودت و غلظت دارد پس از جهت غلظت و برودت آن بلغم هر جسم فانی و خراب می گردد بعلت غالب شدن بلغم در آخر قوت بلغمیت در بدن و حدیث نفس و خیالات بیفایده در او زیاده می شود .

و بدان بدرستی که ذکر کردم برای تو جمیع آنچه را که بآن محتاج میشوی در سیاست و ملاحظه مزاج و احوال جسم و علاج آن ، و ذکر میکنم برای تو آنچه را که بر تناول آن محتاج میشوی از غذاها ، و دواها ، و آنچه واجب است کردن آن در وقت آن ، پس وقتی که اراده کردی حجامت را پس باید حجامت در دوازدهم تا پانزدهم ماه باشد ، پس بدرستی که درین وقت حجامت اصلح است بر بدن ، از جهت اینکه خون بدن زیاد میگردد بزاید شدن نور ماه ، و همچنین در نقصان پس و قتی که ماه منقضی شد پس حجامت مکن ، مگر آنکه مضطر شده باشی بر آن ، و جهت این را ذکر کردم که هر قدر نور ماه کم بشود خون در بدن کم میگردد ، و در زیادتی ماه خون زیاد می شود ، و باید بوده باشد حجامت بقدر آنچه از سن گذشته است ، مثلا شخص بیست ساله در هر بیست روز حجامت میکند ، و سی ساله در هر سی روز حجامت میکند ، و شخص چهل ساله در هر چهل روز حجامت می کند ، و آنچه زیاده شد بر این ترتیب است .

و بدان بدرستی که حجامت اخذ میکند ، و خون میگیرد از رگهای کوچک

که در میان گوشت بدن پهن شده‌اند، و شاهد صدق این آنچه است که ذکر میکنم که بدرستی که در حجامت کردن قوا های شخص ضعیف نمیشود، همچنانکه در وقت رك زدن و فصد کردن ضعف پیدا میشود، و حجامت کردن در نقره نفع می کند از سنگین شدن سر و ثقل، و نقره همان گودی است که در پشت کردن واقع است، و گودی کردن است که در وقت خوابیدن بر پشت بزمین واقع میشود، و در زیر بلندی پشت سر است و حجامت اخذعان سبک میکند سر و صورت و چشمان را، و ثقل را از آنها بر میدارد، و نفع می کند از درد دندانهای طاحونه، و بسا میشود که نایب مناب قصد کردن از آنها میگردد، و اخذعان همان دو رك است که در پشت کردن از دو طرف آن واقع شده است، از طرف راست و چپ آن، و در بعض اوقات از زیر ذقن حجامت کرده می شود از جهت علاج نمودن قلاع در دهن، و از جهت فساد لثه و غیر از این از درد های دهن و قلاع همان زخم است که در دهن و زبان واقع میشود و در اطفال زیاد میشود و آندلیل زیاده شدن خون است در بدن انسان.

و همچنین حجامت کردن از میان هو کتف نفع میکند از خفقان، و لرزیدن دل، و طپش قلب، و دوران سر، که از امتلاء و پر شدن معده و از حرارت بوده باشد، و آن حجامت که بر ساقین گذاشته شود، بدرستی که در بعض اوقات امتلاء را ناقص میکند، و نفع میکند از درد های مزمنه که در کرده ها و مثانه و رحم پیدا شود، و خون حیض را زیاده می کند، مگر آنکه حجامت کردن از میان دو کتف جسد را ضعیف و لاغر میکند، و در بعض اوقات باعث شبکوری و سنگینی بدن میشود مگر آنکه آن نفع میکند بر صاحبان ثالول، و آن دانه ها است که مانند آبله در بدن پیدا میشود، و بر آنکسانی که در بدن ایشان دمل ظاهر میشود.

و آنچه درد حجامت و وجع آنرا خفیف میکند آهسته مکیدن شاخ حجامت است در اول آن، و بعد از آن کم کم و بتدریج مکیدن را زیاد میکنند، و در مرتبه دوم زیاد تر مکیدن میشود از اول، و در مرتبه سوم زیاده بر مرتبه دوم میشود، و هكذا تا باخر آن، و باید توقف زیاد کرد در وقت گذاشتن شاخ حجامت، تا آنکه

جای آن سرخ شود، و مکرر باید گذاشت و بر داشت تا آنکه بشدت سرخ گردد و در وقت زدن کارد حجامت درد نکند، و باید کارد را در اول بر پوست ملامم بمالد و آنرا مالیم بکند، و مسح باید کرد جای حجامت را قبل از زدن آن با کارد بروغن و همچنین است فصد کردن که باید روغن مالیده شود بر جائی که فصد می کنند، زیرا که مالیدن روغن بر جای حجامت و فصد درد را اندک میکند، و همچنین کارد را و شاخ حجامت را باید روغن مالید، و هکذا بعد از فصد و حجامت کردن جای آنها را باید روغن مالید، و باید گذارده شود بر آن رگی که از آن فصد میکنند قبل از زدن آنرک نقطه از روغن تا جای آن اشتباه نشود، و رگ پیدا بشود، زیرا که در صورت اشتباه رگ بر مقصود ضرر میشود، و باید رگ زنده قصد بکنید فصد را از آن رگهاییکه بالای آنها گوشت زیاد نباشد، زیرا که کم بودن گوشت بالای رگ سبب کمی درد است، و درد زیاده در فصد کردن حبل ذراع و رگ قیفال است از جهت صلابت پوست روی آنها، و از جهت متصل بودن آنها بر عضل و پی ها.

و اما فصد کردن اکحل و رگ با سلیق پس درد اینها کمتر است اگر بالای اینها گوشت نباشد، و این چهار رگ در بازو میشوند، و رگ اکحل در میان قیفال و باسلیق است، و آنچه واجب است در وقت فصد کردن تکمید موضع فصد است یعنی تر کردن خرقه است به آب گرم، و مالیدن آن بر جای رگ زدن، تا آنکه خون ظاهر شود، و خصوصاً در زمستان، پس بدرستی که این نحو کردن پوست بدنرا نرم میکند، و درد را اندک نماید، و بیرون شدن خون را سهل میکند، و لازم است در همه آنچه ذکر کردم از بیرون کردن خون اجتناب نمودن از زنان دوازده ساعت قبل از آن، و باید حجامت کردن در هواء صاف و بی ابر باشد، و باد تند نباشد، و از خون آن قدر بیرون بشود که تغییر آن دیده شود، و باید در آنروز داخل حمام نشوی، پس بدرستی که آن باعث درد میگردد، و قدری آب گرم بر سرت و جسدت بریز، و این را در ساعت اول نکن بلکه يك ساعت بعد از فصد و حجامت کردن بکن و حذر کن از حمام رفتن وقتی که حجامت کردی، پس بدرستی که تب دائمی از آن حاصل میشود، پس وقتی که از حجامت غسل کردی پس اخذ بکن يك خرقه

و کهنه از ابریشم، و یا غیر آنکه نرم و ملایم باشد، و آنرا بر جای حجامت بگذار
و بقدر نخودی از تریاق فاروق بگیر، و آنرا بخور اگر زمستان باشد، و اگر تابستان
شود پس قدری سکنجبین عنصلی را با شراب معتدل مفرح ممزوج بکن، و بخور،
و شراب مفرح مثل شراب سیب و به و امرو و یا شراب و شربت سایر میوه ها که
معتدل و فرح آور باشد، و اگر اینها یافت نشد پس شربت اترج بخور، و اگر هیچ
کدام پیدا نکشت همان تریاق فاروق را بعد از نرم کردن آن در زیر دندان با بگرم
بخور، و اگر در وقت زمستان و سردی هوا باشد از بالای آن اسکنجبین عنصلی
عسلی را بخور، پس بدرستیکه اگر تو چنین بکنی خاطر جمع میشوی از ناخوشی
لقوه، و از برص، و جذام، و بهق، باذن خداوند.

و بخور از انار ترش پس بدرستی که آن تقویت نفس را میکند، و خون را
میآورد، و تا سه ساعت طعام با نمک نخوری، پس بدرستی که ترسیده میشود ازین
جرب و خارش بدن، و اگر در زمستان باشد پس تیهو بخور، هر گاه حجامت کردی
و از بالای آن از همان شرابی که بر تو ذکر کردم قدری بخور، و بروغن شبو و
یا قدری از مشک و گلاب جای حجامت را بمال، و قدری گلاب بسرت بریز در همان
ساعت که از حجامت فراغت کردی، و اما در تابستان پس وقتیکه حجامت نمودی
پس شور بای سر که بخور و یا هلام و یا مصوص را بخور.

اما هلام پس آن آنست که از گوشت گاو و گاو ساله و یا بز آب و نمک
پخته میکنند، و بر میدارند بعد از رفتن آب آن، و بعد از آن سبزیهای باره و
سرد را با سر که طبخ میکنند، و بعد از آن همان گوشت را با آنها ممزوج مینمایند،
و میخورند.

و اما مصوص پس آن عبارت است از مطبوخ گوشت دراج، و یا گوشت
خروس، که در سر که طبخ بدهند، با سبزیهای سرد با رطوبت، پس بعد از حجامت
کردن یکی ازین سه مطبوخ میخوری.

ایضاً و همچنین قدری ترشی میخوری، و بعد از حجامت کردن بسر خود
اندکی روغن بنفشه با گلاب و کافور میریزی، و از آن شراب که برای تو وصف کردم

میخوری بعد از طعام خوردنت، و حذر بکن از کثرت حرکت و غضب کردن، و جماع نمودن در آنروز، و حذر نما از جمع کردن تخم مرغ و گوشت ماهی در معدۀ خودت در يك وقت، پس بدرستی که آن دو تا اگر جمع شوند در معدۀ انسان تولید میکند در انسان ناخوشی و مرض نقرس قولنج و بواسیر و درد دندان طاحونه، و همچنین خوردن شیر با نیبذ که اهل نیبذ میخورند، و قتیکه جمع شوند در معدۀ انسان باعث مرض نقرس و برص میشود، و مداومت خوردن تخم مرغ در بسیاری از اوقات سبب مرض کلف در صورت میشود.

و نقرس و رم و وجع است در مفاصل کعب و انگشتان پا ظاهر میشود.
و اما کلف پس آن دانه هائی است مثل کنجد که در روی انسان پیدا می شود، و رنگ آن ها در بین سبزه و سرخی می شود، و خوردن چیز های شور و گوشت های پر نمک و خوردن ماهی شور بعد از فصد و حجامت باعث بهق و جرب می شود.

و بهق همان رنگ سفید یارنگ دیگر است که بر پوست آدمی پدید آید و مخالف رنگ اصل پوست باشد و آن شبیه بر برص است.

و جرب گرگین شدن و خارش کردن بدن و جوشش آن.

و ایضاً خوردن کرده های گوسفند و شکم آن باعث درد مثانه میشود، و داخل شدن حمام با شکم پر باعث قولنج میشود، و غسل کردن با آب سرد بعد از خوردن ماهی باعث فلج میشود، و خوردن ترنج در شب چشم را چپ و احول و کج میکند و جماع با زن حایض باعث جذام در طفل میشود، و بعد از جماع کردن بول نکردن باعث سنك مثانه میشود، و جماع بعد جماع کردن بدون فاصله بغسل کردن باعث جنون در طفل میشود، و زیاد تخم مرغ خوردن باعث بزرگی سپرز و باد در سر معدۀ میشود، و پر خوردن تخم مرغ کباب شده در آتش باعث ضیق النفس و تنك شدن سینه میشود، و خوردن گوشت خام و نا پخته باعث پیدا شدن کرم در شکم میشود و خوردن انجیر زیاد باعث شپش بدن میشود، و خوردن آب سرد بعد از خوردن طعام گرم و یا شیرینی باعث خرابی و فساد دندانها میشود، و زیاد خوردن گوشت

حیوانات وحشی و گوشت گاو باعث تغییر عقل و بلاذت و در حیرت شدن فهم و کثرت نسیان می شود .

وقتیکه ازاده کردی دخول حمام را ، پس هر گاه نیافتی در سرت آنچه بتو اذیت میکند از ذکام ، و درد سر ، پس شروع بکن قبل از داخل شدنت بخوردن پنج جرعه از آب گرم ، پس باذن خداوند سالم میشوی از درد سر ، و درد شقیقه ، و گفته شده که پنج کف آب گرم بر سر بریز در وقت دخول حمام .

و بدان بدرستی که حمام مرکب شده مثل ترکیب جسد انسان ، و از برای حمام چهار بیت است ، مثل چهار طبع جسد ، بیت اول با سرد و یا بس است .

بیت دوم با سرد و رطب است .

بیت سیم حار و رطب است .

بیت چهارم حار و یا بس است و از برای حمام منفعت عظیمه است ، مزاج را میکشد بر اعتدال ، و چرك و كثافت را پاك میکند ، و رگهای بدن را از بزرگ و کوچک ملایم و نرم میکند ، و اعضای بزرگ را تقویت میکند ، و فضولات را زایل میکند ، و می گذارد و عفونات را میبرد ، پس وقتی که اراده داشته باشی که در بدن تو جوشش و دانه نباشد ، پس در وقت داخل شدن حمام ابتدا بکن بمالیدن بدن خودت بروغن بنفشه .

و اگر اراده داشته باشی استعمال نوره را که بر تو نرسد قروح و ترکیدن دست و پا و سیاهی در آنها ، پس غسل بکن با آب سرد قبل از نوره گذاردن ، و هر که اراده کرده باشد دخول حمام را از جهت نوره ، پس باید دوازده ساعت قبل از آن جماع نکند ، و این يك روز تمام است و سزاوار است که چیزی از ازوای ، و افاقیا ، و حضض را بمیان نوره داخل بکند ، و یا همه اینها را جمع نماید ، او اندکی از اینها را بگیرد یا همه با همدیگر ، و یا متفرق ، و از اینها بمیان نوره داخل نکند تا آنکه نوره را با آب گرم تر بکند ، که در میان آن آب گرم طبخ شده با بونه ، و مرزنجوش ، و یا گل بنفشه خشک ، و یا همه اینها ، و از اینها قدری کمی بگیرد ، مجموعه با همدیگر ، و یا متفرق آن قدری که آب رائحه اینها را بر دارد ، پس

بر نوره داخل بکند که باعث خوب شدن نوره و ملایم و بی ضرر بودن آن میشود و باید زرنیخ شش يك نوره باشد، و باید جسد را بعد از نوره بچیزی بمالد که رائحة آنرا ببرد، مثل برك شفتالو، و حناء، و گل سرخ، و سنبل الطیب، مجموع با همدیگر، و یا هر يك بر تنهایی، و هر که اراده بکند که نوره او را نسوزاند، پس کم بکند از تقلیب، و حرکت دادن آن، و در اول عمل کردن آن آنرا بشوید و بدنرا مسح بکند بچیزی از روغن گل سرخ، و هر گاه بدنرا نوره بسوزاند العیاذ بالله پس قدری عدس مقشر گرفته میشود، و کوبیده میشود با قدری گلاب و سرکه تر میکنند و آنجائیکه نوره آنرا برده و در آن اثر کرده مالیده میشود، پس باذن خداوند خوب گردد، و آنچه بیکه از اثر کردن نوره و زخم نمودن آن مانع می-گردد در جسد انسان، مالیدن آن موضع است مالیدن سخت با سرکه تند، و روغن گل سرخ.

و هر که اراده بکند که از درد مثانه شکایت نکند پس حبس نکند بول خود را هر چندیکه در بالای اسب بوده باشد.

و هر کس اراده بکند که معده او او را اذیت نکند پس در بین طعام خوردن ابدأ آب نخورد تا آنکه فارغ بشود از خوردنش، و هر که این نحو بکند بدن او با رطوبت میشود و معده او ضعیف میگردد و رگهای او از طعام قوت خودشان را نمیگیرند، پس بد رستی که آن طعام در معده تحلیل نمیشود اگر بر آن آب ریخته شود، بی در پی.

و هر که اراده بکند که در او سنگ مثانه و حبس بول نباشد پس منی خود را در وقت نازل شدن شهوت خود حبس نکند، و جماع کردن را طول ندهد.

و هر که بخواهد که از درد پائین خودش و از وجع بواسیر در امن و امان بوده باشد، پس بخورد در هر شب هفت عدد خرما، برنی و آن خرما معروف بر نیک است با روغن گاو و میان بیضتین خود را بروغن زنبق چرب بکند.

و هر که بخواهد که حافظه او زیاده بشود پس در هر صبح هفت مثقال ناشنا زیب ب بخورد.

و هر که بخواند که نسیان او کمتر بشود و حفظ او زاید گردد، پس هر روز سه قطعه زنجبیل مر با با عسل بخورد و خردل را هر روز با طعام خود بخورد. و هر که خواهد که عقل او زیاده گردد هر روز سه عدد هلیله با شکر ابلوج که نبات باشد بخورد یعنی سه عدد هلیله سیاه را با نبات بکوبد و بخورد. و هر که بخواند که ناخنهای او نترکد و زرد نشود و اطراف ناخنهای او فاسد نشود ناخن خود را در روز پنجشنبه بگیرد.

و هر که بخواند که گوش او درد نکند پس در وقت خواب يك قدر پنبه بگوش خودش بگذارد.

و هر که بخواند که در مدت زمستان زکام را از خود دفع بکند پس هر روز سه لقمه عسل بخورد.

بدان بدرستیکه از برای عسل دلایلها است که بآنها نفع آن از ضررش شناخته میشود و آن اینست که بعضی از آن پیدا میشود که وقتی که آنرا استشمام میکنند عطسه آورد و بعضی از آن پیدا میشود که مستی و سکر آورد و از برای آن در وقت چشیدن حرقت و سوزش شدید است، پس این اقسام از عسل کشنده است، و سم است.

و باید استشمام کردن نرجس را در زمان زمستان بتأخیر نیندازد، پس بدرستی که آن منع میکند زکام را، و همچنین استشمام سیاه دانه منع زکام میکند، و قتیکه بترسد انسان از زکام در زمان تابستان، پس هر روز يك عدد خیار بخورد و حذر کند از نشستن در آفتاب و هر که بترسد از درد شقیقه و از مرض شوصه را پس بتأخیر نیندازد خوردن گوشت ماهی تازه را در تابستان و زمستان.

و شقیقه عبارت است از درد نصف سر و نصف صورت.

و شوصه عبارت است از ذات الجنب بر گفته قانون و درد است در شکم و یا بادی است در زیر دنده ها و ورم است در زیر آنها بنا بر گفته قاموس، و در بعض نسخ است که هر کس بترسد از درد شقیقه و از مرض شوصه پس قبل از خواب ماهی تازه بخورد.

و هر که بخواهد که جسم او صالح و سالم باشد و بدن او خفیف و گوشت جسد او اندک و مناسب گردد پس او در شب کم بخورد.

و هر که بخواهد که لهات و دلیچک او و گلموی او نیامده باشد و نیفتد پس بعد از خوردن شیرینی با سر که غرغره بکند.

و هر که بخواهد که بر ناخوشی و مرض یرقان مبتلا نشود پس در تابستان در اول باز شدن در خانه داخل آنخانه نشود و در زمستان در اول باز شدن آن از آن بیرون نشود در وقت صبح و هر ادا از یرقان مرض زردی است که در چشمان و صورت ظاهر میشود.

و هر که بخواهد که نرسد بر او بادی در بدنش پس بخورد در هر هفت روز یک مرتبه نوم و سیرا.

و هر که بخواهد که دندان او فاسد نشود پس نخورد چیزی شیرین را مگر بعد از خوردن یک لقمه نانی.

و هر که بخواهد که طعام او تحلیل برود و از آن ضرر بر او عاید نشود پس بعد از خوردن آن بطرف راست بخوابد و بعد از آن بر گردد بطرف چپ تا آنکه بخوابد و بخواب رود.

و هر که بخواهد که بلغم را از خود دور بکند و کم نماید پس در هر روز در اول آفتاب چیزی از جوارش حریف بخورد و زیاد بکند دخول حمام را و مضاجعه زنانرا و نشستن در آفتاب را و اجتناب بکند از هر غذای بارد و بارطوبت پس بلغم میرود و این عمل آنرا میسوزاند.

و مراد از جوارش حریف جوارش فلافل است چنانکه مرحوم علامه مجلسی فرموده است و آن شاید آن جوارش باشد که مشتمل است بر فلفل و دار فلفل (مثل جوارش شکر که در کتاب تحفه گفته از جهت تسخین معده، و تقویت هاضمه کبار و صغار، و رفع بلغم و رطوبات نافع است، و صفت آن: کبابه، قاقله، دارچینی، نجیل، دار فلفل، زعفران، از هر یک یکمقال، عود، فلفل، از هر یک نیم مقال، با پنجاه مقال شکر سفید را بقوام آورده بسریشند.

و مثل جوارش کافور که گفته: از جهت ضعف معده، و هاضمه، و بلغم غلیظ و خفقان نافع است، زنجبیل، فلفل، دار فلفل، دارچینی، قرفه، ساذج هندی، جوزبوا، صندل زرد، عود بلسان هیل، بسباسه، قرنفل، نارمشک، طالیسفرم، طباشیر عود هندی، از هر يك سه مثقال و نیم، و کافور و مشک از هر يك یکم مثقال و نیم، نود مثقال قند را بقوام آورده بسریشند، پس در هر یکی از اینها اشاره برفع بلغم با منافع دیگر فرموده‌اند.

و شاید مراد آنحضرت اینها و امثال اینها باشد و جوارشات در کتب طب بسیار است و مراد از حریف که جوارش حریف فرموده است هم صحبت و همنشین و رفیق است که همیشه با شخص میشود بر گشتیم بترجمه.

و هر که بخواند که آتش صفراء را خاموش بکند پس هر روز قدری از چیزهایی که رطوبت و برودت دارند بخورد و بدن خود را ترویج کند و با باد زن هوا را بر خود بزند و حرکت کم بکند و آنکسی را که او را دوست میدارد بر او نظر بسیار نماید.

و هر که بخواند که سوداء را بسوزاند و آن را از خودش دفع بکند پس بر او باد قوی بسیار کردن و فصد نمودن از رگهای بدن، و مداومت کردن بر نوره کشیدن.

و هر که بخواند که باد سرد را از خودش دفع بکند، پس بر او باد حقه کردن و روغن ملایم بر بدن مالیدن، و بر او باد خرقه و کهنه را با آب گرم تر کردن و بر بدن گذاردن، و نشستن در ظرفی که در میان آن آب گرم است با ادویه حرارت دار.

و هر که بخواند که بلغم از او برود پس تناول بکند در اول هر روز یکم مثقال از اطرینفل صغیر و در کتاب تحفه فرمود اطرینفل صغیر جهت استرخای معده، و بواسیر، و قوه دماغ نافع است صفت آن پوست هلیله کابلی و پوست بلبله و پوست هلیله زرد و هلیله سیاه و امله مقشر مساوی یکدیگر کوفته و با روغن بادام و یا روغن گاو چرب کرده با سه مقابل تمام ادویه غسل بسریشند و در کتب طب اطرینفلها

بسیار است بر گشتیم بترجمه .

و بدان بدرستی که از برای مسافر سزاوار است که اجتناب بکند از هوا گرم در وقتی که شکم او پر از طعام باشد و یا خالی از آن بشود و باید شکم او در حال اعتدال باشد و در وقت گرمی هوا تناول بکند از غذا های بارده و برودت دار مثل گوشت تازه و هلام که معنی او ذکر شد و مثل سرکه و مثل روغن زیت و مثل آب غوره و نظیر اینها از طعامهای بارده .

و بدان بدرستی که سیر شدید در گرمی هوا ضرر دارد ، و اندکی از آن هوای گرم بر بدنهای لاغر و ضعیف مرض آور و مضر است در صورتیکه با شکم خالی بوده باشند ، و آن نفع دارد در بدنهای فربه و پر گوشت .

و اما صلاح آب مسافر و دفع اذیت از آن پس آن اینست که مسافر نخورد از آب هر منزل که بر آن وارد میشود مگر بعد از ممزوج کردن آن آب بآب منزل قبل از آن ، و یا بعد از ممزوج کردن آن آب بقدر خاکی غیر مختلف ، پس آن خاک را بر آنها ممزوج میکند ، هر چندیکه آب هر منزل بخلاف منزل دیگر باشد ، پس واجب از برای مسافر اینست که توشه بر دارد از خاک بلد خود ، و از آن طینت که در آن تربیت یافته ، و هر وقتی که وارد يك منزل شد قدری از آن تربت و خاک را بریزد بظرف آبش ، و آنرا حرکت بدهد ، و ممزوج آب بکند ، و بعد از صاف شدن آن از آن آب بخورد ، و بهترین آنها از برای مقیم ، و حاضر و مسافر آنکه چشمه آن آب از طرف مشرق بوده باشد ، و آبهم خفیف و سبک و سفید شود ، و افضل آنها آنست که با این صفت باشد ، و مخرج آن از طرف طلوع آفتاب بوده باشد ، که در تابستان آفتاب از آن سمت طلوع بکند ، نه آنکه از آن سمت باشد که آفتاب در وقت اول زمستان و آخر پائیز از آن طرف طلوع بکند ، و اصح آب ها و افضل آن ها با این وصف آن آبست که جاری بشود از کوه هائی که محل آن گل بوده باشد ، زیرا که آب با وصف مذکور در زمان زمستان با برودت می شود ، و در تابستان ملین طبع میگردد ، و آن از برای صاحبان حرارت نافع است .

واما آب شور و آبهای ثقیل پس بدرستیکه آنها شکم را خشک میکند و باعث یبوست میگردد .

واما آب برف و آب یخ پس از برای جسد ها و مزاجها بسیار بد است ، و مضر است .

واما آب باران پس آن خفیف و شیرین و صاف است ، و نافع و بی ضرر است از برای جسمها و مزاجها ، وقتیکه در زمین بسیار نماند ، و در زمین حبس نشود . و آب چاه ها پس آن ها شیرین و صاف است ، و نافع است و اگر همیشه جریان و کشیده شود ، و در چاه حبس نگردد ، و بلکه عادت بر کشیدن آب چاه جاری بشود .


واما آب دره ها و گودیها ، پس آنها با حرارت و با غلظت است در تابستان ، از جهت ایستادن آنها ، و افتادن آفتاب بر آنها در اکثر اوقات ، و در بعض وقتها از خوردن آنها مره صفره حادث می گردد ، و صفراء از جهت خوردن آن ها غلبه می کند .

و بدرستی که بیانکردم برای تو در آنچه نوشتم برای تو آنچه را که کفایت می کند برای آنکسی که اخذ بآن و عمل بآن بکند ، و حالا برای تو ذکر میکنم امر جماع را ، پس نزدیک نشوی بر زنها در اول شب ، چه در تابستان ، و چه در زمستان باشد ، زیرا که در اول شب معده و رگها پر میشوند ، و درین وقت جماع کردن پسندیده نیست ، و از آن مرض قولنج و فالج و لقوه و نقرس و سنک مثانه و تقطیر بول و ریزش آن و مرض فتق و ضعف چشم و کم نوری آن عارض و حاصل میشود ، پس وقتی که اراده کردی اینکار را ، پس باید در آخر شب بوده باشد ، پس بدرستیکه جماع در آخر شب اصلح است برای بدن ، و جای امید تولد اولاد است و باعث ذکات و عقل در اولاد است اگر خداوند مقدر بفرماید در میان شما ولد را و جماع نکن با زنها تا آنکه ملاءبه بسیار بکنی با او ، و پستانهای او را دست بمالی و بفشاری ، پس بدرستیکه تو اگر با او ملاءبه و شوخی و مزاح بکنی ، شهوت او نیز غلبه میکند ، و منی او جمع میشود ، زیرا که منی او از پستانهای او خارج میشود

و اکثر منی او در پستان او حادث گردد، و با دست کردن پستان او شهوت او ظاهر میشود، و او نیز از تو طلب میکند آنچه را که تو از او میل میکنی، و با ملاحظه کردن شهوت او در صورت او و چشمهای او ظاهر می شود، پس در این وقت با او نزدیکی بکن که لذت شما بیشتر و تمام میشود، و جماع نکن با زنها مگر در آن وقتی که آنها از حیض پاک باشند، از جهت اینکه جماع با زن حیض باعث جذام در ولد میشود، با وجود حرمت آن، پس وقتی که جماع کردی و فارغ شدی از آن، پس بر پا نخیز، و منشین، بلکه تکیه بکن بطرف راست خودت قدری، و پس از آن بر خیز از برای بول کردن بعد از فراغت تو در همان ساعت، پس بدرستی که از سنك مثانه خاطر جمع میشوی، و بعد از آن غسل بکن، و در همان وقت قدری از مومیا بخور بشراب عسل، یا بعسل کف گرفته، پس بدرستی که خوردن این بر-میگرداند و جمع میکند از منی آنچه را که از تو خارج شده است (و در کتاب تحفه فرموده شراب عسل از جهت درد معده، و جگر سرد، و امراض عصب نافع است، و صفت آنده رطل عسل را با شش رطل آب، و سنبل الطیب و مصطکی، و دارچینی، و قاقله، و عود، و هیل، و جوزبوا، و دار فلفل، و قرنفل، ازهریک دو مثقال بجوشانند، تا بقوام آید پس صاف نموده استعمال نمایند).

و بدان بدرستی که جماع کردن با زنان در وقتی که ماه در برج حمل و یا دلو است افضل است، و بهتر از این آنست که جماع در وقتی باشد که ماه در برج ثور باشد، زیرا که ثور شرف ماه است، و علت مناسبت برج حمل از برای جماع از جهت بودن حمل است از بروج آتشین، که مناسبت با شهوت دارد، و شرف شمس در او است و مناسبت برج دلو از جهت بودن آنست از برجهای هوایی که حار و رطب است، و حار و رطب باعث زیادت شهوت است، و باعث زاید شدن خون است و برج ثور منزل ستاره زهره است، و آنها متعلق بزنان و شهوت است، بنا بر قول حکماء، و هر که عمل بکند بر آنچه در این کتاب ذکر کردم، و جسد خود را باینها تدبیر بکند، سالم و در امن میشود باذن خداوند از هر دردی، و جسم صحیح میشود از هر مرضی بحول الله و قوته، پس بدرستی که خداوند عافیت و صحت عطا

میفرماید بر هر کسی که میخواهد، و منت میگذارد بر دادن صحت و سلامتی بر هر
که اراده فرماید، و الحمد لله اولاً و آخراً و ظاهراً و باطناً تمام شد
کلام آن حضرت و بتمام شدن آن ترجمه نیز تمام گشت
و الحمد لله علی الاتمام والانجام کما هو امله و مستحقه



فهرست کتاب ترجمه الموسوی در طب رضوی و نبوی علیهما الصلوات و التحیات

- خطبه مؤلف و ذکر روایاتی چند در فضیلت علم طب و ذکر سبب ترجمه کتاب
- ۱ - ۲
- ۳ در اینکه پادشاه جسد انسان قلب است و اعضای دیگر شرطه و پاسبان قلبند ثواب و عقاب سلطان قلب و این که جسد چون زمین پاکیزه است که قابل کشت باشد
- ۴ در اینکه غذا باید موافق طبع باید باشد و مناسبت فصل بهار و پائیز که باید غذای معتدل خورد
- ۵
- ۶ تدبیر فصول سالهای رومی و ماههای دوازده گانه آن
- ۷ مناسبات ماه نisan و ماه ايار
- ۸ مناسبات ماه حزيران و تموز
- ۹ مناسبات ماههای آب و ايلول و تشرین اول
- ۱۰ مناسبات ماههای تشرین آخر کانون اول کانون آخر
- ۱۱ - ۱۲ مناسبات ماه شباط و صفت ساختن شراب حلال
- ۱۳ در اینکه قوای نفوس تابع قوای بدن است
- ۱۴ خواص و منافع خون در بدن انسان
- ۱۵ حالات مختلفه انسان در سنین عمر از غلبه صفرا و سوداء و بلغم و خون