

NON NULLA DE REGIMINE SANITATIS,

Iuxta

Sex res non naturales, placita ex
Hippocratis & Galeni libris defurapta, cum
aliis, tum literarum studiosis, & iis, qui
minùs exercentur, cognitu necessaria:

Per D. IOANNEM KATZ-
CHIVM Hallensem Med. Doctorem jam
olim edita, sed recens à variis mendis repur-
gata per I. A. S. L.



AMETSI duo esse humani cor-
poris principia Galenus in pri-
mo de tuendâ sanitate libro ad-
firmer, Semen videlicet viri,
Sanguinemque menstruum mu-
lieris: tamen tum veteres, tum neoterici Me-
dici omnes ipsum secuti, prudentissimè se-
ptem res numerant, quæ corporis humani
constitutionem ingrediuntur, quas quidem
res naturales vocant: expeditque easdem
rueri conservareque perpetuò similibus. Nam
Medicus, qui harum rerum naturalium ex-
actam cognitionem non habuerit, neque per
morbum sanandum earum vires sedulò tue-
bitur, in eum haud dubiè incidet sermonem:

Mor-

Morbus quidem curatus est ; Homo autem obiit : id quod à quam plurimis quotidie facitari videmus , præsertim ab iis , qui rationi experientiam sine ratione præferunt , teste Galeno secundo artis curaticæ libro ad Glauconem.

Sunt autem septem res vocata naturales.

1. Elementa.
2. Temperamentum.
3. Humores.
4. Membra vel partes.
5. Virtutes & facultates.
6. Operationes vel Actiones.
7. Spiritus.

De his singulis nunc differere non est nostri instituti : Verum hoc non est silentio prætereundum , principio , Sanitatem non esse absolutè elementorum , ex quibus constamus , aut medium temperamentum , quam Eucrasian vocant , aut debitam convenientiam , quam Symmetrian appellant : sed eam duntaxat , quæ similarium est partium.

Deinde instrumentalium partium sanitatem in figura , numero , magnitudine ac compositione similarium consistere : functionibus verò secundum naturam obeundis sanitatis habitum discerni.

Postremò duplicem esse sanitatem : Unam quæ optima , consummata ac summa est : Alteram quæ imperfecta , & ceu ab hac deficiens est : quarum utraque majoris minorisque ratione dividua ingentè habet latitudinem . Veluti enim album corpus aliud magis , aliud verò minus album cernitur : ita & quod sanum dicimus ,

dicimus, magis minusque tale esse videtur. Cujus rei duplex est demonstratio: Prima sumitur ex mutatione, quæ ætatum vicissitudines sequitur. Aliâ enim sanitate fruuntur Infantes, aliâ itidem Juvenes, & alia denique Senes, cum tamen omnibus per omnes ætates liceat esse sanis. Tamen si sint, qui senectutem ipsam morbum esse velint. Altera administratio ab actionum differentiâ habetur. Siquidem nec qui sani sunt, omnes oculis æque cernunt: sed alii perspicacius, alii obtusius: Nec auribus pari modo audiunt. Sed nec pedibus, nec manibus ex æquo similiter valent: sed hi probius, illi deterius. Neque reliquorum denique membrorum munia similiter omnes obeunt, imò in singulis pene magna est in excessu defectuque diversitas: Tamen cuique propositum est servare tue-rique eam quam ab initio accepit sanitatem. Nam si quis eos duntaxat sanos esse contendat, quorum singula membra functiones suas obeant absolutissimè, cæteros, qui minus probe sunt affecti, non esse sanos: in universæ artis quæ de sanitate tuendâ instituitur, fundamentum subverteret. Hæc ex Galeno eam ob rem assignavi, ut quisque intelligat haud similem universis hominibus naturam contigisse: ob idque nihilo felicius eandem victus rationem omnibus præscribi posse, quam si Sutor unum calopodium omnibus hominibus adaptare conetur.

Porro ex prædictis septem rebus naturalibus humanum corpus constitutum formatumque duobus potissimum modis in sanitate conservatur. Uno quidem ac primo modo.

(Quia

(Quia corpus in continuo fluore est) per re-
stitutionem illius quod effluxit. Si enim ex
corporibus nostris nihil efflueret, sed æqua
moles substantiæ semper servaretur, nulla so-
ret alimenti necessitas.

Akero verò modo conservatur corpus per
excrementorum, quæ per concoctionem col-
lecta sunt, expulsionem.

Quæ ambo si ritè à medico ac sedulò pro-
curantur, necessariò sequitur, corpus præ-
properè nec senescere, neque putrescere:
Atque sic primo modo à celeritate mortis na-
turalis: Secundo vero modo à morte acci-
dentali securus redditur. Nemo enim existi-
mare debet, Artem de sanitate tuenda cor-
poris immortalitatem præstare, quemadmo-
dum Galeni temporibus quidam sophista edi-
to libro immortalitatis viam docere aggres-
sus est. Hujus similes hodiè sunt, qui tamet-
si omnium bonarum literarum expertes sint,
mirâ tamen *βαπτολογία* aureos de se mon-
tes polliceri audent. Sed non est nunc de his
locus. Uterque verò conservandi modus per-
ficitur per sex inevitabiles res, quas tum ve-
teres, tum neoterici Medici prudenter non
naturales vocant: propterea quod tam mor-
bi quam sanitatis causæ esse poterunt. Si
namque ut necessitas corporis exigit, cum
mensurâ & æqualitate opportuna adhibentur,
sunt res salubres causæque sanitatis: Sin præ-
ter necessitatem citràque modum corpori ad-
feruntur, sunt res insalubres, causæque mor-
bi: ob id commodam artificialemque requi-
runt administrationem.

Sanj

Sunt autem hæ sex Res non naturales :

1. Aër.
2. Cibus & potus.
3. Repletio & Evacuatio.
4. Exercitium, seu motus, & quies.
5. Somnus & vigilia.
6. Accidentia, seu motus animi.

Porro per hæce sex res non naturales (quibus duæ virtutes, scilicet pulsativa seu vitalis, & naturalis deserviunt) in sanitate conservatur totum humanum corpus, si ritè ac debitè administrantur. Per easdem enim fit non modo resectio ejus, quod è corpore effluxit, verum etiam excrementorum expulso.

Quod verò è corpore nostro assiduè effluit, aut est substantia aërea & ignea, & potissimum restauratur per aërem, mediante virtute pulsativa: aut est substantia sicca, & restituitur per cibum: aut est substantia humida, & restauratur per potum, agente virtute naturali: & sic primæ duæ res non naturales, aër videlicet, & cibus ac potus, potissimum resectioni deserviunt, quemadmodum deinceps videbimus.

De prima re non naturali, Aëre.

Quando verò Aër tam per inspirationem, quam per arteriarum motum ac pulsum attractus nobilissimam corporis nostri partem, videlicet spiritus vitales, animales, naturalesque, qui sunt de substantiâ igneâ, aëreâque, conservat: primum de ipso tanquam de nobiliore dicemus,

Scien-

Sciendum quod aër inter cæteras res non naturales principatum obtinet, fortiusque humanum corpus alterare poterit omni aliâ re non naturali: partim quia continuo degimus in ipso, nullaque ejus vitandi ratio est, quando sine eo inspirato non conceditur vivere, invictisque nobis hauriendus est: partim quia nunquam non nos undique ambiens subtilitate suæ substantiæ in profundum corporis ingreditur, per universos corporis poros dilatatione arteriarum attractus: partim quia est pabulum, imò de substantiâ spiritus vitalis.

Ipse verò aër in se multas patitur mutationes, tum propter substantiæ suæ raritatem, quæ valdè mutabilis est, tum quia inter quatuor Elementa (si Astrologis credimus) plures habet Planetarum Sphæras, quæ ipsum continuò movent ac alterare possunt. Sphæra namque Solis tantum movet ignem: Sphæra Lunæ aquam: Sphæra stellarum fixarum terram: reliquæ verò Sphære omnes, sicuti Saturni, Jovis, Martis, Veneris & Mercurii, movent aërem. *Si credimus, inquam, Astrologis.*

Cujus rei gratiâ, aër ubi bonus est & commodus, plus juvamenti humano corpori adfert omni aliâ re naturali. Contrà verò ubi nocuus est malusque, ibi omni re est nocentior, imò pestilentissimus est.

Saluberrimus verò universis hominibus aër judicatur, qui optimus ac purissimus. Optimus autem ac purissimus aër is est, qui nec stagni, nec paludis halitu sit infectus, nec aliquid ex metallis, aut caminis, aut barathris sibi admixtum habeat, nec ex profundo specu pe-

cu pestilentem auram spiret: Nec qui ex cloacis, quæ urbem aut numerosum exercitum purgant, vitium contraxerit: Nec qui ex animalium, olerum aut leguminum, aut cujuscunque rei putredine coïnquinetur: Nec qui ob stagnum aut flamen vicinum nebulosus sit. Nec qui editis undique montibus aut ædificiis in cavo loco oclusus nullum recipit perflatum: suffocans enim patrisque est, similis ei, qui in domibus quibusdam est inclusus, in quibus ob putredinem & perflatus defectum plurimus acervatur situs. Hujusmodi ergo aër omni ætati est noxius: sicut è diverso qui purus omnino est, nulli non ætati est saluberrimus.

Hinc admodum prudenter mihi agere videntur Principes ac Magnates, qui in locis liberis veluti ad finem civitatum, ad Orientem, Septentrionem, aut Occidentem, arces suas ædificare solent, ubi commodè perflari possint, & ab hominum mechanicorum fœtore, præcipuè cadaverum sint libera.

Sic aëris quidem essentia universis hominibus æqualiter convenit, quæ optima est.

At verò quæ ex ipsius qualitate, calido scilicet aut frigido, humido aut sicco contingit diversitas, non perinde se ad omnes homines habet: Sed corporibus, quæ optimo temperamento sunt, etiam optimè temperatus aër est saluberrimus. Optimè autem temperati aëris termini hi sunt, ut in aëre quidem ambiente, neque horreat corpus propter frigus, neque sudet propter æstum. In quibus verò aliqua exuperans qualitas dominatur, his utilissimus aër est, qui ei qualitati maximè est adver-

adversus : utpote frigidus aër calidæ, calidus frigidæ : Humidiori qualitati, siccus aër : Sicciori quam par est, tanto humidior quantum siccitas ipsa modum excessit. His omnibus prospiciat oportet qui vires illas tueri velit.

De quatuor mundi plagis.

Quod autem ad quatuor mundi plagas attingit, Orientem videlicet, Occidentem, Septentrionem, & Meridiem, non ignorandum est, quod aër & venti Septentrionales omnium penè saluberrimi censentur.

Quippe qui non modo putredinem aliquam non adferunt, verumetiam ipsam, si adest, corrigunt. Quamobrem tempore pestilientis *Gale.* huic plagæ fenestras nonnunquam apertas esse *in I.* expedit, quia Boreas, qui frigidus & sic- *de tē-* cus naturâ ventus est, pestilentem aërem sicut *per a,* & solares radii, corrigere solet, omniaque im- *lib.* putria servare. Orientales verò venti, quia calidi & sicci, Occidentales verò, quia frigidi & humidi censentur, non insalubres existunt.

Omnium deterrimi sunt Meridionales venti, quia calidi natura & humidi sunt: quâ de re omnia facillimè Austrino flatu putrescunt. Vitandi igitur sunt, præcipuè verò infecti aëris tempore.

De anni temporibus.

Inter quatuor anni tempora saluberrimum Ver esse Hippocrates testatur, ideoque temperatum esse constat: Longèque errant, qui ipsum Ver calidum humidumque esse autumant,

mant, cum nullum temperamentum putredini magis obnoxium sit, quam calidum & humidum. Quod sane temperamentum (ex Galeni sententiâ) in quatuor anni temporibus invenire nequeas: in gravi ac pestilenti aëris statu nonnunquam incidit. Aër itaque Vernalis, tum quia temperatus est, tum quia ob solem ascendentem à commixtis vaporibus depuratur: saluberrimus minimèque mortifer censendus est.

Autumnus. Autumnalis verò aër sedulò fugiendus est, non quod frigidus sit & siccus, ut falsò quidam illi hoc temperamentum absolutè adscribunt, sed propter inæquabilem ejus temperiem, quâ maximè autumnum morbiferum facit & exitialem, sicut Hippocrates illâ sententiâ significavit: *Cum eodem die modo frigus, modo calor nos urget, Autumnales expectandi morbi sunt.*

Hyems. Hyems verò frigida & humida. Æstas autem contra, calida & sicca est. Et hujusmodi quidem temporum vicissitudo juxta Procræstas. *ἡ μεταβολὴ τῶν πάντων γλυκεία,* non solum suavis est, verum etiam ad valetudinem necessaria. Nam si unum anni tempus frigidum in corpore pituitoso aut parato commovere poterit Epilepsiam, Apoplexiam, Paralylin, aut similes morbos: Tempus verò calidum in corpore bilioso & parato, maniam, febres acutas, & id genus alios morbos: *est.* Quanto magis si duo triaue tempora, aut totus annus ejusmodi fuerit: præcipuè si totus annus (aut magna ex parte) Austrinus fuerit, pluatque per æstum imber largus assiduè. Id namque humidum ac calidum status proprium

prium est, ut in æstu assidue pluât. Tum verò necesse est, ut aut magna pestilentia succedat, aut magna hominum corruptela, ob putredinem subsequatur. Quapropter excedens temporum qualitas cum contraria sibi qualitate semper corrigenda est.

Hæc quidem de aëre, qui deperditam æream igneamque corporis substantiam, videlicet spiritus restaurat, nunc sufficiant: si modò hanc restaurationem, per virtutem pulsativam seu spiritualem perfici denno admo-
nuerimus. Nunc verò de restauratione humidioris sicciorisque substantiæ quæ effluxit, dicendum est. Atque hæc quidem restauratio per virtutem naturalem nutritivam perficitur. Cui quatuor virtutes naturales nulli non corporis parti insitæ attractrix inquam, retentrix, concoctrix & expultrix deserviunt. Cibus namque & potus non nutriunt, nisi per dictas virtutes probè mutati confectique sint & adsimilati.

De secundâ re non naturali,

Cibo & Potu.

Circa cibi potusque administrationem multa à multis dici solent, omnia tamen ferè eo de-
referuntur, ut bona commodaque comestio-
rum in ventre fiat concoctio. Neque enim
quisquam (si Galeno Medicorum principi cre-
dimus) morbo corripereetur, si accuratè ob-
servaret, ne in cruditates incideret, nec post
cibum vehementer exercitaretur. Hinc inde
Galenus à crassi lentique succi cibis non pro-
hibet eos, qui nullâ re impediti exercitatione
multâ

multâ somnoque ad satietatem uti possunt. Breviter igitur circa cibi rationem sex consideranda sunt.

Primum, cibi substantia; secundum, cibi quantitas; tertium, cibi qualitas; quartum, tempus; quintum, ordo; sextum, consuetudo.

*De
cibi
sub-
stan-
tiâ.* Primum quoad substantiam, An tenuis, an crassi succi cibus sit, observandum est.

Quamvis neque crassus neque tenuis cibus damnandus sit, neuter tamen quandoque vitio caret. Siquidem crassus cibus difficulter concoquitur, lentumque ac glutinosum succum gignit, qui calorem innatum suffocando extinguere potis est.

Tenuis autem cibus parum nutrit, corporaque quæ eo aluntur, & gracilia & imbecilla reddit: imbecillitas verò morbis facile est obnoxia.

*De
pane.* Ad bonam itaque tenendam valetudinem cibi sunt eligendi, qui neque tenuem, neque crassum penitus succum gignunt, sed qui mediam quasi inter tenue crassumque naturam habeant. Cujusmodi sunt: Panis mundissimus ex farina triticea cum sale ac fermento secundum artem probe confectus: cujus grana non in aëre infecto, nec de terra corrupta, sed sana sunt collecta, quique ob vetustatem non corruptus sit, nihilque vitiatum loliive, quæ oculis nervisque incommodare solent, commixtum habeat.

*De
avi-
bus.* Ex Gallinaceorum genere sunt tam mares, quam feminae, & caro pullorum.

*pisci-
bus.* Ex avibus phasian, Perdices, Columbæ, Turtures, & omnes ferè aves sylvestres.

Ex piscibus sunt Saxatiles, marini & squamosi,

mosi, qui in aquâ mundâ arenosâ & nati & Gale.
 capti sunt, habentes carnes duras, friabiles, ^{in li-}
 sapidas, & benè odoratas. ^{bro de}

Aves namque & pisces ferè omnes boni ^{boni}
 succi censentur, exceptis lacustribus, palu- ^{mali-}
 stribus, & qui in immundis fluminibus ac tur- ^{que}
 bidis degunt: minus enim sese natationibus ^{succi}
 exercent, vitiatoque tum aëre, tum victus ^{cibi}
 genere utuntur: præsertim si in aquas illas
 urbis alicujus amplissimæ latrinarum, balneo-
 rum, culinarumque loturæ purgamenta de-
 fluant. Caro enim animantium, quæ in ejus-
 modi aquis vivunt ac immorantur, deterri-
 ma est.

Sylvestrium animalium caro, quia multis De
 euritationibus se fatigant, & in aëre sicciore ^{Sylve-}
 versantur, quam domestica incolumior cen- ^{stri-}
 setur. Pluribus enim diebus à putrefactione ^{bustæ}
 adservatur. Caro tamen hædina, vitulina, qua-
 aliorumque id genus laudabile animalium, ^{dru-}
 non est rejicienda. ^{pedi-}

Lac omnium ferè Medicorum sententia ^{buc.}
 probatissimi succi habetur. Muliebre tamen De
 lac primas sibi vendicat, deinde lac asininum: ^{lacte}
 postea caprinum, tandemque vaccinum &
 ovinum.

Necessè autem est, ut animal, ex quo lac
 sumitur, sit boni habitus bonique succi, qui
 quidem ex optimis pascuis ac nutrimentis
 eveniunt.

Immiscenda tamen lacti est vel mellis pa-
 ri, vel sacchari & salis nonnihil, ne in stoma-
 cho coaguletur: vacuo præterea stomacho
 sumendum est seorsim, præsertim absque pis-
 cibus.

Porro assiduus lactis usus dentibus ac gingivis officere solet, has enim humentes & flaccidas, dentes verò putrefactioni & erosioni obnoxios facit. Assumpto igitur lacte convenit vino diluto, cui aliquid mellis sit admixtum, aut (quod præstantius est) primum melicrato, deinde vino adstringente os abluere. Sic enim si quid ex lacte caseosum dentium interstitiis gingivisque infarctum obhæsit, abstergetur.

*De
ovis.*

Inter cibos mediocres numerantur ova galinarum. Eliguntur autem parvula, oblonga, ad mediocritatem cocta. Nam si nimis sorbilia sunt, ut facilè digeruntur, ita & eorum nutrimentum facilè evanescit, dissipaturque.

*De
caseo.*

Caseus omnis crassi, vetus verò etiam mali succi est: recens autem nonnunquam mali, sed minus crassi succi est quam vetus.

*De
cibis
omni-
bus
homi-
nibus
vitā-
dis.*

Cibi verò universis hominibus noxii sunt, qui excellentem in primis qualitativis virtutem obtinent, sive in calido, sive in frigido, sive in humido, sive in sicco: uti sunt allia, cepæ, porri, caules, sinapi, & fructus pene omnes, qui asservari exsiccarique nequeunt, sed anteaquam exsiccantur putrescunt, ut mora, persica, fungi, pepones, & id genus. Hæc de cibi substantiâ sufficiant.

De Cibi quantitate.

Secundò consideranda est cibi quantitas, quæ tanta esse debet, ut commoda ejus fiat in ventre concoctio, & quantum naturæ, non appetitui sufficiat, quæque minimè gravet ventriculum: quod cum vitari in minimo ven-

ventriculo nequeat, proximum est ut quàm citissimè gravis esse desinat. Solus enim temperatus stomachus tantum appetit, quantum concoquere potest. Frigidus verò naturâ stomachus melius appetit, quàm concoquit: Calidior autem stomachus contra melius concoquit, quam appetit: potius ergo cibi crassif, quàm subtiles ei conveniunt, quia illi concoquuntur: hi verò in eodem corrumpuntur. Exploranda igitur est stomachi temperatura, quæ pro ætate, sexu & aliis variatur.

*Gale.
in art.
med.*

Ad hæc sciendum quod, ut nimia quantitas, ita & nimia cibi paucitas stomachi coctionem impedere poterit. Nam si in magno stomacho adeo exiguus sit cibus, ut stomachi corpus corrugatum undique amplecti cibum non possit, non exacta, nec commoda fiet cibi concoctio. A nimio autem cibo stomachus multo vehementius læditur. Membrum enim ultra modum extensum in continuitate sua nonnunquam solvitur, quare virtus ejus naturalis omnino deficit, sitque cruditas, quæ mater est omnium ægritudinum: ob idque dici solet, *Plures mori crapula, quàm gladio.* Etenim multis nominibus exitialis est cruditas. Primum enim crudi succi, si copiosi in corpore sunt, gravant: Deinde tum multitudine, tum crassitudine suâ exiguos corporis meatus obstruentes calorem innatum extinguunt. Rursus manifestâ suâ qualitate non tantum alterant temperamenti mediocritatem, verumetiam corrumpunt. Denique cum nutrire corpus, priusquam concoquantur, crudi succi nequeant, syncopæ obnoxium reddunt. Quotquot enim super-

fluè se repleverunt, aut ruptâ venâ, aut suffocato calore naturali subito interierunt, ut Galenus de quibusdam athleticis testatur. Et Hippocrates, *Vbi cibus* (inquit) *præter naturam copiosior ingestus est, inde morbum creari sanatio indicat.* Hinc est quod medici communiter ferculorum multitudinem in unâ mensâ damnant, ne ob varietatem, quæ delectare solet, plus cibi, quam concoqui possit ingeratur. Quamvis mihi non pauci sunt noti, quos unius cibi repletio magis, quam moderata varietas ledit, ut in hoc certè consuetudo experientiaque non parum momenti habeant. Breviter vero sciendum est, Quod

Cibus	{	Multus, plenus,	{	cor-	{	auget,
		seu crassus,		poris		confer-
		Moderatus,		vir-		vat,
		Paucus, seu tenuis,		tutē		minuit.

Si igitur augere corporis robur voluerimus, utemur alimento multo, seu pleno: si custodire, mediocri. Si verò minuere ac demoliri vires corporis voluerimus (id quod per sanitatem nunquam, in morbis verò non omnibus, sed quibusdam, iisque acutis molendum est) utemur alimento paucò ac tenui victu.

Sicut igitur in substantia cibi dictum est medios cibos eligendos, ita in quantitate etiam mediocritatem servasse optimum fuerit.

2. A. Hinc rectè Hippocrates inquit: *Non satietas, pber, non fames, neque aliud quicquam, quod modum naturæ excesserit, bonum:* Omne enim nimium naturæ est inimicum.

Quando tamen à medio ad aliquod extremum

morum declinare necesse fuerit, tutius, meo quidem iudicio, erit ut plurimum in paulo pleniore; quam nimis tenui victu excedere, ut clarissimè Hippocrates testatur. *Quivis, inquit, error committitur gravior in tenui victu quam paulò pleniore.* Propterea etiam sanis valdè tenuis statàque & exquisita victus ratio parum tuta, quoniam errores gravius ferunt: ob hoc igitur tenuis victus atque admodum exquisitus, eo qui paulò plenior est, ut plurimum magis periculosus existit. Ex his Hippocratis verbis manifestum sit, per victum paulò plenorem vires corporis augendas potius, quam per tenuem dejiendas esse. Sicut enim corporis imbecillitas morbis ferè omnibus obnoxia est, ita contrà natura fortis nulli non morbo resistere potest, dum materiam morbi mirè expellit, Galeno teste. Atque hæc ferè causa est, cur violenti nonnulli homines omnibus penè in rebus inordinatè viventes, nullam tamen ægitudinem incurrere videantur. Adde quod nocumentum cruditatis, & morbi materiales faciliùs sanantur, quàm morbi immateriales & aresactionis. Summe tamen curandum, ut si quando mediocritas planè servari nequeat, excessus saltem sit mediocris. Ne habitus corporis ad summum bonitatis attingat: Sive enim refectiones, sive evacuationes, si ad extremum perveniant, periculosæ sunt, teste Hippocrate.

De Cibi qualitate.

6. lib.
de sa-

Tertio considerata est cibi qualitas. His enim qui æquali temperamento sunt præditi, tuend.

V 4

æquales

æquales ac temperati cibi ac potus maximè conducunt. Tanto enim melius est nutriendus, quanto iis jucundius est quod comedunt. Itaque cibus mendicamentosis uti iis temerè non expedit, siquidem calidiores cibi (ut allia, capæ, sinapi, &c.) sanguinem adurunt & excoquunt, frigidiores autem cibi phlegmaticum humorem generant, qui tum manifestâ suâ qualitate, tum substantiâ suâ crassâ & viscosa, calorem innatum suffocando extinguit.

Porro intemperatum quidem temperamentum si vertere quis in melius velit, alimenti species contraria esse superanti qualitati debet. Sensim verò id, citràque noxam fiet, si & præsit medicus, & is qui curatur, à negotiis ita liber sit, ut omnia suo tempore peragat. Nam qui negotiis districtus est, illi longè tutius fuerit, ut nec tentet temperamentum suum mutare, sed accommoda sibi nutrimenta sumat. Aptæ autem sunt humidis quidem humida, siccis verò sicca: Nutritio enim fit, cum cibus corpori assimilatur. Citiùs verò adsimilantur sicca siccis, & humida

lib. humida: hinc rectissimè Hippocrates, Aphor. midus victus omnibus febricitantibus (inquit) 16. confert, maximè verò pueris, & alius qui tali victu uti consueverunt.

Sanit. Qui verò calidiore frigidiorève temperamento sunt præditi, iis contraria dare semper expedit. Faciliùs enim similibus alimentis in morbosam intemperantiam abeunt, quàm qui humidior aut siccior sunt temperamento, ob calidi frigidique vehementem efficaciam Physicis notam.

Porro tametsi moderata ciborum varietas con-

concedenda sit, sedulo tamen cavendum est, ne cibi unâ vice sumendi sive substantiâ sive qualitate valde inter se diversi sint: Nam ob substantiæ diversitatem inæqualis fit concoctio, ut patet de carnibus boum, & hædi in eadem olla simul decoctis.

Ob qualitatis verò contrarietatem ac pugnam inter se oriuntur in ventre tormina & alim^{i. de} inflationes, quæ non nisi pugnantium expul^{facula} sione finire solent: ut Galenus de brassicâ testatur, quæ licet simplex esse videatur naturâ: tamen composita est. Succus enim ejus ad expulsiōem stimulat, solida autem ejus substantia stringit ventrem: ob id tutius est suæcum à substantiâ separare.

De cibandi tempore.

Quartò observandum est in cibando tempus, quod trifariam consideratur: Primò ratione anni, secundò ratione ætatis, tertio ratione diei. Non parum enim ad victus rationem instituendam anni tempora conferunt. Hyberno namque tempore & plus appetunt homines, & cibum facilius concoquunt quam in æstate. Cujus rei causam reddit Hippo^{1. A.}crates. Ventres, inquit, hyeme & verè natu^{phor.}ra calidissimi sunt, & somni longissimi: quare per ea tempora alimenta copiosiora sunt exhibenda: Etenim calor innatus tum plurimus est, unde & pluribus egent alimentis. Oportet enim Hippo^{15.}esse alimenta non solum quantitati ejus, quod ex corporibus nostris effluit, sed & innati caloris multitudini proportionata. ^{vist. rati.}

Porro Hyemi adsimilatur & veris initium, prim.

V 5

& Ann.

& Autumnus finis: Æstati verò finis Veris, & Autumnus initium similia sunt.

Hy-
emis.

Quod autem ad temporum qualitatem at-
tinet, Hyemis quidem tempore, cum im-
moderatè frigida humidaque sit, corpus calefa-
ciendum exsiccandumque est: ideoque plu-
rimo cibo, sed calido & sicco: potu verò pau-
cissimo, eoque meracissimo: carnibus magis
assatis, quam elixis: holeribus paucissimis
hoc anni tempore utendum est.

Ver.

Vere autem: quia temperatum est, tem-
peratis cibis ac potibus utendum, paulo plus
delutiusque, quam in hyeme bibendum, ci-
boque paululum demendum est.

Æstas.

Æstate verò, quia hoc anni tempus cali-
dum siccumque est corpus exurit, squali-
dumque evadit: ob id humectandum refri-
gerandumque corpus est. Commodissimum
igitur fuerit tum temporis nutrimento uti
humido & molli: carnibus potius elixis,
quam assatis: potio sit multa, magisque di-
luta, quam in vere.

Aut-
umnus.

Per autumnum verò cibo paulò pleniore
& ficiore bonique succi uti expedit: minus
verò, sed meracius bibere commodum est.
A fructibus verò qui tum abundant, quia
communiter putrescibiles sunt, abstinendum
est, exceptis fructibus austeris, qui non faci-
lè corrumpuntur.

Secun-
dum
tem-
pus
sæ-
culi.

Differentia ætatum etiam nonnihil condu-
cit ad victus rationem capiendam. Siquidem
senes facilè ferunt inediam, pueri difficulter:
mediæ autem ætates inter senes & pueros,
quanto alteri ipsorum proximiores sunt, tan-
to minus aut magis ex longis inediis offen-
duntur.

duntur. Egregiè igitur Hippocrates: Senes, inquit, faciliè jejunium ferunt: secundo loco, qui ætatem constantem agunt, minus adolescentes, omnium minimè pueri, præsertim qui inter eos vividiores sunt: Qui enim crescunt, plurimum habent calidi innati: plurimo igitur egent alimento: alioquin corpus absumitur. Senibus verò parum calidi innati inest: paucis propterea fo-
mitibus egent, quia à multis extinguuntur.

Ex his manifestum est, pueris multum cibi ac sæpè in die dandum esse, propter multum eorum calorem innatum, qui alioqui in substantiâ humidâ ac molli absumitur defluitque. Senioribus verò ac decrepitis sæpe quidem, sed parum pro vice comedendum esse, ne paucus eorum calor multo alimento extinguatur: sicut parva flamma multo oleo simul infuso extingui solet.

Tempus verò diei sic considerandum est: ut per ætatem sapius quidem in die, parum tamen pro vice unâ, & horis & locis communiter sive arte, sive natura frigidis, cibum sumamus: in Hyeme verò contrario modo. Nunquam tamen, nisi priore cibo probè concocto verus ac naturalis adsit appetitus, edendum est: sicut rursus nec famelico stomacho cibus denegandus est, ne impleatur malis humoribus, videlicet biliosis, pituitosis ac serosis, quos jecur nonnunquam stomacho valde appetenti trahentique remittit.

De ordine ciborum.

Quamvis meliùs sit minimè varios neque substantiâ, neque qualitate cibos simul in unâ
V 6 cibis

cibatione conjungere : tamen quando id ob consuetudinem , aut magnatum reverentiam hoc nostro tempore usu venit, tum si stomachus fuerit frigidus, qualis in senibus & ociosis hominibus esse solet, semper mollia & humida & quæ concoctu sunt facilia præmittere expedit. Contrà verò, si stomachus fuerit præcalidus, ut est in quibusdam juvenibus laborantibus ac exercentibus se (quos Galenus facilius carnes bovinas, quàm saxatiles pisces concoquere posse scribit,) iis expedit crassos, siccos & durosque cibos præmittere subtilibus ac mollibus. Crassi namque cibi sat belle in eorum stomachis concoquuntur : subtiles autem in nidorulentam ac fumosam quandam qualitatē corrumpuntur. Ejusmodi verò cruditas, si Galeno credimus, deterior est ac promptius febres accendit, quam ea, quæ ob frigiditatem cibos in acidam qualitatē vertit. Communiter tamen humida, pingua & dulcia primo loco : quæ sicca astringentiæ sunt, secundo loco assumuntur.

De consuetudine.

Consuetudo non solum in cibo & potu, verum etiam in omnibus aliis rebus non naturalibus diligenter observanda est. Maximam namque, ubique & maximè principalem habet vim, tam in recuperandâ, quam in conservandâ sanitate. Cujusque enim corporis naturam ostendit, adeò ut Galeno sui temporis medici nonnulli etiam sensu communi caruisse videantur, qui eam velut inutilem rejicere audebant. Quis enim adeò stupidus est.

est, ut magnopere ex aquæ frigidaë potione
læsus, hanc in diutinum usum duxisse velit?

De consuetudine sic inquit Hippocrates: 2. A.
Qui consueti solitos labores ferre, etsi fuerint im- phor.
becilles & senes, non consuetis fortibus atque 49.
iunioribus facilius ferunt. Quæ enim ex longo 50.
tempore consueta sunt, etsi deteriora sunt, insue-
tis minus molestare solent. At cum nemo sit
hominum, qui inopinatis rerum fortibus
non subjiciatur, periculosa est unica tantum
consuetudo. Addit ergo Hippocrates, Oportet
igitur ad insueta permutari: mutatio tamen
debet esse modica.

Quod verò consuetudo longo tempore 1. A.
contracta temere mutanda non sit, aptissime phor.
Galenus ex istâ Hippocratis sententiâ evin- 16.
cit: Humidus omnis victus febricitantibus est
idoneus, potissimum autem pueris, & aliis
qui ita cibari sunt sueti. Febricitantibus enim,
ut inquit, ex ipsâ contrariorum indicatione,
humidus victus conducit: pueris verò & aliis,
qui tali victu uti consueverunt, ex indicatio-
ne similium. Ut enim ætas pueris, non mor- 8. lib.
bus, sed secundum naturam est: ita consue- meth.
tudo ascititiam quandam naturam in corpo- med.
ribus gignere solet, cui contraria dedisse in-
primis est noxium, gaudent enim naturæ
consuetis semper. Ergo assuetudine tamen si 5. lib.
pravæ sunt, tempore ægritudinis non sunt de tu-
mutandæ. Imo nec per summam sanitatem enda
semper id tentandum est: sed tum cum à ne- sani-
negotiis maximè liberi sumus. tate.

Ad consuetudines etiam naturarum pro- Gale.
prietates pertinent, quas recentiores Medici
naturas específicas, aut insequentes materiam
appel-

appellant. Secundum quas: quidem proprietates (ex Galeni sententiâ) alii semper ad alios cibos & potus rectè se, aut non rectè habent. Et in hoc certè falluntur nonnulli, ac
 7. art. imprudenter operantur, qui exhibent vinum, aut aliud quippiam secundum proprietates specificas alicui contrarium, quantumvis cognoverint illud secundum qualitates manifestas convenire. Proprietas enim in omnibus, sive specifica, sive insequens materiam, est supra omnes dispositiones manifestas observanda. Et hoc est, quod Hippocrates
 2. A. ait: *Parum deterior cibus & potus, delectabilior verò, melioribus quidem: sed minus suavis est præferendus.* Atque in hoc experimentum vincit rationem.

De Potu.

Quoniam compendiosè de ratione cibi, quo substantia sicca è corpore nostro effluxa restauratur, actum sit: nunc breviter dicendum est de potu, qui substantiam corporis humidam effluxam restituit, tamen si sint, qui esse ipsum vehiculum tantum cibi existiment.

De Potionis, si Galeno credimus, is modus erit, ut nec in ventriculo innatet, nec fluctuationis ullius sensum invehat. Illico etiam post
 potio- cibum antequam concoquatur, bibendum
 ne non est: siquidem innatant cibi si bibatur,
 modo. ita ut eos ventriculi corpus propter interpositum humorem non contingat: veruntamen
 7. lib. sitibundus si quis fuerit, prohibere eum in totum ut grave est, ita nec expediens: sed
 meth. tantillum indulgendum est, quod & desiderium
 med.

rum soletur, & sitim levet. Posteaquam verò nutrimentum concoxerit, abundè bibere sinendus est: quippe celerrimè, si ita fecerit, per corpus alimentum distribuitur, id quod extenuatis cumprimis conducit. Qua de causâ potum horâ cibationis non in quantitate continuâ, sed discretâ, non una inquam, sed pluribus vicibus assumere expedit. Potus verò tum substantiâ, tum qualitate ejusmodi esse debet, ut præcordia celeriter transiens non diu in ventre fluctuet.

De Aqua.

Aqua quidem optima est fontana recens, cujus nulla qualitas vitiosa aliunde sit contracta, cujus fons ad orientem solem erumpit, quæque per meatum aliquem mundum aut puram coletur terram, quæque calefat, refrigereturque ocyssimè. Cavendæ verò sunt aquæ, quæ ex stagnis hauriuntur, & quæ turbidæ, & quæ malè olentes, & quæ falsæ: Denique in quibus qualitas aliqua gustu deprehenditur: quando quæ optima est, non gustui modo, verumetiam olfactui omnis qualitatis expers videbitur. Eadem quoque tum potui jucunda erit, tum planè pura. Quod si præcordia quoque celeriter transit, nihil est quod magis idoneam requiras: quando si quæ pura lymvidaque est, nec potu insuavis, ac nihilo secius tamen circa præcordia hæret, hæc vitio non caret, atque abstinendum ab ea cenfeo: uti cum prorsus est frigida calefacta, non dissuadeo. Tutissimum tamen fuerit experientiâ ipsâ de ejusmodi aqua judicium fieri.

Gal. I.
de san-
nitate
tuen-
da.

De.

De Vino.

Vinum haud ita omnibus sicuti aqua conducit : quam enim jam optimam judicavimus aquam, hac uti puero, juveni, seni (velut & de aëre dictum est) conducet. Vino autem aliis aliàs pro ætatis ratione uti expedit. Sciendum enim quod vinum calefacit & humectat : ejus rei gratia pueris, qui calido humidoque sunt temperamento, minimè conducit. Nam præterquam quod nihil commodi ex vini portione sentiunt : etiam læduntur, eo quod non solum plus æquo calefiunt humectanturque, sed etiam quia caput iis halitu repletur, sicuti & aliis omnibus, qui calido humidoque temperamento sunt præditi.

Quare neque adolescentibus vinum nisi modicè sumptum utile est, quod videlicet & ad iram, & libidinem eos præcipites faciat, & animi rationem hebetem turbidamque reddat. Cùm autem sit omnis ex ætate fugiendus, maximè hunc fugere expedit, ex quo non corpori modo, sed etiam animo damnum accedit. Senes autem quia frigido siccoque temperamento sunt, omnium commodissimè vino utuntur.

De Juvamenta vini sunt humectare ac nutrire
vini quicquid immodicè siccatum est, sive ex im-
juva- modicis laboribus, sive ex proprio ætatis tem-
peramento peramento siccitas provenerit. Bilis item ama-
12. l. ræ acrimoniam mitigare ac frangere, per su-
art. dores urinasque eandem vacuare : ea, quæ in
enrat. ventriculo aut venis sunt concoquere : vires organorum augere : excrementis expellendis viam facere, & cum vina boni succi sint, corpus

pus nutrire : quorum tamen iuvamentorum pene nullo egent pueri.

Porro vina validissima sunt, quæ plurimum aquæ in mixturâ sustinent, qualis mox colore flava, ætate vetera, bonique odoris esse, solent : quæ verò paulo minus calida existunt, fulva sunt : quæ adhuc plus à vehementiâ caloris recedunt, rubra ac dulcia sunt : quæ verò colore alba & aquosa conspiciuntur, *Gal.* omnibus minus calefaciunt, & quasi media *l. 12.* inter aquam & vinum videntur. *meth.*

Austera vina roborant quidem ventrem, *med.* caputque inter omnia minimè tentant : cæterum digestionem in corpus minime accelerant.

Vinum substantiâ tenui & qualitate calidum conducit phlegmaticis, crudos humores habentibus, ob idque in syncopen incidentibus. Vinum verò substantiâ crassum confert macilentis, qui impinguari desiderant. Cavendum autem, ne obstructions invehat. Jejuno præterea stomacho vina communiter cavenda sunt. Quemadmodum autem diluenda sint vina ratione temporum, dictum est suprà, cum de cibandi tempore ageretur. Breviter cuique observanda est sua consuetudo. Sunt enim quibus caput ob imbecillitatem, vel si paulo meracius biberint, statim tentatur : rursus sunt, qui meraciore adeo delectantur, ut si dilucius biberint, eorum stomachus subvertatur. Vetus verò vinum adeo sitim non exstinguit, ut in exhaustam etiam sitim generet. Quidam enim veteri vino obrutus ac inebriatus siti perisse legitur, Et immoderatus ingestum, præter

præter cætera nocumenta etiam apoplexiam, morbum comitalem, & id genus alios morbos frigidos excitabit, calorem innatum suffocando.

De tertiâ re non naturali,

De Repletionem & Evacuationem.

Dixi hætenus nonnihil de primo sanitatis tuendæ, scilicet de refectionis ejus, quod è corpore effluxit, modo. Nunc breviter dicendum est aliquid etiam de altero conservandi sanitatem modo, qui per excrementorum, quæ per concoctionem collecta sunt, expulsionem fit.

De repletionem, quod vitanda sit, dictum est supra in cibi quantitate: quia omnis immoderata repletio, sive ad vasa, sive ad virtutem, sive ex potu, sive ex cibo perniciosissima existit.

Hic præter dicta obiter notandum, duplicem esse repletionem: unam recens factam: alteram paulò ante factam. Recens factam repletionem voco, quando quispiam se nimio cibo & potu sic replevit, ut gravem se crudumque sentiat. Et ista quidem repletio per purgantia pharmaca, ut nonnulli ignari faciunt, haud curanda est, sed potius per abstinentiam, per deambulationem, per somnum multum, & his similia, donec cibus ad inferiora descenderit. Tum enim adjuvari potest, aut glande subdita, aut levi per anum infusione.

Nam si crudi humores in corpore collecti admodum pigri, & ad expulsionem inepti ob-
cras-

erassitudinem frigiditatemque sunt : quanto magis cibi nondum in ventriculo confecti, neque in humores conversi ? Ubi igitur cruditas in corpore est, alvi dejectio plus periculi, quam juvamenti adfert : præterquam enim quod nec notatu quippiam dignum educit, etiam tormina, rosiones & animi deliquia creat : id quod Hippocrates illo oraculo præcavit, quo brevissimè præcipit, *Concocta me-* 1. A-
dicamento tentanda esse, non cruda, &c. Paulò *phor.*
 antè facta repletio est, quando cibi & potus 22-
 longo temporis spacio in humores conversi, ac per calorem innatum jam nonnihil concocti sunt. Et huic quidem repletioni convenit Evacuatio, quia rectius non curatur, quam evacuatione. Hanc duplicem repletionem in- 4. A-
 nuit Hippocrates illa sententiâ : *Sudor multus* *phor.*
ex somno factus absque causâ manifestâ, &c. 41.

De Evacuatione.

De Evacuatione sciendum, quod Hippo- 4. A-
 crates evacuationem simpliciter vocare solet, *phor.*
 quando humores omnes æqualiter evacuan- 17-
 tur : purgationem verò appellare, quando hu-
 mores prava qualitate affecti educuntur. Ubi enim æqualiter inter se succi sunt adaucti, id & plethoram Græci vocant, nos plenitudinem *Gale.*
 & succorum redundantiam dixerimus : ubi *l. 13.*
 verò vel flavâ bili vel nigrâ, vel pituitâ, vel *meth.*
 serosis humoribus refertum corpus est, eum *med.*
 habitum cacochymiam, quasi succorum vitium dicas, nominant.

Ergo plethora tum sanguinis missione scarificatione curatur, tum frequenti balneo :
 tum

tum exercitatione, tum frictione, præterea dig-
gerentibus medicamentis, & præter hæc om-
nia ex accidenti inedia. Succorum verò vi-
tium, purgatione, quæ cuique superanti suc-
co sit accommodata, corrigitur.

Cùm autem purgantium medicamentorum
usus sanitatis tempore rarus esse debeat, nec
nisi valdè indigentibus, & ex longis interval-
lis utilis sit (quoniam earum, quæ quotidie
generantur, in corpore superfluitatum eva-
cuatio plerunque minor est, quam ut pur-
gantis phæmæ operationem exigat) non erit
nunc de iis locus.

Sed breviter notandum, cùm eorum, quæ
è corpore exigenda sunt, variæ ac multæ sint
species, non solum vacationem secundum
eandem variandam esse, sed unum quodque
etiam excrementum per convenientem regio-
nem ac propriam à naturâ sibi inordinatam
viam excernendum esse. Sunt enim excre-
mentorum species aliæ quidem eorum, quæ
in ventre perficiuntur, & à sero separantur,
ac per omnia intestina paulatim impulsa tan-
dem per secessum excernuntur. Aliæ verò eo-
rum, quæ in jecinore perficiuntur, & est aut
flava, aut atra bilis, quæ & per alvum, & per

Gale. vomitum expurgari possunt. Cæterum aptior
lib. 7. est vacuatio per alvum, tanquam usu jam va-
meth. lentibus intestinis jecinoris superflua tolera-
med. re. Aliæ eorum, quæ in arteriis & venis: &
Gal. I. est urinalis aquositas, per renes ad vesicam
de sa- transmissa: Aliæ ejus, quod per singula mem-
nitae bra distribuitur alimenti: & est partim su-
tuen- dor, partim materia, quæ per omnes exiguos
da. corporis meatus, seu poros evaporat, ac per
occul-

occultam transpirationem evanescit, quæ ut sensum fugit, ita & nomen non habet. Sunt præterea tamen partes, quæ præter hos latentes meatus alios quosdam apertos & conspicuos obtinent: sicut cerebrum propter suam eminentiam plurimis maximisque canalibus expurgatur, primò per nares & palatum: secundo per utramque aurem: tertio per calvaria commissuras: nec non etiam aliquid ab eo confluit ad oculos. Oculus verò, quo probius munus suum obeat, per evidentes meatus ejicit quicquid in eo excrementi gignitur, nempe per nares genasque. Sic pulmo per sputum ac tussim præcipuè expurgatur.

Porro omnium excrementorum retentorum commune hoc documentum est: quod retentionis causæ semper contraria causa admovenda sit. Exempli gratiâ, si restricta alvus fuerit ob comestorum paucitatem ac siccitatem, videndum, ut tum humidiora exhibeamus: si verò ob siccitatem tantum, non quidem plura, sed humidiora offeramus: si ob comestorum austeritatem & acerbiteriam, dulcibus & pinguibus cibabimus. Quod si in ordine ciborum erratum est, ut si ea quæ adstringunt siccantque primò: quæ verò humida, dulcia ac pinguis sunt secundo loco sunt comesta: tunc corrigendus error, & mutandus ordo est. Si verò ob utendi modum, ut si quis cum bis edendum esset, tantum semel comederit, non bis tantum, sed & sæpius cibabimus. Deinceps, si excrementi mora ob ventris intestinorumque intemperiem quandam evenerit, considerandum est, an naturalis, an recens contracta intemperies sit.

fit. De naturalibus quidem hic nihil agatur.

Recentium verò intemperierum octo sunt differentiae: quatuor simplices calidae, frigidae, humidae, siccae: quatuor compositae, calidae, & humidae, calidae & siccae, frigidae & humidae, & frigidae & siccae. Quaecunque ergo ex his recens contracta intemperies, sive simplex, sive composita fuerit, contrariis sive remediis reducenda ad aequalitatem est, quam ad rem peritus nonnunquam ac fidelis advocandus est medicus. Sic reliquorum excrementorum in corpore retentorum speciebus haud dissimile esto iudicium.

De Vomitu.

de
libr.
usu
part.

Bene, inquit Galenus, antiqui medicorum simul cum aliis documentis ad sanitatem tuendam pertinentibus, à cibariis vomitum singulo mense suadebant: nonnulli quidem semel sufficere existimantes, alii autem etiam bis concitandum censentes. Omnes tamen hi qualitates ipsas comestorum acres & absterforias eligendas suadent, ut totum phlegma ventris expurgetur, & nihil cacochymia laedatur corpus. Frequens tamen & laboriosus vomitus omnibus ferè hominibus cavendus est, præcipuè verò iis, qui stricto pectore, & ad sanguinis rejectionem per os parati sunt. Nocet enim pectori, auribus, oculis, dentibus, & ipsi quoque capiti, nisi ob stomachi repletionem sit laesum,

De phlebotomia & scarificatione.

Venam per annum sæpius incidere haud *Ex lib.*
convenit: una enim cum sanguine vitalis *Gale.*
spiritus excernitur, qui si copiosius absumat- *de hy-*
tur, fit ut tota moles reddatur frigidior, ope- *ru,* &
raque naturalia deterius perficiantur. Quam- *revul.*
obrem à minus principalibus, puta cruribus, cui
detractio cum scarificatione facienda est. *curbi*

Ubi tamen magni cujusdam morbi metus *tula*
immineret, cum virium robore florentique &
etate, tutò sanguis mittendus esset. *scari-*

In hoc tamen considerata est naturalis *ficat.*
hominis temperies. Nam quibus amplæ sunt *Gale.*
venæ, quique modicè graciles sunt, nec can- *in lib.*
didi, nec tenerâ carne præditi, securius san- *de ra-*
guinis missione utuntur. Contrarii verò mi- *tionē*
nus tutò: quippe qui exiguum sanguinis ha- *curā-*
beant, carnemque facilè transpirabilem: cu- *di per*
jus rei gratiâ nec pueris venam secare tutum *sang.*
est, usque ad quartum decimum ætatis an- *miss.*
num. Qui igitur nigriores naturâ sunt cras- *& 3.*
siorem sanguinem ac magis melancholicum *lib. de*
colligunt: magis verò, si etiam magnas ha- *locis*
bere venas conspiciuntur, ac corpore hirsuti *affec.*
sint, ii secta vena juvantur. Qui verò albi-
diores natura sunt, & carnosi, & parvas ve-
nas habentes, sanguinem plerunque tenuem
acervare solent: quocirca iis malleolos aut
poplites scarificare, quam venam incidere,
præstiterit.

Senibus præterea venam incidere pericu-
losum est: Ætas tamen senilis, non annorum
numero solum, sed & corporis habitu æsti-
mandæ

manda est. Sunt enim, qui septuaginta nati annos venæ sectionem adhuc perferant, cum rursus sint, qui ne sexagesimo quidem ætatis anno ferant. Si igitur vires robustæ adsuerint, quas pulsus vehemens cum æqualitate indicare perpetuò solet, vel septuagenariis (si affectus jubeat) venam secare par est: minùs tamen utique iis detrahendum est sanguinis, quam ætate florentibus, tametsi affectio sit utrisque æqualis.

De Balneis.

2. *A-phor.* Balnea, quia per cutem æqualiter corpus evacuant, rectè ad sanitatem tuendam nonnunquam adhibentur. Et quamvis parva sit, 17. quæ per balnea fit, evacuatio, tamen à Gale- 3. *A-phor.* no omnes penè evacuationes, quibus Medici circa ægrotantium corpora utuntur, recensente, etiam balnea inter ipsas adnumerantur, 15. tutiusque crebro, quam purgantia pharmaca 4. *A-phor.* adhibentur. Rarò autem lavacro utuntur homines (si Hippocrati credimus) quod ipsum 2. com. præparare nesciant: Balneæ namque, si veterum Medicorum ritu instituuntur, quatuor 3. *lib.* partibus varia facultate præditis constant: ob idque Galenus rectè easdem calidæ intemperendi ricæ hæcticisquæ febribus duplici ratione, tam 1. *rat. in* per se, quam ex accidenti prodesse autumat. *morb.* Primum enim homines balneandi in aëre acut. versari calido debent: postea in aquam calidam descendere (lavacrum vocant) mox ab 1. *oli.* hac egressi in frigidam: postremò sudorem meth. detergere. Quibus enim omnia ritè adhibita 2. *med.* sunt, ii post frigidæ usum adhuc sudant, & omnia

omnia ipsis excrementa evacuantur. Præcipue autem evacuat per balneas quicquid in corpore vel fuliginosum vel humidum fuit. Con-
sistunt autem in naturali symmetriâ, tum caro ipsa, tum cutis: solidarum partium ariditas corrigitur, & calor non modo is, qui ex lavacro accessit, verum etiam qui prius fuit ex frigida usu, summoveretur. Hæc quidem com-
moda balnea aquæ dulcis potabilis sequun-
tur. Aquæ verò naturaliter calidæ medica-
mentosæ (quas thermas vocant) sive ma-
rinæ atque salæ fuerint, sive nitrosæ, sive
sulphuræ, plus quidem bilis educunt, quam
dulces: sed non ita humectant, neque pro-
sunt, imò qualitate suâ nonnunquam plus
nocere, quam evacuationibus juvare con-
spiciuntur, uti Galenus testatum reliquit de *Gale.*
quodam, qui corrupto iudicio iis balneis *3. lib.*
usus, ad tantam corporis extenuationem ac *de sa-*
perniciem pervenit, ut tabe consumptus in-
terierit. Dulcium autem calefactarum aqua-
rum, si mediâ temperie sint, vis calida & hu-
mida est: si tepidiores sint, humida & fri-
gida: quod si isto calidiores fiant, calida qui-
dem, sed non perinde humida vis est. Qui
carnis augendæ gratiâ balneantur, sicut ma-
cilentis, & qui atrophîâ vexantur, nullumque
ex cibo fructum sentiunt, post comestione,
factâ tamen primâ & secundâ concoctione,
balneas ingredi debent, ac tantisper in iis mo-
rari, donec membra ac venæ in tumorem at-
tollantur: sed antequam concidat tumor, egre-
diantur, ne id, quod attractum est, nutrimen-
tum resolvatur.

Qui verò gracilis esse cupit, jejunos ac
X fame-

famelicus balneandus est, calidè magis quàm frigidà, moreturque in lavacro, donec tumor ac venarum inflatio minuatur, ac post exitum dormiat.

De Capitis lotionē.

Caput verò lavandum est aqua aut lixivio valdè calido, quantum scilicet quis tolerare poterit, ne superfluitates ob tepiditatem aut frigiditatem in capite retineantur: moxque pannis calidis caput exsiccandum est.

De quarta re non naturali,

Motu & Quiete.

Motus quidem omnis calefacit corpora, contra verò quies refrigerat. Hæc calidis, ille frigidis naturis ex usu est.

Non omnis motus ex æquo omnibus exercitatio est: Idem enim motus alteri potest exercitatio esse, alteri verò non.

Is verò motus exercitatio dicitur, qui anhelitum crebriorem citatioremque reddit. Sed omnium exercitationum utilissimæ hæc esse probantur, quæ non corpus solum, sed & animus oblectare poterant. Hinc admodum sapienter fecisse videntur, quicunque venationes aliasque animalium capturas excogitarunt.

Exercitationis juvamenta licet multa sint, 2. lib. tamen tria præcipuè numerat Galenus, qui-
de sa- bus reliqua privatim commoda accepta refe-
nitare runtur.

Primum est, membrorum durities ac ro-
bur, ex mutuo eorum coñtritu eveniens. Sc-
cus-

cundum, innati caloris augmentum. Tertium, spiritus citatior motus. Porro ex membrorum duritiâ utique sequitur, ut & membra ex labore minus afficiantur, & ad labores valentiora promptiorâque reddantur.

Ex calore verò aucto omnes corporis virtutes seu facultates, præsertim naturales, vegetiores redduntur. Atque adeo tum validior fit deducendorum in corpus attractio, tum immutatio magis expedita, tum nutritio magis sc̃elix.

Ex spiritus verò valentior motu, & purgari omnes exiguos corporis meatus necesse est, & excrementa expelli.

Si igitur hoc præstat exercitatio, sicque impura, atque ab excrementis parum munda corpora quanto magis nutriuntur, tanto magis læduntur, utilius certè est ante cibationem omnem adhibere exercitationem. ^{2 A-} ^{phor.} ^{10.}
Id quod Hippocrates his verbis indicat: Labor, ^{Gal.} ^{lib. de} ^{cib.} ^{boni} ^{ac} ^{malè} ^{succi.}
cibus, potio, somnus, Venus, omnia medicria. Singulorum enim mediocritatem servandam esse: per epitheton medicria præcipit. Tempus verò ipso sermonis ordine definivit, interpretante sic Galeno. Illud idem Hippocrates clarius sic ostendit: Labores, inquit, cibos præcedant. Ex his manifestum est, pravam atque erroneam esse in omnibus fermè gymnasiis literariis consuetudinem: ubi literarum studiosa juvenus nunquam pene nisi ab assumpto statim cibo corpora exercitare solet. Sicut enim maximi momenti ad sanitatis tutelam est exercitium ante cibos, ita perniciosissima res est, omnis post cibum motio: distribuitur namque tum

X 2

cibus

cibus ex ventre per omne corpus, priusquam concoctus ac utilis factus sit, &c.

2. de
tueda
vale-
end.
Commodissimum ergo ad exercitationem tempus est, cum hesternus cibus prorsus jam duplici concoctione sit confectus, eâ videlicet quæ in ventre, & eâ quæ in vasis sanguinis agitur, ac jam denuò cibandi tempus instat. Nam si aut prius, aut posterius exercitatione utère, aut crudis humoribus hominem impleveris, aut pallidæ bilis proventum auxeris. Hujusce verò temporis nota, calor propriæ urinæ cuique esse poterit. Urina namque, quæ aquæ speciem præfert, crudam adhuc in venis esse succum eum indicat, quia ventre submittitur. Quæ verò ruffa biliosaque est, jamdudum concoctum esse hujusmodi succum: quæ modicè pallet, peractæ jamjam secundæ concoctionis est signum: cum namque bili infecta urina nondum est, aquæ speciem albedinemque præfert. Cum verò plus justo ejus bilis acceperit, ruffa cernitur. Ergo cum mediocriter est ruffa, mediocriterve pallens, tum est exercitatio admodum: expulsis tamen prius excrementis, quæ vel in vesicâ, vel in inferiore ventre continentur, ne quid ex his vi caloris (qui per exercitationem accenditur) in habitum corporis rapiatur.

Hæc de exercitationis tempore jam dixisse satis sit. Quod autem ad exercitationis quantitatem seu mensuram attinet, sciendum, quod tum demum à motu desistere fas est, quando vel tumor corporis detumescit, vel coloris pulchritudo & robur mutatur, aut cum ex motu, vel lassitudo, vel sudoris copia sequi-

sequitur: id quod Hippocrates partim in *1. Aphor.*
Aphorismis testatur, partim in sexto *Epidephor.*
miorum libro, quem nostra tempestate Leon- 48.
 hardus Fuchsius, Medicus omni & bonarum *6. Epi.*
 literarum & rerum cognitione insignis, do- *p. 3.*
 ctissimè felicissimèque interpretatus est: cùm *Aph.*
 primum enim lassari cœperit corpus, confe- 5.
 stum quiescendum est.

Qualitas etiam exercitationis corpus al-
 terare potest. Motus namque in quibus va-
 lidissimè ocysimèque corpus movetur, gra-
 cile, musculosum, durum, compactum ac ve-
 getum corpus reddunt: contra verò remissi,
 tardi ac languidi motus planè diversum à præ-
 dicto, languidum videlicet, ac molle corpus
 efficiunt.

De Quiete.

Esse quosdam eorum, qui florente ætate
 sunt, qui quietem postulant, testatur Hippo-
 crates in libro de vulgo grassantibus morbis, 4 p.
 ubi calidis naturis quietem imperat. Magnæ *6. lib.*
 enim flammæ, eò quod calorem accendat *fin.*
 minimè egent, cùm satis ipsæ sibi ad tutelam *13.*
 sint, & ut materiæ dominantur. Unde præ-
 clare Galenus: *Illud nullo maxime*, inquit, *5. lib.*
 mirandum est, cum Hippocrates moneat calidis de sa-
 naturis utilius esse in octo agere, quam exercitari, nitate
 non paucos tamen Medicos esse, qui ne norint qui- *tuen-*
 dem: *cujusmodi tamen homines sint: sed omni- dâ.*
bus juxta exercitationes injungant. Non tamen
 ignorandum est, quod Hippocrates per ocium
 non planè intelligat desidiam, quâ nusquam
 in totum adjutus quisquam est: sed cum
 quietem agere calidis naturis suadet, vehe-

X 3

menti

menti motione uti vetat. Qui enim calido & sicco sunt temperamento, ob vehementes amorus plerumque in ætate biliosos morbos incurrunt: intermissis verò immodicis laboribus, sani servantur.

Similiter etiam à cibo, tum animi, tum corporis quies habenda est.

De Frictione.

Quia corporis frictio eandem ferè cum exercitatione vim habet, rectè de eà hoc in loco agitur. Debito enim modo adhibita vitale robur exsiccat, & modicè calefacit: unde fit, ut distributio alimenti sit faciliior & nutritio promptior. Nam multi, quorum corpori longo tempore ex alimento nihil accessit, *ἀτρεφῆται* Græci vocant, commodà frictione adhibita paucis diebus carne impleti sunt.

Frictionis quatuor præcipua sunt genera:

Frictio	{	dura,	}	vim	{	ligandi,	
		mollis,				solvendi,	
		multa,				minuendi,	
		mediocris,				augendi,	
				habet			{ car- nē.

Expedi autem varium in frictione fieri manuum injectum & circumactum, quo videlicet universæ musculorum fibræ, quoad fieri potest, omni ex parte fricentur.

Porro apud veteres frictionum plurimus erat usus, aded ut nemo etiam ex juvenibus prius exercitaretur, quàm fricatus, oleoque inunctus fuisset. Nostro verò seculo, tum potissimum ejus usus est, quando vel ob impeditum motum, vel aliam quamcunque causam

sam exercitatio fieri nequit: supplet enim vicem exercitationis: Frictionis, quantitas, qualitas, ac tempus eundem penè scopum, quem exercitatio & balneæ habent.

His enim, qui carnis augendæ gratia fricantur; tunc planè finienda frictio est, cum corpus & intumuit, & ad summū ferè tumorem pervenit. Qui autem ad exercitandum jam præparantur, his minimè id tempus expectandum, sed longè prius desistendum à frictione est: potissimum si optimi temperamenti & ætate puerili sunt.

Qui verò carnis minuendæ causâ fricantur, eatenus fricandi sunt, donec corporis tumor concidat in sese molesque deponatur: primum namque corpus attollitur, deinde fit gracile, veluti aquam calidam infundas, primum quidem corpus intumescit, deinde si largius infundas, concidit: ita & frictio quoque attollit quidem primum, postea contrahit ac molem deponit.

Postremò quia frictio vacuandi vim obtinet, maximè confert iis qui pravis simul ac crudis humoribus oppleti syncope prehendi solent, cujusmodi nonnullos vidi. Hi sanè va- *Gale.* cuari postulant, verùm neque venæ sectio- *li. 12.* nem, neque alvi dejectionem citra noxam fe- *meth.* runt. Nulla igitur alia iis vacuatio excogitari *med.* potest commodior, quàm ea, quæ ex frictione paratur.

De quinta re non naturali.

Somno & Vigilia.

Somnus utrumque ferè sanitatis tuendæ
X 4 modum

modum adjuvare videtur. Primum restitutionis modum, quia per somnum spiritus resoluti regenerantur, & calor & humiditas radicalis conservatur, augeturque. Alterum verò, qui per excrementorum expulsionem fit, quia neminem later, toto hoc tempore, quo quis dormit, animale facultatem quiescere: naturalem verò validius agere. Ob id in somnis longioribus superfluitates expurgantur, quæ quidem exquisitè extenuantur per cutem: quæ verò in vapores convertuntur per expirationem: quæ verò sufficientem habent crassitudinem, per urinas. Experientia enim videmus; quod somno convenienter facto omnes ferè corporis superfluitates per suos meatus ritè expurgantur, sive id ob naturam instauratam contingat, sive quia materia concocta sit. Optima enim fit per somnum, non solum in ventriculo, verum per universum etiam corporis habitum concoctio: & sunt, qui præcipuum esse somni officium putant, adjuvare concoctionem. Siquidem multæ vigiliæ cibos potusque tum crudos, tum incoctos reddunt. Ad hæc, quia per somnos quiescit prima sentiendi vis, quæ non in corde, ut Aristoteli, sed in cerebro residet, ut Galeno Medicorum principi placuit: quamobrem temperatus somnus non solum corporis, sed & animi sanitatem conservat, ejusque morbis, uti Phrenitidi, Melancholiæ, amentix, & similibus mederi solet: Vigiliæ verò, quia somno planè contrarium effectum obtinent, corpusque exsiccant, omnibus tum morbis, tum naturis adversissimæ sunt. Ut autem somnus sit temperatus, quatuor breviter observanda

vanda sunt. Primum, Tempus; secundum, Locus; tertium, Corporis situs; quartum, Somni quantitas.

Scribit Hippocrates ad hunc modum: *Quod De ad somni rationem pertinet, quemadmodum se- somni- cundum naturam consuetum nobis est, interdiu tem- quidem vigilare, noctu verò dormire oportet: ab pore. hac consuetudine si quis aberraverit, peior erit 2. præ- somnus, qui à tertiâ diei parte ad noctem usque script. capitur, quàm qui matutino tempore fit. Pessi- 11. G- mum tamen est, si somnus neque noctu neque in- 12. terdiu accedit: id enim vel ob dolorem laborem- que accidit, vel delirium futurum significat. Ex quibus Hippocratis verbis manifestum est, aptissimum somno tempus ob tranquillitatem ejus, noctem esse; hanc si quis insomnem transegerit, aptius dormiendo tempus esse matutinum, minùs verò aptum tempus pomeridianum, quia somni tum non quieti, nec sine interruptione fiunt, quod citra digestivæ virtutis noxam non contingit, quanquam dandum sit aliquid consuetudini. Quæ enim ex longo tempore consueta sunt, minùs molestare solent insuetis.*

Huc pertinet quod illico post assumptum 2. A- cibum dormire nocet & sensibus, nervis & phsy. capiti, multarumque ægritudinem occasio est, 50. præterquam quod somni sunt inquieti, vanis ac phantasticis somniis perturbati, quæ ob cerebri repletionem sæpè eveniunt. Conducit ergò à cœna unam & alteram horam antè confabulando, aut instrumentis musicalibus, aut aliter lætando transigere, quàm quis somnum admittat. Jejunò etiam dormire stomacho.

X 5

corpus

corpus debilitat & extenuat, stomachumque malis replet humoribus.

De somni loco. Secundò convenit, ut locus, in quo dormitur sit subobscurus, radiis solaribus ac lunaribus privatus: in caliditate verò ac frigiditate temperatus, aut subfrigidus potius, quàm calidus & vaporosus. Si enim in loco præcalido admittatur somnus, periculum est, ne accedat syncope, ob somni & caloris extranei mutuam inter se pugnam. Spiritus enim & calor innatus propter somnum suapte naturâ ad interiora refugere soliti, ad exteriora & ad circumferentiam corporis à calore extrinseco trahuntur.

De situ corporis per somnum. Primus & ultimus noctis somnus fieri debet super dextro corporis latere: medius autem super sinistro capite semper elevato: quanquam etiam super ventre dormire adjuvat stomachum in concoquendo. In dorsum verò dormire supinè, omnibus malum est, quia præparat corpus ad multas & periculosas ægitudines, superfluitates cerebrales retinendo, atque ab expulsionis viis avertendo, quæ in anteriori parte capitis existunt.

De somni quantitate. Somni quantitas universis hominibus æqualiter præscribi facillè non potest. Nihil enim est, quod artem Medicam æquè conjecturali reddat, atque singulis in rebus quantitas. Solum autem optimè temperati absque præceptore somno modum præfiniunt: alii autem, qui intemperati sunt, egente aut promerente, aut adjuvante somnum, penes quantitatem suorum lapsuum ad calidum vel frigidum, humidum vel siccum, &c. In frigido enim & humido corpore, cùm major soleat esse

esse somnus, quàm ut solum restauret, quod dissolutum est, nimia etiam caloris constrictione ipsum corpus suffocat & extinguit: in corpore verò calido & sicco minor est somnus, quàm ut restauret deperditum. Atque hoc est quod Hippocrates ait: *Somnus & vigilia, utraque si modum excesserint, malum.*

Tamet si autem sint, qui somni naturalis terminum communiter in septem horarum spacio consistere contendunt: rectius tamen, quod eorum pace dixerim, & perfecta ciborum concoctione, quàm ex horarum numero somni terminus sumendus est. Non enim est dubium, quin senibus & aliis qui debili ac frigido sunt stomacho, aut *βραδυπνευστα*, id est, concoquendi tarditate quacunque de causa laborant, longior somnus sit concedendus.

Ad hæc manifesto novem horas æquinoctiales somno naturali præscribere Galenus videtur, idque non planè liberis, sed aut Romæ, aut in magnâ Alexandriâ sic ministrantibus, ut Sole occidente liberè à ministerio recedant, corporisque curam agant. Nam cum minima nox (inquit) novem horas æquinoctiales æquet, abundè iis fuerit, si id totum tempus somno devint.

Somni igitur terminum manifestat perfecta ciborum concoctio. Hanc autem perfectam esse præsumitur, primum ex stomachi contractione, ventrisque ob ciborum descensum molliæ: postea ructuum paucitate, aut saltem eorum insipiditate, deinde ex capitis totiusque corporis levitate ac agilitate: postremo ex urinæ colore, &c.

*De sextâ & ultimâ re non naturali,**Anima accidentibus.*

Gale. Aded potentes sunt isti motus animi, ut
lib. de multi morbis sæpè ex lætitia liberati, multi
exerc. rursus ex nimia conturbatione mente capti
parva sint. Nullus est autem corporis morbus tan-
pila. tus, qui vehementior animæ ægritudinibus
 esse possit, quapropter minimæ sunt ex affe-
 ctiones negligendæ, qualescunque tandem
 fuerint: sed tanto diligentior istarum, quàm
 corporis passionum habenda ratio est, quanto
 animæ corpore præstantior censetur.

Gale. Non solum autem subiti timoris, sed & im-
li. 12. modici gaudii seu voluptatis occasione non-
meth. nullos periisse, non tantum historicorum, sed
med. & Medicorum testimonio constat. Quamob-
 rem manifestum est, sanitatis conservatori vi-
 tandos esse omnes animi immodicos affectus,
 videlicet iræ, tristitiæ, furoris, timoris, invi-
 diæ, &c. Hæc enim alterant, & à naturali sta-
 tu corpus avertunt. Imò si magnitudine non
 jugulant, at certè faciliè resolubilem infir-
 mumque spiritum reddunt, viresque resol-
 vunt, sicut frequentes vigilæ. Vehementes
 sanè animi motus, si modum nimium exce-
 dunt, biliosum calidumque hominem red-
 dunt, febresque accendunt: sin intra modum
 nimium subsistunt, pituitosum frigidumque
 reddunt, atque aded viscerum obstructioni-
 bus, comitialibus morbis, apoplexiæ, & cate-
 ris frigidis morbis obnoxium efficiunt. Hinc
 legimus, non paucos ægros à Galeno quoran-
 nis

nis perfanatos esse, solis animi motibus ad debitum modum revocatis.

Revocantur autem vehementes animi motus ad mediocritatem, tum per non spernendam artem Musicam instrumentaque Musicalia, tum per histriones & mimos, & cantilenas ridicularum rerum. Quo nomine non temerè, nec sine singulari consilio aut prudentiâ factum esse arbitror, ut in omnium ferè *Gale. lib. 1. de sanitatē* Principum aulis id genus moriones alantur, qui facerè suis dictis aut factis Principum aut magnatum animos, ob varias rerum publicarum curas severiores mulcere atque ad mediocritatem reducere queant. Id porro Æsculapius, totius ferè Asiæ numen, primus instituisse fertur.

Rursus quibus segniores dejectionesque animi motus sunt, illis profectò non solum venandum, equitandum, & in armatura corpus exercitandum: verumetiam & venationis & armorum & motuum species definienda est.

Non enim pari modo excitatur animi vis, quando leporem, aut capream, & id genus fugacia ac timida animalia sectamur, atque ubi cum apris, ursis, tauris, & id genus robore prævalentibus feris agitandis sumus attentì: Nec similiter cum in levi armaturâ, & gravi exercitamur, nec pariter cum citato cursu dimovemur, & cum mediocri motu agimur: nec ubi cum aliis contendimus, aut ubi soli agimus: Jam clamorène an tacitus ad labores inhorteris irritesque, non parùm interest.

Denique quilibet immoderatus animi affectus contrario sibi affectu corrigendus est.

Per-

Perpetuo namque certa atque rata hæc regula est, Contraria contrariorum esse remedia, non solum in elementarium qualitatum, verumetiam in omni alterius rei excessu.

De Venere.

Quia usus Venereus absque imaginatione fieri posse non videtur, solent ipsi Medici animæ accidentibus annectere, deque eo hoc loco nonnihil dicere: quanquam non absurdè inter evacuationes numeretur.

Innoxia autem his tantum Venus est, qui calidi natura sunt & humidi, quique genitura naturali abundant. Maximè verò adversa res est iis, qui frigidi sunt ac sicci.

Præterea Venus non, sicut cibus & potus, somnus & vigilia, & exercitium, & cæteræ res non naturales cujusque est ætatis, sed tantum ætate florentium est. Quæ enim hanc vel præcedunt, vel sequuntur ætates, aut planè semen non effundunt, aut certè malè secundum effundunt.

*Gale,
in 3.
tech-
ni.* Tempus verò ad utendum Venere opportunum est, quando in omnium excessuum mediocritate corpus constitutum fuerit, quando scilicet nec supra modum plenum, neque vacuum extiterit, neque nimio calore aut frigore, neque nimia siccitate aut humiditate affectum fuerit.

Quod si in his alicubi aberrare contigerit, enitendum est, ut excessus sit exiguus. Deinde sciendum, quod tolerabilior tamen excessus sit, si calefacto potius quam infrigidato, & pleno quam vacuo, & humecto potius quam

quàm exsiccatō corpore Venereis utamur, eo quod cruditas & repletio faciliùs tollitur, quàm marasmus, phthisis, aut arefactio corporis.

Tantum denique intervalli in Venereorum usu adhibendum est, ut neque resolutio aliqua inde sentiat, & homo seipso quodammodo levior sibi factus, ac melius spirare videatur. Sic enim venereorum usus corpus levat, animam exhilarat, iram ingentem remittit, & plerasque phlegmaticas melancholicasque ægitudines aufert, vertiginemque tollit, seminis videlicet fumos à cerebro expellendo.

Tempus verò ad prolem procreandā aptissimum est, vel incipientibus, vel cessantibus mulieris menstruis: id enim conceptionis tempus est. Cùm enim fœmina conceptura est, acetabula, hoc est, venarum ora, per quæ singulis mensibus sanguinis superfluum in uterum derivatur, mensesque expurgari solent, aperiuntur: quamvis autem reliquo toto expurgationis tempore aperta ora hæc sunt, non tamen tunc concipere mulier ullo modo potest, cùm semen nequeat in matrice remanere, sed ab influentis sanguinis copiâ eleve-
tur. At cessantibus vel incipientibus menstruis & ora aperta sunt, & menstruum non multum, neque universum, sed paucum & paulatim effluit, quasi humiditate quadam infudante: unde efficitur, ut ob asperitatem matricis semen adhæreat, satisque alimenti ex *Gale.* sanguinis confluentis paucitate habeat. Ante *lib. de* enim quàm menses veniant, conceptus fieri *vul.* propterea non valet, quia & alimento caret *diff.*
semen,

semen, & adhærentiam nullam invenit.

Ad hæc tam mari, quàm fœminæ commo-
dissimum est, post congressum Venereum,
somnia admittere: mari quidem, ut lassitu-
do, quæ Venerem comitatur, dissipetur,
viresque refarciantur: fœminæ verò, ut se-
men genitale eò facilius retineat. Tamen si au-
tem ex retento semine longè major, quàm ex
menstruis mulierum noxa universo corpori
accedere possit, ex immoderato tamen Vene-
reorū usu gravius, quàm ex ejus intermissione
corpus lædi posse existimandū est. A Venere
namq; & laxius corpus & frigidius & imbecil-
lius & siccius efficitur. Nulla præterea res est,
quæ sic debilitet senectamque acceleret, atque
immodicus creberque Venereorū usus: quip-
pe unà cum seminali humiditate vitalis spi-
ritus ex arteriis evacuator, ut minimè sit mi-
rum, intemperantius coeuntes & imbecillio-
res effici, & voluptate immodicè accedente,
quæ ipsa per se vitale robur dissolvere potest,
nonnunquam subito interire posse. Itaque
si omnibus in rebus modus servandus sit, ut
Hippocrati placer, profectò in venereorum
usu sapientis hoc dictum, ut ne quid nimis,
sedulò observandum est: præcipuè tamen pe-
stilentia tempore,

Multis præterea conducit post justum cibi
modum aliquid eorum accipere, quæ stoma-
chum roborant, cujusmodi sunt austera ferè
omnia, ut mala, pyra & punica: nam horum
usum ventrem solvere experienciâ comper-
tum est. Non tamen multum de horum sin-
gulis pro vice sumendum est, sed quantum
imbecillitatem stomachi reficere queat, Nul-
lum

4. de
fani-
tate
tuen-
dâ,

lum autem medicamentum admodum calidum, quod ad cibi distributionem vehementer faciat, post cibum sumendum est: Non enim distribui tum, quæ sumpta sunt, sed concoqui est utilius. Satiùs ego fuerit iis, qui externo aliquo præsidio ad concoctionem egent, hoc tempore exhiberi medicamentum, quod ex tribus piperum generibus sit. Diatrion pipereon vocant, non medicamentosum illud magis operosum & compositum, sed simplex. Cujus compositio talis est: ad cuiusque trium piperum drachmas quinquaginta abundè adduntur anisi & thymi & gingeris, singulorum drachmæ alias octo, alias sedecim, in pulverem omnibus redactis, ac per tenue cribrum transmissis: admiscetor mellis odoris flavi acerrimi dulcissimique, adhæc curiosè despumati, quantum satis est, aut loco mellis admiscetor saccharum albißimum, & formetur ad sumentis placitum elegma: Varianda namque sunt pro sumentis tum naturâ, tum placito pleraque medicamenta. Nec probandi sunt, qui omnibus sub unâ quapiam mensurâ eadem medicamenta conficiunt. Simplicissimum quidem medicamentum hoc est, atque hoc ipso magis simplex, à quo detractum ginger est. Prudens hic omitto varia quædam medicamenta, quæ tamen ferè omnes hoc tempore prædicto medicamento admiscunt, veluti ammi, cuius loco nonnulli amomum ponunt, Seseli, libysticum, helenium, nardi spicam, & cassiam. Cum Galeno namque sentio, hæc medicamenta subtrahenda esse, propterea quod cruda minimèque mutata ab iis, qui ea sumpserint,

ferint, longo tempore durare in ventre intelliguntur.

Debet autem, si haberi potest, anisum Cre-
tense esse, thymum verò vel Atticum, vel pla-
nè ex editis locis ac siccis. piper verò quod
quidem longum est, & similiter gingiber, de-
bent esse utraque integra minimèque per-
forata atque ex Barbaria allata: Album verò
& nigrum piper utrunque eligendum est quod
ponderosum, plenissimum, maximumque sit,
quod nec rugosum, nec exile, nec crassi cor-
ticis fuerit. Ad hunc quidem modum hoc
medicamentum ritè paratum auxiliatur iis,
qui parum concoxerunt, & qui recens fri-
gus in ventre habent, ac pituitosum suc-
cum: adhuc acidus ructus dissipat: quem-
admodum fumosos ructus sanare solet me-
dicamentum ex aloë factum, quod hieram
picram vocant: verum sic assidue eo uti non
licet, sicut prædicto diatrion pipereon, quo
etiam si quotidie utatur, quem frigidus ven-
ter infestat, nihil incommodi ex eo sentiet.
Imò quia hujus medicamenti calor in totum
corpus non deferitur, veluti aliorum quorun-
dam, sed circa ipsas primas venas extingui-
tur, non tantum semel aut bis quotidie
porrigere conveniet, sed & sæpius. Si-
quidem manè, & antè cibum, &
post, etiam cubitum
euntibus rectè
datur.

i. de
locis
affe-
ctuli.
Gal,

FINIS.

P. SORI-