



DE

CONSERVANDA
BONA VALETVDINE,
Liber Scholæ Salerni-
tanæ.

DE ANIMI PATHEMATIS,
& remediis quibusdam ge-
neralibus.

CAPVT I.

Anglorum Regi scribit Schola tota Salerni.
Si vis incolumem, si vis te reddere sanum,
Curas tolle graues, irasci crede profanum,
Tarce mero, cœnato parum, non sit tibi va-
nitas

*Surgere post epulas, somnum fuge meridianum.
Ne multum retine, nec comprime fortiter animum.
Hac bene si serues, tu longotempore viues.*

PRÆSENS hic liber, à Doctoribus Scho-
læ Salernitanæ in gratiam Regis Angliæ
conscriptus, multa & varia conseruandæ
bonæ valetudinis præcepta complecti-
tur.

In hoc autem capite octo inprimis generatim
referuntur, quæ nos singulatim deinde, ac suo
quodq;

A

Cura.

quodque ordine explicabimus. *Primum* ergo est, ut tuenda sanitatis suæ studiosus anxiferas, graueis & pertinaces curas relaxans, ex animo penitus exterminet. *Cura* enim corpus vehementer extenuant & exsiccant, somnum impediunt, perpetuisq; vigiliis conficiunt, vires destruunt, febres etiam accendunt, ac grauissimis valetudinibus initia præbent: ipsæ quoque Melancholiam generant, pariterque calorem innatum resoluunt & extinguunt, & magis, si diutius durarint: Autor Galenus cum multis aliis locis, tum præcipue Aphor. libro 2. comment. 28. & lib. 3. commen. 31. & de tuenda sanitate lib. 1. cap. 11.

Tristitia.
Galenus de
parua pila
exercitio, ca-
pite 1.

Sub eodem præcepto comprehendendi debent & *Tristitia*, quæ & ipsæ corporis naturam frigiditate & siccitate corrumpunt: id quod Salomon quoq; capite 17. Prouerbiorum suorum attestatur: Spiritus tristis, inquit, exsiccat ossa. Sed cum omnis mœstitia generanda melancholiæ vim habeat, quo tamen vehementior ac diuturnior hæc affectio fuerit, eo plus adfert periculi. Nam præterquam quod corpus macie paulatim extabefacit, cor etiam ipsum immodice constringit, spiritum obtenebrat, ingenium hebetat, rationem impedit, iudicium obscurat, & memoriam obtundit. In mœroribus item fortibus, uti à Nemesio capite vicefimo, de natura hominis, ex tertio libro Demonstrationum Galeni refertur: biliosa quædam superfluitas consuevit in ventriculum defluere, & multo magis, quum per se ipse male affectus fuerit: quæ sane molestiam exhibet, ut non prius à mœstitia & cruciatu cesset, quam superfluitas illa vomitu eiecta fuerit, id quoque Galenus etiâ Aphorif. lib. 6. cōment. 50. testatur.

Idem

Idem de timore quoque intelligendum: nam & Timor,
 ipse intro & ad principium tum spiritum, tum
 sanguinem vna cum refrigeratione eorum que
 in summo corpore sunt, abducit ac contrahit:
 itaque etiam pulsus tum arteriarum, tum cor-
 dis, iis qui timent, minimi ac maxime imbecilli
 sunt: partes in superficie posite algent, corpus-
 que pallefcit, tremor incidit, vox interrumpitur,
 & vires denique conuelluntur omnes. Quod au-
 tem in tristitia paulatim patiuntur homines, id
 in timore confertim accidit, dissidentibus scilicet
 inter se passionibus iis, non toto genere, sed
 magnitudine & vehementia. Itaq; etiam ob ti-
 morem & immensum moerorem nonnulli re-
 pentina morte interierunt, quod scilicet imbe-
 cilla suapte natura animula eorum sub valido
 affectu oppressa confertim extincta & suffocata
 sit, quemadmodum luculenter & perspicue do-
 cet Galenus, libro 2. capite 5. de causis sympt.
 Quippe extingui eam accidit propter affectus i-
 plius naturam, vt cuius generatio in refrigeran-
 do consistat: Suffocari autem, eo quod totus san-
 guis vna commeeat, atq; ad principiu deferatur.
 Cuius sane rei insignia exempla extant apud
 Plinium, libr. 7. cap. 36. naturalis historia. Quo-
 circa eum qui sanitatis suae tuenda curam susce-
 perit, cane peius & angue omnia illa, quæ non
 aspectu & auditu modo, verum & mentis agita-
 tione tristia existunt, fugere oportebit. Quod A-
 ristoteles quoq; innuisse videtur, quam proble-
 mate 5. sect. 7. scribit, in *λειποθυμίας* incidisse
 quandoque, qui homines suffocari laqueo vidif-
 sent solum. Lege plura apud Stephanum Athe-
 niensem in librum 1. ad Glauconem comment.

*Tristari
quibus vli-
le.*

12. Hoc tamen ignorandum non est, quod obesis nonnullis quibus corpus immodice plenum est, ac iis etiam qui spiritus admodum mobiles & calidos habent, interdum vtile sit, si curis, timore, & tristitiis conficiantur: quo nimirum spiritus calor hebetetur, & nimia moles, quæ corpus onerat, extenuetur aliqua ex parte atq; auferatur: id quod vno ore confirmant Paulus Ægineta libro 1. cap. 57. Aetius libro 4. capite 32. & Rhazes, libr. 4. cap. 9. ad Almanforem.

Ira.

Secundum vt ab ira temperet. Nam cum ira sit feruor quidam ac vehemens motus caloris in ipso cordis corpore, qui in extimas tandem partes cum impetu diffunditur, vt eam plane dilucideq; Galenus libro 1. cap. 4. de different. feb. & in libro de causis morborum cap. 2. definit, necessario corpus ipsū immodice calefacit & excitat, quo fit, vt febrim nonnunquam accendat, in iis præsertim corporibus, quæ in se admissam caliditatem longo tempore retinere apta nata sunt. Etsi enim motus cordis sedetur, in hisce tamen remanet calor præter naturam, atque inde hominem febricitare contingit. Quidā etiam ira commoti, quasi attoniti ac extra se positi videntur. Sunt præterea qui impotenti ira impetuosius cōcitatos in *δυσκολία* incurrisse multos, repenteq; animam expirasse, nonnullos vero furore comitialis morbi accessione, *παραλύσις*, conuulsione, podagra, & articulorum maxime ac totius corporis tremore comprehensos concidisse tradant. Obstat etiam animi iudicio, & rationis opera perturbat, & vt Cicero ait, ira præsentē nihil recte fieri potest. Offenduntur autem

tem ab ira potissimum, qui temperaturam corporis totius calidiorem quam par sit, aut morbo, aut natura consequuti sunt: præcipue quando cor & caput naturali intemperie immoderate feruent, aut aliquo aduentitio calido affectu laborant. Animalibus tamen vitiis, morbis frigidis, & natura frigidiori cordi & capiti, Galeno lib. 6. Epidem. partic. 5. comment. 9. autore, ira non leue præsidium adfert. Innatum enim calorem in ipsis iam torpescentem excitat adaugetq; Quod Hippocrates etiam libro 2. Epidem. partic. 4. in eum scribens modum confirmat: Diligentia, inquit, adhibenda est, vt excandescencia inducatur, & coloris reparandi, & sanguinis in vasa subter cuticulam colligendi gratia. Quocirca ipsa à perfrigeratis, pallido colore præditis & *καχεξία* laborantibus ex quibusdam interuallis & temporibus opportunis assumenda est: non sane ita continenter, vt facultas offendantur: sed perinde vt exercitationes innatum calorem corroborantes non immoderatas facere oportet, sed tum opportune, tum moderate assumere, ira & excandescencia, si clarissimis Medicinæ scriptoribus Galen. lib. 3. cap. 10. de difficul. respir. Paulo lib. 1. cap. 58. & Aetio lib. 4. capite 33. credendum est.

Quibus irasci utile.

Tertium, vt moderate vino vtatur. Vinum enim modice haustum natium calorem adauget, teste Galeno cap. 4. de causis morborum. Vbi vero immoderatus bibitur, quam vt vinci possit, tantum abest vt animal calefaciat, vt etiam frigidiora vitia gignat, quemadmodum copiose Galenus libro 3. capite 5. de temperamentis ostendit: quippe apoplexia, paraplegia, & quæ Græci

Vinum.

A 3 caron

caron & comata vocant, neruorum resolutio, comitiales morbi, conuulsiones, tetani, & debilitas ventriculi ac reliquorum membrorum omnium immodicum vini potum comitantur, quorum vnumquodq; frigidum est vitium. Sed de his plura infra capite decimoquinto.

Cena.

Quartum, vt in coena modico cibo vtatur: exiguus namque cibus à facultate vinci perfecte & facile potest. Qui vero noctu multum ingerunt, ventriculumque nimio cibo onerant, dolorem primum & angustiam perpetiuntur, deinde nec probe dormire, nec recte concoquere possunt, quod nimia copia facultas aggrauetur, ceu nimio pondere pressa, subindeque superare ingestum cibum nequeat, id quod & infra cap. 5. vberius ac fufius declarabimus.

Quintum, vt statim à sumpto cibo surgat: hoc enim ad cōcoctionem facit, quia cibus sumptus ita facilius descendit in imum ventriculi, in quo Gal. lib. 5. cap. 5. de locis affect. teste, coctionis opus perficitur. Infra cap. 2. & 76.

Somnus medicinalis.

Sextum, ne à pradio somno indulgeat. Is namque somnus, qui cibum statim excipit, fumosis exhalationibus caput replet, destillationesque parit. Sed de hoc vberius infra cap. 3.

Lotii retentio.

Septimum, ne lotium diutius, quam natura fert, remoretur: hinc enim interdum oriuntur *dyssglia* & *isogglia*. hoc est, vitia in quibus vrina aut acre & difficulter excernitur, aut in totū suppressitur ac cohibetur. Eodem modo calculus aliquando & aqua inter cutem gigni perhibentur, neq; aliud quidquam aque vesicam laedit, atque longior vltra mingendi voluntatem lotii retentio, id quod testantur cum primis Galenus

lenus

Ienus lib. 6. cap. 4. de loc. affe&. Rhazes lib. 4. ca. 6. ad Alman. & Auicen. Fen 19. 3. tract. 2. cap. 6.

Obstaculum, ne compressis natibus ventris onus suppressimere & retinere tentet: ita namq; indurantur faeces in intestinis ob continuam suctionem venarum mesaraicarum, quæ cum intestinis continuatæ omnem humiditatem è facibus exugunt: quo fit, vt illæ exsiccatæ difficilioris exitus intestina obstruant oppilentque: oppilationem vero ob flatuum eductionis præclusionem & aliarum consequentium sæcum coaceruationem, nocumenta sequantur, cum illa quæ cap. 4. enumerantur, tum etiam quæ referuntur à Cornelio Celso lib. 1. cap. 3. Ex ventre, inquit, suppressio inflamationes, caligines, capitis dolores, aliaq; superioris partis mala increfcunt. Quibus accedunt etiam, vt Rhazes testatur, *τενερμὸς* & cibi fastidium, quod malum Græci *ἀνορεξίαν*.

Excrementorum tentio.

Latini vero appetentiæ amissionem vocant.

Summopere præterea cauendum, ne in exoneranda aluo nimio conatu vtatur: nam & hinc nõ raro sequi solet *τενερμὸς*, hoc est, crebra & inanis egerendi voluntas, aut exitus intestini, quod ab osse sacro ad anum vsque pertinet, Græcis, *ἀπὸ πυλῆνος ἕως τοῦ ἀρχῶς* dicitur, Latinis longa, non rectum, & princeps, teste Andrea Valsalio lib. 5. fabricæ humani corporis.

Vltimo tandem loco subiungitur, longissimo tempore victurum, quicumque hæc præcepta studiose & diligenter obseruauerit.

Si tibi deficiant Medici, medici tibi fiant

Hæc tria: mens hilaris, requies, moderata diæta.

Hoc loco fit mentio trium remediorum, quæ

A 4 in

in defectu Medici vicem eius cum apud alios, tum nobiles maxime & excellentes viros supplere possint.

Mens hilaris.

Galenus de parua pile exercitio capite 1.

Gal comment. 5. in 6. de morbu vulg. aphor. 9.

Primum, Animus hilis ac lætus: lætitia enim calorem excitat naturalem, spiritus temperat & puriores reddit, virtutem corroborat, atatem floridam facit, iuuenile corpus diu conseruat, vitam prorogat, ingenium acuit, & hominem negotiis quibuscumque obeundis aptiorem reddit. Conuenit autem vt hæc ipsa lætitia siue gaudiū bonæ valetudini commodum, sit temperatum, non excedens modum, neque repentinum. Nimmio enim & repentino gaudio, quemadmodum Galenus lib. 2. cap. 5. de Symptomaton causis, & Alexander Aphrodisæus problemate 21. memoriæ prodiderunt, tanta sit cordis relaxatio, vt virtus vitalis vna cum innato calore tota egeratur ac dissipetur, adeoque syncope nonnunquam & repentina mors consequatur. Atque huius quidem rei extant horribilia ac pertimescenda exempla apud T. Liuium Deca. 3. libr. 2. Val. Maximum libro 9. cap. 12. Plinium lib. 7. cap. 32. & 53. & A. Gellium lib. 3. cap. 15. At enim cum iuxta tritissimum scholis medicorum dictum, contraria contrariis curentur ac depellantur, illis potissimum gaudium adsciscendum est, qui tristioribus animi pathematis immodice cõficiuntur. Quod sane per illa cumprimis consequentur, quæ principes facultatum partes corroborant, sanguinem bonum generant, & spiritus instaurant: eadem quippe & menti, Auicenna 4. 1. capite 1. & 11. 3. tract. 2. cap. 10. teste, gaudium & lætitiā conciliant adiunguntq; Huiusmodi porro sunt cibi suaves & boni succi, vinum subtile

ac

ac delectabile, boni & fragrantis odores, delectabilem rerum commemoratio, & cum amicis & familiaribus frequentior & iucunda conuersatio. Quare, vt Eobanus noster diserte canens admonet:

Vtere conuiuiis non tristibus, vtere amicis,

Quos iuga, & risus, & ioca salsa iuuant.

Quem non blanda iuuent variis modulamina cantus

Huic iecur & renes, agrag, corda stupent.

Nam nihil humana tanta dulcedine mentes

Afficit, ac melica nobile vocis opus:

Tange lyram digitis, animi dolor omnis abibit.

Dulcisonum reficit tristia corda melos.

Atque hinc inde adeo est, quod grauissimus autor Plutarchus in libro de virtute morum tradit, Pythagoram animo pacando sedandoq; ab affectibus & perturbationibus vehementioribus Musicam adhibere solitum. Sic Saul quoq; per Dauid psallentem à spiritu maligno liberatum legimus. His similia & scitu non indigna libro 1. & 14. Diogenes Laërtius Athenæus refert. 19.

Atque hæc etiam quidam dicta magna ex parte hisce etiam versibus ex Hieronymo Fracastorio complexi sumus:

Tu tamen interea effugito quæ tristia mentem

Sollicitant, procul esse iube curas, metumq;

Pallentem, ultrices iras: sint omnia lata.

Alma Ceres te in hoc, Bacchi quoq; lata iuuabunt

Munera, sic dulces epule, sic copia rerum,

Sic urbis, sic ruris opes, & summa voluptas,

Visere sæpe amnes nitidos iucundaq; Tempe,

Et placidas summis sectari in montibus auras,

Accedant iuuenumq; chori misteq; puella.

Secundum, Animi tranquillitas: Nobiles enim

A 5 &

Tranquilli-

tan animi.

& excellentes viri, ob maximas & diuersas curas, quas sustinent, (si ipsis cetera omnia ante pariter adfuerint,) mentis inquietudine magis quā mediocris conditionis homines læduntur. Nam si quid aliud, hæc maxime somnum impedit, qui nobilibus, cum bilioſæ fere & ſiccioris naturæ ſint, inprimis conueniebat. Vigiliæ vero, vt Galenus lib. 7. cap. 6. Therapeu. metho. autor eſt, magis adhuc totum corporis habitum ſiccant, adeoq; iis qui alioquin ex ſiccitate laborant, inſeſſimæ ſunt. Vel requies hic ad corporis quietem, quæ motui opponitur, referenda eſt. Nam & hæc quoque ad valetudinem neceſſario adhibetur. Calorem enim naturalem aſſiduïs laboribus fractum ac diſſipatum reuocat, vires exhaustas ac pene perditas recuperat, adeoq; præſtat vt animal ſe colligat, ac durare poſſit. Quod diſerte admodum apud Ouidium lib. 1. epiſt. 4.

Quod caret alterna requie, durabile non eſt,

Hæc reparat vires, ſeſſaq; membra leuat.

Eleganter autem alternam requiem vocat: ſicut enim non ſemper laborare, ita nec ſemper quieſcere expedit.

Dietamoderata.

Tertium, Moderata diæta, id eſt, modus ſeu ratio viuendi, Græcis communiter Νουτα dicitur, Latini viſtus rationem reddunt. Quidam Græcam diſtinctionem retinere, ac Latinis characteribus diætam ſcribere maluerunt, vulgus Regimē ſanitatis, ſiue regulam viſtus appellat. Complectitur autem in ſe non modo quæ ad cibi & potus rationem attinent, ſed reliquas etiam reſ omnes, quas non naturales Medici vno ore vocare ſolent: Harum enim commodus & moderatus uſus ſaluberrimus eſt, & corporis cōſtitutio-

nem

nem conseruat: intempestiuus vero & immodicus sanitatem, adeoque naturam hominis corrumpit. Vt igitur vita morbis omnium minime obnoxia sit, harum legitimus vsus sollicite ac diligenter seruandus est. Plura infra cap. 55.

DE CONFORTATIONE

Cerebri.

CAPVT II.

L Vrina mane, manus surgens gelida lauet vnda,
 Hac illac modicum pergat, modicum sua membra
 Extendat, crines pettat, dentes fricat: ista
 Confortant cerebrum, confortant cetera membra,
 Lote cale, ista pranse, vel i. frigesce, minute.

Hic traduntur sex præcepta de confortatione tum cerebri, tum reliquorū membrorū omniū.

Primum, vt singulis diebus mane oculi ieiuno lauentur, à sordibus enim & lemīs, quæ in ipsis noctu coaceruantur & palpebris adhærescunt, ne inde læsionem percipiant aut corrodantur, diligenter repurgari debent, idq; aqua clara, viridi, & frigida inspersa potius quam per manus adinota faciendum est, vel certe in eadem aperti ambo quoad poterunt in iergendi, ac longiore deinde temporis spacio supprimendi sunt. Hoc enim non abstergit modo ac claros nidosq; reddit, sed sanos etiam conseruat, visumq; acuit & confortat, & maxime in iuuentute, quæ admodum Paulus Æginet. libro 1. cap. 31. Rhazes libro 4. capite 22. ad Almanf. & Auic. 33. Tract. 1. capite 5. & 3.3. Tract. 4. cap. 3. fidelissime tradunt. Cur autem frigida magis quam calida lauari debeant, ratio hæc est, quod vt Galenus cum alibi sæpe, tum maxime aph. libro 1. com-

Visum conseruantia.

RECEN-

mentario 16. & libro tertio, capite 41. de aliment. facul. & capite 86. artis medicinalis testatur, conseruatio in temperatis semper per similia fiat. Oculi vero, vt lib. 5. cap. 1. de genera. animal. & lib. 2. cap. 10. de partibus eorundem, & in lib. de sensu & sensibili ca. 2. Aristot. scribit, sunt de natura aquæ, hoc est, frigidi, quare etiam frigida potius, quam calida lauari debent. De recreatione & confortatione visus paulo post, & infra capite 79.

*Manuum
lotio.*

Secundum, vt manus quoq; lauētur: cum enim iustrumenta sint, quibus emundantur organa superfluitatum cerebri, aures nimirū, oculi, nares, & os, conueniet sane & ipsas cum primis esse mundas. Lauandæ igitur sunt, sed frigida magis, quam calida: & hoc quidem cum alias ob causas, tum maxime quod lotio manuum in aqua calida, & præcipue post cibi sumptionem, Auicenna 16.3. Tract. 5. cap. 1. teste, vermes in ventre generet. Quia innatus calor, qui in ventriculo ac reliquis nutritionis membris concoctionem operatur, per eiusmodi lotionem ad exteriora retrahitur, itaque imperfecta fit concoctio, quæ potissima generationis vermium causa existit. Plura de lotionem manuum infra cap. 23.

*Calida manuum
lotio
vermes generat.*

Motio.

Tertium, vt postquam è somno experrectus surrexerit, paulatim inambulando se moueat, vt primæ & secundæ concoctionis excrementorum redundantia, quæ sunt fæces & vrina, descendant, & ad faciliorem excretionem præparentur adiuuenturque.

*Pandicula.
ri.*

Quartum, vt sub idem tempus pandiculetur, hoc est, manus, pedes, & simul totum corpus extendat: quo videlicet spiritus vitales vna cum
saa-

sanguine, qui per somnum intro magis fugiunt, vt libro 6. part. 5. Epid. aph. 29. doctissime & breuissime Hippocrates dixit, ad exteriora membra reuocentur, eoq; modo spiritus cerebri puriores ac temperatiores reddantur.

Quintum, vt crines pectat & ornet. Per hoc enim poricapitis aperiuntur, cerebri vapores in somno collecti ab oculis ad superiora alliciuntur ac dissipantur, & spiritus temperantur, subtilioresque fiunt. Pectinis igitur supra caput administratio sensuum instrumenta & corpus reliquum corroborat, visum acuit, & cogitationem reddit meliorem, adeoque ob id ipsum interdiu sepius reuocanda est, veluti Auicenna 3. 3. Tract. 4. cap. 3. copiose scribit. Atque huic sane instituto pecten eburneus probe politus & laeuigatus tutissimum præstabit vsum, moderate à fronte ceruicem versus quadragies ductus, Marfilio Ficino lib. 1. de vita cap. 3. teste.

Sextum, vt dentes fricet ac munder: immundities enim dentium præterquam quod oris graueolentiam parit, spiritus etiam foetidos, impuros, & turbulentos exhalat, qui ad cerebrum eleuati, ipsi non paruam noxam inferunt. Sordes item dentium cum cibo permixtæ & in ventriculum delatæ, cibum ipsum sæpe corrumpunt. Idem de lingua iudicium est: nam & huic adherentes sordes, ne in ventriculum deferantur, diligenter abstergenda sunt. Quare os mane expectrecto gargarizandum, & nisi hyems sit, multa aqua frigida, cui aceti non nihil admistum sit, fouendum est, vt eleganter admodum lib. 1. cap. 2. Cornelius Celsus præcipit. Nihil autem dentibus æque nocet, ac frequentior lactis esus, veluti

Pectere crines.

Dentium immundities.

ti Galenus lib. 3. cap. 14. de alim. facult. diferte & copiose scribens admonet. Nocet, inquit, lactis efus affiduus dentibus, & circumdatiis carnibus, quas gingiuas nominant. Has enim humiditas, dentes vero putrefactioni & erosioni admodum obnoxios reddit. Sumpto igitur lacte, os vino diluto colluere conuenit. Satius autem fuerit, si mellis etiam quidpiam ipsi inieceris. Ita namque omne caseosum, quod ex lacte dentibus ac gingiuis circumfixum fuerit abstergetur. Quod si etiam cuiuspiam tam robustum sit caput, ut vini meri collutione non offendatur, melius is dentibus & gingiuis consuluerit: verumtamen & mel vino permixtum misturam ex utroque reddit meliorem. Illud vero dentium incolumitati tutissimum aduersus lactis iniurias fuerit presidium, si quis post sumptum ipsum primo mellicrato, deinde vino adstringente os colluat. Hæc ille: Porro modus quo dentes à putredine, erosione, dolore, & graecolentia vindicari possint, optimus nobis à Dioscoride libro 4. capite 144. Plinio lib. 26. capite 8, Galeno lib. 8. capite 36. de simp. medic. fac. & libro 3. de compos. phar. sec. loc. capite 18. & Auicenna 7. 3. cap. 2. præstituitur: ut os singulis mensibus vino, vel aceto, in quo Tithymali radix ad dimidias decocta sit, bis colluatur. Hoc enim non solum dentium ac oris commendat odorem, sed eorundem etiam dolori auxiliatur, & sanitatem conseruat. Plura infra capite 80. Aures quoque bene à suis redundantibus exoneranda sunt, neque solum eorum excrementorum quæ manifeste per certos meatus, sed omnium etiam, quæ occulte exeunt, vacuatio lacessenda & molienda est.

Lotio præseruans à dolore dentium.

Ulti-

Ultimum versus tria precepta saluberrima complectitur. *Primum*, ut balneo lotus atque æstuans omni cura & diligentia aduersus ambientis cœli frigidiorē intemperiem sese muniat & defendat: ne illa scilicet per poros à balneo apertos in omne corpus permanens, ibidem mali quidpiam ingeneret. A contrario siquidem ad contrarium repentina & inordinata transgressio, Galeno aph. lib. 3. com. 22. teste, periculosa admodum existit, præsertim cum facta ad frigiditatem subita commutatio eos, qui antea dissolabantur & per sudores euacuabantur, humores iam in profundum corporis repellat, adeoque partes etiam ad ventriculum atque intestina attingentes offendat.

*Balneorum
regimen.*

Observandum etiam ne à recens accepto cibo balneo statim utatur, neque protinus post lotionem comedat aut bibat: qui enim paulo ante bibit, huic caput repletur: qui vero cibum sumpsit, huic non caput modo, verum & corpus totum alimoniam ad se, priusquam cōcocta fuerit, trahit, adeoque crudis & inconcoctis humoribus impletur. Statim vero post lotionem cibum vel potum fumere; caput replet, deuoratumque interdum superfluitate facit, quemadmodum copiose in 3. libr. de vict. rat. in morbis acutis, comment. 55. & 56. & in lib. de Marasmo cap. 14. Galenus ostendit. De potu idem confirmat etiam Cornel. Cels. qui lib. 1. cap. 3. in eum scribit modum: Illud nosse oportet, quod ex labore sudanti frigida potio perniciosissima est, atque etiam (cum sudor se remisit) itinere fatigatis inutilis. A balneo quoque venientibus Asclepiades inutilem eam iudicauit. Atque ex hac quidem causa, quo-

quomodocunque sudanti adhuc, frigidum bibendum non est. Cauendum etiam, ne in ipso balneo comedat, bibat, aut dormiat: inde enim bona ventriculi concoctio oblâditur, & naturæ pugna cietur, dum sanguis, spiritus, & calor naturalis adscititio balnei calore ad exteriora allecti & protensi ad interiora retrahuntur, & in profundum secedunt. Inter dormiendum etiam humores aliqui in ventrem confluunt, qui non, ut in aliis somnis concoquuntur, sed longe plures fiunt, inconcocti permanentes. Somnus vero à balneo vtilissime conceditur. Nihil enim est, ut Galenus lib. 4. cap. 9. de Sanitate tuenda scribit, quod æque concoquat ea quæ concoqui possunt, & malos succos per halitum digerat, ut somnus à balneo.

*Stare à cibo,
aut leuiter
inambulare.*

Secundum, ut paulisper à cibi sumptione erecto corpore consistat: quo cibus ingestus in ventriculi fundum, ubi concoctionis officina est, æquabiliter descendens, promptius concoquatur: ac raro deinde, nec ita longo incessu inambulet, ne ob vehementiorem corporis motum calor è profundo ad partes exteriores attractus dissipetur, adeoque cibi præpediatur concoctio. Plura infra capite 76.

*Statim à sectione
venæ
frigus capere.*

Tertium, ut post venæ sectionem frigescat, quod est, in paulo frigidiori ambiētis nos aeris constitutione tantisper immoretur, siue decumbat, dum sanguis & spiritus per phlebotomiam exagitati sedentur & conquiescant. Atque huic quidem interpretationi astipulatur etiam Ioannes Fernelius, qui in libello de vacuandi ratione cap. 19. in hunc modum scribit: Neque igitur ad consueta munia properet, neque celerius in-

am-

ambulet, neque vllō exercitationis genere se fatiget, neque vtatur Venere, neque protinus loca calidiora ingrediatur, neque in balneum descēdat: quandoquidem sanguis & spiritus vehementius incitati, ne dissipentur aut incalescant, sedandi comprimendique sunt. Hactenus ille. Vel *Minute*, aduerbialiter hic accipiendum, pro eo, quod est parum siue paulisper, vt referatur scilicet ad ea quæ immediate præcedunt, & sit hic sensus: Sumptō cibo cœlo frigidiori, te paulisper exponito: quo calor innatus, propter circumstantem extrinsecus frigiditatem ad interiora refugiens & secedens, meliorem tum concoctionem & sanguificationem, tum etiam nutritionem, operetur. Experientia siquidem constat, calorem per seipsum ac sponte quidem post cibi sumptionem, vt eum mutet facilius ac concoquat, in profundum refugere: atq; hinc adeo fit, vt exteriora corporis membra, quæ ante vtcumq; calida sentiebantur, à prandio atq; cœna frigore & tremore concutiantur. Quare naturæ in eo quod recte operatur, opitulandum est.

DE RECREATIONE VISVS.

Additio.

Fons, Speculum, Gramen, hæc dant oculis releuamen.
Mane igitur montes, sub serum inquirito fontes.

Tria hoc loco recensentur, quæ insita naturæ vi & substantiæ quadam similitudine oculos recreant, & visum maxime consolantur.

Primum, Fons: per quem qualibet pura & perspicua aqua, siue ea sit fontium, siue fluuiorum, siue etiam puteorum intelligenda est. Hæc enim ob cognationem & similitudinem, quam cum

B oculis

oculis habet, visum citra violentiam congregans, ad naturam reducit & recreat. Τὸ γὰρ κατὰ φύσιν αὐτὰ χρεῖζα τῶν ὀφθαλμῶν, inquit Galenus. aphor. lib. 1. comment. 16. Oculi autem frigidi & humidi, perspicui atque omnium partium nitidissimi, & pulchre politi sunt, perinde atque aqua, quocirca ab eiusdem aspectu eos corroborari simul ac refici consentaneum est. Atque hoc sane cōsilio Aristoteles Alexandrum illum cognomento Magnum instituens, ei praecepisse videtur, uti frequenter ac diutius aquam viridem, claram & perspicuam intueretur, oculosq; in ipsam submergeret: eiusq; rei testem habemus non contemnendum Ioannem Mesuen in opere practico de agnitionibus oculorum. Ceterum si nulla fontium aut fluviorū inspiciendorum facultas fuerit, oculis profecto ex aqua frigida, clara & perspicua in peluim viridem infusa contuitu eadem accedet commoditas.

Speculum,

Secundum, Speculum, quod & ipsam utique oculorum aciem eadem ratione excitare putandum est. Oculus namque laevis est & lucidus, ac splendens instar speculi: quod tum experientia inter omnes constat, tum à Plin. quoque lib. 11. cap. 37. ostenditur. Oculis, inquit, absoluta vis speculi, adeoq; ut tam parua illa pupilla totam imaginem reddat hominis. Ea causa est, ut pleraq; alitum è manibus hominum oculos potissimum appetant, quod effigiem suam in ijs cernentes, velut ad cognata desideria sua tendunt. Causa etiam cur speculi inspectione oculorum acies excitetur, adeoq; visus substantia conseruetur, hæc assignari potest, quod radij in superficie speculi collecti, cum ob densitatem & duri-

tiem

tiem eius vltcrius procedere non possint, minime dissoluantur ac dissipentur, ob æqualitatem leuitatemque seruentur infracti, ob nitorem vero augeantur, & multo quam prius erant reddantur fortiores: quod nec ipsum sane Aristoteles, Mesue referente, ignorauit, cum eundem illum Alexandrum adhortaretur, vti se subinde ad tertium & directum speculum contueretur, & longiori deinde temporis spatio oculorum aciem in ipsum defigeret.

Virrea quoque vocata conspicienda visus substantiam conseruant, adeoque præstant ne oculi minutioribus rebus contuendis victi fatiscant, neue spiritus resoluantur. Atque hinc certe gemmarum sculptores & aurifices subtiliter quidpiam ac ingeniose sculpturi eiusmodi vtuntur conspiciendis, aut sane per phialam ex tenui, puro, atq; albo vitro constatam eamque clara & perspicua aqua plenam, oculorum aciem rei sculptendæ intendunt. Cur vero ita visus non defatigetur, in causa est, quod species de medio clariori ad densius permeantes maiores simul & crassiores appareant, adeoque visum conseruent.

Tertium, Gramen, per quod quarumlibet herbarum frondiumq; ac aliarum etiam rerum virtutum contuitus accipiendus est. Oculis enim iucundissimum spectrum viriditas est. Atq; hinc sane Aristoteles problemate 20. Sect. 31. querit: Quamobrem cum cæteras intuemur res, conspectus noster peius afficiatur atq; fatiscat, eum ad virides herbaceiq; coloris inspicimus, vt olera, cæteraq; his similia, recreetur, meliorq; euadat. An inquit, conspectum in alba nigraue intendere minime possumus, propterea quod virumque

B 2 id.

*Conspicienda
visus
virrea.*

Viridia.

id genus coloris videndi viribus officit: colores autem illi, quibus oculi acquiescunt, medium tibi nigriq; obtinent, itaque aspectus cum mediocri lenique obuiio afficiatur, nihil debilitatur: imo vero corroboratur atq; reficitur. Hæc ille. Quamquam autem viridia omnia, utpote temperatissima, visum maxime colligant, atq; oculos reficiant: inter ipsa tamē alia aliis efficaciora inueniuntur. Sic certe nullius aspectus Smaragdo iucundior est. Quod Plin. lib. 37. cap. 5. discrete iis significauit verbis: Herbas virentes, inquit, frondesq; auide spectamus: Smaragdos vero tanto libentius, quoniam nihil omnino viridius comparatum illis viret. Præterea soli gemmarum contuitu oculos implent, nec fatiant, cum & ab intentione alia obscurata aspectu Smaragdi recreatur acies, scalpentibus gemmas non alia gratior oculis refectio est: ira viridi lenitate lassitudinem mulcent. Idem fere lib. 29. cap. 6. de scarabeo viridi scriptum reliquit. Scarabei, inquit, viridis natura contuentium visum exacuit. Itaque gemmarum sculptores contuitu eorum acquiescunt. Neq; obstat quod Galenus cap. 2. & 6. lib. 1. de Symptomaton causis, ubi ex professo de iis agit, quæ oculos aut molestant aut offendunt, & lib. 10. cap. 3. de vsu part. coeruleo & fusco recreandi & reficiendi visus quam maximam vim inesse scribit. Sunt enim & hi colores medii atq; temperati, adeoq; ob id oculis gratum & iucundum spectaculum præbent, visumq; morbo affectum aut fatigatum corrigunt ac recreant: quod omnibus sane coloribus ad medium inclinantibus commune est. Hoc igitur providentes pictores, quando in albis coriis & con-

confimilibus rebus, quibus facile visus offenditur, pingunt, colores cœruleos ac fuscus apponunt, in quos subinde intuentes recreant oculos ac reficiunt. Atque etiam ophthalmia laborantes lux quidem offendit, eosq; arguit: fusca vero ac cœrulea sine dolore intuentur. Quæ hætenus dicta sunt, ea omnia Marfil. Ficin. libr. 2, cap. 14. de producēda vita, planius & dilucidius ijs verbis expressit: Causam, inquiens, perquiremus, ob quam color viridis visum præ cæteris foueat, salubriterq; delectet. Inueniemus tandem naturam visus esse lucidam, ac lucis amicam, volatilem tamen ac facile dissipabilem. Idcirco dum per lucem se dilatat velut amicam, interdum nimio lucis excessu rapitur prorsus, & vehementi dilatatione dissoluitur: tenebras autem naturaliter velut inimicas fugit, ideoq; radios in angustum inde retrahit. Optat vero visus ita perfrui lumine, ut per amicum hoc suum amplificetur quidem, nec tamen interim dissipetur. Iam vero in quocunq; colore plus admodum tenebrarum siue nigredinis est, quam lucis, non dilatatur radius visus ad votum, nec illo proinde oculus delectatur. Vbi vicissim plus admodum splendidi coloris est, quam nigri, spargitur latius, noxia quadam voluptate distractus: Quamobrem color viridis maxime omnium nigrum cum candido temperans, præstat vtrumque, delectans pariter atq; conseruans, & molli insuper & adhuc tenera qualitate, sicut & aqua radiis oculorum absq; offensione resistit, ne abeuntes longius disperdantur. Quæ enim dura sunt simul & aspera, frangunt quodammodo radios. Quæ vero rarissima sunt, dissolutioni adi-

tum patefaciunt. Sed quæ soliditatē aliquam habent, lauemq; simul æqualitatem, sicut specularia corpora, nec ipsa quidem frangunt, neq; longius disperdi permittunt. Quæ deniq; præter hæc beneficia tenera quoq; sunt & mollia, sicut aqua, resq; virides, liquidis oculorū radijs molliſſia blandiuntur. Deniq; viſus radius quidam eſt in quadam oculorum aqua naturaliter nobis accenſus, ac temperatum lumen in aqua quodammodo reſiſtente requirit. Itaque gaudet aqua, delectatur ſpeculis ſimilibus, viridibus oblectatur. Hæcenus ille. Addit Meſues, Exercitationem quoq; legendi ſcripta maiuſculis literis exarata viſum coroborare, adeoq; non parū ad tuendam oculorum ſanitatē conducere.

Posteriore verſu innuitur, Oculos matutino quidem tempore montium, veſpertino vero fontium colluſtratione recreandos & reſciendos: quorum ratio ex prædictis facile elici poteſt. Per montes porro viridaria, hoc eſt, loca herbis & plantis virentibus conſita intelligenda ſunt. De conferentibus viſui plura infra, cap. 79. De nocentibus vero, cap. 78.

DE DIVRNO, SIVE MERIDIANO ſomno.

C A P V T I I I.

*ſit brevis, aut nullus tibi ſomnus meridianus,
Febres, pigrities, capitis dolor, atq; catarrhus,
Hæc tibi proveniunt ex ſomno meridiano.*

Quatuor diurni ſive meridiani ſomni incommoda hic referuntur,

Primum, febris, quæ dupliciter per ſomnum diurnum accendi poteſt: vno quidem modo in ſpiri-

*Febris
cauſa.*

spiritibus, altero vero in humoribus. In spiritibus quidem, quia acres & fumosa exhalationes, quæ vigiliis dispergi solent, somno diurno non modo retinentur, sed etiam augentur: ijs itaque retentis, ac vna cum spiritibus permixtis, contingit, vt calor inde præter naturam collectus febrilis fiat: atq; hæc sane febris, cum nihil stabile, nihil firmum habeat, sed vti celeriter generatur, ita soluatür etiam, *ἡμέρα* Græcis, hoc est, diaria vocata est, quod fere diem nō excedat. In humoribus autē tum hæc iam dicta febris, ratione nimirum flatuum, qui ex cruditate proueniunt, tum etiam putrida per somnū diurnum accenditur: quod calore & spiritibus interdiu ad exteriora protensis, virtus concoctrix debilitatur. Perfecta enim & absoluta cōcoctio fit, quando calor & spiritus cohibentur, & in profundum corporis secedunt. Ob eum namq; motum calor naturalis incensus auctiorq; redditus, optime cibos, non solum in ventriculo, verum etiam per vniuersi corporis habitum conficit: quod noctu potissimum fieri rationi consonum videtur. Etenim tunc calor propter circumstantem extrinsecus aeris frigiditatem ad interiora refugiens, cibum facillime mutat, concoquit, & in membra distribuit. Interdiu vero contra ad exterioraeductus & expassus perfectam elaborationem non attingit: quare humorum cruditatem progignit, ex cruditate deinde oppilatio, ex oppilatione putredo nascitur, ex putredine tandem humorum ad cor effumantiū febris putrida accenditur, quemadmodum Auicenna l. 4. tract. 2. cap. 1. copiose docet.

Secundum, pigrities, quæ & ipsa eodem ex fon-

Pigrities.

B 4 te

te manat ac funditur. Ex crassa namq; & inconcocta materia in ventre vaporosi ac crassi exhalantur spiritus, qui ad caput elati plus æquo cerebrum humectant, eo autem humectato, nervi quoq; qui à cerebro propagati per corporis partes prorepunt, plurima humiditate opplentur: exuperantia præterea humiditatum, quæ ad musculos, tendines & articulos cōfluere solent, tantum abest, ut somno diurno dissipetur, ut multo pertinacius etiam hærens augeatur. Necesse igitur est ex eiusmodi subinde somno in omnibus motibus voluntariis pigritiam sequi, & veluti in seipso dissolutum hominē apparere, quemadmodum diserte Galenus aphor. libro 3. comment. 5 ostendit. Contra vero vigiliæ diurnæ, hoc præcipue nomine cōmendantur, quod non modo exuperantem cerebri humiditatem excident, adeoque spiritus extenuent ac temperēt, sed certe corpori simul atq; animo promptitudinem quandam & robur ad solitos motus addant.

Dolor capiti.

Tertium, Dolor capitis, qui & ipse ab iisdem initiis proficiscitur. Ex cibo namque inconcocto in ventre vapores crassi excitati in caput feruntur, qui ibidem ob dictas causas retenti, nimia humiditate, quam potius vigilijs exsiccantibus absumere conveniebat, cerebrum opplent, & ob eam rem caput perturbant, eiusq; dolorem grauedinem & frigidos morbos pariunt: paululum vero inde moti, si ad cutim peruenerint, faciem viriato colore inficiunt. Materia enim praua existente, necesse est, quicquid inde defluit, esse prauum. Quod Galenus aphor. lib. 1. cōment 14. ita scribens innuere voluit: Oportet similem esse defluxum subiectæ substantiæ, ut quando humi-

da

da atq; aerea substantia existit, tunc quod ab ea defluit, vaporosum est atq; suaue, &c.

Quartum, catarrhus: qua quidem voce generatim hoc loco, tamen minus proprie, omne *Catarrhus.* *ῥῆμα* hoc est, qualibet excrementitij humoris ex capite ad subiectas partes prolapsio significatur, quæ iuxta partium, ad quas defluit, diuersitatem diuersa quoq; nomina sortitur, quemadmodum Galenus lib. 3. cap. 4. de Symptom. causis Paulus lib. 3. cap. 28. & Aetius lib. 8. capit. 53. disserunt. Vbi enim ad os ac fauces & mox ad stomachum siue gulam, atq; inde in ventriculum defluxus cōtingit simplici vocabulo Grecis *καταρρῖς* & contra *καταρρῖς*, Latinis destillatio dicitur. Dum ad nares irruit, *κόρυζα* Grecis, Latinis grauedo vocatur, vbi vero ad palatum & asperam arteriam delabatur, vt etiam membranā, quæ hanc intrinsecus ambit, exasperet, rauca vox efficitur, vocaturq; hoc malū Græce *βρογχίτις*, Latinis raucitas, siue raucedo, id quod ex hisce etiam versiculis, qui infra cap. 82. habentur, manifesto apparet.

Si fluat ad pectus, dicatur Rheuma Catarrhus:

Si ad fauces, Branchii: si ad nares, est Coryza.

Habet autem hoc incommodum eandem omnino cum præcedentibus originem. Vapores enim & fumi, qui vigiliarum tempore per cutem resolui ac dissipari solent, somno diurno retenti, dum in caput impetum faciunt, cerebrum nimia humiditate replent. Caput igitur repletum humores in subiecta refundens, *ῥῆμα* prodignit.

Præter hæc & alia nonnulla somni diurni ma-

B 5 la

Somnus diurnus.

la Auicenna. 3. l. doc. 2 cap. 9. enumerat. Nam & frigidas atq; humiditas aggritudines *παχυλόσεις* nimirum & defluxus ad articulos, ob retentionem humiditatum, quas vigilie resolueret ac dissipare solent, nonnunquam procreat. Genuinū faciei colorem, velut paulo ante etiam dictum, est, corrumpit. In sanguine enim excrementitias atq; aqueas humiditates lotio similes multiplicat: quæ cum suo tempore per vigilias non dissipentur, vna cum sanguine ad cutem expulsa ipsam deprauant, adeoq; subhumidam & decoloratam reddunt. Induratam adhæc splenis affectionem gignit in corporibus in eiusmodi affectionem propensis. Crassius namq; & melancholicus humor, somno diurno in splene retentus, huic malo initium præbet. Quemadmodum enim vigilantia motum ac liberum crassi humoris transitum per angustos meatus, siue canales, Solis calore vias aperiente, promouere: sic contra eundem somnus & præcipue diurnus, transitum prohibere solet. Melancholia enim interdum nullo negotio per canales suos transit, & illac cum primis, qua excitandæ appetentiæ causa à splene ad orificium ventriculi meatus protenditur. Etenim splen recrementa & redundantias suas per eum expellit atq; eiecit, adeoq; ad cibos aueritatem reuocat. Quod interdum potius, quam nocturno tempore fieri par est. *Quin* etiam, vt idem autor tradit, ciborum appetentia diurno somno plurimum debilitatur & restringitur, idq; partim ob prohibitionem resolutionis, quæ est prima causa famis, partim vero ob repletionem ventriculi ex fumis, vaporibus & humiditatibus orificium eius relaxantibus ac saturan-

fanturantib. His accedit nōnunquā *ἀποσπένδεται*
 siue abscessuum generatio: superfluitates namq;
 ex somno diurno multiplicata sapius in mem-
 bro aliquo coaceruantur, ipsumq; tumidum red-
 dunt. Plane igitur ex his omnibus constat, som-
 num diurnum siue meridianum à sanitatis tute-
 la procul abesse debere. Duas porro causas,
 cur potissimum lædat, Paulus lib. 1. cap. 97. & A-
 uicenna 3. 1. doct. 2. cap. 9. assignant. Quarum pri-
 ma quidem est, quod cito & ante horam suam
 interrumpatur. Calor enim natiuus per somnū
 ad partes interiores recedit, cōtra vero calor So-
 lis eundem, tanquam sibi affinem ad membra ex-
 teriora educit atq; expandit: vnde sanguinis &
 spirituum exagitationem, quæ somnum inter-
 rumpat, cieri necesse est. Cōsultitur ergo, si quan-
 do necessitas per id tempus dormire coggerit, vt
 in vmbra & tenebroso loco, & ante potius, quam
 post cibum, hoc fiat. Secunda vero, quod natu-
 ram stupidam quasiq; perterritam reddat, adeo
 vt retrahatur ab eo in quo erat, nimirum à cibo-
 rum concoctione. Tempus itaq; quo obdor-
 miscunt ad absolutam ciborum concoctionem
 non sufficit: quo fit vt à meridie resurgētes sub-
 inde acidos ructus edant, & flatibus repleantur:
 nonnulli vero fluctuatione ventris infestentur.
 Caterum optimus somnus est nocturnus, quo-
 niam nox naturali humiditate silentioque ani-
 mum in somnum deducens, absolutam molitur
 concoctionem. Post somnum item nocturnum
 plurima parte ad excretionem recrementorum
 instigamur. I L L V D tamen ignorandum non
 est, quod licet somnus diurnus in vniuersum im-
 probetur, nocturnus vero, vt prætātissimus com-
 men

*Somnus no-
 cturnus.*

mendetur: ex diurno tamen minus offendant, qui capitur à prima luce ad tertiam diei partem. Id quod Hippocrates libro secundo prognostic. aphorismo II. clarissime ostendit. De somno inquit, quemadmodum secundum naturam nobis in consuetudine est, interdium vigilare, noctu dormire conuenit: si tamen hoc transgressum fuerit, deterius est. Minime vero nocebit, si dormiatur prima luce ad tertiam diei partem. Quam sententiam Galenus explicans ita scriptum reliquit: Quod consuetum est, bonum est, insuetum vero malum est. At vero temporibus Hippocratis non aliud fuit ex natura, aliud in consuetudine. Nunc vero diuites è contrario agunt, tum in quibusdam aliis, tum etiam in somno, interdium dormientes, noctu vigilantes.

In his igitur, vt somnus minus lædere possit, quinque conditiones, Bertratio autore, obseruandæ sunt. *Prima*, vt sit in consuetudine. Ex multo enim tempore consueta, etiamsi deteriora fuerint, insuetis minus molestare solent, Aphor. 50. lib. 2. *Secunda*, ne statim à sumpto cibo ineatur. *Tertia*, ne depresso, sed erecto non nihil & bene alto capite fiat. *Quarta*, ne modum excedat. *Quinta*, ne tumultuosa & subita ab ipso, sed lenis & modesta fiat expergefactio. Porro quod ab Hippocrate dictum est, à prima luce ad tertiam diei partem cōuenire somnum, id spatium est ab ortu Solis quatuor aut quinque horarum. Nam dies significat spatium temporis, quo Sol transit nostrum hemisphærium, vt etiam distinguitur contra noctem. Quemadmodum Christophorus à Vega fusius in comment. declarat.

Ad.

Additio.

Tempus itaq; somni conuenientissimum est vespertinum, aut nocturnum: semperque cauendum, ne statim à cœna ineatur, sed vnus minimus, aut duarum horarum interuallo discludatur. Ingestus enim cibus, quem statim somnus excipit, in suprema ventriculi parte supernatans, probe concoqui non potest, Galeno libro 5. capite 5. de loc. affect. teste. Neq; enim ventriculus tum potest cibum arte cōplecti, quod idem lib. 3. cap. 4. de fac. nat. ad bonam concoctionem cum primis necessarium esse scribit: quare multos vapores, qui multitudine sua caput repleant, gigni necesse est, vt rectissime idem Galenus cōment. 67. aphor. libr. 4. dixerit: A cibo ad somnum conuersis, hoc est, qui sumpto cibo statim dormiunt, impletur caput. Vt igitur huiusmodi periculum excludatur, lenta deambulatione, aut aliqua simili, leuissima tamen exercitatione corpus dimoueri opus est, priusquam somno indulgeatur, vt cibus in imum ventriculi paulatim descendat. Ibi enim, vt supra ex Galeno dictum est, concoctionis opus potissimum perficitur. Quo tempore etiam cōuenit audire instrumenta musica, cantus, facetias, & historias iucundas, ac conferre sermones cum amiculis de rebus lätioribus, donec cibus subsedisse videatur. Ceruicali vtendum est satis elato & eminenti, vt quo ad eius fieri potest erecto & bene alto capite dormiatur, ne cibus ad os ventriculi regurgitans concoctionem impediat. Hoc etiam modo cibus qui plane nondum subsedit, facilius ad inferiores ventriculi partes descendet, probiusq; concoquetur. Inter dormiendum corpus pro-

am-

ambientis aeris constitutione decenter regendum est; ne calore & spiritibus circa interiora detentis, externæ corporis partes à frigore oblectantur. Caput quoq; noctu convenienti regimento (quod *νεπιδεχνη* habeat, hoc est, foramen instar in fumibuli eliciendis vaporibus aptum) operiendum est. Calceatis vero siue vestitis pedibus dormiendum non est: Hoc enim si quid Magnino excellentissimo medico credimus, visum debilitat, memoriam lædit & totum corpus extraneo calore æstare facit, ob vaporum reflexum. Supra dextrum latus somnus inchoandus. Hoc enim modo cibus promptius per stomachum gulæ in ventriculum descendit. Nam etsi gula exakte supra mediam cervicis vertebrarum & quatuor primarum thoracis sedem in neutram partem inclinaret, ad principium tamen quintæ thoracis vertebræ, ut ampliori magnæ arteriæ trunco secundum dorsi vertebra inferiora corpora petenti cedat, nonnihil in dextrum latus à media vertebrarum regione abscedit. Deinde primo somno finito reuoluendum est corpus, supraq; sinistrum latus redormiendum, quo scilicet à iecore ventriculo incumbente, ventriculi calor augeatur, eiusq; concoctio adiuvetur. Hinc rursus post breue temporis intervallum, in dextro latere ad consuetum surgendi tempus continuandus est. Pronus decubitus temperatis corporibus non convenit, ventriculi enim contorsionem & repressionem facit, adeoq; oculos oblectit. Sed & ira cubantibus superfluitates in oculos declinant, maxime si fuerint naturæ debiliores. His tamen quibus ingestus cibus tardius in ventriculo, conficitur interdum conceden-

cedendus est, quod calorem naturalem arctius comprehendens retinere atq; augere possit. Supinus vero grauissimis ægritudinibus, lepræ nimirum, mania, incubo, epilepsia, apoplexia, stupori, neruorumq; resolutioni, & similibus inritia præbet. Nam ob superfluitatum ad posteriora fluorem, non potest iusta per nares & palatum earundem fieri expulsio. Plinius lib. 28. cap. 4. pronos decubitus tussibus conducere, at supinos oculis tradit. Idem ex Theophrasto refert, celerius concoqui dextri lateris incubitu, difficilius à supinis. Duratio autè somni ex alimentorum perfecta concoctione æstimanda est, ita quidem vt septem horarum spacio non sit minor, neq; octo, vel ad summum nouem excedat, vt colligitur ex Galeni de sanitate tuenda lib. 6. cap. 6. Plura habentur apud Auicennā 3. 1. doct. 2. cap. 9. Magninum parte 3. cap. 7. & nostræ ætatis doctissimum Medicæ artis scriptorem Leonhardum Fuchsum, lib. 2. Sect. 4. cap. 3. Institutio- num medicinæ. Ex ijs itaque, quæ conueniunt in hunc locum studiosi transferent.

DE FLATV IN ALVO

detento.

CAPVT IIII.

Quattuor ex vento veniunt in ventre retento:
Spasmus, hydrops, colica, & vertigo: hoc repre-
bat ipsa.

Hic agitur de quatuor nocuentis, quæ ex fla-
tum retentione proneniunt.

Primum est *αἰσχος* Græce, Latinis conuulsio
dicta. Flatus enim retenti influxu suo sæpe ner-
uos plus iusto reſeruiunt, illos vero ita repletos,

Gale;

Galeno lib. 2. cap. 2. de sympt. causis teste, tendi primum ac deinde in conuulsionem incidere contingit. Ea porro ibidem à Galeno in hunc modum definitur: Conuulsio malum est, quod neruos musculosq; ad eundem cogit affectum, in quem ab animali facultate, quum naturalem habitum seruarent, ducebantur. Vel aliter, velut idem aphor. libro 6. comment. 39. definit. Conuulsio est passio inuoluntaria, in qua nerui atq; muscoli præter voluntatem conuellantur, in eumq; affectum veniunt, quem etiam in moribus secundum arbitrium factis assumebant. In hoc enim malo nerui atq; muscoli in eas partes attrahuntur, quibus innascuntur. Attractio namque fieri non potest, nisi musculus ad suam originem retrahatur.

Quod ad causas eius conuulsionis, quæ primigenia affectio est, attinet, animaduertendum est, Hippocratem aphor. 39. lib. 6. duas duntaxat statuisse, πλήρωσιν & κένωσιν hoc est, plenitudinem & inanitionem neruosorum corporum. In conuulsione siquidem à plenitudine membrum crassum & glutinosum humoribus impletum extenditur, & extensione conuellitur, quemadmodum lora & chordæ extenduntur, ubi multa madent humiditate, & hæc subito contingit. In ea vero quæ ab inanitione proficiscitur, membrum exsiccat & ad seipsum conuellitur, adeoque secundum longitudinem ac latitudinem contractum diminuitur, quemadmodum membranæ accidit, cum igni apponuntur: & hæc sane paulatim & ex longiori temporis interuallo accidere solet. Plura Galen locis iam citatis & libro 2. capite 2. & libro 3. capite 5. & libro 6. capite 5. de loc.

Ioc. affect. & lib. 8. cap. 3. de compos. medic. loca.
& alibi sapius.

Secundum υδρωψ. quod malum Latini aquam *Hydrops.*
intercutē nomināt, & definitur à Bertrutio, Sect.
3. tract. 2. cap. 4. in hunc modum: Hydrops est
morbus materialis, ex re frigida, extranea, pluri-
ma ingrediente & membra omnia manifeste,
aut loca vacua partium in quibus cibi & humo-
rum concoctio perficitur, inflante procreatus.
Eadem fere habet Auicenna 14. 3. Tract. 4. cap.
4. vel aliter, sicuti ab Alexandro Tralliano lib.
9 cap. 1. definitur Aqua inter cutem & ipsa lon-
gus quidam affectus est, iecore adeo refrigerato
proueniens, vt ipsum non amplius deinceps ci-
bos in sanguinem, sed in aliam qualitatem, aut
in aquam, aut pituitam, aut flatum transmutare
possit. Quod certe & Galenus aphoris lib. 6. com-
ment. 12. iis verbis confirmat: Aqua inter cutem
fit, cum sanguinis generatio frustratur: Et huius
quidem cum tres sint species: (vna enim Græcis
ἀσκήτης, alia τυμπανίτης, & tertia ἀσπέρη,
ὑπερσπέρη, σπέρητης & λήης φλεγματίας dicitur,
non de omnibus promiscue hoc secundum
nocumentum, sed de tympanite tantum intel-
ligendum est. Quæ quidem accidit, quum status
ac spiritus superuacuis plurimus: cum humidi
momento intra membranam, quæ *περιτόναι*
Græce, Arabibus vero communi membranarum
nomine ziphac appellatur, & abdomen, quod
ijdem Mirach nominant, colligitur: Stomacho
namque & iecore frigida intemperie laboranti-
bus, fieri non potest vt cibis ingestus in *χυλόν*
benignum, aut sanguinem mutetur: conuertitur
C ergo

ergo in materiam flatulentam, quæ cum neque per superiora ructu, neq; per inferiora crepitu, nec aliunde, obstante viarum obstructione, vel secretrice & expultrice supfluitatū vi debili existente, aut inepto aliquo pudore prohibente expellatur, in prædictis ventris locis colligitur, & aquam intercutem contrahit, in qua abdomen percussum tympani modo crepitum elidit, qua ratione etiam Tympanites nuncupatur.

*Colica
passio.*

Tertium, Colica passio: quæ grauis quidem ac vehementissimi doloris morbus est. Perinde enim ac si terebra partes perforentur, aut palus infixus sit, molestare solet, Galenolibr. 2. capite 1. de locis affect. teste. Contingit autem in pleniore & laxiore intestino, quod *καλόν* Græce vocatur: cuius etiam merito vehementes cruciatus inducit. Densum enim, crassum, & neruosum est, ac nihil quod in illud confluit facile discuti potest. Et quemadmodum in hoc *καλική ὁδύνη*, ita in gracili ac superiore intestino, quod Galeno, Iulio Polluci, & aliis Græcis *λεπτόν* vocatur, similis morbus existit, grauissimos & lethales dolores inferens. Hippocrates in aphorismis, & passim alijs in locis *εἰλεόν* appellat, quemadmodum etiam Galenus vbique, & potissimū lib. 6. capit. 2. de locis affe. à circumactione nimirū doloris. Quippe *εἰλειδάαι* circumagi & conuolui significat. Ideo cōuoluulus etiam Latinis hoc malum nominatur. Rationi porro consentaneum est, flatuosum & frigidum spiritum in dictis intestinis retentum & egredi nequeuntem hæc mala plurimum prodignere, id quod Galenus etiam loco paulo ante citato monstrat.

Quar-

Vertigo.

Quintum, Vertigo: Flatuofus enim spiritus inclusus ad cerebrū fertur, & in eius partib. inordinate mouetur: quo fit, vt obteneberrationes hebetudinesque oculis obseruentur, & omnia circummagi & rotari videantur. His Auicenna 16. 3. tract. 4. capite 29. Epilepsiam quoq; adiungit, cuius eadem omnino cum præcedenti ratio est: Porro quonam modo hæc retentio in singulis iam dictis locis malum ingeneret, pulcherrime ex Galeni lib. 3. de Sympt. causis. ca. 1. demonstrari potest. Crepitus enim qui ad sedem deferitur, ac vel in foro, vel alio quopiam loco existentibus, aut negotio aliquo, quod deferere non liceat, dissentis violenter retinetur, rursus sursum reducitur, ventremq; mordet, ac caput vaporando implet, principio quidem ab animali organo sphinctere, id est, musculo ad imum intestinum accepto: hinc vero vno quoque intestino retro illum à se ad supra se positum trudente, simili modo ac prius in præceps trudebat: atque ita quidem hæc retentio, præsertim frequentior, longo temporis tractu prædicta mala excitat. Proinde rectissime ab Hippocrate libro 2. prognost. aphor. 24. in hunc modum scribitur: Flatum sine sonitu aut crepitu exire optimum est, Melius autem est cum sonitu exire, quam reuolui. Hac etiam ratione inductus Claudius Caesar dicitur meditaturs edictum, quo veniam daret efflatum crepitumque ventris in conuiuio emittendi, cum periclitatum quendam præ pudore ex continentia reperisset. Autor Suetonius in eius vita, cap. 32. Veteres enim, vt Plinius lib. 28. ca. 2. confirmat, per mensas mundiciarum causa, deflare vetabant. Extat etiam lepidissimū Ni-

Epilepsia.

carchi ἐπορδῶ Epigramma, quo pestiferam re-
tenti flatus vim describit. Id est huiusmodi:

Πορδὴ δ' ἀποκλείνει πολλὰς αἰδιέξοδ' ἔσται,

Πορδὴ κ' σῶζει πρῶτον ἰεῖσαι μέλ' ὅ.

Οὐκ ἔν' εἰ σῶζει κ' ἀποκλείνει πάλι πορδὴ,

Τοῖς βασιλευσίν' ἰσὺν πορδὴ ἔρχ' διώαμεν.

Quos versus quoniam eleganter admodum
Ioannes Lascaris Latinos fecit, placuit hic ad-
scribere.

Interimit crepitus ventris datentus in alius,

Et seruat, blasum dum canit ille melos.

Ergo si parimit crepitus, seruatq; canendo,

Regibus imperium par habet hic crepitus.

Atq; hæc sane cum ita se habeant, satius fue-
rit iuxta D. Erasmi Roterodami præscriptum, na-
tura incitante aut secedere, si liceat, aut deuora-
to pudore iuxta vetustissimum prouerbium tus-
si potius crepitū dissimulare, quam comprimen-
do morbum accersere. Recteq; Stoici, quemad-
modum Cicero lib. 9. epist. famil. 22. scribit, cre-
pitus aiunt æque liberos ac ructus esse oportere.

DE COENA. CAPVT V.

EX magna cœna stomacho sit maxima pœna.
Vt sis nocte leuis, sit tibi cœna breuis.

*Præcipitur hoc loco sanitatis suæ studiofis, vt
instante somni tempore frugali cœna contenti
ventriculum vario ciborum genere non disten-
dant, sed ea copia ingerant, quæ vires haud gra-
uer. Nam qui noctu multum ingerunt, primum
quidem somno destituti corporis inquietudine
agitantur: deinde vero pustulas faciei, grauedi-
nem capitis, graueolentiam oris, coli calculiq;
dolo-*

*Cœna par-
tior.*

dolores & podagram sibi accersunt: Neque solum immodica hæc sub noctem ingurgitatio bonæ valetudini officit, sed alias etiam qualibet, vtrux cruditatem in coctionemque, obstructiones, putredines, febres, apostemata, & lepram haud raro generet. Atque eius sane rei grauissimus testis est Auicena, qui 13.3. Tract.1. capite 36.scribit: Ex rebus ventriculum maxime lædentibus esse immoderatam cibi ac potus ingestionem, & ob id fieri non posse, vt intemperantium vinorumq; ac ventri gulaq; deditorum corpora alantur atque augeant. Concoctio enim per vitæ intemperantiam impedita necessario humorum cruditatem efficit. Cruda vero, tantum abest vt incrementum corpori sufficiat, vt omnino ne alere quidem possint: quo fit, vt per vitam varijs etiam ægritudinibus consistantur. Qui vero temperantes in victus ratione frugalitatem sectantur, ij inculpatam vsquequaq; ciborum appetentiam conseruant, optimeque non in ventriculo modo, verumetiam per vniuersi corporis molem cibos conficiant. Cauendum igitur vniue crit, ne venter torqueatur, adeoq; ingestis distendatur, vt pulsus velocior fiat, & vix spirare liceat. Cui enim ad istum modum vorare in delitijsest, varijs sese periculis exponit. Simili modo & nauseosa satietas, non ex crassis & prauis solum, sed etiam subtilibus & boni fucci alimentis vitanda est. Hæc enim tum febres acutas & malignas, tum etiam maximi cruciatus apostemata: illa vero articulorum & renum dolores, podagram, asthma, hepatis atq; lienis obstructionem ac σκίρρον & ægritudines phlegmaticas & melancholicas inducere solet.

Proinde optimo quidem iure non nocturna solum, sed qualibet etiam ad nauseam usque progrediens satietas à sanitatis tutela excludenda est. Summopere igitur hoc semper curandum, ne desiderium edendi penitus repleatur, sed locus aliquis vacuus, & edendi voluptas ventriculo relinquatur. Quod Auicenna quoq; 3.1. doct. secunda capit. 7. præcipiens in hanc fere sententiam scribit: Cibo nemo ita replendus est, ut nihil loci sit reliquum, sed à mensa semper cum fame recedendum est. Huic simile etiam vulgo dicitur: Nunquam adeo ventrem cibus expleo, quin apud amicos edendi cella mihi super sit vacua. Et hoc præceptum eos cum primis tangit, qui natura vehemētiorem ad cibos aviditatem consecuti sunt. Quibus vero hæc debiliior existit, iis fortasse concedi potest, ut largius paulo ingerant, quam appetunt. Apparandi autem, ex sententia Cornelii Celsi libro 3. capite 6. & Aëtii libro 9. cap. 20. cibi plures & varii, ac optimo apparatu, & ultra dulcedinem etiam illicientes, & appetitum irritantes. De cœnæ frugalitate nonnulla etiam supra cap. 1.

Vsitata hoc loco & à multis agitata oboritur quæstio: Vtrum videlicet vberius quidem prandendum, parcius vero cœnandum sit. Quæ sane cum ad hanc materiam proprie pertineat, prætereunda non est. Breuiter igitur hic subiungemus, primo quidem argumenta, quibus Conciliator plus cibi in prandio assumendū esse probat: deinde vero Leonharti Fuchsi, quibus è diverso colligit, cœnam ut plurimum prandio pleniorē esse debere. Conciliator igitur differentia 121. in hunc fere modum scribit: Iuxta corporum

porum diuersitatem maior minore cibi copia exhibenda est. Illa etenim aut iam in morbum lapsa sunt, aut sub latitudine sanitatis adhuc existunt: in morbum vero lapsa, aut iunctum habent humoris vitium, aut non. Si sine humoris vitio fuerint, tum liberius est coenandum. Natura enim in eis ciborum cōcoctioni solummodo, non etiam superfluitatum, quibus carēt, maturationi intenta est: Sin vero humoris vitium adiunctum habuerint, largius prandium concedendum est. Quod Auicenna 1.3. Tract. 5. capite 11. ijs verbis significare voluit: ille, inquit, cuius consuetudo non sustinet, vt solum semel in die reficiatur, diuidat cibum suum in tres partes, & sumat duas tertias in prandio & reliquam tertiam, scilicet partem, in coena post leue exercitium. Eo namq; tempore, quo calor solaris viuificus naturæ in concoquendo debili opitulatur & maior superfluitatum fit resolutio, vberior cibus sumendus est. Hoc autem circa horam prandij magis, quam coenæ contingere solet. Ergo, &c. Ad hæc interdium, ob præsentiam caloris vitalis Solis & lucis melior fit cōcoctio. Sol enim, Aristotele lib. 2. cap. 2. physicon, & libro 2. capite 10. de genera. & corrupt. teste, est vitæ principium. Concoctio itaq; diurna duplex habet calidum, nocturna vero non; in eiusmodi etiam natura noctu circa superfluatorum concoctionem magis occupata est, quare multi cibi exhibitione impedienda non est: Et quamuis calor noctu spirituum ad interiora retractione & somni reductione in quibusdam cōfortetur, duo tamen simul, alimentum videlicet & superfluitates, conficere non potest: in his itaq; coe-

*Gal. de
puero e-
pileptico
ca. 4. ap-
positum
tenet.*

nam non nihil subtrahendum est. Corporibus vero, quæ sub latitudine sanitatis adhuc robusta & sufficienter sana cōsistunt, ac sensibilibus superfluitatibus carent, cum eas proprijs meatibus omnes expellant, vberiore cœna uti expedit: vel quod cœrem natura ciborum concoctioni tantum, non etiam superfluitatum quibus carent, maturationi intenta sit, vel quod soli corporis robori studeant. Hoc autem noctu magis acquiritur: tum enim amplior fit & sanguificatio & distributio, atque hinc deinde spirituum generatio. Corpora vero si à prædicto temperamento ac robore non nihil recesserint, sicuti plurima in ægritudinem usque nunc prolapsa, eiusmodi aut fatigantur exercitio laborioso, vehemēti & continuo, aut non, Siquidem fatigantur, ut sunt eorum qui victum manibus quærunt, ipsis largius prandere, quam cœnare convenit. Expedit enim alimentum, non tantum ut nutriat, sed etiam humectet & iriget membra, ne aresiant ex forti motu, & ut resolutioni ex caloris incendio provenienti resistat. In prandio igitur vberior cibus assumendus est, eiusmodi enim corpora, propterea quod ita consueverint, ob exercitia à concoctionis opere non cessant. Consuetudo namque in eis addit magnam partem, inquit Galenus in libr. de dissolutione continua. capite 1. Calor enim ex motu auctior redditus, concoctionem in ipsis accelerat. Quare ter in die illi ciente appetentia cibum ingerunt, & ingestum probe conficiunt. Sin vero laborioso, vehemēti & continuo exercitio, quemadmodum prædicti, non agitentur: hoc in præsentiarum dupliciter contingit. Aut enim eo interdum solum
modo

modo & nō continuo fatigantur, aut debili tantum vtantur, quod vtiq; superfluitatum copiam parit. Si exercitio plurimo, vehementi ac laborioso vtantur, sicuti viri complures ciuiles & plebeij circa fortunæ bona negotiantes, haud sanitatis conseruationi intenti, vehementi nōnunquam & laborioso exercitio, diu nimirum equitando, iter pedibus faciendo, vel aliud quiddā à consueto fortius agendo, fatigantur, his largiori vtiq; cœnæ, quā prandio indulgendum est. Nam si prandium augerēt, cum sicuti priores illi consueti nō sint exercitio adeo vehementi ac laborioso agitari, concoctio ipforum impedita prauos humores generaret: horum etiam calor superfluo motu dissipatus debilitatur, cuius quidem circa interiora aggregatio potissima fortitudinis & concoctionis causa existit. Hæc autem noctu magis quam interdiu contigit: quare cœna instante nocte copiosius alimentum expetit. Eorundem etiam corpora propterea quod tam vehementi motu ante agitari minime soleant, humiditatib. referta sunt, ipsis itaq; ad resistendum resolutioni & exsiccationi, quæ per motum interdiu occurrentem fiunt, paruus cibus sufficit. Sin vero exercitijs & occupationibus paucis & leuibus in vita vtantur, præcipiendum esteis, vt vberius prandeant, quam cœnent. Et ratio eius eadem est cum illa, quæ in corporibus nunc ægrotantibus adducta est. Hi namque cum debilem habeant virtutem concoctricem, à calore viuifico & luce Solis plurimum adiuuenti percipiunt. Inde enim spiritus propter suum simile confortatur. Ipse enim, vt testis est Auicenna in libro de viribus cordis tract. 1. cap. 2. & lib. 6. na-

C 5

tur-

turalium par. 4. est lux, aut effigiem habet lucis, Adiumentum etiam ex eo percipiunt, quod superfluitates interdiu poris apertis melius quam noctu expellantur. Non oportet præterea eos noctu, vel ob id multo cibo distendi, quod tum natura magis occupetur circa concoctionem crudorum humorum, quos somnus maxime conficit & benignos reddit. Licet enim virtus concoctrix noctu confortetur, tanta tamen esse non potest, ut simul & cibum & superfluitates superare queat. Insuper quoque animaduertendum est, in exhibitione copiosioris aut minoris cibi in prandio, quam cœna, nonnihil etiam dandum esse consuetudini. Hæc enim cum in tuenda sanitate, tum etiam in profligandis ægritudinibus, plurimum valet, Hippocrate lib. 2. de vict. rat. in morbis acut. aphor. 20. & sequentibus, & ibidem Galeno, testibus. Quod vel ex eo ostenditur, quod omnis subita mutatis, si modum excesserit, non parvam læsionem afferat. Hinc non temere Damasc. apho. 57. ita scriptum reliquit: Mutare consuetudinem, præsertim veterem, & noxium & pestilentissimum habetur. Quare malas & prauas consuetudines corrigere oportet, sed paulatim ac sensim ad meliora transferre. Neque enim natura patitur eas quæ subito fiunt alterationes. Gal. cap. 16. artis medicinalis. Plura Razes lib. 4. 10. ad Alman. & infra ca. 55. Et sic in vniuersum patet largius prandendum, quam cœnandū, cum plurimæ ægritudines sint materiales & corpora plurima lapsa. Attamen si semel tantum in die comedatur, melius est cœnare, nisi oculi aut cerebrum afficiantur: tunc enim, Halyabbate 1. pract. 13. teste, melius est prand-

*Consuetu-
dini quid
tribuen-
dum*

prandere: alias non parum ægrotantis oculi & cerebrum laderentur. Exigua namq; cœna capiti confert & oculis, Manardo lib. 6. epist. 4. recte. Hactenus ex Conciliatore adducta Medici excellentissimi Odos de Odis Patavinus duobus libris de cœna & prandij portione. Hieronymus Cardanus lib. 1. Contradicentium tract. 5. contradic. 1. 8. & Leonhartus Fuchsius lib. 2. paradox. cap. 21. magna ex parte falsa esse firmis rationibus conuincunt. Ex quibus Leonharti Fuchsij rationes hic in oppositum subiungere placuit, vt sanitatis suæ studiofis plane constaret, quid in re tam perplexa aut fugere, aut sequi debeant. Nemo est, inquit ille, qui hodie medendi methodum præscribentium libros vel à limine salutauit, qui nesciat vulgatum atque tritum hoc illis esse decretum, vt nunquam non prandio cœna minor sit. Quantum vero aberrent, facile deprehendet qui rem altius expendet. Cœnam enim in omnibus, demptis ijs qui morbis nocturnis & catarrhis seu distillationibus affliguntur, prandio pleniorē esse, conuenit. Qui enim iam nominatis corripiuntur morbis, horum cœna omnino modica sit, tenuis, sicca ac præter aliorum morem, noctemq; præueniens oportet, vt ingruentibus scilicet morbis natura ab omnib. alijs munijs libera vnus morbi cōcoctioni operam nauare queat. Sunt & qui consueuerunt minus in cœna ciborum assumere, quam in prandio: horum certe consuetudo non temere etiam immutanda erit. Quæ enim ex longo tempore consueta sunt, vt ait Hippocrates 2. Aphor. 50. etsi deteriora sint, insuetis minus molestare solent. Cur autem in alijs omnibus,

nibus plenior cœna salubrior sit, multa in causa sunt. Primum autem omnium, noctis mox accedens frigiditas, quæ extrinsecus circumstant calorem natiuum in profundum secedere, & hoc nomine fortiolem fieri cogit, ita vt necessario ciborum tum melior fiat concoctio. Et certe idem potest noctis frigiditas, quod alias anni tempus hybernũ, aut regio frigida potest. Horum enim vnumquodque calorem natiuum adaugere potis est. Testis Hippocrates, qui libro 6. epidem. tom. 6. aphorif. 6. sic inquit: Perfrigidior in tempore & regione frigidis, percalidior erit. Sed & in 1. aphor. 15. ventres hyeme & vere natura calidissimos esse asserit. Deinceps est somnus, qui cœnam subsequitur: hic enim mirũ in modum concoctionem adiuuat. Sanguis enim in somno ad interiora magis refugit, vt testatur Hippocrates 6. epidem. tom. 5. aphor. 29. Cum itaq; sanguis cumq; eo calor natiuus per somnum ad interiora secedat, quid mirum si calor auctus fortiolem tum ciborum coctionem efficiat? Hinc rectissime Hippoc. lib. 6. epidem. tom. 5. aphor. 10. dixit: Labor articulis & carnibus, cibus vero ac somnus visceribus prodest. Somnum quoque optime cibum concoquere testatur Galenus lib. 1. de sympto. causis cap. 8. ita scribens: Itaque toto hoc tempore, quo quis dormit, animalis facultas quiescere, naturalis vero validius agere videtur. Cuius rei coniecturam ex eo facies, tum quod ipsa, si quando laborauerit, post somnum robustior euadit, idq; maxime, cum à modico cibo somnum admittimus, tum etiam quod per somnum cibus optime concoquitur, non solum in ventriculo, verum etiam per vniuersi

uersi corporis habitum. Cui subscribit quoque
 Paulus Æginet. lib. 1. ca. 97. dicens: Somnus est
 animalium facultatum quies, ab vtili humore
 cerebrum madefaciente proueniens: hunc qui
 rite capeſſit, multa conſequitur cōmoda: cibos
 enim conficit, humores digerit. Quod autem
 hac ratione plenior cœna eſſe debeat, teſtatur
 Galenus, vel quiſquis tandem eius libri autor
 fuit, in libro de diſſolutione continua, in hanc
 ſententiã ſcribens: Antiqui cœnã prandio præ-
 ferebant, præcipientes plus ciborum in cœna ſu-
 mendum eſſe, ob caloris circa interiora aggrega-
 tionem noctis frigidityte & per ſomnũ factam:
 calor namq; in ſomno ad interiora corporis re-
 uocatur, eademq; calefacit, perinde, vt in vigilia
 contrarium plane accidit. Id quod Hippocrates
 etiam epidem. 6. Tom. 4. aphor. 12. ijs verbis in-
 dicauit. Plane vigilans calidior circa exteriora,
 frigidior vero circa interiora: dormiens contra.
 Sed hic reclamabũt quidam, pleniorẽq; cœnã
 ideo damnabunt, quod pleno ventre ingrata ſit
 quies, atq; adeo ſomnus minus conueniens: His
 ita reſponſum volo. Nemo eſt tam ſine ſenſu cō-
 muni, qui neſciat inter cœnam & ſomnũ aliquid
 tēporis interuenire debere, neq; quemadmodũ
 in brutis nullam aliam niſi vorandi ac mox dor-
 miendi viciffitudinem eſſe, quum omnium Me-
 dicorum conſenſu conſultum ſit, quo aut hora
 aut amplius interſit. Neq; etiam eſt vt pleniorẽ
 cœnam quis eam eſſe putet, qua multa ingerun-
 tur tanta voracitate, vt vix ſpirare liceat, & peri-
 culum ſit, ne vel crepent qui ita ſeſe replent, ſed
 frugalem potius, talem tamẽ in qua plus, quam
 in prandio abſumitur ciborum. Quod ſi tamen
 hic

hic peccatū fuerit, melius certe in cœna, quam in prandio fertur, quod somnus post cœnam nō diu subsequens, facilius delictum quam vigilia, quæ prandium concomitatur, corrigit. In somno enim, vt diximus, calor interiora petit, & qui illic sunt cibus concoquendis solis vacat. Interdum vero ad exteriora protrahitur, neque iis quæ intus sunt prospicere potest, adeo vt verissime dixerit Hippocrates 2. victus acutorum 59. Vigilia vehemens cruditatem, incoctionemq; ciborum, tum potionis efficit: Porro cur cœnam prandio pleniorē esse oporteat, & hæc ratio est: quod rara admodū existat corporis facultas, quæ paulo liberalius prandium, spatio vel quinq; vel sex horarū, quod fere inter prandiū & cœnā interest, conficere possit. Quantum autem incommodi adfert, si quis nondū plane concocto eo quod prius ingestum fuit, aliud ingerit, morbum mirum facit. Vbi enim cibus præter naturam plus ingestus est, vt ait Hippocrates lib. 2. aphor. 17. hic morbum facit. Et si quis denuo obiecerit: vt cunq; somnum à cœna differamus, tamen fieri non posse, quin ad somnum cōuersis, quod materia tum ad interiora tendat, caput impleatur: huic Galen. quidem respondebit, qui libro 4. aphorif. 67. ita scribit. Et quidem sicuti à cibo ad somnū cōuersis impletur caput, sic in plethoricis dispositionib. somni ipsum replentes aggrauant cerebrū. Et somni videlicet sēp nocerēt, quatenus ad profundum & viscera materia cōfuit, nisi coctionis ratione plus afferrent vtilitatis, quam sit damnū, quod ex motu ad interiora consequitur. Et hæc ad vulgarem multisq; communem errorem explodendum sufficiant.

DE