

D. ORIBASII, AR-

CHIATRI IULIANI CAESARIS,
EVPORISTON ADEVNA,
PIVM LIBER PRIMVS.

DE INFANTVM NVTRIMENTIS.



CATO igitur infante, mox ab initio est nutritrix eligenda, quæ laucris & cibis competentibus ministra sit. Disponenda est, ut lac bonum abundantius ministrare possit. Labor enim sit ascensio collis, ut deambulando exerceat laborem, & lanificium faciendo telas texat, & maxime susales, & ad pilas pistet, & situlas de puteo aqua plenas leuet. Cibis autem utatur ptisanæ succis, & de tritico farina, & mellis succos accipiat. Pistum manducet, & pisces qui non sunt de pelago: Sed neq; eos qui duras carnes habent. Vinū uero dulce bibat, & quod boni sit odoris. Caseo autē & tragematibus, hoc est, pomis, uel ab oleribus omnibus absteineat, præter solas lactucas edat. Optimæ enim ad hæc sunt, & bonos in corpore succos faciunt, & somnū infantibus præstant. Accipiant etiam & dactylos, diuretici enim sunt, & purgant sanguinem, & utile præparant lac, & bene ministrant. Pessimæ autem ad hæc sunt menta & ocimus: Corruptunt enim fortiter lac. Similiter enim & cōmixtio uiri omnino prohibenda est, quia & hoc corruptibile generat lac, & omnibus rebus plus hoc nocet infanti, & amplius omnibus lædit.

Lactuce.

Menta.

Ocimum.

DE LACTE IN MAMILLIS
augumentando.

DMULTUM facit lac, cetrus cruda aut cocta assumpta cum ptisanæ succo, faciunt enim suaue lac & sufficiens, anethi coma uiridis, & radix fœniculi: Similiter & eruca, & apium, & smirnon & cicer, & animonis herba extrahunt lac, & apposita abundantius faciunt.

DE DISCRETIONE BONI
lactis & mali.

Lac muliebres. OPTIMUM lac à pessimo hoc modo discernitur. Bonum lac & in odore, & in sapore discernitur, & in albedine, & in constitutione. In constitutione autem, cum medium inter pinguedinem & tenuitatem uel humectationem consistit, Pessimum uero est è contrario, si spissum est & insuaue in odore, in sapore, & in albedine.

DE INFANTE NVTRIENDO.

APARUO usque ad mediam ætatem crescente uelocius infante in membris, ita ut nutritus in corpore multum esse uideatur, timere oportet ne aliqua accedat plethura, & si in aliquā plenitudinem incidisse cognoscitur, tunc oportet ut diminutio fiat nutrimenti, & secundum ætatem omnimodo adinuenient. **Evacuaciones puerorum quales.** dæ sunt euacuaciones, modo per exercitia, ut huc atq; illuc per se ieiuni eant, & proprias actiones consuetudinarias agant, & proprijs uel consuetis cibis nutriantur, ut hij qui lædere possunt prohibeantur. Et hæc non opus habent à medicis discere, sed per experimenta infantum sollicitè, siue bene digesti sint infantes, siue non sint digesti, & hoc per obsequia uentris possunt cognoscere.

DE INFAN-

DI VIRTU
DE IAE
Vod si infanti ciboru
ter plenior & maior
dem curant corrupta
nis quos oportet eis, si
biuot dare cibos, ut pl
in dispositio. Nam h
is uonica generat
pat tenues, & si pl
Quod si iam corruptus
lacticos, & diuersis succo
uentris in peccare, aut uer
ueniunt ualida di grandis
DE IITVT
Vod si hoc etiam noc
frequenter. Hæc etiam
ueniunt pro cura ciboru, &
bos uero medicos accipi
SI VE
Vod si chi digerant
Quos, & caru mem
uolunt actione, & somno
ingestum in uentre uero dige
uoluntate replete uoluntate
& alio quomodo male ex ha
tur plimmo accedit, quam Ger
tiam hæc, quod uero labor bon
uero uoluntate uoluntate. H
uero uero uero, id est, labor sit
et, quod uero labor.
DE HI
in
Vando autē in uentre
& per uentrem effus
Nus autem laboro uentre, in
quibus si diuoluntate, uentrem
& cetero paffilio uoluntate
lino 2 II cum uinod mel
uoluntate paffilio lactis
uoluntate paffilio
DE HIS Q
frequen
Quos frequenter in
uoluntate uoluntate
uoluntate uoluntate, & fu
uoluntate uoluntate uoluntate
uoluntate uoluntate uoluntate

A DE INFANTIBVS, SIMPLI

nitudo sit ciborum.

Quod si infanti ciborum accesserit plenitudo, & ex nimia acceptione uenter plenior & maior extiterit contra consuetudinem, & ea quæ per uentrem excernunt corrupta sunt, & quæ per sudorē manant non bono sunt odore, hijs agnitis oportet eis, si iam cibos fortiores accipiunt, non unum cibum, sed diuersos dare cibos, ut ipsa nouitas ciborum possit iuuare quo facilius fiat uentris dispositio: Nam si aliquis appetat absq; ratione cibos, facilius liberatur, si citius uomica generata euacuetur, antequam cibi corrumpantur, & post hæc accipiat tenues, & sic paulatim reuertatur ad pristinā consuetudinem sanus effectus. Quod si iam corruptis cibis permanentibus, multæ utique proueniunt ex hijs læsiones, & diuersis succumbentes ægritudinibus fatigantur, si uomica nō subuenit in pectore, aut ceruicibus, uel circa faucium loca, & capiti stabiato proueniunt uulnera & glandulæ, & maxime ciradæ, fiunt difficiles ad sanandum.

DE FLUXU VENTRIS INFANTIS.

Quod si ex hoc etiam nec dormiant, conuenit eis potū dare calidam aquā frequenter. Hæc enim & mordicationes tollit, & lauando intestina digestionem procurat ciborū, & uentris egestionem: nam balneo uti necesse est, cibos uero mediocriter accipiant, & potionem utantur aquosa.

SI VENTER INDURVERIT.

Quod si cibi digerantur bene, & uentris constrictio sit cum grauedine corporis, & tardo membrorum motu pigrior sit, & mens ipsius obruta sit à pristina actione, & somno sit oppressus, scire oportet plenitudinem esse in uenis indigestam: in uentre uero digestio facta est: nam indigestio in uenis est, & cum uentositate repletæ tenduntur, & constrictæ aliquoties tensæ rumpuntur. Sed & alia quamplurima mala ex hac efficiuntur plenitudine. Propterea quando hæc plenitudo accedit, quam Græci *νόσος* uocant, donec digestio in uentre ciborum fiat, quiescere debet homo. Post hæc autem exerceri, & post exercitacionem resoluitur plenitudo. Hoc enim est apud antiquos propositum, dicentes, *εὖρος νόσος ἄγει*, id est, labor iste uentris soluit laborem, quia si indigestus sit uenter, multum laborat.

DE HIS QVIBVS CIBVS
in uentre corrumpitur.

Quando autē in uentre corrumpitur cibus, confestim si corrupti sint cibi, & per uentrem effundantur quæ corrupta sunt, nihil mali subsequitur. Non autem soluto uentre, irritari oportet ex hijs quæ melius soluant uentrem, qualis est diaspolites, nitrum æqualiter cum alijs speciebus habēs, aut de caricis, & cinico pastellis confectis hoc modo: Caricas xxx nitro candido 2 iiii. Cinico 2 ii cum uino & melle cocto cōmifces omnia, & utraque macerabis, ut exinde pastillos facias xxx, & dabis. Mouet enim uentrem, & omnem cibum corruptum proijcit.

DE HIS QVIBVS IN VENTRE
frequenter corrumpitur cibus.

Qvibus uero frequenter in uentre corrumpitur cibus, oportet eos antequam cibos accipiant uomere uino dulci potatos. Fugere autem oportet cibos, qui carbunculos, aut uisturas, & fumosos generant ructus, & eos omnes qui nō facile corrumpunt. Assumere autē eos qui bonos nutriant succos, et eos eligere qui uentrē molliāt, ut ex interuallo accipiant. Expedi enim et mediocriter data

N 2 quæ

Cuxa soluat uentrem, quale est pigra medicamentum, ut hijs abstinere, quibus cocochymia congregatur, & faciunt ægritudines difficile sanabiles, aut insanabiles generant, quales sunt podagrica, & artetica uel nefretica. Sæpius autem & in acutas incidit.

DE HIS QUI EX LABORE IN SVETO AEGROTANT.

Si autem ex aliquo labore nimio, qui absque mensura est, & absque naturæ consuetudine, corporis accesserit passio, quiescere eum oportet, & abundantius uti frictione cum dulci oleo malaxatur: lauet enim in initio quidem mox post laborum calidissimo lauacro, & accipiat tenues cibos. Soluit enim copodina passionem penuria cibi, sic ut nihil hoc aliud melius possit. Et ne periodicæ aliquæ commotiones fiant, conuenit eis qui copodina incurrunt passionem, ut febres accedant, & hijs quibus hoc contingit, si negligantur pereunt. Soluere ergo oportet hanc passionem tenui cibo, & qui bene digerant, euchymo utantur cibo cum suauitate paulatim accepto.

DE HIS QUI IN NIMIO AESTU LABORANT.

In ætatis tempore, si qui nimio labore exardescunt, & plus quam uirtus permittit exagitantur, & natura ipsorum sit calida & sicca qui patiuntur, utantur hijs in cibo mala cerasia, & coccimelia, & persica, & cucumeres, & melones, & cucurbitas, & ficus, & mel edant. Hæc omnia quidem cocochymia sunt, sed ea quæ desiccata sunt, possunt in frigidare & humectare. Et post balneum aqua bibant in primis, & sic uinum mediocriter aquosum, & post hæc uomant quod acceperant. Assumant igitur in primis lactucas, & sic cum aceto & garo pedes porcinos accipiant bene discocetos, & gallorum & anserum uentres & alas, aut aliquid de piscibus aspratilibus molles carnes habentibus frixis. Gustent autem & si uoluerint olera, quæ non possunt cocochymia generare, id est, cucurbitas, & post hæc bibant uinum frigidum, temperatum, & accipiant cum uino & melle alicam, aut cum uino frigido in æstu nimio siue cocochymia existentes sanantur. Aliqua autem prohibent pitisanæ succos nimios frigidos potui dari. Quod in hijs qui non laborant uerum est. Qui enim in occupationibus sunt obligati, hæc adhibentur. Nam qui uoluntariam degunt uitam, & exercitantur, in frigidari rarius habent opus. Non exercitantibus autem in mediæ ætate cauantibus, aqua de fonte frigida aut niuata non nocet laborantes, aut si iuuenes sint, si non sunt consueti, paulatim augmentando eis danda est; nam si insuetis iuuenibus militiâ procedente, & tempore ætate iam declinante, difficiles ad sanandum, & insanabiles consurgunt passionem in articulis, & in uisceribus.

DE AEGROTANTIBVS, QUI
bus cutis condensatur.

Condensatur corpus per frigus, aut si stiptico utatur balneo. Cognoscitur autem hæc passio ex pallido colore & duritia cutis, & quod non facile concalescit, neque consuetos emittit sudores. Curabis igitur eum calefaciendo per exercitationem & balneum, ita ut eum uoluere facias in astrago balnei. Oleo uero calastico eum perungendo infundes, & neque frigida aqua sit nimis in piscina, neque multum ibidem remoretur, sed exinde cum exierit, antequam uestiatur dulci & subtili oleo ueteri perungatur. Optimum autem & anethinum est oleum, & maxime de uiridi anetho confectum. Utilissimum etiam est quibus condensatur cutis, sed & hijs qui copode, ut supra dictum est, laborant, si de diagiaco acopo perungantur.

DE HIS QUI ACCEPTO
cibo exercitati ægrotant.

Qui post cibum repleti exercitantur, aut balneo utuntur, multæ læsiones & non paræ subsequuntur, & capitis repletio, & epatis ex hoc constipationes accedunt. Mox ergo de præsentia ita curabis caput cum deambulationibus,

quodlibet quidem
uocari faciat. Equare
conuenit illis dant, si simp
absinthij resinosas
aliter. Vero uero facti
Cace igitur frequenter
hæc prohibenda sunt pig
le sunt amputata. Sed e

Plurimum igitur sunt
non cito ab ipse passio
& dicitur spiritus. Op
dines in actibus. Hæc
nar prohibenda ægritudines
nisi congregantur humores
æ autem conuenit cibos qui
nutritus est cibos. Si o
phlogistica, aut melior
tales humores generant. In

Ab initio igitur antequam
procedat, dicitur quæ
dicitur non potest in multitudine
uicium est necesse non quæ hæc
quæ. Quod uita minus sunt
nisi, & fructus. Si aliquæ
obstantia dicitur dicitur dicitur
pauit dicitur uolentibus p
dicitur ad dicitur uentris
Pocetia uero carnis recentis
causæ desiderant. Ad uita
us, anilis, absinthij, & gra
calamensis, & origani. D
dicitur dicitur cum uino bi
Si uero potest non parum adu
uentis, si in passio hæc dicitur
in aqua cum lactuam, & o
hæc similiter facti dicitur accepti
uolere minutim facti
uolere, & si in passio hæc
& dicitur eum dicitur dicitur
finguntur abundanter re
tum in uita ut simul uita
uolentibus in uino potest
quod dicitur dicitur dicitur
quod dicitur dicitur uentris

Abus, post cibos quidem mitius, ante cibos uero lenius quidem, sed uelociores & acutiores faciat. Epati uero infraxifac̃to, id est, constipato optimū medicamen est oximellis datus, & simplex diatriton pipereon datus. Dabis etiā in potione & absinthij comas infusas, & anisum, & amygdalas amaras cum oximelle ante balneū. Ventris uero facta digestionē, & diacalamētis dandus est cū oxymelle. Caue igitur eius frequēter usum in hijs qui sunt cholericī, & omnino eis omnibus prohibendi sunt pingues & spissi uel glutinosi cibi, donec passio quæ accessit fuerit amputata. Sed ea quæ extenuant ministranda sunt.

DE HIS QUI NON EXERCITANTUR, & SANI SUNT.

Purimi igitur sunt qui nō exercitantur, & aptis nutriuntur humoribus, & non cito aliquas passiones incurrūt, quia sunt natura raro corpore, uel euentato & digesto spiritu. Oportet ergo eos ad alias quasdam promouere consuetudines in actionibus. Hijs uero qui frequenter ægrotare consueuerunt, ne fiant sunt prohibendæ ægritudines hæc quæ ex corporali accedunt plenitudine, & ex malis congregantur humoribus. Quæ enim plenitudines uelociter congregantur, auferri conuenit ciborū qualitate: & hijs qui multum præsumunt, modicus ministrandus est cibus, & qui creuisse cognoscitur humor, seu cholericus, seu phlegmaticus, aut melancholicus augmentatus est, prohibendi sunt cibi, qui tales humores generant. In hijs autem omnibus uenter facilior est reddendus.

Q U O D O M N I B V S E X P E D I T
ut uenter secundus sit.

AB initio igitur antiquorū semper uisum est pro sanitate, ut uenter secundus procuretur diebus quotidianis, & inculpabilis urinarū emissio secundum ciborū aut potionū ministratiōem reddatur. Quod si hæc minime profequantur, tunc uti est necessariū eis quæ hæc expellant, & procurent uentris & urinæ obsequia. Quod si urina minus fuerit ministrata, utantur apozima, ubi scandex, & apium, & fœniculus, & asparagus coquitur. Venter autem si constrictus fuerit, terebinthina danda est ad oliuæ magnitudinē glutienda dormitū euntibus: Margis autē educere uolentibus, nitrum modice est admiscendū, Vtilissima autē sunt olera ad deducendū uentrē, qualia sunt betæ, & maluæ, & brassicæ, semel cocta. Porcinæ uero carnis recentis iusculū, quod si hæc leuia uisa fuerint, & fortiora causæ desiderant. Ad urinā igitur prouocandam addendum est petroselinū, daucus, anisus, absinthiū, & gramen, & polytricum, & scolymbi radices, & cytisus, & calamētis, & organū. De unaquaq; earū, aut omnes simul admixtas in aqua discoctas dabis cum uino bibere. Purgant enim hæc omnia per urinas sanguinē, & fit corpori non paruū adiumentū. Ventrem autē sicut scripta sunt lenius mouent, & si amplius habere desiderat solutū, dabis ad uentrem herbā mercurialem in aqua cum sale coctam, & cum comederit, ipsam aquā bibat. Sed & sambuci folia similiter facta & accepta hoc modo operantur: nam & polypodij radices 2 II puluere minutatim facta super sardinas, aut in aqua discoctas dabis cum uino bibere, & si in ptisanæ succo coctæ sorbeantur, uentrē soluent. Aliqui autē & aloë dormitū euntibus dant, quantū ciceris tria sunt grana ad glutendum per singulos dies, & abundanter redditur eis uenter secundus. Alij autē cnicum mittunt in uiscellum, ut simul tritus coquatur. Omnium igitur prædictorū melior & utilior est epithymus in uino potatus: Oportet autē eum bibere, Habet cœnare quidē, sed minus quàm consuetus est, & sic pausare. Mouet enim leniter uentrē. Quod si mouere amplius uentrē uult, ieiunus epithymi bibat 2 III in oxymelle: ---

N 3 hoc autē

DE CIBIS QVALES SINGVLIS

temporibus conueniant.

BOnum est etiā & per singula tempora obseruare cibos in toto anno com-
pleto. Hyemis igitur tempore laborare oportet, edere multum, & maxime
quādo aërum qualitas sub Boreæ dominatione consistit. Noto autē flante labor
similis sit, sed minor cibus & potus, & totū corpus in humido tempore siccum
reddere debet. Similiter quemadmodū & in frigido aëre calidius reddere per la-
borem. Abundāter autē edant carnes, & olera quæ sunt aciora, & uino ampli-
us utantur. Intrante uero primo Vere, aut per uomitum, aut per uentrem eua-
cuentur. Sed & alij phlebotomentur secundū consuetudinē uel animi uolunta-
tem: etenim perscrutāda sunt multorū sapientū dicta medicorū de phlebotomi-
ratione, ut quod unicuiq; secundū naturā expedit, rationabiliter fiat. Dieta autē
in primo Vere & labor & cibus subducendus est, potiones autē sunt addendæ, pro-
pter quod calidius sit tēpus ab hyemis tēpore. In ætate autē requiescere à labo-
ribus expedit, & cibos minuere, & maxime frigidis uti cibus, & potiones abun-
dantius assumere, & omnia adhibere quæ infrigidare & humectare possunt. In
autumno autē, quia omnino est inæqualis & inordinatus, & quia diuersas in-
fert passiones, multa in eo debet esse obseruatiā, ne aliqua indigestio fiat in cor-
pore, ne qui in matutinis horis frigidus est, & in meridie ignitus, lædatur. Po-
ma uero nō ad saturitatē edantur, quia cacochymiā & uentositatē generāt, si nō
ea antea accipiāt quā alios cibos, & corrūpūt cibos: frigidiorē autē factō aëre
cū ratiōe calefaciendū est corpus. Adpropinquātē autē hyeme bene utiq; se habet,
& post æquinoctiū uomere oportet aut euacuari, ne aliqd ex p̄dictis superfluū
sit cōprehensum, qđ in hyeme fieri possit nociuū. Sic enim & p̄ hęc sanus poterit
transigere annos.

*Ver.
Aestas.*

Autumnus.

Hyems.

DE DIETA SENVM.

Senes igitur quia natura sunt sicca & frigida, calefieri & humectari opus ha-
bent per balneas aquā habētes dulcē, & uinum rubeū bibant: purgat enim
tale uinum senibus per urinas ea quæ sunt superflua, & calefacit corpus, & ma-
xime si eos cibos qui humectare & calefacere possunt, accipiant. Frictionibus
uero utantur senes post somnum cum oleo. Hęc enim eis excitant innatum &
spiritalē uitæ calorē. Post hęc autē deambulent, aut quoquo modogestentur
à copis uncti, & exercitentur secundū eandē uirtutē quam habēt. Si autē imbe-
cilliores sunt, unctatiōibus utiq; ut possunt utant. Cito autē senes imbecilliores
fiunt, & ideo melius est tales tertia die cibari paulatim. Tertia autē hora panem
cū optimo melle, aut alicā in aqua coctā, aut mixtū mel dare. In septima autē ho-
ra lauare, & sic prādere. In primis quidē ea quæ secundū faciant uentrē accipiāt,
& post hęc ea que euchyma sunt, & tertio loco panē in uino infusum māducēt,
uel ea quæ stomacho sunt apta, & nō facile corrūpūt. Neq; enim uinū pachy-
chymon bibere oportet senē, neq; cibos tales accipe, q̄ aut nephreticā aut hydro-
pem inferāt passionē. Si enim hijs senes multū utant, constipant epar, aut splen,
aut renes. Pomis autē si uolūt uti, de melle cōfectis utantur, & maxime si petras
in renibus habent, aut podagrā, aut arteticam passionem. Admiscendū est autē
arteticis in uino mulso petroselinū solū. Hijs uero qui lapides in renibus habēt
quos digerant admiscenda sunt, qualia sunt saxifraga. Vtilis autem est & hęc
simplex cōfecta potio, quæ fit cum uino & cum melle, si ei addatur modicum
piperis & rutæ. Semper igitur, ut dictum est, oportet fugere senem cibos infra-
xim generātes. Quod si aliqua necessitas facit, ut quæ infraxim generāt edant,
mox diacalamentis antidotū accipiant: sin minus, diatrion pipereon. Quod si
nec hoc, nec illud inueniūt, de pipere albo factō tenui puluere intinges in obso-

*Senum natura
& dieta.*

& deambulent, & fricentur, & balneo utantur, & minus cibo utantur, & inuncti recuperabuntur.

D E V E N E R E I S A C T I B V S.

Venus nociva est pectori, & pulmonibus, & capiti, & nervis. Mutat autem cognitio ad mansuetudinē, ut etiam melancholiam amatis & maniam componat, & eroton; animositatē minuūt utiq; meretrices. Qui autem utuntur Venere, cauere oportet nimiam repletionē cibi, & magis uini, & inanitatē post uomitū factam, & post uentris purgationē factam, & quibus uoluntarie solutus est uenter. Caueant autem & indigestionē post laborem factam, & si cui aliqua accedit zgritudo, aut certe suspecta est ut accedat. Nam & in autumnō Veneri commiseri oportet, & nō in alijs temporibus in quibus pestilentia dominatur. Tempus autem utilissimū commixtioni est post cibum, ante somnum: post somnū enim mox componitur corpus, id est ciborum operatio in sanguinē. Hoc etiā tempus & ad generandū est utile, propter quod mulier mox addormiscens continet semen. Ex uenereo igitur actu rarius, & frigidius, & siccus, & imbecillius fit corpus. Quæ cōspissant scilicet, & calefaciunt, & humectant, & corroborant, oportet hijs operibus sociari. Aliqui autem semen multum calidū congregantes sicurgentur ad uenereos actus, & emanantes nimium, ipsum corpus imbecille habent, & stomachum resolutum, & extenuantur, & desiccantur, & cauos faciunt oculos. Abstinentes igitur à Venere capite grauantur, & indelectabiles fiunt. Post hæc iterum per somnum semen proiciūt. Oportet igitur quibus nimium semē abūdat, nihil aliud adhibere, quam ea quæ corrūpunt, hoc est cibos & medicamēta. Hij & post balneū unguentur oleo roseo, & miluio, & omphacino. Melius autem est si impinguetur de cera oleum ut nō decurrat. Addere etiam & succum aliquē frigidum. Fit autem celerius, si in mortario refundatur, & sic addatur succus, & cum manu misceantur diutissime. Est autem frigidus succus de herba semperuiua factus, aut de uua canina, aut cotilidonibus & psyllio. In æstate uero aut lactucæ succus, aut lini semen, & in alijs temporibus alia ex alijs. Nam hæc cocta in aqua & frigidata faciūt succū. Lamina autem plumbi lumbis superposita, prohibet somniantibus semen, & herba subtrus strata quæ frigidæ sunt, sicut ruta, & summitates teneræ frondiū agni arboris, & mollia folia eius strata: sed & sementis agni & rutæ comesta. Custodire autem oportet ne nimis fortiter lumbos infrigidet, ne nimis infrigidatis lædantur renes.

D E A Q V A R V M Q V A L I T A T I B V S.

Oportet autem & aquarū qualitates quæ sunt utiles aut malitiosæ sciri à medicis. Multū autem utiles aquæ sunt in usum nostrū omnes, & magis sunt in omnibus dietis necessaria. Scire autem oportet optimā & bonam esse aquam quæ sine qualitate aliqua est, & in gustu, & in odore, & in potu suauis est, & in usu munda & pellucida. Quādo autem bibitur, cito hypocondita transitur deorsum quæ talis est, alia melior nō est requirenda. Quæ autem in præcordijs diu residet, & inflat, & grauat præcordia, neq; cito calefit, neq; cito infrigidatur, pessima est. Sed & ea quæ in ea coquantur grauiasunt, & malitiosæ quæ cocta sunt. Melius igitur est per experimentū tales iudi care aquas. Qui autem uult per cognitionē agnoscere quæ dicta sunt, hoc modo dijudicet. Quæ enim ad septētrionē positæ sunt, & à sole auersæ, hæc & graues sunt & malæ, & nō cito feruescūt, aut infrigidant cito. Quæ autem ad solē surgentē sunt per uenas ministratæ, cito calefiūt, & iterū celerius infrigidant. Hæc autem speranda est bona esse & optima, quæ æstate frigida, hyeme autem calida est. Aliqui autem & p̄ pensa approbauerūt, ut quæ

Ne semē profluat inuitis.

Optima aqua que.

leuior

C leuior est melior sit. Hoc autem ad hæc pertinet quæ dicta sunt, & laudantur. Solum autem hoc non ab initio cōtemplatum est, ut bona leuior sit. Leuiorem igitur Hippocrates pluuialem dixit esse aquam, & dulciorem, & lucidiorem, & propter quod soli uicinior fuit, leuior & tenuior effecta est, propter quod & imputribilis est, pro quare ab eo omnibus aquis leuior est iudicata. Vnde ab aliquibus reprehenditur, quare irritent tussēs, graues faciant uoces. Pro hoc autē pluuialis aqua æstiuā leuior est iudicata, quia æstum non facit. Nam in hyeme ubi crySTALLUS & niues abundant, grauātes sunt. Ex congelatione enim aquarum illud in hijs quod subtile est conspissatur. Bene utiq; . Quæ autem palustres sunt, & malum habēt odorem, quæ si coquantur, in melius mutantur, & sic eas bibant, & cū uino mixtas. Quæ stipticæ sunt cum dulci uino, alias autem cum stiptico uino. Nam & colari expedit eas ex paludibus quæ sunt aquæ, cū alica autem uel alphita dari. Colatam autē salis frigidam pustam bibant, & non imperu multo trahant. Quidam autem adinuenerunt, comestis aut potatis malis aquis, ciceris decoctione apozimam ante ut bene bibant, & ipsum cicer comedant. Aliqui autē & caucalidas, ouaq; ipsarum cum aliquo pisce cocta & fœniculo. Aliqui autem & betas & cucurbitas ante manducant, cum sale & uino temperatas.

DE AERIS QUALITATIBVS.

Aër autē sanitosus est & optimus, qui est mundissimus. Morbosus autē est & pessimus nebulosus & turbulentus, de paludibus aut stagnis ascendens, aut si ex alijs aliquibus concauis locis uenenosus surgat. Pessimus est & de quibusdam cloacis purgantibus ciuitates, & ex oleribus aliquibus, & de stercoribus animalium accedunt foetores seu hominum. Similiter autem de fluminibus, aut paludibus, uel stagnis proximis nebulosis existentibus & non resistentibus, & in cauis locis undiq; à montibus circumdati, & habētibus respiramen pessimi sint, & omnes lædunt ætates similiter. Iuuant autē secundū qualitatem caloris aut frigoris, aut siccitatis, aut humectationis, diuersitatē aërum nō similitē habentes in omnibus. Temperata igitur corpora temperatus aër iuuat. Distemperatus uero lædit, quia contrariam habent à se inuicem naturam.

DE BALNEIS.

Laudo quidem in aqua frigida lauantes. Non existimo autem expedire eis qui cibo repleti sunt, sed eis solū qui sunt acrophagia cibātes, qui uiuūt in labore, & eis quæ expediūt utunt. Sufficiat autē multis opus habētibus ut in frigidentur, amplius in piscinā ingrediantur æstatis tempore iuuenes existētes, & carne repleti, ante calefacti frictione. Sint autē alieni à cōmixtionem uirgū, neq; indigesti, neq; cibo sint repleti, neq; post uomitū, aut post uentris euacuationem uel fusionem sint, neq; uigilijs fatigati lauent. Omnibus autē utilissimū est calidum balneum. Calefacti enim mitigantur, & corpus soluit ciborum, & plesmones malaxat, & pneumata diffundit, & somnum facit, & bene nutrit carnes. Est autem aptissimum omnibus & uiris, & mulieribus, & pueris, & senibus, & idiotis.

DE CIBORVM VIRTUTE.

Oportet autem super hæc & ciborum uirtutes scire, qui sanitatis suæ studet esse sollicitus. Qui enim extenuādi habet uirtutē, & aperit angustas pori transitus, & proijcit quæ infixæ sunt, & glutinosa subtiliat & extenuat pinguiā. Educit autem quæ diu tardantia sunt in uentre, quæ manducantur aut aquosa uel cholericā superfluitas est, utiq; & magis augmentatum melancholicum sanguinem

Aqua pluuialis.

Aër.

D

Balnea.

DE VIRTUTE

panis componit. Sed
quæ cholericā sunt
et glutinosā, & pingui
in dicta autē nam ab
dens sit. Sicut eucly
ostipat. Hoc autē faci
uicinos, ut est len
illibus autem utraq;
uicinos. Cautiore ergo
pinguiat magis. Quæ
dortuolam in corpore
adhibere, sed malo cō
uicinos, ut est len
quæ uoluntate. De
uicinos, & magis p
uicinos enim malum in
uicinos magis bonum
uicinos medicis, quæ
uicinos. Ergo talis
uicinos cibos, quæ
aborum, optimū
gestiui moderant, quæ
uicinos.

D. ORI
DIANI D
PLICIUM
AD

NED

DIANT
quæ uicinos
medicis, quæ
uicinos, quæ
uicinos, quæ

A
uicinos, quæ
uicinos, quæ
uicinos, quæ
uicinos, quæ
uicinos, quæ
uicinos, quæ
uicinos, quæ

A sanguinem componit. Sed oportet prohibere frequenter eius usum, & maxime qui cholericæ sint temperantia: Nisi forte ad eos solum, qui phlegmate, & crudis, & glutinosi, & pinguibus humoribus collectis repleti sunt. Pinguior quidem dieta nutrit etiam abundanter, attamen uentri & epari digestionem si comperens sit: & cibus euchymus bonum sanguinem generat, splen autem & epar constipat. Hoc autem faciunt quæ sunt pachychyma, id est quæ pingues nutriunt humores solos, ut est lenticula. Quæ autem glutinosa, quæ admodum malua. Aliquibus autem utraque contingit pacicimas esse, & glutinosas, sicut sunt ostracotermes. Cautior ergo est quæ extenuat dieta ad custodiam sanitatis eis quæ impinguat magis. Quæ autem non satis nutriunt, uirtutem non imponunt, neque fortitudinem in corpore. Vnde oportet ea quæ multum nutrimentum præstant adhibere, sed mediocriter quando causam indigentiam aliquis sentit. Maxime utique absque periculo assumitur illis, qui exercitantur competenter, & dormiunt in quo uolunt tempore. Omnes autem qui non possunt propter exercitationem dormire, fugiant pachychymos cibos, pigri autem neque ad istos cibos accedant. Maximum enim malum in sanitatis custodia omnino pigritia. Quemadmodum mediocris magis motio bonum est, ita inter spissos & tenues cibos, optimus hominibus mediocris, qui generat sanguinem secundum constitutionem competentem. Ergo talis cibus corporibus nostris ministrandus est, læsibilis enim est caechymus cibus, quem semper oportet fugere. Custodienda est autem uarietas ciborum, optimum & magnum est ut de contrariis uirtutibus copulentur, & digestionem moderentur, quia & ea si non digeruntur, quæ assumuntur, competenter lædunt.

Pigritia.

D. ORIBASII SAR-

DIANI DE VIRTUTE SIMPLICIUM MEDICAMENTORVM
AD EVNAPIVM LIBER II.

MEDIA INTER CALIDA
& frigida.



DIANTVS, asparagus, miachantinus, brion, & splenion, glicirizæ succus, oleum dulce, cera, faba, castanæ nucleus qui manducatur, licius, lotus, uel ros quo caligarij utuntur, aut triphilus, citrix cortex, ptereus, id est, filicis radices, lentiscus, lenticula, terra cymolia, & terra samia, catinia & litargirus.

QVÆ SINT QVÆ
calefaciant.

AGni folia & semē mediocriter, agalaphis semē & folia, amigdala dulcis, anagallides utriusque, andragnis, niles aut cincus agrestis, uux maturæ semen, lenticula, liquiriciæ radix, oliuæ fructus maturus, fermētum, oringium, resinæ omnis succus siccus, squinoantus, cochleæ uisæ, aut cineres earum; caulis id est brassica, dactylorum fructus, ripus, coclim, calcucracamenon aut cnicus, cyrocrambi, butrachij radix, & tota herba, pulegium, lauri folia, magis bacca, minus