

אל חלב והמוח ויפסידו [הליחות<sup>2</sup> ויתבלבלו] הרוחות [החיים], ויחדשו המחשבות הרעות, הבהלה, והשכרון מן התנועות<sup>3</sup>, וימנעו לצאת מותרות הבישולים כולם<sup>4</sup>. ולזה ראוייה השתדלות שלימה לרכך את הטבע.

## [2]

ואמר [אבו מרון] אבן זוהר — [יזכרהו אלהים לטובה] — כי הטוב לרכך את הטבע: משקה הריברבר<sup>5</sup> עב התמראינדי<sup>6</sup>. ואשר יראה העבד הקטן<sup>7</sup>, לפי מה שסופר לו ממוג אדוני, [כ] הטוב לו, הוא שיתמיד לרכך את הטבע כאשר יעצר, בלימוני<sup>8</sup> א<sup>9</sup>, עשויה בתרנגולת שמנה, בורע [בהרבה] זעפראן<sup>10</sup>, וסוכר<sup>11</sup> ומי לימון<sup>12</sup> ופילקא<sup>13</sup> שנשלקו עמה [ב], ולא ישליך<sup>14</sup> גם את המים. וירגיל גם כן בעת המאכל לקחת תחלה הירקות המתובלים במוריים<sup>15</sup>, עשוי משעורים ושמן טוב. ואחר זה יקח אדוני מה שיחפץ מן המאכלים. וכאשר ישלים מאכלו, ימיץ קדונו<sup>16</sup> [חבושים]<sup>17</sup> או פירא<sup>18</sup> [אגסים]<sup>19</sup> או תפוח<sup>20</sup> או רימון<sup>21</sup> בגרעיניו. והירקות, אשר יקח (אדוני) הראשון מהם התרדים<sup>22</sup> (או פורייגא) [או הלעינין<sup>23</sup> או תרדי אספנד<sup>24</sup> או הירבון<sup>25</sup>] איזה מהם שיודמן, מתובל בשמן זית טוב ומוריים [שעורין].

## [3]

וכאשר יצטרך לרכך הטבע ברפואה, יקח משקל דרכמון ריברברי<sup>26</sup> [טוב], ויכתוש אותו, ואונקיה אחת מתמרהינדי<sup>27</sup> מנוקים וחתוכים דק עד כמה שיוכל וישרה זה לילה אחד בליטרא וחצי מים רתוחים הרבה. כאשר יהיה במקר, יסננהו על שלש אוק' אישרוב וורדים<sup>28</sup> מסונן, ויקחהו אחר בן ולא יאכל אחריו עד סוף שש שעות מחיוב.

אבו מרון: מ' 2: אבן מאסיה. || יתמיד: כ"י אחרים: שיסמך. || אונקיה אחת: בהוצאה העברית: שתי אונק'. || כמה שיוכל: ה' 1: ותרד כמו.

- 2 ויקלקלו הליחות. 3 ויביאו לידי מרה שחורה, בהלה ואפאתיה וגם Exhaustion.  
4 היינו: עצירות חזקה. 5—6 עיין לוח. 7 הרמב"ם.  
8 חבשיל מיוחד המכיל לימון. קרונר מתרגם: *Amaranthus blithum* = *Meyera*.  
9 ע' לוח. כ"י לטיני: *Crocus orientalis*.  
10 לטינית: *zucharum*. סקר 11 מיץ לימון: *succus limonum*.  
12 ע' לוח. 13 ולא ישפוך.  
14 Sauce, Tunke לטינית *Oxomagaram*, מרי (שעיר).  
15 ע' לוח. והשווה שער שני הערה 43. 16—19 ע' לוח.  
20 על התרדין נאמר גם בתלמוד: ותרדין לרפואה (ברכות מד, ב); אוכלין תרדין ושותין שיכר ומתריזין... (סנהדרין סד, א). 21—22 ע' לוח. 23 *Sirupus Rosarum*.