


Dv 2152

UNIVERSITÄTSBIBLIOTHEK
-  -
DUSSELDORF

V 2796

CLAVDII

*Colleg. Acad. Soc. Juv.
Cat. Juv.*

GALENI PER-

GAMENI, DE SA-
NITATE TVEN-
DA, LIBRI
SEX,

THOMA LINACRO
Anglo interprete:

NVPERRIME AD EXEM-
plar Venetum recogniti, &
dimulgati.

ex libris

*Cyffri.
in coll.*

I
N
V
I
R
T
V
E



publ. hanc

E
T
F
O
R
T
V
N
A.

*22. p. de la
Mercuri)
anatomum
1791.*

LVGDVNI,

Apud Guliel. Rouil. Sub scuto Veneto.

1549.

*Summe Franc. Damielis
Ex dono C. D. Hieronimi Kautler*



GALILEI PER

OPERE

OPERE

OPERE

OPERE

THOMAS LINACRO

OPERE

OPERE

OPERE

OPERE



OPERE

OPERE

OPERE



INVICTISSI-
MO ILLVSTRISSI-

M O'QVE HENRICO

octauo Angliæ Regi, domi-

no Hyberniæ, ac Vval-

liæ Cornubięq; prin-

cipi, Thomas Li-

nacrus Me-

dicus

S. P. D.



VM MVLTITIBI

quotidie, Henrice regū

clarissime, splendore glo-

riaq; nominis tui allecti,

multa, quæ te variè ob-

lectent, certatim afferant: alius generosos

æquos, alius insignes canes, alius aurū ar-

gentū ve, sed quorum ingenij cuiuspiam

opus materiam superet: ego cum eiusmodi

facultatibus minimè abundem, nihil vel

4 2

officio meo vel professione dignius inueni,
 quam ut tibi studiorum meorum monu-
 mentum aliquod dicarem, quò fieret. Ut
 simul otij, quod per indulgentiam tuam à
 iustotibi ministerio aliquando suffuror,
 ratio tibi constet: simul intelligas me non
 modo horis ijs, quibus te praesens fruor, sed
 etiam reliquis omnibus id pro viribus
 moliri, quod tibi aliquando gratum fore
 existimem. Delegi igitur potissimum ex
 ijs, quae nuper Verti, Gabeni opus, quod,
 De sanitate tuenda, inscribitur: opus sci-
 licet vel auctoris merito, vel suo, praestan-
 tissimum. Quippe auctor ipse tantus in o-
 mni medendi arte fuit, ut non immerito
 tum patriam suam nobilitarit, tum secu-
 lum illustrarit: qui summis alioqui viris,
 qui ante eum vel condidisse artem, vel
 plurimum auxisse sunt visi, omnibus pla-
 nè, cum ab Hippocrate discesseris, um-
 bram sui nominis claritate induxit: atque
 hunc ipsum solus nobis sua partim inter-
 pretatione, partim commendatione serua-

uit: qui, nisi huius fusa, incundaq̄ claritas suppetias tulisset, ut minimè à nobis intellectus, ita planè fuisset neglectus. Posteris verò adeò omnem laudis materiam in medicina præripuit, ut nihil illis ad laudem reliqui ferè fecerit. Declarant eorum opera, à quibus si, quæ ab illo sunt mutuati, detraxeris: tam pauca ea, quæ restant, incultaq̄ comperias, ut Horatiana corniculæ exemplo risum moueant. Atque utinam tantum risum mouerent, ac non sæpè iustissimam potius indignationem, cum multa perniciosa sint, multa vitiosè, perperamq̄ tradita: pleraque omnia, quæ scribunt, adeò ambigua, obscuraq̄ sunt, ut postea etiam quàm verbosissimos interpretes fatigarunt, Oedipi alicuius, Apollinis ve opem adhuc desiderent. Quo minùs mirum est, si hîc tanta posteris inuidia fuit, ut summa eorum ingenia nonnullum doloris sui remedium putarint, si ex innumerabilibus, quæ scripsit, minutias aliquas taxa-

re, & carpere potuerint: quanquam idem
 rursus adeo omnem eorum inuidiam vi-
 cit, vt illi ipsi, qui carpere in eo quicquam
 sunt ausi, omnes tamen, quò inuidiam
 suam dissimularent, eum prius laudare
 sint coacti: adeo vt, quod quidam sibi im-
 probissimè arrogauit, qui se Iatronicen
 inscripsit, id huic omnes verissimè atte-
 stemur: qui, si vniuersæ virtutes eius æsti-
 mentur, medicos omnes, quiq; priores se,
 quiq; posteriores fuerint, planè vicit. Opus
 verò ipsum quanta sit præstantia, vel
 quàmlibet eius dotem expendenti, facile
 appareat. Siue (quam curiosus quispiam,
 inquireret) eius originem, quam constat
 ipsam fuisse naturam: quæ tantum non
 vna voce, instrumentorum, quæ nobis
 tribuit officijs, summas hic tradita artis
 insinuauit. Siue quibus excolta sit inge-
 nijs, cum ysdem, quibus omnis philoso-
 phia, speciosissimæq; artium & inuenta
 sunt, & absoluta: quippe qui, propterea
 quòd ys incubuerunt, quæ sicut animo sa-
 luta

lutaria, sic corpori fuere inimica, ab hac sibi petere auxilium necesse habuere. Sine (quæ mihi ad solidam eius laudem magis pertinere videntur) magnitudinem eorum quæ promittit & perficit: quando illud, sine quo nihil est in vita dulce, & quod, non quolibet testimonio, sed Delphici ipsius oraculi, in vita perhibetur optimum, perpetuum sibi auscultantibus præstat. Sine eius supra reliquas medicinæ partes, quæ corpori homini tuendo sunt inuenta, præstantiam, vel eam, quæ instantes morbos præcauet, vel quæ præsentem eliminat. Eas nanque tanto intervallo præcedere intelligitur, quanto ipsius gratia, illarum muneribus multò est communior, eoq; non immeritò desideratior: cum sanitas nulli non ætati, non tempori, sit expetenda, illarum præsidia tum demum sint vsui, cum iam morbus vel minatur, vel vrget. Proindeq; huius (vt breuiter dicam) bonitas, paci, illarum militum virtuti sit quàm simillima: quorum

Usum nisi in bello constat nunquam esse
 concupiscendum. Et autor quidem, atque
 opus eiusmodi sunt. Qui si latinitate à me
 donati, minores fortasse cuiuspiam vide-
 buntur, quam sunt à me prædicati, erit id,
 fateor, infantia mea maxime imputan-
 dum: nisi etiam eorum virtuti, utpote
 quam pro merito exæquare, nec modestus
 quispiam sperauerit, nec temerarius pos-
 sit. Quo etiam iustius & tibi lucubrati-
 nes has dicendas censui (ex cuius autori-
 tate multum pretij illis accessurum non
 dubitavi, multa enim (ut ille ait) ideo
 pretiosa sunt, quòd templis dicata) & à
 legentibus veniam facilius sperauerim,
 si ingenuè cedens in ijs, quæ consequi, ne-
 dum euincere non erat, in eo aliquid pro-
 feci, quod detrectare non licuit. Nam, ut
 cum elocutione autoris certandum mihi
 non fuit, certè rerum fides non erat omni
 conatu non adeunda: quam præstiterim
 necne, libuit publicum iudicium experiri:
 idq; etiam sub nomine potissimum tuo.

9

Quod tamen ut facerem, animus mihi plane defuisset, (tametsi me viri doctissimi, partim ex Italis, partim ex Germanis & Gallis, precipue duo nostrae aetatis lumina Erasmus, & Budaeus, ad editionem operis crebra appellatione impulissent) nisi singularis tua, spectataque omnibus humanitas, boni se consulturam promitteret. Haec enim praecipua profecto fiducia est, quae si me non frustrabitur, & literarium hoc munusculum laeta fronte accipies, non mihi modo maiora, quae premo, edendi animum addideris, sed etiam alios ex tuis ad multa, quae te, & seculum fortasse tuum illustrent, scribenda excitabis. Diu viuas precor Regum splendor, & seculi tui decus. Londini XVI. Cal. Quintiles. Anno salutis Christianae
M. D. XVII.

a 5



LINACRVS AD

LECTOREM.



BSIT, CANDIDE
 lector, quisquis in has no-
 stras lucubrationes erudi-
 tior incideris, vt quod
 ego rudioribus duntaxat
 consulens, minime de tua eruditione du-
 bitans, feci, id tu vitio vertas, ac non po-
 tius eos, qui te rudiores sunt, mecum mise-
 ratus, boni consulas: quod voces quasdam
 quæ apud magnos aliâs autores in multi-
 plici sunt vsu, & proinde confusiores, ipse
 eas, quò videlicet Græcis, pro quibus po-
 nuntur, magis æquem, partim adiuncto ali-
 quo discernam, partim vnica ferè signifi-
 catione vsurpem: quasdã rursus aliquan-
 do nouem, sed cum præfatione: & vbi la-
 tinas non inuenio, quibusdã Græcis vtar,
 sed quæ vsitatam Latinis inclinationem
 ma

maximè recipiant. Sunt Verò (ne me ni-
 mium mihi permisisse putes) vniuersa
 quibus veniam ita præfamur, non adeò
 multa, ferèque hæc: Digerere apud Vete-
 res præter alia significata, & pro eo
 quod est διαφορεῖν Gracè sumitur, &
 pro eo quod est ἀναδιδοῦν. Sunt & qui
 pro concoquere (sicut rude vulgus abu-
 titur) in epistola Ciceronis ad Atticum
 positum putent. Nos cum pro διαφορεῖν
 eo vtimur, verba hæc (per halitum) vel
 (per spiritum) ei adiungimus. Cum pro
 ἀναδιδοῦν, verba hæc (in corpus) addi-
 mus. Discutere præterea Veteribus &
 pro eo quod est τινεῖν, siue λειπνεῖν, si-
 ue διασκεδάζειν accipitur: vt Celso de re
 medio aduersus aspidem: quo sensu etiam
 Dissipare eodem loco legitur. Et pro
 ἀίρειν, siue ἐβαλλεῖν, vt cum dicitur, fe-
 brem discussit. Nos eo verbo in secunda
 significatione maximè vtimur priorem
 per disseccare, vel incidere interpreta-
 mur. Rursus cum πᾶσι recentioribus

Græ

Græcorum & pro eo præter naturam
 motu qui extrinsecus aduenit, & pro
 affectu, qui tali motui succedit, accipia-
 tur nos prius significatum, passionis vo-
 cabulo reddimus: quod tametsi in fre-
 quenti præsertim oratorum usu non est,
 tamen in naturalibus quæstionibus legi-
 tur apud Senecam. Secundum (quoniam
 id multiplex est) ut in secundo de ratio-
 ne medendi Galenus docet, modo vi-
 tium, modo affectum, modo symptoma-
 (prout locus poscit) interpretamur. In
 vaporis quoque vocabulo Celsus, &
 Plinius duo illa ἄτμοσ & ἀναθυμίασ
 confundunt. Nobis satius est visum, ut,
 Senecam sequenti, ἄτμοσ halitum, ἀναθυ-
 μιάσιν vaporem interpretemur. Habitus
 quoque appellatione sicubi pro corpo-
 rea animalis mole (quod corpus quo-
 que Latine dici non ignoro) non usus
 videbor: non est quod magnopere quis-
 quam miretur, cum ἕξωσ quoque voca-
 bulum Galenus eodem modo nouet: quo
 etiam

etiam adeò sæpè utimur, ut non abs re fortasse sit ita & vertisse, et monuisse. Iam Symptomate, & phlegmone Græcis utimur: Illo quidem pro innaturali quopiam affectu, quod morbos succedit: videlicet ne si accidentis vocabulo pro eo uteremur, non haberemus quod $\sigma\upsilon\mu\beta\epsilon\beta\eta\kappa\omicron\varsigma$ propriè referret posteriore verò quoniã inflammationem (quod pro eo Celsum posuisse scio) pro phlogosi aptius ponendum censui. Apotheciam autem & Symmetriam, sicuti alia quedam, ob Latinarum vocum desiderium, Horatij consilio, & bonorũ exemplo, pro Latinis recipimus.

Hæc sunt eruditissime lector, quæ à te, ne rudior i fortasse imponerem, petere, impetrareq; volui. Vale.

Admonendus candidus lector est, ubi in hoc volumine verba aliqua huiuscemodi notis [intercepta sunt, significare ea iudicio interpretis addita esse: quæ in Græco exemplari quod vnicum habebat, omnino deesse suspicabatur.]



CLAVDII GALE

NI DE SANITATE

TVENDA LIBER PRIMVS,

THOMA LINACRO

ANGLO INTER-

PRETE.

Quæ in primo libro de tuenda sanitate
pertractantur.

*Quid est sanitas, atque illius generalis de-
scriptio.*

*Corpus animalis assidue alterari, atque idcirco
artem requiri, quæ illius lapsum à naturali
habitu emendet.*

*Corpora idèo alimento indigere, quòd semper ali-
quid ex eorum substantia defluit.*

*Quòd necesse sit ex alimentis excrementa etiam
aliqua gigni.*

*Vbi nequaquam, vel non rectè euacuantur cor-
poris excrementa, necessariò animal egrotare.*

*Sanitatem non rem esse indiuiduam, sed laritudi-
nem quandam possidere.*

*Quid de quorundam veterum opinione sentien-
dum sit, qui omnes homines perpetuò egrotare
censebant.*

De optima corporis constitutione.

Quo

Quo pacto quis regere debeat corpus optimè con-
stitutum.

Qua ratione infantes ab ipso statim ortu, vsque
ad etatem adolescentiæ regi debeant.



10 **Q**VVM VNA SIT ARS,
quæ corpori hominis tuen-
do dicata sit, vt alibi à no-
bis ostensum est: eius pri-
mæ, ac maximæ partes
sunt duæ, quarum alte-
ram † sanitatis tuendæ, alteram * morbi †
profligandi facultatem appelles. Earum *
contraria inter se officia sunt: siquidem †
15 illi tueri, huic immutare statum corpo-
ris, est propositum. Quoniam autem &
dignitate, & tempore sanitas morbum
præcedit, vtique & nobis quemadmodum
hæc seruanda sit, prius tractare conueniet:
20 post autem, quo pacto commodissimè
morbus sit abigendus. Vtriusque faculta-
tis inueniendæ communis ratio est, vt,
quid'nam ea corporis affectio sit, quæ
sanitas dicitur, liquidò constet: quando-
25 quidem nec præsentem seruare, nec amif-
sam restituere, si eam penitus ignores,
licet. Scripsimus de hoc alibi, ostendi-
musque, similiarium quas vocant, partium
sanitatem, calidi, frigidi, & sicci sym-
met

† ἰατρικὴ
* ἰατρικὴ
† ἰατρικὴ

metriam, id est, cōuententiā inter se quan-
dam esse: Instrumētaliū verò, ex simila-
riū ipsarū cōpositione, numero, magni-
tudine, figuraq; constare. Quare quisquis
hæc cōmodè tueri possit, optimus sanita- 5
tis custos fuerit. Tuebitur hæc qui modos
omnes, quibus vitiātur, cōpertos prius ha-
buerit. Sicuti enim, si impatibile nobis,
nec vlli affectiōni obnoxium corpus esset,
nullam desideraret artē, quæ eius tutelæ
præesset: ita nunc quū numerosissimis affe- 10
ctibus expositū sit, certā sibi deposcit artē,
quæ & omnia eius incōmoda perspicere,
& ipsum ab iis tueri possit. Sane quæ cor-
pus nostrū lædunt, corrumpuntq;, ea sunt 15
genere duplicia: altera nobiscū cōgenita,
& quæ vitare nequeas, quæq; ex ipsis gene-
rationis principiis, veluti radice oriuntur:
altera, quæ & declinare possis, & orta à no-
bis non sunt, quæ tamen non minùs quàm 20
illa corpus nostrum cōficiunt: quorū vtra-
que iam seorsum distinguemus. Sanguis,
semēq; genitale generationis nostræ pri-
mordia sunt: ille ceu materies quadā apta,
concinnaq;, & opifici ad quiduis sequax: 25
hoc, opificis rationē obtinens. Constat ho-
rum vtrunq; ex iisdem genere elementis,
humido, sicco, calido & frigido: aut, si ma-
uis ab essentia sumptis nominibus, quàm à
qu

5 qualitate nominasse, aqua, terra, igni &
 aëre: sic enim, demonstratum nobis est in
 eo libro, quem de elementis ex Hippocra-
 tis sententia scripsimus. Dissident hæc in-
 10 ter seipsa temperamenti mēsurā: siquidem
 in semine plus est igneæ substantiæ, atque
 aëreæ: in sanguine, aqueæ, terreæq;. Quā-
 quam præpolleat in hoc quoq;, & calidum
 frigidum, & humidum sicco. Eoq; fit, ut non
 15 siccus sicut ossa, pilusve, sed humidus me-
 ritò dicatur. At semē sanguine ficius qui-
 dem est: cæterū ipsum quoq; humidū, flu-
 xileq; est. Atq; ita nobis vtrinq; ex humi-
 da substātia genituræ origo proficiscitur.
 20 hanc tamen humidam seruari non erat, si
 modo ex ea nerui, arteriæ, venæ, ossa, car-
 tilagines, mēbranulæ, & alia id genus fieri
 deberent. Ergo statim in generationis ini-
 tio, cōiectum copiosius oportuit elemen-
 25 tum id, quod siccādi vim haberet: est verò
 id natura quidem maximè ignis, sed tamē
 & terra: est enim ea quoq; res sicca: verūm
 huius plus immisceri principiis non erat, si
 modò hæc humida erāt futura. Ignis certè
 30 quominus plus sit admistum, nec obstat
 quicquam: & sanè admistū est tātō planè
 plus in vtroq; principio, quantum nec iam
 torreat, vratve, & tamen abundè siccet.
 Quippe etiam tātus calor adhibitus agili-

b

tatē præstare ad motiones fat erat. Ab hoc
 igitur primùm cogitur, paulumq; concre-
 scit, quod in vtero cōceptū est: mox ficius
 redditū, veluti lineamenta quædā, & rudi-
 menta cuiusque membri obtinet. Vltorius
 verò etiā siccescens, non lineamenta rudi-
 mentave modò, sed etiam exactam vniuf-
 cuiusq; speciē ostendit. Iam verò in lucem
 editum, & magnitudine proficit, & tum
 ficius, tum valentius semper efficitur, do- 10
 nec ad summū incrementum (ἀκμῆς Græci
 vocant) sit peruentum. Tum verò & incre-
 mentū omne sistitur, ossibus nimirū ipsis
 per ficitatem nō vltra sequacibus: & san-
 guinis, spiritusq; vasā, spiritus ipsius flatu 15
 in latū aguntur: cuncta deniq; mēbra non
 solūm robusta fiūt, sed etiā vires suas sum-
 mas obtinent. In eo verò quod sequitur tē-
 pore, omnibus iam partibus supra iustum
 siccescentibus, nō solūm cuiusq; officium 20
 minus probè administratur, sed etiā cor-
 pus ipsūm macilentius, graciliusq; quàm
 antè, redditur. Ergo vltra ficcatū, nō maci-
 lentius modò, verū etiā rugosum efficitur.
 Artus quoq; ipsi inualidi, atque ad motus 25
 suos incerti, incōstantesq; probātur. Affe-
 ctio hæc [in animalibus] senii appellatur,
 ei quæ in stirpibus ἀναστικὴ græcè dicitur,
 proportionē respondens. Est enim, & illa
 stir

stirpis seniū, siccitatis excessu proueniens.
 Vna igitur hæc est omni genito corpori
 corruptelæ, interitusq; cōnata necessitas.
 Altera est, quæ etiã in animalibus præci-
 5 pue cernitur, totius substatiæ fluor, quem
 insitus calor excitat. Hæc itaq; incōmoda
 nulli, quod genitū sit, corpus effugere po-
 test: reliqua quæ hæc sequūtur, prouidētia,
 cōcilioq; certè potest. Porrò his quoq; nō
 10 aliunde origo est, quàm ex ipsis iam dictis
 incōmodis corrigendis, atque sarcindis.
 Nam quū tota moles animalū in perpe-
 tuo fluore sit, ni similis altera substancia
 pro ea quæ defluxit, resituta sit, euaporabi-
 15 tur certè, atque dissipabitur vniuersa. Quò
 factum arbitror, vt natura nō animalibus
 modò, verumetiam stirpibus, insitas quas-
 dam vires deficientis, ac desiderati semper
 appetentes, ab initio statim dederit. Non
 20 enim, vesci, bibere, aut respirare à quoquã
 vsquam discimus, sed statim à principio fa-
 cultates nobis habemus, quæ hæc omnia ci-
 tra docentem perficiant. Cibo igitur quic-
 quid sicciore substantiæ effluxit, resitui-
 25 mus: potione quicquid humidioris, atque
 ad pristinam ita symmetriam ambo redu-
 cimus. Ita verò & aëreæ, igneæq; substan-
 tiæ modum, respiratu, arteriarumq; pulsū
 tuemur. De quibus omnibus etiã singula-

tim dictum nobis in aliis voluminibus est:
 nec à præfenti disputatione alienū cense-
 mus, vt quæ ibi demonstrata sunt, ad sani-
 tatis tuædæ artē hypotheseos loco positis,
 sic quæ deinceps sunt, aggrediamur. Quū 5
 enim quotidie propter insitum ipsis calo-
 rem, cunctis animalibus nonnulla substan-
 tia portio desuit, nec est aliter huius iustū
 seruasse modum, quàm cibi, potionis, respi-
 rationis, & arteriarum motus ope: necesse 10
 est ex his cōtrahi excrementorum prouen-
 tum. Nam si quale erat ipsum quod efflu-
 xit, tale prorsus adiungere agglutinareq;
 ei per totū liceret, optimum id, saluberrimūq;
 planè esset. Verūm vbi quod sin- 15
 gulis particulis desuit, tale natura est, qua-
 lis ipsa est particula, nihil autē eorum quæ
 edūtur, bibunturve, eiusmodi prorsus est,
 necessariū naturæ fuit, prius ea mutare, &
 concoquere, & quàm fieri maximè potuit, 20
 efficere corpori alendo, restituendoq; si-
 milia. In quo opere si quid nec cōfectum,
 nec prorsus assimilatum est, id corpori nec
 adnascitur, accrescitve, & per ipsius laxio- 25
 ra intus spatia tanquam superuacaneū er-
 rat, vnde nomen quoq; rectè à maioribus
 ei rei *περιττωμα* græcè est inditum. Quum
 igitur esse, bibereq; necessaria animanti-
 bus sint, has autem res subsequitur excre-
 men

- mentorum generatio, natura non solum
 ipsis excernendis excludendisq; instrumē-
 ta instituit verumetiam instrumentis ipsis
 facultates inseruit, quibus incitata, quædā
 5 ad se trahunt, *quædam aliis trāsmissunt, *In græ.
 quædam excrementa expellunt. Porro hæc *cod. im-*
 quò corpus semper mundum, atq; excre- *pressis de-*
 mentis vacuū seruetur, nec obstrui aliqua *sideratur*
 tenus, nec ad proprias functiones imbecil- *τα δὲ πικ-*
 10 la esse oportet. Atq; ita geminum iam sco- *τα que-*
 pū salubris victus, sermo noster exposuit: *dam con-*
 alterum eius, quod exhaustum est, reficiē- *coquunt,*
 di alterum excrementa expellēdi. Tertius *quod habe-*
 nanq; qui huc spectat, ne animal præpro- *tur in an-*
 15 perè senescat, duos iam dictos necessariò *tiquis.*
 comitatur. Si enim in neutro sit erratum,
 nec quod exhaustum est restituendo, nec
 excrementis expellendis, & sanitate inter-
 rim corpus fruetur, & vigoris tenorē quàm
 20 longissimè seruetur. Verum de hoc postea
 procedente sermone dicetur. Nunc quod
 reliquum est eorū, quæ ab initio differere
 proposuimus: *adiiciā: quò sanitatis tuen- **Mendosè*
 da scopos, quot, qualesq; sūt, clariùs *legitur in*
 25 distinguam. Illud arbitror, iam diximus: *græ. cod.*
 Si corpus nostrū impatibile, omnisq; affe- *impresis*
 ctionis expers esset, sicut adamas, aut quid- *καταθεωο*
 uis id genus, minimè artem vllam require- *μυσ. i. de-*

ponā, pro ret, quæ ei tuendo præsideret. Sed quoniā
 προδιαμερ duplices corruptionis causas, alteras inter-
 vt est in nas, & à se, alteras extrinsecus incidētes ha-
 antiquis. bet: necesse est curā, prouidentiamq; non
 paruam desideret. Et ex se quidē duplici ꝑ
 ratione cōsumi corpus indicauimus: vna,
 quòd vel atatis cursu, vel assiduo substan-
 tia fluore, ad interitū tendat: altera, quæ
 vtique esum, potionemq; cōsequitur, ipso
 excrementorum prouētū, atque ex se qui- 10
 dem ita corrumpitur. Eorū verò quæ ex-
 trinsecus incidūt, vnum certè est, quod se-
 parari ab eo non potest, quodq; illi perpe-
 tuò, & (vt ita dicā) veluti connatum adhæ-
 ret, aër ipse ambiens. Alia nec necessariò, 15
 & incertis tēporibus nobis accedunt. Ille
 † Mendosè (nempe qui circūfunditur aër) nos lædit,
 legitur in vel quòd calidos immodicè, vel quòd fri-
 græc. cod. gidos, vel quòd siccos, vel quòd humidos
 impressis, efficit. Hæc, quòd cōtundunt, quòd diuel- 20
 Βλασφηον- lunt, quòd vulnerant, vel quòd articulum
 τε, pro aliquem loco mouēt. Oritur hoc loco lo-
 Βλασφηον. gica quædam disputatio, quæ in vtramque
 partem rationes habet: aliis, horū omniū
 curam ad sanitatis tuendæ artem pertine- 25
 re affirmantibus, aliis, eorum tantū, quæ
 calefaciant, refrigerent, humectent, aut
 siccent. Non enim si qui collisu, vulnere,
 au c

aut simili quopiam affectu, à naturali habitu sit emotum, id statim aut nosse, aut declinasse, vllius esse artis munus. Ego vero de problematis id genus agendum mihi non statui sed, quod vtraque pars vltro concedit, eo accepto, ad propositum reuertar. Illud ergo confessum vtrique arbitror, quæ vulnere, vel illisu, vel simili aliqua ratione sanitatem lædunt, aut cor-

10 rumpunt, τ omnibus esse nota: quæ calefaciendo, vel refrigerando, vel madefaciendo, vel siccando, non omnibus. Ergo ne nos quidem quicquam ab officio alienam fecisse videbimur, si, quæ omni-

† Mendosè
legitur in
græc. cod.
impresis,
ἄπαντα

15 bus nota sunt, prætermisiss, ad ea quæ parum nota sunt, potius vertamur: quando minimè propositum est, hoc saltem opere, sophisticos cauillos diluere, sed potius quo pacto quis in valetudinem minimè

τοῖς ἀνθρώποις, pro
ἄπαντι ἀνθρώπῳ

20 incidat, docere Rursus igitur ad propriū initium sermonem reuocemus, ac diligentius adhuc quæ pro hypothesis sunt habenda, commemoremus. Primum ergo ad præsentium cōtemplationem, pro hypothesis præsumptum esto: Sanitatem non esse absolutè elementorum, ex quibus constamus, aut mediū temperamentum (quam eucrasiam vocant) aut debitā conuenientiam, quam symmetriam appel-

lant, quemadmodū omnibus ferè, qui ante nos scripserunt, visum est: sed eā duntaxat, quæ similariū est partium, vt alibi demonstraui-
 mus. Secundo loco illud quoque, quod alibi non minus demonstraui-
 mus præsumptū pro hypothesi esto: nempe instrumentaliū sanitatē in figura, numero, magnitudine, ac cōpositione similiarium cōsistere. Tertio functionibus secundū naturā obeundis, sanitatis habitum
 discerni. Postremò, sanitatē quandā optimam esse, & (vt sic dicam) consummatam atque summam, quandā ceu deficientē ab hac, nec planè absolutam, perfectā, vt
 atque hanc etiā latitudinem habere non
 paruam. Hæc quoque pro hypothesi hoc loco sint, quæ alibi nobis certissimis rationibus iam firmata, nūc quoque nihilo
 fecius sunt demonstranda. Maximè verò
 velim, qui his studere voluerit, eum librū
 legat, in quo illud inuestigamus: cuius artis pars sit ea, quæ sanitatis tuendæ curam
 profitetur. Is liber inscriptus Thrafsybulus est. Præterea eum quē de optimo corporis
 nostri Statū scripsimus. item quē de Eue-
 xia, id est bono corporis habitu. Sunt hi breues ambo libelli, quos si perlegerit, qui
 ad hæc accedet, facillimè cōsequetur quæ
 mox dicentur. Dictū iam nobis est prius,
 etiam

etiam eum librū, qui de Elementis, secundum Hippocratem, inscriptus est, necessarium ad præsentem disputationem esse.

- Quod opus sequuntur, tum id, quod de optima corporis Cōstitutione, tū id, quod de Euexia cōscripsimus. Ab his hypothesibus veluti fundamentis operis iactis, hinc alicunde sanitatis tuendæ tractatio incipienda erit. Quā sanitas symmetria quædam sit, symmetria omnis duplici ratione non solū perficitur: sed etiam dicitur, aliās quæ ad summum peruenit, & verè prorsusque symmetria est: aliās quæ ab huius absolute perfectione paulū deficit: utique & sanitas symmetria duplex quædam fuerit: hæc quidem exacta, optima, absoluta, & summa: illa paulò ab hac deficiens, non tamè eatenus, ut animali sit grauis. Existit & hoc loco logica potius, quàm ex vsu artis dubitatio quædam, negantibus quibusdā alium alio magis esse sanum, aut esse eius affectus quam sanitatem dicimus, notabilem vllā latitudinem, sed vnicām esse eā affirmantibus, & quæ ad vnguem sit exacta, nec maioris, minorisquæ ratione diuidua. Mihi verò sicuti album corpus aliud magis, aliud minus album cernitur: ita & quod sanū dicimus, magis, minusquæ; tale esse videtur. Cuius rei

† Mendosè
legitur in
græc. codi.
impresbis
αλ' αλ',
pro αλ' αλ'

duplex demonstratio est: Vna, quæ ex ea
 mutatione accipitur, quæ per ætatū vices
 cernitur. Postea nanque quàm editum
 animal in lucem est, perpetuò mutari eius
 temperamentum (vt antè proposuimus) 5
 est necesse. Quare si in temperamenti
 qualitate sanitas constituitur, qualitas au-
 tem ipsa non permanet eadem, nec ipsam
 sanitatem eandē seruari est possibile. Alte-
 ra non minùs euidentis demonstratio, ab 10
 ipsa sumitur actionis differentia. Si qui-
 dem nec qui sani sunt omnes oculis, æquè
 cernunt, sed alij perspicacius, alij obtusius:
 nec auribus pari modo audiunt, imò hic
 quoque magna est in excessu defectuque 15
 diuersitas: sed nec pedibus similiter cur-
 runt, nec manibus apprehendunt, nec re-
 liquorum denique membrorum munia
 similiter obeunt. sed hic probius, ille de-
 terius. Si itaque actionum diuersitas, pro 20
 temperamenti modo respōdet, cogit pla-
 nè ratio, vt totidem sint temperamento-
 rum diuersitates, quot sunt functionum
 differētiæ. Quòd si quis *κατασκευασίαν*, id est
 constitutionum, vel statuum potius, quàm 25
 temperamentorum dicendum putat, quò
 vtique in omnem sectam ratio quadret,
 ita nimirum colligat, licet: Sanitas omni
 se

sectæ symmetria quædam est: nobis calidi, frigidi, humidi, sicci, aliis, corpusculorum, & meatuum quos ὕγκους καὶ πόρους

græcè vocât: aliis, insectilium, vel incom-

5 partilium, vel partium † dissimilariū sim- † Mendosè
 ilariumve, vel denique primorū elemen- legitur in
 torum cuiuscunque: sed secūdum cuiusq; græc. cod.
 lectæ opinionem, pro ipsorū modo, mē- impressis.
 brorum nostrorum actiones reddimus. Si ἀμεσῶν,

10 itaque varia eduntur opera, utique varia pro ἀνο-
 est & elemētorum in singulis symmetria, μεσῶν.

quam esse sanitatem suprâ proposuimus.

Quin & citra omnem elementi mentio-

15 rum constitutioni functiones suæ respon-
 dent, quotquot harum varietates dabun-
 tur, totidem nimirum & constitutiones
 erunt, atqui respondent constitutionibus
 opera, erunt ergo, necesse est, tot consti-

20 tutionum discrimina, quot sunt fun-
 ctionum differentia: sunt verò hæ nu-
 merosa, quare erunt & constitutiones [hæ
 equè multæ.] Si ergo omnium qui sani
 sunt, membrorum constitutio in symme-

25 tria consistit, constitutiones autem ipsæ
 varia sunt, quandoquidem functiones
 sunt variæ, utique multæ, variæque ipsa-
 rum constitutionum symmetriæ erunt.

† Qua

† In grecis codi. impressis legitur καὶ μὴν εἰ διαφέρουσιν ἀλλήλων αἱ κατὰ μίαν ὕγιαν, ἢ τοὶ κατὰ τὸ κοινὸν ἀπόσας εἶδ' ὁ ἀφ' οὗπερ ὕγιαν λήγονται εἰσοισουσιν, ἢ κατὰ τὸ μάλλον τὶ καὶ ἕπον ἀλλήλων διαφέρουσιν, deest autem in impressis reliquum istius sententiae : quae verba in vete- 5
ri graco

codi. ady. † Quare etiam sanitates multae variaeque, 10
ciuntur [nō ipsa communi omnium forma, vnde sic : ἀλλὰ dictae sanitates sunt, sed maioris, mino-
μὴν οὐ κα- risque ratione inter se dissidentes]. Sicuti
τὰ τὸ κοι- enim niuis candor, ab eo qui in lacte visi-
νὸν εἶδ' ὁ- tur quatenus cādor est, non dissidet, maio-
ἀδιδάφο- ris* minorisque ratione dissidet : ita &
σοὶ γὰρ εἰ Achilles, verbi gratia, sanitas, ab ipsa quae
σιν αἱ ὕ- in Therfite est, quatenus sanitas, non dif- 15
ητῆσαι, κα- fert, sed est cum ipsa eadem: altero quopiam
τὰ τὸ μάλ- ab ea differt. Id verò alterum, aliud planè
λον ἕρα nihil est, quàm maioris, minorisque ratio.
κα ἕττον

ἀλλήλων διαφέρουσιν, vt locus ita vertendus sit. Atqui si 20
inuicem differunt particulatim sanitates, vel per formam
omnibus communem distant, ob quam sanitates appellantur:
vel per magis, & minus inter se differunt. Ceteris per com-
munem formam nequaquam: nullam enim differentiam in-
uicem habent sanitates. Igitur per magis, & minus inuicem 25
differunt. Prima autem verba καὶ μὴν, In Aldino mendosè
leguntur καὶ μὴ, quam lectionem secutus est interpres.

* In grecis impressis desideratur καὶ ἕπον, quod habetur in antiquis.

Ne

Neque enim est quod quisquam dicat, non edi ab omnibus hominibus varias actiones, neque aliunde dissimilitudinem hanc nasci, quàm ex ipsa constitutione, unde actio proficiscitur. Quòd si quis eos duntaxat sanos esse contendat, quorum singula membra functiones suas obeunt absolutissimè; ceteros, qui minùs probè sint affecti, nō esse sanos, sciat is se vniuersæ, tractationis, quæ de sanitate tuèda instituitur, fundamentū subuertere. Si enim huic propositum est seruare, tuerique eam quā ab initio accepit sanitatē (nemo autē nostrūm sanus est) luce clarius fit, inutile irritamque fore, quam nunc de sanitate tuèda artē instituimus. Itaque nec quærēda nobis talis vlla est, sed planè silētio prætereūda, sermoque iam iā finiēdus. Omnes ergo eiusmodi difficultates, submouet ipsius veritatis cognitio. Non enim absoluta ipsa tantū, quæ infertilis est, simul est, & dicitur sanitas, verū etiā quæ ab hac deficit: modò tamē vsibus nostris adhuc non sit inepta. Quippe sanitatē omnes requirimus, tum ad vitæ functiones, quas planè morbi impediūt, atque auferūt: tum verò, vt molestia careamus, angimur enim doloribus non leuiter. Eā verò corporis constitutionem, in qua nec doloribus cruciamur,

mur,

mur, nec in vitæ actionibus impedimur, san-
 nitatem appellamus: quã si quis alio nomi-
 ne appellare malit, nihilo plus ex ea re cõ-
 sequetur: sicut nec qui *ἀεὶ ἀθεῖα*, id est per-
 petuam inualetudinẽ inuehunt. Quippe si 5
 hanc propterea inueherẽt, quòd omne ge-
 nitum corpus, sicuti genitura, sic etiã inte-
 ritus causas, ab initio secũ natas habet, si-
 cuti à nobis antè demonstratũ est, utiq; lau-
 dati à nobis essent, tanquã & vera, & anti- 10
 qua dogmata professi. Nunc, quũ iuxta sa-
 norum ægrotatiumq; corporũ cõstitutio-
 nes eadem esse specie decernunt nec au-
 tores laudo, nec placitũ probo: quũ longè
 melius existimem, satis amplã latitudinẽ 15
 sanitati tribuere, quã omnes homines
 perpetuò vrgentibus morbis premi. Qui,
 etsi esse in nobis omnium morborũ semi-
 na dicant: tamen fatentur ipsi, ea tam esse
 parua, vt sensum nostrum omnino effu- 20
 giant. Esto igitur, si velint, doloris quispiã
 in nobis affectus, verũ tam exiguus, insen-
 sibilisq; , vt minimè officiat. Sunt (si li-
 bet) & febres, sed ad eò leues, vt neque sen-
 sum sui vllum afferant, liceatq; per eas, & 25
 negotiis publicis, priuatisq; perfungi, &
 balneo vti, esseq; & bibere ac reliqua, quæ
 opus sunt, peragere. Quippe facultas ad
 necessarios vsus minimè impedita, sanita-
 tem

tem potius determinat. Nō enim func-
 tionum imbecillitas morbi statim nota est,
 absolūtē ita, citraq; exceptionē loquenti,
 nisi adiectū sit, quæ præter naturā cuiusq;
 5 fit. Si quidē omnes (arbitror) & cernimus
 malē, si cū aquilis, & lynce comparemur:
 & confusē, oblæseq; audimus, si cū Melā-
 pode: & pedibus parum valemus, si cū Iphī-
 clo: & manibus, si cum Milone cōferamur
 10 quouis denique membro propè mutili vi-
 deamur, si cū iis qui hoc ipso maximē va-
 lent, cōparemur. Quis igitur nostrū se nō
 probē oculatū existimet, si formicas duū
 stadiorum interuallo nō cernat? Aut quis
 15 auritum se parū rectē putet, si, quod sexa-
 ginta stadiis abest, nō exaudiat? At si quis
 literas hac pagella descriptas, rectē nō cer-
 nat, is iā oculos meritō accuset: non tamē
 si quatuor has ipsas cubitis abiunctas non
 20 peruideat: nisi fortē ea prius oculorū acie
 fuit, qua vel has cerneret. Sic enim (arbi-
 tror) accuset, dicatq; meritō quod omnib⁹
 hominib⁹ dici assolent: nēpe hoc prius fecit
 se, nūc idē facere nō posse: hūc enim mor-
 25 bo aliquo teneri dicemus, si quidē senectū-
 tis vitio imbecillitas ea nō incidit: quāuis
 sūt qui senectutē quoq; ipsam morbū esse
 velint. Ceteros qb⁹ natura nō dedit, vt acu-
 tē videant, aut audiāt, aut celeriter currāt,
 aut

aut alia id genus validè, strenueq; obeant,
 neque morbo teneri, neque in totum præ-
 ter naturam se habere censebimus: Omnis
siquidem morbus præter naturam est, hi se
 præter naturam planè nō habēt, sicuti nec 5
 senes. Non igitur absolutè citraq; ex-
 ceptionem sanos, ægrosq; functionū firmi-
 tate, infirmitateq; iudicandum: sed sanis
 verba illa, secundū naturā: ægris illa, præ-
 ter naturā, adiici oportebit: vt sit nimirū 10
 sanitas affectio naturalis actionem perfici-
 ens, contrā, morbus affectio præter natu-
 ram actionem impediens. Neque enim si
 affectus secundū naturā se habeat, cōtinuò
 etiam sanitas existit. Est enim affectus se- 15
 cundū naturā, tum Aegyptiorū nigritia,
 tum Gallorum candor, tum Scytharū ru-
 fus color: quorum tamē nullū est sanitas,
 quum ea omnino in colore non consistat.
 Neque, si præter naturam se habeat, pro- 20
 tinus morbus est: quādo ita vel ex sole ni-
 gritia, vel ex diutina vmbra consuetu-
 dine. cōtractus candor, morbus sit: sed ad-
 iecisse oportet sanitatis notioni, quòd cau- 25
 sæ rationē ad aliquod opus edendū obti-
 neat: morbi verò notioni, quòd actioni
 incommodet. Verūm de his alibi dictū à
 nobis locupletius est, ad præsentē disputa-
 tionem illud solū sumpsisse sufficiat, per-
 ma

magnam sanitatis latitudinem esse, nec eā
 in omnibus nobis æqualiter prorsus ines-
 se. Quod si cui violētū appareat *ἄκρασις*,
 id est mediū temperamētī nomine cēseri,
 quod medio ad vnguem tēperamento nō
 fit: is, quæso, reliquorū in vita nominum
 vsum ad memoriā reuocet, vbi & potio-
 nem, & balneū, *ἄκρασις* hoc est, temperatū
 dicimus, nō solūm quum alterum huic, al-
 terum illi tale est, sed etiam quum ad eun-
 dem hominem in latitudine tale est. Nam
 si auerso paululū qui biberit, iniecerit quis
 in calicem calidæ, frigidæ, ve exiguū, nul-
 lam mediocris temperamenti mutationē
 deprehendet. Atqui si quod tēperatum est
 ita exigis ad vnguem, vt omnino indiuisi-
 bile insectileq; fit: haudquaquam iniecto
 vel calidæ vel gelidæ minimo, temperatū
 esse videbitur. Ad eundem modum, neque
 si quis in natationem temperatā, frigidæ
 pusillū iniecerit, vtilitatem eius protinus
 corruerit. Quin ambientem quoque nos
 aërem temperatum dicimus, etiam si in al-
 terutram partē paululū sit propensus. De-
 niq; quid miri, si *ἄκρασις* in satis amplam
 latitudinem extēdūt vniuersi: quādo & in
 lyris consonantiā ipsam, quæ summa ex-
 actissimaq; fit, vnicā atq; insectilē esse pro-
 babile sit, quæ in vsus hominū veniat, certē

latitudinē habeat. Saepe nanq; quam per-
 cōmodè tēperasse videaris, alter superue-
 niēs Musicus tēperasse videtur. Siquidem
 nobis ad omnia vitæ * munia sensus ubiq;
 iudex est. Quare ipso etiā eucrasia dyscra-
 sianq; iudicabimus. Pari modo actionis vi-
 tium cuiusq; præter naturam suā malè ha-
 bētis mēbri, nō antè morbū decernemus,
 quàm ad sensibilē magnitudinē peruenerit.
 Nec quicquā, vt ad rē propositā, ne hīc
 quidem referat, ipsam ne læsam actionē,
 an affectū, cuius vitio læditur, morbū di-
 xeris, sicuti nec siue affectionem, siue
 constitutionem appellasse malit. Dictum
 à nobis alibi & de his est, & simul euidēti-
 bus rationibus cōfirmatū, tū morbū, tum
sanitatem in corporis affectione, cōstitu-
tiōe q; cōsistere, minimè in actione, actio-
nis ve læsione. Cæterū, ex horū morosa
 perpēssione, discussioneq; parū vel ad vale-
 tudinē tuendā, vel ad morbū submouēdū
 iuuamur: quū illud modò nouisse satis sit,
 corporis cōstitutionē, quæ causæ rationē
 respectu actionis obtinet, vtriusq; faculta-
 tis scopum esse, & eius, quæ sanitatē tuen-
 dam, & eius, quæ morbum profligandum
 proficitur: quippe quum hāc, & presentem
 seruare, & amissam restituere, propositum
 nobis sit. Actiones verò cōstitutionē cor-
 por

poris necessario sequuntur eā, quæ proba
 est, inculpatæ probæq;: quæ cōtrā est, cul-
 pabiles, ac vitiosæ. Quare quoniā id, quod
 ope nostra seruetur, restituiturq;, affectio
 quædam corporis, cōstitutioq; est: eā verò
 ex necessitate functionū sequitur [boni- *In grec.*
 tas.] Ad præsentem certè disputationē pa- *cod. de file*
 rum attineat, functionū ne, an cōstitutio- *ratur.*
 nū in genere morbus sanitasq; collocāda
 sit, inquiras: id potius attinet, vt illud pro
 hypothesi sumētes, quòd in naturali corpo-
 ris nostri cōstitutioe illa seruāda maximè
 sunt, quorū beneficio functioes obeamus:
 ac illud memoria repetētes, & similariū
 quidē partiū eucrasia, [instrumentaliū] for-
 ma, positura, numerus, & magnitudo fun-
 ctionū sunt causa, præterea quòd hæc om-
 nia in latitudine quadā spectātur: etiam in
 singulis hominibus seorsum, quæ reliqua
 sunt, persequamur. Ad quæ sanè nō parua
 cōmoditatē affert latitudo horum prospe-
 cta, nā quū eucrasia duplex omnino sit: al-
 tera, quæ in animatiū saltē corpore, cogi-
 tatione potius vsurpetur, quàm solide sub-
 sistat: Altera, quæ in sanis omnibus subsi-
 stit, atq; apparet. Hæc rursus à nobis diuidi
 par est, quippe in qua nō parua diuersitas
 inuenietur, id quā sit verū, vel ex ipsis æta-
 tibus maximè deprehendas. *Quam enim*

ad omnem volūtate susceptam actionem
 adolescentiū ætas sit aptissima: infantium
 certè, senumq; minùs ad hãc est apta: pro-
 pterè: quòd illis humor, his siccitas, frigi-
 ditasq; nimis abundat. In aliis tamē fun-
 ctionibus, quas naturales appellamus, ve-
 luti auctione, cōcoctione, distributiōe, &
 nutritione infantes planè cæteris ætatibus
 lōgè præstāt. Neq; tamen eò secius oibus
 per oēs ætates licet esse sanis. Ergo quæ ad- 10
 modū in ætatū diuersitate se habet, ita etiã
 in naturalis habitus differētis, immēsū
 quantū tēperamētōrū discriminē inuenias:
 vt duorū, exēpli gratia, similis ætatis puc-
 rorū, hūc altero lōgè humidiorē, illū sic- 15
 ciorē, pari modo hunc calidiorē, illū frigi-
 diorē. Quibuscūq; igitur corporibus mul-
 tō supra iustū calidis, frigidis, humidis, aut
 siccis esse cōtingit, iis planè optima tempe-
 ries nō est. In quibus autē ab eo quod ab- 20
 solutissimè temperatū est, diuersitas quæ-
 dam intelligitur, minor tamē quā quæ sen-
 su discerni possit, hæc certè quod ad vsum
 pertinet, pro absolutissimis accipimus, ita
 vt sanitatis, quā in latitudine cōtēplamur, 25
 hæc quidem mediū sit tēperamēti, nec vlli
 vitio obnoxia, quod saltem sensu percipia-
 tur: hæc ceu intemperata vitioq; exposita.
 Huius sentētix euidentissima indicia sunt,
 dis

discrimina: quæ in gracilibus corpulētisq;
 notātur: quippe quorum cōtrarias habitu-
 dines ex contrariis tēperamētis ortas esse
 necesse est. Sicuti igitur nec nimium gra-
 5 cile corpus probamus, nec quod valde est
 obesum: ita nec temperamenta eorū planē
 laudabimus, tamen si vtrunq; quam maxi-
 mē sanum esse cōspicimus. Sed quæ in me-
 10 dio horum habitudines sunt, *ἡμετέροις* gra-
 cis dictæ, sicuti ipsæ debitam partium cō-
 uenientiā, speciemq; inculpatā habent: ita
 id totū cōueniētis, laudabilisq; tēperamēti
 beneficio acceptū ferūt. Tales ergo corpo-
 15 rū habitus, si veritatē ipsam ad vnguē exi-
 gas, absoluta saltē, exactaq; temperie, ne
 ipsos quidē tēperatos dixeris. Verū quod
 sensu iudicetur, atq; ad vsum fit satis non
 inculpabiles solum, sed etiā optimos cen-
 20 fueris. Sanē indiciū euidēs est, ne ipsos qui-
 dē exactissimū temperamētū consecutos,
 ex eo q̄ nunquā eodē statu permaneāt, sed
 primam ætatem ipsarū mutationem reci-
 piunt, nulla harū eundē perpetuò tenorē
 25 seruāte, sed semper ad siccius tendente al-
 teram, quæ somni ac vigiliarum, quietis &
 motus, tum motus ipsius differentiarum:
 ad hæc bibendi, sitiēdi, edendi, esuriendi,
 eiborū potionisq; copiar, aut inopiar, præ-
 30 terea balnei, iracūdiæ, studiū, doloris, oīum

talium occasione proueniunt, quæ tãtũ
 nõ omni momento temperamentũ immu-
 rant. Quis igitur in tanta mutatione opti-
 mum vñdecunq; temperamentũ inuenire
 se speret: quippe quod, si cui vnquã optima
 natura prædito cõrigit, certè ne momento
 quidem durauit. Adeò mihi sanè admirari
 subit eorum opinionẽ, qui sanitatẽ, euctra-
 fianq; citra omnẽ latitudinẽ, vnicãq; esse
 cõtendũt: nec, si quid ab hac paulò disces-
 sit, utiq; sanitatẽ esse. Qua nimirũ sentẽ-
 tia ~~etiam ad id~~ obiter imprudẽtes inuehũt:
 disputãtq; de re, aut nunquam planè visã
 in animalis corpore, aut, si quãdo visã est,
 ne minimum quidẽ tẽpus durãte. His ergo
 quam somniant sanitatẽ, ipsis seruã-
 dam linquimus: nos interim ad eas quæ in
 aperto sunt, reuertimur. Quarum quũ du-
 plicem statuamus substantiã, [vnã de qua
 planè queri nõ sit, alteram de qua queri li-
 ceat,] de qua modò verba fecimus, suum
 utiq; scopum reddamus. Nẽpe ei quã in-
 culpãtam diximus, exactã, absolutãq;
 planè, quod utique sensu aduerti possit, cu-
 stodiã: alteri, de qua cõquerare, nõ exa-
 ctã. Quippe intemperies, quæ intra sani-
 tatis sũt terminos, corrigere oportebit, ita
 vt quæ iusto sicciore natura sunt, hũdior-
 res reddas: quæ humidiores sunt, sicciore.

I Hæc in
 græc. non
 habetur.

Pari modò, quæ frigidiores sunt, vt haruna
 excessum castiges: quæ calidiores, earū sū-
 perantiā ad moderatius renoces. Hæc, quæ
 salubris victus ratione fiāt, procedēte ser-
 5 mone docebimus. Prius enim tradendum
 arbitror, quæadmodū optimæ naturæ con-
 seruāda sit sanitas. Ante id verò, quæ nam
 sit optima corporiscōstitutio, exponemus.
 Est igitur ea, si substantiam eius spectes, &
 10 quæ optimo tēperamento sit, & quæ figu-
 ram partiū egregiè ad functiones cōpara-
 tam habet: ad hæc, quæ omnē, tū numerū,
 tum magnitudinē, tum omniū earū inter
 se cōtextum ad actiones idoneū exhibet.
 15 Si verò indicia, notasq; respicias, cuius cor-
 pus carnis mediocritatē præfert: porrò id
 tale est, quale inter gracile, & obesum, me-
 diū esse docuimus. Nec refert si pro obe-
 so, corpulēto' ve crassum dixeris. Idē reli-
 20 quorū quoq; excessuū, in medio planè est
 sitū, ita vt nec hirsutum id meritò dixeris,
 nec glabrum: sed nec molle, nec durū, nec
 25 nigrū, nec candidum, adde etiā nec † venis
 amplis, nec obscuris, nec iracundum, nec
 ignauum; nec somnolentū, nec peruigilē, nec
 hebetem, nec callidum, nec in venerē
 pronum, nec à venere alienum. Quòd si
 omnibus quoque corporis partibus planè
 mediū oīs excessus teneat, pulcherrimuma
 tiquis

arg. a. l. t.
 me. her
 al. a. l. p. r. g.
 in. r. u. l. i. g.
 cor. u. b. e. r.
 ab. d. e. h.
 in. g. r. a.
 cod. imp. f.
 fis. de. est.
 nec. d. i. g. e. r.
 φ. λ. β. ο. ρ.
 tur. in. an.
 tur. in. an.

id visu nimirum fuerit, utpote symmetrō.
 Erit non minus ad labores oēs planè idoneum, nec reliquis eucrasia: id est boni temperamēti cuiusq; mēbri notis, quas in secūdo de tēperamentis retulimus, destitutum. Nā multos videas, quibus caput attemperatū cōmodè sit thorax vētēve, & quae gignēdo tributae partes sunt, parū prospera tēperie sint, quorundā verò in artubus intēperies est. Nō desunt, & quorū vnum
 10 aliquod viscerū, aut alia quāpiā particula, vna plurēsve, interim verò plura aliqua viscera, parum salubri sint tēperamēto. Ego verò in vnicā instrumētaliū partiū tētem

† In gra. perie, idq; in nō paucis notavi, ita ut, verbi
 cod. im- gratia, reliqua omnis vētriculi cōcauitas,
 presis le- vno temperamēto cōmodo, in cōmodōve
 gitur dōo esset, alio ipsum dūtaxat vētriculi os. Cæ-
 κρδουε, terum de iis, vbi de vitiosis corporū stati-
 id est duo bus disceptabimus, agetur. De optima ve-
 tempera- rō, & cuius singulæ particulæ vniuersam
 mēta, Sed substātiā inculpatā habent, nunc dicetur.
 in veteri Huius ergo sortis homo, quū arti sanitatis
 habetur tuēda traditur educādus, fortunatus vtiq;
 σωκρα- sit, si statim editus in lucem ei cōmittatur. 25
 ολας. & Ita nāq; ad animi quoq; affectus non nihil
 ita legit lucrifaciet, ipsa nimirū recta victus ratio-
 interpres. ne, mores quoque probos reddente. Cæte-
 rùm si qua etiā sequētīū ætatū eius se mo-
 det

derationi submittat: sic quoq; commoda
 sentiet nō mediocria. Sanè primùm dice-
 tur, quemadmodū (si huiuscemodi homi-
 nem ab initio susceperis) eundē per omnē
 vite cursum sanū custodias, modò ne quid
 violētum extrinsecus illi incidat, id quod
 vtiq; ad sanitatis tuendæ artificem parum
 attinet. Secūdo loco, quemadmodū, si non
 recēs natū puellum acceperis, sed qui iam
 10 præceptoribus dari sit habilis, eius quoque
 curā agas. Postremò admodum reliquarū
 ætatum, cuiuslibet. Ergo recēs is natus in-
 fantulus, cuius corporis constitutio omni
 nota vacat, primùm quidē fasciis delige-
 15 tur, sed corpori priùs tori sale modicè in-
 sperso, quo cutis eius dēfior solidiorq; iis,
 quæ intus sunt, partibus reddatur. In vterò
 enim æquè cū reliquis mollis erat: quum
 nec durius vllū corpus inibi cōtigerit, nec
 20 aēr illi vsquā frigidus incidere, quorū cō-
 mercio cōtracta, densataq; , & quàm ipsa-
 met priùs, & quàm reliqua mēbra, densior
 duriorq; fieret. At quoniā iā editus infans
 in frigore, calore, atq; inter corpora mul-
 25 tō se duriora versetur necesse est, ob hæc
 ipsa, nimirum naturale eius tegmē præpa-
 rari quodāmodo à nobis, reddiq; ad indo-
 lentīā, & tolerantiā, quàm aptissimū par est.
 Ita verò qui secundum naturam se habent

infantes, vel solo sale præparati munitiq;
 abudè fuerint:quâdo qui siccorum myrti
 foliorû, aut aliorum id genus inſperſione
 egêt, iis planè vitioſus ſtatus ſit. Nobis ve-
 rò ad præſens de iis qui optimo ſtatu ſunt,
 diſſerere propoſitû eſt. Ergo hi faſciis (vt
 dictû eſt) inuoluti, lacte pro alimèto vtan-
 tur, & balneis ſalubriû aquarû. Vniuerſam
 nâq; victus rationè humidâ ſibi adhiberi
 poſtulât, vt qui ceteris ætatibus tẽperamẽ-
 to ſint humidiorè. Atq; ex iis, quæ ad ſano-
 rû victus rationè ſunt neceſſaria, primum
 hoc ſe ad diſquiſitionè ſtatim offert. Nam
 ſunt qui humidiores naturas ſiccâdas ſem-
 per putèt: ſicuti è diuerſo quæ frigidiores
 ſunt calſieri debere: madefieri quæ ſiccio-
 res, frigeſieri quæ calidiores. Quippe ſimi-
 libus quèlibet exceſſû augeſcere, cõtrariis
 remitti, ac minui, vnoq; verbo, contraria
 cõtrariorû eſſe remedia. Oportuit verò nõ
 id modò Hippo. legiſſe eos, meminifſe q;

† In græc. ſed & illa quoq; in quibus ait: † Humidam
 codic. 111. oẽm victus rationè febricitâtibus eſſe uti-
 præſis le- lè, præcipuè verò puellis, & iis qui tali reſi-
 gitur ai- ci victu ſunt aſſueti. Videtur em̄ in his tria
 ὁ γὰρ αὐτῶν deinceps pari inter ſe iure poſuiſſe, morbû
 οὐδὲν τούτων ætatè, conſuetudinè. Atq; à morbo quidè,
 quâ lectio cõtrarii adhibendi indicationè accipit, ab
 nem ſequi ætatè, & cõſuetudine ſimiliû. Febri nanq;

eum morbo calido & sicco, humida conue-
 niunt. Puellis, ut quibus ea ætas non morbus, *pres. Sed*
 sed secundum naturam sit, id maxime est uti- *in vetero*
 le, quod plane est simillimum. Pari modo co- *codice lo-*
 sætudinē, utpote quæ asciticam acquisiti- *cus Hipp.*
 tiāq; naturam in corporibus gignit, cōtraria *rectius ci-*
 dedisse imprimis est noxium atq; hæc meri- *tatur ad*
 to. Quæ enim corpora secundum naturam se *ύπερι δι-*
 habet, iis seruari, custodiriq; suum habitum *αυτου ωσ-*
 decet quæ morbo aliquo premuntur: iis cō- *αι τοις πο-*
 trā alterari, & ad contrarium habitum trahi *επι τοις υ-*
 expedit: ac seruatur quidē similibus vnum *αι, id est:*
 quodq; alteratur cōtrariis. Haudquaquam *humide*
 itaq; siccādi pueri sunt (si modò in his nul- *victus ra-*
 la præter naturam humiditas subest: qualis in *tiones e-*
 raucedine, distillatione, catharroq; cōspici *mnibus fe-*
 tur) sed pro naturæ ratione alēdi, ac dulciū *bricitan-*
 aquarū balneis humectādi (quæ enim medi- *tibus*
 cam vim aliquam præ se ferūt, omnes planē
 siccāt, veluti quæ sulphuris aliquid, bitumi-
 nis, aluminisve repræsentant) tum cibo eo,
 potioneq; nutriēdi, qui humidæ quàm ma-
 ximè naturæ sint. Ad hunc modum & na-
 tura ipsa pueris cōsuluit, & lac matris in hæ-
 mentis alimenti vsum præparauit. Atque
 optimum quidem est etiam reliquis fortas-
 se omnibus infantibus ipsum lac matris,
 modò nullo morbo sit corruptū: maxime
 verò ei qui optimo est temperamento, de
 quo

829

quo nunc sermo instituitur, quippe cuius
 maternū nō corpus modò torū, sed etiā lac
 à vitio esse alienum, nō sit absimile. Ac san-
 guine quidē dū adhuc in vtero gestamur,
 ali nos cōstat: ex sanguine verò lac gigni
 tur, exiguā in mamillis mutationem ade-
 ptū. Quare qui matris lacte pueri aluntur,
 ij iam nō solūm cōsuetō, verū etiam maxi-
 mē proprio vtuntur alimēto. Videtur autē
 nō modò nutrimentum id natura infanti-
 bus pręparasse, verum etiā facultates quas
 dam naturales, quibus eo vtatur, ab initio
 protinus cōtulisse: quādo si modo natis pa-
 pillā statim in os inseras, & fugūt lac ipsū,
 & deglutiūt prōptissimē. Quin sicubi for-
 tē offendūtur, plorantve, nō minimum iis
 doloris lenimē est, nutricis papilla ori in-
 dita. Quippe tria hęc doloribus infantium
 remedia nutricibus ipso vsu edoctis inuē-
 ta videmus: vnū, quod modò retulimus, &
 altera duo, motum mediocrē, & vocis mo-
 dulationem. Quibus perpetuò vsa, nō so-
 lūm mitigāt, sed etiā somnum cōciliāt, vel
 hoc ipso testificāte natura, ad musicā eos,
 & exercitiā suoapte ingenio esse propēsos.
 Adeò quisquis his artibus probē vti sciet:
 is nimirū & corpus, & animū optimē insti-
 tuet. Nutricibus igitur triplex infantibus
 excogitata dimotio est, in cunis, in lectulis

pendētibus, in suis ipsarum vlnis. Vbi iam hoc aliud quoque nobis æstimandum oritur, ad sanitatis tutelam vel imprimis necessariū: quum Asclepiades planè aperteq; exercitationes dānet; Erasistratus verecundius, timidiusq; decernat, cæterum idē cū Asclepiade sentiat. Reliqui ferè medici nō solum ad euexian, id est bonā corporis habitudinem, sed etiā ad sanitatē eas prædicent.

10 Porro exercitationū tria saltē prima notantur genera, vtiq; quot motionū differentia: quippe aut à nobis ipsis mouemur, aut ab aliis, aut medicamento: horū tamen tertia species ad sanos nequaquā pertinet.

15 Sed qui ab altero præstatur motus, nauigando, æquitando, vehendo, atq; vt paulò antè dictum est, in cunis, lectulis vlnisq; obitur. Recens tamē nati puelli, tam valentē motū quàm est qui vehiculis, nauigiis, equisve præstatur, adhuc nō desiderant. At

20 qui iam tertiū, aut quartū annū agunt, his vehiculo, nauigioq; modicè agitari licet. Septēnes verò etiā valentiora exercitia tolerant, ita vt equitare iam assuescāt. Per se verò moueri tum primū pueris licet, quū iam repere cœperūt, magisq; etiā quū ingredi. Immaturè verò, cogēdi omnino nō sunt, ne crura eorū pondere vitiētur. Sanè

vel hac etate facillè declaratur quāta sit natura

tur

turæ nostræ cū exercitiis societas: quū pue-
ros, nec si cōcluseris loco aliquo, prohibeas
quo minū discurrāt, ac pullorū vitulorūq;
ritu lasciuāt. Quippe sua cuiq; animāti na-
tura satis est ad proprias, cōuenientesq; ex-
citādas appetitiones, quibus sanitatem, salu-
tēq; tueatur. Verū Asclepiades nihil horū
cogitans, per magnū otiiū captiunculas te-
xit, quibus docere conetur, nihil ad bonā
valetudinē exercitia conferre. Verū huic
postea quod par est respondebitur, ceu gar-
rulitate ad finē potissimū taxāda. Est enim
nobis hoc loco propositū, nō sophistarum
nugas refellere, sed quod ad sanitatē tuēdā
cōducatur præcipere. Itaq; ad infantes redeo,
qui optimo corporis habitu sunt, porrò his
animi quoq; mores citra vitiū esse par est.
Qui enim iusto sunt ad irā magis procli-
nes, aut animo planè demisso, aut sensiles
magis, aut insensiles: aut præter modū gu-
losi, hos parū idoneo tēperamento esse iis
partibus, quibus prædictorū singula admi-
nistrant, necesse est, proditū verò de his fu-
sius est in iis libris, quos de Hippoc. Plato-
nisq; placitis scripsimus. Verū qui nunc
propositus infans est, vndecūq; absolutus
est. Huius ergo, sicut nullum ex animi mo-
ribus corrigere, sic eisdē seruare ne quo vi-
tiētur, oportet. Seruatur verò quidq; iisdē
pla

planè generibus quibus corrumpitur. Cor-
rumpitur animi mores praua cōsuetudi-
ne cuiusq; horū, cibi, potionis, exercitatio-
nis, vidēdi, audiēdi, totius deniq; mulices.

¶ Itaq; peritū horū omniū esse eū medicum
oportet, qui sanitatis tuēda curā suscipiet:
nec ea opinione esse, quasi ad solū spectet
philosophū animi mores effingere. Quip-
pe huic ob aliud omnino maius, id mune-

10 ris tribuitur, nempe animi sanitatē: medi-
co verò, ne corpus facilius in morbos dila-
batur, quādo iracūdia, flet⁹, ira, tristitia, cu-
ra immodica, & multę super his vigilię, fe-
bres accēdūt, ac grauissimis valetudinibus

15 initia præbēt: veluti è diuerso cogitationis
mētisq; segnitia, ac animus omnino deses,
decoloratos, atq; ex atrophia, id est nutriē-
di defectu, graciles, ob naturalis caloris im-
becillitatem reddunt: hunc enim calorem

20 præter cætera intra sanitatis fines custodi-
re oportet: custoditur autem modicis tum
corporis, tum animi exercitiis. Qui nanq;
motus modum non seruant, siue ii ex ra-
tionali, siue ex appetitoria, siue ex animo-

25 sa animi parte cientur, si modum nimium
excesserint, biliosum animans reddunt:
si intra modum nimium subsistunt, pitui-
tosum, frigidumq; efficiunt. Quinetiam
priorem habitudinem febres, & qui ca-

lid

Idiotes affectus sunt: posteriorē iecinoris
 & viscerū obstructiones, comitiales mor-
 bi, apoplexiæ: in summa, distillationū, flu-
 xionūq; morbi plerunq; excipiunt. Et nos
 ægros quotānis nō paucos persanauimus, ⁵
 solis animi motibus ad debitū modum re-
 uocatis. Est verò non spernendus huius sen-
 tentiæ testis, ipsum patrium nobis numen
 Aesculapius, qui multas scribi cantilenas,
 mimosq; ridicularū rerū fieri, & melodias ¹⁰
 quasdā instituit iis, quibus vehementiores
 animosa partis motus, corporis tempera-
 mentū iustò calidius efficerent. Aliis qui-
 busdā, neq; iis paucis, venari, equitare, atq;
 armatos exercitari iussit: iisdemq; statim ¹⁵
 tum motuū ipsorū speciē, vtiq; quibus mo-
 tus iniunxit, tum armorū, quibus armatis
 exerceri præcepit, definiuit. Nō enim quo
 pacto exciteretur, erigaturq; animosa pars,
 quū imbecilla sit, præcipere sat habuit, nisi ²⁰
 etiā mensuram eius ab exercitationū idea
 definirēt. Non enim pari modo excitatur
 ea animi portio, vbi cum apris, vrsis, tau-
 ris, & aliis id genus præualentibus robore
 beluis agitādis, sumus attentis: & quū lepo- ²⁵
 rem, capreā, & id genus fugacia ac timida
 sectamur: nec similiter quū in leuī arma-
 tura, & graui exercemur: nec pariter quū
 citato cursu dimouemur, & quū mediocri
 mo

motu agimur: nec vbi cū aliis cōtēdimus,
 & vbi soli agimus: iam clamore, an tacitus
 ad labores inhorteris, irritesq; nō parū sa-
 nē interest. Verū de his latius dicetur in se-
 5 quentibus. Sed infantes qui optimū sortiti
 sunt tēperamētū (de his enim sermo erat)
 non leui cura egent, ne quos animi motus
 immodicos incurrāt. Quippe loquela ad-
 10 huc expertes, ploratu, clamore, iracūdia, &
 inordinato sui motu, dolorē indicant. No-
 strū igitur officiū sit, cōiectantes quid desi-
 derent, assiduē id suppeditare prius, quā
 auctus dolor in nimīū, atq; inordinatum
 15 motū vnā cum corpore, etiā animū ipsum
 vniuersum cōiiciat: siquidē dentiētes, aut
 ab externo quopiā offensi, aut aluū exone-
 rare, aut mēiere, aut esse, biberēve cupien-
 tes, perinde ac discruciatī plorāt, atq; enor-
 20 miter mouētur. Fieri etiā potest, vt frigore
 offensi teporē desiderent: sicuti cōtrā, aestu
 afflicti refrigerationē. Est quādo multitu-
 dinē instratorū nō tolerāt, quippe multos
 offendit id quoque non minimū: maximē
 25 verō quū aut totū corpus vertere, aut etiā
 artus mouere cupiūt. Quin etiā ipsa quies,
 si sit diuturnior, non parū molesta esse so-
 let, quando nulla animans immodico vllō
 delectatur, sed semper mediū modū expe-
 tit. Porrò mediū ipse modus, non vnus

omnibus est, sed ex eorū semper est numero, quæ in collatione ad aliud spectantur. Quocirca qui curā infantis educādi suscipiet, hūc planè vt acré mediocritatis, cōuenientisq; coniectorē esse, ita hæc semper præbere oportet, priusquam ex desiderio cuiusuis auctus dolor, simul cum corpore

† Mendose animū † quoq; in motus immodicos conlegitur in iiciat. Quod siquādo quod infestat, imprudentibus, insciētibusq; nobis auctum esse contigerit, corrigere id tentabimns illico, vel præbito quod expetit, vel sublato quod offendit, etiā motu per vlnas nutricis adhibito, ac vocis modulamine, quo vti prudentiores nutricū cōsueuerūt. Ego nāq; puellulo quodam totū diem irato, ploranteq; ac immodicè se, inordinateq; iactante, nutrice ipsa omnis cōsiliū inope, deprehendi quod offendit. Quippe vt neque papilla in os immissa, neq; à nutrice prolatus, si forte meiere, aut alium exonerare vellet, lenitus est, sed nec quā ab vlnarū agitato reclinari est cœptus: aduerti autē tum lectū, tum inuolucra, tum vestes ipsas sordidiores: præterea puellum ipsum immundum atq; illotum lauare detergereq; iussi, tum lectulum mutare, ac vestem omnē tersam, mundamq; præbere, quibus peractis, protinus ab immodico agitato cōquieuit, illi-

eoq; dormiuit: nō suauissimum modò, ve-
rum etiam lōgissimū somnum. Vt verò re-
ctè cōiicias quæ puello officiāt, nō modò
solertia est opus, sed etiam assidua de ipso
qui nutritur experiētia. Hæc igitur omnia
vsq; in tertiū à natali annū circa puellum
peragēda cēseo: imprimisq; de nutrice ipsa
non minimam habendā esse curam, quid
edat quid bibat, quo pacto in somno vene-

- 10 re, & exercitatione se habeāt, vt videlicet
lac eius egregiè sit rēperatum, quale certè
erit, si sanguis eius quā optimus sit. Por-
rò is talis est, qui nec flaua abundant bile,
nec atra, nec pituitosus est, nec serosus, nec
15 aquoso liquore permistus, nascitur autem
eiusmodi sanguis ab exercitatione mode-
rata, & cibis tum boni succi, tum iusto tem-
pore, modoq; assumptis, præterea potione
tempestiua, modiceque sumpta. De qui-
bus omnibus in his quæ post dicentur dili-
genter agetur. A venere omnino abstinē-
dam esse, quæcunq; lac præbebit, moneo.
Nam & menses viri consuetudine prouo-
cantur, & lac odoris gratiā in deterius mu-
25 tat. Quinetiā aliquæ in vtero concipiunt,
quo alienius à puello adhuc lactente nihil
est. Ita enim quicquid sanguinis est opti-
mum, in fœtū absimitur. Quippe is quam
propriū in se vitæ principium contineat,

† Mendosè
legitur in
græc. cod.
impressis
natia pro
notia

& huius moderamine agitur, & assidue cōueniens sibi alimentū trahit, vtero ipsi veluti radici adherēs, nec vsquā ab eo nocte, diēve discedēs. Interim verò nō minor modò, verū etiā deterior rationabiliter red-
ditur ipsius grauidæ sanguis, quò fit, vt lac ipsum tum peius, tum verò exiguū in mammillas colligatur. Quare si quæ infantē lactat vterū gerit, ego magnoperè suaserim aliā inueniendā nutricē. Cuius etiā lac gustu, odoratu, visu cōsiderādū explorādūq; diligēter sit. Siquidem quod optimū est, id
 † In gra- gustāti, olfacienti q; planè suauē, tintuētū
 co. impres- candidū, æquabile, ac liquidū, crassiq; me-
 sis deest diū apparebit. Quod vitiosum est, è diuer-
 xci. & omi- so, aut crassum, & caseosum, aut liquidū, &
 vobis quod serosum, ac liuidum, tum cōsistentia ipsa,
 habetur coloraq; inæquabile videbitur. Idē gustan-
 in anti- tibus amarorē, aut falsedinē, aut qualitātē
 quis. quāpiam extraneam exhibebit, tale verò
 nec olfacienti, suauē erit, atq; lactis probi,
 improbiq; hæc sunt indicia. Quibus dili-
 genter animaduēsis, quoties vel concepit
 mater, vel morbo aliquo est affecta, ad
 aliā nutricem quæ iudicio, delectuq; pare-
 tur, festinādū censeo. Puellū verò primū
 solo lacte alendū: vbi autē primores dētes
 emiserit, eū solidiori quodā modo iam ci-
 bo assuefacere conueniet, quod etiā expe-
 rien

rientia planè doctæ mulieres faciunt: pri-
 mū panē, mox legumina, ac carnē, & simi-
 lia, omnia prius cōmansa puellorū osculis
 immittētes. Corpus autē infantīū cōfrica-
 5 re oportet oleo dulci: sicut id ipsum rectē
 peragūt nutrices plereq; statim ipfas cor-
 poris partes modulātes, atq; fingētes. Verū
 in eo, quē pposuimus, puero, qui corporis
 statu est optimo, quod ad mēbrorū modu-
 10 lum saltē attinet, nihil est quod curiosa nu-
 trix sit, sed tantū fricet quotidie mediocri-
 ter, ac lauēt, idq; quā fieri maximē po-
 test, lacte in vētriculo minimē adhuc herē-
 te crudo: q̄ppe quod periculū est, ne prius
 15 quā pbē sit cōcoctū, in totū corpus infan-
 tis digeratur: multo verò maximē si quis
 ventriculū ipsum adhuc lactis plenū infri-
 cet, tū corpus crudo alimento implebit, tū
 caput onerabit. Quo magis p̄spiciēdū im-
 20 primis est, ne quid nutrimentī, neq; ante bal-
 neū, neq; ante frictionē puerulo præbea-
 rur, id fiet, si ad hęc administranda nutrix
 post longissimū somnū, tēpus obseruet. Id
 enim maximē tēporis est, in quo vel inanē
 25 planē vētriculū inuenias, vel certē conco-
 ctū, si quid in eo remāsit. Quæ autē, vt ho-
 die fit, faciūt sanē lædunt, aliæ vnū, & cer-
 tum diei tēpus præscribētes, aliæ quū ipsæ
 à negotiis vacēt, tum demū curantes. Quo

fit vt sepius ledi quàm iuari pueros neces-
 se fit: quippe quod à nobis præscriptū tēpus
 est, aliàs in aliud diei noctisve tempus inci-
 dit. Maiorum tamē puerorū, qui videlicet
 plagis, minis, obiurgationi, monitis parē-
 re norunt, ius duplex tū fricandi, tū lauandi
 tēporis occasio est: prior ac cōmodior, quū
 à matutino somno surrexerint, deinde luse-
 rint, ac iam cibum petāt. Tum enim maxi-
 mē vocādi ad hæc sunt, ac corpus quidē ad
 sanitatē pariter, & bonā habitudinem, ani-
 mus ad obsequiam, & temperantiam exer-
 cēdus: internū adumq; nō aliter nos cibū
 præbituros, nisi quantum ipsi velimus, fri-
 ctioni balneoq; se permiserint, atq; optimū
 quidē tēpus hoc fuerit. Quòd si qua occupa-
 tione, qui puellū alit, auocetur, modico
 pane præbito, ludere permittat quātū velit:
 dein quum rursus cibū petierit, tū fricet la-
 uetq;. Minimē tamē bibere ei permittēdū
 post cibū est, quē balneū excipit: quando
 ita præcipitior eorū, quæ vētriculus cōti-
 net, distributio in corpus fiet. Id verò in
 corporibus prorsus sanis cauere oportet.
 quippe quibus vtilius sit ante balneū cibū
 dedisse, horum planē improbādi tum affe-
 ctus sunt, tū corporū status. De his verò in
 sequentibus dicemus, nunc premendū no-
 bis propositum est: nempe vt puellum, cui
 opt

optimè affectum corpus sit, sic educemus, ut talis perpetuò seruetur: huic expedit, ut cibus balneū sequatur. Quèd si, quo loco puellus alitur, balnei copia nō sit (fortasse verò nec ista vnquā legēt) qui ibi habitāt: in concha pueros lauāt, donec alterū iam tertiūve ætatis annū attigerint, qui verò hos annos, excesserint: eos, si non quotidie, at certè tertio quoq; die, quartòve vngunt, atq; infricāt. Quòd si anni tēpus nō prohibeat, stagna, amnesq; his balneis loco sunt. Apud Germanos enim planè ne nutrirī quidē infantes cōtenderim, verū nos neq; Germanis, neq; aliis agrētibus, aut barbaris hominibus hæc prodimus, nō magis equidē quā vrsis, apris, leonibus, aut aliis id genus: sed Græcis, & iis qui tametsi genere sunt barbari, Græcorū tamē æmulantur studia. Nā quis (quæso) nostrū tulerit, modò editum infantulū etiā ab vtero calente, ad flumē deferri, ibiq; (sicuti Germanos aiunt) ceu candēs sit ferrū, in frigidum humorē mergendo, simul de naturæ vigore periculum facere, simul corpus ipsum roborare? Quippe si citra noxam id tolerauit, & quod propriæ naturæ robur ostendit, & nouū prætereà robur ex frigide cōmercio cōparauit, nulli nō patet. Cæterū si ab externo frigore naturalis calor

fit victus : quòd protinus interire necesse
 fit, id quoq; neminè latet. Quis igitur mè
 ris còpos, nec omnino ferus, Scythàve, pro
 priù pignus in id agere discrimè sustineat,
 in quo errorè mors sequitur, potissimùm 5
 quū ex eo periculo nō magnū fit quod lu-
 crificiet: A sino enim fortassis, aut id ge-
 nus experti rationis animanti vtilissimū
 fuerit, dēsum ita tergus durumq; effici, vt
 citra dolorè frigus toleret: homini ratio- 10
 ne prädito cuiñā, quāso, tam magno fit
 vsū: Non enim si quis absolutè, citraq; ex
 ceptionè pronunciet, cutē densissimā, du-
 rissimāq; vtilè ad sanitatē esse, is rectè di-
 cat. Quum nāq; animalis corpori duplex 15
 instet incōmodū, alterū ab externis, alte-
 rum ab interis occasionibus: quorum cer-
 tē rara mollisq; cutis est, ii ab extrinsecus
 imminētibus malis facilè tentātur: quorū
 densa ac dura, ab interioribus. Itaq; etiā Hip- 20
 pocra. vbi de iis præcipit, quæ in nobis ab
 alimēto ad cōmodū, incommodūve ce-
 dunt, post alia multa hæc scripsit: [Raritas
 corporis, ad trāspiratū iis quibus plurimū
 aufertur, salubrius: quibus minus, in salu- 25
 brius. Præstat ergo vtrunq; declinasse ex-
 cessum, nec adeò aut dēsam reddidisse cu-
 tē, vt corporis trāspiratū prohibeat: aut
 ratā vt facilè à qualibet extrinsecus incidē
 31

ti occasione lædatur, Tale porrò natura est propositi nobis hoc loco puelli corpus, quū sit mediū omnis excessus. Est ergo id ea ratione alendū, vt status sui gratiā per-

5 petuò seruet: seruabit autē, si primis quidē annis solo lacte nutrias, ac balneo dulcis aquæ & calētis vtare: quo videlicet corpus eius molle quā diutissimè seruatū, ad plu-

10 iā mitti in ludū est habilis, nō necesse erit assiduis prætereā balneis vti, sed interim dum luctari cōdiscit, mediocriter inibi ante cibum exercitari sat erit, ac balneo plerunq; abstinere. Modū verò in labore ex-

15 cessisse, quod nonnulli pædotribæ pueros cogunt, prorsus alienū est: siquidē intēpestiua duritie corporis inhibetur auctio, etiam si natura sit ad auctū quàm maximè cōparatū. Sanè vinū quā diutissimè, qui ea

20 natura puer est, ne gustare quidē suaserim: quippe quod haustū, & humectat nimiū, & calefacit corpus, tū caput halitu replet iis, qui humido calidoq; tēperamēto sūnt, quale est eiusmodi puerorū. Atqui nec re-

25 pleri his caput est vtile, nec ipsos supra quā par est humidos, calidosq; fieri, quoniā eō iā caloris humorisq; pertuenerūt, vt si paululū vtramuis qualitatē auxeris, iā modū excesserint. Quū autē sit omnis excessus

fugiendus, maximè hunc fugere expedit, ex quo nō corpori modò, verū etiā animo dānū accedit. Quare neq; iā adultis vinū, nisi modicè sumptū, existimandū est vtile esse: quòd videlicet & ad irā, & libidinem præcipites facit, & partē animi rationalē, hebetē, turbidāq; reddit. Cæterū his ipsis ad bilis excremēta vel mitiganda, vel expellenda est sanè nō inutile: nō minimum verò ad eam siccitatē, quæ in solidis partibus, aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio ætatis tēperamēto prouenit. Humectat nanq; ac nutrit quicquid immodicè siccaturū est: tum bilis amaræ acrimoniā mitigat, ac frāgit: præterea per sudores vri-
 15 uasq; vacuat. Pueri verò, ceu qui talē succum minimè colligūt, quiq; naturalē humiditatē plurimā obtinent, vt cōmodorū, quæ vini potio largitur, planè nō egēt, ita incōmoda, quæ affert, tantū sentiunt. Ne-
 20 mo itaq; rationis compos, ea vti potione pueros sinet, quā, præter quān quòd nullū affert cōmodū, immensum etiam sequitur incommodū. At frigida potione omnino prohibendos eos nō censeo, quod tamen
 25 aliqui faciunt: verū à cibo plerunq;, & per calores, quum ipsis cordi erit, vti nō displicet, potissimū verò (si copia eius sit) fontanæ recentis, cui nulla qualitas vitiosa
 aliū

aliunde sit cōtracta: ea si nō est, reliquarū.
 Cauendæ verò sunt quæ ex stagnis hauriū
 tur, & quæ turbidæ, & quæ malè olētes, &
 quæ falsæ, deniq; in quibus qualitas aliqua
 5 gustu deprehenditur: quando quæ optima
 est, ea penitus nō gustui modò horū, verū
 etiam olfactui omnis qualitatis expers vi-
 debitur, eadē quoq; tū potui iucunda erit,
 tum planè pura. Quòd si præcordia quoq;
 10 celeriter transit, nihil est, quod magis ido-
 neam requiras: quando si qua pura,lympi-
 daq; est, nec potu insuaui, nihilo fecius ta-
 men circa præcordia hæret, hæc vitio non
 caret, atq; abstineñdū ab ea cēseo, utiq; quū
 15 prorsus est frigida: cæterū à calefacta non
 deterreo, ac tutissimū quidē fit, experien-
 tia ipsa de eiusmodi aqua iudicium fieri.
 Quòd si quis est, qui ex notis potius vim
 eius prænosse malit: cuius fons è petra sca-
 20 turiēs, cōtra septētriones fluit, solēq; auer-
 sum habet, hāc agrè concoctū iri, tardiūq;
 transitus esse putandū est: eadē nimirū cale-
 fiet, frigesietq; tardè. Cōtrà, cuius ad oriē-
 tē solē fons erūpit quæq; per meatū aliquē
 25 mundū, aut purā colatur terrā, eadēq; cale-
 fit, ac refrigeratur ocysimè: hanc omni-
 atati utilissimā esse existimandū est. Non
 enim sicuti vino, escis, exercitatione, vigi-
 liis, somno, ac venere, aliis aliās uti pro ra-
 tio

tione ætatis expedit: ita de aqua quoq; ſta-
 tuendū eſt, ſed quā nunc optimā indicau-
 imus, hac vti puero, iuueni, ſeni, conducet.
 Idē de aere iudicandū, quē optimū in pul-
 mones trahere, omnibus iuxta ſalubre eſt. 5
 Optimū aērē cenſeo, qui prorsus ſit purus.
 Eiuſmodi verò fuerit, qui nec ſtagni, nec
 paludis halitu ſit infectus, nec ex profun-
 do ſpecu peſtilentē aurā ſpiret, qualis circa
 Sardis, & Hierapolin, aliubiq; terrarū vi- 10
 ſitur: nec qui ex cloacis, quæ urbē, aut nu-
 meroſum exercitum purgēt, vitiū contra-
 xit: nec qui ex animaliū, olerū, aut legumi-
 num putredine, aut ſimo, coinquinatur:
 nec qui ob ſtagnū, vel flumen vicinū, ne- 15
 buloſus eſt: nec qui editis vndiq; mōtibus,
 in cauo loco cluſus, nullū recipit perflatū:
 Suffocans enim putriſq; eſt, ſimilis ei, qui
 in domibus quibuſdā eſt incluſus, in qui-
 bus ob putredinē, & perflatuſ defectū, plu- 20
 rimus aceruatur ſitus. Huiuſmodi ergo
 aēr omni planē ætati eſt noxiuſ: ſicuti ē di-
 uerſo, qui purus omnino eſt, nulli nō ætati
 eſt vtilis. At verò quæ ex calore frigore,
 ſiccitate, humiditate: diuerſitas aëriſ cōtin- 25
 git, nō p̄inde ſe ad oēs homineſ habet, ſed
 corporib; quæ optimo tēperamēto ſunt,
 etiam optimē tēperatuſ aēr eſt ſaluberrim-
 uſ. In quibus verò aliqua exuperāſ quali-
 tas

ras dominatur, iis vtilissimus aër est, qui
 ei qualitati maximè est aduersus, frigidus
 calidæ, calidus frigidæ, humidiori ficcus,
 ficciori quàm par est tãtò humidior quãtò
 5 ficcitas ipsa modũ excessit, atq; hæc quidẽ
 hoc loco intellexisse sat est. Quẽadmodũ
 verò incõmoda, q̃ ex vitiosis aëre aquisq;
 proueniunt, corrigas, alio volumine dice-
 tur. Nunc enim optimũ corporis statũ, si-
 10 mul cũ optima victus ratione, ceu scopum
 ac regulã quandã tractare constitui. Quæ
 enim vitiosa in aliquo corpora sunt, horũ
 varietates omnes, vnã cum idonei ipsis vi-
 ctus ratione in sequẽtibus libris prosequẽ-
 15 mur. Quare rursus ad optimi status puerũ
 reuerũ, secũdũ septenniũ eius explicemus,
 & cuius tẽperamẽti sit, & quõdnã postulet
 victus genus. Ergo tẽperamẽtũ eius (vt in
 libris quos de tẽperamẽtis scripsimus eui-
 20 denter ostẽdimus) calidũ est eodẽ gradu,
 quo prius, humidũ verò nõ eodẽ, quando-
 quidẽ omne animans ab ipso statimortu,
 ficcus in dies efficitur: minimè tamẽ per
 omnes ætates, aut calidius, aut frigidius
 25 euadit. Sed quorũ optimè se habent corpo-
 ra, iis calor similis quodammodo vsq; ad
 summum incrementũ manet: quorũ verò
 humida, frigidaq; supra optimæ cõditio-
 nis corpus sunt, horum calor augetur. Sed
 † non

† Mendose ꝑ nō est nūc de his sermo. Cui verò optimū
 legitur in status corpus cōtigit, is ad quartūdecimū
græc. cod. vsq; annū, iam traditā victus rationē ob-
impresis, seruet: illo tamen in exercitatione seruato
αα δριου modo, vt neq; immodicē se, neq; violēter
λογ exercitet, ne corporis eius id incremēto sit
αα ονκ in mora. Lauetur autē calida potius quam
υβρ λογο. gelida, vt qui nondū hāc citra norā tole-
 rauerit. Hoc ætatis animū quoq; finxisse
 aptissimū est, idq; potissimū probis cōsue-
 tudinibus, & grauibus disciplinis, quæ ani-
 mo modestiā pariant. Quippe ad ea, quæ
 sequente ætate circa corpus eius moliri
 oportebit, maximo cōpēdio sit, animi mo-
 destia, & ad parendū facilitas. A secūdo ve-
 rō septennio vsq; ad expletū tertiū, siquidē
 ad robustissimum corporis habitū proue-
 here hominem cupis, aut militē eum stre-
 nuum, aut luctatorem, aut aliās viribus in-
 signem destinans: vtiq; de iis animi doti-
 bus, quæ ad scienciā, sapientiāq; pertinet,
 minū laborabis. Quæ enim ad mores spe-
 ctant, hac maximē ætate perfici, absoluiq;
 conuenit: sin corporis membra roborare
 hactenus cupis, dum sanū quendā habitū,
 & incrementū iis cōpares, animi verò ra-
 tionalē partē ornare adoleſcentis stude-
 non est vtrobq; eadē victus ratio ex vsu.
 Quanquā etiā tertiā, quartāq; vitæ formu-
 lara

lam licet inuenire, aliis sordidarū cuiuslibet
 artium deditis: idq; vel ei quæ corpus ex-
 erceat, vel alienum ab exercitio id teneat,
 aliis ad agriculturā, vel mercaturā, vel tale
 5 quippiā se conferētibus. Quæ genera tot
 numero sunt, vt difficile certè videatur
 omnes vitę species certo numero cōplecti.
 At ars quidē quæ sanitatē tuendā profite-
 tur, omnibus profectò hominibus sanita-
 10 tis tuendæ documēta pollicetur, aut singu-
 lorū propria, aut omnīū cōmunia, aut hæc
 quæ propria, illa verò cōmunia. Verūtamenē
 fieri nequit, vt de omnibus simul differa-
 tur. sed vt primo loco, quemadmodū quis
 15 ad longissimū pro lata vita, etiā bona va-
 letudine perpetuò vtatur. (Sanè hæc vitam
 ab omnibus quòd necessitate se ingerit ne-
 gotio, liberā esse oportet, ac soli corpori
 vacare.) Secūdo loco, vt de iis, quæ cū arte
 20 aliqua, aut opere, aut exercitio aut ministe-
 rio priuato, publicòve: in summa, quæ cū
 premēte aliquo negotio cōiūctæ sunt, sic
 vtiq; fieri potest, vt de omnib⁹ differatur,
 neq; enim aliter aut dilucidus, aut memo-
 25 ratu facilis, aut certa methodo traditus ser-
 mo noster videatur, nisi hūc ordinē sequa-
 tur. Sed ad id quod primo loco propositū
 est reuertendū, docēdūq; quēadmodū qui
 optimū corporis habitū est nact⁹, ab omni-
 bus,

bus, quæ ad publicū in vita spectāt secedēs,
 ac sibi soli viuens, nec morbo vllō, quoad
 fieri potest, vnquā tētetur, nec ante lōgī-
 simū vitæ tēpus morte occupetur. Immor-
 tale nāq; fieri quod genitū est, planè non
 potest (tamerſi nostri tēporis philosophus
 quidā in egregio scilicet opere illo, in quo
 immortalitatis viam docet, id ostēdere sit
 aggressus.) Vt verò in plurimū perduret tē-
 pus, id verò fieri posse profectò conuenit, 10
 præsertim eius qui optima sit natura. Sunt
 enim qui ab ipso ortu, adeò impropero
 corporis sint statu, vt ne, si Aesculapiū qui-
 dem ipsum ius præfeceris, vel sexagesimū
 annum videāt, sed nō est nūc de his locus. 15
 Quare ad illū potius qui optimo est habi-
 tu reuersi, repetamus ea quæ inter initia
 demonstrauimus, nēpe quod comesse bi-
 bereq; nobis necesse est, propterea quòd è
 corpore nostro aliquid semper defluit. 20
 Quum verò edendū nobis, bibendūq; sit,
 necesse rursus est excernendorū curā, ra-
 tionemq; haberi. Horū verò quum variæ
 sint species, aliæ eorū quæ in ventre perfi-
 ciuntur, aliæ eorū quæ iecinore, arteriis, 25
 & venis, aliæ, eius quod per singula mēbra
 distribuitur alimēti: sanè cuiusq; suā esse
 vacuationē oportet, sicuti id ipsum ab ini-
 tio instituisse naturā videtur, quæ instru-
 me

5
 10
 15
 20
 25

menta animalibus cōtulit, alia quæ excre-
 menta ipsa expurgent ac separent, alia que
 deducant, alia quæ in vnum colligant, alia
 quæ excernant. De quibus omnibus tracta-
 tū nobis fusiū est in iis cōmentariis, quos
 de naturalibus facultatibus, & quos de par-
 ticularum animalis vsu inscripsimus, nūc
 hypotheseos loco præsumenda erūt ad ea
 quæ paramus. Primū nanque excremen-
 tum & à syncero separatur, & paulatim im-
 pellitur per omnia intestina vsque ad satis
 capax spatium, quod in eo intestino visi-
 tur, quod ab argumento rectum vocant.
 Ad cuius exitū musculi quidā sunt inserti,
 qui ipsum coërceāt, intusq; detineāt, ac ne
 immaturè effluat, vetēt. Postea verò quā
 plurimū cōgestū iam grauè animali fue-
 rit, tū foras agi sinunt, ad celeritatē emis-
 sionis etiā abdominis musculis, vnā cum
 transuerso septo, adiuuantibus. Iecinoris
 excrementorū aliud est, quale quod florē
 in vino appellant: aliud, quale quod fex di-
 citur. Attrahitur alterū à vesicula, quæ ieci-
 nori subiicitur, alterū à liene. In his col-
 lecta excernuntur, alterum in priorem te-
 nuis intestini partem: [alterum in ventri-
 culum:] ab hisque iam per omnia intesti-
 na, vnaque cum ficciori alimenti excremē-
 to permeant. Quod autem in venis, & ar-

terius excrementum aceruatur, eiusmodi
 planè est, quale in lacte concreto serù: hoc
 renes à sanguine secernètes, ad vesicã trãf-
 mittunt. Ea porrò id colligit, seruatque ad
 eundem fermè modum, quem de sicco ex- 5
 cremento suprã retulimus. Quippe adna-
 scitur hic quoq; ad exitum ipsùm muscu-
 lus quidã trãsuersus, qui osculũ vesicæ ita
 ad vnguem cõprimit, vt inde nihil effluat.
 Postquã verò huius quoq; collecta iam 10
 copia animal vrget, illico se remittens, la-
 xansq;, statione cedit. Vesica verò omne
 excrementum excernit: rursus hic quoque
 ad celeritatem exitus auxiliãtib; muscu- 15
 lis iis, qui in abdomine sunt siti. Reliquũ
 excrementorum genus, in singulis anima-
 lis nascitur particulis ex ipso, vnde alũtur,
 succo. aliud quidem ceu+ semicoctæ quæ-
 piã reliquiæ, quæ assimilari nutriẽde parti
 nequiuerunt: aliud quod trãsmittendi ali- 20
 menti fuit vehiculũ. Nunc functũ officio
 humidũ tenuẽq; superest, quale nimirum
 ferofum illud iam dictum, quod ex vasis,
 id est venis, & arteriis, in vesicam defluit,
 huic excremẽto nullus certus à natura præ 25
 scriptus meatus est, expellitur tamen par-
 tim actum per ipsa molliora corpora, quæ
 fluentis eius violentiẽ cedunt. potissimũ
 quũ à spiritu, maiore impetu irruente, im-
 pe

¶ Medosè
 legitur in
 Aldi. & ui-
 uer. pro
 & ui-
 uer.

pellitur: partim etiam per exiguos omnes
 corporea molis meatus. *ἰσχυρὸς* Græci vo-
 cant: quorum non modò reliquum cor-
 pus vniuersum, sed etiam tota cutis plena
 5 est. Dictum autem nobis de generatione
 horum est in libris, quos de Tempera-
 mentis edidimus. Ergo tenuissimum hu-
 ius generis excrementum, facile sanè eii-
 citur, partim in speciem halitus ab insito
 10 calore solutum, partim violento motu cõ-
 fertim erumpens. Appellant verò quod
 ita excernitur, sudorem: alterum verò cui
 nullum publicè nomen est, quod videli-
 cet nec vulgò est cognitum, ut quod con-
 15 spectum præ tenuitate effugiat: ab iis qui
 id ratione contemplati sunt, *ἀνασπασίτιον*
 et *διαπνοή* Græcè, id est transpiratio, vel
 perflatus sensum latens, vocatur. In hoc
 20 insensibili perflatu etiam crassioris excre-
 menti nonnihil excernitur: huic autem
 & vehementiore calore, & fluoris impe-
 tu maiore opus est: quum alioqui pericu-
 lum sit, ne ante itineris finem, sistatur sal-
 tem ad cutem. Ab hoc excremento tum
 25 pilis originem esse ostensum nobis est,
 tum verò iis, quæ super omnium cutem
 semper accruantur, sordibus. Ac dicta
 fermè nobis vniuersa sunt, tum genera-
 tionis, tum etiam expulsionis excremen-

torum capita: quæ in aliis nostris operibus, quorum proximè meminimus, euidèti demōstratione asserta, hypotheses opportunæ sunt iis, quæ nunc molimur. Nam quoniam eiici hæc oportet, utpote quæ vitiosa qualitate sint (tamet si Asclepiades reclamet) conuenit, arbitrari, primùm nouisse, quibus maximè causis remorètur: dein rationem iniri, qua nec in ipsas incidatur: ac si quādo inciditur, quāprimùm error corrigatur. Atq; ne incidatur quidem, hinc licet assequamur, utique si excreta abundè sint necne, cōpertum habuerimus: ut verò erratum iam corrigatur, certa methodo est opus. Dicamus itaque primùm à quibus maximè remorentur memoratorū excrementorū singula: mox quo pacto quod retentum est, expediat. Ergo iis, quæ in ventre cōtinentur, excrementis mora contingit, aut ipsius cibi potionisq; culpa, aut ipsius vētriculi vnà cum intestinis. Et cibi quidem potionisq; vitio, aut propter qualitatem eorum, aut quātitatem: ad hæc propter ordinem, utendiq; modū. Et propter qualitatem quidè si acerba, austera, at sicca naturæ fuerunt: propter quantitatem, si iusto plura, aut pauciora sūt assumpta. Ordinis culpa, si quæ sicca astringētia ve sunt, primò, quæ humida, pingua, & dulcia, se-

† Mendose
legitur in
græc. cod.
impressis
ω ποσι-
τερ, pro
ω ποσι-
† τε.

eundo loco sunt sumpta. Modi vsus ratione, si quum bis fuit edēdū, totū semel sumferit. Quæ verò vētris intestinorūmve vitium sequitur excremēti mora, vel ob naturalem eorū affectū accidit, vel certè acquisititium. Ac quæ quidē naturæ eorū vitio causæ proueniūt, ex prauis corporis habitibus aliqui sunt: sicuti, vbi de iis agemus, dicitur. De acquisititiis hoc loco agemus.

Recentium ventris affectionū octo sunt differētix, singulæ ipso genere intēperies: & quatuor quidem simplices, calor, frigiditas, siccitas, humiditas, quatuor cōpositæ, calor vnā cū siccitate, idē cū humiditate, frigus adiūctū siccitati, idem cum humiditate. Sanè eo creuisse magnitudinis harū quamlibet oportet, vt iam inualidam reddiderit impultricē vim, aut vētris tātum, aut gracilis intestini, aut plenioris, aut etiā omniū simul, aut ex his quorūdā.

Creantur porrò eiusmodi intēperies, modo ab iis quæ intrò in corpus sumūtur, modo ab iis quæ foris incidunt. Et ab iis quæ in corpus sumūtur, quum in cibo, vel potione vis quæpiā medicinalis est immista ex earum genere, quæ vel calefaciunt, vel refrigerant, vel siccant, vel humectant, vel vnā calefaciunt & siccant, aliāve quapiam cōnexionē harum qualitarum afficiūt. Ab

† Medosè legitur in grec. cod. impressis πωμασι. i. corporibus, pro πωμασι. i. potioribus.

iis quæ foris incidunt, vel ambientis nos
 aëris vitio, quū is inmodicè calefacit, aut
 refrigerat, aut siccatur, aut humectatur, aut co-
 pula quauis harum qualitatum afficit: vel
 aque qua lauerimus, vel vnctionis, qua vn- 5
 cti sumus, vel denique alterius cuiusquam,
 quod quum foris vetriculo adhæserit, aut
 calefaciendi inmodicè hunc, aut refrige-
 randi, aut siccandi, aut humectandi vim ha-
 buit. His igitur de causis supprimitur ex- 10
 crementa ventris. At flauæ bilis excremen-
 tū moratur aut propter attrahētis, expel-
 lentisve facultatis infirmitatē: aut propter
 vasorū, quibus deducitur, atq; excernitur,
 angustia. Porro infirmitas, tum vesiculæ 15
 totius, quæ iecinori subiicitur, tum eorum
 meatuū, qui ab ea in iecur subeant, tū eo-
 rū, quibus in intestinū huius euomitur, ex
 recenti intemperantia, prouenire potest,
 tali utiq; quali intestinorū vetricisq; impul- 20
 tricè vim lædi diximus. Angustia verò va-
 sorū, aut phlegmonis vitio fit, aut propter
 scirrhus (hi sunt durities quædam nō sen-
 siles) aut obstructionem, aut circumiacen-
 tium partiū innixum, aut oscillorum con- 25
 niuentiā. Iam ipsa proximarū partiū com-
 pressio, aut propter immodicam copiam
 eorū quæ in se cōtinēt, aut propter phleg-
 monē aut scirrhum accidit. Aequè & oscil-
 lor

lorum cōnientia, aut propter horū quip-
 piam, aut etiam siccitatem. Porrò siccita-
 tem accidere faciunt & quæ valēter astrin-
 gunt, & quæ pariter calefaciunt, & siccant.

- 5 Illa nanque humorem exprimēdo, & quæ
 patebant contrahendo, constringendoq̄;
 ac densando: hæc eliciēdo per halitum hu-
 more siccitatem inducūt. Phlegmone nā-
 que, & scirrhus quoniā morbi planè sunt,
 10 ad præsentem disputationem non perti-
 nent, & alioqui de ipsis commodius age-
 tur in sequentibus. Pari ratione atræ bilis † Mēdosè
 excrementum aliquando sistetur, si lienis *legitur in*
 ad amaræ bilis vesicam: vena verò quæ ad *græc. cod.*
 15 illum à porta iecinoris pertinet, ad vascu- *impresis,*
 la illa, quæ amarū excrementū attrahunt: *γλιχρίτε*
 quæ verò ex liene in ventriculum fertur, *ρον, pro*
 ad meatum illum qui amaram egerit, pro- *γλιχρί-*
 20 portione sit affecta. At excrementū quod *τινα.*
 per singulas animalis particulas congeri- *[in græc.*
 tur, & copia sui, & crassitudine, & præterea *codic. im-*
 plentore remoratur: ad hæc ob imbecilli- *presis le-*
 25 tatem caloris, [qui id dissecet soluatque] *gitur λυ's*
 præterea transitus angustiam. Ac copia *ous. Sed*
 quidem, crassitudo, & lētor vel ex cibi po- *melius in*
 tionisque natura prouenit, vel ex recenti *veteri ἀλ-*
 quapiā alteratricis facultatis in eo, qui nu- *λοιούους,*
 tritur, infirmitate. Imbecillitas verò calo- *id est qui*
 ris, qui id excrementū resoluat, actenuet, ab *id alteret.*

exercitandi defectu prouenit, Angustia
 transitus aut ob scirrhum, aut phlegmo-
 nem, aut obstructionem, aut compressum
 alicuius, aut cōnientiam euenit, quorum
 cuiusque originis rationem paulò antè re- 5
 tulimus. Sunt tamen partes, quæ præter la-
 tentes hos meatus alios quosdam apertos,
 & conspicuos obtinent: sicuti cerebrū, &
 oculus. Id autem institutum à natura est
 aut propter eminētiam particulæ, aut pro- 10
 pter actionem exquisitiū obeundam, aut
 propter continentium corporum spissitu-
 dinem. Est nanque cerebrū rationalis ani-
 mæ: ceu domiciliū: quod cū offe soli-
 do vndiq; sit septum, plurimis, maximisq; 15
 canalibus expurgatur: primū per nares,
 & palatū: secundo per vtranq; aurem: ter-
 tiò per caluæ cōmissuras: nec absimile est
 etiam aliquid ab eo, confluere ad oculos.
Oculus verò ipse non tanquam primatum 20
aliquem inter partes obtinēs, sed velut qui
 purus esse omnino postulet, quò videlicet
 probè munus suū obeat, per euidētes mea-
 tus eiicit quicquid in eo excrementi gigni-
 tur: nempe per nares: genasq;. Ergo excre- 25
 mentorum tum causas, tum instrumenta
 iam diximus: quæ quæadmodum quis re-
 tenta expediat, atque euocet, deinceps do-
 cendum, initio rursus à ventre sumpto. Er-
 go

go illud commune omnium excremento-
 rum documentum fit, vt retentionis cause
 cōtrariam causam semper admoueas. Spe-
 ciale verò per singulas hoc, si comestorum
 5 paucitate, & siccitate restricta alius fit, vt
 tum plura, tū humidiora exhibeas. Si siccita-
 tate, plura quidem non offeras, sed humi-
 diora. Si austeritate, & acerbitate, dulci-
 bus, & pinguibus cibus. Quòd si in ordine
 10 sumptorū erratum fit, vt eum errorē corri-
 gas, si quum bis edēdum erat, semel come-
 dit: vt nō bis modò, sed etiam sapius pa-
 scas. Eodem planè modo, & recens cōtra-
 ctas intemperies, contrariis remediis sar-
 15 cias: nempè quod siccatum est humectans:
 quod refrigeratum est, calefaciens: ac reli-
 quos affectus simili ratione corrigēs. Qui-
 bus verò hæc fiant: in iis quæ de medica-
 mentis scripsimus, prodita materia sunt.
 20 At flaua bile retēta, si quidē obstructionis
 culpa id accidat, eo qui extenuet victu vtē-
 dum: cuius materia singulari volumine à
 nobis est tradita. Sin ex compressu id eue-
 niat, qui nimirum fit ob immodicā reple-
 25 tionem eorum corporum, quæ vesicæ fel-
 læ meatibus sunt vicina: si quidem ex cras-
 situdine succi id incidit, extenuante victu
 est vtendum: sin ex multitudine, præfidiis
 quæ vacuent. Quòd si ob phlegmonen,

fcirrūmve id contigit, iā res sanitatis tuē-
 dae profersionem excessit. Sin propter re-
 cēns contractam intemperiem, quacūq;
 victa qualitas est, hāc restituere tentandū.
 Ad eandē formulā, & cōnientiam oscil- 7
 lorum aperire cōueniet. Si ab austeris fa-
 cta est, pinguibus, & dulcibus assumi ius-
 sis: sin iis quæ calefaciunt, & siccāt succes-
 sit, adhibitis quæ refrigerent & humectēt.
 Dicitur & taliū materia in sequētibus li- 10
 bris. Idem expurgādi modus etiam tertio
 excrementorū genere retento, quod per
 singulas animalis partes colligi diximus,
 conueniat. Nā si cōtracta sint, & tanquam
 conuieant meatuum ora, per aduersa iis, 15
 quæ sic affecerunt, succurrēdū est: nempe
 quæ ex frigidis causis ortæ coarctationes,
 constipationesq; carneæ molis sunt, veluti
 quæ ex ambientis rigore corporibus no-
 stris inciderūt, eas calefaciēdo. Rursus eas, 20
 quæ calori, siccitatiq; superuenerūt, veluti
 quæ feruoribus euenerūt, refrigerando &
 humectādo. Pari modo & quæ astringen-
 tium vitio prouenere (cuius generis sunt
 aluminosæ aquæ) has pingui ac molli fri- 25
 ctione, vnā cum dulcis aquæ balneo repa-
 rando. Quōd si vel crassitudinis, vel abun-
 dantiæ, vel lentoris excrementorum vi-
 tio obstructi meatus sunt: tenuatoria vi-
 ctus

Etus ratio his apta erit: præterea medica-
 mēta quæ calfaciūt, ac dillicant, quædam
 intrò deuorata, quædam foris admota: an-
 teq; hæc omnia exercitatio. Nā ea quoq;
 5 tum soluere excrementa potest, tū per su-
 doris meatus eiicere, tantoq; tam cibus
 quàm medicamentis tenuantibus præstat,
 quanto satius est nullo corporis nostri ha-
 bitus incommodo exigi, quæ redundant,
 10 quàm pariter & carne liquanda, & solidis
 extenuandis. Hęc nanq; incommoda cali-
 dis, extenuantibusq; medicamentis succe-
 dunt. Exercitationibus verò adeò nihil ta-
 le succedit, vt etiā firmitas quædam mem-
 15 bris accedat, quū & naturalis ipse calor ac-
 cenditur, & ex partiu inter se attritu duri-
 tia quædam, indolētiaq; cōparatur. Quē-
 admodum verò se aliquis debito tēpore,
 mensuraq; exercitet, ac singularum actio-
 20 num ordine decēti, qualitatēq; vtatur: nūc
 equidem exequi nō statui: sicut nec de ali-
 mēti ipsius tēpore, modo, ordine, qualita-
 te: sed nec de tenuantibus cibus ac potioni-
 bus, nec de iis medicamētis quæ qualitatē
 25 immutāt. Nullius enim horū hæctenus par-
 ticularē vsum diximus, cōtēti summatim,
 & per capita tātū attigisse: verū in sequē-
 tibus libris de omnibus fusiūsetur. Nūc
 in cōpendiū redigere totum opus placuit:

quat

quatenus nulla materia latéret, cuius esse
 peritum deceat, qui omnē sanitatis tuēdæ
 artem profitetur, hunc *ἰγνιστὴν* gręcè voces:
 sicuti gymnasten, qui tantum, quæ ad exer-
 citationes pertinent, callet: quin Erasistra-
 tus quoq; ita eum appellauit. In sequenti-
 bus verò voluminibus dictarū iam mate-
 riarum cuiusque tum tempus quo exhibe-
 bitur, tum qualitatem, tum vsus rationem
 trademus ita, vt non iam materia tantū sit,
 sed sanitatis cōseruādę certa causa. Etenim
 in tribus hisce primis generibus cōsistit sa-
 nitatis tuēdæ studium, æquē ac medendi
 methodus: nēpe corporibus, causis, signis.
 Corporibus quidē, iis quę & sana iam sunt,
 & eo statu seruari debent. Signis verò cor-
 porū accidentibus, ex quibus corpora ipsa
 dignoscuntur. Causæ sunt ex quibus custo-
 dia sanitatis perficitur. Harum materiam
 quatuor generibus iuniorum probatissimi
 sunt complexi: admouendis, educendis, fa-
 ciendis, extrinsecus incidētibus. Et admo-
 uēdorum quidem nomine, cibus, potio, &
 si quid medicamentorum intrò sumitur,
 etiam aër attractus intelligitur: faciendō-
 rum verò, frictio, ambulatio, vectio, equi-
 tatio, denique omnis motus. Quòd si non
 quiuis motus exercitatio est, sed solūm qui
 valentior est, adiiciatur motui exercita-
 tio,

tio, vt sint faciendā, tum motus, tum exercitatio. Referuntur ad hoc causæ genus, somnus, vigilia, & venus. Ex foris incidentibus, primus est circūdatas nobis aër: dein

5 de quæcunq; lauātium vngentiūm vete-
 ti propinquant, etiam si quod medicamē-
 tum sanitatis tuendæ fines non excessit: ve-
 luti sal, myrta, nitrū, aphronitrum, & aqua-
 rum aliquę sponte natarum, & calentium.

† In vete-
 ri græcis
 cod. addi.
 ἄσιστρα-
 λασσι ἐν-
 κόνσ. id est
 aut exer-
 centium se
 in pulue-
 re.

10 Educendorum verò materia prædicta pau-
 lò supra est. An verò quatuor illis gene-
 ribus, rectè ex aduerso diuisio causarum
 generis fit facta, nò facillè dixerim. Quum

15 dis, faciendis, & incidentibus alterari, im-
 mutariq; corpus dicere. Mutationem ve-
 rò aut in qualitate fieri: aut quantitate. In
 qualitate, dū aut incalescit, aut refrigera-
 tur, aut siccescit, aut humectū redditur. In

20 quantitate, dum alitur, aut inanitur. Iam
 inanitionem ipsam, duplicem quoq; esse:
 alteram excrementorū, de quibus mox di-
 ximus: alterā naturalis substantiæ nostræ
 assiduè defluētis, quæ nutritioni ex aduer-

25 so opponitur. Notasse hoc loco operepre-
 tium fuerit homonymiam, quam Hippo-
 crates in opusculo de nutritione distinxit
 his verbis: [Alimentum aliud est quod nu-
 trit, aliud quod quasi est nutriens, aliud,
 quod

quod nutriturum est. Quippe ei, quod prima significatione alimentū. siue nutritio est, substantię ipsius fluorē rectē opponas. Ei verò quod in secūda significatione accipitur, tū hæmorrhagiā, id est sanguinis profutū, tum vno verbo omnē sanguinis inanitionē. Ei verò quod tertio significato dicitur, vomitum, & lienteriā, id est intestinorum leuitatem. Verūm de talibus diuisionibus statuere, pro arbitrio cuius liceat. Quisquis autem propositam artē ritē administrabit, hūc omnis materiæ, quæ ad salubrē victus rationem pertinet, vires habere cōpertas est necesse: quando hinc demum dexter eius oritur vsus. Cōtingit autem dexter eius vsus, vbi opportunum cuiusque tempus, ac modum quis inuenierit. Quare huc potius censeo properandum, quàm prauis opinionibus refellendis immorādum. Sed quoniam satis verborum primum hoc volumē continet, claudetur hoc loco: quod reliquum operis est, in cæteris exequemur.

*



CLAVDII GALE

NI DE SANITATE

TVENDA LIBER SECVN-

DVS, THOMA LINACRO

ANGLO INTER-

PRETE.

Quæ in secundo libro de tuenda sani-
tate habentur.

15 *¶* Eum qui optimam corporis constitutionem
fortitus sit, & vitam liberam degat: quid age-
re oporteat.

De frictionum differentia.

20 Quo in loco fricari opus sit atque exerceri sin-
gulo quoque anni tempore.

Quæ sint exercitationum differentie.

Florenti ætati venerem præcipuè conuenire, non
eis quæ antè vel post sunt ætatibus.

25 Quid sit id, quod Græci apotherapiam appel-
lant.

Quid sit durum, & molle in corporibus, & ra-
rum ac densum in meatibus.

Exercitationum species, & quæ exercitationes
quibus partibus corporis vsu sunt.

Art



ARTIS QUAE DE SANITA-
 te tuenda instituitur: summas,
 scoposq; proximum volumen
 edocuit: nūc singula membra-
 tim distinguere tentandum, initio rur- 5
 sus ab iis sumpto, in quibus proximus li-
 ber est finitus. Proponatur itaque nobis in
 hoc libro saluberrimæ naturæ puer: qui
 iam tertium ætatis suæ septennium ingre-
 ditur: cuius corpus effingere componere- 10
 que: quoad fieri potest, quam optimè pro-
 positum sit. Ac primum hoc ipsum defi-
 niendum, quid sibi velit quod adiecimus,
 optimè: vult autem nimirum illud. Ve-
 luti corporum ipsorum numerosa sanè 15
 diuersitas tradita est: ita vitæ rationum
 quibus viuimus, species sunt diuersæ. Er-
 go fieri nequit, vt in qualibet proposita
 vita, optimam corporis nostri curam ad-
 ministres, sed quæ cuique optima sit, hanc 20
 vtique licet, quæ absoluto sermone opti-
 ma sit, in omni exequi vita non est. Nam
 maxima hominum pars implicitam ne-
 gotiis vitam agit, quos etiam lædi ab iis,
 quæ tractant, est necesse: nec tamen mu- 25
 tare conditionem licet. Alii etiam per ino-
 piam in eiusmodi vitæ sortem incidunt,
 alii seruitute, quam aut parentibus hære-
 ditariam acceperūt, aut aliàs per vim ali-
 quam

quam capti, raptive, quas solas esse seruitu-
 tes vulgus æstimat. Mihi verò & qui am-
 bitionis, aut cuiusvis cupiditatis gratia, ne
 gotiis impeditā vitam delegerunt, quo mi-
 nus corpori curando vacare queāt, hi quo-
 que seruire vltro dominis, & quidem pes-
 simis videntur. Quare his optimam pror-
 fus corporis curam scripisse, superuacuum
 fit. Verum si quis planè tum animo, tum
 verò optione sit liber, huic præcepisse fas
 est, quemadmodū & sanitate plurimū frua-
 tur & morbis minimè tētetur, & cōmodissi-
 mè, citraq; molestiā senescat. Quin etiā sa-
 nitatis tuendæ methodus, sicut alia planè
 quælibet ratio, viaq;, eiusmodi docēdi inī-
 tiū postulat. Siquidē quod simplex inculpa-
 tūq; est in omni genere, id ceteris omnibus
 quæ nec simplicia sunt, nec culpa vacāt, ceu
 regula quædā præponi postulat. Sanè sim-
 plex, inculpatūq; in corporibus quidē est,
 quod optimo est habitu: in vitæ generibus,
 quod omnino liberū est. Primū igitur hoc
 libro duo hæc cōiuncta tractemus: deinde
 cuiq; vitioso corporis statui, vita libera sit
 adiūcta. Mox optimæ corporis cōstitutio-
 ni singulæ, seruilis vitæ species copulentur.
 Postremò vitiosos corporū habitus, cū ser-
 uilibus viuēdi generibus maritabimus, si
 quidē plenus nobis, absolutusq; sermo fu-

turus est. Quódnam igitur propositæ artis
 initiũ cœperimus, ad eius tutelã corporis,
 quod & optime sit notæ, & tertiuũ etatis se-
 ptenniũ iã ingressum, & ceteris post habi-
 tis omnibus, vni corporis curæ vacet? Mihi
 sanè videtur id quod ab Hippocrate tra-
 ditũ est, tũ in aphorismis, quũ ait [Labor ei
 bum præcedat] tũ in popularium morbo-
 rum sexto volumine, vbi ita ad verbũ præ-
 cipit [Labor cibus, potio, somnus, venus,
omnia mediocria] Nam & modũ ipsum
 singulorũ definiuit, addito ad finẽ dictio-
 nis epitheto, mediocria: & tempus equè si-
 gnauit, ipso sermonis ordine. Quippe sani-
 tatis tutelã à labore est auspicandũ quem
 excipere debent cibus, potio, deinde som-
 nus, mox venus, in iis videlicet quibus ve-
 nere est vtẽdũ. Nam reliqua certè omnia
 cuiusq; etatis sunt cõmunia: Venus etate
 tantũ florentiũ est, vtiq; quo tẽpore etiam
 eius vsus est. Quæ enim hãc vel præcedũt
 etates, vel sequũtur: aut planè semen non
 effundunt, aut certè infœcundum, aut malè
 effundunt, aut certè infœcundum, aut malè
 venere in suum locũ differatur. A labori-
 bus verò ordiendũ: illo ante omnia discuf-
 so, an idẽ sint, labor, motus, & exercitatio:
 an labor & motus idem, aliud verò ab his
 exercitatio: an motus res diuersa, labor, &

† Medose
 legitur in
 Aldi. 8. d. 3.
 2. c. pro
 3. d. 3. a. 9.

exercitatio neutiquam differant. At mihi quidem non quivis motus, exercitatio videtur, sed tantum si quis vehementior est.

Quoniam autem eorum, quæ ad aliquid dicuntur, est quod vehementius dicitur, fieri potest, ut idem modus alteri sit exercitatio, alteri non sit. Terminus igitur vehementiæ esto, anhelitus alteratio: quando in quibus nulla sit anhelitus mutatio, hos nondum

exercitationes vocamus. Quod si quis maius, celeriusve, aut crebrius iam ex motu aliquo respirare cogitur, huic certè tantus motus exercitatio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio vocatur, proprie verò à loco græcè denominatur, quem gymnasium ipsi appellant. Is locus est in publica aliqua urbis regione extructus, quo vngendi fricandi, luctaturi, discum iacturi, aut tale quippiam facturi, confluunt. Laboris appellatio idem mihi significare videtur, cum priorè significatione nominis gymnasii, siue exercitationis, nempe communi illo, quod prædiximus: quippe quum & qui fodiunt, & qui metunt, & qui equitant, non laborant modò, sed etiam exercitentur, communi saltè exercitationis appellatione. Et de nominibus quidem ita nobis determinatum sit, atque ad hæc significata, omnis mihi deinceps sermo inaudiatur, nec tamen

si quis est, qui aliter uti velit, prohibeo: quando non huc de recto nominum usu disputaturus accessi, sed quemadmodum sanitas custodiri maxime possit. Ad id vero quum percommodum erat de exercitatione, labore, omni denique motu distinguere, non significatus definire sum coactus. Atque exercitationis commoda, etsi in priore volumine tradita sunt, non inutile tamen si hinc quoque paucis ea denuo repetere: quando ea non solum scopus, sed etiam veluti iudices sunt, omnium, que sigillatim in exercitationis arte geruntur. Fuere autem arbitrator, genere duplici: hanc quidem ad excrementorum [inanitionem: illa] ad euexian,

† *Solidarum partium nam grecus co-dex habet eis autem τῶν σωματικῶν τῶν ἐπιεικῶν.* id est commodam corporis habitudinem efficaciam. Nam quoniam vehementior motus exercitatio est necesse quidem est, tria hanc ab ea perfici in corpore exercitando: membrorum duritiem ex mutuo ipsorum attritu genuini caloris augmentum, & spiritum citatiorem motum. Sequi vero hanc reliqua omnia priuatim commoda: quae corpus exercitiis accepta refert, utique ex membrorum duritia, tum ut minus ex labore afficiantur, tum ad labores robur. Ex calore, tum deducendorum in corpus validum attractum, tum immutationem magis expeditam, tum nutritionem magis felicem

- cem, tum* vt singulæ corporis partes sint * *Græ. le-*
 (vt ita dicam) perfusæ. Cuius affectus be- *gitur. καὶ*
 neficio, & solida mollescere, & humida *χρόσιρ ἄ-*
 tenuari, & exiguos corporeæ molis mea- *πανταρ*
 5 tus, laxiores fieri accidit. At ex spiritus va- *πρωμαε*
 lētioe impetu, & purgari hos omnes mea- *των ἐφ᾽*
 tus necesse est, & excrementa expelli. At *χρόσιρ, id est*
 qui si exercitatio hæc præstat, haud diffi- *τις omnium*
 cilè sanè sit, tempus vtendæ eius statuisse. *corporis sit*
 10 Nā quoniā digestionē in corpus adiuuat, *sionem. ἀ*
 non debet quū administratur, crudi inco- *quafusioe.*
 ctiq; cibi, aut succi multitudo, vel in ven- *† Mendosè*
 tre, vel in vasis contineri: vnde periculum *legitur in*
 sit, ne prius, quàm per maturā cōcoctionē *codice.*
 15 utilis sit, in omnes animalis partes † rapia- *Aldi. ἐλεϋ*
 tur. Quoniā verò & exiguos meatus ex- *χθῆνοι, ρ*
 purgat, & excrementa expellit: vtilius est *ἐλλθῆνοι.*
 ante comedendū eā adhiberi. Siquidē que
impura corpora sunt, atque ab extremen-
 20 tis parū purgata, hæc quò magis nutries,
magis lædes. Ex his itaq; patere arbitror,
tum esse ad exercitacionē cōmodissimum
tēpus, quum hesternus cibus duplici cōco-
ctione iam prorsus sit cōfectus, & ea, quæ
 25 in ventre, & ea, quæ in vasis sanguinis agi-
tur, ac iā denuo cibadi tēpus instet. Quod
 si, aut prius, aut posterius exercitacione
 vtete: aut crudis hominem impleueris, aut
 pallidæ bilis prouentum auxeris, sanè hu-

iusce temporis nota color est vrinae. Quae enim aquae speciem praefert, crudum adhuc in venis esse indicat succum eum, qui a vetre submittitur: quae vero rufa, biliosaque est, iadudum coccoctum esse huiusmodi succum. Quae modice pallet, peractae modo secundae coccoctionis est signum. Quum namque bili infecta vrina nondum est: aquae speciem, alborumque praefert: quum vero plus iusto eius bilis acciperit, rufa cernitur. Ergo quum mediocriter est rufa, mediocriterve pallens, tum est exercitatio adeunda: sed expulsis prius excrementis, quae vel in vesica, vel in inferioribus intestinis continetur. Verendum enim ne quid ex his in habitum corporis rapiatur, corruptum videlicet caloris vi, qui per exercitationem accenditur. Ergo si quis posita iam veste, protinus ad valentiores motus accedat prius, quam totum corpus molliatur, & excrementa extenuentur, & exigui carnis meatus laxentur, timor est solidarum quampiam ruptum, aut conuulsam iri. Timendum praeterea est, ne excrementa spiritus impetu impulsa praedictos meatus obturarent. Sin sensim prius calefaciendo, & solidas ipsas praemollieris, & humores tenuaueris, & exiguos meatus laxaueris: nullum periculum nec rumpendi alicuius, nec obstruendi exercitatio impendebit. Vt ergo

hac

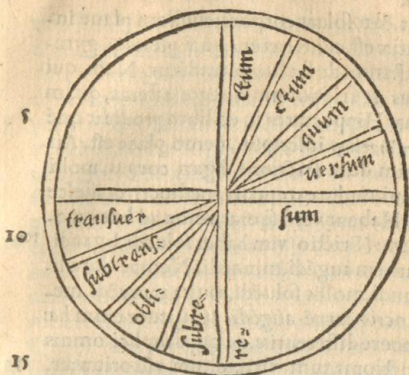
hæc fiant, oportet lintheolo totum corpus mediocriter fricâdo prius calefacere, mox oleo fricare. Neque enim protinus accedendum ad pingue censeo, antè videlicet quàm cutis incaluerit, & meatus laxentur, & (vt semel dicâ) quâ præparatū, aptumq; corpus sit ad oleum capiendū. Ei rei satis omnino sunt pauci manuū circumactus, qui nullo compressu sint graues, & modicè celeres, huc demum veluti ad metā directi, vt corpus citra cōpressum calefaciât: si quidem peractis his, cernere licebit floridum ruborē per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue inducendum, & nudis

15 manibus, quæ mediū inter molle, durūq; modum seruēt, infricandū, quatenus neq; coactum, constrictumq; corpus sit, neque vltra quàm par est laxam remissūq; fiat, sed legitimum naturæ modum seruet. In-

20 fricandum verò primo contrectatu blandiùs: inde sensim paulò fortius, eatenus auctā semper ad valētius frictione, quoad iam carnem manifestè premat, citra tamē læsionem: haudquaquam tamen tam va-

25 lida frictione diu vtendum, sed semel, aut bis in quaque parte. Quādoquidē non eò ad hunc modum fricatur huius pueri corpus, vt iam duretur, quū id iam ad exercitationem producimus: sed potius quò tum

promptitudo ad functiones excitetur, tū
 robur intrò reuocetur, ac raritas, laxitasq;
 quæ mollem frictionē consequuta est, cō-
 stringatur ac cogatur. Quippe medio tem-
 peramēto seruari huius pueri corpus oportet, nec
 vſquam durū + mollēve effici, ne-
 siccum le- cubi naturale eius incrementū inhibeatur. At procedente tēpore, vbi iam adole-
 uit, tum verò duriore frictione vtetur,
 prætereà frigida ab exercitando lauatio-
 ne. Verū de his post agendū. In præparato-
 ria verò antè exercēdū frictione, quæ huc
 spectat, vt corpus molliat, mollis duræq;
 mediam qualitātē dominari oportet, ac,
 pro eiufdē qualitatis ratione, quicquid re-
 liquum est exigi. Variæ autē quàm maxi-
 mē ex manuum iniectu, circumactuq; fri-
 ctiones esse debebunt: nec supernè modò
 deorsum, aut infernè, sursum adhibite, sed
 etiā tum in subrectum: tum in obliquum, 20
 tum in transuersum, tum in subtransuer-
 sum: Voco transuersum, quod recto est
 contrariū, id græcè *εγκάρσιον* appello. Sub-
 transuersum verò, quod paululum ab hoc
 in vtrāque partem declinat, quod *σιμῆρ* di- 25
 co. Rursus subrectum, quod à recto paulu-
 lum vtroq; rursus recedit. Obliquū, quod
 recti, transuersiq; planè est medium, illud
πλάγιον, hoc *λίγον* græcè nomino.



Quinetiã $\eta\sigma\iota\phi\iota\mu$, aut $\alpha\nu\acute{\alpha}\eta\sigma\iota\phi\iota\mu$ græcè di-
 cere, nullū discrimen faciet, modò ne la-
 teat $\alpha\nu\acute{\alpha}\eta\sigma\iota\phi\iota\omega\varsigma$ nomē veteribus vsitatus,
 20 $\eta\sigma\iota\phi\iota\omega\varsigma$ recētoribus magis vsurpari. [nos *Non est in*
 latinè frictione, frictu, perfrictione, pro- *græco.*
 miscuè legētū veniã vtamur.] Variū autē
 fieri manuū tum iniectū, tum circūactum
 velim, quò videlicet vniuersæ, quoad fieri
 25 potest, musculorum fibræ omni ex parte
 fricentur. Siquidē eius sentētix esse, quasi
 transuersa frictio (quam etiã rotundā ali-
 qui vocant) duret, denset, contrahat & cō-
 stringat: recta cōtrā rarefaciat, laxet mol-

liat, & resoluat corpora: eiusdem planè in-
 scitiæ est, cuius cætera, quæ plerisq; gym-
 nastarum de frictione traditur. Nam qui
 plus de frictionum virtute afferat, quàm
 quæ Hippocrates in eo libro prodidit quæ
 κατ'ἰν'ἰστίον inscripsit, nemo planè est. Ait
 enim dura frictione ligari corpus, molli
 solui, multa extenuari, mediocri crassescere.
 Habent verò se eius verba ad hunc mo-
 dum: [Frictio vim habet soluēdi, ligandi, 10
 carnem augēdi, minuēdi. Nempe dura li-
 gandi, mollis soluēdi, multa minuēdi, me-
 diocri carnē augēdi.] Quatuor enim hæ
 genere differentiæ, ex quadruplici omnis
 frictionis, tum virtute, tum vsu oriuntur. 15
 Quòd si medias quoq; harum, quæ vnà cū
 iis intelligendas se exhibent, annumeres,
 sex in vniuersum differentiæ existent. Vn-
 denam igitur plurimas neotericorū gym-
 nastarū succurrit, tam numerosas frictio- 20
 num differentias prodere, quas vel nume-
 ro cōprehendere facilè nō est. Non aliunde
 certè, quàm quòd logicæ cōtēplationis
 planè expertes, cum propriis frictionum
 differentiis, externa, alienaq; imprudētes 25
 nonnūquam cōtundunt. Interim etiā illa
 quibus singulæ frictiones peraguntur,
 adiiciunt, interim tum iustas ipsas inter se
 frictionū differentias cōnectūt: tum verò
 cum

rum his, etiã quas ipsi perperam excogitarunt. Quñ enim dicant frictiones inter se distare, quòd aliã sub dio fiãt, aliã sub tecto, aliã in admista vmbra, rursus aliã in perfato loco, aliã in tranquillo: item aliã in calido, aliã in frigido, aliã in sole, aliã in balneo, aliã ante balneũ, aliã in palãstra, talemq; catalogum faciunt: sanè non proprias frictionũ differẽtias afferunt, sed ea, sine quibus qui fricatur esse nõ potest, inculcant, quippe quẽ necesse omnino est, in aliquo terrarũ loco esse. præterq; locũ, vel æstate, vel hyeme, vel alio anni tẽpore. Quum verò ita dissidere dicant inter se frictiones, quòd aliã cum copioso oleo, aliã exiguo fiãt, aut prorsus sine oleo, idq; vel manibus tantũ, vel etiam cũ puluere, vel per lintheum, atq; hoc vel asperũ, vel lenẽ: causarum planè, quibus frictio dura, mollisve efficitur, enumerationẽ faciunt. Ex quo nimirum causarum est genere, & quòd ipse fricantiũ manus durã, aut molles sint: item validè premãt, blandève sint admotæ. Tertia species quam afferunt hi, qui multas frictionũ differẽtias autumãt, inde nascitur, quòd omnia iã dicta inter se per coniugationes quasdã copulãt. Qui itaq; ex his, aut externas rerum circumstãtias, aut verarũ differentiarũ causas inter se

se copulant, facile deprehenduntur parū rectē sentire. Qui verò ex propriis, & synceris differētiis coniugationes necūt, horū non adeò facile deprehenditur error, imo nonnulli sapientiæ quoq; laudē retulerūt, Hippocrate ipso plus aliquid inuenisse crediti: quorū est Theon gymnastes, qui rectiūs quàm Hippocrates sensisse de frictione est visus. Nā quū is in modo cōprehensio verbis, in ea differētia quæ ex qualitate spectatur, mollē, & duram: in ea verò quæ ex quantitate, multam, & mediocrem collocet. Theō qualitatis quātitatīve minimē faciendā mentionē seorsum censet, scribens cū alibi, tum verò in tertio gymnasticorum hunc in modū: [De frictione

† Mendosè præcipientes, † placet quātitates semper cū
legitur in qualitātibus coaptandas esse. Per se nanq;
græc. codi. imperfectiores sunt, quàm vt aliquis suc-
impressis cessus ex ipsis proueniat, quippe mollis fri-
απλοκε ctio pro quātitatī modo, triplex opus effi-
pro αφι- cit. Pauca enim leuiter carnē remittit, ac
κε. facile contrectabilē siue tactu mollē red-
 dit: multa euaporat & liquat: mediocris la-
 xa & fluida carne implet. Simili modo du-
 ra pro quantitatī ratione, totidem numero effectus reddit. Multa nanq; adhibita, contrahit, cōstringitq; corpora, & phlegmone persimile quippiā relinquīt: medio-
 cris

eris implet imminuta, & euidēter circun-
 scripta expressa; carne: exigua verò in
 summa cute ruborē ad tēpus excitat. Nō
 censet autē de dura per se & seorsum quic-
 5 quam gymnastæ præcipiēdū, sed ei quāti-
 tatē adiungi debere, si quis paulò cōmo-
 dior ex artis opere successus sit futurus. Pa-
 ri modo nec de molli, per se seorsum quic-
 10 quam nūc tradendū existimat. Neq; enim
 adhiberi vsquam posse mollē frictionem
 tātū, & quæ nec multa, nec exigua, nec me-
 diocris sit. Deinde memorat quæcūq; per
 coniugationem in corporibus nostris na-
 15 turaliter efficiunt: utiq; paucam cū molli
 remittere leuiter, & mollē reddere pronū-
 tians, vbi aliud planē nihil quàm quod
 Hippocrates verbo soluere significauit,
 aliis verbis interpretatur. Quippe laxare
 carnem, & mollē reddere, quid aliud est,
 20 quàm soluere quæ colligata, & coacta fue-
 re? Adiecit verò sermoni, leuiter, siue quo-
 dam modo, nō genus actionis immutans,
 sed quantitātē eius definiens. Mollit enim
 quum exiguē adhibetur eiusmodi frictio,
 25 quandoquidē si amplius sit adhibita, mol-
 lit quidem & tunc: cæterū largius. Quod
 ergo nec magnopere, nec mediocriter, sed
 exiguē remittit, mollitque corpora, exi-
 gua ac mollis frictio, per verbū illud leui-
 ter,

ter, quod adiecit, declarat. Ne hinc quidem per hoc saltem, his quæ Hippocrates præcipit, quicquam tradens magis amplum, æquè nec quum mediocrè, & mollè adde-re corpori, inquit, laxam & fluidam carnè. 5 Nam quoniam mediocris idcirco carnem augebit: quoniam mollis, soluet, hoc est planè molliet: id quod tantundem est, ac laxam & fluidam carnè efficere. Erat autè huius officium, sicuti de his rectè præci- 10 pit, sic & quum de multa simul & molli di- sputat, non id modò dicere, quod halitu digerere, ac liquare potest, sed qualem etià carnem relinquit, apponere. Non enim ritu ignis vniversam substantiam exhau- 15 rit liquatq; , sed aliquid omnino relinquit. Id igitur quod relictum est, qualenam de- mum specie fit, adiectum (arbitror) ser- moni oportuit, neque tantum multæ fri- ctionis proprio effectu posito, mollis opus 20 omissum. Quòd igitur multa euaporat, etiam ab Hippocrate prius dictum est. Ve- rùm non absolutè de multa Theon sermo- nem instituit, sed per cõiugationè docen- dum esse censuit, utiq; à prima auspicatus, 25 nempe exigua & molli: post secundã ag- gressus, mollem & multam: inde tertiam memorans, mollem scilicet & mediocrè. Sicuti igitur in prima cõiugatione & ter-
tia,

2tia, proprium qualitatis effectū non dissi-
 mulauit, ita nec in secunda suppressisse eū
 decuit, quin hīc quoq; docuisset, multam
 simul, & mollem frictionem, non modò
 5 euaporare, sed etiam mollem carnē redde-
 re. Nisi fortè id quod liquare dixit, pro
 mollire audiendū est: atque ita quidē ve-
 rum sit, quod dicit. Cæterum sic nō modò
 Hippocratis doctrinā nō accusat, sed mul-
 10 tō maximè confirmat. Etenim si mollis
 frictio semper molle, tenerumq; corpus
 reddit, siue ea exigua, siue multa, siue me-
 diocris sit (tum illi ex quantitate aliquid
 accedit diuersum) inseparabilis planè à
 15 molli frictione erit molliendi facultas: si-
 cuti à dura certè vis durandi, coquēdi, cō-
 stringendi, ligādi, densandi, aut tactu du-
 ram reddendī, aut quomodocunq; aliter
 eandem rem interpretari malis. Quippe
 20 primum & proprium nomen, ita affectæ
 carnis est duritia, vt eius, quæ diuersæ affi-
 citur, mollities: quanquam etiam reliquo-
 rum quæ dixi nominū, quolibet vti licet.
 Et rationem quidē cur tam variis nomi-
 25 nibus vnā interpretari rem liceat, paulò
 post apponemus. Nunc quoniam contro-
 uersa res non est, causam eius ad præsens
 saltem differamus. Quòd autem mollem
 frictionem necessariò cōsequitur, vt cor-
 por

pora molliat, id planè clarū ex iam dictis
 est. Nā si nec qui multa ea, nec qui exigua,
 nec qui mediocri vsus fuerit, durum vn-
 quam corpus reddiderit, perspicuū est mol-
 liendi vim nusquam ab ea seiungi, sicuti
 nec à dura, colligendi & durandi. Quippe
 quum hāc quoq; siue paucā, siue multam,
 siue mediocrē adhibeas, nunquā quantita-
 tis illius ratione corpus mollias, sed sem-
 per duritati plus minúsve adicies, scilicet
 vberius perfricās plus parcius verò, minus.
 Quòd si paucis omnino, durisq; frictioni-
 bus cōtētus fueris, duritia quoq; pro por-
 tione respondebit. Sicuti enim qui igni se
 admouit, semper calefit, siue exiguo tēpo-
 re id facit, siue diu: sed magis, qui diutius
 appropinquat: minus, qui breui spatio: mi-
 nimè verò, qui tātū accessit: ita in frictio-
 ne quoq; corpus semper pro ratione affici-
 tur: à molli, emollitū: à dura, duratū: nō ta-
 mē pari semper mēsurā, sed à pluscula, ma-
 gis: à parciore, minus: à plurima, maximè
 à minima, minimè. Theon ergo quum de
 molli, simul & copiosa frictione disputās,
 euaporare, liquareq; eā dixit (siquidē p li-
 quare verbū tīnānre intelligit) aliud planè
 nihil significauerit, q̄ euaporare: quare
 bis idē dixerit, prætermiserit autem quod
 necessariò fuerat addēdū, nēpe eum affe-
 ctu

† Mendose
 legitur in
 grec. cod.
 impressis.

Etū, qui ex molli frictione in corpore re-
linquitur: sin mollire, soluere, remittere, *est moue-*
aut aliud quippiā eiusmodi dicere velit, sic *re, pro re-*
fanè, reliquerit quidem nihil: ceterū ea, *ut in, hoc est*
quæ Hippo. sunt, minus idonea docēdi ra- *enacuare.*

5 tione explicasse deprehenditur. Quòd ita-
que eiusmodi docendi modus deterior sit,
eo quo vsus Hippocra. est, paulò pòst ostē-
dā. Quòd verò si liquare pro eo, quod est

10 mollire, accipit, nihil his quæ Hippocrates
antè prædixit, amplius prodidit, planè ma-
nifestū est. Nā quum ille præcipiat mollē
soluere, multam extenuare, quis nō facile

15 eam, quæ ex molli multaq; pariter cōposi-
ta sit, extenuare simul: ac mollire? Verūm
nō videtur ita sensisse Theon: sed quod in
primo gymnasticorum vnico verbo exte-
nuare dixit, id in tertio duobus extulit, nē-

20 pe euaporare, ac liquare. Habent verò se
eius verba in primo ad hūc modū: [Con-
trariarū verò, mollem, quidē si multa sit,
extenuare corpora: sin mediocris, carne
implere, utiq; delicata & fluida.] Aptè em̄

25 hoc loco, mollē simul, & multā frictione
extenuare corpora confirmat. Quòd au-
tem necesse fuerat, non solum multæ fri-
ctionis propriū effectum, sed etiam mol-
lis tradere, ipse quoque Theon per ea, quæ

subiecit, ostendit: in quibus quum de dura præcipit, cōstringere multam, coartareq; & phlegmone simile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita possedit, id copiosius adaucta, magis obtinuit. Omnes ergo duram mediocriter adhibitam, dura carne implere fatetur: ita ut è diuerso, mollem mediocriter adhibitam ipsam quoq; carne implere, sed ea molli. Accidit verò Theoni, quum de molli si- 10 mul, & multa frictiōe sermonem faceret, nullum mollis effectum prodidisse, rursus

† *Græci* quum de multa simul & dura, nullū duræ
di. habent exposuisse. Nam si liquare, inanire, & di-
μολιπνός gerere, pro eodem accipit: de multa quidē 15
τροχός. aliquid dixerit, de molli planè nihil: quē-
idest, nul- admodum etiam in eo, quod de dura, mul-
lū multa. taque scribit, duram quidem constringe-
re, liquare, & phlegmone aliquid per simi-

le facere affirmat, quantitatis verò planè 20 nihil meminit: tamen si par fuerat, de hac quoque aliquid dixisse: nam illud confessus est, si mediocriter sit adhibita, obesitatem facere. Quid igitur efficiet multa, si

† *In græc.* † *supra mediocrem sit adhibita, prorsus e-* 25
est vera nim aut illius affectū tuebitur, aut altera-
idest, post. bit. Sed si quod seruabit, certè multa frictio supra mediocritatem adhibita, nihil plus adiciet: sin plus aliqd efficiet, aut minuet

car

carnē, aut adiiciet, verū si inuēt, extenua-
 bit: si adiiciet, carne implebit: atq̄ nō adii-
 cit carnē: extenuet ergo necesse est. Verūm
 Theō de hac differētia nihil meminit, sed
 5 omnino subtrahit: minimè planè definiēs,
 extenuet ne dura copiosè adhibita, an car-
 nē augeat, an seruet eundē, quē ex medio-
 cri accepit, carnis modū: sed tātūm q̄ con-
 stringit, coartatq̄; & plegmone simile qd
 10 faciat, confirmans. Conueniebat autē non
 hoc modo dicere, sed etiā quod emaciat.
 Apparet ergo Theonem, aut Hippocratis
 artem hoc loco non intellexisse, aut homi-
 nem laudare noluisse: qui tā breui sermo-
 15 ne omnes nō solūm differentias frīctionū
 dixerit, sed etiam vniuscuiusque opus, &
 vires. Nā qui transseunter, veluti canis Ni-
lum, verba eius delibat, quatuor eū dunta-
 xat meminisse arbitretur. Verūm nō ita se-
 20 res habet: imò alias duas necessariò in iis,
 quas dixit, subauditas insinuauit: in quali-
 tatis differentia, duræ mollisq̄; mediā, quę
 nimirum mediocris est: in ea verò, quę à
 quantitate accipitur exigua: quando exi-
 25 guam aliquā necesse est copiosæ esse con-
 trariam. Porrò antiquę interpretatiōis for-
 mula, ita est breuis, vt non pauca sæpe, ipsa
 saltē dictione, præterire videatur, quæ ta-
 mē necessariò dicta ipsa sequūtur. Quam-

obrem (arbitror) etiam enarratiões scribimus, quæ veluti præeant iis, qui parū exercitati antiquæ dictionis celeritatē assequi nō valent: veluti in hoc ipso loco facimus. Si namq; dura ligandi, mollis soluēdi vim

7 Medose
legitur in
græc. cod.
impressis
ἐκλύειται
σαμαίος
pro ἐκλι
λύει σα
μαίος

habet: quæ supra modum† soluta corpora sunt, ea duriter planè fricāda sunt, contra, quæ cōstricta sunt, molliter: [quæ modicè se habent, nec molliter,] nec duriter, sed quatenus fieri potest, utroq; declinato extremo. Egregius verò videlicet Theō primum in eo fallitur, q; neq; mediocris qualitate frictionis vires tradidit, neq; vsum: sed semper ita præterit, tāquā nulla sit: verum de hoc paulò post agemus. Sicuti verò in iis differētis, quæ in qualitate spectantur [ex quātitate] nō solūm dura, mollisq; cōsistūt, sed etiā media: ita & in iis quæ ex quātitate ducūtur, nō solūm multa, & pauca, sed etiam media noscitur. Cur igitur in iis, quæ ex qualitate trahūtur, mediā omisit Hippocra. in iis quæ ex quantitate exiguā? Temere id fecisse videri fortasse culpam potest: oportere enim, in iis quæ cōpendio tradūtur, summis inter se cōtrariis res definire: quod horū mediū sit, atq; mediocre, trāsire: utpote quod ex summis ipsis vltro sit noscendū. Ipse igitur tum hoc docere, tum senis sententiā clariorem redder

dere conabor, rem planè hoc loco non necessariam (quã quaestiões id genus in enarratoriis libris soluere soleam) sed quoniã semel huc descēdi, vt pro Hippocrate imperitis istis respōdeam, in quibus ipsi falsi, rectè præcipientem calumniãtur, nõ pigebit hoc quoq; adiecisse. Quum igitur duo sint toto genere inter se diuersa, atque disiuncta, si modò id quod facit, ab eo quod fit genere dispescitur: frictions quidẽ ex eorum numero sunt, quæ faciunt: qui verò ab his in corpore relinquuntur affectus, ex iis quæ fiunt. Quare contrarietates quoque alias in frictionũ genere, alias in affectuum: qui ab iis proueniunt, necesse est statui. In frictionũ genere, tum durã & mollem, tum multam & paucam. In affectibus verò, & eam quæ veluti colligatio, & solutio corporum est, & gracilitatem ac crassitudinem. Ac prior quidem affectuum contrarietas, ex priore frictionum contrarietate nascitur: secunda non item. Euenit enim in hac, vt gracilitas proueniat ex multa, carnis incrementum, ex mediocri: quippe pauca augendæ carni nõdum sufficit: quòd videlicet id quod carnis incrementum accipiet, & sanguinis moderato accessu, & valida virtute eget: quorũ utrũque mediocris frictio commodè præstat,

pauca neutrum, nec abunde, nec satis. Quoniam igitur non in idem coibant frictionum, affectionumque; contrarietates, coegit verò eum compediaria docendi ratio, per contrarietates positas sermonem absolue- 5
 re: vtiliore contrarietate accepta, minus vtilem consultò omisit. Porro vtilior ea est, quæ in affectibus, quàm quæ in frictionibus spectatur: idque duplici ratione asseritur, vna quæ ab artis fine sumitur, (quip- 10
 pe frictiones ad corporis affectum, ceu finem diriguntur: finis enim iis, quæ præ se, semper est præstantior: quanto nimirum id cuius gratia, iis, quæ ipsius gratia, fiunt.) Altera quæ à claritatis ratione accipitur. 15
 Intellectis nanque multæ, & mediocris affectibus, facillimum est exiguæ opus conueri: nõ perinde tamẽ mediocris frictionis perspicua vis est. Quinetiam tertium hoc ipso de frictionibus sermone bellissi- 20
 mẽ docuisse Hippocratẽ inuenias, præcedere nanque eorum doctrinam oportet, quæ liquidò peragi cernuntur: sequi verò eorum, quæ minus liquidò, & obscure: idque siue de iis expressis verbis scripseris, siue le- 25
 cturis ea intelligenda relinquantur. Est verò euidentis, atque in aperto mediocris frictionis opus, ipsum scilicet carnis incrementum: obscurũ verò pauca: quippe quæ nec- 28

auget, nec minuit carnē, nec omnino eui-
 dens aliquid videtur efficere, nisi quòd pa-
 rum calefacit, at id omnis frictionis com-
 mune opus est. Quare quum neq; euidens
 5 aliquid efficit, & quod facere videtur, pro-
 prium eius nō est, sed omnis frictionis cō-
 mune: nō sine causa est (vt arbitror) omis-
 sa. Quòd igitur omnis frictionis calorem
 accendere cōmune opus sit, nō satis quod
 10 ab Hippocrate prodatur, dignū præceptū
 est. Quid verò quæq; frictio propriū effi-
 ciat, id vt Hippocr. necesse tradere, ita no-
 bis certè vtile erat discere. Reductis enim
 veluti in elemēta simplicibus differentiis,
 15 vnīuersam frictionum rationem absoluit,
 quēadmodū carnem adiciās, quēadmo-
 dum detrahas, quēadmodum corpus mol-
 lias, quēadmodū cōstringas. Cū his vnā
 protinus se promūt, tū mediā earū opera,
 20 tum ea, quæ per cōiugationē faciūt. Me-
 dia, quum neq; ligare corpus, nec soluere,
 nec carnē augere, nec minuire studemus:
 quæ per cōiugationem, quū, verbi gratia,
 pariter colligare, & carnem addere. Quis
 25 enim non videat, quum durā carnem adii-
 cere corpori volumus, frictionē duram
 vnā cum mediocri modo esse petendam:
 veluti quum mollem addere studemus, fri-
 ctionem mollem, & quāritate mediocrem

adhibēdam:& per alias coniugationes ad
 portionē? Quas nōnulli gymnastarū tan-
 quā sua ipsorū inuenta tradentes, dū Hip-
 pocrateim accusant, ipsi vehemēter delin-
 quunt:& quòd eū qui de his primūm præ- 5
 cepit,merita laude fraudant:& quòd quū
 eius inuēta sibi tribuāt,etiam (quod atro-
 cius multò est)calumniari hominē nō du-
 bitant.Accedit quòd nec simplices differē-
 tias aptè inter se alternāt. Decuerat enim 10
 (arbitror)eū,qui rectè ad particulares cō-
 plexiones descendere voluit,nec vniuersas
 senario numero comprehendere, veluti
 Theon facit:nec aliquod eorū propriū vel
 quantitatis, vel qualitatis opus omittere: 15
 quēadmodum in mollis simul, & multæ,
 opus mollis:in duræ simul & multæ, effe-
 ctū multæ prætermisisse eū ostēdimus:sed
 has quoq; adieçisse, & particulares coniug-
 ationes nouē fecisse. Quippe tres, quæ à 20
 qualitate frictionū sumūtur differētia,si
 eas tribus,quæ à quātitate ducūtur,iunxe-
 ris,nouē cōiugationes effeceris:sex quæ à
 Theone sunt positę:in iis quæ paulò supra
 memorauī verbis:& tres, quæ ab eo sunt 25
 prætermisę dū mediā mollis,duręq; omi-
 fit:quanquā ne intelligere quidē neq; mol-
 lē frictionē, neq; durā fas est, vt nō simul
 intelligatur & mediocris.Cui si tres quan-
 tit

ritatis differentias iūxisset, nouem ita vni-
 uersas frictionū differentias effecisset, nō
 sex. Eas ipse nūc in descriptione exponā:
 in qua duorum versuum, qui supernè deor
 sum pinguntur, priorem, qualitatem intel
 ligi volo: secundum, quantitatum.

Qualitas.

Quantitas.

10 Dura

{ Pauca
 { Multa
 { Mediocris

Mollis

{ Pauca
 { Multa
 { Mediocris

15 Mediocris

{ Pauca
 { Multa
 { Mediocris

Quantitas.

Qualitas.

20 *Paulus Aegineta.*

{ Multa

{ Vehemens

{ Multa &

{ Leuis

{ Multa

{ Mediocris

{ Pauca

{ Vehemens

{ Pauca &

{ Leuis

{ Pauca

{ Mediocris

{ Mediocris

{ Vehemens

{ Mediocris &

{ Leuis

{ Mediocris

{ Mediocris

g s

Nouem harum, quas descriptio cōple-
 ctitur coniugationū, quum Theon sex pri-
 mas tradidisset, reliquarum triū certē non
 meminit, ipse secū manifestissimē pugnās.
 Si enim exiguā, ac multā media quādam
 est, quam mediocrem vocamus: etiā mol-
 lis: durāq; altera certē media erit, quā me-
 diocrem, moderatāq; appelles. Sanē me-
 minisse per omnem sermonē cōuenit, hęc
 omnia in respectu collatione q; dici, quā-
 do, quā huic dura est, alteri pro molli sit:
 & quā mediocris, immodica: & quā pau-
 ca, multa: & quā alii multa est, aliter quo-
 dammodo affecto sit pauca, hoc verō &
 Theō fateatur: Nec fieri sanē potest, ut qui
 mediocret in quantitate frictionem præ-
 terit, non longē aberret. Ac mihi quidē vi-
 detur Theon inde adeò in hunc errorē la-
 psus, quòd Hippocrates de ea frictiōe sub-
 ticiuit, adeò, ut hinc deprehendatur, nihil
 proprium & suū de frictione Theon pro-
 tulisse, sed perperam Hippocratis inuenta
 tractasse. Non enim à pueris statim orsus,
 & sub præceptore senis scripta plegit: quū
 fateatur ipse primū athleta fuisse, dein-
 de hoc exercitio deposito, ad gymnasticē
 se cōtulisse. Atque hęc, mediis fidius, non
 quò hominem vituperem apposui, quem
 alioqui inter primos gymnastas cēseo, sed
 quò

† εν ποιδ-
 ρητι est in
 gra. id est
 qualitate.

quò ista lecturos doceam, haud facile esse
 veterum libros intelligentia consequi, si
 defint qui ea curiosè enarrent. Nam quòd
 ex prisca breuitatis dignitate fuerit, duræ
 5 mollisq; frictionis mediam silentio præ-
 terire, id antea nobis iam dictū est. Quod
 autem talia à nobis præteriri non debeant,
 id quoq; & ostensum prius est & nunc ni-
 hilo secius ostendetur. Si enim tam mollis
 10 frictio, quàm dura in respectu collationeq;
 non solum subsistentiam, sed etiam intelli-
 gentiam sui habet: etiam mediocre in si-
 mili respectu collationeq; cõstitui necesse
 est. Finge ergo tale esse corpus, quale pro-
 15 positi nobis in hoc libro pueri esse præsum-
 ptimus, sanum prorsus, & omnis excessus
 medium, ita vt neque molliorem huc effe-
 ctum velimus, neque duriolem, sed nec car-
 nis eius modo adiectum quicquam detra-
 20 ctumve. Num igitur ita se habenti corpo-
 ri, aut duram, aut mollem frictionem ad-
 mouebimus, aut etiam multã, aut medio-
 crem? Ego planè quamlibet harum inuti-
 lem censeo: quippe quum à dura durius, à
 25 molli mollius, à multa gracilius, à medio-
 cri crassius reddetur: quorum nullo illi est
 opus, imò pristinã potius mediocritatē ad-
 vnguem seruari. Quare neque duriter id,
 neque molliter, ¶ neq; multis frictionibus
 cabimus.

† Gra. co-
 dex habet
 οὐτε πολ-
 λαῖς οὐτε
 ὀλίγαις,
 ἀλλὰ με-
 τριαις ἀνο-
 τριστε-
 σιν αὐτῶ
 τριτομῶν,
 ἢ ἔστι, νε-
 que mul-
 tis, neque
 paucis, sed
 mediocri-
 bus frictio-
 nibus ip-
 sum infri-
 cabimus.

ne

neque quantitate mediocribus, sed [paucis & qualitate] mediocribus, infricabimus:] nihil vltra moliti, quam vt ad exercitatum præparemus: ac rursus quū iam satis exercitatu sit, apothera pia curemus. Vocetur autem nobis, sicuti recentioribus gymnastarum, apothera pia, ea frictionum portio, quæ post exercitationem adhibetur. Sane Theon nullam ex iis, quas protulit, coniugationibus, eiusmodi corporis nature ac 10 comodare potest, quum sex in vniuersum nominauit: priores tres, mollis: reliquis, duræ: & neq; mollium cuiusquam eiusmodi corpus egeat, neque durarum, sed eius quæ harū media sit, quam scilicet mediocrem 15

In vete. in qualitate, t̄dixisse par est, liquidoq; patere iam arbitror, quāt opere lapsus Theon
Si gra. co. dic. addit. sit, mediā duræ mollisq; præteriens. Siquidem ad optimum statum corporis nullam
non v. s. i. & harū, quas protulit, coniugationū, accom- 20
quātitate. modare fas est, nec quū integra planè valetudine corpus fruitur, nec etiā sicubi corrigi postulat. Quippe vbi planè valet, sola præparatoria frictione eger: quā exiguam, ac mollis duræq; mediam esse ostēdimus. 25
 Vbi iustò gracilius crassius' ve effectū est, non tamē in qualitate alterata caro quicquam est, sed planè mollis ac duræ mediū modum seruat, siquidem emaciare stude-

mus,

mus, & multam, & qualitate mediocrem
 adhibebimus: *sin reficere, tum qualitatis, *In vete-
 tum quãtitatis ratione mediocrẽ. Has tres *ri gra. co-*
 conjugationes vltimo loco, post sex in de- *dic. addit.*
 5 scriptione exposui hoc consilio, vt omnes *σαρκῶν δὲ,*
 eas à Theone prætermittas indicare. Quo- *τῆρ ὀλι-*
 niam igitur nõ solum prætermittas ab eo, *γινῆσι ἄ-*
 fed etiam vtilissimas easdem prætermittas *μα καὶ*
 10 disputatio nostra docuit: deinceps tẽpesti- *σὺμμετρον*
 uum arbitror, ad ea, quæ paulò antè distu- *κατὰ ποιεῖ*
 limus, reuerti: ac primũ illud, quòd doctri- *τητα. id*
 na ea, quæ per rerũ elementa traditur, cæ- *est, si ve-*
 teris sit vtilior: quippe quæ & sub compen- *τὸ carnem*
 dium rem omnem cogit, & memoriẽ affi- *ad genera*
 15 git, & reminiscentiã facillè suggerit, ac *re, pauca,*
 oninium, quæ singulatim agentur, rectum *simul. et*
 vsum promptè † suppeditat, ceu ad pauca, *qualitate*
 & certa elementa referẽs. Quis enim non *mediocrẽ.*
 20 facillè membratim frictionũ differentias, *Hec autẽ*
 vsum, ac vires inueniat, si semel intellecta *necessariò*
 senis sententiã, post eã dictionẽ eius memo- *esse aduiciẽ*
 riter teneat, quã videlicet docet cõstringe- *da ostẽdi-*
 re quidem frictionẽ duram, soluere mol- *mus in no-*
 lem, corpus adimere multam, augere me- *stris anno-*
 25 diocrem posse? Ex horum nanque notitia *tatiõibus.*
 ac memoria, primũ sanè, quæ omiffa in † *Mendose*
 verborum contextu sunt, differentias in- *legitur in-*
 uenias: mox omnibus inter se cõplicitis, *gra. cod.*
 nouem conjugationes efficias, quas paulò *impresis*
 sup

θεωρίαν, supra descriptionē sumus complexi, quas
 pro δεξι- neque inuenisse, neque memoria tenuisse,
 αειορο- se, promptum sit, nisi quam Hippocrates,
 tradidit, elementaris doctrina præ-
 cesserit, omnium frictionū ratione in pri- 5
 ma principia reducta. Ex quibus profus
 inuentis, non ea modo, quæ nūc sunt inuen-
 ta, nobis suppetent, sed etiam omnē cor-
 ruptam doctrinā iudicādi facultas super-
 esset. Quippe id methodi, id est (sicut vete- 10
 res interpretantur) viæ & rationis propriū
 maximè est, vt ex paruo elementari princi-
 pio ad singula membratim peruenire pos-
 sis: tum quicquid perperam est dictū: scien- 15
 tificis id theorematis, veluti regula quapiā
 examinans iudices. Quod igitur neq; alius
 quisquam rectè de frictione sensit neque
 Theō ipse gymnastes, tametsi eruditius ceteris,
 de ea locutus, sed Hippocrates, & qui eū
 sunt secuti. Satis hæc sunt. Superest ex 20
 iis, quæ ad hūc locū distulimus, vt de nomi-
 nibus ipsis differamus: ne quis eorū nume-
 ro deceptus, pares numero affectus cū ipsis
 appellationibus, existimet. Duri enim vo- 25
 cabulū de quadā corporis affectione pro-
 priè dicitur, quā nec interpretari quidem
 quale sit, pluribus est opus nemine vel ex
 voce ipsa non ad rei notitiam perducto: ad
 eundem modum & mollis vocabulum. At
 rar

rari & densi vocabula non perinde euidenter ipsos corporis affectus significant: propterea quod duplex eorum nominum vsus obseruatur: alter eorū, qui propriè loquuntur, alter abutentium. Ac propriè quidem rarū accipimus, quod meatus, quos Græci *ωρροει* vocant, magnos per totum obtinet: sicuti è diuerso, densum, quod eisdem paruos. At per metaphoram, siue abusum, siue quocunque alio genere appellasse libet, de laxo, coactoq; hæc ipsa vocabula dici audias. Hac enim ratione, & aërem, & ignem aliquando raros dicimus, aquam & terram densas, scilicet ad elementa ipsa translatis appellationibus, quæ tamen & vnita sunt, & ex similaribus natura partibus constant, nec villos eiusmodi meatus obtinent. Multò his longius à proprietate recesserunt illa quæ per metaphoram ambo sunt dicta, nempe constrictum & colligatum, illud de densò & duro; modò vtroque seorsum, modò in eodem, ambobus repertis: hoc rursus de iisdem dicimus, non tamen eadem metaphora. Nam quoniam omnia, quæ colligata sunt, eadem ad motum impedita sunt, ita nimirum nominarunt & quæ ob siccitatē, frigus, phlegmonē, scirrhum, tensionem, repletionem, aut pondus, agrè mouentur. Eandem ob cau-

sana

sam, & contrariis horū nominibus in con-
 trariis affectibus vtuntur, remitti, aut re-
 solui, aut laxari, dicentes. Oportet autem
 non nominum inspicere numerū, sed affe-
 ctuum genera duplicia in totū esse existi- 5
 mare: alterū, quod in similaribus ipsis ob-
 seruatur, de quo molle, durūve dicitur:
 alterum, quod in instrumentalibus me-
 atuum ratione consistit, quod densum esse,
 vel rarū dicitur. Hi nanq; corporum ipso- 10
 rum proprii affectus sunt, accersiti verò, &
 (vt ita dicā) temporarii, quod aliās meatus
 ipsi superuacuo humore implentur, aliās
 sunt mūdi, & modò patentes, modò cōni-
 uentes. Verū de his affectibus in sequen- 15
 tibus libris agemus. Nunc ad propositum
 redeundū, ac primū clariū adhuc de fri-
 ctione ipsa differendum: nempe quod hæc
 ipsa interdū per se corporibus nostris cō-
 modum affert: interdum iis, quæ commo- 20
 dum afferūt, ad eum sanè modum submi-
 nistrat, quem Hippocrates de deligando
 tradidit, his verbis: [Deligatio partim ipsa
 sanat, partim sanantibus subseruit.] Ipsius
 igitur frictionis effectus sunt, & quod rara 25
 densat, & mollia durat, dura verò hæc esse
 omnino postulat, prætereà quod dura mol-
 lit, & densa laxat: hæc contrā mollis fit
 oportet. Pari modo & quæ carnis augen-
 da

dæ, minuendæ' ve causa suscepta est, vtraq;
 per se vtile aliquid corpori cōfert: quæ ta-
 men ad exercendū corpora præparat, item
 quæ post exercitationē adhibetur, hæc exer-
 citationibus subseruiunt. Illa modicè cale-
 faciēdo tenues meatus recludens, & simul
 excremēta, quæ caro cōtinet, fluxilia red-
 dens, & solidas emolliens: appellant autem
 huiusmodi frictionem præparatoriā. Al-
 tera ἀποθεραπευτική græcè dicitur, latinè
 recuratoriā ad verbum appelles: hæc cum
 plusculo oleo administrata, simul pingui-
 tudine humectat, & solidas emollit, † & † In vete-
ri græco
cod. est
 quæ in corporis meatibus cōtinētur, eua-
 porat. Verùm de hac post dicemus, quū de καὶ τὴ δία
φορῆ τῶν
ἐν τοῖς πό-
ροις περὶ
χομίων.
 exercitatione egerimus. Sed præparatoria ἰ. ε. ἄλλ-
 frictio in optimi status natura, calfaciendi quid eorū
quæ in me-
atibus cō-
 corporis causa suscepta, prout supra tradi-
 tū est, fiat mollis primū: mox verò exer-
 citationē aggressuro dura: ita nāq; maxi-
 mē & mollire poterit, & ad exercitationes
 excitare, & corporis naturam, qualem ab
 initio accepit, seruare. Quòd si quid aber-
 ratum sit, ad durum id potius spectet: Nam
 qui breues à modo recessus sunt, hi cute te-
 nus finientur, nullo interiorum alterato, evaporat.
Mendosè
 minus verò lædetur ipsa cutis, si ad durum ἄλλ' hūc lo-
cū legunt.
 simul & densum recessus, à modo propēsi,
 quippe ita iniuriæ minus opportuna fiet.

Adeo si transpiratio per huiusmodi cutim
 facilis esset, deusissimam eam durissimam-
 que efficeremus. Nunc quoniam ad vtru-
 que munus probe esse comparatam oportet,
 & excrementa, que intus conduntur, per
 halitum emittenda, & foris propinquatum
 violentiam tolerandam: utilisissimus sane
 fuerit medius inter vtrunq; excessum mo-
 dus. Qui si quando fortasse non seruabitur,
 melior utique fuerit, qui ad durius den-
 siusque pertinebit, quam qui ad mollius la-
 xiusque. Nam transpirandi defectum, exer-
 citio sarcire licebit: alterius vero affectus
 vitium, quod est ad externorum iniuriam
 opportunitas, neque alias corrigi facile po-
 test, affertque; pretereà coniunctum incom-
 modum non paruum, euaporato subinde
 non excremento modo, verum etiam ipsius
 corporis nutrimento. Ergo in iis differen-
 tiis, quæ à qualitate sumuntur, aberrare sa-
 tius est versus eam, quæ durior est, quam
 eam, quæ mollior. In iis, quæ à quanti-
 tate ducuntur, in proposita saltem natura,
 & ætate, si quid delinquitur, versus id,
 quod minus est, id esto. Semper enim eius
 in præsentī disputatione meminisse oportet,
 augendi eiusmodi corpus, haudqua-
 quam siccandi, studium esse propositum.
 Quas vero corporum naturas, & quomo-
 do

Mendose
 legitur in
 gra. cod.
 impressis
 ut ap. pro
 si ap.

do affectas, amplius fricandum sit, postea
dicemus. Nunc ad propositam materiam
reuerſi, de mensura ipsa frictionum agamus
ad eundem modum quo paulo ante
de qualitate egimus. Conuenit autem hoc
loco, vt prius quam mensuram definio, al-
terius cuiusdam æstimandi mentionem fa-
ciam, sine cuius noticia, mensuram ipsam
nec definiuisse rectè licet, nec nouisse. Est
10 verò quod æstimandum censeo, æris qui
fricandum corpus continebit, temperies, *† Mendosè
legitur in*
quam utique in re ipsa monstrare licet: ex-
plicare oratione aperte ita, vt interpreta- *græc. codi-
impresis*
tionis *†* euidentiæ nihil desit, planè non li- *et diſſe-
ctis*
15 cet, sed est prorsus inexplicabilis, verum si
non adeò multum orationi de rei euiden-
tia desit, abundè fuerit. Præcedit verò *† In græc.
codic. im-
presis le-
gitur τωα
ε& τὰυτα
μίσρον τῆς
τριψῆως.
sed in ve-
teri, τωα
τὰυτα
μίσρον
τῆς τριψῆ-
ως.*
20 hanc & alia quædam consideratio, nempe
quo anni tempore, & in quonam orbis lo-
co exercitandum statuemus. Duo enim ha-
ætenus de eo tatum definita sunt, corporis
status, & ætas. Vbi nam autem aut altus ha-
ætenus fuerit, aut exercitandus nunc sit, aut
25 quo anni, dieve tempore, nihil sane consli-
tutum est, quanquam *†* pro harum certè
cuiusq; ratione, mediocritas frictionis est
varianda. Ergo ad ea quæ hætenus statu-
ta sunt, hæc quoque definienda sunt, utiq;
30 potestate inter initia operis ià tradita, non

tamen interpretationis luce clarè explicata. Dicens enim veluti regulam quandam omnium quæ post dicenda erant positurum me hominè eo corporis statu de quo queri nō possit: obiter nimirum etiam regionem hominis potestate definiui, quum nec optimo temperamēto, nec irreprehensibili omnino membrorum modulo corpus vllum in his regionibus, quæ è tēperamenti modo recesserunt, gigni possit: sicuti tum ratio docet, tum experientia demonstrat. Quippe sicci, graciles, & veluti torrefacti, in æstuosis tractibus homines fiūt: rursus frigidioris plage incolæ iniqua li temperamento visuntur, vt quibus exteriora frigeant, interiora atq; in his viscera immodicè caleant. Sanè optimum corpus, de quo nunc sermo proponitur, veluti Polycreti regula est: cui in nostro situ, vtpote probè temperato, nō pauca similia videas. Apud Gallos verò, Scythas, Aegyptios, Arabes, ne per somnium quidem tale vsquam est vidisse. Nostræ autem regionis, quæ in latitudinem non paruum extenditur, id quod in medio habetur, optimè sanè temperatum est, cuiusmodi patria Hippocratis est. Etenim ea tum hieme, tum æstate, mediocrem temperiem exhibet: vere autem, & autumnò multò magis. Eiusmodi
igi

igitur locum quum corpori proposito de-
 deris: anni quoque tempus, veris medium
 ipsum dabis. Esto verò, & diei in qua no-
 bis exercitandus primum est, maximè quo-
 5 ad fieri potest, ipse meridies: quò videlicet
 naturalis temperamèti eius vis ab ambien-
 te nullo pacto mutetur. Eadem exigit ra-
 tio, vt ne domus quidem in qua exercitan-
 dus est, ipso præsertim die calidior frigi-
 10 dior' ve, sit, quàm publicus totius vrbis aër.
 At æstate atque hieme, talis vel arte præpa-
 randus est: nempe hieme calidior, æstate
 frigidior: quò videlicet exacta temperie
 corpus frictionis tempore fruatur, quando
 15 si iusto calidior: frigidiorve domus fuerit,
 in calidiorè illico sudabit: in frigidiorè ne-
 que calefiet prorsus nec mollietur vnquã,
 nec floridum ruborem ostendet, nec in tu-
 morem attolletur. Sunt nanque duo hæc
 20 rubor & rumor in aëris tēperie, & corpo-
 ris statu temperato, mediæ frictionis note.
 Vt enim si calidam infundas, primum
 quidem corpus intumescit: si largius infun-
 das, decumbit: ideoque & Hippocrates de
 25 iis aiebat: Primum quidem attollitur, dein-
 de fit gracile: ita frictio quoq; attollit qui-
 dem primum, postea contrahit, ac molem
 deponit. His ergo qui carnis augendæ cau-
 sa fricantur, tunc planè finienda frictio est,

† Hic lo- quum corpus † & intumuit, & ad summū
cusin gra. ferè tumore peruenit. Qui autè ad exerci-
codi. im- tandum iam præparantur, his minime id
presis est tempus expectandū, sed longè prius desin-
diminu - stendum à frictione est: potissimū quum
tus, deest optimi temperamēti sunt, & ætate adhuc
enim hic pueri: horum nāq; tum humidum corpus
vis ὄγκος est, tū tenerū, ac paucis frictionibus mol-
αἰσθη & lescens. Præparatoriæ verò frictionis me-
paulo post ta finisq; est, vt solidæ partes molliantur, 10
pro vult humidæ soluatur, corporis exigui meatus
legendum laxetur. Quis frictionum esse debeat nu-
est vult n̄, merus, desinire sanè oratione non est: ca-
& adden terū qui his perficitur, harum rerum peri-
dum est tus: hic primò quidē die minus exacta ex- 15
ἀναρσι-ε- quitaq; coniectura vtetur: sequenti verò
or. vt legi- die, vbi iam experiētiā aliquam adolescē
tur in ve- tis est adeptus, magis exactam certamq;
seri codic. habebit. Quinetiā de exercitatione ipsa,
 primo certè die mēsuram ad vnguem de- 20
 finire non potest: sequentibus deinceps om-
 nino potest. Sunt igitur hic quoq; no-
 tæ: Primò quidem die quum adhortati in-
 citantiq; ad exercitandū non perinde ob-
 sequitur, sed segniores, & minus tum fre- 25
 quentes, tum decentes, ac (vt semel dicam)
 minus valentes, tum colluctatoris sui ap-
 prehensus, tum motus obit. Porro expedie-
 neq; paulo animosiores esse qui exerceri-
 ta

tatur, vt laſſis iam viribus, etiam exercitari aueat: neque ignauum, qui integris adhuc viribus, laborem tamen detrectet. Est verò profectò talis non corpore modò, sed etiam animo, quem nũc educandũ suscepimus: quandoquidem quibus frigidus succus in ventre, aut in toto corporis habitu collectus est, si ſegniore ad motionẽ sunt. Pari modo & qui plethorici, id est, qui succis æquabiliter se habetibus nimium abundant: & quos recens frigus afflixit, hĩ & ignaui sunt, & ad mouendũ pigri. Iã his etiam magis ita sunt affecti, quicunq; natura frigidiores sunt: sicut etiam his ipsis longè magis, quorum frigiditati etiã humor est adiunctus. Hi nanq; quantitatis exercitandi notas corrumpunt: sicuti è diuerso qui calidiori tẽperamento sunt, siue id propriæ naturæ sponte eueniat, siue ab accersito quopiam affectu: hi & animosi sunt, & certaminis auidi, & ad actionem plus quàm expedit prompti. At quibus nec corpus calidus, frigidus ve est, nec animus omnino iacens, ac demissus, ac contentionis, gloriæve præcupidus, & ad actionem præceps: iis modi exercitatorum indicia integra manent, illæsq; seruantur, & primo statim die, & multò magis procedente tempore. Si enim quid

inter initia suffugit: id experiētia ipsa edo-
 ctum, ad exactā notitiam perueniet. Non
 aliter & cibi modus ad certā coniecturam
 perducitur: qui tamē ab initio definiri nul-
 lo pacto potest: verū quotidiana experien- 5
 tia, cū recordatione quantitatis, tum cibi,
 tum exercitationū, eo etiā qui huic præfi-
 citur, nihil non sollicitē obseruāte, sed sem-
 per vt tantā ciborum post tantā exercita-
 tionem concoxit, recordante propemodū 10
 ad exactam scientiā intellectum tempore
 perducit. Hæc igitur omnia etiā deficienti-
 bus ab optimo statibus cōmunia sunt: de
 quibus agere nondum statuimus. Cæterū
 optima natura, quæ hīc nobis est propo- 15
 sita, mensuras omnium manifestas obtinet:
 vt quæ nec animi moribus, nec corporis
 intemperie, dictorū quicquā obrurbetur
 immutēve, sed frictionis, exercitationis,
 ciborū, ac somni mensuras apertē indicet, 20
 ac tum primū quodlibet horū respuat, quū
 eius vltra nō egeat. Quare fuerit hoc quo-
 que ei, qui tali corpori præficitur, non mi-
 nus modi index: Dico autē ipsām ad singu- 25
 la quæ agi debent alacritatē, & ceu mate-
 ria ipsa nimirum in optimo corporis statu
 modum sibi met præscribente. Etenim qui
 optima natura sunt, & iam ad exercitatio-
 nem frictione præparantur, tum demū ad
 exerc

¶ ad 789
 789 dicitur
 id est na-
 tura ipsi
 legitur in
 Græco.

exercitandū prodibunt, quū toto iā corpore abundè emolliti excalesfactiq; sunt. Exercitādo quoq; tum primū grauatiū mouebuntur, quum satis [exercitati iam fuerint. Iam à cibo] tum primū abſistent, quū satis se impleuerint. Quare nullus in hoc homine metus est, ne quādo aut iustò plus labore, aut iustò plus cibis se ingurgitet, si naturæ suæ impetus sequatur, quo fit, vt neq; prorsus peritissimū sibi præfici is postulet: sicuti omnes (de quibus postea sermo erit) deterioris notæ homines. Quippe sanum corpus ipsum sibi ipsi omnia inuenit proprio naturæ suæ impetu directum: maximè si in iis quæ ad animū pertinent, rectè sit educatū. Nam multi in malis moribus à pueris educati in desidia, & intemperantia viuētes, bonitatem naturæ corrumpunt: sicuti cōtrā, nōnulli vitiosam corporis naturā sortiti, temperatā vitæ, & appositis exercitiis, naturæ vitia mutarunt in melius. Sed de horū quidem [siue exercitationibus,] siue etiam operibus, sequens liber totus componitur. De iis qui optimo corporis statu sunt, & qui sanitatis tutori auscultabūt, in hoc libro agere statuimus: ac præcedens quidem de his sermo ad exercitationū mensurā vsque est progressus: superest ergo, vt de generibus eius disse-

ramus. Genera exercitationū voco, luctā,
paneration, pugillatum, cursum, & alia id
genus: quorū alia tātū exercitationes sunt,
alia non exercitationes solū, sed etiā ope-
ra. Exercitationes sunt tum hæc ipsa quæ
dicta modò sunt, tū præter hæc, quæ græ-
cè dicuntur *ῥιτιλίσεις, ἢ ἐκπλασείσεις, ἢ ακο-*

*Hæc non
sunt in
græco.*

μαχῆς, ἢ ἀκροαίσεις. [atq; hæc mox de-
scriptione exponētur.] Præterea saltus, di-
fci iactus, tū coryco, folle, pila, vel parua, 10
vel magna, vel per alteres corpus fatigare.
Exercitia simul, & opera sunt quum fodit
quis, quum remigat, quū arat, quum vites
putat, quum onus gestat, quum metit, quū
equitat, quū armatus pugnat, quum iter fa- 15
cit, quum venatur, quū piscatur, quum alia
quæcunq; homines, vel opifices, vel non
opifices, in vita vsus causa exercent, facit:
seu domos ædificent, seu naues, seu ferra-
riam, ærariam, ve factitent, seu aratra pan- 20
gant, seu tale aliquid pacis, bellive instru-
mentum fabricent. Horū autē plerisq; est
quādo veluti pro exercitatione tantū vta-
re. Quippe triplex in vniuersum ipsorum
vsus est, quum interim operis tantū causa 25
vsurpentur, interim meditationis, sed quæ
ad vsum futuri sit operis, interim pro ex-
ercitatione tantū. Quippe ipse aliquando
hyeme deprehensus in agro, tum ligna fin-
dere,

dere, tum hordeum in pila contundere, ac deglubere, exercendi corporis causa sum coactus. Quæ nimirum agrestes quotidie pro opere faciebant. De horum igitur ceu

5 operum vsu, in sequentibus, ceu exercitiorum, nunc tractabimus. Nullū nāq; id genus exercitiū aut perpetuū diē obitur, aut alio tēpore, quàm ante cibū. Seruari verò tum modū exercitationū in his oportet,

10 tum vocatā apotherapiā. Quod si etiam idonea frictione vsus, ad ea quis accedet, iam omnes exercitationis numeros impleuerit. De iis igitur omnibus scientem esse conuenit, eū qui sanitatis tuendæ officio

15 vtetur, quem *ὑγιεινός* Græcè vocant. Licet enim eum (vt antè dictum est) aut sic græcè, aut gymnasten, aut medicū voces: prima tamen appellatio maximè propria est, reliquæ per abusum. Nā si artifex quisq;

20 ab arte quā tractat deflexum sortitur nomen, patet eū qui *ὑγιεινός*, id est sanitatem tuendā profitetur, meritò *ὑγιεινός*, appellandum: ita nimirū vt qui *γυμνασιάρχης*, id est

25 qui morbis mēderetur, medicū. Quod si quis hunc ipsam vel gymnastē, vel medicū pro *ὑγιεινός* appellasse volet, tum à parte totū, tū verò nec propriè nominabit, sed abusive, vel ambigūe, vel quomodo eūq; aliter

dix

dixisse velis, appellationem faciet. Huius rei causa est, quòd quū vna sit ars, quæ corpori tuendo præfideat, vnicū ei proprium nomen inditū non est. De quibus omnibus vberius singulari libro egimus, quem Thrasybulū inscripsimus. Ac genera quidem exercitationum sunt ea quæ diximus: qualitas verò, seu differētia (nam & hanc quoq; utroq; modo appellare licet) velocitasq;, tarditasq; mouendi sunt: præterea quòd aliud robustum, aliud (vt ita dicam) imbecillum est: ad hæc vehemētia, & lenitas. Vtendi verò rationes, omnium prædictorum generū, vnà cum differentiis propriis huiusmodi sunt. Nam aut perpetuus motus est, aut intercifus: & si perpetuus, æquabilis, aut inæquabilis: sin intercifus, aut certo ordine, aut citra ordinem. Hæ igitur vtendi rationes ab ipso negotio capiuntur. Quæ verò ab his, quæ extrinsecus sunt posita, ducuntur, eiusmodi sunt: quòd aut sub dio exercitatio fit, aut sub tecto, aut in mista vmbra, quā ὑποσκιόσι Græci vocant. Itemq; quòd aut calēs locus est, aut frigidus, aut media tēperie: præterea aut planè siccus, aut humidus, aut medio modo attēperatus. Similiter illę quoq; vtēdarum exercitationum rationes quædam sunt, quòd cum puluere exiguo, multòve

vsurpentur. Itē quòd cū oleo exiguo, mul-
 tōve, aut etiā sine vtroq; administrantur.
 Quoniam ergo enumerata à nobis vni-
 uersa sunt, quorū peritū esse oportet, qui
 5 sanitatē tuendā proficetur: ad ipsa nūc ex-
 ercitatōnū genera non intēpestiuē redi-
 bimus: ac primū docebimus, tum quid o-
 mnibus sit cōmune, tum quid singulis pro-
 prium: hinc frictionis ipsius tēpora defi-
 10 niemus. Ergo omnis exercitacionis cōmu-
 ne illud est, quòd animali ipsi ex ipsa ca-
 loris augmentum excitatur. Quippe cale-
 fiunt corpora nostra & balneis, & calida-
 rum aquarū lauacris, & quum per calidio-
 15 res tēpestates insolamur, & quum igni fo-
 uemur, & quū calidis medicamentis perfri-
 camur. Cæterū ab externo est omnis eius-
 modi calor ascitus, nec de proprio princi-
 pio, sed aliundè accensus auctusq;: exerci-
 20 tando verò, insiti caloris augmētū anima-
 libus ex ipsorū corporibus excitatur. Atq;
 iis omniū exercitacionū cōmunis effectus
 est, proprius tamē earū effectus non est. Si
 modò & iratis, & perturbatis, & pudore
 25 affectis, naturalis etiā calor augetur: quā-
 quam irāthaudquaquā auctus, sed veluti † *In grec.*
 feruor est caloris in corde. Itaq; etiā essen *cods. im-*
 30 tiam eius, vel probatissimi philosophorū *pressu le-*
 talē esse affirmant: quippe accessoriū iræ *giunt vnde*
 est,

9319

μας αδξη est, nō eius essentia, vltionis appetētia. Ve-
ais, sed in recundis autē augetur insitus calor, dū pri
veteri, mū intrō se recipit vniuersus: deinde post-
δὸ ἀπλῶς quā in alto corporis est collectus, & ex
αδξησις nō ipso inibi cōgestu, & ex assiduo motu, in-
simpliciter crementū capit. Non enim quiescit pudo
αυτῆιο. re affectorū spiritus, sed tum ab interno,
 tum circa se, vnā cum toto sanguine variē
 circumagitur, ita planē, vt spiritus eorum,
 qui perturbātur. Dicitur autē in progres-
 su latius de omnibus eiusmodi animi affe-
 ctibus. Ad præsens enim propterea quòd
 commune symptoma, tum hos ipsos affe-
 ctus, tum exercitationes excipit: dū omnis
 exercitiū eōmunē esse natiui caloris auctū
 ostenderem, idq; de interno, & à se, non
 tamen solis exercitationibus inesse, sed pa-
 riter dictis modò affectibus: coactus sum
 obiter & de his meminisse. Iam singulas
 exercitationū seorsum persequi tēpestiuū
 videtur, illo præsertim prius significato,
 quòd in his quoq; complures differentie
 inueniantur, Quippe interim aliā partem
 aliud alio magis exercitiū fatigat: & quæ-
 dā lentē motis sūnt, quædā ocysimē agi-
 ratis, & quædā robore, ac nixu adhibitis,
 quædā sine his: ad hæc quædā cum robore
 pariter & celeritate, quædam languidē. Ac
 quod vbiolenter quidē sine velocitate ex-
 erce

ercetur, *ἰσχυρὸν* id est valens, voco: quod
 violenter & cum celeritate, *σφοδρῶς* id est
 vehemens. Violenter autē robuste dice-
 re, nihil referat. Fodere ergo, valēs robu-
 5 staq; exercitatio est. Simili modo & si quis
 quatuor simul equos habens coërceat, im-
 pensè robusta exercitatio est, non tamen
 celeris. Tū si quis maximo onere sublato,
 aut eodē loco maneat, aut paululū proced-
 10 dat. Iam accliuus inābulatio, huius quoq;
 generis est. Attollūtur enim eo motus ge-
 nere, & veluti onus sustinentur ab iis, quæ
 primum mouētur, reliqua corporis mēbra
 vniuersa. Præterea si quis per funem mani-
 15 bus apprehēsum scandat: sicuti in palæstra
 pueros exercēt, qui eos ad robur preparāt.
 Quinetiam si quis fune arrepto, aut etiam
 pertica, sublimis ex ea pendeat, ac diu te-
 neat, robustum is validumq; labore exer-
 20 cet, citra tamen celeritatem. Ita verò & si
 quis manibus in pugnum reductis, iisdem
 prolatis, vel in altum sublatis, diutissimè
 eodem habitu consistat. Quod si adhibi-
 tum quēpiam deducere sibi manus iu-
 25 beat, nec tamen ipsē remittat, vel impēsius
 hic tum musculos omnes, tum nervos ad
 robur cōparat, vt quorū maximè propria
 sunt, omnia id genus exercitia. Idq; mul-
 to certè magis fiet, si q̄ summis manibus.

¶ *Locū hūc* ¶ utraq; seorsum, apprehēso pōdere (cuius-
 alij *depra* modi sunt qui in palēstra *alteres dicūtur)
uariant in porrectis his, aut in subline erectis eodem
Greco est habitu persistat. Iā si etiā cuipiā iusseris vt
κατατρα te violenter detrahat inflectatq; , dum ipse
κατα μὲ- nō manibus modò: verū etiā cruribus spi-
νας. naq; constās, inflexusq; resistas, non leuē
 * *ἀλτῆρες.* ad mēbrorū robur exercitationē obieris.
 sanē hoc genere Milonē ipsum exercita-
 se se ferunt, dum aliās cōuellere se, moue- 10
 req; de loco volēti permitteret (verū hęc
 crurum maximē exercitatio fuerit) aliās,
 utiq; si manus exercitādas curabat, pugnū
 aperire iuberet. Idē (vt aiūt) malū punicū,
 aut tale quippiā manibus cōplexus, auferē 15
 dū cuiuis præbebat. Hęc igitur exercitia,
 maximi roboris tū ostentationē, tū exer-
 citationē cōtinēt. Robur autē partiū, tum
 exercet, tum verò firmat, & si quis alterū
 complexus mediū, aut etiā ipse medio cō- 20
 prehensus, manibus, digitisq; pectinatim
 iunctis, aut quē complectitur absoluere se
 iubeat, aut ipse se à cōplectente soluat. Ita
 etiā & si quis alterū, qui versus ipsum se in
 clinet, à latere aggressus, illa manibus cō- 25
 plexus, ceu onus aliquod sublatum inuicē
 protendat, reducatq; , ac magis si dum ge-
 stat, ipse nutu renutuq; corporis vtatur:
 sic nanq; spinam vniuersam ad robur cō-
 par

parauerit. Aequè verò qui pectoribus ex
aduerso innixi, magno se conatu inuicem
retrudunt. Etiam qui à ceruicibus penden-
tes, deorsum trahunt, ad robur præparant.

5 Caterùm talia omnia exerceri citra palæ-
stram, aut copiosum puluere queunt, quo-
cunq; conculcato loco, erectis, ac stanti-
bus. Quæ verò luctantes inter se moliun-
tur, quum robori augendo studēt, hæc aut

10 puluerem altū, aut palæstram desiderant.
Ea sunt eiusmodi, quum vterq; luctātium
ambobus cruribus alterū alterius crus cō-
pletitur, deinde manibus inter se colla-
tis, altera ceruici violēter incūbat, vtique

15 quæ è regione impediti cruris est, altera
brachio. Licebit & circa summū caput ma-
nibus iniectis, violēter retrorsum se agat
ac reuellat. Eiusmodi lucta vtriusq; lucta-

toris robor exercet, quēadmodū & ea, quæ † *Mēdosē*

20 altero alterum cruribus cingente, vel am-
bo per ambo mittēte, fiunt: nā hæc quoq; *legitur in*
vtrūq; ad robur præparant. * *Infinita aliæ* *græc. cod.*

eiusmodi robustæ exercitationes in palæ-
stra sunt, quorū nimirū omnium peritiam *impresis,*
† *ἀπειτῶν, pro*

25 vsūque pædotriba callet. Ipse sanè sic à *ἀπειτῶν sic*
gymnaste diuersus, vt à medico coquus: *τῆς ἐπιπαι-*
quod ipsum quoq; ad perpensionē aestima-
tionēq; se offert. At dictū quidē iā de hoc *τοῖς ἰατροῖς.*

est in eo libro q̄ Thrasylbulus inscribitur: **Κυεῖα π*
μυσία.

ceterum dicemus & nunc quod satis ad præ-
 sentem sit disputatione: verum si prius exer-
 citationum varietates absoluero, quarum quæ
 robustæ sunt, quasque eutonius græci vocat,
 dictæ iam sunt. Superest ut de iis dicamus, 5
 quæ celeritate peraguntur, citraque robor, &
 violentiam. Id genus sunt cursus, & *†* vmbra-
 tilis armorum meditatio, & quum duo sum-
 mis manibus concertant *ἀκροχρησμός* græci
 vocat, tum quæ per corycū, & pilam exer- 10
 citatio fit, utique quum à distantibus, & currē-
 tibus administratur. Eius generis est & quod
ἐκπλεθρῖξιν græci dicunt, & quod *πρωλιξιν*.
 Est autem *ἐκπλεθρῖξιν* quum in plethro, id est 15
 in sexta parte stadii quis profum retror-
 sumque vicissim, idque sæpè in utranque partem
 sine flexu cursum, vnoquoque cursu bre-
 ue quiddam de spatio demit, quoad deni- 20
 que in unico gressu constiterit. *πρωλιξιν*
 verò, si quis summis pedibus ingrediens, tē-
 sas in sublime manus, hanc antrorsum, illam
 retrorsum celerrime moueat. Hoc verò
 exercitamento maxime ante parietem stan-
 tes uti solent: quò si quando aberrant faci- 25
 le pariete apprehenso erigantur. sed sic exer-
 citatorum, ut error magis latet, ita exerci-
 tium ipsum fit imbecillius. Celeres verò mo-
 tus sunt, citra tamen violentiam, & qui in
 palæstra eduntur circumuolutis humi no-
 bi

bis, vel solis, vel cū aliis. Licet autē & erectis, tū circumactis, ac velociter propē astātem mutantibus, celerē exercitationē peragere. Potest & solis cruribus, idq; erectus,

5 ac vno loco cōsistēs celeriter exerceri: subinde quidē retro tantū resiliens, interim verò crurū vtrunq; vicibus referēs. Quin & per manus exercitatione celeri tantū dē valēte, vti datur, idq; citra vllōs alteres, vtiq;

10 si frequētiē, celeritatēq; motus earū, impēse incūbas, siue has in pugnū ductas, siue explicatas mauis. At eiusmodi qdē celeris exercitatio est, in quibus dixi speciebus cōprehēsa. Reliquū est vt ad vehemētē veniamus. Ea verò sicuti prædictū iā est, ex robusta celeriq; cōposita est, quādo quas robustas diximus, iis omnibus vt vehemētibus vti licet, motus modò celeritatē adiicias. Nō in postremis verò vehemētes hęc sunt,

15 fodere, discū mittere, saltare, idq; cōtinuato sine intermissione opere, similiter graue quoduis telum iaculari, cōtinuatis sibi quāmaximē iactibus, aut graui armatura rectū, celeriter agitari: & qui aliquo quidē taliū exercentur, intermittere paululū solent. Atque hoc loco inter assiduam interpollatamq; exercitationem, differentiam noscas licet. Quas enim modò retulimus, vniuersæ morula interposita magis

vsurpari solēt, ac potissimum quæ labores
 operaq; sunt, nedum exercitia, vt fossio, &
 remigatio. Quæ verò remissiores exerci-
 tationes sunt, eæ sine interposita quiete
 magis fiunt, veluti cōtinuatus diu cursus: 5
 quem Græci dolichon vocāt, & iter face-
 re. Hæc igitur omnia exercitationū gene-
 ra sunt, quæ & modò dictas differētias ha-
 bent, & supra has quèd alia lūbos magis,
 quàm brachia crurave exercēt, alia spinā 10
 totam, aut pulmonētātū, aut thoracem
 tātū. Quippe itatio cursusq;, crurū exer-
 citatiōes sunt: acrochirismi & sciamachię,
 brachiorum ac manū propria. Lumborū
 autem, afsiduè se inclinare, ac rursus reuo- 15
 care, idq; aut pondus aliquod à terra tollē-
 tem, aut afsiduè in manibus sustinētē. Sunt
 & qui depositis ante se alteribus, vlnæ in-
 teruallo distātibus, postea mediū ipsi stātes
 inclinant se atq; attollūt, dexterā quidem 20
 eū, qui ad sinistrā iacet: sinistra, qui ad dex-
 tram: tū rursū vtrūq; in suū locū refe-
 rūt: atq; hoc identidē deinceps faciāt, iisdē
 vestigiis insislētes. Hic verò motus trāsu- 25
 fas spinæ partes magis exercet, sicuti prior
 ille rectas. Thoracis verò & pulmonis, ma-
 ximę respirationes propriæ exercitationes
 sunt. Maxima verò vox, supra iam dicta,
 vocis quoque instrumenta omnia permo-
 uet,

uet, quorū enumeratio in iis, quæ de voce
 edidimus, habetur. Quoniã autē huc pro-
 ducti sumus, nō alienū sit de omnibus ani-
 malis partibus tradere, & quæ motus eui-
 5 dētes, & quæ leues & obscuros obtineant,
 quæ rursus à se moueantur, quæq; ab aliis.
 Quippe eiusmodi discretio, non paruam
 cōmoditatem gymnastæ afferet ad omnia
 animalis mēbra mouēda, aliàs à se, & pro-
 10 pria virtute, aliàs ab aliis, & per alienam.
 Quæcūq; enim volūtate suscipiūtur actio-
 nes, eæ musculorū neruorūq; & quos ali-
 qui tendones, Græci *τινονες* vocant, pro-
 pria sunt. Eadē tamen si maiore vi, & ce-
 15 leritate fiunt, primū quidem & maximē
 dictas iam partes, ex accidenti verò, etiam
 arterias exercent, cum prædictis verò ossa,
 venæ, carnes, ligamēta, & cætera oēs ani-
 malis partes vnā mouētur. Reliquorū ve-
 20 rò motuū, qui in animalium corporibus no-
 scūtur, quicunq; nō cōmuni voluntate su-
 scipiūtur, sed vel naturales sunt, vel p̄ ani-
 mi affectibus eduntur, duplices hi genere
 sunt: alii enim cordis & arteriarū, alii vena-
 25 rū & iecinoris actiōes sunt: atq; horū qui-
 dē primū & maximē, secūdo loco reliqua-
 rū omniū partiū, quādoquidē quatuor na-
 turalibus facultatibus, oēs gubernātur. Ac
 arteriarū quidē, cordisq; motus nunquam

sanè omnino intermittitur: ceterùm magnitudine, paruitate, velocitate, tarditate,

In grec. & vehementia variè intèditur atq; remittitur: idq; multis ex causis, quas oēs in opus addit. *κωδ.* sculo quod de pulsuum causis cōscripsimus, *ἀμωδ. β. ο. τ. η.* percensui: nūc summa tantum capita delicta. id est baffe sat erit. Vna igitur mutandi pulsus* *causae* est, naturalis caloris auctio, diminutio.
 * *In grec.* *codic. im.* Altera causa est, quæ ex animalis spiritus mutata quātitate spectatur. Tertia quæ *10*
pressus de- ex firmitate infirmitateq; naturalis virtutis accipitur. Quarta, quæ ex instrumenti *15*
est ἀ. η. ι. α. ipsius malo affectu æstimat. Verū de hac differere nō est huius loci. Iā em̄ ægroret animal necesse est in eiusmodi affectibus, *15*
 quū reliquæ oēs pulsus mutationes, etiā in sanis spectētur. Quæ igitur ex aucto, diminutoq; naturali calore mutatio oritur, ea pro anni tpe, nutrimento, potione, balneo, frictiōe, somno, & vigilia, itēq; animi affectibus, & actiōibus volūrate susceptis, incidit. Quæ verò ex aīalis spiritus alteratione nascitur, ea p̄ motus q̄ volūrate cōsilioq; initur (*κωδ. δ. ρ. μ. η. ρ.* græcè vocāt) differentiū variatur. Quæ ex viriū firmitate, infirmitateq; oritur, pro substantiæ ipsius cordis, & arteriarū bono cōtrariōve tēperamento cōringit. Porro venarū opus, vñā cū aliis instrumentis vniuersis, qu; cūq; natura ad ali-

mēti dispensationē excogitauit, pro cibo
 potioneq; , tū verò pro distributiōis in cor
 pus, & cōcoctionis, & nutritionis ratiōe
 variatur : huius verò mutationis, arteriæ
 5 quoq; participes sunt. Qui verò motus, a-
 ctiones nō sunt, horū triplex diuersitas in-
 telligitur. Alii trāq; animantibus ex seipsis
 insunt, alii extrinsecus adueniūt: alios me-
 dicamēta proritat. Et ex se quidē animalī-
 10 bus insunt ii quos antè memoraui: extrin-
 secus verò accedūt, q̄ nauigādo, equitādo,
 aut gestādo siue vehiculo, siue lectulo pē-
 dēte, siue cunis agitatōis præstātur, siue per
 nutricum vlnas, vt infantibus: extrinsecus
 15 præterea adueniētiū, & frictio sit. Nōnul-
 li tamē motus misti planè sunt, veluti eq-
 tatio. Nō enim vt in vehiculis, præsertim
 in quibus stratus q̄scas, ita etiā quū equo
 infideas accidit, vt à gestāte tantūm agite-
 20 ris, ipse nihil agas, quin spinā erectā susti-
 nere, tū vtrisq; feminibus equi costis fir-
 miter hæere, & crura extendere oportet,
 etiā antè p̄spicere, in quo nō modò visus,
 sed etiā collū laborat. Præcipuè tamē visce-
 25 ra hoc genere agitātur, porrò ea saliētibus
 quoq; æquè dimouētur, verū iis q̄ vehicu-
 lo gestātur nō æquè. Quare si quis viscera
 quæ sub septo sunt, mouere violētius velit:
 & prædictos labores adeat, & præterea ad

frictionē, quæ per circūiectam fasciã administratur, accedat. Statuatur autē oportet, is qui fricat à tergo, qui modò in dextram, modò in sinistrã manus iniiciat, acclinatē, apprimētēq; has ipsas partes ipso qui fricatur. Sanè cōcutiūt nō nihil ea, quæ sub septo viscera sunt, & maximæ tū respirationes, tum voces, pari modo efflatus, & qui per se fiūt, & qui cū cohibito, compressoq; spiritu tum in tibiæ sono, tū voce adhibētur. 10

Iam ipsa spiritus cohibitio, exercitatio quædam musculorum est, nō minus certè eorū, qui in abdomine, quàm qui in thorace insunt. Verūm de hac pōst agitur utpote quæ supra alia quæ modò retulimus cōmoda, etiã aliã gratiã non leuem præstat: cuius nimirū causa ad finē exercitationis eã adhibemus. Verūm ad propositum redeūdū, nempe quòd nō pauci ex iis motibus, qui partibus animalium accedunt, 15

nec partium ipsarū actiones sunt, nec earū actiones sequuntur, sed ab aliis, & per alia perficiūtur: veluti in vehētibus, nauigantibus, perfricādis, purgādisq; per medicamenta, tū vomitoria, tū aluū ducētia, fit. Verū 25

eiusmodi motus, huius de tuenda sanitate artis nō est. Reliq̄ oēs, & potissimūm ii qui ex frictiōe fiūt, in primis necessarii cognitui huius artis præsidii sunt: quippe ad cuius pro

professionē spectat omnium motuum vires
 nouisse: sicuti (reor) ad opifices ipsos spe-
 ctat singulos particulares motus nosse. Hi
 nāq; varietatē quæ in materia est, norunt:
 5 gymnastes virtutis singulorum sciētia ha-
 bet. Etenim si quis me iubeat, vt hyplo-
 machicos, id est armorū meditationis motus,
 vel aliū doceā, vel ipse cōcinē peragā: sa-
 nē vnumquemlibet eorū obire commodē
 10 nequeā. At si cui me hoplomachicorū quū
 agit, adhibeas: nō modō quā vim obtineat
 actionum quælibet, sed etiā quā maximē
 partē exercitet, omnibus illis certius no-
 rim: imō verō (si verū ingenuē fateri opor-
 15 tet) hoplomachicus nullius earū vim red-
 dat. Qui exercitationum artē probē cal-
 let, is omnes nouerit, singulas ad certos re-
 ferēs fines. Nāq; aut violentæ quædā sunt,
 grauesq; ac robustæ, aut leues, celeres, &
 20 cōcitæ, aut pariter violentæ & celeres.
 Has igitur obiter dū agi cōspicit, statim vi-
 fas facillē dignoscit: atq; hoc āplius, quæ nā
 crura, brachia, vel thoracē actio exerceat:
 quæ lumbos, caput, spinam, vel ventrem,
 25 quæ demū aliam quamuis partem egregiē
 præter cætera fatiget. Hoplomachicus em̄
 apte numerosēque motus peraget celeres
 fortasse, robustos, ac graues: caterū q̄
 densent aut emaciēt eiusmodi motus, pa-

rum nouerit, pari modò nec quòd carnem
 augment, & rarefaciunt motus tardi. Iam idè
 robuste simul & tardè, & grauius mouebi-
 tur, nec tamen quæ istiusmodi motibus cor-
 pori robur & grauitatè acquirit, intelligit. 5
 Aurigadi quoq; peritus, omnes motus par-
 ticulares numerosè apteq;, & ad vsum cõ-
 modissimè explicabit: sed qui horum cor-
 pus emacient, aut carne impleat, robustum,
 vegetum, molle, durum, densum, rarumve 10
 efficiant, omnino ignorat. Ita & qui pila
 exercere instituit (*σφαιριστικὸν* vocat) omnè
 pilæ iactum, exceptumq; callet: minimè ta-
 ¶ *Mēdose* men què corpori affectum hinc comparent,
legitur in nouit. Pædotriba quoq; quicquid in pala- 15
græc. cod. stra motum geritur, pernouit: quid quisq;
impressis motus efficere queat, ignorat. Et (vt semel
περιπονεῖ dicam) omnes homines, artifices iuxta iner-
 pro *περο-* tesq;, quos corpore motus exercent, eorum
ποιῖ. ignorant vires: saltatores, nautæ, fabri tum 20
 materiarii, tum ferrarii, piscatores, agricolæ,
 ædificatores, futores, omnes denique qui
 quiduis moliuntur. At gymnastes ex iis quæ
 antè retali principiis, cuiusuis actiõis, etiã
 eius quam nunc primum, nec antè conspe- 25
 xit, vim tenebit: veluti statim saltantium
 præuegeti motus, in quibus nimirum quàm
 maximè saliant, ac celerrimè circũacti ver-
 tuntur, & genu priusposito mox emicant,
 &

& crura tum attrahunt, tū maximè diuariat, & summatim, in quibus ocysimè mouentur, gracile, musculofum, durū, compactum, præterea vegetum corpus reddunt.

At remiffi, tardi, & languidi, motus, nō solum nō eiusmodi corpus, quale nunc diximus, faciūt: sed contrā, si natura musculofum & vegetū, fit, diuerfam omnino affectionē inducunt. Quòd igitur mox diximus pedotribā ita esse gymnastę ministrū: vt medicū coquū: id nūc quoq; ostēsum est.

Quippe coquus betā, lētē, aut prisanā alias alia ratione præparat, nec tamē quòd præparauit, quam vim obtineat intelligit, aut

quā nam præparādi ratio cēsenda sit optima. At medicus nihil horum, ita vt coquus parare est potis: verū quicquid præparatū fit, eius vires probè caller. Ergo gymnastes

propositi nobis adolescentis, vtique qui optimū corporis, statū est sortitus, omniū quidē exercitationū vires pernouit, deligit vt

rò ex omni genere quòd moderatū mediū quē inter utrūq; excessum est. Nā neq; celeris, tardæ: vt exercitationis optimus statuseget, sed planè mediocris ac medię: nec

rursus violentę, & vehemētis, nec remiffæ & lāguida: imò in his quoq; mediocre optimū est: quādo nō alterare, sed planè seruare optimū corporis statū cōuenit. Siue

igi

igitur armis eiusmodi, adolescentē exerci-
 †Mendosè tare gymnastes velit, peritissimo †totius
 legitur in meditationis armorū ascito, eum omnes
 grac. cod. sibi promere actiones iubebit, mox ipse
 Ald. ὑπο- eligeret, ac discernet imperabitq̄; quibus ea- 5
 μαχικῶν, rū sarpè, quibus rarò, quibus mediocriter,
 pro ὀπλο- quibus aut nunquā, aut semper exercitari
 μαχικῶν. eum velit. Quippe quem latere nō potest,
 quæ quodq̄; mēbrū exercitatio magis agi-
 tet, quæ' ve cuiusq̄; exercitationis qualitas, 10
 facultasve sit. Siue folli, pilæve exercitare
 studet, hic quoq̄; rursus tū genus, tū quali-
 tatē, tū modū actionis inueniet, ipso follis

*In grac. pilæ' ve perito, pro ministro adhibito, quò
 codic. im- illi omnē eius generis actionū materiā in- 15
 pres. legi- dicet. Nā ipsius propriæ cuiusq̄; artis ma-
 tur ὄνκ ἄ- teriæ gymnastes, quā gymnastes, omnino
 πικρῶς, est ignarus, verū vbi semel inspexit, nō so-
 sed in ve- lum qualitatem, sed etiā vim eius protinus
 teri habe- intelligit. Quā plurimos em̄ ipsi, ex iis qui- 20
 tur ὄνκ ἄ- bus imbecilliores quædā corporis particu-
 παραγόν- læ erāt, vnde crebris in his vrgebātur mor-
 tis, id est. bis, vnius gymnasticæ ope restitui-^o: *ne-
 nō eos ab- que tamē oēs propriis exercitatiōibus, sed
 ducētes à, siue q̄s saltator erat, siue hoplomachicus, 25
 Et ita vi- siue pancratiastes, siue luctator, siue alio
 detur om- quouis gñe exercitatus, iussu eo magiste-
 nimo legē- rii sui motus, corā pmere: mox appositissi-
 dum. mis vnà cum tpe, & modo delectis. Verūm de
 de

de correctione id genus, procedete tractatu agemus: ea scilicet operis parte, in qua de vitiosis corporū statibus disceptabitur. Nūc optimē cōparato corpori, suū statum 5 tueri proposuimus. Porro huic ex omni genere mediocritas adhibēda est, frictione, exercitatione, balneo, cibo somno, ita vt nec durior illi, nec mollior habitus corporis reddatur. Quippe hic ab extrinsecus 10 imminētibus facilē offenditur: ille corporis inhibet auctū. Præterea nec densior, ne videlicet in carne excrementorū aliqd hæreat: nec rarior, ne quod est salubre, effluat. Simili modo, siquidē optimo habitu 15 erat, nec solito gracilior, nec crassior: quū cōstat gracilitatē externis iniuriis, crassitudinē iis quæ internè ab ipsō corpore proueniunt, esse obnoxia. Pari modo neq; calidius, frigidius, siccius, vel humidius efficere 20 eiusmodi corpus expedit, siquidē inculpato tēperamēto erat. Vnū igitur est quod in ita se habēte corpore est spectādū, nēpe in omni tuēdæ sanitatis materia, quod cōueniens mediocreq; est, porro id est inter 25 utrūq; excessum, planē mediū. Quēadmodū autē huius maximē sis cōpos, supra iam dictū est. Caterū de iis quæ maximē necessaria sunt, vel sæpius meminisse non sit profectò inutile. Prima ergo dies crassiorē

CO

coniecturam præbebit: secūda verò, tertia
 quarta, & reliquarū quælibet, pro ratione
 magis exactā, quippe in prima die, omnia
 tibi pro dictis iam scopis sunt peragenda.
 Exuat se, sicut Aegimius præcepit, vbi in lo
 tio iā perfecta cōcoctio cernitur: mox fri
 ctionis ratio huc spectet, vt mebra molliā
 tur. Docebit id, tum floridus color: quī in
 summa cute residebit: tum artuū flexibili
 tas, habilitasq; ad omnem motū. Post hæc
 exercitetur, dū & corpus intumescit, & co
 lor illi floridus apparet, & motus promptè,
 æquabiliter, & concinnè edit. Inter hæc ve
 rò sudorē cū calido vapore mistū cernes.
 Inhibēda verò exercitatio tum primū est,
 quū aliquod horū fuerit mutatū. Quippe
 si cōtractior paulò corporis moles videbi
 tur, desistendū illico est: si enim vltra quid
 pergat, etiā boni succi nonnihil educetur:
 atq; ita tū gracilius corpus fiet, tū aridius,
 atq; ad incrementū minus habile, Non mi
 nus profectò etsi coloris gratia vanescat,
 cessandum est: quādo si exercitationē cō
 tinues, frigidū corpus efficies, & nimium
 exhauries. Iam motuū alacritas, æquabili
 tas, vel concinnitas, si remitti quippiā col
 labiq; cernitur, vtiq; statim desinere cōue
 niēt. Itidem si in sudore accidat vlla quali
 tatis eius, quātitatisve mutatio: quippe quæ
 &

& copiosum magis, & magis incalentē edi
par est, prout motibus vehemētiæ plus ac-
cesserit. Quū igitur is aut minor intelli-
gitur, aut frigidior, tum scias digeri, exhauri

5 riq; corpus: præterea refrigerari fac siccarī
plus iusto. Quo magis sollicitē attēdēdum
exercitādo corpori est, vt quum dictarum

10 iam notarū quælibet apparet, protinus ces-
set. Nec lauātū tamen protinus *ablegan-
dum est, sed summā exercitationis intētio

15 nē, quā ἀκμῆνῆ grecè vocāt, remittere, siste-
re q; iubebitur. Quod si illa cohibēdo an-
helitu implere velit, perfundi oleo, atque

20 apothērapia vti deinceps debēbit. Porro ea
cuiusmodi res sit, simul qui sint in ea scopi
& quæ mensura, præterea quibus absolua-

25 tur tum motibus, tū frictionibus, sequenti
libro monstrabitur. Præsentē enim vtpote
satis verborum habentem, iam commodē

videor finiturus, si modò illud vnū adie-
cero: lauacrum quod omnino medio tēpe-
ramēto sit, ad propositā ætatem naturam-

que esse eligendū. Propositum nanq; est (si
rectē meminimus) tertium à natiuitate se-
ptenniū, id est quod inter quartūdecimū,
ac vnū & vigesimū annos interuenit. Quo
vtique frigida lauari adolescentem adhuc
nolim, ne incremento eius, cui plurimūm
est consulendum, sit in mora. Vbi verò iu-

In vete-
ri greco
cod. addi.

καὶ ἀλόε-
Ται. i. e.
resolui.

*In grec.
codic. im-
pressis legi

τιν ἀπο-
λαβῆν. Sed
in veteri
ἀπολαβῆν.

V A J O

sta

stam magnitudinē impleuit, etiā de frigi-
 da lauatione aliquid dispiciemus. Simili ra-
 tione, & de exercitationibus, quæ in pulue-
 re obeuntur, exquisitiùs in sequēti sermone
 agemus. In præsentī, illud nouisse satis erit,
 ne puluere quidē huic opus esse: modò illi
 in qua exercitabitur domus, ad eū modū,
 quē inter initia præcepimus, præparatā sit.
 Verū si calidior sit, tum puluere vtendū, at
 eo si vtetur, omnino erit lauādum, sin non
 vtetur, liceat & illotū dimittere, præsertim
 hieme. Post hæc verò, & quæ ad cibum, po-
 tionē, somnū, ambulationēq; pertinēt, cō-
 iectanda huic sunt, qui adolefcēti præfici-
 tur, & in sequētibus à nobis dicētur. Verūm
 fieri nō potest, vt modi horū primo saltem
 die, ratio illi exacta cōstet, secūdo, vbi ex-
 ploratū habuerit, quomodo, post quot ex-
 ercitationes nutritus adolefcēs sit, si p̄priū
 naturæ habitus profus seruare viderit, eo-
 dē seruato modo, tum nutrit adolefcētē,
 tū exercitabit. Sin non seruauerit: quacūq;
 ratione à pristino habitu est lapsus, redu-
 cere eū mutata mēsura tentabit: itaq; face-
 re † nō desistet, quoad in singulis peragen-
 dis exactū modū definerit. Quot verò, &
 qui sint præter naturā lapsus, ac quēadmo-
 dum quēlibet tum agnoscere, tum repara-
 re cōueniat, in sequenti opere docebitur.

† In grec.
 codic. im-
 pressis, nō,
 negativa
 non legi-
 tur, sed in
 altero ve-
 teri cod.
 habetur,
 in altero
 legitur nō
 τὸτε, id
 est, tunc,
 sed τούτῳ.
 i. ab hoc.

CLAV



CLAVDII GA-
LENI DE SANITATE

TVENDA LIBER TERTIVS,

THOMA LINACRO

ANGLO INTER-

PRETE.

Quæ in tertio libro de tuenda sani-
tate habentur.

15 De ea frictionu parte, quæ post exercitatio-
nes adhibetur, à Græcis apotherapia appellata.

De balneis calidis.

De balneis frigidis.

De lassitudinibus quæ post exercitationes acci-
dunt.

20 De constrictione.

De exercitationibus post venerem.

De vigilijs & tristitia.

De frictionibus quæ manè & vesperi admini-
strantur.

25 **M**EDICORVM, GYMNA-
starumq; , qui de sanitate tuen-
da prodiderunt, alii omnium
hominum communia præcepta

k

tradiderunt, nihil vsquam cogitantes de
corporum nostrorum per species diffe-
rentia aliis disidere inter se corpora no-
stra non paruo discrimine placuit: eorum
tamen differentias, ceu comprehendi pla-
nè vniuersæ nequeant, consulto omise-
runt. Pauci omnino qui per species, &
genera discernere sunt aggressi, plura per-
peram quàm rectè scripserunt. Nos pri-
mo statim volumine, quot numero species
humanorum corporum sint indicauimus,
promissimusque singulis propria tuendæ
sanitatis præcepta seorsum tradituros.
Orsi autem sumus ab eo corporis statu,
in quo queri de vilo naturæ vitio non
possit. Quoniam autem is homo nego-
tiorum interdum occasione, vel sponte,
vel inuitus, pro secundæ valetudinis præ-
ceptis viuere prohibetur: fatius visum
est primum eum liberum, suæque planè
spontis, ac vni corporis valetudini va-
cantem proponere. Ac quemadmodum
quidem educari eiusmodi hominem con-
ueniat, primo libro docuimus, ad quar-
tumdecimum vsq; annum curam eius per-
secuti. Secundo qua ratione ad virilem
ætatem duci debeat, indicauimus: vbi lon-
gior sermo incidit, postquam in commu-
nia artis capita deuenit, sine quibus ne de
pro

proposita quidem ætate, naturaq; exactè
 differere licebat. Omnes enim tum fri-
 ctionis, tum exercitationis differentias
 enumerauimus: non me herclè particula-
 5 res (nisi sicubi has exempli causa, non
 necessitatis referre ex vsu fuit) sed quæ
 genere ac specie sunt distinctæ. Ergo in
 frictionibus quidem quam mollis dura-
 que, & ante has mediocris facultatem ob-
 10 tineant, interpretati sumus. Adiecimus
 & differentias, quæ à quantitate sumun-
 tur, numero tres: mox quæ ex coniuga-
 tione harum oriuntur, omnes in totum
 numero nouem, etiam potestate singu-
 15 larum exposita. In exercitationibus ve-
 rò enarratis, quæ nam acuta veloxque vo-
 cetur, quæ nam hebes tarda que, ac quæ
 harum mediæ: primæque natura saltem
 sint: itemque: quæ valens ac mollis, præ-
 20 terea grauis leuisque, quæque harum sint
 & mediæ, simili modo tractatis: docuimus
 optimum corporis statum per omnia quæ ^{† Mendosè}
 mediocria conuenientiaq; sunt quæque ^{legitur in}
 eadem media planè excessuum suat, ^{agigræc. codi.}
 25 debere: idq; tum in frictione, tum exer- ^{impresis}
 citatione, tum balneo, tum alimento. omni- ^{quæ pro}
 bus deniq;, quæ salubrem victus rationem ^{μῆσα, vt}
 cōplent: pollicitiq; sumus sicuti de frictio- ^{est in ve-}
 ne exercitationeq; fecimus, vbi in genera teri-

* In Gra. codicibus impressis legitur διλωσαντες γὰρ εἰς
 ὄσον ἐπιτείνωσιν καὶ παραύξην χρεὶ τῆ γυμνάσια καὶ τὸ τί-
 λω, ὡς ἐν ὑγιείας λόγῳ, ἀκολουθεῖν ἕφαμεν αὐτοῖς τῷ κα-
 λουμίνῳ ἀποθεραπειᾶν. id est, qui enim declararetemus quo-
 usque intendere augereq; exercitationem, & finem oporteat, s
 quod ad sa

nitatis ra quaedam cōmunia speculationē reuocauit-
 tionē per- mus, quò simul recordatu facilis, simul cer-
 tinet, dixi ta ratione, viaq; tradita doctrina esset: ita
 mus eam, & in reliquis omnib⁹ facturos: ac primùm 10
 quæ apo- quidem de ea, quam apothera^{piam} vocāt,
 zherapia acturos: quandoquidem ea proximo loco
 appella- tractanda in superioribus est proposita.
 tur, sequi * Quippe ubi quousq; intendere, augere-
 debere: que exercitationē oporteat, quod ad sani- 15
 sed in vete tatis rationem pertinet, præcepimus: finem
 ri codice le quoq; sequi debere diximus apothera^{piā}
 gitur non de qua nūc agamus. Est igitur primùm ea
 καὶ ἃ τι- genere duplex, altera quidem exercitatio-
 ΑΘ, sed nis ceu pars, altera eius ceu species, ac de ea 20
 πρὸς ἃ τι quidem, quæ ceu species cēsetur: pōst dice-
 λιστοῦ ὡς le mus: de ea verò quæ vt pars habetur, nunc
 gatur non agendū. Omnis exercitationis probè per-
 [exercita actæ postrema pars apothera^{piam} dicitur.
 tionem 25

& finem] sed [exercitationem ad summum & absolutum]
 Et hæc omnino est melior lectio. Vide nostras annotatio-
 nes.

Et

¶ In Græc. codicibus impressis legitur κοινὸς μὲν ὁ πρότερος ἀγὼν τῆς γυμνασίας, sed locus videtur cum mendosus tum diminutus. Ita enim legitur in veteri: κοινὸς μὲν ἔστι ὁ πρότερος σκοπὸς ἀλλὰ τῆς γυμνασίας τῶν ἀθλητῶν τε καὶ τῶν ἐπιπέδων ἄλλοτερον ἀρ' ἀγκαίον ἐν τῆ βία διὰ πρακτομίναρο ὄϊον ἢ τι σκαπτόν τ' ὄϊον.

Ea duplici consilio suscipitur, & ut excrementa expurget, & ut corpus à lassitudine ot igitur tutum reddat. ¶ prior causa etiam exercitatio scopus cō-
 10 tionis cōmunis est: si quidē & illius duplex munis est quoque esse propositū diximus, & ut solida vniuersa animalis partes firmet, & excrementa exercitatio-
 expurget. Proprius tamē apothera- tionis, seu
 pus est, ut lassitudinem quæ succedere im- athletarū
 15 modico exercitio solet, submoueat atque seu eorum prohibeat. At athleticis quidem [& aliis qui qui quod- opere corpus fatigant,] sicuti qui vel fo- cunq; opus diunt, vel iter agunt, vel remigant, vel tale vita neces-
 quippiam opus vitæ necessarium obeunt, sariū exer-
 20 præstò lassitudines adsunt, nisi apothera- cent, sicuti pia deuitentur. Verūm de quo hoc loco vel etiā fo- agimus, optimè cōparatum corpus, quod dientium. ab omni seruitute est liberum, & vni fanitati vacat, rarò lassitudine tentatur. Sicuti
 25 enim athletæ, quos labor maximus exercet, legitur in nullo alio exercitandi genere obnoxii Aldmo co-
 *lassitudinī sunt, præterquam eò, quod ab di. τὸ πορ-
 ipsis ¶ absolutū dicitur: ita nec qui vitam p κέ πορ-
 degunt liberā, & qui tantūm valetudinis ¶ τὸ πορ-

tuendæ gratia exercitantur, vsquam lassabuntur: propterea quod huiusmodi exercitium adire nulla necessitate coguntur. Athletis enim necesse est, quod videlicet ad immodicos in certaminibus labores, etiã totum diem aliquando continuatos preparato iam corpore sint, absolutissimum illum exercitiũ (ipsi *κατακλισην* vocant) aliquando obeãt. Verũm qui tantũ tuendæ bonæ valetudinis causa exercitãtur, iis nec 10 necessũm, nec vtile planè est immodicos labores adire. Itaque his nullus instat lassitudinis metus: nihilo secius tamẽ iidẽ apothepia vtentur, et si nullo lassitudinis timore ac certè extremetorũ purgandi cau- 15
τριπληρẽ. sa, cui ex pleniore (vt Græci loquũtur) mēfura, etiam lassitudinis securitas accedit. Nam & si ipse exercitationis modus his est à lassitudine quã maximè alienus, actio 20 nisq; omnis ratio planè citra violentiã: fieri tamen aliquando potest, vt gymnasten in vtroq; paulum quid subterfugiat, quod neglectum, si non magnã, certè leuẽ exercitato lassitudinem concitet. Caterũm nõ 25 conuenit qui sibi viuat, & vni corporis sanitati vacet, vt vel minimũ lædatur vsquã. Tutissimum itaq; sit, apothepia semper vtique qualis adhibẽda sit, ipsa finium ad quostẽdimus, demonstrabit natura. Nam
 quo

quoniam id petimus, vt solidarū animalis
 partium excrementa, quæcunq; excalefa-
 cta, extenuataq; per exercitacionē in cor-
 pore adhuc manent, prorsus eiiciantur: &
 5 frictiones quæ per alios administrantur
 adhiberi oportebit, & cum his vnâ, tum
 ipsarum quæ fricatur partium tensionē, tum
 etiam spiritus cohibitionē. At quoniã nec
 10 frictionum vnica ratio est, nec spiritus co-
 hibendi: deligendum ex vtroq; genere est,
 quod vtilissimum est. Atq; ex frictionibus
 quidē quæ dura est, cogere corpora, hoc est
 15 densiora simul durioraq; reddere traditū
 iam est. Itaq; hæc ad res propositas parum
 est accōmoda, siquidē quod densatur, in-
 tra se cludit: quod laxū fit, liberū extremē
 20 tis exitū præbet. Ad eundē modū quod du-
 rat: iis quæ tensa sunt maximè est aduer-
 sum, vt quod eorū affectū magis adaugere
 cōtrā quod mollit, id est vtilissimū. Si igitur
 25 simul & excrementa digeri & quæ tesa
 sunt molliri cōuenit, duræ certè frictiones
 omnino sunt fugiendæ, nec his minus à lē-
 tiscandū arbitror. Nā postquā à se corpus
 nō amplius dimouetur, periculū est ne frige-
 scat ac desecat, dum nulla ope externa
 calefit. Hac igitur de causa, nō solū cū cele-
 ritate est fricandū, sed etiā quoad fieri pōt
 plurimum manibus, quò nulla corporis pars

nuda maneat. At si nec tardam esse frictio-
nem oportet, nec durā: oleum nimirū fri-
cādo corpori largiter circūfundi debebit:
id enim ad velocitatē simul & mollitiem
frictionis multū cōducet: & alioqui aliud
secum nō mediocre commodū affert: quā
do & quæ tenfa sunt remittit, & quæ inter
vehemētius laborādū fatigata sunt, emol-
lit. Atq; his quidē de causis dura vitāda est
frictio, ob alias verò mollis: quippe ea nec
altē demittitur, sed circa cutem ipsam, &
ei vicinas carnes deficit: nec ea, quæ in an-
gustis meatibus cōtenta excrementa sunt,
elidit. Cuius profectò causa, tum ipsam
fricandarū partium tensionē, tum spiritus
cohibitionē iniūgimus. Media igitur mol-

† ἰπιβω-
λῆς legi.
tur in gr.
eo, id est
manuum
in frictio-
nis, quod
paulo su-
pra dixit
ἀφραῖν ἰπ-
ρωίνως
ἰπιβαλλο-
μίνωρ, ἢ
lis, duræq; , quæ eadem mediocris est, ab
vtriusque incommodo abesse videtur, &
mollis inefficacia, & duræ violēta noxiaq; .
Ea verò perficietur fricātis quidem mani-
bus valenter iuectis, ita vt earum impres-
sio ad duram frictiōnē proximē accedat:
caterū pinguitudinis copia, & velocitate
mouendi eatenus remissis, vt planē euadat
mediocris. Nā & pinguitudo ipsa valētio-
ris contractionis non leue præsidium est,
& breuitas ipsa contactus tantū demit de
violētia, quantū etiam de tēporē. Porrò
teudendas obiter, dum fricātur, partes cen-
fe

semus, quò quicquid inter cutē & subiectā est, mani-
 carnem excrementorū refidet, per cutem *bus valen*
 expellatur: quippe ambabus his laxis, non *ter inie-*
 magis foras, quā intrò ferri excrementa *ctis: fuit*
 5 continget. Distentis verò iis quæ sub cute *autem, ut*
 sunt, omnia foras eliduntur, ceu gemina *puto, typo*
 manu expressa: vna foris, eius utiq; qui fri- *graphi la*
 cat: altera intus, ipsis scilicet quæ tēduntur *psus, qui*
 particulis, manus vicem suppleantibus. Ac *pro contre*
 10 propter hæc quidē, non exigua portio apo- *Etationis*
 therapix est spiritus cohibitio. Appellant *ita descri-*
 verò ita, vbi omnibus thoracis musculis, *psertit,*
 qui circa costas habētur, intētis coactisq; *quod aliq;*
 expirationē cōtinemus. Accidit nāq; obi- *non ani-*
 15 ter, vt spiritus qui à costis premitur, dum *maduerte*
 efflari per exitum arteriæ (λαρυγγα Græci *runt, sicu-*
 vocant) prohibetur, vniuersus pectus ad *ti neque*
 trāsuerfum septū (quod græcè dicitur δια- *alio in lo-*
 φραγμα) detur, atq; vt cū hoc quæ ipsi sub- *co in fine*
 20 sunt omnia simul attollātur, iecur, lienis, *huius li-*
 ventriculus, & quædā alia. Oportebit au- *bri, vbi in*
 tem interim musculos quoq; qui in abdo- *Græc. le-*
 mine sunt (ἐπιγαστρον Græci appellāt) leui- *gitur Βλά*
 ter contrahi, vt ab his vnà cum scepto, ceu *bus, pro*
 25 gemina manu pressis quæ intersunt parti- *λαβου.*
 bus, excrementū si quod intra se habent,
 foras elidant. Porrò mediæ inter hæc par-
 tes continentur, iecur, lienis, ventriculus,
 crassi ac tenuis intestini partes, quæ promi

nent. Loca verò ad excipienda quæ expel-
 luntur excremēta patēt, tum ventris tota
 capacitas, tum isthic consistētū intestino-
 rum cōcauitas. Si verò feriari planè abdo-
 minis musculos patieris, nullius prædicto 5
 rum excremēta vacuabis, quæ verò in tho-
 race ac pulmonibus habentur, ea deorsum
 transferes. Expediit verò huc potius tran-
 ferantur, quàm in illis maneāt: tanto pro- 10
 fecto magis, quanto etiã eorū quæ in ven-
 tre, quàm quæ in pulmonibus, & pectore
 continentur, promptior exitus patet. Hæc
 enim (nempe quæ in ventre & intestinis
 sunt) vel euomuntur facilè, vel excernun- 15
 tur: illa, cū conatu & vi per tusses, eiciun-
 tur. Verū si quis perinde vt septū, ita abdo- 20
 minis quoq; musculos, anhelitus cohibi-
 tione intēdat, exquisitiùs planè expurga-
 bit ea, quæ sub septo sunt viscera: nō trans- 25
 feretur tamen quicquã à spiritus instrumē-
 tis ad ea, quæ nutrimento sunt delegata:
 sed totū in ipso thorace, & pulmonibus ex-
 crementū manebit. Quare cohibitionem
 anhelitus id genus nunc non probo: mul-
 toq; minus si quis omnino nō distento se-
 pro, validè ac vehementer cōtrahat muscu-
 los abdominis: quando ita necesse est ve-
 nas omnes partesq; quæ circa collū sunt,
 flatu ac sanguine impleri: excremēta verò
 sur

furfum atq; ad caput, non deorfum, & ad
 vētrē ferri. Intueri enim id tū in iis qui ti-
 bias inflant licet, tū qui maximā acutissi-
 mamq; vocē edūt: ſiquidē his collū omne
 5 dilatari, faciē verò intumefcere, & caput
 validiſſimē impleri videas: ppterēā quòd
 in hoc opere, qui in abdomine muſculi
 ſunt, tēduntur, diaphragmate his cedente.
 Eſt enim quicquid eiufmodi operis eſt (ve-
 10 luti in iis demōſtratū eſt quæ de voce edi-
 dimus) miſtū ac cōpoſitū eſt maxima re-
 ſpiratione & ſpiritus cohibitione: vtique
 quū ſimul omnis ſpiritus eſſatur, maximo
 nimirū factō expiratu, idq; quū validiſſi-
 15 ma muſculorū, tum qui coſtis inſidēt, tum
 qui in abdomine ſunt, tēſione. Quū ſpiri-
 tus cohibetur, eadē vtrorūq; muſculorū fa-
 cta tenſione, nullo tamē ſpiritu elabi per-
 20 miſſo. In iis qui tibia ſonāt, aut acutā vocē
 edunt muſculis pari modo tēſis: ſpiritu ta-
 men nec penitus cohibito, nec toto ſimul
 25 emiſſo, ſed mediā rationē ſeruante. Ita ni-
 mirū fit, vt triū operū cōmunis fit muſcu-
 lorū tēſio: propria verò in totius ſimul ſpi-
 ritus eſſatu, velox eius foras expulſio: in
 anhelitu cohibendo, ipſa eius retentio: in
 tibiariū opere & voce, mediocriſ emiſſio.
 Cauſa verò triplicis ꝑ huiuſce operis, *in
 exitu arteriæ eſt] quippe q in totius ſimul
 ſpir

*† In vete-
 ri additur
 διαφορὰ
 id eſt dif-
 ferentia.
 * In gra-
 eco eſt ἡ φά-
 ρινξ id eſt
 pharinx
 eſt, ſeu ip-
 ſius arte-
 riæ caput.*

spiritus efflatu, latissimè se pandit: in spiri-
tus cohibitione prorsus clauditur: in iis
qui tibia sonant, aut qui voce acuta simul
& magna vtùtur, mediũ quẽdã habitũ fer-
uat. Ac de his quidẽ posthac aliquãdo age-
re necesse erit, in iis quibus de vociferatio-
ne agemus. Caeterũ spiritus cohibitio quæ
ad apotherapian est [maximè] idonea, [ie-
cur, lienem] & ventriculum, attollit: tensis
qui in thorace sunt musculis vniuersis, re-
missis qui sunt in septo & abdomine: ita-
nanq; deorsum ferentur excrementa. Se-

Locus ex cundo autẽ loco habenda est, quæ medio-
Græco sic criter eos qui in abdomine sunt, musculos
erat ver- tendit, quò videlicet ea quæ sub septo sunt
tendus: vñscera, apotherapiæ fructum sentiãt. His
Alias ve- ipsis de causis etiam fasciarũ, quæ *ἕμμοια*
rò quũ ex Græci vocant, circumactis fieri cõueniet:
aduerso se quos fricantes ipsi quũ à tergo fricandorũ
collocat- cõstitierint, circa totum ventrem adhibet: 20
rint, cerui- [quum ex aduerso se collocarint, ceruici-
cibus circa bus:] alias verò costis, & spinæ, & pectori
dorsum cir- accõmodat: idq; cõuerso pariter cum his
cum uolu- quodãmodo eo, qui fricatur. Circa lum-
tionem effi- bos verò similis fasciarum circũiectio cir-
ciunt, dua- cumactioq; fiet, tendẽte se ad singulas eo, 25
bus mani- qui fricatur, nõ tamẽ cum omnibus pari-
bus circũ- ter se reuertẽte: quum neq; cõtinuos mo-
ducentes. tus, nec vehemẽtes cõtingere ei ex apothe-
rap

rapia cōueniat, sed certè aliquos, & quibus [*In grae-
co legitur*
ex interuallo frictions sint interpositæ. *ἐναυει λίσ-*
Quæ nanque & continuæ & vehementes *σω, id est,*
sunt illæ, exercitationis, quam præparato- *renoluua-*
riam vocant, sunt propria: quæ verò nec *tur, & ita*
continuæ, nec vehementes, apothepiæ. *vertit ve-*
Itaq; concertatorè subinde [cōplectatur,] *tus inter-*
subinde repellat, sæpe etiam hoc ipso tē- *pres.*
pore mutet, sæpe ipse à tergo gymnastæ

- 10 incumbens, ac crurū vtrunq; per vices ipsi
circumplectens, idq; cum tensione aliqua
haudquaquam vrgēte, ab aliis qui cōmo-
dè cōtrectent, fricetur. Hac enim vel ma-
ximè ratione, & calorem, qui exercitando
15 est adauctus, seruauerit: & simul excremē-
ta propriis ipsis, tum tētionibus, tum mo-
tibus eiecerit. Ad quòd sanè opus spiritus
quoq; cohibitio non parū mihi conduce-
re videtur: quippe qui vndique *cōpulsus, *Mendosè
20 in angustos se recipere meatus cogitur, *legitur in*
eosq; si amplius trusus propulsusq; fuerit, *græ. codi.*
etiam penitus transire, atq; extenuati iam *impresēs*
excremēti secū nōnihil arripere. Ad hunc *ἐνθούμε-*
sanè modū exilia instrumentorū forami- *νοι, pro α-*
25 na, vehementiore spiritus inflatu expur- *θούμενορ.*
gantis opifices videas. Nā quantū is vltra
per vim coactus impellitur, tantū ab ipso
quædam impelluntur, quædā trahuntur,
totamq; viam peregisse properant. Et tru-
du

duntur quidē, quæ antè occurrunt: attra-
 hūtur quæ ad latus sunt posita, impetu ipsō
 motus utraq; acta. Quinetiā inter ipsam
 exercitationē, spiritus cohibitionē inter-
 ponunt optimi gymnastæ, atq; etiā quam
 supra cōprehendimus, ipsam, quæ apōthe-
 rapia debetur, frictionē, simul hominem,
 quū lassitudo incipit, recreantes, simul cu-
 tis meatus paulatim expurgātes, quò vide-
 licet perspicabile simul, purūq; corpus ad
 subsequētes labores sit: quum alioqui ve-
 rendū sit, ne, si nihil tale gymnasta prou-
 derit, obstruat potius prædictos meatus,
 quàm expurget: propterea quòd vehemē-
 tissimi materiae impetus, diuersis tempori-
 bus, ac rationibus cōtrarios edere effectus
 possunt, obstruere quidē, quū crassum si-
 mul, ac multum fuerit, quòd confertim ac
 præceps agit, purgare, cū exiguū tenuēq;
 est, nec præpropere, nec violenter cogitur
 simul omne expelli. Apparet enim ita acci-
 dere in omnibus, tū externis instrumētis,
 tum verò calathorū plexibus, quippe elui-
 tur, extergeturq; ex his omne superuacuū,
 non quum egredientibus adhuc paulatim
 prioribus, alia violēter à tergo irruūt (ve-
 rendū enim interim est, ne quæ in transitu
 sunt impacta innixaq; inuicē viā obstruāt)
 sed cum prioribus, [vel iam exeuntibus,]

vel

vel planè vacuatis, alia postmodù vacuā-
tur. Et quid de exiguis meatibus miremur,

quum etiā è theatris multitudo quæ cōfer-
tim egredi conatur, in exitu hæret? Ob

5 hæc itaq; qui etiā in medijs laboribus apo-
therapia vtūtur, gymnastas laudo potissi-

10 mumq; in his quos grauia (quæ vocāt) cer-
tamina exercēt: verum de his postea. Qui

autem nūc nobis propositus iuuenis est, in

hoc nō athleticum habitū, sed ad sanitatē

15 tuendā cōsilia diriguntur, quo minus aut
multis exercitationibus, aut coacta come-

20 fitione est opus, aut etiā suillæ carnis co-
pia aut pane id genus, quo graues athletæ

vtuntur. Atq; his omnibus de causis timē-
dum huic non est, ne exiles eius meatus

obstruantur, si modò probè est præpara-
tus, scilicet idonea frictione ac laboribus,

25 rō athletæ nisi omnia probè administren-
tur, ob ciborū tum qualitātē, tum quanti-

tatem, verendū in exercitationibus est, ne

obstruantur potius, quā expurgentur

30 meatus. At de apotheraia quidē abundē
mibi dictū iam est, deinceps ad balnea ve-

35 niamus, illud modò de propositis præfa-
ti, quòd si quis hæc paucioribus interpre-

tabitur, is meritò prolixitatē sermonis no-
stri acuset: verum si quis, aut necessarium

†Mendosè
legitur in
codi. Ald.
καρῆς pro
βαρῆς.

†Mendosè
legitur in
cod. Ald.
ὀβ pro ἰτα
id est, ad-
huc, vt le-
gitur in
veteri.

aliq

aliquod theorema, aut quæ id confirment
 evidentes demonstrationes præteriēs bre-
 uitate se vsum putat, hunc non tam de tali
 breuitate sibi placere, quàm certè pudore
 affici par est. Ego verò etsi iustū volumen
 scribere de apotheraia potuissē, tamen
 id faciendum nō censui, vt qui longitudi-
 nem huius operis cōtrahere maximè stu-
 dui. Si enim ad ea refellenda, quæ perperā
 à plerisq; sunt scripta, me conuertere vo-
 luissē, nec parua, nec certè leuem mate-
 riam longioris sermonis habuissē: verū
 arbitror, ex iis quæ demōstrauī, satis me se
 minum dedisse iis, qui saltē nō planè he-
 betes sunt, eiusmodi omnia refellēdi. Quū
 enim dicat Asclepiades spiritus cohibito
 nē caput opplere, ex iis, quæ ipse paulò an-
 te definiui, quū differentias eius traderē,
 potest qui volet hominis sententiā refelle-
 re. Similiter in secundo quoq; volumine,
 licuit etiam mihi omnibus exercitationi-
 bus singulatim percensitis, librū produce-
 re: sicuti quum alii nōnulli fecerunt, tum
 qui bellissimè totā materiam est executus
 Theon Alexandrinus: is enim quatuor li-
 bros nō alia de re, quàm de particularibus
 exercitiis scripsit. Quæ & mihi dixisse li-
 cuit, vt qui tū melius quàm ille interpreta-
 ri potuerim, tum verò aliorum meminisse
 non

non paucorū, quæ sunt operis exercitatio-
 num cōmunia. Is enim quū illud sibi pro-
 posuisset, vt quēadmodum athletæ maxi-
 mē exercitarētur, doceret, in his multū ver-
 5 borum absumpsit. Potest autem qui volet,
 & de iis, quas singulæ artes præstant, exer-
 citationibus, differere: atque hæc quidem
 iis, qui longitudinem operis parum æquo
 animo ferunt, dicta sint. Nunc de balneis
 10 agere tēpestiuum videtur: ac primū quid-
 em de aquis dulcibus calefactis, vt quo-
 rum crebrior sit vsus: mox de frigidis, po-
 stremò de iis quas sponte natas appellant;
 quarum aliæ media temperie, aliæ feruen-
 15 tes, aliæ tepidæ, aliæ omnino frigidæ sunt.
 Dulcium calefactarum aquarum si media
 temperie sint, vis calida & humida est: sin
 tepidiores sint, humida & frigida: quòd si
 iustò calidiores fiant, calida quidē, sed nō
 20 perinde humida. Quippe horrere corpo-
 ra, cōtrahiq; exiles eorū meatus subigūt,
 ita vt nec madescere ab extrinsecus acce-
 dēte humore possint, nec excremēti, quod
 intus latet, quicquam emittere. Caterū
 25 ab iis incipiendum, quæ medium tempera-
 mentum obtinent, quæ per se semper cale-
 faciunt & humectāt. Euenit tamen ex ac-
 cidēte, vt aut per halitum digerant humo-
 res, aut superuacua fluxione (ρισμα Græci

vocant) corporis particulas impleant, aut molliant, aut cōcoquant, aut vires firment vel infirment: siquidem ad hæc, quantitas quoque earum, nō minimū confert. **Quin** alios quoque multos lauationis aquæ tēpē ratē & potabilis effectus, qui iam comprehensis superueniant, enumerare licet: quorū qui proposito nūc operi sunt accōmodi, dicētur quān fieri potest paucissimis, dilato videlicet in aliud tēpus eo, quē in mor-

In veteri bis præstat, vsu. Sed quod ad sanitatis tuen-
greco co- dæ spectat vsu, iuuenis in sermone pro-
di. legitur positus iam exercitatus redeat, vt prius est
μικροῦ cōprehēsum. Huic igitur prædicti balnei
πρὸς τὸ perexiguus est vsus, vt qui omnia iam ex
μὲν ἀπὸ τῆς mediocri exercitatione, & iam dicta apo-
θῆρας therapia est cōsecutus. Nihilō secius tamē
ἂν γὰρ τὸ si probē balneū adhibebas, † ipsum quoq;
τοῦ καὶ ἀπὸ apotheraπiæ pars aliqua sit: si quidem du-
ρα τὰς ras tenfasq; partes emollit, excrementum, 20
πρὸς τῆς * putreque, si quod intus ad cutim hæret,
** δὲ τὸ* euocat: verūm neutrius horum egere vi-
μα detur propositus iuuenis: nec vllū aut mol-
greco, hoc lioris carnis, aut adipis † liquamentum, cre-
est colli- dibile est illi inter exercitandum euenire, 25
quamē- quum & immodicos & vehemētes motus
sum. talia sequebātur, huic verò non solūm ex-
† δὲ τὸ pulsa omnia excremēta, sed etiā emollita
μα. solida partes sunt, obiter dū apotheraπia
 est

est vsus. Quare elui sibi in balneo sudorē
& puluerē, si quando hoc vtitur, magis po-
stulat quàm calefieri. Ergo transire tātūm †Τῶ βαλα
ad solium vsque, nō †in laconico immora- *vīo, id est*
ri is debet, sicuti qui citra exercitacionē *in balneo.*

seipfos elixant. Sed nec morari in piscina
huic est opus: imò lotus, vt comprehensum
est, ad frigidam festinet: atque ipsa quoq;
medio temperamento esto, vtpote ad me-
10 dii temperamēti corpus. Quibus enim aut
vehementer frigida opus sit, aut molli, &
veluti insolata, post dicemus. Cæterū
optimum corpus quoad augetur, dictū su-
prā est, nō esse frigida lauandum, ne eius
15 incrementum moretur. Vbi verò abundē
est auctus, iam frigida quoq; assuefacien-
dus, vt quæ tum corpus vniuersum robo-
ret, tū cutē densam duramq; efficiat: quod
sanē tutissimum est, aduersus noxas quæ
20 extrinsecus imminēt. Quemadmodum
verò quispiā frigida lauari primūm inci-
piet, sic vt nullā ex subitaria mutatiōe no-
xam sentiat, id vtiq; ante omnia sciri con-
uenit. Multi enim, quū parū rectē incepif-
25 sent, adeò in frigidā lauatiōē malè fuere
affecti, vt nec iis, qui tutissimè eā admini-
strare potuissent, se pmitterēt. Esto igitur
anni tēpus ætatis initiū, quo videlicet an-
te hiemem in toto interposito tēpore, non

spernenda consuetudo pariat. Esto præ-
 terea dies quo auspicabimur, quàm maxi-
 mè tràquillus, & quoad id tēpus feret, cali-
 dīsimus: cuius etiam calidīsimā deligen-
 dam esse partē, nemo dubitet: sicuti etiam
 gymnasteriū, quod mediocri maximè sit
 tēperamēto: & externa quidē præparatio
 talis est. Corpus ipsum quod uti frigida de-
 bebit, ad hunc modum præparabitur: Esto
 illi ætas quarti maximè septenii medium, ¹⁰
 nulla nec ipso die, nec quæ eā præcessit no-
 ãte, noua re alterato, sed pristinam salubri-
 tatē ad vnguem seruanti. Esto verò qui fri-
 gida utetur iuuenis, & † animo tū præsen-
 te, tum planè hilari: si quādo aliàs etiā tūc ¹⁵
 præcipuè, ac primū quidē fricetur linteis
 vberius. Sunt autē frictiones magis nunc
 quàm antè vehemētes, atq; etiā linteis du-
 rioribus administratæ. Quod si manicas
 cōsutas manibus progymnasta circunda- ²⁰
 bit, atq; ita fricabit, quò fiat opus æquabi-
 lius, nō minimè ad rē pertinebit. Dehinc
 oleo, prout assueuit, fricetur: inde exercite-
 tur, exercitationibus multitudine quidem
 paribus, sed citatioribus quàm antè. Ab his ²⁵
 in frigidā descendat, nō tamen cunctāter,
 sed celeriter, vel etiā semel totus infiliat:
 huc utrobique spectans, vt vno maximè
 tēpore omnibus corporis partibus humore
 circ

† Mēdosè
 legitur in
 grec. cod.
 impressis
 ζουμθ,
 id est tri-
 stis, pro
 ζουμθ.
 in alacris.

circūfundatur: quippe quum si sensim his
accedet, horrorem cōcitaturus sit. Esto ve-
rò & aqua ipsa nec tepida, nec planè cru-
da, & glacialis: altera nāq; repercussum ca-

loris † non efficit: altera ferit insuetos ac † *In græc.*
refrigerat. Siquidē procedente tēpore, tali *cod. impf-*
quoque aqua vtatur iuuenis, si necessitas *sis deest ob*
exigat: verūm primo saltem die omnino *id est non,*
cauenda est admodū frigida. Exeunti verò *quod ha-*
ab aqua fricari oleo, idq; à pluribus expe- *betur in*
dit, quoad cutis ipsa incaleat: post hæc ci- *veteri.*
bū plus quàm cōsuetū, potionē intra con-
suetudinem capiat: quæ ipsemet vel iniuf-
sus faciet, ritè modò omnia sint peracta.

15 Nam à frigida lauatione & plus appetūt,
& melius concoquunt, ac minūs sitiūt, ve-
niuntq; ad exercitationes postridie planè
meliore habitu: corporis quidē mole parī
ei quæ antè, ceterūm cōpacta & musculo-
20 fiore, ac vegetiore: cute verò duriore ac dē
fiore. In hoc ergo, secūdo præterea die si-
militer omnia sunt peragenda, etiā tertio
& quarto. Postea verò procedente tempo-
re, ad eundem modum frigidā iterum in-
35 gredi iubebimus, videlicet post eam quæ
priori ingressui successit frictionem, vt
prius est cōprehensum: verūm tertio eam
ingredi, quod nonnullis placuit, nō laudo.
Nam & iterum id fecisse, abundè satis mi-

hi esse videtur, præsertim quum pro arbitrio nostro immorari hominem iubere liceat. Ipsum verò immorandi tempus, hîc quoque à quotidiana ipsius experientia est

† *Mēdose* coniectandum. † Nam si egressus frigidā, 3
legitur in coloratio ex frictione citò redditur, me-
græc. cod. diocriter moratum indicat: sin & tardius
impresis ei calor redeat, & decolor diutius maneat,
µñ. id est plus æquo moratum docet. Si ergo cutis
non pro notis intentus sis, facilè intelliges, an par 10
µip. id est tempus postea in frigida sit habendus, an
quidem. potius ad maius minúsve aliquid sit mutandum. Et de frigida lauatione quod ad optimam naturam spectet, abundè dictū arbitror. Superest quemadmodum peccata, si qua inciderint, commodissimè corrigas, differere. Vt enim quàm maximè statum corporis irreprehensibilè fortitus quispiam sit, ac ab omnibus, quæ in vita contingunt, negotis liber sit, & sibi vni viuēs, 20
fieri tamen nequit, vt non aliquando vel ipse, vel is qui ei præficatur, aberret. Primum igitur nō absimile est in id maximè & frequētissimè peccatum incidere iuuenem exercitationibus deditum, quæ lasi- 25
tudo appellatur: de qua multis iam nō solum medicis, aut gymnastis, sed etiam philosophis est proditum, veluti Theophrasto, qui integrum de ea volumen scripsit.

Eg

Ego verò hic quoq; longitudini parcens, † *In gr. cc.*
 quæ nonnullis parum rectè sunt tradita, ea *di. impres.*
 transire statui: quæ verò maximè sunt ne- *legitur π*
 cessaria iis, qui sanitatè tuendam profiten- *πνδου*
 5 tur, hæc vnà cum accommodatis demon- *κωδ τε πω*
 strationibus explicare, ac primùm de no- *δου. i. seca*
 tione eius agere. Quippe rectè se habet ab *ri, et per-*
 hac orsos, sic ad essentiam eius explican- *tundi, seu*
 dam accedere. Ergo lassitudinis notionè *vulnera-*
 10 intelligentiamq; sunt qui accipiant, * dū *ri, sed in*
 vsti, extentiq; sibi esse] videntur: idque *veteri le-*
 aut omnibus corporis partibus, aut iis tan- *gitur im-*
 tùm quibus laborarint: quidam dum tri- *πινδου*
 sti, molestoq; sensu inter mouendum affi- *κωδ πινε-*
 15 ciuntur, quem alii, indicibilem dixere, alii *δου. quã*
 vlcerosum appellauere: nonnulli quū mē- *lectione est*
 bra seu contusa, & phlegmone obfessa sen- *secutus in*
 tiūt. Non desunt & qui simplices hos affe- *terpres, et*
 ctus inter se miscent, & qui tēisionis est, & *sic legitur*
 20 qui vlcerosus, & qui phlegmones speciem etiã pan- *etiã pan-*
 præfert. Alij duos ex his miscent, aut eum *lo infra in*
 qui vlceris emphasim exhibet, ei qui ten- *impresis,*
 sioni afsimilatur, aut eū qui phlegmones *et paulò*
 sensum affert, seorsum cum vtroque: ita vt post vt an- *post vt an*
 25 sint in vniuersum sententię de lassitudinis *notauim?*
 notione septem. Quæ sanè omnes vt ve- *sic ex vete*
 ræ ex parte sunt, ita in totū simplici abso- *ri aliis lo*
 lutoq; sermone non sunt. Nam siue vlce- *cus est ca-*
 ris sensus quum mouentur se exhibet, siue *strigadus.*

phlegmones, siue incendi, tendiq; videntur: siue duo quilibet horum, siue etiam omnes coeant, *κόν* & græcè dicitur, id est lasfitudo, eorum affectuū vnusquisque. Quò fit vt septem eius in vniuersum differētiæ sint simplices tres, cōpositæ quatuor. Corporis verò quod his fit affectum remedia, quædam propria cuiusq; lasitudinis sunt, quædam omnibus communia. De his mox dicitur, si prius de affectu quodam, qui lasitudines comitatur dixero, quem decepti nonnulli lasitudinem nominant, is qualis fit, & quas notas habeat, illustrius apparebit, si cuiusq; lasitudinis essentiam prius disquisuerimus. Hactenus enim ipsa sym

† In im-
pressis le-
gitur π-
πρὸν δα. i.
securi: sed
in veteri
πρὸν δα. i.
δα. i. vii.

ptomata dicta sunt. Illa enim, quòd † incē-
diū tendiq; corpus videatur, & q̄ mouenti
se, vel vlceris, vel phlegmones sensus ob-
oriatur, affectiones nō sunt, sed sympto-
mata: Affectiones verò corporum, quibus
hæc superuenire solēt, tres simplices sunt,
quatuor cōpositæ. Et vlcerosus quidē affe-
ctus oritur ab excrementorū copia tenuiū
simul, & acrium: quæ nimirū inter exerci-
tādum proueniūt, duplici ex causa: aut eo
excremēto quod crassius erat fuso, & atte-
nuato, non tamen toto expulso, aut adipe
mollive carne liquata. Necessè est enim
abstali humore ceu tenui, atq; acri, pūgi &
qu

quasi vulnerari tum cutem, tum ipsam car-
nem sic, vt etiã horror interim oboriatur:
imò etiã quadãtenus cõcussio cõmotioq̃;
totius corporis inæqualis, quod græci *πρω*

φ vocãt, si modo admodũ tum copiosius hu-
mor is, tũ acer sit: ac talis quidem est vlce-
rosa lassitudo. Vbi autẽ tendi solũ mem-
bra videntur, vlceris verò sensus non est, in
hac certè lassitudine nullũ excrementum,

10 de quo ratio vlla sit habenda, in corpore
continetur: sed residet in musculis & ner-
uis, ex nimia tensione quam exercitando
admiserunt, affectus quidã, effectricis cau-
sæ potestatem testificans. Accidit nanque

15 in vehementi tensione omnes musculorũ
fibras tendi, non tamen similiter omnes
lassari, sed eas maximè, quæ per longitudi-
nem tẽsionis porrigũtur: quippe quæ obli-
quiores quodammodo iacẽt, minũs in di-

20 rectum agũtur, quare his nullũ instat pe-
riculum. In his verò quæ immoderatus
sunt extensæ, ita vt parum à rumpẽdo ab-
sint, relinquitur affectio quædam similis
ei, quæ inter agendũ fiebat: quippe tendi

25 adhuc videntur, quũ tamen nulla iam ten-
sione vrgeãtur. Tertia verò lassitudinum
differentia, qua nimirum ceu cõtusas, aut
phlegmone obsessas partes sentimus, tum
maximè solet incidere, quum muscoli ni-

mium excalfacti attraxere quippiã ex eir-
cum fufis fibi excrementis. Quod fi etiam
tum tēdonibus, tum neruis idem affectus
incidit, *δυσκόπρον* græcè, quasi ofsium dolo-
rem eum affectum nominant: ob penitio- 5
rē fcilicet fenfum, partibus quæ in alto ma-
ximè corpore funt politæ, nomen tribuē-
tes: quippe fumum locum cutis occupat,
fecundum ab ea muscoli habent, utiq; cir-
cum ofla politi: at tendones ipfis ofsibus 10
adharēt. Quo magis rationabile est, quū
hi quicquam prædictorum patiūtur, videri
in imo, ac circa ipfa ofla affectionē hæ-
rere. Atque hæc quidem solæ tres fim-
plices lafitudinum differentiz funt, compositæ 15
verò ex his (vt iam dictum est) quatuor
funt, de quibus mox agendum, fi tamen
prius fim- plices vniuerfas abfoluero. Est
nanque affectio alia quoque, quæ ceu laf-
fitudo fit, nonnullis imponit. Hęc incidit, 20
quū fupra iufum muscoli ficcantur, fic vt
fqualens cōtractūq; corpus appareat, atq;
ad motus quodã modo pigrū: nō tamen ei

[In Græ- quicquã eorum quæ modò diximus inest,
cis cod. im neq; is qui veluti vlceris, aut tensionis est, 25
preffis le- multoq; minus qui veluti phlegmone est
gitur av- fensus. Quippe diuerfiffimus afpectus eius
αμωδης modi affectiōis est, & eius quã vltimo loco
νεσι πρως retulimus. Hęc nãq; [fqualens & contra-
ctius

etius corpus efficit] at que phlegmones sen *σαλμινορ*
 sum præfert, mole etiam quam pro natura *ἀπεργάζε*
 ampliore. Quare quatuor in vniuersū sim *του ἢ σῶ-*
 plices affectiōes sunt, quarum singulis sua *μα, quā le*
 5 sunt remedia. Ordiendum verò ab ea, quæ *ἐτιονε̄ se-*
 vlceris sensum inuehit, quam etiam ab ex- *quiritur in-*
 crementorū acrimonia ortā diximus: hæc *terpres: lo-*
 maximè in ea incidit corpora, quæ & mali *cus aut in*
 succi sunt, & excrementis abundāt. Succe- *Aldino tā*
 10 dit verò recentibus cruditatibus, quū aut *quam mē*
 exercitātur immoderatus, aut in sole sunt *dosus nota*
 morati. Caterū nihil obstat, quin in cor- *tur duplici*
 pore boni succi citra cruditatē proueniāt, *a sterisco.*
 vtiq; ob exercitationis nimium excessum: *in veteri*
 15 sanè excitare eam solent, celeres ac multi *legitur,*
 motus. In hac verò lassitudine etiam den- *χυμω-*
 sa esse, horrereq; cutis videtur. Fatēturq; *δεις χαλ*
 qui ea sunt affecti, inter mouendum dole- *πρσσεσαλ*
 re sibi vlceris ritu, alii cutim tantūm, alii *μινους α-*
 20 subiectā etiam carnē. Remediū huius, ex *περγάζε-*
 iis, quæ affectioni sunt contraria, cōpara- *του τοῦ*
 tur: quippe si quæ redundāt euapores, mā- *μῦς, id est*
 lum cessabit. Sanè euaporabūtur frictione *squalidos*
 multa, molliq; cū oleo * à quo oīs astrin- *ε̄ cōtra-*
 25 gendi vis abest: quod genus maximè Sabi- *ctos efficit*
 num est. Aduertissimū verò huic affectio- *musculos.*
 ni est, quod ex Hispania portatur, & ex Ibe- ** In grae.*
 ria. Vocant autem Hispanum, tum quod *est legēdit-*
 omphacinū vocāt, vel *ὠμορεϊβις*, id est, eru- *dum.*

μη δὲ μι- dum. Et, vt semel dicā, quod austerum est,
 αἴματι ἔχοντι omne id alienum est. Ad eò gustu ipso vim
 ἔχοντι, nō eorū discernere licet, etiam si de ipsis antè
 ἔχοντι ut periculum non feceris. Sic nanque & nos
 μέδωσέ in quondam in Macedonia degustato oleo, 5
 ἰμπερῆσι. quod sit circa Aulonem, qui est super Stry-
 monē, deprehendimus eandē cum Hispano vim habere. Quin & reliquorū omniū
 olei generum ita deprehendas vires, etiam 10
 quæcunque per abusionem nominant, ex
 sale, ex radicibus, ex herbis, ex germini-
 bus, ex foliis, vel fructibus: propterea videri
 licet quòd hæc habent. Dictū verò abūdè
 de iis omnibus est, in operibus his quæ de 15
 medicamentis inscripsimus: nihilo tamen
 minus etiam in proposito opere dicetur
 suo loco. Illud tantum in præsentia dixisse
 satis sit, quod planè dulcissimū oleum
 est, id esse ad propositam affectionē maxi-
 mē accommodatum. Hoc igitur copioso 20
 cum multa frictione vtendum, primo qui-
 dem die, quo suspectam fore lassitudinem
 omnino declines: secundo verò, vt si qua
 incidit, discutiatur. Discutit porrò eā exer-
 citatio, quæ apotheraia dicitur, in qua 25
 scilicet motus adhibeas quātitate medio-
 cres, qualitate tardiores: id quod cum frequēti
 interposita his quiete: qua vtique fricare
 hominē oportet pluribus cōtrectantibus,
 quò

quò nec refrigerat pars vlla, & ocysimè
excrementa digerantur. Porro frictionum
plus adhibebitur, in iis qui in cute & sub
cute excrementorū collectam vim habēt.

3 Motuū verò quos ipsemet edat, in altera
lassitudine, scilicet in qua plus est in ipsis
musculis cōgestū. Quæ enim in his coacta
excrementa sūnt, sola frictio educere non
potest: his enim opus est non solum ab ali-

10 quo foris attrahi, verum etiam ab altero
quopiam intrinsecus impelli. Impellit ea
partim calor ipse, qui per motū accēditur,
partim spiritus qui vnā emittitur, partim
ipsa musculorū tensio, super hæc verò, ipsa

15 singularum partium excretoria alieni vis.
Altera verò lassitudo in qua tētio sentitur,
illud pro remedio postulat, quod Hippo-
crati græcè χαλασις, id est relaxatio dici-
tur. Ea nanq; tensioni cōtraria est, ad eum

20 modū quo duritati mollities, ait enim ita:
[Cutis duræ mollitio, distentæ remissio.]
Ceū duro molle, distēto remissum laxūq;
cōtrarium sit. Sanè remittitur quod disten-
tum est in aliis quidem affectibus, quos in

25 quinto de simpliciu medicamentorū viri-
bus diximus, alia ratione. Quod verò per
exercitationē incidit, tum pauca molliq;
frictione, eaq; ex oleo dulci, atq; tegelido, † ειλυθη-
tum intermissione omnino, aut etiā quie-

tes:

te: praterea lauatiōe mediū temperamēti
 atq; in calida pluscula mora, adeò si bis tē
 ve lauabis, plus proderis. Hi verò & post
 balneū vngi desiderant priusquā vestian-
 tur. Quòd si propter sudorē fortē aliquē, s
 pingue deteriserint, rursus vngi desiderāt,
 Quinetiam postero die, quum è cubili fur-
 gunt, vngi his expedit: nūquam tamē oleo
 vltimē frigido, nec dura frictiōe. Incidit
 certē huiusmodi lassitudo iis, quibus salu- 10
 bris succus est, post robustas potius quā
 celeres exercitationes: redditq; lassatos
 ipsos pigros admodum, & greq; flexibiles.
 Nō tamē hi densi horrētesq; apparēt, quē
 admodum quos paulò antè cōprehēdimus 15
 ceterū contracti, aridiq; nō minus ipsis
 apparēt: tactu verò calidiores vidētur, nō
 solūm iis, quos vlcerosa lassitudo vrget,
 sed etiā quū ipsimet quū sani essent. Ter-
 tia lassitudo ex vehementissimis nascitur 20
 motibus, solaq; supra naturalē habitū mu-
 sculos attollit sic, vt phlegmone persimi-
 lis affectio sit: itaq; & leui tactu offendun-
 tur, & calidiores apparent: dolēt verò etiā
 si ipsi per se moueri conentur. Incidit hæc 25
 lassitudo his plurimū, qui assueti exerci-
 tationibus nō sunt: nam exercitari assuetis
 rarò incidit, vtiq; ex vehemētissimis pluri-
 misq; motibus. Sanationis, verò eius cōsi-
 lium

lium ad tria dirigitur, eadem ferè ad quæ
 omnium phlegmone obfessorū, nempe sū
 peruacanei vacuationē, extēri requiem, &
 inflammationis refrigerationē. Ergo &
 5 oleum copiosum ac tepidum cū frictione
 mollissima, & longissima in medii tēpera-
 menti aquis mora, huiusmodi lassitudines
 emendat: quòd si paulò tepidior aqua sit,
 plus proderit. Ad eūdem modū multa quies,
 10 & vinctio assidua, denique omnia quæ id
 quod lassatum est, quiete, lenimentoq; re-
 creēt, ac quod superuacuū est per halitū di-
 gerāt. Sed putet fortasse quispiā lassitudi-
 nē hāc nec simplicē esse, nec à duabus iam
 15 traditis tertiam, sed ex his compositā: nec
 aliūde cōstantem, quàm ex neruosarū par-
 viū tensione, & vlceris sensu. Calorē nāq;
 qui in huiusmodi lassitudine sentitur, in
 aliis quoq; naturaliter inesse, veluti in me-
 20 moratarū vtraq; nec tamē cōplendæ no-
 tionis, substantiæ' ve partem esse vllam. Ve-
 rùm illud huic vni egregiè præter cæteras
 inest, nēpe maior, quàm pro naturali habi-
 tu, tumor: tū quòd nec grauitas sensus simi-
 25 lis in hac, & tensionis lassitudine habetur.
 Quippe in illa tēdi in hac cōtusos esse vsq;
 ad ossa neruos putāt, qui ipsa laborāt. Qua-
 re in his saltē propriū à reliquis duabus
 discrimen habet: nec est cōposita tantūm.

Tre

Tres igitur siue corporis status, siue affectus, siue quid aliud dixisse velis, hi sunt. Est alia quædam super has quarta, similis quidē lassitudini, nō tamē lassitudo, quod neq; vlceris, neq; tensionis, neq; phlegmones affectū præ se ferat: sed nec horrorem vllum dolorem' ve, nec pigritiā ad motus,

† Mendosè quæadmodū lassitudines, infert: sed † gracilitatem tantum ariditatēq; facit. Incidit
legitur in Grec. cod. quidē hæc in corporibus boni succi, & ex-
impresis ercitatiōni assuetis, vbi immodicè exerci-
ixvōlā tata, parū ritè apotherapia sunt v̄sa. Qui-
τιν' δὲ μὲν pe ita & digerūtur excremēta, &, quæ ten-
τιν' ἄμα sa fuerāt, laxantur, nec aliud in corpore re-
ξυροτάτιν linquitur præter siccitatē, quā ex immodi-
pro ix co motu cōtraxerunt. Postulat autē primo
υότινα δὲ die nihil sanè diuersum ab iis, quæ prius
μὲν τιν' ἄμα dicta sunt, præter calidiorem aquam, quæ
κὼς ξυρό- sensim contrahat, & calefaciat, & roboret
τινα, vt cutē. Secūdo die apotherapiæ exercitatio-
legitur in nem, quæ tum in motu, tum frictione, &
veteri. pauca, & mollis, & tarda sit: præterea foliū
 similiter calidū, verūm protinus in frigidam exiliant, quò videlicet ipsis robur in
 cute vnà cum calore cōstet. Nam & minus
 in sequēti tempore per halitū amittunt, &
 facilē in carnē cutemq; nutrimentum re-
 sumunt: quo maius his cōmodum nullum
 profectò inuenias, vt qui nullum notabi-
 lem

lem affectum, præter carnis gracilitatem ariditatēq; habeant. Quippe postulat (arbitror) tale saltem corpus, nutriri simul ac madesieri, quorū vtrunq; ex humido nutrimento optimè assequetur. Quoniā verò facta semel mētio de victu post balneū est, nō alienū fuerit, & de eo, qui ad lasitudines pertinet, præcipere. Vlcerosa igitur lasitudo post legitimā apotherapiā, cōsuetū nutrimentū desiderat, aut etiā parcius, præterea humidius. Quòd si in ipsa apotherapia, in quartū migrauerit affectum (assolet enim ita plerunq; fieri) pro ipsius ratione, tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tēsiōne lasitudo præfert, ea etiā magis quàm vlcerosā parcè nutriri postulat: quæ verò phlegmones sensum affert, ea supra reliquas omnes, tum humidissimū, tum minimum, tum verò, quòd refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni succi tamē nutrimentū, omnes qui lasitudine grauātur iuxta postulant, quali nimirū propositus nobis iuuenis adhuc integer vtebatur. Cauēdus tamen in vlcerosa, & ea quæ phlegmones sensum exhibet, glutinosus cibus est, ceu qui excrementorū digestiōne moretur. At in tēsiōnis lasitudine, etiā exhibendū eiusmodi nutrimentū est, sed minuto eius modo. Quo minus mirū est, si multiplex pu-

gna non plebeis modò inter se sed etiã do-
 ctis, & inter se & cum plebeis oritur, dum
 neque de exercitationibus neq; frictioni-
 bus, neque balneis, neq; victu lassatorum
 consentiunt. Quippe alios affirmare au-
 dias, lassitudinem lassitudine esse abolen-
 dam: alios laborem quiete sanari, alios par-
 cius nutriendos, qui lassitudine premütur:
 alios contrã, non modò de consueto nutri-
 mento non demendum quicquam, sed etiã
 tantò plus adiuendum, quãto plus se fati-
 gauerint: ad portionem enim laborum, nu-
 trimentum exhibendum: alios rursus nec
 adiuendum quicquam nutrimentum modò
 nec etiam demendum. Ad eundẽ modum
 balneo quoq; vtuntur, alii ex aquis mediũ
 temperamenti, alii calidioribus, alij tepi-
 dioribus. Nam & experiẽtia ad id tantum
 probãdum quod visu sæpè vsurpauit, quẽ-
 libet impellit: & præterea ratio, vt pote
 quam quisq; absolutam se habere putauit:
 vt supra dictum est. Verum quum vnũ tan-
 tum lassitudinis sensum traderet, reliquis
 (ceu non sint) præteritis eius tantummodo
 quam nouit, remediũ docuit. Ergo verum
 est, & quod lassitudine lassitudo soluitur,
 quũ videlicet hesternis exercitationibus,
 pares postridie adhibendas videtur expedi-
 ens. Et lassitudinis medelam esse quietem

† Hic lo-
 cus in gre-
 cis cod. im-
 pressis est
 depraua-
 tus, habet
 enim ὅτε
 λέγει ὅς
 ἔστι καὶ τι-
 λει. ὅ-
 παρὰ ἄλλο
 ἐκείνου προ-
 ὅ, τε λέ-
 γει ὅς ἄρ-
 καὶ τὴν ἴσιν

tem quippe id consilii, partim in iis quæ ex *ὑπάρεσις*
 congestis excrementis lassitudines consi- *ελασσω,*
 stunt, ac præcipuè vbi in musculis extremè *ut vertens*
 hæserunt, partim in iis, quæ tensionis & *dū sit,* *et*
 5 phlegmones emphasim præbēt, vtile vide- *prater eā*
 tur. Iam illud quoq; verum est qui lassitu- *ratio ut po-*
 dine grauantur eos parcius esse nutriēdos: *te quæ*
 id enim cōducere videtur, ei qui phlegmo *quū cuiq;*
 nes sensum præfert. Verum prater eā est, & *absoluta*
 10 consuetudine esse nutriendum: id nanq; in *non insit,*
 vlcerosalassitudine, vbi rectè apotherapia *vnū tātū*
 sunt vsi, fieri obseruatū est: sicut etiā vbe- *lassitudi-*
 rius cibādum in affectu, quem similem las- *nis affectū*
 situdinibus diximus, in quem ex vlcerosa *ostendens,*
 15 quoq; nōnulli trāseunt. Simili ratione & atq; reli-
 medii temperamenti aquis esse lauandum *quos, tan-*
 in his quæ ex redundantia superuacuorum *quam non*
 natæ sunt, verum fateor: sed nec illud ve- *sint, præ-*
 rum negem, eiusmodi aquis non esse vten- *teriens, il-*
 20 dū, nec in ea quæ phlegmones sensum præ- *lius tantū*
 fert, quum tepidiores hæc desideret: nec *quæ nouit,*
 in his qui similem lassitudini affectum sen- *curationē*
 tiunt, hi nanque calidiores volunt. Sunt & *edocet.*
 qui eum affectum lassitudinem esse putēt:
 25 alii quā affectus sit, nō dixerunt. In qui-
 buscunq; verò suspicio futura lassitudinis
 subest, suadent calidior aqua in balneo
 vti, causamq; assignāt, sicut ipsi supra retu-
 limus. Alii distributioni in corpus, alii nu-

tritioni id genus balnei cōducere dicētes. Non tamē rationē vllā afferūt, cuius gratia eiusmodi distributione, & nutrimento prohiberi lasitudo possit. Sed nec omnino qualis sit ipse lasitudinis affectus, scribūt: nam maior eorū pars nihil dixit. Qui verò dicere ausi sunt, siccitatē esse definiuerunt. Ac quòd nutrimentū siccitati medetur, præsertimq; humectans: quā tamen conditionē maior eorū pars nō adiecit, est fanè verissimū: cæterū nec remedium id nec cautio lasitudinum est. Sed quum (vti dictum est) mēbra sicciōra sunt facta, nulla tamē nec tensio subest, nec tenue, acreq; excrementum, nec phlegmone similis affectus, reficere nutrimento humectante expedit, quæ exhausto humore sunt siccata: quādo nisi abundē nutrias, & gracilius, & aridius quā fuerat, postero die corpus cernes. Atq; hūc affectum nōnulli lasitudinē rati, eum existimāt calidiore balneo, & pleniore cibo, ne incidat, prohiberi. Illud tamen quorūdam, sicuti etiā Theonis, demiror, si iam factam lasitudinē similiter sanari nō putant. Nam siue quē modō memorauimus affectū, velit quis esse lasitudinē, nutrimento illum & soluere debet, & ne fiat prohibere: siue reliquorū quēuis eorū, qui veræ lasitudines sunt, vtq; par-

ciu

cuis in omnibus hominē nutrire, & quum adhuc instant, & quum iam occuparunt. Illud enim dici nō potest, talē saltem affectum, qui lassitudinibus succedit, nisi primo die per nutrimentum plenius corrigatur, in trium aliquā migrare solere. Nā si ipsa solū siccitas in eò visitur, præter facilitatem nihil sequetur amplius: si verò caloris quoq; quippiam simul adsit, iā febricitare metus est: verū non idē sunt lassitudo, & febris, tametsi maximè eorū qui lassitudinem senserunt, nonnullos febris malè habuit. Sanè Theouem mirari subit, hæc in quarto de particularibus exercitiis, vbi de absoluto exercitio agit, scribentem. Quū lassitudo aliqua eos qui ita exercitati sunt, postero deinceps die ferè sequatur, *ῥεσολουσία*, id est feruentis aquæ lauatio, minus lassitudini obnoxios reddit, summa corporis accendēs, deinde sic Græcè subiicit: *ἡνα αὐτῆσικύσας τρέπον τῶν καρβανομίην τρεφῆν ἔπιπαιμίνη τῶσ κικμηκόσση ἀνιδιλιηται νύροισ.* Is enim, præter alia, veluti anigma quoddā, verbum *ἀνιδιλιηται* in contextu apposuit: possis enim ita intelligere, quasi summa corporis cucurbitæ more nutrimentū trahentia, partē aliquam eius neruis quoq; dispēset: possis & contrā, quasi summa corporis cucurbitæ

modo, id quod ad nervos ferebatur, alimē
tū ad se trahētia impertiant. Ita nimirū vt
priorē intellectu ad eutrophiā, id est nutri-
tionem, refectionemq; nervorū conducatur
excalfacta cutis. Quippe hāc arbitror eum s
per *ἐπιταξιαν*, id est summa corporis signi-
ficare, posteriore verò ad *ἐπιταξίαν*, id
est parciorem nutritionem. Quantum ita-
que ex ipsis verbis licet accipere, mentem
Theonis non comperias. Ex his verò que 10

¶ In vete- tum alibi, tū in *sextodecimo* gymnasti-
ri Græco cōn scribit, minus nutrimenti post absolu-
cod. legi- tum illud exercitium dari cēset: quāquam
tur ip̄ rō ne id quidē! qua ratione inductus suadet,
αἰτῶ, id vsquam docuit. Datur enim minus quā 15
est in ter- ex consuetudine nutrimentū, aut propter
tio. eā quòd pari opus non est, aut quòd conco-
qui id non possit. At prius quidem in his
qui plurimum se exercitarunt, verum non
est posterius aliubi verum: aliubi certē fal- 20
sum est. Si cui enim imbecillior cōcoquen-
di vis est, verum: sin secus, falsum. Inaudiē-

¶ Mendose da verò concoquendi facultas est, *¶ non ea*
legitur in modò quæ in vētriculo, aut venis, aut ieci-
Græco co- nore agitur, sed etiam quæ in singulis par- 25
di. Aldimo ticulis, veluti in iis, de quibus sermo habe-
εὐτὴν pro tur, musculis, in quibus vtique vel maxime
οὐτὴν. affectus is, de quo disputo, cōtinetur. Quip-
pe largius inter exercitandum exhausti [&
im

imbecilliores,] & graciliores redduntur.
 Ergo si hæc leuiter his contingat, utiq; cõ-
 ficere cuius indigent, nutrimentũ poterũt:
 sin multum à natura recesserint, nõ pote-
 runt: quorũ Theon nullũ omnino neque
 intellexit, neq; distinxit. Omnino enim
 non ratione aliqua, sed experientia, sicut
 ipse fatetur, post absolutũ illud exercitiũ
 calidiorem aquã vtilẽ esse obseruauit, sic
 enim deinceps scribit: [Illud verò siquidẽ
 rationem habet in promptu, fortunã id
 beneficio ferendũ acceptum est: sin minũs
 quod effecta testantur, id nõ admittendũ,
 licet quis certã rationẽ simul se subiicien- *In grec.*
 tem non habeat.] Ergo si planẽ explorato *codi. im-*
 affectu, in quo calidam laudat, causã fa- *presis le-*
 teretur ignorare, meritò dignus venia *gitur ẽẽ*
 esset: verũ quum citra exceptionẽ, vtilẽ *ũũũ.*
 esse absoluto exercitio *ῥεσολοσῖα* pronun- *sed in ve-*
 tiat, ita enim hæc appellat: possunt autem *τερι δὲ κατ-*
 alii quoque complures affectus id genus *εσ, id est*
 exercitationis excipere, accusandus meri- *opportu-*
 tũ est, quòd deinceps singulos nõ discreue- *nam.*
 rit. Ipse nanq; nouit etiam quã phlegmo-
 nes sensum exhibet, huic exercitationi su-
 peruenire: sub qua nimirum in maiorem,
 quã pro natura, molẽ attolluntũr fatiga-
 tã partes: etiam alteram, quã vnã scribit
 utiq; generali symptomati attentus, quòd

incremento non naturali est contrarium.

Quippe graciliores, in reliquis duabus la-
 titudinibus redduntur, atque etiam in eo affe-
 ctu de quo agitur. Caterum non quemadmo-
 dum trium affectuum unum symptoma com-
 mune est, ita & affectus unus est. Ac in eo
 quidem qui ex nervosarum partium tensione
 consistit, calidior quam ex consuetudine
 lauari non oportet: simili ratione nec in iis
 quos excrementa excitarunt. In gracilitate
 vero quae citra haec consistit, expedit cali-
 diore aqua, quam quae mediocriter se ha-
 beat, lauari. Contrahitur namque hic affectus
 exaustio vehementius inter exercitandum cor-
 pore, eo modo quo in diutina fame accide-
 re solet. Itaque etiam sic affectorum refectio,
 in appositione, & quod detractum est repo-
 nendo, consistit: id quod certe accidere, cu-
 te adhuc laxa, nequit. Cogere ergo haec, de-
 fareque, ac astringere prius oportebit, si qua
 plenioris nutrimenti expectanda est utili-
 tas. sane cogit clauditque tum frigida tum fer-
 uens aqua. Verum a frigida laedi hominem
 metus est, utpote qui iam ex multa exercita-
 tione, & laxior est redditus, & vacuus. Ex
 feruenti, ut noxa certe nulla, ita secunda in
 cute desitas paritur, ipso, qui in ea derelin-
 quitur, calore non nihil etiam conferente.
 Vade nec immorari in frigida nimium de-
 bet,

bet, qui ita est lauatus: sed, veluti id saltem rectè à Theone obseruatum est, cauere in frigida moram, vt quæ feruētis lauationis cōmoda frustretur. Sanè ita errare Theonem, vt quod vni affectioni conueniebat, omnibus quadrare præciperet, in causa erat corporū quæ exercitabat habitus: si quidem athletas exercuit, qui ex absoluto illo exercitio, ad quartū erant affectū oportuni, in tertium rarò incidebāt. Itaque quod sæpe obseruauerat, ceu perpetuū prodidit. Quòd si aut vitiosi succi homines, aut mali habitus, aut laborū insuetos, aut imbecillos, aut minimè iuuenes exercuisset, in eiusmodi quidem rarò, in reliquos verò affectus sapissimè incidere vidisset. An & hoc quoq; dicere fortasse est superuacuum, quū ipse quoq; fateatur post præparatoriū exercitiū, feruenti esse balneo vtendum: id verò exercitationis genus solis athletis in vsu est. Atqui dicat aliquis illos sponte, & quodā circuitu, alios verò multos vel necessitate, vel vincēdi studio, vel propter alia id genus, eiusmodi exercitationem suscipere. Verū hi saltem post immodicos labores, necesse est vel vnum, vel plures lassitudinū affectus prius contrahāt. Itaq; his duntaxat corporibus, qui bona habitudine sunt, quartus effectus in-

† In grec.
eo. impres-
sis legitur
ἀναλόου-
σας, id est
resoluat,
sed in ve-
teri legi-
tur, ἀμ-
βλύσας,
id est re-
tardet.
† Mēdos
legitur in
codi. Aldi.
μυδισ, &
μυδισ.
* In grec.
codi. anti.
pro ιτα, λε-
gitur πιπα-
ωτο id est
quinta, sa-
ciliis autē
fuit la-
psus vt &

nota qui- cidit: cuiusmodi sunt tū athletarū, qui be-
narij nu- ne sunt curati, tum propositi nūc in dispu-
meri ex- tatione iuuenis. Et quisquis absolute pro-
scribere- nuntiabit, post vehemētissimas exercita-
tur et. tiones, calidioris solii vsu esse idoneū: 5
ita autem is vt in vno certē statu verū affirmabit, ita
esse legen- in tribus planē fallatur. Sunt verò per vni-
dum cōfir- uersam tuendæ valetudinis artem, & alia
mat locus, non pauca, quæ tum medici, tū gymnastæ
paulo su- falsò prodiderunt. Quorū vnū omniū ca- 10
prà casti- put est, cōfusa, indiscretaq; obseruatio: dū
gatus, vbi quod in vnico quisque notauit affectu, id
pro a^l, le- multis tribuit. Quinetiā affectio quædam
gebat di. test prædictis proxima, quam ipse Græcè
σιγωσις appello: de qua quum de lassitudi- 15
 nibus disputationē absoluero, mox dicā.
 Simples enim earū differentię tres sunt,
 de quibus iam egimus: post has ex binis
 copulatis, aliæ fiunt tres: ab iis verò septi-
 ma est, vbi in vnū cōeunt tres notæ. Reme 20
 dii verò cōmune in omnibus consiliū est,
 vt ei, quod superat, sis intentus: nec tamen
 quod reliquū est, planē cōtēnas: proprium
 verò ab ipsis mēbratim affectibus accipiē- 25
 dum est. Ac vniuersas quidem cōiugatio-
 nes percurrere, longū sit: sed quod ad cla-
 ritatem sit satis, vnico exēplo res perage-
 tur. Si igitur & intumuisse musculi cernū-
 tur, & cōtusi putantur: præterea vel vlceris
 se

5 sensus, vel tēfionis] lassitudo, vnà cum ex-
 crementosa hominē malè habet, apothe-
 rapia vtendum, quæ vtrunq; respiciat, ma-
 10 gis tamen id quod est maius. Non est autē
 in omnibus rebus vnus rationis ipsius ma-
 ioris natura, sed alibi pro viribus, & quasi
 dignitate rei, alibi pro ipsius propria essen-
 tia spectāda. Ac dignitate quidē & viribus
 maior lassitudo est, quæ phlegmones sen-
 15 sum præfert, quàm excrementosa: vtraq;
 tamē ipsarū, sic propriæ ratione essentia,
 magna paruaq; esse potest, vt si sola seor-
 sum cōsisteret. Si igitur vtraq; pari inter-
 20 uallo à naturali habitu recessit, quæ phleg-
 mone similis est, præcipuam curationis so-
 licitudinem ad se conuertet, vtpote digni-
 tate pollens: sin exiguè quæ phlegmonem,
 plurimumq; vlcis sensum representat à
 naturali habitu recessit: æstimandū num
 25 tantū superet magnitudine vlcerosa, quā-
 tum quæ phlegmone similis est viribus, an
 minūs, an magis, atq; ita quod pollet ex-
 plorare. Quod si æqualiter pollētes vide-
 ris, pari studio est vtriq; cōsulendū. Atque
 30 hæc ratio perpetua sit omniū cōiugatorū
 affectuum. Sicuti verò lassitudines ipsæ
 numero tres, si inuicē coniungas, quatuor
 cōiugationes efficiunt: ita sanè, si quartū
 his affectū adiungas, multò plures existēt.

Qu

Quod dicimus, ex descriptione licet clarius intelligas. In ea primū locū vlcerosus habeto secundū, in quo tētio est molesta: tertiū, qui phlegmone similis est: quartū, gracilitatis, id est, in quo corpus emacuit. Ex his igitur, aut primus cū secundo coniungetur, aut cū tertio, aut cū quarto, aut rursus, secūsus cum tertio, vel quarto, aut denique tertius cū quarto: ita nimirum vt ex binis cōiunctis affectibus, sex in vniuersum cōplexiones oriantur. Rursus quum tres vnā miscueris, quatuor alia fiunt. Nā aut primū iunxeris cum secundo & tertio, aut cum secūdo & quarto, aut cū tertio & quarto: aut rursus, secūsus cum tertio & quarto. Postrema omnium cōplexionum erit, vbi quatuor simul coierint, ita vt vndecim numero in totū fiant. Erant verò & simplices quatuor, efficiuntur itaq; in vniuersum quindecim. Simplices affectus. 20

A. Tensionis B. In quo plegmones sensus est, c. Gracilitatis d. Compositi. AB.

AC. AD. BC. BD. CD. ABC.

ABD. ACD. BCD. ABCD. 25

Quod si prater ea occlusæ cutis (στυρωσιν *gracè* voco) differentias, tum secūsus, tum verò cū his quindecim cōplicaueris, alias rursus cōplexiones effeceris plurimas. Si verò

rò eos quoq; corporis status, qui aut à cruditate, aut venere, aut deustione, aut vigiliis, aut dolore incidunt, adiūxeris, ne numero quidē vniuersas facile complectare. *† λυπους, id est tristitia.*

- 5 Prætereà nūc, quæ vel plethoras, id est succorum æquabiliter se habentiū redundantiā, vel cacochymias, id est vitiosi succi copiam, vel astricti, vel lubrici ventris, vel vomitus, vel grauati capitis, vel partis cuius-
- 10 quā alterius, vel in summa quicūq; in symptomate aliquo affectus cōsistunt, dicetur enim post de eiusmodi omnibus. Nūc verò idcirco eorū maximè memini, vt cōplexionū multitudinē, quanta esset indicare.
- 15 Mirari enim licet eos, qui de syndrome, id est cōcursu horū vel curationē, vel euentorum prædictionē, obseruasse se prædicant. Vnica nanq; ratione & præfagire, & cōmodè mederi fas est: vtiq; sicut Hippocrates docuit, vbi simplicis cuiusq; negotii sciendam vim esse censebat, veluti ipse nūc in quatuor affectibus præmonstrauit. Vnusquisq; enim si per se cōsistat, simplex *† Mendose* remediū exiget: sin alteri sit cōiūctus, pro *legitur in* ea methodo, quā paulò suprā de omnibus *græc. codi.* coniuñctis affectibus præscripsimus, [cor. *impressis.* rigetur.] Ergo quum hæc *† ita* se habeant, *τὸ τ' ἴστω* redeundū rursus ad simplices affectus est: *pro τὸ τ' ἴ-* quorum à iam dictis proximi erant quos *χεῖρ.*
- steg

stegnosis excitabat: voco ita meatuū cutis
 vitiū, quo transmittere superuacua prohi-
 betur. Incidit is affectus, aut obstructis
 meatibus, aut densatis. Sanè densationem
 eiusmodi *μύσις* Græci, id est cōnientiam s
 appellant. Ac obstructio quidē ex lentis,
 crassisq; excremētis oritur, quū cōfertim
 ad cutim ruunt: densitas, tum ab iis quæ
 astringunt, tū quæ refrigerāt. Verū obstrui
 propositi nobis corporis cutis, si ad præscri 10
 ptam rationē ritē agatur, non potest: den-
 sari certē aliquando potest, tum ex valido
 frigore, tum aluminoso balneo. Fieri autē
 potest, vt & post balneū, sudorē mve, atque
 aliā alioqui ob causam, laxata prius cute, 15
 auræ flatus incidens obstructionem quā-
 piam, densationemq; efficiat. Ac deprehē-
 ditur quidē iam dictus affectus, protinus
 vbi se exuerint, ex colore albo, & cutis tū
 duritie, tū densitate. In ipsa verò exercita- 20
 tione, ex eo quòd agrè incalescant: quādo
 nec, vt prius, æquē sudāt nec bonū colorē
 in summa cute ostendunt. Imò si quis eos
 valentiore exercitatione iniuncta, sudo-
 ris quippiam emittere cogat, & minor hic 25
 quàm ex cōsuetudine, & frigidior exit, mi-
 nusq; halitui similis. Remediū huius affe-
 ctus calefactio est, quippe ea frigiditati cō-
 traria est. Valentiore ergo exercitatione,
 ac

ac balneo calidiorē vtendū. Magis quoq;
 ad rem pertinebit, si in prima domo pin-
 guiter in oleo volutetur. Esto verò oleum
 ex eo genere, quod relaxet, cuiusmodi est
 5 in Italia Sabinū: quod vtiq; ad eiusmodi
 affectus etiam est vtilius, si bimum, tri-
 mūmve sit, id nanq; tum tenuius, tum cali-
 dius fuerit. Moraverò in frigido solio diu
 turna ne sit, sed nec aqua ipsa frigida. In-
 10 duendi verò vngantur aliquo quod me-
 diocriter calefaciat. Oleis quidē, ex iis que
 in Aegypto habentur, cicino & raphani-
 no: in reliquo verò orbe dulci, tenui, ac
 modicè antiquo. Vnguentis verò, susino,
 15 gleucino, irino, amaricino, & † cōmacino, † In vete-
 atq; ex his gleucinum quidē prorsus aco- ri cod. legi-
 pupum est, ac relaxans: itaq; etiā iis, quos ve tur κομμο-
 hemens lassitudo infestat, est vtile: paulò γινᾶ, id est
 hoc calidius, magisq; relaxans, susinū est. commagi-
 20 Irinum verò & amaracinum, & commaci- no, & ita
 num, etiā susino calefacere potentiora iis omnino est
 affectibus, qui propriè frigiditates dicun- legēdum.
 tur, sunt idonea. Cutis tamen densitati sa-
 nandæ etiā anethinum est satis: maximè si
 25 ex viridi anetho fiat. Facit autem & ad ta-
 les affectus, sicuti etiā ad vehemētes lassi-
 tudines, & acopū quod ex abietis semine
 componitur: id quē admodum preparan-
 dum, sit pòst dicetur. Nunc enim vel hæc
 mi

mihi supra iustū appoſuisse videor: siquidem qui optimo est corporis statu, & liberam delegit vitā, nec in ea quicquam delinquit, & cui peritissimus tuēdæ sanitatis artifex præficitur, in hunc verisimile est morbosos affectus non admodū incidere. Redeamus itaque ad pensum denuo, relictisq; vſtione, refrigeratione, cruditate, vētris profluio, reliquis id genus: fatius enim est in vnū eavolumē coniiicere, quod de morboſis ſymptomatis inſcribemus: in præſenti de iis, quæ post venerē adhibentur exercitiis, diſſeramus: quippe quum de his parum conueniat, aliis ita exercitandū ab hac putātibus, vt in exercitatione quæ apothera-
 pia dicitur, aliis vt in præparatoria. Esto verò præparatoria exercitatio, nec in quātitate laborū intra modū, & in qualitate ipſa incitator, ac celerior. Atqui apothera-
 pica quidē vtēdū cēſent, hi ſicuti in fatigatis, tū vires diminutas, tū corporis ſiccitatē ſuſpectas habēt: quorū vtrūque & à cōcubitu, & ab immodica exercitacione ſentimus. Qui verò præparatoriā adhibendā volūt, hi raritatem, atq; ad ſu-
 dores promptitudinē præcauēt, quæ apothera-
 pica intēdi, è diuerſo præparatoria emendari purant, ipſe laudatis vtriſq;, propterea quòd veritatē ex parte viderūt, ſent

sententias eorū in idem conferā. Nam & instaurādas vires esse, & laxitatē cogendā, nec ficcitatem adaugēdam fatētur vtriq;.

Vna discretio desideratur in vtrifq;, veluti † *In græc.*

5 & in cōpositis omnibus affectibus suprā à *codic. im-*
nobis est dictum, & nunc nihilominus di- *preßus de-*
cetur. Quū enim in idē variū affectus coīe *sunt hæc,*
runt, hi si vnam medendi rationē indicēt, *et si si*
vtriq; intendi magis rationē eā conueniet, *et si*

10 quā si singuli seorsum cōsisterēt: sin con- *si si si si*
trarii sint, is qui vincit affectus prius est *si si si si*
corrigēdus, ita tamen ne reliquū omniū *si si si si*
negligas. At qui vel propter ætatē, vel etiā *si si si si*

15 viriū infirmitas necesse est superet. Qui *cus ita sit*
verò firmiores, & iuuenes (veluti qui nūc *vertēdus:*
est propositus) horū habitus corporis in ra- *si verò ad*
ritatē magis, quā vires in imbecillitatem *huc & re-*
mutatur. Itaq; etiā corrigūtur hi, nō per ea *frigeratio*

20 quæ corpus relaxāt: qualis est exercitatio *in re vene*
quæ apotherapia dicitur: sed per ea quæ co- *rea corpo-*
gunt, ac cōtrahūt, qualis est præparatoria, *ribus acci-*
† proindeq; hac vtendū. J quādoquidem ea *dat, et tūc*
nō solūm motus tum celeritate, tū robore *vtriq; præ-*

25 calorē excitat, sed etiā habitū cogit, ac cō- *paratoria*
stringit. Illud quoq; fatentur gymnastæ exercita- *tione pari*
oēs, ipsa profectò experientia edocti hanc *ter est vtē*
vnam exercitationē mederi raritati posse: *itaque nulla planè ad propositum affectū dum.*

vtilior est. Si verò anni tēpus non dissua-
 deat, nec à frigido balneo abstinendū esse
 censeo. Cibus in modo quidē dabitur mi-
 nor, in qualitate verò humidior, vt tū pro-
 bē cōcoquatur, tum siccitas, quæ ex venere
 cōtracta est, corrigatur. Debet verò nec fri-
 gido tēperamento esse, sed vel medio, vel
 calidiore. Nam quoniā corpus à venere &
 laxius, & frigidius, & imbecillius, & siccus
 est effectū: debēt planē quæ densent, & ca- 10
 lefaciāt, & vires reparent, adhiberi atq; ad
 hæc studiū omne impendi. Ceterū quòd
 efficere hæc venus possit, id docere ad præ-
 sentem disputationem nō pertinet, in qua
 propositū est, quēadmodū optimū corpus 15
 quàm cōmodissimè post veneris vsum ex-
 ercitetur, ostēdere. Quod sanè commodè
 fieri nō potuit, nisi prius tradito, cuiusmo-
 di affectus sit, qui succedere in corpore à
 venere solet. Verū nūc id cōcedi nobis po- 20
 stulamus. In sequētibus cū euidēti demō-
 stratione dicetur, tū quæ veneris facultas
 sit, tū prorsus vtēda sit: nec ne: tū quæ nā ex
 ea cōmoda incōmodaq; pro corporū sta-
 tu, & tēporis anni ratione & loco, & aliis 25
 id genus, quæ utiq; determinare præterea
 oportebit, eueniunt. Post venerē ergo spe-
 cies exercitationis ea esto, quā præparato-
 riam vocant. Post vigilias autem & tristi-
 tiam,

tiam, vel ambas, quæ apothera-
 exercitatio idonea est, si tamē cruditas ab-
 sit. Nam si qua cruditas subest, omnino
 exercitandū nō est. Quōd autē post tristi-
 5 tiam, & vigilias, iam dicta exercitatio ad
 rem pertineat, etiā vsus ipse ostēdit: quum
 ab alia qualibet, nō solūm lædi cernūtur,
 sed etiam imperantes si fortē dolor adhuc † In vete-
 angit, parū æquo animo ferre. Idem ratio ri grec. co
 ipsa cōfirmat, nō minus quān vsus: nā quo di. legitur
 10 niā ā vigiliis, & tristitia, magisq; aridi, ac
 minus dicto audiētes, planē cernūtur, sic
 cius existimādū est, his redditū esse corp^o. an ποσι
 Eiusmodi verō affectus, partim molli fri- 11 γιγνομι-
 15 ctione cū multo oleo, partim tēperato bal-
 neo sanātur, partim agitatione, sed quæ & in ediam
 tarda sit & citra valētiorē nixū, ac quæ sub quādoque
 inde quietē interponat: Is verō apothera- 12 fiunt sicci-
 20 peutici exercitii modus erat. Ad eūdē mo-
 tū ea quæ ab ira, † vel potiōis penuria sicci * Mēdose
 tates fiūt, Icorrīgēdæ sunt. Cōtraria pror- legitur in
 fus à iā dictis ratione humiditates * emēda grec. cod.
 re cōueniet: siue hæ nimie potiōis, siue alia impressis
 quavis occasiōe inciderint: qupe studiū in κατὰ τὰς
 25 his ad siccationē dirigitur. Verūm ea cōis τυρ, pro
 omniū ratio est: mēbratim enim vniciuiq; κατὰ τὴν
 differētix sua est. Igitur si ex lōgiore desi- 13 ἕπ. i. ha-
 dia, & hūctātis alimēti immodico intēpe bitus cor-
 ftiuoq; vsu, cōtracta humiditas est, lōgiore poris.

remedio est opus: sin ex liberaliore potiōe
 quæ pridie sit hausta, citra vllū capitis, aut
 oris vētris affectū constiterit, eā vel vnico
 die perfanēs licet: si sicca frictiōe largius,
 & exercitatiōe veloci, & partiori potione, 5
 & sicciore cibo vtare. Quippe quæ immo-
 dicæ ex vini potiōe humiditates cōsistūt,
 si ex ea re noxa capiti, aut ori vētris cōica-
 ta est, de iis agi hoc loco opus nō est: dice-
 tur em̄ de ipsis quū de morboſis sympto- 10
 matis tractabitur. Quæ verò humiditas ex
 diutina admodū desidīa nascit̄, hęc in pro-
 positū corpis statū oīno nō cadat eque: vt
 nec ea, quæ ex humectātis natura cibi co-
 pia gignitur, quales fructuū autūnaliū plu- 15
 rimi sunt, itēq; olerū, quæ vtiq; acria non
 sunt: siquādo tamē acciderint semel & cō-
 fertim corrigi nō possunt. Nā si eatenus se
 fatigabit homo dū habitū abūdē siccet, in
 lassitudinē incidet, ac febricitabit omni- 20
 no diaria febrī. Quòd si vitiosæ præterea
 humiditates fuerint, etiā febrī, quæ in plu-
 res extēdatur dies. Tēpore verò sanari pos-
 † Mēdosè sunt, vt pōst dicemus, vbi vitiosas intempe-
 legitur in rīes vertere in melius docebimus: q̄ppe si- 25
 græ. codi. milis prouidētia acquisititii affectus est, &
 impressis naturalis intemperamēti: quare † nunc] de
 ῥῆ εἰναι, ipsis differere nō oportet. Reliquum igitur
 pro ῥῆ ὑπὲρ. tur est, vt de matutina, vespertinaq; frictio
 ne

ne agamus, nō ad eum tamen modū quo Quintū respōdiffe dicunt, quū percontanti gymnastæ, quā vnctio vim haberet, respondit, vestis submouēde. Iisdē enim quibus nunc vsus sum verbis, tū gymnastē ro-
 5 gasse, tum Quintum respondisse ferunt. Si **Mendosè legitur in mile Quinti apophthegma est, & quod de græc. codi. vrinis circūfertur, nempe eas nosse, ad *pi impressis* cōtorē pertinere. Etiā illud quod de calido, *περὶ κελῶς,*
 10 frigido, humido, & sicco aiunt, vtique; † balnearū ea esse noīa, quæ ipse sanè nemini *περὶ κελῶς, id est, fullo-* vel Thessali affectatorum impunè dicere, *nis, vt legitur in* nedū Quinto permiserim: quippe scurrarū *gigitur in* eiusmodi facetiæ sunt, haudquaquā homi-
 15 nis tā graue artē profitētis. Satius igitur sit *veteri.* in proposito iuvene, ad hūc modū de ma-
 20 tuta frictiōe differere. Is nāq; aut ex fo-
 25 rino aliqd de quo q̄ri possit nō sentit, aut † *In vete- ri legitur non βαλακ* lasitudine grauat' aliqua, aut alia quapiā *νεῶν, sed* affectiōe offenditur earū, de quibus pau-
 30 loante, ac statim post lasitudinis affectus *βαλανίωσ* haftenus differui. Ac si de nulla qdē re cō-
 35 queritur, superuacuū est eū aut fricare, aut *i. balnea- torum.* † *Mēdosè legitur in* vngere: nisi si qñ ingēti frigori occurrēdū *Græc. cod. impressis* videtur: tū nāq; veluti q̄ frigida sunt vsuri, *εικίπθ* sic eos quoq; frictiōe pręparabimus. Si ve-
 40 rō † lasitudinis sensus vllus appareat, iam *προ τῆς ἰκθ* dictū est hominē tū & vngēdū esse, & mol-
 45 liter fricādū. Simili ratiōne si ficior iusto *πρώδης.*

fit, vngēdus dulci oleo est: nā id sicca corpora humectat, fricādusq; vt omnino parcissimē, ita nec duriter nec molliter est.

Quippe succurrere digestioni in corpus
 * *Quidā* oportet, nō cutis carnisve habitū mutare, *5*
hoc in loco neq; etiā, quod in his cōtinetur, quicquam
mēdosē le- educere: quorū mollis vtrūque dura alterū
gūt pertra facit: Si quidē hęc cutē dēfat, duratq;: mol
ctione, in lis per halitū euocat, ac corpus laxū mol
Gre. enim leq; efficit. Verū cutis dēsitatē corrigere sū *10*
legitur studes, vtiq; ei quæ ex duris, tū frictione, tū
βλάβος * pertactatione, præterea vehemēti exer
πλάβος. citatione, & multo puluere orta est, mollis
vide que frictio cū copioso & dulci oleo medetur.
annotauit Quæ verò contracta ex frigore est, eā pri
mus supra mū frictiōe sicca ac celeri, deinde cū oleo
in pagin. adhibito calefaciētes, naturæ suæ restitue
398. mus. Laxitatē verò: quæ frequēs balneū, &
 mollē frictiōnē, & veneris vsū cōsecutā
 † *In Gre-* est, paucula frictiōe, primū quidē sicca, *20*
co veteri deinde cū oleo quopiā eorū quæ astringāt,
codi. legi- sanaueris. Humiditatē verò, quæ nimie po
tior oup tiōi successit, sicca frictio, & cū linteo ad
ἀλαχισω ministrata, vel cū manica, quā *χρηδα* græ
τινιλαίω cè vocant, interdū etiā solis manibus, idq; *25*
id est cum vel citra oē pingue, vel † cum eo planē ex
oleo quo- guo] corrigit. Sit autē, & quo per halitum
pian exi- euocet, oleū ipsum dulce, omnisq; astringē
guo. gētis facultatis expers: atq; ita quidē se ha
 bet

bet matutina frictio. Vespertina verò iis vtilis est quos vel lassitudo valida premit, vel ficitas malè habet, vel atrophia macerat: ita vocant Græci, quū corpus ex alimento
 5 fructū non sentit. Verū atrophias symptomata nūc præsertim seponatur, vnà cū reliquis morboſis symptomatis, quæ pòſt tractabūtur. In propoſita verò natura, quum vel valida lassitudo, vel immodica ficitas
 10 corpus afficit, prædiū minus eſto, tū ab eo ad cœnā lōgius interponatur tēpus. Plurimū quiescat, exiguū tamē quippiā inambulet, quo cibus per erectā agitationē concuſſus ſubſidat. Vtilius etiā ſit, ſi & aluum
 15 exonerare poſſit: his etenim probè peractis, ſecurus oleo dulci frices, vētrē tamen omnino nō cōtinges, quū alioqui periculum ſit, ne & cibū deterius cōcoquat, & ſucus quiſpiā ex eo ſemicrudus in corpus di-
 20 geratur, & caput turbetur, & ſtomachus ſubuertatur. Optimū igitur fuerit omnino vētrē nō attingere. Quòd ſi in muſculis ei vicinis, vel laſſitudinis ſenſus aliquis, vel ficitas appareat maior, vngi debebūt
 25 mediocriter, & blādē, & ſuſpēſa manu. Ac ſi cauſas quiſpiam eorū quę diximus reddi ſibi cupit, proximū librū legat, in quo de morboſis ſymptomatis agemus: nam hūc mihi videor ſatis hætenus extendiſſe.



CLAVDII GA-
LENI DE SANITATE

TVENDA LIB. QVARTVS,

THOMA LINACRO

ANGLO INTER-

PRETE.

Quæ in quarto libro de tuenda sani-
tate habentur.

¶ Eandem esse rationem vitandæ lasitudinis,
& summouendæ. 15

Vnde singula triū lasitudinis specierū proueniat.
De vlceroso sensu falsam quorundam opinionem
impugnat.

Vlcerose lasitudinis curatio ex prauorum humo-
rum redundantia. 20

Dignoscendi mali succi notæ.

Quæ ex sudore, quæ ex ipsa vrina liceat digno-
scere.

Regula mittendo sanguini obseruanda, ex ipsa
exuperantia humoris cognitione. 25

De cibis & medicamentis quæ hisce lasitudini-
bus conueniant plura disserit.

Curatio vlcerose lasitudinis, si adsit crudorum
humorum redundantia.

CUR

Curatio mixta duarum lassitudinum.

De lassitudinis tensiva curatione.

De lassitudinis phlegmonose curatione.

QUOD plerique omnes recetium medicorum faciunt, qui dum tempus sophistarum cavillationibus terunt, quod maxime necessarium est, aut leuiter tantum attingunt, aut prorsus omittunt, id ipse non faciam: sed (quod ab initio institui) ei quod necessarium duxi insistens, quæ logicam magis speculationem habent, in aliud tempus differam. Statim enim de morboſis symptomatis, de

quibus hoc libro differere statui, non leuis quæstio oritur, ea ne ad valetudinis tuendæ artem spectent, an ad eam quæ medendi rationem præscribit, an harum neutram, sed tertiam quandam, quam nonnulli me-

diam] statuunt, neutramque appellant. Ego ^{† Μίση} ^{ὕγεια} ^{τε} ^{καὶ} ^{ῥεσού.} haud ignarus, siue quis in sanitatis tuendæ, siue etiam medendi arte, eorum meminerit, fore ut æquè à cavillatoribus suggestatur, illud quoque intelligens, etiã si quis ^{id est me-} ^{diam san-} ^{tatis,} ^{et} tertiam tractationem his dicet, de neutris ^{morbi.}

eam affectionibus inscribens, vel magis irrisuros, contumeliososque; futuros, præterea quæsituros de maribus & fœminis in quònam opere præcipiam, in hoc volumi-

ne de iis agere potissimum elegi. Si enim fieri nequit ut sophistarum nugamēta de- uitem, atqui hac ratione minus erunt im- portuni, utique sic faciens, melius consu- luisse videbor. Huc accedit, quod ex specu- latione ipsa, magis intelligitur ipsa doctri- næ communicatio, si quis illa, quæ dicentur, artētius leget: ea hinc ingrediar. Artis quæ valetudinem tuetur non leuis portio est, ea quæ de exercitatiōe præcipit: huius rur- sus non exigua pars est, quæ lassitudines præcauet: porro monstratum in superiori- bus est, similem rationem esse instantis las- situdinis cauendæ, & eius, quæ iam occu- pauit, submouendæ. Ergo nō alibi quem- admodum hanc futuram vites, alibi quem- admodū iam vrgentem corrigas, tractan- dū est. Atq; hac quidē de causā in proximo libro, qui totius operis tertius est, de lassitudine quæ exercitatiōi superuenit dispu- ratum erat, simul habita mētiōe de simi- libus affectibus, quorum alioqui exercita- tiones maximē sequebantur. Nunc primū quidem de his, prout citra exercitatiōem incidunt, agemus: secūdo loco de illis, quæ similitudinem quandam cum his habent. Ac quæ immodicas quidem exercitatiōes lassitudo excipit, sanorum symptoma est: quæ verò sine his cōsistit, morbosum. Itaq;

32

& ab Hippocrate dictum commodissime videtur. [Lassitudines sponte nate morbos nunciant.] Atque ulcerosus quidem sensus symptoma lassitudinis est. Causa vero unde ea nascitur, affectus lassitudinis est. Porro huius rursus ipsius causa bifariam scinditur: Aut enim intra ipsum animalis continetur corpus, vocantque graece *ὑπονοσηρία*: aut omnino non inest, vocantque *προκαταληκτικά* *græco.*

10 [Nos illam internam, hanc externam, non incommodè vocemus.] Itaque tria in uniuersum genera sunt, de quibus habendus sermo est, ipsius lassitudinis symptoma affectus unde hoc oritur, & affectus ipsius causa. Cuiusque verò horum species quadam differentes sunt: causarum (ut modò diximus) externa & interna: affectus, ut in precedenti libro docuimus, is qui ulceris: & qui tensionis: & qui phlegmones sensum inuehit: symptomatis verò, ipsi tres sensus [neque pauciores verò:] neque plures his differentiis veras saltem, nominare possis. Qui igitur ulceris sensum facit (incipiendum enim ab hoc est) motus quidem graue excitat sensum, seu corpus ulceretur: idque vel circa cutim tantum, utique quum est moderatior: vel circa subiectam illi carnem, quum est valentior: vel circa utramque, quum adhuc est atrocior. Atque hoc quidem est lassitudinis symptoma. Affectus

Etio verò ex qua id nascitur, acrimonia est tenuis, & calidi humoris, qui corpus erodit stimulat, ac pungit. Oritur hæc aliquando ex immodico motu, vt in proximo libro ostendimus: aliquãdo ex vitioso succo, qui imprudētibus nobis in corpore succreuit. Tales verò lasitudines, spōtaneas Hippocrates appellat. Alterū verò lasitudinis genus (nēpe in quo tēfio sentitur) quoties sua spōte incidit, plethoris superuenit: quippe tenduntur ꝑ ex hac solidæ animalis partes, præcipuè in quibus succi cōtinētur. Tertiū lasitudinis genus quod phlegmōnes sensum affert, ex ambobus oritur, tum nimia boni succi abūdātia, tum prædicto vitioso succo. Nō enim quæuis mali succi species, sed tantum in qua rodens acrimonia cōtinetur, vlcerosam lasitudinē creat: sed nec eiusmodi quidē succus, dum in venis cum sanguine miscetur. Latet enim tū eius vis: vt pote trāsfluentis, & à sanguinis bonitate superati. Verum quū ab his trāsflatus in carnibus, & ad cutem solus hæret, vlcerosum sensum tūc ingerit. Qui verò ex abūdantia nasci hanc lasitudinē putant, sanè falluntur: nam neq; ex ea copia, quā plethorā dicimus (hæc enim eam, quæ de tensione quaritur, gignit) neq; ex ea, quæ vires prægrauat. Nō enim erosio aut vlceris phanta

Al. in τὰς
ταύς, id est
in his.

† δὲ ἀβύσσω
† εὐκὸς ἀ-
βύσσω, id
est affectū
et sensum.
* ἀκρόδης
αὐτῶν, i.
vlceris sen-
sus.

taſia, ſed vel grauitas, & ad motiones ſe-
gnitia, talis ſunt abūdantiæ ſymptomata,
vtiq; dum ad animales collata vires, eas ſu-
perans premit, vel pulſus quædam vitia, ſi

5 quādo vitalē vrget, de quibus dictū abūdē
eſt, in iis quæ de pulſu ſcripſimus, æquē vt
in libro quē de abūdantia ſcripſimus, etiā
notas, & naturaliū virium quū premūtur,
& reliquarum ambarū, tradidimus. Non

10 eſt igitur abūdantia, eius laſitudinis, quæ
vlceris ſenſum præfert, cauſa, imò humo-
rū, qui in cute & carne cōtinentur, acrimo-
nia: hæc enim vt quieta ſenſum latet, ſic
agitata, protinus ſentitur. Motus huic laſ-

15 ſitudini primus, ac plurimus propriis qui-
buſdā rationibus accedit, quas mox dice-
mus. Alter ex incidenti ſcilicet, quū nobis
partē aliquam, aut etiā totū corpus moue-
re volētibus, cum hoc humores qui in ipſo

20 cōtinētur, ſimul mouemus. Verūm hic mi-
nimus eſt motus, & laſitudinis duntaxat
ſenſum infert, vehemētior rigorē excitat.

[Appello nunc rigorē nec illum vehemen-
tis frigoris ſenſum, nec duritiem, ſed iu-

25 æqualē totius corporis concuſſum, & tur-
bationē,] medius verò inter vtrunq;, hor-
rorē inducit. Quod autē nihil obſtet, etiā
ſi calida cauſa ſit, quò minus rigorē horro-
remq; excitet, in iis, quæ de ſymptomatum

cau

[Hæc in
Græc. cod.
non habentur,
neque videntur
adiicienda.]

causis scripsimus, ostensum est: nunc fatis
faerit, summas tantū eorū, quæ illic prodidi
mus ad presentē disputationē, quasi basim,
subiicere. Quum in sensibili corpore suc-

*Locus in Gre. codi. impres. est diminu- tus. Interpres autē ne sententiā relinque- ret mutila tū hæc pau- ca adiecit, quorū lo- co hæc ha- bentur in veteri gra- co cod. κὸδ θυμῆ, ἢ κὸδ τῆς ἐκ τῶν κρητῆρον 70. βεβαιῶσις. i. ex ira, tū ex ambi- eis calidi- tate.

creuit excrementū mordax, duplici id ratio- 5
ne ad motū incitatur: vna, quū à sensibili
ipso corpore impellitur, utpote quod repel-
lendi alieni vim obtinet: altera quū vehe-
mentiore motu agitur, id quod tum ab ex- 10
ercitando, *tū frictione, tū balneo] con-
quirit. Ergo quæ subcalida & putrida ex-
crementa sunt, vbi vehemētius mouentur
nō horrorē modò rigorē ve (qualē dimus)
afferunt, sed etiā febrem accēdunt. At quæ
frigida sunt, & ex partibus tenuibus con- 15
stāt, ea horrorē quidē rigoremq; creāt nō
tamen febrē excitant: porrò vim quādam
vtriusq; cōgestam esse oportet, si hæc fe-
cerint. Quæ verò aut planè exigua in sen-
sibilibus corporibus excrementa morda- 20
cia, aut multa illa quidē, sed tamē non pla-
nè adhuc mordacia subhæserunt, hæc vlce-
rosam lassitudinē faciunt. De quibus utiq;
hoc libro nobis est agendum quando quæ
febrem accendunt, ea ad medendi artem 25
spe ctant. Sanatio vtriusque generis partim
cōmunia curationis amborū consilia reci-
pit, partim vtriusque propria: dicetur verò
prius quæ communis sanatio est. Oportet
igi

igitur excrementum siue calidum id sit, siue frigidū, ipsum aut expellas, aut certè alteres. Recipit verò non omne excrementū alterationē à natura: si quidē nec omnibus in cuiusuis animantis ventre concoquitur: sed cognatio quadam ei quod concoquit: cum eo, quod concoquitur, esse debet. Quod igitur omnino alienum est, nulla fieri ratione potest, vt id naturæ suæ gratiam recipiat, sed educere id quamprimum est tentandum: æquè certè vt quæ in ventre corrupta prorsus sunt, ea vel vomitione, vel deiectione expelli profectò est optimum. Non tamen perinde promptum est in carne, atque aliis corporibus imbibitum vitiosum succum educere: vt qui in eis, quorum sensibilis capacitas est, continetur. Interdum nec ipsa laborantis natura, medicamentum quod malum succum maturè vacuet, admittit: Sicuti interdum & alius quispiam affectus obstat, qui talem educendi rationem respuat. De quibus mox dicam: si prius quod reliquum erat, in superius posita diuisione, adiecero. Quippe quæ communiter spectat, qui excrementorum vitiiis medentur, ea iam diximus vacationem, alterationemque esse: propria verò vtriusque generis nunc adiiciamus.] Neque enim vna tantum ratione est.

In Gre.
codic. im-
pressis legi-
tur ἰσχυρὸς
διὰ κατὰ
πάντας
διὰ τὴν
ἀμάρ, sed
in veteri
habetur ἰ-
διότῃ
κατὰ τὴν
ἐν τῇ
πρῆσι
i.
aū vtraq;
in muta-
tione est.

*Mēdosē
legitur in
Græ.cod.
impresis
τὸ λοιπὸ
pro τὸ λυ-
πὸν] &c.

tione educendū, alterandūve est: sed ex-
plorata quæ*ei quod affligit: maximè sit
accōmodata, ei est insistēdum. Ea verò (vt
in summa cōplectar) ratio est, quæ ex con-
trario opē molitur: priuatim verò quæ ex
cuiusque contrario. Et summæ quidem to-
tius rei, hæc sunt quæ latius tamē nobis nūc
explicandæ sunt, vnà cum sua cuiusq; eui-
denti demonstratiōe: idq; ab vlceroso af-
fectu orsis. Quoniā igitur eiusmodi lasi-
tudo vitio acrium excremētorum oritur,
ante omnia considerandū est in solidis'ne
tātum corporibus, an intra venarum sinus
malus succus contineatur. De iis verò que
intra venas sunt, nullum planè nec manife-
stum, nec euidentis signum habemus, præter
solam vrinam: coniiicere tamē ex his licet.

†In græc.
legitur, ἢ
καθάρσι-
σιν, ἢ ἰμι-
στοις, ἢ ἀ-
φίστασιν. i.
aut purga-
tionibus,
aut vom-
itibus, aut
gestatio-
nibus.

Primū æstimabimus quonā, qui affligi-
tur, vsus sit victu: secundò solitūne sit ma-
lum succum naturæ sponte congerere: ad
hæc, an naturalis aliqua, & consueta excre-
tio iam desierit: quartò an exercitatione
†purgatione per vomitum, aluūve] aut
vsu aquarum sponte nascentium soliti su-
peruacua expellere, id intermiserint. Atq;
in victu quidem videndum, an cruditas &
crebrior, & maior, quàm ex consuetudine
præcesserit: an mali succi cibis copiosè se
impleuerint: an vinum pro antiquo mustū
pro

pro tenui crassum, an * aqua marina mistū * *τιθαλασ*
 biberint: an etiā prorsus à vino se ad aquæ τόμενος.
 portionē transfulerint: nec semel, bis' ve in
 quolibet horū peccauerint: sed assiduè bo
 5 noq; tēpore. Secundò, sicuti diximus, æsti-
 mandum, num ex eorū numero qui facile
 malum succum cōgerunt, lassatus ipse sit.
 Deprehendas id percontatus an scabie, aut
 lepra, aut vitiligine, aut pruritu crebro sit
 10 affectus. Item an erysipelas, aut herpes, aut
 elephantiasis, aut ophiasis, aut alopeciasis,
 aut pustulæ crebræ, aut epinyctides, aut
 deniq; vllum symptoma quod ex vitioso
 succo & natū & auctum est, illum malè ha
 15 buerit. Ab his cōsideranda diximus, cōsue-
 ta ne vlla excretio retēta sit per vomitum,
 vel hæmorrhoidas, vel fistulam aliquā, vel
 dysenterian, vel si mulier est, per menstruū
 profluuiū. Deinde num ipse medicamēto
 20 se purgare semper solitus, id intermiserit.
 Nōnulli enim sunt, qui deiectoriis medi-
 camentis, alii vomitoriis, aut vrinā sudo-
 rem' ve cientibus, aut vsu sponte nascen-
 tium aquarū, vtique quibus aut sulphuris,
 25 aut bituminis, aut nitri vis inest, vere, vel
 autumno quotannis soliti excrementa va-
 cuare, aliquādo id negligunt. Multi (vt di-
 ctum est) exercitationum consuetudinum
 dimiserūt. Alii rursus omnis frictionis, aut

balnei, aut à vino dulci post balneū vomit
 tionis, morem prætermiserūt. Sanè cōstat,
 non illorum modò nos, qui optimo sunt
 corporis temperamēto fecisse mētionem,
 sed quò nihil in mali succi causarum cata-
 logo sit prætermissum, etiā eos qui vitio-
 sum succum natura pròptè congerunt, ser-
 mone comprehendisse: de quibus fusius in-
 ter vitiosos corporum status proximis vo-
 luminibus agemus. Atque ex his quidem ¹⁰
 de mali succi modo coniecturam facere
 oportebit, ac remedium ad mensuræ eius
 quātitatem proportionem inuenire: medio-
 crius, si omnino sit exiguus, & ad cutē tan-
 tum collectus: valentius, si multus & in ¹⁵
 profundo. Prius verò eius qui exiguus, &
 iuxta cutem est, curatio dicetur: deinde
 eius qui in carne residet: tertio ab his lo-
 co eius cui totus sanguis impurus excremē-
 tosusq; est. Sed si quis iam institutum mi- ²⁰
 hi ab initio repetens, boni succi iuuenem
 dederit, qui prius salubri omnino victus ra-
 tione sit vsus, nunc necessitate quapiam vr-
 gente, longi temporis iter confecerit: In
 quo nec exercitatus, nec lauatus pro con- ²⁵
 suetudine fuerit, cibis potioneq; mali suc-
 ci vsus sit, tum à prādio vel cœna, vel etiā
 toto die, vehiculo sit vectus, nec bene ple-
 runque dormierit. Illud tamen addatur,
 nih

nihil huic in modo assumptorum erratum esse, proindeque nec in cruditatem ullam incidisse: talis multum mali succi congestisse profecto nequiverit: itaq; etiam nec

5 remediū operosum requirit, imò exercitationem tantum, quæ apotheraia dicitur: quam in proximo, ante hunc libro docuimus: vbi pariter de accommodata ei rei vitus ratione precepimus: quò minus est hic

10 multis morandum. Tantum eius meminisse conueniet, huc omne consilium dirigere, qui corpora sic affecta curat, vt excrementa, quæ circa cutem sunt, educat: propterea quòd affectus in hac vna consistit,

15 Itaq; rursus detur, eundem iuuenem præter alia, quæ eadem sint, etiam in cruditates sæpè incidisse. Detur & vlceris sensum habere non cute tenus modò, verum etiam aliis in corpore, sic vt totum id malis succis refertū suspicere: huic nec exercitatio-

20 nem, nec vllum omnino motum iniungemus, sed quiescere, ac dormire iussum, in abstinentia totum diem exigere cogemus: Dein vesperi pinguius vncto, & tepèrato

25 balneo mediocriter lauato pro cibo dabitur sorbitionem aliquam boni succi, sed planè quàm minimam: nec tamen à vino eum abstinebimus, cōcoquit enim id semi-
 crudos humores: quātū aliud quiduis, tum

fudorē vrināq; promouet, ac somnū cōci-
 liat. In iis autē qui ita se habent, id agendū
 nobis est, vt quod mali succi iam planē
 corruptū est, nec cōcoqui etiam potest, id
 fudore vrinaq; expellatur: quod semicoctū
 adhuc est, cōcoquatur, atq; vtile reddatur.
 Id autē optimē quiete somnoq; confiet. Si
 ergo is peractis, malū constiterit, ad cōsue-
 tudinē rursus reducendus homo est. Sin in
 posterū etiā diē duret, de valētiorē iam re-
 medio est cogitādū, maximē si per noctē,
 vel lassitudo magis quā antē, vel fastidiū
 infestet, vel peruigilet, vel somnos turba-
 tos, & timaginationibus inquietos habeat:
 his enim si vires non dissuadēt, duorū alte-
 rū, aut sanguis mittendus est, aut purgatio
 exhibēda, sed discernētibus nobis, vtrū ma-
 gis expediat, vt mox dicetur. Sin vires im-
 becilliores dehortātur, sanguis mittendus
 haudquaquam est, sed deiectio mediocris
 adhibēda. Cuiusmodi autem deiectio me-
 diocris sit, in sequētibus docebimus: sed si
 prius quę priora sunt definiuerimus. Nam
 viriū robore cōstāte, si lassitudo adhuc in-
 festat, æstimādū est cū sanguinis ne copia,
 an cū crudis humoribus, an per se solus cō-
 sistat vitiosus humor, qui lassitudinē creat.
 Nā si quū sanguinis copia, aut vena incidē-
 da, aut aliquid quod tantūde valet, agēdū.

Sanē

† In Aldi.
 mēdosē le-
 gitur τρᾶ-
 χωσι,
 pro τρᾶ-
 χωσι.

10

15

20

25

Sanè tantũdè possunt hæc quibus hæmorrhoides sunt retetæ, si has emiseris: si mulieri menstrua cõsuetudo cessauit, hæc prouoces: Si quibus horum nihil est, si malleolos

5 scalpello incidas. Post hæc aluus eo medicamèto deiicienda est, quod maximè accommodatũ malo succo sit. Quòd si vitiosi tantũ succi, hiq; citra sanguinis copiã subsint, purgatio petèda est, quæ infestanti ex-

10 cremèto sit accommoda. Infestat verò aliàs biliosum, aliàs atræ bilis, aliàs pituitosum, sed quod vel falsum, vel acidum sit: atque horũ quodlibet aut crassius, aut sero propius, aut media quapiam consistencia: de

15 quorum discernendorum notis nunc agamus. Si cum pustulis quæ Græci *κωνθήματα* vocant, lasitudinis affectus cõsistat, ex his facilis inuentu erit excrementi species: sin absq; his in boni quidè succi corporibus,

20 tum ex iis qui præcesserunt cibis, tum reliquis, quæ ipsis corporibus inciderũt. In his verò qui malos succos natura colligunt, hinc quoq; nihil capiendũ. Sed de eiusmodi tẽperamētis vberius pòst agetur nũc de

25 reliquis agamus, ex quib⁹ licet de mali succi specie cõiecturam accipere. Qui in otio degũt, hi pituitosum aceruare succũ solènt. Quos multus labor exercet, hi biliosum vel melancholicũ: illũ æstate, hũc autum-

no gignunt. Quinetiã an diuturni labores fuerint, inspiciendũ est: quanto enim fuerint longiores, tãto sunt ad atrã generandam bilẽ magis procliues. Praterẽa qui cũ multo sudore obeuntur, hi crassius excrementum faciũt. Qui sine sudore peraguntur, magis tenue, veluti qui hieme, & frigido aëris statu suscipiuntur. Considerãdũ ad hæc est, non solũ de vrinæ multitudine, [& qualitate] sed etiã de sudoris qualitate, hic nanq; partim acidus, partim falsus est, partim veluti lutũ, aut virus planè olet: licet autẽ hoc ex strigili deprehendere quũ lauãtur. Sæpẽ nanq; amarus planè apparet, qualis vtiq; morbo regio laborãtibus emittitur. Eius verò dignotio, etiã citra gustũ facilis est ex solo colore quippe pallidus pro eiusmodi bilis ratione apparet. Sæpẽ tamen post validissimos labores, vehemētẽq; æstũ, planè flauus cõspicitur. Aliquando medius, atq; ambobus mistus cernitur: veluti quodammodo ex pallido flauus, *ὁ κίσεσθον* græcè dicũt. Ad eundem modũ & ipse bilis humor se habet, quãdo hunc quoq; in vomitu, deiectioneq; aut pallidum, aut flauum, aut ex vtroq; cõpositum licet intueri. Qualiscunq; verò is in corpore habetur, tale necesse est eius appareat serum. Ac sudor quidẽ succorum, qui

in vniuerso corpore abundāt, nota est: vrina eorū tantū, qui vasis continētur. Omni no ergo nihil omittendū: sed sudor quoq; ipse (vt modò diximus) inspiciendus. Aliquando verò ipsum qui afficitur gustare sudorē suū, quo certius internoscatur, iu-
 5 bebimus. Id quod aliquādo sua sponte accidere solet, dum ex fronte, & eius partibus in os sape delabitur. Aestimare praterēā
 10 vrinae tum cōsistētiā, tum colorē oportebit: sed nec quæ in ea pendent, aut sūdunt, pratermittere cōueniet, sed omnia perpēdere. Cuiusmodi enim sanguis fit, qui in vasis cōtinetur; ea planè ostendunt, quan-
 15 do si is biliosus sit, serum quoq; eius biliosum esse necesse est: idq; pro vtriusuis bilis ratione: simili modo pituitosum, si is sit pituitosus. Ergo vbi crudus planè is est, vtiq; tenuis aquosaq; vrina cernitur, nihil
 20 nec quod sūdat, nec quod pendeat in se habēs. At vbi is cōcoctus est, hæc in vrina apparēt, atque etiā nubeculae quædam desuper tenuēs superstant, veluti quod in summo lacte colligitur græcè γρᾶς dicitur, &
 25 quod in summo refrigerati iusculi cōcreuit. Quòd si turbida sit, qualis veterinorū visitur, crudis refertas venas indicat, nō tamē cessare naturā, sed eos valēter con-
 quere. Si verò celeris separatio crassi à li-

quido in ea cernitur, fitque quod subsidit album, leue, & æquale iamiam superaturā
 † *Mēdosē* eos omnes naturā † indicat. Sin quū emin-
legitur in gatur pura sit, protinus verò turbetur, iam
græc. cod. crudi succi cōcoctionē aggredi naturam 5
impressis. docet. At si interposito tempore turbetur,
 † *ἄσσει, pro* nō protinus sed pōst, aggressurā insinuat.
 † *ἐπιλοι, vt* Verūm omniū quæ turbantur vrinarū ge-
legitur in neralis nota esto, ipsius crassi à liquidiore
veteri. separatio, aut properè, aut tardè facta, aut 10
 omnino nulla. Ergo si protinus fiat, &
 quod subsidit, fit albū, leue & æquale, supe-
 riorē longè naturā succis, quos cōcoquit,
 ostendit. Sin bonum sit quod subsidit, sed
 quod post longius interpositū tēpus colli- 15
 gatur, etiā naturā tēporis spatio superatu-
 ram succos nuntiat. Si verò vel omnino
 nulla separatio, vel id quod subsidit malū
 fit, imbecillitas naturę significatur, egetq;
 ope aliqua ad succos percoquendos. Sicuti 20
 verò vrina, succorū qui in vasis sunt quali-
 tatem prodit, ita sudor aliq;, quæ per vni-
 uersum animalis habitū apparent, eos, qui
 illic sunt, affectus demonstrāt. Quippe su-
 perantibus in eo calidis succis, insolito ca 25
 loris sensu vrgetur: frigoris verò, quū fri-
 gidi dominātur. Iā albiore, pituita supe-
 rante, pallidiores, bili abundāte cernūtur:
 quod si meracior bilis sit, etiā planè flauio
 res.

res. Siquidē color à succo prouenit, nō ex solidis animalis partibus, vtiq; quū se succi in altum nō receperunt. Accidit verò id illis propter frigora, rigores, vel animi affectus: veluti timorē, vel ingentē tristitiā, vel incipientē verecundiā: quorū nullū si adfit, nunquam se in altū recipient succi. Aequē nec in cutem violentius irruentes, hanc adurēt vnquam, nisi animus, aliquo modo affectus sit, aut æstu immodico animal extrinsecus obsessum. Ergo vehementer commotis, aut iratis, aut in pudore, veluti reciprocantibus se humoribus, inspicere colorē non oportet. At si nec ambientis violētia calidi, frigidive, nec vllus animi affectus, cuiusmodi iam dictus est, subsit, certissima succi animalis cognitio ex colore datur. Tanquā igitur corpus, sicubi albius solito est effectū, pituitosum abundare succū indicat: sicubi pallidius, aut flauius, biliosum: ita sicubi ad rubicundius, quā pro natura, est mutatum, sanguinis abundantiā subesse significat: sicubi ad nigrus, nigrā superesse bilē ostendit. Videas præterea ceu plūbi colorē aliquādo nōnullos habere: rursus aliquādo ceu misturam esse albi liuidiq;: aliquādo liuorē solū sine albo cōsistere. Ergo eiusmodi colores, crudos dominari succos indicant, qui quū

de genere sunt pituitæ, minus tamē humi-
 ditatis habēt, quā ea, quæ publicè voca-
 tur pituita: plerunq; verò huic nec lentor
 inest. Nā is si adsit (Praxagoras eiusmodi
 succū vitreū appellat) egregiè quidem fri-
 gidum, crassum tamē eo, quē crudum per
 eminentiā vocāt, certè minus. Generaliter
 igitur eiusmodi succi omnes, albi crudiq;
 sunt: nomēclaturā verò alius aliā sortitur.
 Nec attinet ad præsentē disputationē ea
 omnia distinguere, quippe ad quam illud
 tantū cōmunē omnium accidēs pertinet,
 quòd hi succi percocti à natura non sunt,
 sed crudi adhuc manēt: siquidē sanguis in
 medio est biliosorū, atq; horū, quorū utiq;
 genus vno vocabulo appellare licet, vel
 crudū succū, vel pituitā. Illi nanq; ex san-
 guine fiūt, vbi supra iustū modū est perco-
 ctus, hi verò ex eo nōdū perfectō. Sunt au-
 tē vtriusq; generis, innumera particula-
 res differentiæ: cæterū quæ ab his qui in ta-
 libus sunt periti innumeratas species iam
 descriptæ: quartū tamē ipsarū adeò hic o-
 mnium meminisse necesse non est, vt etiā
 satis sit eas ad vnū caput redigere, quod ti-
 bi veluti scopum agendorū proponas. Nā
 quoniā alii priusquā ad exactū sanguinē
 nutrimentū peruenit, veluti semicocti sunt,
 alii prorsus incocti crudiq;, alii paulò ab-
 sunt

sunt à sanguinis forma: rursus alii sanguinis faciēda, siue (vt ita dicā) sanguificatio-
 nis veluti vltima pars, qui vtiq; excessu ca-
 loris proueniunt: quorū alii paululum, aliū
 5 plus, alii plurimū à sanguine recesserunt:
 vbi paululū vel citra sanguinē restitutū,
 vel vltra processum est, audacter mittēdus
 sanguis est: vbi plus, consideratius agēdū:
 vbi plurimū, in his nullus omnino mitten-
 10 dus est. Inspecere verò & quantitātē cōue-
 nient, vt, verbi gratia, si bonus sanguis exi-
 guus sit, reliquus verò succus plurimus,
 vtiq; in his abstinendū à detractiōe san-
 guinis est: sin is quidē exiguus, sanguis ve-
 15 rò copiosus, audacter incidenda vena est.
 Dein deicere (vt dictū est) aluū oportet,
 ratione habita de abundantis succi copia
 pariter & specie. Quòd si quis vel propter
 atātē, vel timiditatē, permittere se medi-
 20 co ad sanguinē vllō modo detrahēdū no-
 lit, huic deicienda largius aluus est: aut si
 id quoq; suspectū habet, alia ratione edu-
 cendū superuacuū est. At in proposita no-
 bis hactenus natura alias vacuandi ratio-
 25 nes inuenire difficile nō est: in aliis cū di-
 scretione, & diligētī examine disquiri eas
 conueniet. Eā discretionē pōst trademus,
 vbi de pposita boni succi natura tractatio-
 nē absoluerimus. Pone enim talē hominē

ex mala victus ratione lassitudine affectū,
 deinde ex his quas retulimus notis, in ve-
 noso vasorū genere apparere subesse illi
 copiā semicrudorū succorum, in reliquo
 verò corpore toto multitudinē horum 5
 mordaciū, quos lassitudo secuta est, auctus
 præterea illi quodāmodo & sanguis esto.
 Maximè ergo (vt dictū est) detrahere pri-
 mo de sanguine oportet, deinde succum
 illū educere, qui superare videtur. Non su- 10
 stinente autem homine sanguinē sibi de-
 trahi, augere deiectionē. Si verò neutrum
 admittat, aliā quampiā rationē iniri, qua
 maximè si nō breui, at longiore tempore
 pristinam corporis habitudinē homo 15
 recipiat. Quoniā ergo duo prima sunt, qui-
 bus primū intentus sit oportet, qui eiusmo-
 di affectibus medebitur, crudorū siue etiā
 semicoctorū, qui ante sanguinis perfectio-
 nem fuerūt, percoctio: & acriū ac morda- 20
 ciū, qui secūdi sunt, & sanguine postero-
 res,eductio: abstinere eos conuenit ab om-
 ni valido motu. Blādè verò vnctos, atq;
 oleo perfrictos, perquā suauī lauare bal-
 neo, inde in ocio abstinētiaq; habere, atq; 25
 etiā somno si fieri potest, minimè ignorā-
 ribus, nihil esse quod æquè concoquat ea,
 quæ cōcoqui possunt, & malos succos per
 habitū digerat, vt somnus à balneo. Quū
 igitur

igitur (vt paulò antè diximus) primo die experti an facilè finita lassitudo sit, similiter grauatū hominē cernimus, tū mittendus in balneū secundo etiā die est, tum in quiete, abſtinentiaq; habendus: æquè verò & ſi iterum, & tertio [oportere videris, itidem] ieiunū lauabis, quietē ac ſomnum ipſis lauatiōibus interponēs. Cōducit ad ſomnū nō in poſtremis ipſum quoq; balneū: ſunt enim qui eo ſunt uſi omnes magis ad ſomnū propēſi, modò maioris momēti nihil obſtiterit. Adeò tibi ſomnus, & cauſa, & ſignū percōmodū ſperatæ vtilitatis ſit: velut è diuerſo, nō poſſe à balneo dormire, nec cauſa, nec ſignū eſt commodum. Quippe plerunq; redundantis ſucci indicia, ex ſomno vigiliisq; ceperis: frigidī nanq; ſucci marcorē, quod $\kappa\tilde{\omega}\mu\kappa$ Græcè vocāt, & longiores ſomnos inducunt: calidī & mordaces vigilias: & ſi quādo dormitur, variis imaginibus inquietos, & turbatos ſomnos efficiunt, ſicut ſtatim excitēt. Sicuti autē in primo die, ita etiā in ſecundo, ſorbitionē & minimā & ſimplicē illis exhibebimus: quippe largè his apponere, quibus auferri potius aliquid debeat, planè eſt cōtrarium. Sicut ruruſus omnino nō nutrire, & faſtidia ſtomachi, quas Græci $\alpha\sigma\alpha\zeta$ vocant, creat, & eundem lædit, &

vires labefactat, & malū saccum adauger.
 Ergo exiguū his dandū, ac potissimum si
 fieri potest ptisanæ cremor, simpliciter cō-
 ditus: sin aliter, * farris, eodē quo ptisana
 modo præparatus, cum paulo aceti adie-
 cto, præsertim si cruditatis abundantiā, vel
 in venis, vel in toto corporis habitu, sub-
 esse suspicamur. Quippe si nihil prorsus
 aceti sit alicæ admistum, glutinosior erit,
 quàm vt propositis cōducat: itaq; obstruet
 magis quàm detergebit habitus meatus.
 Quod tamē maximè petitur in crasis ac
 glutinosis succis, cuiusmodi planè omnes
 pituitosi sunt. Ac boni quidem succi far
 ipsum est, & propterea eiusmodi qui à vi-
 tioso facillè securos præstet. Cæterū nisi lē-
 tor eius corrigatur, adiectis aceto & porri
 modico: nō solū obstruet, sed etiā nutriet
 pleni⁹ quàm propositis sit ex vsu. Hac itaq;
 de causa ptisanæ cremor, in hoc casu tu-
 tior est, vt q̄ tū modicè nutriat, tū nusquā

† In vete- per angustos meatus hæreat, † sed & per-
 ri græc. co- meet ipse, & meatus per totū detergeat, et
 dic. addi- quicquid in semicoctis crudisve succis cōti-
 tur ωπρε netur crasi, id dissecat ac resoluat. Horū
 ἰχθύνου ipforum gratia & mulsā his idonea est, &
 id est quæ oxymeli, & apomeli, & piper, & zingiber:
 admodum postremò omnia quæ citra vitiosi genera-
 alica. tionē succi, humorem crassum dissecant,

fol

solvuntq̄: quorū materiā latius in sequen-
 ribus prosequemur. Ad institutū verò nūc
 fermonē, exempli loco posita sint, & quæ
 iam sunt dicta, & quæ nunc dicēda. Frugū
 5 nanq; maximè apta est prīsana: oleum so-
 la lactuca: pisciū, qui saxatiles dicūtur: pa-
 nis, qui & furno coctus, & fermentatus, &
 modicè purus est. Aues monticolæ, potio
 oxymeli, mulsa, vinū tenue, & album, se-
 10 melq; quæ boni sunt succi, eademq; deter-
 gēt, nec glutinosa sunt, nec crassum succū
 efficiunt, nec valēter nutriunt. Quæ verò
 vrinā cient, hoc casu non probo: maximè
 quæ præualētia ex his sunt, & sanguinem
 15 calefaciunt ac liquant: quippe quod cōco-
 quendū probè est, huic tanta adhuc vexa-
 tio nō cōuenit. Hæc itaq; omnia secundo
 die facienda ad hunc modū sunt, atq; etiā
 tertio, quartoque. Ad hæc prætereà, si tum
 20 lassitudinis sensus leuetur, tum corpus co-
 loratus appareat, tum somni quieti, &
 vrinæ concoctæ sint, fricare quidē libera-
 lius, exercitare verò parcè hominem aude-
 bis. His ita peractis, si nullus lassitudinis
 25 sensus prætereà supersit, ad consuetas sta-
 tim exercitationes hominem reduces: sin
 quicquā appareat priorū, aut symptoma-
 tum, aut notarū, rursus tu quoq; in id intē-
 tus, mutare tētabis ea quæ particulatim nō
 rect

rectè habēt. Si itaq; folius lassitudinis sen-
 sus recordatio superest, ceteris notis omni-
 bus bene se habentibus, utiq; apothera-
 piæ munere lassitudinē summouebis: sin autē
 turbata notæ sunt, & veluti cōfusæ, cæte-
 rū lassitudo abest, in quiete maiore serua-
 re hominē oportebit. Si verò ambo coie-
 runt, eadem ratione hominis curam ages,
 qua prius vsus in eum statum duxisti, quo
 etiam exercitationis aliquid tētare aude-
 res. Atq; ita quidem iam cōprehensio affe-
 ctui medendū censeo. At si in eodē homi-
 ne reliqua eadem sint, cæterū in lasso cor-
 pore sanguis bonus exiguus fit, crudi hu-
 mores plurimi, huic nec sanguis mittēdus,
 nec alui deiectio, aut exercitatio, aut om-
 nino motus aut balneum adhibendum.
 Quippe incisa vena bonū sanguinē emit-
 tit, malū qui in primis maximè venis cir-
 ca iecur, & quod mesenterium vocāt colligi-
 tur, in totum attrahit corpus. Deiectio ve-
 rò in talibus, tormina, & rōsiones creat,
 animiq; deliquia, cū eo quod nec notatu
 quippiā dignū educit: quādo crudi omnes
 succi, pigri, atq; ad motum inepti, propter
 crassitudinē frigiditatemq; sunt. Quò fit,
 vt etiā omnes angustas vias obstruant, per
 quas id quod medicamētum deiicit, ferri
 ad aluum debeat: itaq; nec ipsi educantur,
 &

& aliis sint impedimento. Id quod sanè Hippoc. illo oraculo præcauit, quo breuif-
 fine præcipit: [Concocta medicamento
 tentâda esse, non cruda.] Eadem de causa,
 nec exercitare, nec omnino mouere, sed
 nec lauare expedit eos, qui in primis venis
 crudorū copiam habent: siquidem omnes
 id genus motus, succos illos in totum cor-
 pus agūt. Seruandi igitur hi sunt in omni
 quiete, dandaq; ipsis cibus, potio, medica-
 mentaq; sint singula eius generis quæ at-
 tenuent, dissecent, & conficiant succorum
 crassitudinem, idq; citra manifestum calo-
 rem. Nā qui excalfacti vehementius succi
 sunt, ii in omnē corporis partē feruntur.
 Ergo nutries hos maximè oxymelitæ, ali-
 quādo etiā ptisanæ, & multi exiguo quo-
 piam. Sustinent enim hi victum, si modò
 alii vlli, tenuem: ipsa nimirum crudorum
 copia, quos paulatim coquunt, ad corporis
 alimentum abutentes. Quoniam autē præ-
 cordia istiusmodi omnibus turgida infla-
 taq; sunt, ac faciliè quicquid assumpserint † Mendosè
 in flatū vertitur: nō inutile fuerit longi pi-
 peris aliquid cum cibo dare: quippe quod *græc. cod.*
 * flatuosi spiritus crassitudinem soluit, & impressis
 quæ in præcordiis pigra cessant, ad ventrē *δυσώδης*
 inferiorem depellit, & concoquendis, quæ *προσώδης*
 sumpseris, subuenit, pro communi pipe-
δουρ.

rum ratione. Quòd si huius copia non est, utique albo utendum: quippe quod supra duo reliqua genera ventrem roborat. Sin hoc nō adest, optimum nigrum petendum est: id verò fuerit, quod pondere præcellit. Sanè utilius sit, & Diospolitico medicamento uti: cuius compositio duplex est: aliàs ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro, potestq; ita magis ventrem soluere: aliàs cum reliquorum pari pōde-
† Mēdose re miscetur nitri dimidium. Præstiterit au-
legitur in tem cuminū esse quod vocant Aethiopi-
Græc. cod. cum: piper verò, vel longū vel album. Ma-
impresis cerabitur cuminū in aceto maximè acri,
Ex τούτου dein cōtinuò id tūditur, aut etiā prius mo-
pro ἐκασο- dicè frigitur in vase fictili, quod coctū in camino quàm optimè sit. Quæ enim exactè penitusq; cocta nō sunt, hæc lutosa potius quam figulina sunt, & qualitātū suarū nonnihil medicamentis remittunt. Sunt
 verò & rutæ folia modicè siccata. Ut enim si plusculum siccantur, acria, amaraq; redduntur: & supra quàm par est calida: sic, si prorsus nō siccet, excrementitium quendā humorem retinent, nondum ex toto con-
 coctum cuius vitio flatum discutere minus possunt. Quatuor his aliquando despumatum mel additur: aliquando nihil, sed sola sine melle reponūtur, ac p̄tisanæ cre-
 mo

mori, & aliis quibus maximè conuenire videntur, cibis iniiciuntur. Sumitur & per se medicamentum hoc, & ante, & post cibum. Porrò ad eum vsum optimum est, quod mel admistū habet, quod vtiq; curiosè sit despumatū, id enim flatum maximè discutit: sit autem oportet & mel optimū, si modò quod flatū discutiat, quodq; maximè diffecet, futurum medicamentū est.

10 Appositum sanè remediū sic affectis est, & quod ex tribus piperibus conficitur (*σικὰ πριπρὸν πριπρῶν* Græci vocant) vtiq; quum † *Locum* non admodum medicamentosum sit, ex hunc non variisq; confectum, sicuti à plerisque me- *admodum* dicorum componitur, misturæ cuiusdam *fide vertit* ritu, quam *καρυκία* vocant, aut apri à mi- *interpres,* rificis istis coquis conditi, † adeò vt non eo quòd le- *minimum* iis qui sumpserint, negotium *git, sicut i* sit immista illi medicamenta concoque- *legitur in* re Jami, fefeli, libysticum, & alia id genus. *Græc. cod.* Cruda enim minimeq; mutata, iis qui ea *impresis,* sumpserint longo tempore durare in ven- *περὶ τοῦ* tre intelliguntur. Hæc igitur subtrahen- *μύρις, pro* da medicamento sunt, præterque hæc ele- *περὶ τοῦ* niū, & nardi spica ceu verò nonnulli com- *μύρις, un-* ponunt, etiam casia. Expeditur autē præ- *de & ver* paratum habere ad manum dupliciter, *bum τὸ* sicut ipse soleo: alterum simplex, quod vti- *ία τὸ* que his dandum est, qui parum concoxe- *omissit.*

In veteri runt, & qui recens frigus in ventre habet,
 habetur pituitosum succum: alterum quod medica
 ἡσπέρησος μέτοsum magis est, quo maximè vtimur
 ἀσπιρῆσος in iis fluxionibus, quæ à capite descēdunt
 ἀπὸ κεφαλῆς ad pectus. Verùm hoc quo pacto sit præpa- 5
 ρῆσος ἰα- rādū, alibi dicetur. Simplex illud, quo ad
 ἡσπέρησος, ἢ cruditatis abundantiam, quæ in primis est
 ἡσπέρησος- venis, vtimur, huiusmodi est: Ad cuiusque
 ἡσπέρησος trium piperum drachmas quinquaginta,
 ἀνίσσος τὰ ἰ- abundè adduntur anisi, & thymi, & zingi- 10
 ἀσπιρῆσος- beris, singulorum drachmæ octo: & simpli-
 ἀσπιρῆσος- cissimū quidem hoc est: etiā hoc ipso mag-
 ἀσπιρῆσος- gis simplex, à quo deductum zingiber est.
 ἀσπιρῆσος- Alterum verò est, quod ex iisdem confici-
 ἀσπιρῆσος- id est, adde- tur: verùm ad cuiusq; trium piperū drachi- 15
 ἡσπέρησος- pt nō mi- mas quinquaginta, reliquorum cuiusque
 ἡσπέρησος- nimū nego sexdecim drachmarum iniicitur pondus:
 ἡσπέρησος- tū sit me- nempe anisi, thymi, & zingiberis, quo etiā
 ἡσπέρησος- dicis, aut ad proposita vtimur cōmodissimè. Debet
 ἡσπέρησος- illis qui ap- autè, si haberi potest, anisum Cretense esse: 20
 ἡσπέρησος- parāt, quæ thymum aut Atticum, aut planè ex editis
 ἡσπέρησος- imponun- locis, & ficcis, cuius quicquid lignosum est
 ἡσπέρησος- tur medi- circūciso, coma ipsa vnà cum floribus in-
 ἡσπέρησος- camenta- iicietur. Esto verò & piper: quod longum
 ἡσπέρησος- probè in- quidem est, integrum, minimeq; foratum: 25
 ἡσπέρησος- ipsa mi- æque verò & zingiber, nam ambo perfo-
 ἡσπέρησος- sione di- rari facillè solent. Quinetiam nō solum nō
 ἡσπέρησος- gerere, ac perforatū, sed & verum illud, quod ex bar-
 ἡσπέρησος- bis affertur, piper esto: hic nanque quod
 adul

adulteratur, duplex est, alterū quod in Ale-
 xādria maximè cōficitur: alterū quod her-
 bę cuiusdā germen est. Quā verò maximè
 ratione internosci quod adulterinum est,
 ꝑ possit, ipse docebo: tantisper præfatus, ne
 quis aut miretur, aut causam reqrat, quā-
 obrem vel componendi, vel probandi me-
 dicamentū hīc tradere rationē subiit: quī
 in medendi libris non temerè id facere so-
 leam. Siquidem in illis cum medicis ipsīs
 duntaxat ago: hīc verò etiā cum aliis vni-
 uersis, quos aliqui communi nomine, *φι-
 λιατρῆς*, id est medicorum studiosos, vocāt,
 qui scilicet in primis disciplinis versantur,
 quo intelligentiam suam exercent. Porro
 his necesse non est, nec in libris de simpli-
 cibus medicamentis, nec in opere de medi-
 camentorum compositione esse exercita-
 tis, multoq; minus explorandi cuiusq; me-
 dicamenti peritiā habere. His itaque per-
 scribi in plenum talia omnia satius est, si-
 cuti paulò antè de lōgo pipere tradere oc-
 cepi. Principiò enim experiendum gustu
 est, diligenterque æstimandum, an piperis
 qualitates seruet, postea in aquam mitten-
 dum. Nam quod factitium est: si per diem
 totum in humore maceretur, illico liqua-
 tur ac soluitur. Si ergo tum piperis, ei qua-
 litas planè inest, nec maceratum resolui-

tur, sit que (vt dictum est) minimè foraminibus pertusum piper id longum idoneū iudicabis. Nigrum verò nec exile, nec rugosum, nec crassi corticis esto: sed, ex eo quod ponderosum vocant, id quod tū maximum, tam plenissimū est. itēq; de albo simili modo eligatur, quod maximum est atq; plenissimum. Deinde omnibus simul rufis, & per tenue cribrum transmisisis, mel optimū curiosè despumatum admisceo. Sanè id odorum, flauumq;, præterea acerrimū dulcissimūq; fuerit, tū crassitudine nec planè crassa, nec liquida, sed quæ ita cōtinuitatē suam tueatur: vt si digitum in id demiseris, possi in sublimè artollas, quod mellis ab eo defluit, longissima quasi linea sibi cōtinuatū videas. Coquitur hoc rectè, aut super carbones, aut ligna omnino arida, quæ etiam *καρυα* Græci vocant. Hoc igitur medicamentū dare conueniet, non semel bisve quotidie, sed etiā sepe: siquidē manè, & ante cibū & post, etiam cubitum euntibus rectè datur, cochleariū pleni mēsurā, atq; huius quidem, vt paruis, parui, & maximis, maximi: ita mediis ad portionē, præterea etiam zingiber, quod ex barbaris affertur aceto maceratum. Est id virentis herbæ radix, à collectu statim in acetū coniecta. Extinguitur enim eiusmodi medie

die

dicamētorum calor, circa ipsas primas ve-
nas, nec in totum perfertur corpus, veluti
aliorum quorundam, cuiusmodi id medi-
camentum est, quod diacalaminthes pro-

5 pterea quod calaminthen recipit, vocant:

de quo mox vberius agemus. Idcirco etiā
oxymeli his vtilissimum est, vt prius dixi-
mus, id ita præparari debet. Quū melli

10 optimo super carbones spumā abstuleris,
coniicies in ipsum aceti tantum, vnde gu-
stanti nec acidū nimis, nec dulce videbi-
tur: ac denuo super prunas coques, quoad

planè vnitæ amborū qualitates sint, nec ap-
pareat gustāti acetū adhuc crudū, hinc ab

15 igni depones, quumq; vti voles, aquam ei
misceris, ita nimirum temperans vt vinū.

Ergo qui bibet, si nec de acore eius queri-
tur, nec dulcedine: assidue eo vtatur: sin al-
terutro offenditur, adiecto quod deside-

20 ratur, rursus id coques. Neque enim eos
probo, qui sub vna quapiam mensura id
conficiunt: qui mihi similiter iis affecti vi-
dentur, qui bibentes omnes similiter aquā
vino miscere censent: non aduertentes,

25 quibusdam vtique qui dilutiori insueue-
runt, caput statim, si vel pusillo meracius
hauserint, tētari: quibusdam qui meracio-
re delectātur, stomachum si dilutius bibe-
rint, subuertit. Quum igitur in vino tam

familiari potione ista incidant, multò fa-
nè magis in oxymelite, vtpote quàm vinũ
tum minùs familiari, tum magis forti, ip-
sa sequi par est. Satius ergo sit, ex sumentis
gustu, † non nostro, iudicium de modo fa-
cere: id esse sumentis naturæ cõuenientif-
simum oxymeliratos quod vtique est iu-
cundissimum, proindeq; etiam vtile: con-
trà, aduersissimum esse, quod iniucudum.
Ipsam tamen primã ipsorum mistionem
quò plurimis conueniat, talè esse oportet:
Vni aceti parti, † mellis à quo detracta spu-
ma sit, duplum est miscendum: deinde am-
bo in leni igni coquenda donec eorũ qua-
litates in vnum cõierint, ita enim nec ace-
tum amplius crudũ apparebit. Cum aqua
verò statim ita facies oxymeli: Melli qua-
druplum optimæ aquæ miscebis, dein co-
ques modico igni, quo ad spumare desinat.
Ac malum quidem mel, multã egerit spu-
mã: quò etiam diutius coqui debebit. Opti-
mum verò, vt breuissimo tempore coqui-
tur: ita minimũ spumæ euomit: vnde nec
pari ei coctione est opus, plurimum certè
quartam partẽ eius quod ab initio est indi-
tum, amittit: pòst verò dimidio aceti adie-
cto, rursus coquendum, donec qualitarum
omnino sit vnitas, nec acetum crudũ etiã
appareat. Conficitur sanè oxymeli, etiam
trib

† Mendosè
legitur in
græc. cod.
impresis
ἀντὶ τῆς προ-
σῆσῆς.

† Mēdosè
legitur in
Græc. cod.
impresis
διπλασίω
μικροῦ
τοῦ ἁπλοῦ
φρῆσι μίλι
τῆς, pro
διπλα-
σίω μι-
κροῦ α-
φρομίνος
μίλι τῆς.

5

10

15

20

25

tribus statim ab initio mistis, ad hunc mo-
 dum: Aceti vni parti additur mellis duplū,
 & aquæ quadruplum: atque hæc ad tertiã
 partem coquuntur, * vel etiam quartã, spu * *In gr. co*
 5 ma interim detracta. Quòd si valentius id *di. impres.*
 facere studes, tantundē iniicies aceti, quan *deest à te*
 tum mellis. Apomeli optimum aqua con- *τάριου,*
 ficitur, bibiturq; tota æstate refrigerantis *quod habe*
 vice. Potest verò, cui id libet, & ad quã pro- *tur in ve-*
 10 posuimus affectionē, eo cōmodè vti, potissimū *teri.*
 simū vbi coacuit: id quod ei sæpè cōtin-
 git, aliàs magis, aliàs minus, vtpote ex a-
 qua confectio non pluuiã, sicut mulla, sed
 qualibet, quanquam potest qui volet, & ex
 15 pluuiã aqua id conficere, ipsēq; si pluuiã
 aquam probarem, id suaderem: verū nec
 ipsam probo, & nihilo est deterius si ace-
 scit, potissimū ad ea quæ nūc sunt propo-
 sita. Quinimò mediocriter etiã acet, quod
 20 saltem non omnino incuriosè est confe-
 ctū. Sanè cura conficiendi in eo est, vt nec
 fauus admodum sit vitiosus, coquaturq;ue
 bene in fontana aqua, quæ & pura sit & dul-
 cis. Oportet enim expresso à fauis melle
 25 eatenus in aqua coquere, quoad nulla inde
 spuma existat. Ergo tum hac vtendum po-
 tione est, tum verò è vinis iust quæ leuiter † *τοῖς βῆο*
 acescunt. Natriendum præterea cibus est, *ομῖνοις.*
 qui citra calorem extenuent: cuiusmodi

capparidis est ex oxymelite vel oleo sum-
 ptum, ad duos vel tres dies, ut dictum iam
 est. Quod si crudos iam succos satis atte-
 nuatos speras, vinum dabis, quod & substan-
 tia sit tenue, & colore fulvum, albumve:
 hoc enim & ad succi bonitatem, & conco-
 ctionem facit: illud urinam movet. Sunt ve-
 rò in Italia prioris generis Falernum, & Sur-
 rentinum: posterioris Sabinum, & Albanum,
 & Adrianum. In Asia verò prioris generis
 Lesbium, & Ariusium: secundum Titacaze-
 num, & Arsyinum, atque hæc exempli tan-
 tum gratia protulimus. Sunt autem & alia
 multa, tum in Italia, tum in Asia, & cæteris
 nationibus, quæ his sunt similia: ex quibus
 facere delectum conveniet: ad eas quas di-
 ximus notas respicientem, nempe colore
 ac substantiam: crassa verò & nigra reiicere,
 ut quæ tum malum succum gignant, tum tar-
 de penetrant. Quod si his adhibitis melius
 habere se senserit: etiam latrare tum homi-
 nem debet, unguereque ac molliter fricare.
 Ut verò primum in urina subsidia visun-
 tur (ὑπὸ σαοῖσι vocant) tum frictions auge-
 re, tum ad consuetas exercitationes paula-
 tim reducere. Hoc tempore unguentis iis
 quoque utendum, quæ per halitum euocent,
 de quibus & ante mentionem feci, & in se-
 quentibus faciã. Haudquaquam tamen in
 eius

eiusmodi affectibus vomitu vtēdum suase-
 rim, sicuti nonnullis est visum tum medi-
 cis, tum gymnastis, falsis (vt opinor) ex iis,
 quæ à Philotimo & Praxagora de eiusmodi
 5 succorū curatione sunt scripta. Nō enim
 quum lassitudinum affectus abundant: sed
 quū hi soli infestant, vomitus eos expellit,
 quippe quū nullum periculum sit, ne intrò
 violentius reuella tur aliquid eorum excre-
 10 mentorum, quæ in carne cōstitere: quem-
 admodū certè est, quum ambo redundant,
 & in primis venis cruda & in solidis morda-
 cia. Caueri enim in talibus fatius est vtrum-
 que reuulsum, & foras crudorum, & intrò
 15 mordaciū. Sicuti igitur in superioribus ca-
 uimus, ne crudi succi foras traherentur: ita
 ne mordaces reuoentur intrò, est vtiq; ca-
 uendum. Summæ verò eorum, quorum oc-
 casione foras ferātur, hæ sunt, exercitatio,
 20 & frictio, & balneum, & fomēta calida, &
 vnctio calefaciens: tū ex animi affectibus,
 iracundia: & vno verbo, omnia quę succos,
 qui altè in animātis corpore sunt mersi, ad
 motum quoquò versus irritant. Quorum
 25 verò occasione intrò ferantur, ea sunt quæ
 vtique prohibent foras ferri, talia sunt ex
 iis quę cuti propinquāt, & quę frigida sunt,
 & quæ astringunt. Ad hæc quæcunq; suc-
 cos [intra] introrsus] attrahunt, aut aliàs quoquo
 mo

modo ipsorum intrò motū excitant: quorum sunt tristitia, & horror quacunq; de causa ortus (quippe quum & ex calida causa, & frigida, tum horrorem gigni, tū etiā rigorem qualē supra descripsimus, est ostēsum) prætereā quæ auditu visive, animo aut stuporem, aut horrore incutiunt. Hæc itaque omnia deuitanda tum sunt, quum idem homo pariter & lassitudinem sentit, & venas habet crudis succis refertas. Nam neq; quæ extra sunt, rectè intrò reuocantur: neque quæ intus sunt, foras: imò qui foris sunt, leuiter educendi per halitum sunt. Si quidē quæ vehementius id faciūt, etiā eorū quæ intus sunt, aliqd attrahūt: qui verò intus sunt, hi attenuādi coquendiq; sunt. Quòd si vel vomitu eos, velalui deiectione educere violētius tentes: utiq; eorū qui foris sunt, aliquid intrò rapueris. Neq; accusandus Philotim. est, si tali vsus expulsionē est, vbi citra vllū aliū affectum crudorum abundātia in primis venis constitit. Quin potius nos ipsos assuefacere par est, vt veterum scripta diligentius inspiciamus. Ergo quibus intus crudi succi copia est, & foris lassitudinis sensus, iis hyssopū in mulso coquēs, nō statim nec primo die, sed in sequētibus dabis: vomitu verò abstinēbis, veritus (vt diximus) ne quid excremēti externi int

† Mēdose
legitur in
græcis co.
impresu
ὀμῶν πα
ρακινῆαι,
pro ὀμῶν
χυμῶν
πικρῶν
ταί

intrò rursum reuocetur. Praxagoras verò
 ac Philotimus rationabiliter post eiusmo- ^{† Hic lo-}
 di mulsam, vomitum probant: propterea ^{cus ita le-}
 quèd crudos citra lasitudinem succos cu- ^{gitur in}
 rant. Caterùm quoniam de his abundè di- ^{græc. cod.}
 ctum est: tempus monet reliquum aggre- ^{anti. κα-}
 diamur affectū, † in quo cum vlceroso sen- ^{θ' ηναι μίρ}
 su, etiam crudorum copia in corporis ha- ^{φλιβαει αι-}
 bitum est recepta. Accidunt hæc in iis ma- ^{μα χειςιρ}
 ximè negotiorum circumstantiis, in qui- ^{περι-}
 bus aut calor, aut immodicus labor cru- ^{χουσι ουμ}
 dos succos à venis in carnem rapit: id què ^{μετρον τη}
 his qui nullam ad præsens recentem cru- ^{ποσοτη-}
 ditatem contraxerunt: quippe hæc si adsit, ^{Τι, τ' δε}
 vniuersum ita corpus crudis occupabitur, ^{τηρ ωμωρ}
 cuiusmodi affectus curatio, etiam post à ^{πληθω}
 nobis dicitur. Verùm quoniam compo- ^{i. in quo}
 situm omne posterius simplici est, præstat ^{vena qui-}
 (arbitror) reliquum simplicem affectum ^{dem opti-}
 prius expedire, ac deinde ad compositos ^{mum san-}
 venire. Quanquam ne hunc quidem omni ^{guine c'is}
 no simplicem est arbitrandum, sed vt in- ^{nent, e'}
 ter lasitudines sua sponte ortas simpli- ^{quo ad}
 cem. Proposito nanque nobis affectu qui ^{quantita-}
 lasitudinem excitat, adiicimus illi reli- ^{te medio-}
 quos. Sed quia in missione, aliàs simplex, ^{crem, cru-}
 vnaquè affectio additur, aliàs compo- ^{dorum ve}
 ta: ita simplicem appellauimus, hanc de ^{ro humo-}
 qua nunc agimus. Esto igitur crudi succi ^{ty copia.}

copia in solidis animalis partibus, non in
 venis, cui accedat vlcerosæ lassitudinis in
 *Legendū his ipsis affectus: quippe talis erat *is, de
 est in gra. quo inter initia sermonis loqui instituera-
 ficuti in mus. Sicuti igitur in quorū venis & præci. 5
 veteri cod. puè in primis crudorum copia erat, his es-
 τὸ γὰρ ἐξ αὐτῶν se à calidis cauendum censuimus. veriti ne
 οὐκ ἐπι- eiusmodi succi in habitum corporis per-
 traherentur, ita nunc id timere non oportet. Ergo danda his sunt, quæ vel ad cutim 10
 codic. im. vsq; calorem suum transmittant, frican-
 press. post dumq; largiter oleo, quod relaxandi vim
 πῦρ πρῶ- habet, ac potissimum manè quum surgunt
 τὰς, deest à somno. Nam ea frictio simul concoquit
 τὸ πλῆ- crudum succum, simul corpoream molem 15
 animantis nutrit. Quiescendum verò post
 hæc diu est, si quidem probè sint cessura.
 Sanè multò euidentius efficiant, cuius gra-
 tia fiunt, si homo exiguum cibum pridie
 sumpserit, nec aliud à cœna bibat, quàm 20
 vinum quod fuluum sit ac tenue. Nec ve-
 rò illico exercitandum assidue, & vehe-
 menter est, necubi imprudentes crudo ad-
 huc succo nutriri corpus cogamus. Utilius
 itaque fuerit manè largius fricare, & post 25
 id diu quiescere, ac modicè in ambulare, tū
 denuo multa vti frictione, & balneo modi-
 cè calido, præterea alimentis quæ & boni
 sint succi, & minimè glutinosa. Eorum ma-
 teria

teria supra iam dicta est, vbi pitisanã ad talia laudavi, & pisces saxatiles & aues monticolas. Apti cibi sunt & qui attenuant, de quibus scripsimus vno libro. Nec est quod
 5 verearis, ne calorem vehementer accedas: quinimò medicamẽ quod diacalaminthen vocant, audacter dabis. Est verò compositio eius huiusmodi: Accipe calaminthes, & pulegii, & petroselini, & seseleos, cuiusq;
 10 ꝑ uncias duas] seminis apii, cacuminun thy *† In vete-*
 mi, vtriusq; vncias quatuor: adhac liby- *ri græco*
 stici vncias xvj. piperis verò octo & quadra *co. legitur*
 ginta. Ac piper quidẽ grauis esto pôderis, *δραχμῶς*
 quod *βαρυσταμῶν* vocant: Seseleli verò Mas- *ιβ. i. drach*
 15 filienſe, petroselinum Macedonicum, hu- *mas duo-*
 iusq; præcipuè Astreoticũ Calaminthe & *decim.*
 pulegium potissimũ ex Creta: sin minũs, certè ex regionibus editis & ficcis. Simili ratione & thymum. Atque herbarum quidẽ
 20 quicquid lignosum durũque est, id abiiciẽdũ. Accipiẽda verò ad medicamentũ folia, atq; ex his maximè quæ subtilissima virẽtissimaq; sunt atq; in summis herbis nata. Ad hæc flores & quæ cum his sunt
 25 vnã minutissimas tenuissimasq; festucas, hæc omnia simul tundenda cribrandaq; sunt tenui cribro. Quippe eiusmodi medicamẽta, in totum corporis habitum maximè digeruntur, veluti è diuerso crassio-

ra in ventre hærent, vt quæ angusta venarum
 oscula, subire nequeât. Quamobrem etiam
 medicamētum, quod diospoliticon vocât, cuius
 in hoc libro mentionem feci, crassius facere
 soleo, quoties deicere aluū ⁵
 per id studeo. Quidam verò id non intelligens,
 quū tenuissimū munutissimumq; instar
 pollinis fecisset, vt aluo deiciendæ nihil
 contulit, sed vrinam planè multam mouit:
 mecum rem cōmunicauit, mirās ac sci- ¹⁰
 scitans euetus eius verā causam. Ipse enim
 arbitrari se aiebat, hominis intēperantiam
 (nā ita appellabat) eius quod inciderat cau-
 sam esse. Vt verò propriam causam didicit
 esse compositionis rationem, postmodum ¹⁵
 aliter composuit meliore successu. Ac hu-
 ius quidē præcepti in omniū medicamē-
 torum compositione meminisse expedit:
 præpositum verò in præsentī medicamen-
 tū, omnia prorsus subtilia postulat, quò fa- ²⁰
 cilè in omnem corporis partem digeratur
 feranturq;. Miscendū verò his ita præpara-
 tis est mel optimum, curiosè despumatū,
 porrò vsus eius erit post matutinā frictio-
 nem, anteq; exercitationē & balneum. Li- ²⁵
 cet & sine admistō melle, siccū medica-
 mentum reponere, eoq; salis vice ad obso-
 nia præparati vti licet, & in ptisana veluti
 acetū iniicere, vel in eiusmodi aliquid pro-
 pipe-

pipere. Non modò autē siccū ipsum medi-
 camentum, salis ritu in vario est vsu, sed
 etiam quū melli est admistum, siquidem
 id quoq; potest cum aliquo cibo mistum
 5 sumi, ita vt iucundū vntenti sit. Post cibum
 tamen nunquam nec hoc medicamentum
 nec aliud vllum, quod ad distributionē ve-
 hementiorem facit, sumendum est. Non
 enim distribui tunc, sed concoqui quę sum-
 10 pta sunt, est vtilius. Melius itaq; fit, iis quī
 externo aliquo præsidio ad concoctionem
 egent, hoc tempore exhiberi diatrion pipe-
 reon simplex, cuius compositionem antē
 exposui. Quinetiam ipsum piper potioni
 15 inspersum, percomodum est ad ea de qui-
 bus agimus. Quòd si qua fortasse maior
 necessitas inciderit, etiam quod ex succo
 mali cydonii conficitur: cuius omnem cō-
 20 positionem, viresq; diligenter in sequēti-
 bus explicabimus. Verūm ad ea quę nunc
 agimus, omnium quę mihi cognita sunt,
 optimum medicamentum est diacalamia
 thes, nam crassa lentaq; attenuat: & per ha-
 litum educit, & vrinas mouet, & mulieri-
 25 bus menses. Est autem vsu quoque iucun-
 disimum, præsertim quum liberalius mel
 accepit. quo tempore coqui largiūs postu-
 lat. Qui verò auersantur dulcia, & mel fu-
 giunt (nam eiusmodi quoq; naturæ inue-

nias) iis parum in cōpositione miscebis. Sa
 nē melius his quoq; fuerit, si largius coqua
 tur: nam & minus est eo pacto dulce, & mi
 nus stomachum eorum qui à melle abhor
 rent, subuertit. Atq; omnia quidem huius
 modi, vël ante nostram admonitionem si
 bi ipsi quis excogitabit, vnum scilicet vbiq;
 destinans: nempe vt quoad freri licet iucun
 dissimū fiat medicamentum, sed tamen vi
 rium eius vtilitate seruata: non enim hanc, 10
 dum dulcedini studetur, solui iubeo. Vbi
 igitur circiter duos vel tres primos dies, ita
 præparatus homo est, non incommodum
 fuerit, etiam consuetis eum exercitati
 bus admouere, animaduersis prius tū colo
 ris bonitate, tū aliis notis, quæ in præcedē
 tibus sunt cōprehensę. Nam si omnia com
 modè se habere videntur, plenè exercitan
 dus est: sin minus, etiam ante mediocrita
 tem desistet, ac in prius dictis tum victu, tū 20
 medicamentis eo die habendus. Postridie
 rursus exercitati dandus, super iisdem
 tum notis, tum scopis, vt quæ omnia ex sen
 tentia, commodaque appareat, ad eandem
 victus rationem reuocet, cui antè insueuit 25
 quàm lassitudinis symptomate vrgebatur.
 Quoniam verò & acopo, quod ex abiete
 fit, vti expedit iis qui in carne, & tota cor
 poris mole, succos cōgesserūt, qui aut cō-

coqui+desiderent, aut per halitum digeri: †Mendosè
non ab re fuerit, eius quoq; cōpositionem legitur in
apponere. Est igitur abietis pulcherrimum *Graecod.*

femē, circa Arcturi emerſum, quo tempo- *imprefſa*
re Romæ September mensis est, apud nos *δυναμι-*
verò Pergami Hyperbereteus: Athenis m̄ *vous, pro*

steria. Id semē conii cere oportet in oleum *δευμινουε*
quolibet anni tempore: nullum enim in ea *vt legitur*
re discrimen est. Melius tamen fuerit, si id *in veteri.*

10 contundas prius quàm iniicias : quādo ita
citius oleum sua qualitate vique inficiet.
Erit id spacium dierum minimum quadra
ginta. Nos verò sape & tres, & quatuor,
etiā multò plures mēses macerari permi

15 ſimus: [sic deinde semen abieci mus] humi
dum verò linteo percolauimus. Esto verò
eius generis oleum cui relaxandi vis insit:
cuiusmodi in Italia Sabinum est. Coniicias
autem in quinque & viginti heminas, eius

[In vete-
ri graco
codic. pro
καπιθ'
οὔτως &

20 hemina ipsa Italica, quam utiq; & libram
nominant. Vbi verò maceratum in eo se-
men fuerit, multo planè minus redditur. *καπιθ'*

ωπερι-
μα legitur
καπιθ'

25 Ei igitur quod reliquum est, idoneus cera
modus erit, si quatuor libras immiseris: re-
ſinæ verò abietinæ libræ vnus partem ter-
tiam, id æquat drachmas triginta duas: *την τῶ*
iniicias verò & pinæ resinæ tantundem. *ωπισμα-*

τω λαβόν
τες εἷλα
τῶ ἰγρό-
την τῶ

Quòd si harum copia non sit, earum lo- *ἰκαλι*

φαντες, co terebinthina vtendum. Coques verò
 αὐτὸ μὲν commodius hæc in vase duplici, aut certè
 ἀπερριθῆα igni lento, qualis prunarum est: quæ tamen
 αὐτὸ μὲν nec ipsæ multæ esse debent. Medicamen-
 μα. hoc aptissimum est ad omnem lassitudi-
 id est, dein nem, seu sponte ortâ, seu alia quauis ratio-
 de vbi sic- ne cōtractâ. Vtile sanè medicamentū est &
 ca accipi- quod ex populi floribus fit. Id tale est, Ex
 mus, ac de floribus populi adhuc coniuuentibus, mo-
 incept se- dius Italicus in quindecim aut viginti li- 10
 minis suc- bras Sabini olei immittitur. Si id præstò
 cū expres- nō est, simile aliquod præparadū oleū est.
 simus, ip- Dictum verò in præcedentibus est, simile
 sum qui- esse quodcunq; tenue est, nec vllam astring- 15
 dem semē- gendi vim habet. Magis verò ad rē pertine
 ab eci- bit, & si modicè cōtritū ipsūm florē in oleū
 mus. coniiices. Quòd si quotidie medicamentū
 dimouebis, idq; potissimū quum sol ferue
 bit, ac in domo calida repones celerius ita
 magisq; tū qualitas populi, tū vis in oleum 20
 migrabit. Itaq; post binos ternosve mēses
 potes flore expresso atque abiecto, habere
 oleū, quod sine vlla morisione per halitū di-
 gerat: idq; nihilo minus, quàm abietinum.
 Quinetiam ceræ, & resinæ tātundē iniice- 25
 re licet, quantum paulò antè in id quod ex
 abiete confici diximus. Si quando verò hu-
 midum id quod exprimitur, crassius vide-
 bitur: sat fuerit, vel quintam partem ceræ
 ad

adiici nedum quartã. Ego verò etiã sextã
 me addidisse scio, vbi & oleum crassum
 erat effectum, & qui vsurus erat, liquidio-
 re medicamento delectabatur. Nonnulli
 5 diu macerari, tum flores, tum semina non
 ferentes, partim ea percoquere in oleo co-
 gütur, partim aquã iniicere, vtique qui cau-
 tiores sunt: quò videlicet nec torreantur
 quæ sunt iniecta, nec oleum vsionem odo-
 10 re referat. Qui verò his magis sunt curiosi,
 in duplicibus vasis coquunt: hoc fit quum
 in lebete, in quo sit aqua feruens, inseritur
 exiguum vasculum, in quod fundi oleum
 debet: id quod sanè nos facimus, nō tamen
 15 ad semina floresve coquendos, quippe hæc
 coctione minimè egemus, propterea quòd
 ea diu maceramus: sed quū in conficiendo
 medicamento, ceram & resinas liquare in
 lebete paramus. Qui verò celerius ea præ-
 20 parare cogitur, hunc necesse est, & (vt præ-
 dictum est) præcoquere, & ne torreantur,
 aquam vinumve iniicere. Atque ad ea qui-
 dem, de quibus nūc agitur, vtior aqua est,
 vinum verò ad podagricos affectus, & vno
 25 verbo, articulares. Porrò sufficit tantulum
 aquæ admisceri, quantū coquendo totum
 euanescet: is modus erit, si quadruplū eius,
 aut quintuplum oleum sit. Ergo & hæc
 medicamenta, succos quicunque non cras-

si, nec lenti in carne cutéque resident, euap-
 orent: & ad hæc quod ex chamemelo sit
 oleum, tum ipsum solū, tum verò cera re-
 fina que adiectis. Quorū modus hic quo-
 que satis erit idoneus, si ceræ pars quarta, ⁵
 resinæ duodecima sit immista. Si cui verò
 nullius horum, quæ memorauimus, oleorū
 copia sit, huic anethinum præparasse est
 facillimū. Potest verò & id medicamentū,
 per alitum digerere, siue solo eo, siue cum ¹⁰
 cera resinæque vtare. Dāda verò opera est,
 vt in vase duplici & anethinum coquatur:
 vtiliusq; fuerit, si anethum viride sit, quod
 vtiq; si quo tēpore requiris, cōpetet, ma-
 turum id esto. Iam sampsychinum oleum, ¹⁵
 hieme, & regione frigida, ac tempestate si-
 mili, idoneū medicamentum est. Habeto
 verò ceram ac resinā id quoque, si præser-
 tim manere id super vncto corpore diuti-
 us studes. Simili ratione Rosmaris herba ²⁰
 oleo incoquēda. Quod si nec ea sit ad ma-
 nū: betæ albæ radix & cucurbitæ agrestis,
 & althææ, & vitis albæ, efficaciter euapo-
 rant, vbi suā ipsæ qualitātē, viresq; in oleo
 aliquo similis facultatis dimiserūt. Quod ²⁵
 cunq; verò sic præparatum oleū est, in id,
 si vel ceram solā, vel cum ea resinam ini-
 cere voles, non solūm pulcherrimum, sed
 etiam quod in loco bene hærebit, vngue-
 tum

φειου α-
 φειου id
 est, cucume-
 ris agre-
 stis.

tum facies. Abundè autem omnino erit, si
 ceræ quartam partem, resinæ duodecimā
 inieceris. Si verò etiā duas resinas iniicies,
 nempe abietinā, ac pineam, quam *σφοβιλί-*
 5 *νην* græcè vocant, aut tertiā super has the-
 rebinthinā, aut etiam hæ si defint, humi-
 dam pini resinam: sic quoq; medicamen-
 tum feceris, quod euaporandi vim habet,
 iā hæ si defint, aut ea quæ in fistilibus ha-
 10 betur resina miscēda, aut quam Græci *σφου-*
κτῆρι dicunt, id est frixam nec ignoro ta-
 men has supradictis imbecilliores, ceterū
 non omnino contemnēdas. Quū verò re-
 liquus lassitudinis affectus sit, in quo su-
 15 pra vlcerosum sensum copia crudorum in
 toto corpore congesta est, de hoc quoque
 dicendū est. Nec est inuentu difficile quē-
 admodum emēdetur, si quis ea, quæ dicta
 sunt, sequatur. Si enim vbi in primis venis
 20 crudi succi copia est, dissēcandū nobis eū
 esse, concoquendūq; diximus, cautibus
 semper ne in habitū corporis traducātur.
 Vbi verò in extremis venis & corporis ha-
 bitu refedit, & concoquendum pariter &
 25 per halitum resoluēdum: nimirum quibus
 ambo inciderūt, in iis ambæ rationes sunt
 miscēdæ. Atq; id siquidē pari noxa vrge-
 re videbūtur, æquali vtriusq; respectu: Sin
 alterū prægrauat, vtiq; toti^o curationis stu-

dio in id propenso, nec tamē altero, quod
 minus est, neglecto. Miscebis autem vtri-
 usque curationē, ad hunc modū (nō enim
 ab re fuerit, exēplo aliquid de hoc egisse.)
 Suafimus iis, quibus in primis maximē ve-
 nis crudi succi congesta copia est, simplici
 diatrion pipereon medicamento vti. Ergo
 si nō modò in his, sed etiā in omnibus ve-
 nis sit, superque in ipsa carne, in principio
 curationis, ipso diatrion pipereon vtendū,
 sed cui admistū petroselini tantū sit, quan-
 tum anisi, & thymi, & zingiberis habebat:
 post primū verò diē, magisq; etiā post se-
 cundum miscendū eidē est aliquid diaca-
 laminthes: mox verò partes æquē miscen-
 dæ, procedente deinde tēpore, ipsius dia-
 calaminthes plus addendū: ad extremum
 verò etiā solū exhibebitur. Ad eundē mo-
 dum, & in reliqua omni victus ratione,
 quoties pares affectus sunt, miscēdæ eorū
 medendi rationes sunt: sed ita tamē: vt in-
 ter initia potiores medendi partes iis præ-
 stentur, quæ in primis cōtinentur venis, in
 fine verò, iis quæ in carne: medio inter hec
 tēpore ambæ rationes æquabiliter misce-
 buntur. Hæc igitur & prædicta à me sunt,
 & patētē iam arbitror, qua ratione corri-
 gere oportet, quod peccatum in succis est,
 priusquā hominē morbus occupet, Ex iis
 enī

enim quæ in vlceroso affectu retulimus, quum adiunctū vitioso succo est, ratiocinari licet, & de alio quouis, quum solus cōstitit. Ac de primo quidē lasitudinum
5 genere, in quo punctionis quidem sensus, omnes animalis partes infestat, ac cæteris vitiosi succi redundātiis, quæ corpori vel solæ, vel cū lasitudine accedunt fermè diximus vniuersa: de ea verò lasitudine, quæ
10 à nobis tēfionis est appellata, deinceps agamus. Atq; hanc quidē quum citra exercitationē constiterit, abundantiam indicare aliquam, quæ solidas animalis distendat, tum aliis quibusdā probatis visum est medicis, tum nō in postremis Erasistrato. Vbi
15 verò sanguinis redundantia grauat, dictū puto suprā est, optimum esse vel venā incidere, vel malleolum scarificare. Resumendus verò idem & nunc sermo est vel
20 Erasistrati causa, qui nec in alio quouis, neq; verò in hoc affectu sanguinis detractio est vsus. Ac quòd in saluberrima quidē natura, de qua sermo habetur, licet alia quoq; ratione eiusmodi redundantia
25 emittere, dictū suprā est. In vitiosis namq; in quibus videlicet vel in cerebro, vel in spiritus instrumentis, excrementū substitit, quantum discrimen aditur si sanguinis detractioe omissa, alia vacuandi ratio-

ne vtare: dicetur alicubi in sequentibus li-
bris vbi de vitiosis corporum statibus age-
mus. Sed & dictum iam est libro quem de
sanguinis missione scripsimus cōtra Eras-
fratū: quo minus hoc loco longior de his 5
habēdus sermo est. Sed ad reliquum & ter-
tium lassitudinis genus, quū spōte oritur,
transeundum: quod in superioribus phle-
gmones similitudinem repraesentare dixi-
mus, & propter doloris magnitudinem, & 10
quod cum euidenti calore etiā musculos
in maiorē molem attollat. Hæc lassitudo
ne paucis quidē horis, nedum duobus tri-
būsve diebus, eodem tenore consistit,
prout Erasistrato placet: sed statim febrem 15
accendit vehemētissimam, nisi sanguinis
detractione, malo prius sit occursum.
Quinetiam calidissimus est in huiusmodi
lassitudine sanguis, eiusq; plurimū detra-
hi postulat, qui ea premuntur ferè omnes. 20
Non pauci verò eorū febricitāt etiā si san-
guinem detraxeris. Itaq; nec cunctari, nec
parum detrahere conuenit. Sed & maturè
educere, & nisi quid aliud vetat, ad animi
defectum vsq;. Optimum verò fuerit, bis 25
eodem die, si fieri potest, detrahere: ac pri-
mum quidē ita mittere expedit, vt animi
defectum homo nō adeat: secundo verò,
ne defectus quidem ipse est formidandus.

Quip

Quippe qui priore detractioe resolutus
 est, secundā sustinere haud poterit: in hac
 verò si quid tale homini incidit, facilè re-
 uocabitur. Qui verò sic affecti sanguinem
 5 non miserint, hi si euaserint, utiq; fortunè
 beneficio id acceptum ferēt. Sed nec eua-
 dent, nisi alia quapiam ratione leuentur,
 aut sanguinis è naribus profluuiò, aut lar-
 go sudore effuso. Porrò æstimare diligen-
 10 ter oportet, qui sanguinè sunt missuri, in
 thoracène, dorso & lūbis tensio, pulsansq;
 dolor figatur, an in capite potius & collo.
 His enim affectis humeralè venā diuides:
 maximè si repletū caput & calidū sentiūt:
 15 illis verò internā. Si verò omnino aqua-
 liter lassitudo corpus occupat, ambarum
 mediā. Ac si ab incisa quidem vena febrile
 cœperint, alterius est artis nēpe curatiuæ
 his prospicere. Sin autē tum non febrici-
 20 tent, primo die post incisam venā, aut pri-
 sanæ cremorem, aut forbitionem ex alic-
 a solū dabis. Secūdo verò etiam lauare li-
 cet, cū copioso oleo: nutrire verò tamen si
 25 laueris, planè moderatissimè debebis, la-
 ctuæ, si placet, aliquid offerens: vel, si sit,
 cucurbitæ, & ptisanæ. Est & alica nõ inuti-
 lis, siue hanc aceto, vt ptisanā, condias, siue
 etiā sine aceto. Si cucurbitæ copia non sit,
 malua, betaq; & lapathò, & atriplice est
 vten

qras

vtédum. Quéd si carnē quoq; gustare ve-
 lit, saxatiles pisces vel oniscos in albo iure
 bene elixos dabis. Voco ius album, quū si-
 ne garo magisq; etiā sine superuacua con-
 ditura, cuiusmodi καρυκτῖαν Græci vocāt, 5
 præparatur anetho, saleque cum oleo, &
 porri exiguo in aquā cōiectis. Vino autē
 vtiliter etiā ipso secundo die parcat, ter-
 tio verò, siquidem aquæ potionē facilè to-
 leret, tunc quoque vino abstinebit: si non 10
 ferat, potissimum quidem apomeli dabis.
 Quippe leuiter refrigerat ea quoq; potio,
 quo vtiq; indigēt quæ phlegmones sen-
 sum habent lassitudines. Hoc si non sit,
 album & tenue vinum offeres: aliaq; 15
 ratione exhibebis, quæ vt boni sint succi,
 ita minimè calefaciant. Cauendum verò
 præter cætera est, ne properè & multū non
 sensim & paulatim renutrias. Quippe qui
 post huiusmodi exinanitionem, ad pristi- 20
 nam dietā protinus redeunt, iis corporis
 habitus crudis succis impletur: quos nimi-
 rum antequàm concocti cōmodè in ven-
 tre venisq; sunt, corporis moles ad se ra-
 pit. Et hæc quidē lassitudo cōmodissimè 25
 ad hunc modū curatur. Quam autē ob rē
 in iis qui hac prementur, iterari sangui-
 nis detractionem iubeā, nec hos multū ac
 simul reficere: satis profectò fuerit, vel
emp

empiricorum causam reddere: nēpe quod
 & magis iuuantur quibus sic est emissus,
 & bona valetudine diutius fruuntur qui
 sicut cōprehensum est, sunt tractati. Cate-
 5 r̄um & quæ ex natura rei ducitur, rationē
 apposuisse non sit alienum. Quoniā igitur
 in hac, quæ veluti phlegmone fatigat, las-
 situdine, vis calidi sanguinis congesta in
 corporis mole est, venæ autem sectio suc-
 10 cos è vasis emittit, vtile est post priorē de-
 tractionē, tantisper intermittere, dum ali-
 quid eorum, qui in corpore sunt humores,
 remigret ad venas. Quod tamē quoniam
 cōmittendū nō est vt in iis maneat, vt pote
 15 ex dimidio corruptū, sed potius plurimū
 eius expellatur: idcirco detractionem san-
 guinis etiam secundo die iteramus: ali-
 quando verò & in tertio, vbi videlicet &
 reuellere, & ex aliis in alia trāsferre visum
 20 est conducere. Dictum verò de omni eiuf-
 modi ratione exactius est, in iis, quæ de
 sanguinis detractione scripsimus: quæ
 nunc idē recensendi locus non est, quod
 & ad medendi artem magis pertinet, &
 25 in hoc ipso fortassis opere, plenius de san-
 guinis missione sumus acturi. Reliquum
 ergo est vbi docuerimus, nō esse à sangui-
 nis missione festinanter resciciendū, hīc li-
 brum hunc finiamus. Præsumetur autē, &
 ad

ad huius sermonis fidē quiddam, quod in opere de naturalibus potētis est demonstratum. Ibi enim ostēdimus, omnibus iis quæ propria natura reguntur, vim quandā esse insitam, qua similes quibus alātur succos possint attrahere. Demōstratum prætereā est, vbi proprio & commodo nutrimento destituuntur, vrgeri, vel id, quod non commodum est, rapere: tale porrò est quod nondum in vētre venisq; concoctū est. Ergo necessum est quum homo largius se cibus impleuerit, eo casu crudi succi plurimum in corpus animalis rapi: idq; multis de causis, & quòd deterius in vētre venisq; concoquitur quòd copiosius est: & quod multum in corporis molem ideo subit, quia multum superest: & quòd citius etiā quàm par est, propterea quòd venter venis, venæ reliquis omnibus animalis partibus rapi quod nōdum cōfectum est, permittunt: quod adeò non facerent, si id exiguum esset, quod ipsæ haberent. Demonstratum est enim, partes ipsas ex alimento primū sua portione frui, mox ceteris transmittere. Ergo vltima præcipuaq; noxæ causa est, iis qui sic sunt affecti, quòd quæ in corporea animalis mole habentur partes, vbi multum semicoctumq; attraxerunt nutrimentum, nō paruam excrementa

torum vim ex ea re cōgerunt: quum neq;
 perinde ac si bonum esset, concoquere id
 omne valent, neq; etiam vt cum corpore
 coalescat, & assimiletur, efficere, imò parū
 5 prosperè singulas functiones obire, post
 vitiosum multumq; nutrimentū par est. Si-
 militer enim his euenire necesse est, vt vō-
 tri, quum abundantia malè præparati cibi
 est refertus. Malè præparata voco, quæ eli-
 10 xari torrerive debentia, iustum in his finē
 non sunt consecuta. Ergo siue panis nō sa-
 tis est coctus, siue caro, legumen' ve intra
 modum elixum, fieri nequit, vt hæc vëter
 probè cōcoquat. Eadē verò ratione se ha-
 15 bent & quæ in ventre malè sunt confecta,
 ad secundā concoctionem, quæ agitur in
 venis, qua malè præparati cibi ad conco-
 ctionē quæ est in ventre. Quineriā quæ in
 venis malè sunt concocta, sic se habent ad
 20 cōcoctionem quæ agitur in carne, quem-
 admodum se habebant cibi, ad eam quæ
 est in ventre: & quæ ex hoc subeuntia, ad
 eam quæ est in venis. Ergo nec venter ex-
 terna quæ sumpsit, exactè concoquit, nec
 25 venæ hæc quæ à ventre excipiunt: sed nec
 carnes quæ ex venis, vbi probè antè non
 sunt confecta. Atque interim excremen-
 ti copiam in corpore prouenire est neces-
 se. Ac rem quidem omnem, vt breuissimè
 licuit,

licuit, iam diximus. Quòd si quis dictorū
 cuiusq; certam ex demonstratione scien-
 tiam cœpisse velit, is librū de naturalibus
 virtutibus legat: in quo primū illud li-
 quidò demonstratum est, ventrē sua ipsius
 causa nutrimentum suscipere, vt eo tum
 fruatur, tum quod sibi desit suppleat: eoq;
 amplecti id vndiq;, ac retinere totū quoad
 se abundē satiauerit. Secundò illud, eundē
 vbi ali prætereā non desiderat, imam suā
 partem (πορωρη Græci vocant, id est por-
 tam) recludere, ac quod ciborū superfuit,
 exprimere, pessumq; ceu alienū onus tru-
 dere. Deinde, quòd in ipso trāsitu per inte-
 stina ac potissimū tenuia, venæ quæ huc
 pertinent, alimentū ad se rapiunt, quòd ex
 mora, quam in vētre habuit, & alteratum,
 & animali magis idoneum, est effectum:
 mox in ipsīs venis quoq; ab alia in aliam
 traditur, ad eundē modum quo ex ventre
 in venas, hinc verò iam planē cōfectum in
 singulas pertrahitur animalis partes: vbi
 tertiā cōcoctionē nactum, ipsi alēdo cor-
 pori assimilatur. Hæc si quis ex eo libro
 colligat, nihil est quod causam amplius
 requirat, cur multi, habitu corporis exina-
 nito, nisi sensim renutrientur, plurimum
 excrementorum in toto eo congerāt atq;
 ex iis non leuiter ægrotent.



CLAVDII GA-
LENI DE SANITATE

TVENDA LIB. QVINTVS,

THOMA LINACRO

ANGLO INTER-

PRETE.

Quæ in quinto libro de tuenda sani-
tate continentur.

De senû victus ratione, in sanis corporibus.

*Quo pacto opus sit partes quæ imbecilliores sunt,
exercere.*

*Quæ victus ratio sit adhibenda his qui atate ad-
huc sunt adolecente.*

Quæ vina senibus sint bibenda.

A quo vsu senes opus sit cauere.

De lacte & illius potu plurima disserit.

Curatio quorundam senilium affectuum.

Quorundam error in consulendo senibus.

*De maiè temperato corpore ad mediocritatem re-
ducendo.*

Cur non omnibus exercitationes conducant.

Calidicorporis tēperamēti tres esse differentias.

Quæ vina quibus naturis conueniant.

De triplici senectute.



VINTVM de sanitate tuēda li-
brū ingrediens, si qui fortè erūt,
qui prolixitate operis nostri gra-
uabūtur, hos primū solari vo-
lo: nō enim nostra id culpa euenit, sed pro-
positæ rei natura. Si enim fieri potest, vt
qui breuibus longam cōtemplationē ab-
soluit, nihil necessariū omittat: fateor er-
rorem meum, ceu nulla necessitate amba-
ges secutus sim. Sin clarius simul breuiusq; 10
differi de iisdem nō potest, nemo nos me-
ritō accuset, sed ipsos potius qui eorum,
quæ necessaria sunt, non pauca prætereūt.
Est verò illud simul ex maximè necessa-
riis, simul veluti elementum totius artis 15
quæ valetudinem tuetur, quòd numerosa
hominum sunt naturæ, prout in confesso
est omnibus tum medicis, tum gymnastis.
Quorum tamen plurimi ita de valetudine
tuenda scribūt, quasi de vno homine agāt, 20
idque ne vno quidem ostenso quem prius
iuuerint: quanquam non vnum, sed mul-
tos, quos morbis prius assiduis implica-
tos, ipsi postea multis annis in sanitate, sua
opera seruassent, indicasse, ac sic ad scri- 25
bendum accessisse, par erat. At nos, ipsis
rerum effectis id ostendimus: & iis qui
prius assiduis premebantur morbis, inde
adeò quòd sanitatis præceptis paruissent,
in

in omni integritate seruatis, sic demum
 de ipsis scribere sumus aggressi. Quippe
 alios exercitari in totum vetuimus: istis vi
 delicet exercendi corporis causa susceptis,
 5 ac solis vite actionibus contentos esse sua-
 fimus: aliis de multitudine exercitatio-
 num demere aliquid iussimus, vt totum
 breuissimis complectar: aliis qualitatem
 tantum, aut ordinem, aut tempus: aliis vni
 10 uersam earum mutare speciem iniunxi-
 mus. Aequè verò de balneis præcipientes,
 vtique quòd aut omnino his superseden-
 dum esset, aut sæpius, quàm antè, vten-
 dum, aut rarius, aut ante cibum tantum,
 15 aut etiam post cibum, aut calidioribus,
 quàm antè, aut magis tepidis, aut frigidio-
 ribus: prorsus omnis morbi expertes mul-
 tis annis reddidimus. At nihil horum fa-
 cere licuisset, si neq; naturales corporum
 20 differentias compertas habuissem, neque
 debitam cuique salubrem victus ratio-
 nem. Nonnulli verò ex iis, qui de sanita-
 te tuenda literis produnt, aut etiam sine
 scriptis de ea præcipiunt, ne seipos qui-
 25 dem defendere à morbis perpetuò potue-
 runt. Ita quum à cauillantibus, tum alia
 quædam, tum verò versus ille obiicitur:
 ἀλλὰ πῶς ἴαται, ἀπὸς ἰατρῶν, id est, Aliis
 medens, at ipse vlceribus scatens: alii id

+ Voir pantagruel
 prol. 14.

negotiis imputant, alii ob intemperatiam se agrotare fatentur, sed horum magis improba me iudice defensio est, quam ipsum quod obiicitur crimē. Qui verò iis quæ in vita incidunt, causam tribuunt, si quidem diaria febrilaborant, ex æstu, frigore, lassitudine, aliisq; id genus occasionibus, hos vindicare à culpa decet, sin alia qualibet, minimè. Quippe nec ipsi omnino sine febre exegimus, imò ex lassitudine nonnquam febricitauimus, nullum aliàs morbum multis iam annis experti. Quinetiam percussus certis corporis partibus, vnde alii phlegmonis bubonibusq; contractis, febricitarunt, ipse nunquam phlegmonem bubonemve sensi, nec febre laboravi: non aliunde certè, quam ex seruandæ sanitatis arte, tanta comoda consecutus: quàm alioqui nec salubrem corporis statum ab ortu ipso sum nactus, nec vitam planè liberam sortitus: sed in qua tū artis officiis seruiet, tum amicis, cognatis, & ciuibus, in pluribus in seruiet: tū plurimam noctium partem, nonnunquam agrotantium ipsorum causa, semper autē dulcedinis studiorum gratia peruigilauerim: nec tamē vllō sensi me corpis morbo tentatum multis iam annis, excepta (vt dixi) diaria quādoq; febre: quæ tamē & rarissimè, nec nisi ex lassitudine incidit, quāuis

in

in puerili ætate, atq; etiã tum in ephibia,
 tum adolescentia, morbis nec paucis, neq;
 iis leuibus premerer. Sed post octauũ & vi
 gesimũ annũ, quum persuasissem mihi esse
 5 cõseruandæ sanitatis rationẽ quandã: præ-
 ceptis eius per totã deinceps vitam parui
 ita, vt ne minimo morbo post laborarim,
 nisi forte (quæ tamen rarius incidit) diaria
 feбри: quum alioqui liceat hãc quoq; in to
 10 tum effugere, si quis liberam vitam sit na-
 ctus: veluti in superioribus iam ostendi:
 fietq; , si quis animũ aduertat, etiã clarius
 in his quæ mox dicã. Illud enim affirmare
 ausim, ne bubone quidẽ laboraturos eos,
 15 qui præparati ad sanitatẽ ad vngũ sint, si
 modò eorum corpus ab vtroq; excremen-
 torum genere vacet, & eo quod in quanti-
 tate cõsistit, & eo quod in qualitate. Atque
 ad eos quidem, qui nunc sanitatis tuendæ
 20 præcepta dicto scriptõve profitentur, vel
 hæc satis arbitror. Prioribus verò, quosq;
 nec seipsos extra morbum perpetuò, nec
 eos qui ipsis paruissent, seruasse, aut aliorũ
 relatu audiuimus, aut ipsos in scriptis suis
 25 tale quippiã iactare ausos: ne contradicen-
 dum quidem censeo. Mirandum certè po-
 tius arbitror, si quis eorum vniuersam sani-
 tatis tuendæ artem vno libro complecti est
 pollicitus, præsertim non (sicut Hippocra-

res) in primis & summis capitibus metho-
 dū indicans, sed sicut nos, omnia ratiōibus
 firmans: ac prolixitatis quidē sermonū no-
 strorum causa iam dicta est. Quisquis autē
 honesti, p̄biq; studiosus est, ac pro iis quæ
 optima sunt, diligens: hunc decet non tam
 artis huius longitudine grauari, quāni ma-
 gnitudinem eorum quæ promittit, suspice-
 re. Nam qui, quæso, non magna illa mirā-
 daq; artis opera sunt, si cui nō ab ipso ortu
 imbecillum corpus fuit, hūc & ad plurimā
 perduxisse senectutē, & sensibus illæsis ab
 omni prorsus morbo doloreq; alienū, atq;
 integrum perpetuò seruasse: Ego verò etiā
 nonnullos quibus salubre admodum fir-
 mumque natura corpus erat, vidisse mihi
 videor permultis morbis afflictos, ac po-
 stremò immedicabilibus malis in senectute
 saltē oppressos: quos tamē fas erat, quod
 ex naturali habitu fuit, tū sensibus omni-
 bus illæsis, tū reliquis corporis partibus sa-
 nos ad vltimam vsq; durasse senectutem.
 Quonā igitur pacto turpe nō sit, qui opti-
 ma natura sit p̄ditus, hūc ob podagrā ab
 aliis gestari, aut calculo iam cruciatum, &
 colo, & vlcere in vesica, ex cibis mali succi
 contracto doloribus contabescere? Quo-
 modo rursus non turpe sit propter articula-
 rem morbū, suis ipsius manibus vti nō va-

lentem, alienis egere, quibus ori cibos ad-
 moueat: † cuiq; sedes infirma est, eo qui in † *In grae.*
 deiectione [subministrat:] Satius enim sit, eo legitur
 si cui vllum omnino peccatus est, sexcenties καὶ το πέν
 5 malle mori, quam tali vita viuere. Quod μὴ ἴσθαι
 si quis tam impudens simul delicatusque ἀποβίβον-
 est, vt turpitudinem suam negligat: at do- τος ἐν ταῖς
 lores quos noctes diesque ex vitis suis su- ἀποπεί-
 10 torquentur, non aliter quam qui à carnificibus τοῖς, id est
 tametsi certè hæc omnia vel intemperan- sedem de-
 tia, vel ignorantia, vel vtrique imputent tergat in
 oportet. Verùm intemperantia corrigenda ἀλὴν deie-
 15 hæc locus non est: ignorationi eorum κλιονibus.

15 quæ agenda sunt, hoc opere (vt spero) me-
 debimur, scilicet pro quauis corporum na-
 tura, propria sanitatis tuendæ ratione ap-
 posita. Initium verò mihi rursus ab optima † *In vete-*
 natura † iustū erat, ad cuius curationē om- ri legitur
 20 ne cōsiliū dirigitur, nō eò vt corrigatur, nō δὲ δυνά-
 sed vt in statu suo est, seruetur. Id quod ipsi ειν, Sed δὲ
 hæctenus fecimus, qui de ea per singulas καιον.
 ætates præter inclinātē (παρακμασικῆν Græ-
 ci vocāt) egimus. Cuius extrema pars seniū
 25 propriè dicitur, ipsum quoq; in suas partes
 diductū (vt post dicemus) vbi ea pars artis
 tradetur, quæ de senibus curandis agit, γη-
ροκομικῆν Græci vocant. Verùm nunc sal-
 tem præcipuis eorum, quæ dicta sunt, repe-

titis, ad vitiosas corporū naturas transibi-
 mus: ac quemadmodum cuiusq; earū ser-
 uari valetudo possit, trademus. Ergo opti-
 mum corpus ad sui custodiam, hæc in qua-
 litate, quantitate, & facultate postulat. In
 5
 exercitationibus, quæ moderatæ medio-
 cresq; sunt, quæq; singulis corporis parti-
 bus æquabiliter sint adhibita: idq; omni
 vitato excessu, aut sicubi in quoquā dicto-
 rū sit erratū, errore correcto. In edendorū
 10
 verò, bibendorūq; natura, similiter in qua-
 litate, quātitate, & facultate, hic quoq; sco-
 pus esto ipsa mediocritas, vt nec plura, nec
 pauciora capiat, quàm quæ vbi concocta
 distributaq; in corpus sint, idēq; bene nu-
 15
 trierint: ac si opus sit gliscētibus adhuc, me-
 diocre quippiā adiecerit, nihil relinquet
 quod vel superuacuuū sit, vel deficiens. Ad
 eūdē modū in somno, vigiliis, balneis, ani-
 mi actionibus, & aliis id genus, mediū o-
 20
 mnis excessus, seruari debet. Quod si in
 aliquo sit erratū, corrigēdus error est. Por-
 rō omnis corrigendi erroris cōmunis esto
 scopus, cōtrarii excessus vsurpatio: ita vt si
 plusculum pridie fatigatum corpus est, de-
 25
 mas aliqd de exercitationū modo: sin mi-
 nus iustō se exercitauit, vt exercitii modū
 augeas. Eodē pacto si concitatore motu
 est vsus, vt hūc modicè remittas: sin remis-
 sio

fiore, vt intēdas. Simili modo si robustior motus præcessit, vt pro hoc mitiorē iniungas: pro leuiore contrā qui valentior sit: & pro languido vehementē, & pro vehemēti contrarium: & vno verbo, vt omnem excessum cōtrario excessu corrigens, in sanitate hominē custodias. Vt autem corrigendo nō erres, primūm corporis affectus ad vnguēscire oportet, deinde omnium eorum, quæ priore die facta videris meminisse: nam affectus quidē quod delictum sit, docebunt. Recordatio eorum, quæ pridie sunt acta, quantū tibi à consuetis recedendum sit, insinuat. Atq; in affectibus quidē, eiusmodi excessus videas, quod aut gracilius, aut obesius, aut durius, aut mollius, aut siccius, aut humidius, aut rarius, aut densius corpus, quā antē, apparet: cum eo etiā quod nec naturalē coloris gratiam ad vnguēseruat. Memoria verò factorum, & quod peccatum est ostendet: & prout corrigetur ex præsentium collatione docebit. Nam si gracilius redditum corpus sit, æstimare oportebit, atq; ad memoriam reuocare, plus'ne, quā par erat, exercitādo fatigatus homo sit, aut concitatiore motu vsus, aut fricādo, lauādōve modū excessit. Ab his mox considerare, nimia'ne cogitatione sit vsus, aut nimium vigilauerit, aut

per aluum longè plura iustò deiecerit. Expendi etiã debet, num domus in qua versatus sit, calidior fuerit, aut an parcius comederit, vel biberit, aut venter liberius indulserit. Sin obesus visum corpus sit, num frictio [mollior] aut exercitiũ parcius, aut tardius, aut somnus longior, aut venter astrictus, aut ciborum copiã optimè concoctorum præcesserit. Si verò durius quàm antè

† In græc. corpus apparet: primũ frictionũ memi- 10
 codic. im- nisse oportet, mox robustarũ exercitatio-
 pressis le- num, an hæ robustæ, & cũ cõcertatore du-
 gitur πu- ro† dẽsante q̃; præierint, ad hæc, an in pul-
 λὸν & uere eoq̃; duro, ac frigido, & an citra apo-
 sed hæc therapiã: dein balnei: an videlicet hoc pla- 15
 vox in ve nè frigidũ fuerit, an nimiũ calens: præter-
 zeri nõ ha eã, domus in qua dormiens vigilansve ver-
 betur. fatus est, num frigida: itemq̃; ciborũ siccita- 20
 † In græc. tatis, & potiõis penuriã. Sin mollius quàm
 codic. im- prius postridie corpus videatur: primũ
 pressis le- quidẽ frictionũ meminisse conueniet, an
 gitur & molles, & cum pinguitudine, & balneis le-
 εως ἵσθις niter† tepidis sint adhibita. Ab his reuoca-
 Sed apti- ri ad memoriam debet, an exercitatio- 25
 us vide- nes tardæ & exiguæ, cùm cõcertatore im-
 tur legisse modicè molli, præcesserint. Dein an potio
 interpres vberior fuerit, mox an cibos plures, aut na-
 χλιαροῦ- tura humidiores acceperit, postremò an
 σοῖς. multũ dormierit. Proximus molli corpo-
 ris

ris affectui, est humidus, hoc differēs, quòd
 mollis ipforum corporū propria qualitas
 est: humidus qui in eo continentur humo-
 rum. Discernuntur hi tactu: nam humidus
 5 affectus cum madore cutis est, mollis sine
 hoc: quanquam est profectò & molle cor-
 pus humidū suis ipsius partibus. Caterum
 pro doctrinæ claritate, hoc molle vocetur,
 alterum humidum. Ac ficcus quidem im-
 10 modicè corporis affectus, habitum statim
 durum reddit: non tamē cum mollitie ne-
 cessariò coniunctus est humidus affectus,
 potest nanq; durata caro esse, & tamē ma-
 dor sudorve è corpore emitti. Atq; in hu-
 15 mecto quidē corporis habitu, vel ex intē-
 pestiuo veneris vlu, vel alia quapiā ex cau-
 sa, de virium imbecillitate suspicio est, vel
 corporis raritate, ex immodicè molli fri-
 ctione, vel nimio balnei vsu, vel aère do-
 20 mus vbi versatus est; q̄ par erat, caldiore.
 Habēda præterea est & de portione consi-
 deratio, an ea vberior fuit: & de fomno, an
 is maior quàm pro naturę ratiōe, & de aère
 ambiēte, num se nō sensim, sed simul totū
 25 in hūidū calidūq; mutauit: & de cibis pari
 modo. In teneritudine verò, siue mollitu-
 dine (vtrōq; enim modo cōsuetudo appel-
 lat) quum vtiq; sine humiditate fuerit, cō-
 coctum probè nutrimentum esse, & corpus
 nut

nutritum, sed exercitatum diminutius esse
 putandum est. Contrà in duritie, aut duri-
 ter perfriktum esse, aut nimiũ exercitatu,
 idq; cum duro concertatore, & in puluere
 iudicandum. Siccitas verò habitus, penuriã
 potionis, cibive, aut vigilias, aut vitæ soli-
 citudinẽ, aut multam frictionẽ, aut exer-
 citationẽ immodicã indicat. Hæc itaque
 cõsiderans corrigere errorẽ quotidie pote-
 ris, priusquã in auctus error curatu diffi- 10
 ciliior euadat. Semper autẽ memineris ex-
 cessum omnẽ contrario excessu esse emen-
 dandum, quippe omniũ quæ præter natu-
 ram incidunt, omne huc consiliũ curatio-
 nis dirigitur. Quare si huic præcepto, etiã 15
 corporũ quibus præficeris dignoscendo-
 rum peritiam adieceris, & singulorũ reme-
 diorum facultates adiũxeris: vniuersã iam
 artis quæ corpori hominis tuendo dicata
 est, peritus fueris. Cuius ope nõ sanis mo- 20
 dõ suã valetudinẽ tueberis, sed etiã iis qui
 ægrotant, pristinu statum restitues. Atque
 optimũ quidẽ corpus cuiusmodi sit, dictũ
 iam est. Quod ab huius perfectione defecit,
 scire licet tribus id de causis defecisse: 25
 aut quòd statim in vtero vitioso statu fuit:
 aut quòd qualibet de causa in non natura-
 lem affectum post concessit, aut ætatis ra-
 tione. Omnia verò corrigenda per cõtra-
 riu

rium excessum sunt. Seniū enim (vt de hoc
primū agam) frigidū siccūq; est: velu-
ti in libro de Temperamētis est ostensum.

Corrigitur id per ea, quę calefaciunt, & hu-
meētāt. Talia sunt balneum dulcis, & cali-
dæ aquæ, & vini potio: præterea ex cibis
quicunq; humeētare & calefacere natura
possunt. De exercitatione verò, frictione,
& omni motu (ab his enim cœpisse est sa-
tius, nam rectè illud dictum arbitror: La-
bor cibū præcedat) hæc scire licet, poētam
ex parte verum dixisse:

Vt lauit, sumpsitq; cibū, det mēbia sopori.
Nanque hæc iusta seni.

Non tamen in hoc totum esse positum. Po-
stulat enim senū, nō secus quàm iuuenem
corpus dimoueri: quū insitus alioqui calor
extingui in his periclitetur. Nam corporū *In vete-*

quæ in florente ætate sunt, non desunt quę *ri gra. co-*
quietem postulat: de quibus Hippocrates *di. ita legi*
prodidit. Senum verò nemo quietem ex *tur, ob d' a*

toto postulat: sed nec exercitium vehe- *va τριβε-*
mens. Ceu enim ventulo quodam exci- *δου ἀμε-*
tari accendi que calor eorum desiderat: *τα μετὰ*

vehementiore autem motu deiicitur. Ac *τὸς ὑπνοσ*
magnæ quidem flammæ, eius quod ita ac- *εἰωθεν οἱ*
cendat, minimè egent, quum satis ipsæ si- *ακμαζον-*

bi & ad tutelam sint, & vt materiæ domi- *τῶν διον-*
nentur. Ergo nec à somno manè fricari *του. i. neq;*
desi

eos qui a-
 tate florēt
 manē a
 somno im-
 moderatē
 fricare
 opus est.

desiderant omnes qui ægrotant] sicuti se-
 nes: quum eiusmodi frictionis, quæ cū pin-
 gitudine adhibetur duplex scopus sit: nē-
 pe ut vel lassitudinis affectum sanet prius
 quàm inactus febrem accēdat, vel imbe-
 cillam distributionis vim excitet. Nā mul-
 tos quorum corpori longo tēpore nihil ex
 alimento accessit (ἀτροφία] Græci vocāt)
 eiusmodi frictione adhibita: facile paucis
 diebus carne impleuimus. Verū quod aliis
 ex affectu certo in tempore incidit, id seni-
 bus adest perpetuò, quippe quorum omne
 corpus frigidum est, nec potens alimētum
 ad se trahere, atque id probè conficere, ex
 eoque nutriri. Sed frictio quum & vitale
 robur excitet, & modicè calefaciat, efficit
 ut & distributio nutrimenti sit facilior, &
 nutritio promptior. Hac victus ratione &
 iuuenes nō pauci, qui ex eo quòd alimen-
 tum his distributum in corpus nō est, emaci-
 ciati sunt, carnis incrementū receperunt &
 senes planè omnes, fructum non paruū sen-
 serunt. Atque hæc quidem vna senibus ve-
 luti exercitatio sit manē administrata, nē-
 pe fricatio cum oleo: post hanc in ambula-
 tio gestatioq; quæ tamen sint intra lassitu-
 dinem, & ex senis viribus coniectatæ, qua-
 rū causa de cibis potioneq; nō pauca prius
 diximus: nunc de exercitationibus quoq;,
 exe

exempli causa, quædã ponemus, de quibus
 hæc in superioribus didicimus. Quod acu-
 ta exercitatio (sic enim vocant, cuius cele-
 res motus sunt) corpus tenuat cõtraria, cras-
 sum reddit, multa corpus siccant, mediocris
 5 obesum præstat. Dicitur est & de cæteris
 omnibus exercitationum atq; etiã frictio-
 num differentis. Verùm exercitationis for-
 mæ, quæ senibus vtilis, alienæ ve sint, tum
 10 ex corporis totius affectu, & cõsuetudine,
 tũ vitiis ipsis, quæ infestãt, intelligẽtur. Ex
 totius corporis affectu, adhuc modũ: nam
 optimi status corpus, de quo hæctenus ser-
 monẽ fecim⁹, sicut in iuuetute ad vehemẽ
 15 tissimos quosq; labores maximẽ idoneum
 est: ita in senectã se habet ad omnes me-
 diocres. Quod verò aut crassis cruribus
 est, aut lato pectore, aut crurib⁹ vltra quàm
 par est gracilibus, aut quod exiguo est tho-
 20 race, aut admodũ angusto, aut valgum est
 varũmve, aut alio quouis pacto à medio-
 critate recedens: id ad plerasq; exercitatio-
 num ineptũ est. Quippe vitiosæ figuræ tho-
 25 rax, in iis quæ per vocem administrantur
 offenditur: crura verò per inambulatio-
 nem læduntur. Ad eũdem modum de ma-
 nibus, collo, humero, lumbis, coxis, & to-
 ta spina mihi dictum intellige. Quic-
 quid enim ex his parum ritè ab initio
 con

conditum est, id sanè exercitādo imbecil-
 lum potius, quàm firmū redditur: nisi si cui
 moderatos motus imbecillis mēbris modi-
 cas exercitatiōes nominare placet, verūm
 ita de nomine magis, quàm de reliquis fue-
 rit. Senibus verò quæ præcipua ad sanitatē
 exercitia sunt, hæc per valētiores corporis
 partes sunt obeūda: quippe cū quibus reli-
 quæ simul mouētur, exercenturq;. **Quin-**
etiā cōsuetudo maximā vendicat partem, **10**
 ad exercitationis speciē deligēdam. Nam
 quæ cōsuetæ sunt, vt minimè lassantia quos
 exercent, etiam delectant: sicuti è diuerso,
 quæ insuetæ sunt, tum displicent, tum verò
 lassant. Porro quibus operibus arte opus **15**
 est, ea ne attingere quidem senes debebūt:
 non tibia, nō tuba sonare, nō cithara, non
 magis quàm quæ in palæstra gerūtur, qui
 luctæ sunt ignari. Senes igitur omnes con-
 suetis laboribus sunt exercendi, sed tamen **20**
 vehementia eorū remissa. Tertiū quò diri-
 git, qui exercitationis formā præscribit, ab
 affectione sumitur, omnis quidem ætatis
 cōmune, non tamen parē vbiq; vim obti-
 nens, quum nec parē vbiq; noxam negle- **25**
 ctū inferat. Quos enim ex leui causā verti-
 gines (*ακοιτίματα* Græci vocāt) comitiales
 morbi, grauis ophthalmia, vel auriū dolo-
 res malè habent: iis inclinato capite, dor-
 so ve-

fo've, aut humi volutatis exercitari non
 expedit: imò tum ambulatione sæpè, tum
 cursu mediocri, tum gestatione in vehicu-
 lis citra fatigationē vti. Simili modo nec
 5 quibus tonsilla, (quas *παραρριθμια* Græci vo-
 cant) aut vitia, quas antiades appellant, aut
 anginae facillè incidunt, nec quibus præptè
 in columellâ, gingivas, dentes deniq; par-
 tem aliquâ ex iis, quæ circa collū, aut totū
 10 caput habetur, fluxiones procūbūt. Quip-
 pe nōnulli dimidio capite infestatur Græ-
 ci *ἡμιπρωα* vocāt: aliis tēdones, quos Græ-
 ci, *τινονας* vocant, ex leui qualibet causa
 dolent. Quorū nemo exercitationē susti-
 15 net, quæ caput impleat: sed sunt his omni-
 bus, quæ per crura gerūtur vtilia: sicut è di-
 uerso qui imbecillis sunt cruribus, his supe-
 rioribus partibus exercitari est satius, chi-
 ronomiis, acrochirifinis, disci iactu, alterū
 20 vsu: præterea his omnibus quæ in palestra
 humi exercēt. At quorū mediæ crurū, bra-
 chiorūq; partes opportunæ offensionibus
 sunt, iis quoduis exercitationū genus ido-
 neum fuerit: modò ne reliquarū cōsidera-
 25 tionum vlla prohibeat. Quæ tamen circa
 thoracē partes sunt, magis inferiorū exer-
 citatione iuuantur, quæ circa vesicā, & re-
 nes, superiorū: lienis, vētriculus, iecur, in te-
 stina, & colon, sicuti in medio superiorum

inferiorumq; sunt, ita se ad exercitationes
 habent. Frictiones tamē partibus infirmis
 quo tempore laborant, ad mouere non cō-
 uenit, ubi sanæ sunt; conuenit vel magis
 quàm aliis & potissimum siccas: quas & per
 linteū, & solis manibus liberaliter adhibe-
 ri expedit. Quinetiam qui certa periodo re-
 deunt quibusdam partibus dolores: hi ne
 fiant, non parua ex eiusmodi frictione cau-
 tio est, si medio tēpore præcipueq; si duas
 vel tres horas ante accessione adhibita sit:
 firmantur enim ex partes, & consuetas flu-
 xiones minus admittunt. Atq; hæc quidem
 nō senum modò, sed & qui aliam quam li-
 bet ætatem agunt, omnia sunt communia.
 Nō exercitari verò imbecillis partibus, so-
 lis senibus suadeo: ex cæteris quāto quisq;
 remotior à senio fuerit, tātò illi magis exer-
 citanda pars. Quod utique & quò clariora
 quæ dicimus sūt, exēplo profèqui non gra-
 uabor. Finge corpus aliquod, ex iis, quæ ad
 huc augefcūt, gracilibus esse cruribus: huic
 picari crura conducet, & modicè fricari, &
 cursu uti potius, quàm alia quauis exercita-
 tion. Porrò præfici ei quempiam oportet,
 qui modum in motu præscribat, quò neq;
 intra quàm expedit exercitetur, neq; adeò
 vltra ut lassitudinem sentiat. Id tamen nō
 in exercitationibus modò, verumetiam in
 aliis

aliis omnibus difficile intellectu sit: nos
 certè facile esse ostendimus, in iis saltè quæ
 ad salubrem victus rationē pertinet. Neq;
 enim in his præceps occasio est, sicuti in
 5 morbis: imò ubi à tutissima in singulis mē-
 sura in ceperis, & simul quod ex ea securum
 est æstimaueris, licet vel addas aliquid quo-
 tidie, vel detrahas, ac, quod ommissum est,
 corrigas: veluti statim de his quibus graci-
 10 lia sunt crura. Ipse nanq; quū aliquādo tra-
 ditum mihi tredecim annorū puerum, to-
 to augmētī tēpore, ad ea quæ prædixi præ-
 cepta curassem: reddidi iuuenē cōcinnum
 legitimiq; modi. Nam primo die illitum
 15 prius pice ꝑbis deinceps (vt soleo) iussi cur-
 rere, nec celeriter, nec multū: secūdo die *vi gra. co-*
 frictione quæ in qualitate quidem esset du- *di. legitur*
 ræ mollisq; media, in quantitate verò exi- *dis ipe ꝑbis*
 gua, atque hac cum pinguitudine adhibita *vt vertit*
 20 præmollitū iussi paulò plus currere quàm *interpres,*
 prius, non tamen celerius. Ab ipso verò cur *sed in im-*
 su ea quæ apotheraꝑiæ debetur, frictione *pres. legi-*
 sum vsus, iussi verò quotidie ambulare, *tur si ipe*
 sed inter initia modicè pòst verò modum *ꝑbis. i. dem*
 25 augere. Æstimabam quoque in curribus *ceps, ita vt*
 tum alia, tum præcipuè venas, num am- *ditionem*
 plius increuissent, quàm pro crurum bene *bis nò in-*
 alendorum ratione, quippe id graue est, & *cludat-*
 quod tempore tum fluxiones humorum

asciscit, tum valgos facit, haudquaquã bo-
 num habitum crurum. Ergo non huic mo-
 dò notæ te esse attentum cõuenit, sed & il-
 lud obseruare, num calidiora iustò reddita
 crura sint, nũ lasitudinis quippiã sentiant. ⁵
 Nam si nihil horũ apparuerit: augeri tum
 ambulationis modũ, tũ cursus oportebit,
 atque etiam alternis diebus picari. Sin ali-
 quid eorã cernitur: tum & crura nõ pro-
 cõsuetudine deorsum ac prona, sed cõtra- ¹⁰
 rio situ, id est, sursum habita in lecto collo-
 care cõueniet: & copiam omniũ quæ dixi,
 minuere, minui inãbulare, minus currere
 iubere, frictione infernè sursum uti. Hęc
 facies, vbi naturalè planè habitũ crura re- ¹⁵
 ceperunt: rursus ad eum quẽ cõepisti reme-
 diorum vsum redibis, aut exiguis eorũ in-
 crementis vsus, aut etiam eũdem perpetuò
 modũ seruans, adhibebis, & quas rotundas
 frictiones vocãt (hæ medię sunt durarũ ac ²⁰
 mollium) aliãs à superioribus, aliãs ab infe-
 rioribus partibus incipiẽs. A liquãdo verò
 & puluere prius insperlis cruribus, oleũ in-
 fundes, mox fricabis. Esto verò puluis qui
 appellatur pinguis, sanè ita appellãt, i quo ²⁵
 nec asperũ quippiã, nec acre subest. Quip-
 pe extenuat potius, quã carnẽ auget, quĩ
 quis aut pumicosã asperitatẽ, aut nitro-
 sam falsã me acrimoniã in se habet. Si cui
 ver

verò crassiora quidem crura sunt, brachia
 verò cubitiq; gracilia: huic omnia que per
 manus fiunt exercitia, sunt petenda: fugiē
 da verò quæ cruribus obeuntur, frictiones
 5 tamen & picationes simili modo fiant,
 aliaq; quæ de exercitiis crurum iam dixi-
 mus. Neq; enim parua in ipsis differentia
 est, aliis omnino ad motū inualidis, etiā si
 septuagesimum ætatis annū nondū attige-
 10 rint, aliis multo his robustioribus: qui etiā
 supra octogesimū sunt nati. Ergo qui im-
 becilliores sunt, hos gestatione potius q̄
 inābulatione dimouebis: validiores vtro-
 que genere exercitabis, agesq; ad secundā
 15 frictionem vtrosq; ; nō tamē similiter, sed
 semper imbecilliorē citius. Nam id quoq;
 ex maximè cōmunibus præceptis esto: vbi
 imbecillæ vires sunt, crebra exiguaq; fri-
 ctione vtendū: vbi validæ, rara, multa que.
 20 Sed hæc atq; alia, vt dixisse quidem est fa-
 cillimum: ita præesse senis sanitati tuēda,
 sanè est difficillimū, æque vt eorū, qui ex
 morbo cōualescunt. Porrò hęc artis partē
 appellāt iuniores medici, græcè analepti-
 25 cē, quasi refeatricē dicas: illā, quæ senū sa-
 nitati prospicit, gerocomicē. Videturq; hi
 ambo affectus non esse exacta planè sani-
 tas, sed vel morbi, & sanitatis affectus qui-
 dam medii, vel omnino eius sanitatis non

esse, quæ firma cōstansq; sit, quam κατὰ φύσιν
 appellant, sed eius potius quæ fallax incer-
 taq; sit, quā isti κατὰ φύσιν nomināt. Ergo
 siue morbum, siue morbosum quendā affe-
 ctum, siue medium quiddam sanitatis mor-
 biq;, siue κατὰ φύσιν sanitatē senium appel-
 les: huiusmodi quæstionibus quum nos le-
 uissimi homines petunt, pro nihilo habitis
 scire licet senilis corporis statū, quoniam
 ex leui momento in morbum decidit, simi-
 li ratione iis, qui ex morbo cōualescunt, in
 victu esse curandum. Quare dictu quidem
 facile est, seni expedire manē oleo vngi ac
 fricari: cæterum aptē hac opere peregisse,
 omnino difficillimū est. Nā durior paulò
 frictio lassitudinem affert: præmollis verò
 inefficax est, sicut etiā quæ exigua omni-
 no est: aut multa magis per halitū digerit,
 quàm ad nutritionem conducit: iam locus
 ipse vbi corpus senis nudatur: si frigidior
 est, nō solum nihil affert cōmodi, sed etiā
 densat & refrigerat: sin iusto calidior est,
 hieme quidē vbi rarius corpus effecit, fri-
 gori obnoxium reddidit estate verò & per
 halitū exhaurit, & vires deiicit. Qui enim
 κατὰ φύσιν sani sunt, his ne vehemens quidem
 causa corpus alterat: Seni verò vel minima
 causa maximē mutationis occasio est. Simi-
 liter igitur se habet in cibi tum qualitate,

tu

tum modo: quippe in quibus senes, si bre-
ue quippiã trãsgressi limites sint, nō leui-
ter læduntur, quū iuuenes vel ex maximis
etioribus minimum noxæ sentiant. Ergo

5 tutius est imbecillo leni, exiguū dare ter
die: sicut Antiochus medicus solitus est se
cibare, iam quidē annos natus plus quàm
oetoginta, ac quotidie ad forū progrediēs
in eū locū, vbi cōcilium ciuium conuene-

10 rat: interim etiã longa via ad ægros inui-
sendos pergens: Cæterū domo in forum,
quasi trium stadiorū spatium pedibus cō-
fecit. Quo etiã modo infirmos si quos pro-
pè habebat, inuisit. Longius verò si quò

15 erat eūdū, partim gestatus in sella, partim
vehiculo vehebatur. Erat autē ei domi do-
muncula quædã, quæ hieme calebat cami-
no: æstate citra ignē bene attemperatum
aërem habebat. In hac manē omnino fri-

20 cabatur, tam æstate quàm hieme, vtiq; de-
iecta prius aluo. In foro autē loco aliquo
circiter horã diei tertiam, vel ad summum
quartam, sumpsit panē cum Attico melle,
plerunque coctō, rarius crudo. Postea par-

25 tim cum aliis commētans, partim ipse so-
lus aliquid legens, ad sextã vsq; horã per-
seuerabat. Ab hac tum in publico balneo
fricabatur, tum verò exercitabatur, ap-
tissilicet seni exercitationibus: de quarum

forma paulò pòst agemus. Mox lotus, præ-
 debat mediocriter: primū iis sumptis quæ
 alaiū deiiciunt: post hæc maximè piscibus,
 vel quos saxatiles vocāt, vel qui in alto ma-
 ri degūt. Rursus in cœna, à pisciū esu absti-
 nuit: sed boni succi aliquid, ac quod nō fa-
 cilè putresceret, sumpsit: utiq; aut far cum
 mulso, aut auem ex iure simplici. Atq; hac
 quidē victus ratione Antiochus in senio
 vsus, sensibus illæsis, mēbrisq; omnibus in
 regris ad extremū durauit. Telephus autē
 grāmaticus prouectiore quàm Antiochus
 ætate fuit, vt qui centū ferè annos vixerit.
 Is verò hieme, bis mense lauabatur, æstate
 quater, mediis harū tēporibus, ter. Quibus
 verò diebus non lauabatur, his circa ter-
 tiam horā vnctus est cū exigua frictione,
 mox mel optimum crudū, alicæ in aqua
 coctæ permistū esitabat: eoq; solo cōten-
 tus pro ientaculo fuit. Prandebat septima
 hora aut paulò citius, primū oleribus sum-
 ptis, deinde piscibus gustatis aut auib⁹: ve-
 spere autē tantū panē ex vino misto ede-
 bat. Sanè vinum sicuti pueris est alienissi-
imum, ita senibus est aptissimū. Esto autē
 id ex his quæ calidioris naturæ sunt: qua-
 lia sunt in Græcia quæ Ariuñū & Lesbiū,
 & quod Mysium vocant: non ex ea Mysia
 quæ ad Istrū est, sed ex ea quæ Helleston-
 tia

cia dicitur, quæ nimirū in nostra est Asia,
 Pergamo vicina. Ex italicis verò, Falernū
 & Surrētinum: proxima his sunt in Italia
 quidē Tiburtinum & Signinū ambo vetera:
 quando nouella nec deductionē nutri-
 menti in corpus adiuuant, nec vrinas pro-
 mouent: sed diu in vêtre fluctuātia perma-
 nent. Secūdo ab his loco sunt Adrianū &
 Sabinum, & Albanū, & Gabrianū, & Tri-
 philinū: Præterea omnia Aminæa quæ in
 Italia nascuntur, & circa Neapolim, & in
 Tuscia. Cæterū Mysiū Surrētino simileis
 vires habet: Falerno verò quod è Tmolitis
 est optimū. At sabino & Adriano, Titaca-

15 zenum & Ariusium sunt similia. Ergo de
 his modicæ antiquitatis bibendū senibus
 est, utiq; quibus valētius caput nō est: qui-
 bus autē est, his & Falernum, & Surrenti-
 num, & Ariusium, & Lesbiū, & Mysium, &
 20 Tmolites idonea sunt. Ergo in omni re-
 gione ad prædicta exempla deligere sibi
 quisq; idoneū poterit: huc videlicet omni
 cōsilio vini pro senibus deligendi directo
 ut in substātia sit tenuissimū, colore, quod
 25 Hippocrates κίρρην, id est fuluū, appellare
 solet: poterat autē & ξαυδίην, id est flauum
 id appellare. Cōmodum verò vinum est &
 quod ὠκρίην græcè, id est pallidum dicitur,
 utiq; quod medio colore est, inter flauum

† Mēdosè
 legitur in
 græ. codi.
 impressis
 ἀριόβαιος
 pro ἀριού
 id est
 Αττυνium
 ut est in
 veteri.

& album. Quippe si flauū albo miscere li-
 beat: quod ex ambobus cōfit, pallidū eua-
 det. Etiā aquæ admistum flauū cuiusmodi
 colorem reddit: verūm pro maiore mino-
 réve aquæ modo, aliās pallidū, aliās velu- 5
 ti quod græcè *αλελευκον*, id est ex pallido
 albicās, vel quod *αλεξαιθρον*, id est ex palli-
 do flauum apparet. Calidissimum ergo ex
 iam dictis, si colorē spectes, flauū est: mi-
 nimè verò calidum, albū: quæ media inter 10
 hæc sunt, prout alterutri magis accedunt,
 ita vim eius exhibēt. Vnū igitur illud ma-
 ximum senibus cōmodum ex vino acce-
 dit, quòd omnia eorum mēbra calefacit:
 Alterum, quòd per vrinas serum sanguinis 15
 expurgat. Itaq; etiā optimū id senibus est,
 quòd hæc maximè præstat: porrò id est
 quod substantia quidem tenue est (quippe
 vrinas mouet) colore autē flauū: proprius
 enim is est præcalidorum vinorum color. 20
 Itaq; etiā quæ valde ab initio alba sunt, si
 inueterauerint, flauitiem quandā contra-
 hunt: vnde primū pallidula, mox verò pla-
 nē pallida fiunt. Quòd si longissimo tem-
 pore seruentur, ex pallido flauētia cernun- 25
 tur: nā vt omnino flaua fiant, quæ alba vi-
 na sunt, fieri certè nequit. Quæ verò ex
 pallidis aut flauis vinis, substatiæ pinguis
 sunt, hæc & sanguinē augēt, & corpus nu-
 tri

triunt:quò fit vt ea vtilia senibus interdū
fint,vtiq; quo tēpore,nec serosam humidi
tatē in venis habent,& ali liberalius desi-
derant.Plurimū tamen qui hac sunt æta-

5 te,iis vinis indigēt,quæ vrinascient: pro-
pterea quòd aquosum excrementū in ipsis
abundat.Quæ verò diu in ventre moran-
tur,eorū sanè nullū aptum seni est.Eius ge-
neris sunt,& Aminæum à Bithynia, & ex

10 Italicis Mursum & Signinum & Tiburti. *In veteri gra.cod.le*
num,quoad videlicet sunt nouella. Verū hæc omnia alba sunt,nigra verò reliqua:
15 quorum crassa,quæ quidē astringunt,ea *gitur pars*
longo tempore in vêtre manēt,& fluctua- *id est*
20 tiones in eo excitant,veluti quod in Cili- *Marsum,*
cia nascitur Sybates: & quod in Asia na- *sed men-*
tum Aegausien vocāt & Perperimū. Quæ *dose in im-*
30 verò citra astrictionē nigra crassaq; sunt, *pressis mōe*
quod genus sunt Scybelites & Theræum:

40 ea minus in ventre morantur, vrinascient tamen nec ipsa mouent, sed deorsum prope-
rant:itaq; etiam ante cibum illa sumunt.

50 Caterū ea senibus vtilia nō sunt, nec quū
præbibūtur,nec multò magis alio quouis
60 tēpore sumpta,veluti,nec aliud quicquam
quod crassum efficiat succum,quippe ob-
70 struuntur his iecur, lienis, & renes. Vnde
fit,vt senū,qui his liberalius vtuntur,alii
80 aqua intercute,alii calculo laborēt.Si quis

ergo

ergo senum dulci vino uti à balneo velit,
 ubi manè comederit, sicuti Antiochū so-
 lere diximus, huic optimū Phaustianū Fa-
 lernum fuerit, aut si eius copia nō est simi-
 le aliquod. Porrò similia fuerint quæ dul-
 cia simul & pallida sunt, proxima his sunt
 Therenū & Cyrienū. Non veterē etiā nec
 iis quæ melle cōdiantur, senes uti, maximè
 quibus suspicio est calculi in renibus gi-
 gnēdi, aut podagræ alicuius, articularisve
 morbi impetus futuri. Porrò vinū huiusce
 modi cōpositioni aptissimū fuerit Sabinū,
 aut simile aliquod. Coniicitur autē in id
 petroselinū: atq; id solū articularibus sa-
 tiffaciat. Iis qui calculo laborant, etiā ali-
 quid Betonicę, & Cestri, qui in Galliis nas-
 citur, est immiscendū: vocāt autē herbam
 eā farxiphagon. Qui verò curiosius id me-
 dicamentū cōponunt, etiā spicæ nardi ali-
 quid iniiciūt. Sunt verò & alia quædā, qui-
 bus urinas mouendi vis inest. Verū simpli-
 cē potionē pleriq; ex vino melleq; confi-
 ciunt, adiecto rutæ piperisq; exiguo. Si ve-
 rò prius quàm lotus est comedit quippiā,
 nec venter eius vllō auxilio eget: vinū al-
 bum, & quod parū aquæ tolerat, à balneo
 bibat. At quæ crassa, dulcia, & nigra vina
 sunt, ea omnia propterea quòd obstruūt vi-
 scera, sunt fugiēda. Verū obstructio, quæ

ex vino incidit, mediocris est: quæ verò ex
 5 cibis iis nascitur, qui succū crassum, lētūq;
 creat: huic nō facile succurritur. Quò ma-
 10 gis cauedū senibus est à multo farris aut
 * casei, aut ouorū, aut cochlearū, aut bul-
 borū, aut lentis, aut suillæ carnis esu: mul-
 toq; magis ne anguillarū, aut ostrearum,
 aut deniq; eorū, quorū dura caro difficil-
 15 lisq; cōcoctu est, vsūm frequentē. Ob ean-
 dem rationē, nec eorū, quæ testa integun-
 tur (ὄσπρακόδεσμα Græci vocant) aut cartila-
 gineorū, aut thynnorū, aut deniq; cetarii
 generis vllū, vtile his est. Sed nec ex carni-
 20 bus, ceruina, caprinave, aut bubula. At hæc
 15 potius nec alii vlli sunt vtilis. Ouilla verò
 iuuenibus quidē non malus est cibus: seni-
 bus verò, nec ea est cōmoda, atq; etiā hac
 multo minus agnina, quippe quæ humida
 & mucosa, glutinosa, & pituitosa est. Hæc
 20 dina verò sanè nō incōmoda seni est, præ-
 terea aues eæ, quæ extra palludes, ac flu-
 mina, stagnaq; degunt. Salita verò omnia
 25 meliora recentibus sunt. Ergo (sicuti dixi-
 mus) ante omnia cauedū ab iis, qui ob-
 struant, cibus est, quòd si res cogat aliquan-
 do copiosius his vti, protinus sumēdū me-
 dicamentū diacalaminthes est, cuius com-
 positionē suprā in quarto posui. Eius si co-
 pia non est, dia trion pipereon petendum,
 fin

† χένοςρον
 id est ali-
 ce.

* τυρῶν,
 legitur in
 græc. codi.

impresus,
 id est triti-
 ci, sed in

veteri le-
 gitur τυ-
 ῶν, sicuti

legit inter
 pres.

fin ne id quidē ad manū est, piper album
 tufum, cribratūq; diligenter, ac in pollinē
 redactū, & cū cibis esse, & potioni insper-
 gere: sed & cāpas esitare tū expediet: quin
 etiam allium, si huic afflueuerit. Antidotus
 quoq; ex viperis, quam theriacē vocant,
 non incōmodē senibus detur: potissimū
 ubi post obstruētes cibos, ea quæ obstru-
 ctiones liberēt, ante hanc exhibueris: tum
 enim efficacissimū ex theriace præsidium
 expectes. Quōd si ab istiusmodi subducta
 alius sit, vtilissimē theriacē postridie de-
 deris. Aequē verō & quam Ambrosiam, &
 quam Athanasiam vocant, aliāq; id genus
 medicamēta, quæcunq; ex prædictis aro-
 matis sunt cōposita: senī tamē, qui accura-
 tē sibi prospexerit, nusquā tali medicamē-
 to opus erit. Sed si quando extenuante vi-
 ctus ratione egebit, satis facient quæ alio
 opere seorsum scripsimus, in quo de exte-
 nuante victu differuimus. Iam illud patēre
 arbitror, panē quoq; his exhibendum, qui
 nec salem, nec fermentum, nec subactio-
 nem, nec iustā coctionem desiderēt: non
 autem vt istā publicē laudatam similagi-
 nem, aut quæ ex ea fiunt, bellaria: quippe
 omnia talia non solū coctu difficilia, sed
 etiam mali succi sunt, visceraq; obstruūt.
 Ac nisi placētis, quæ ex butyro & similagi-
 ne

ne fiunt, mel affatim esset admistū, nullus
cibus omnibus hominibus, nedū senibus,
magis erat aduersus. Carterū quid noxiis
salubria misceas, quum liceat melle per se

5 vt, partim coctō, partim crudo cū pane?

Cura verò maior habēda est de panis bo-
nitate quàm mellis: nā mel profectō me-
lius fuerit, quod specie ac viribus Attico

10 fit simile. Quòd si tale nō dat, quolibet vta-
re, modò ne mali odoris sit, néve cerę qua-

litates apertē p̄ferat, néve p̄sertim qua-
litate quampiā extraneā. Ad eò verò panes
id genus, quale modò retuli, vtile quicquā

senis corpori nō cōferunt, vt etiā sint alie-

15 nissimi, atq; hoc amplius, quòd sint magis
puri. Videò autem athleticis id genus studio

p̄parari: verū his ad ea, quæ moliuntur,
aptum est. Seni, nisi multum admistū sit sa-

lis, nisi multū fermenti, nisi diligentissi-

20 mē sit coctum, crassum efficit, ac glutino-

sum succū, qui nec vlli alii est vtilis copio-

sus inauctus. Ergo & obstructiones in ie-

cinore, liene, & renibus facit, maximē qui-

25 bus in his viscerib⁹ vasorū exitus angustio-

res natura sunt. Nā sicuti in iis venis, quæ
palā oculis subiiciuntur, nō parua amplitu-

dinis diuersitas cernit^r, tū alterius hominis
ad alterū, tū in vni⁹ cuiuslibet partibus: sic
in iis, quę intus latēt, se habere putādū: hęc

tam

tamen differentiã prius quã experimẽto sit explorata, internoscere non est. Experiẽtiã intelligo, quã ex eorũ, quæ sumuntur, singulis facere licet: [ita vt si quis hæc crassa sumere sit assuetus, nec tamẽ offenditur, latas habere prædictorũ viscerũ venas sit putãdus: sin facile offenditur, angu-

[*Hæc in* *stas.*] Nouimus enim senem quendã agrigræc. codi. colã qui amplius quã centũ annos ruri non habẽ- vitã egerat, huic plurimũ nutrimentũ capri 10
tur, sed in num lac erat: quod aliã cum mica panis terpres ex in eo macerata statim sumpsit, aliã mel veteri ver immiscuit, aliã coxit, etiã thymi cacumifione ea est na vnã cũ pane iniiciens. Hũc quidã imitatus, videlicet tam longã vitæ causam ra 15
mutua- tus in lacte subesse, perpetuò lædebat, quocunq; id modo sumpisset. Nã primũ illi grauabatur os ventris: mox tendebatur in dextro præcordia. Alius quoque simili modo quum lacte vti cœpisset, de re- 20
liquis nihil est questus: quippe qui & probè id concoxit: nec acidũ, aut humidũ ru-

† *In* *græc.* Etum ex eo sensit, nec flatũ aut grauitatẽ legitur *in* præcordiis: septimo tamẽ quum sum- 25
mã rã dẽ- pserat] die, iecur se sentire manifestè gra- xãp, id est uatũ dixit: quippe videri sibi quiddã in de postquam xtris præcordiis ceu lapidẽ iacere sic, vt & eo vti cœ- deorsum traherentur quæ suprà essent, & pisses. tensio ad iugulũ vsque pertingeret. Con- stat

stat itaq; huic obstructum iecur fuisse: illi
 flatu intumuisse. Quinetiam noui, cui ex
 diuturno lactis vsu calculus in renibus est
 natus, sicuti aliū quēdam, qui omnes dētes
 5 amisit, læsitq;, id verò aliis quoque multis
 cōtigit ex diutino lactis vsu. Alii rursus ci-
 tra noxā lacte perpetuò sunt vsi: imò etiā
 cū maximo fructu, veluti agricola, quem
 suprà centum annos vixisse diximus. Vbi
 10 enim nec qualitas lactis vtētis nature quic-
 quam est aduersa, & viscerū transitus faci-
 les, propter venarū amplitudinē, sunt: qui
 ita sunt affecti, ii cōmodis lactis fruuntur,
 omnis eius incōmodi expertes. Porro cō-
 15 moda lactis iam aliis ante me medicis di-
 cta sunt: nempe vētris moderatā deiectio,
 succi bonitas & nutritio: pascuis quoque τριθυμάλῃ
 ipsis animalīū, quorū lacte vtendū est, non λαγῆ, id est
 parum ad hęc cōferentibus, quanquā sunt τιθυμάλῃ
 20 qui pascuorū rationē planē pro nihilo ha-
 beant, quasi nihil parum' ve ad lactis boni-
 tatem conferant. Caterūm haud dubiē species,
 videmus animalīū quorum vsuri lacte su-
 25 rum] quapiam vescantur, in lacte quoque lactucas
 laxandi vires inesse. Ex quo patet, quòd marinas,
 ex vitioso pascuo acre, acutum, & auste-
 rum reddetur, naturā videlicet herbarum lactarias
 imitatum. Itaq; etiam qui ante nos medi-
 appellant.

ci fuerunt, ipso rei vsu docti, quædam pa-
 scua utiq; , que lacti essent inepta, ἀγέλακα
 dixerunt, ita enim græcè appellât, de qui-
 bus ipsi quoq; alibi tractauimus. Nunc ha-
 ctenus saltem de his intellexisse abudè est, 5
 animalium quorum veluti optimi succi la-
 cte sis vsurus, neq; acria, neque acuta, neq;
 admodum austera debere esse nutrimenta.
 Illud verò, vel me tacente, constare arbi-
 tror, animal ipsum ex florente ætate esse, 10
 & corporis habitu planè inculpato debe-
 re. Satiusq; fuerit alterū caprā, alterū asi-
 nā esse, earūq; lacte vicibus uti: quippe asi-
 næ lac tenue, serosumq; est: capræ medio-
 cris substantiæ est, itaq; hoc nutriet magis, 15
 vbi videlicet nutritione est opus: illud o-
 mnino tutius est. Nā & si quando solū cum
 pane sumitur, tū citius subducitur, tū mini-
 mè est flatulentū: sed nec in vētre cogitur,
 potissimū si prius salis aliqd, & mellis im- 20
 miseris. Oportet autē nō huius modò, sed
 etiam reliquæ omnis auxiliorum materiæ
 vires seorsum prædidicisse, qui ipsis rectè
 sit vsurus, ne sæpè nobis de ipsis eadè re-
 petere sit necessè. Ac nunc certè mihi vi- 25
 deor longius, quàm pro re proposita, de la-
 cte, vinoq; disputasse. Siquidem præstitif-
 set, commoditate eorum in fenēs explica-
 ta, qui iam tum facultates vtriusque publi-

cas, tum priuatas differētiās didicisset, hūc ad materiæ delectum remittere, vtique de vino tantisper præfatos quòd quæ calidiora sunt, quæq; vrinas mouent, ea senibus magis conducant. De lacte verò, quòd nō omnibus sit exhibendum, sed iis solis qui id probè cōcoquant, nec vllum ex eo symptoma in dextra præcordiorum parte sentiant. Sed quoniam interim propter multorum ad legendos eos libros, in quibus prolixius de præsidiorum materia differitur, fastidium, longiores esse subinde cogimur: meritò (vt arbitror) nunc quoq; condonabitur nobis tractatiōis modus, si exacta breuitate in vniuersali methodo minimè vtimur. Illud tamen nō ignorandū, fieri non posse, vt tutò quis comprehensis materiis ex eiusmodi solū doctrina utatur, qualem modò de lacte, vinoque tradidimus. Imo qui iis optimè vti volet, didicisse hūc prius oportet, appropriā de omni materia tractationē, in qua tū publicas materiæ vires æstimauimus, tū priuatas eius differētiās vsq; ad vltimas species. Neq; em̄ de ceteris omnibus, quæ scire opus est ei, q̄ senis sanitatē tutabitur, expedit hoc opere fusè tractare: sed satis est de quibusdā scilicet quæ senibus maximè sunt necessaria, ita determinasse, quæ admodum paulò an-

re de lacte vinoq; egimus: de quibusdam
 etiã breuius, quã vt de his fecimus: sicuti
 rursus de aliis in totũ nihil dixisse, quãquã
 cui extendere sermonem cordi est, potest
 omniũ quæ in senibus abũdare solẽt, me-
 minisse, atq; ad hunc modũ dicere. Cate-
 rum fatius est, & de reliquis dicere quæ se-
 num plerisq; incidunt: vt sunt raucedines,
 quos *βράχως* & distillationes quas *κέρυρα*
 Græcè vocãt, & calculus in renibus, & arti-
 culares morbi, & podagra, & asthmata,
 aliãq; id genus. Atq; ad raucedines quidẽ
 & distillationes, victus rationẽ hanc, medi-
 camẽta verò hæc cõparare oportere: ad cal-
 culũ verò & reliquorũ singula hæc. Atque
 ad eũ modũ de reliquis differẽs, nõ diligẽs
 modò videbitur, sed etiã in senũ curando-
 rum sciẽtia doctus. Verũ sicuti nec horum
 quicquã scribi in tractatione de senũ cura-
 tione conuenit, quũ præsertim ex morbo-
 rum curandorũ methodo, quisquis in hac
 sit exercitatus, ea liceat sumere: ita rursus
 nec quum sola cõmunia dixeris, ibi desiste-
 re, sed ipsis propositis, aliqua mox ex par-
 ticularibus subiicere, quæ maximè propo-
 sitæ disputationi sunt accõmoda, ceu ipsi
 fecimus. Nam quoniã in iis cõmentariis,
 quos de tẽperantiẽtis scripsimus, indicatum
 est, seniũ indubitatò frigidũ esse, nõ tamen
 ind.

† *Grave-
dines erat
vertendũ.*

10.

15.

20.

25.

indubitatò siccum, utpote nonnullis id hu-
midum esse affirmâtibus: cōuenit sanè, ut
iis quæ de senum tēperamento demonstra-
ta sunt, ad hâc artis partem quam de ipso-
rum ductu nunc instituimus, hypotheseos
loco acceptis, ipsarum rerum scopū ab illo
sumamus, ac nonnulla particulariū tracte-
mus, partim exercēdi discētis causa, partim
ad inuentionem eorū, quæ consultò omis-
sa sunt, futura veluti exempla: propterea quod
nō omnes ita sunt solertes, ut ex solo vni-
uersali præcepto, ipsi particularia inueniāt,
sed qui ad ea veluti manu ducat, desiderēt.
Quippe quibus exercitata ratiocinatio est,
vbi senis corpus, quantū ad ipsas partes at-
tinet, frigidum, siccumq; esse audierint, fa-
cilè aut serosis, & pituitosis excrementis ob-
virium infirmitatē impleri: hæc quidē co-
nabūtur emittere: solidas autem ipsas ca-
lescere atq; humectare. Verūm qui excre-
mētorum copia decepti, indefinitè pronū-
tiant senum temperamētum esse humi-
dum: ii protinus in ipso primo agēdorū
consilio fallūtur, dum senum corpora sic-
canda putant. Itaq; ex cibis eos potius qui
siccant exhibent, veluti ex oleribus brasi-
cam potius quàm maluam, aut blitum, aut
lapathum, aut atriplicē, aut lactucam. Ex
leguminibus, præ ptisana, lentem, & præ



- peramenti cibi sint nec illo ipso die com- *πάρφα π&*
 mittendum] multoque magis postero die *σιρ, & δ&*
 eidem proposito hærendum, ac far* cum *κατ'ικετ*
 melle exhibendum, acetiq; aliquid ei mi- *νῆρ αὐτῶ*
 5 scendum: utique quum ptisanæ ritu præpa *ἀποσινα*
 ramus, [aut] ex mulso vinove Falerno su- *τῶ ἡμε-*
 mere iubendum, aut lacte, ut prædixi, uten- *σον, id est*
 dum, aut ptisana bene cocta, quæ piperis tunc quæ
 pollinem accepit. Ita verò & maturi fici *nutriunt*
 10 præ cæteris autumnalibus fructibus sunt cibaria,
 eligendi, hieme verò caricæ. Panis quoque *hūdi esse*
 ita, ut dixi, præparatus, aut cum melle, aut tempera-
 cum mulso, aut cum vino aliquo idoneo, *menti nul*
 veluti enim exempla, claritatis causa, hæc *lo pacto o-*
 15 apponimus, ut qui perlegerit ad vniuersa- *pusest, ne-*
 lem scopum, quo calor humectatioq; pe- *que eodem*
 tuntur intentus, iudicare de materia simi- *ipso die, id*
 li modo queat. Quoniam autem tum pi- *est detre-*
 tuitosum, tum serosum excrementum in *ctandum.*
 20 fenum corporibus colligitur: & vrinas
 moueri quotidie conuenit, non tamen per **χδυσσοφ*
 pharmaca, sed apio, & melle, & vinis *id est ali-*
 quæ id præstare valeant, & aluum solue- *cam.*
 re, potissimum oleo antè cibum absor-
 25 pto, sed & oleribus, ex oleo, garoque, an-
 te cibum absumptis. Ac quotidie quidem
 rum per hæc abundè aluus quibusdam sol-
 uitur, tum ex ficis, utique quum hi habentur,
 & prunis, ac aliis id genus, quæ æstate

autumnōq; vigent: hieme verò & caricis,
 & prunis Damascenis, iisq; aut elixis, aut
 in mulso cui plusculum insit mellis, mace-
 ratis: eritq; id melius, si mel Atticum sit.
 Longè autem ad deticiendam aluum Da-
 mascenis Hispana præstant. **Quin** oliuas
 ex muria præsumere aliquãdo licet. Aloën
 verò (quod multos senū, quibus siccus vè-
 ter est, facere video) haudquaquam sumi
 suaferim. Hanc alii in pilulas fingunt cum
 brassicæ succo, alii tantum puluerem eius
 alicui inspergunt liquori, qui aliis aqua est,
 aliis mulsum, diuites eam quæ cum cinna-
 momo conficitur, accipiunt. Medicamē-
 tum id alii hieram dialoës, alii amarā vo-
 cant. Habent verò id alii siccum, quò po-
 tionis inspergant: alii melle modicè ex-
 ceptum non cocto. Verum nullo horum se-
 nibus est opus, nisi maior aliqua necessitas
 urgeat: quippe si iam comprehensis aluus
 soluitur, & si nō quotidie, saltem alternis
 diebus, nullū planè medicamētosum dari
 debet. Quòd si biduo astrictus venter,
 tertio die nō soluitur: sat eo tempore fue-
 rit, mercurialem herbam, & marinā bras-
 sicam (Græci thalassocramben vocant) &
 cnicum in ptisana, aliāq; quæ modicè me-
 dicamentorum vim obtinet, dedisse. Simi-
 liter & therebinthi resinam: sumitur autē

ea aliquando nucis ponticæ magnitudine,
 aliquando duarum triúmve. Quippe non
 modò aluum soluere citra noxam potest,
 sed etiam viscera omnia, iecur lienem, re-
 5 nes, pulmonemque abstergere. Porrò his
 quæ prædiximus, variè vti expediet neque
 vno tâtùm delecto, id perpetuò exhibere.
 Cui nanq; assuefacta spacio sumentis na-
 tura erit, eius vim contemnet. Ergo varia-
 10 re vices tum prædictis oportet, tum verò
 eo medicamento, quod ex caricis confici-
 tur. Sunt autem hæ pingues, auferaturq;
 ipsis ea quæ foris circuit pellis: pari modo
 & cnico: mox ambo simul tundantur. Esto
 15 autem & carica cum cnico pari pōdere. Li-
 cebit verò hîc quoq; medicamentum ex-
 periri, ac prout se ad sumentis naturã ha-
 bet, aliàs plus, aliàs minus cnici immittere:
 fumere verò duarũ triúmve caricarũ ma-
 20 gnitudinis modum. Ex ipsa verò (vt dixi)
 experientia, inueniet sibi ipsi quis talium
 omnium legitimum modum: quum ven-
 ter aliis magis, aliis minus medicamentis
 sit obediens. Cæterùm nullum eorũ, quæ
 25 dicta sunt, medicamētorum, exhiberi ad-
 modum copiosè debet, siquidem non-
 nulli in præsens gaudēt, si copiosius dese-
 derint: verùm quanto magis sunt vacuati,
 tanto his venter sequētibus diebus magis

astringitur. Quò fit vt ipse, si qui sunt quibus
 in diuturnis morbis vèter fistitur (qua-
 les potissimùm hieme cõtingūt, quibusq;
 post longam infirmitatem inconualescen-
 tia similis affectus incidit) iis aluum duco
 nō acribus per inferiora infusis, sed tātum
 oleo. Quod etiam sanis quoq;, vbi venter
 astringitur, securus interdū infundas: quip-
 pe quo & siccus excrementum madescit,
 & transitus efficitur lubricus, & corpus ip-
 sum senis emollitur, duris aliàs pellibus si-
 militer rigens. Nō tamen sunt hæc senis,
 qua senex est, propria: quippe quum etiam
 sint iis qui à longo morbo conualescūt, vt i-
 lia. Quid igitur propriū est senis qua senex
 est: nēpe quod tēperamento eius cōducit,
 id enim est cuius culpa senescimus, alius a-
 lio tēpore citius, seriūsvē, prout vel natura
 ab initio sumus cōparati, vel ex vitæ exer-
 citio, vel ex victus ratione, vel morbo, vel
 solitudine, vel alio id genus immodera-
 tius siccati. Est enim id quod omnes ho-
 mines propriè senectutem appellant, non
 aliud quàm siccum & frigidum corporis
 tēperamētum, annorū multitudinis ra-
 tione proueniens. Accidit autē interdum
 & ex febrili morbo: atq; id etiā ex morbo
 senium appellamus, sicuti in libro de Ma-
 rasmo diximus: quippe quū eiusmodi af-
 fec

fectus, Marasmus quidē fit, qui non in animalibus modò, verùm etiam stirpibus videtur. Tradita verò iam est in primo huius operis volumine, proueniētis in nobis
 5 senectutis necessitas. Ergo tū ex illo, tum ex iis, quæ de Temperamentis, atq; etiam ex libello, quem de Marasmo scripsimus, instructior quispiam ad eam artis partem, quæ de senum ductu agit, reddi poterit. Si
 10 quidem omnis affectionis corporalis prouidentia, in duobus consistit: nempe propria eius internoscenda essentia, & materia præsidiorum viribus. Vt statim in proposito nūc senio, qui sciēter pernouit affectum eum, siccitatem quandam cum frigiditate esse, si quidem quæ humectent pariter & calefaciant, præsidiorum materias
 15 idoneus senum medicus fuerit. Quadruplex verò materiæ genus quū sit, quæ sumuntur, quæ geruntur, quæ educuntur, quæ foris admouentur: utique ex singulis eligere oportebit, quæ calefacere, humectareque possint. Sed ad horum cuiusque cōmodum vsum, exercitatio quæ per
 25 exempla fit, maximè est utilis. Scio ergo aliquando me pueri thoracem, qui ab reliquarum partium symmetria, id est debita conuenientia, nō parum aberat, eiusmodi remedij genere ad iustā perduxisse mēsuram.

ram.

ram. Cinxi illi lato modicè cinctu omnia
quæ sub thorace ad coxas vsq; sunt, ita tē-
perans, vt tum citra offensionem hæreret,
tum nec laxum quicquã relinqueret, nec
etiam premeret. Exercitationes verò in-
iunxi, & quæ per tota obeuntur brachia, &
vociferationes, quas phonasci ἀναφωνήσεις
appellant. In vtriusq; verò cohiberi anhelitum
iussi. Id fit quum thoracem ipsum vn-

† θλιβόν-
7αρ. i. com
presseris.
* εκπνοήσ,
id est, ex
spiratione.
dique valèter impuleris, * anhelitum au- 10
tem sic compresseris, vt quem prius attra-
xeris spiritū, totū intus retineas. Itaq; etiã
amplius inspirauerit oportet, qui hoc com-
modè faciet: quando quidem quò amplius
fit aëris qui cōprimitur, hoc magis thorax 15
distētus dilatabitur. Quòd autē ipse quoq;
vociferationes tum magnæ faciendæ, tum
in acumen tendēde sint, id minimè est ob-
scurū, si modò vniuersas thoracis partes va-
lèter exercitari in animo est. Atq; hæc qui- 20
dem gliscentiū adhuc corporū, ea quæ na-
tura† malè] cōdita sunt, ad iustā conueniē-
tiam, symmetriamq; restituent, eadē mo-
dicè etiam iis, qui perfectam iam magni-
tudinē cōsecuti sunt, proderunt. Verum in 25
sene nihil tale moliendum, vt pote cui fe-
riari infirmas partes, vt ilius esse diximus:
vt ilius verò his est, & cōsueto opere exerci-
tari, etiam si modicè noxium fit: cōtrà iu-
ue

† In gra.
codic. im-
pressis le-
gitur κα-
vōs, pro
κακῶς.

renibus ea mutare quæ nocent, tentādum
 est, etiam si à pueris his maximè insueue-
 rint. Possunt enim eorū vires moderatè fa-
 ctam mutationem sustinere: sperariq; po-
 test in reliquo vitæ tempore fructum ali-
 quem eos ex meliore consuetudine perce-
 pturos. At senex, si posset longo tēpore sen-
 sim malam cōsuetudinē mutare, propter
 eā quòd quo tempore meliore frueretur,
 habiturus nō esset, frustra laborē insume-
 ret. non aliter quàm si quis artem discere
 quampiā octogenarius inciperet. Sicuti ve-
 rò senum ipsorū inter se nō parua differen-
 tia est, siue id ex ætate spectes, siue ex cor-
 poris affectu: ita & eorū qui natura siccio-
 re frigidioreq; sunt, si ad mediocrē statum
 compares, nō paruum intemperiei discrimen
 inuenies, tum ipsorum inter se, tū ve-
 rò ad sēnes. Atq; humectare quē hos pro-
 fectò calefacereq; cōueniet: cæterum au-
 dacius hæc facere in iis, qui per ætatē ma-
 iori exercitio sunt ferundo, ceu quorū va-
 lidæ adhuc vires sunt. Quippe primū quò
 omne remediorū cōsiliū dirigitur, eius-
 † In Græ.
 modi intemperies corporis est, nō senium, *codi. im-*
 aut ætas aliqua. Verūm quoniā affectuum *pressis le-*
 † naturam per coniecturam accipimus, id- *gitur mi-*
 circo ætatem quoq; consideramus. Porro *ætop. id est*
 eadem vtilitas, & cōsuetudinis noscendæ *mensurā.*
 est,

* ενδελτι-
κως. i. ex
indicatio-
ne.
ενδελτι-
id est indi-
catio.

est præterea extrinsecus incidentium cau-
 farum, quas procatarticas Græcè vocant.
 Quippe ad certio rem affectum notitiam,
 talia omnia nobis conducunt: remediorum
 tamen* in sinuatio, ex his nõ præstatur. At
 empiricis talia totius cõkursus, quam συν-
 drome in ipsa curatione est obseruata,
 haudquaquã ex iis quæ fieri affectus po-
 tuit inuenta. Quo rationabilius Hippo-
 crates de agnoscendo, præfagiendoq; plu-
 rima scripsit, utique in particularibus nos
 exercens, quod etiam optimi medicorum
 post eum fecerunt, non ignari, huic nullo
 negotio inuentũ iri remedia, qui eius quod
 curat corporis ægri, sanive, affectum ex-
 actè norit. Siquidem, ut sæpè testati sumus,
 incipiendum ab illo medendi præcepto est.
Contraria esse contrariorũ remedia. Vbi
 verò remediorum materiam compertam
 habueris, ac simul vires eius intellexeris:
 malè affecto corpori semper cõtraria opti-
 mè se habenti, similia viribus esse adhibẽ-
 da. Quinetiam intemperies ipsas quacun-
 que adhuc intra sanitatis fines subsistunt, si
 corrigere studebis, contraria quodammo-
 do victus ratione curabis, quod tamen per
 multum sit otium. Nam si in negotio sint,
 similibus vteris, potissimum quũ ita fue-
 rint

rint corpora affueta. Porro accidit alterū
 horum plerunque magis ceu naturis ipsis,
 ea quæ sibi sunt accommoda, sua spōte ci-
 traque doctorem eligētibus. Atque hactenus
 5 malè affecto corpori cōtraria exhibe-
 bimus, quo ad pristinum statum cōsecutū
 fit. Cæterum ea victus ratio quæ intemp-
 rities corrigit, longius plerunque procedit,
 10 propterea quòd similibus maiore ex parte
 morbis tentamur: qui calidiore natura est,
 calidos morbos facile incurrite: qui frigi-
 diore, frigidus, & reliquis pro ratione. Faci-
 lius itaq; quicquid intēperatū est, ad pro-
 priam naturā redit, quàm ad optimū tem-
 15 peramentū venit. Quippe id quum in me-
 dio omnis intemperatiæ sit, quisquis con-
 ueniēte naturæ suæ morbo laborat, ab eo
 longius abest: qui dissimili, minus. Ergo
 20 nec assuetudines ipsæ tametsi paræ sunt,
 displicētibus adhuc sibi corporibus mutā-
 dæ sunt. Quin nec per summā sanitatem
 semper id tērandum, sed tum, quum is, cui
 mutādæ sunt, à ciuilibus negotiis maximè
 25 vacat. Hæc itaq; communia omnium tem-
 peramentorum præcepta particulatim va-
 riantur, prout intēperantia quæuis ab opti-
 mo tēperamento recessit. Nec mirum sa-
 nè est si intēperatæ naturæ, quæ in medio
 exactæ sanitatis, & morbi sensibilis consi-
 stunt,

stunt, etiã ad ordinãdi victus modum sint
 ancipites. Sed nec illud mirandũ ab iisdem
 adiuuari, lædiq; homines videri. Nam cõ-
 trà, si omnes inter se similẽ corporis statũ
 obtinerent, vtiq; mirandum tum esset ali-
 quos iuuari, lædiq; ab iisdẽ. Sed quoniam
 cõtrarii inter se multorũ hominũ corporis
 status sunt: ratione nõ caret, quòd ex con-
 trariis etiã vtilitatẽ percipiãt. Quo magis
 de medicis omnibus mirari cuipiam licet,
 quicũq; nullo prius naturarũ factõ diseri-
 mine, de sanitate tuenda scribere sunt ag-
 gressi. Sicuti enim fieri nõ potest, vt vnum
 calopodiũ ad omnes homines sutor accõ-
 moderet: ita nec medicus vnã omnibus vi-
 tã speciem, quã conducat. Hac igitur de
 causã quidam saluberrimũ esse affirmant,
 abundẽ quotidie exercitari: quidam nihil
 obstare quò minus in quiete prorsus dega-
 tur. Et sunt quibus lauari maximẽ salutare
 videtur, aliis minimẽ. Quinetiam de vini,
 aquãq; potionẽ, itemq; de aliis ad eũdem
 modum, non iis modò quã ad salubrem
 victus rationem pertinent, sed etiam mor-
 borum remediis, pugnantissima inter se
 scribunt: adeò vt vel vnum quippiam quod
 omnibus his inter ipsos conueniat, ra-
 rum inuentu sit. Cæterũ vsus ipse docet,
 tum ab iisdem ipsis aliquos lædi, iuuariq;,
 tu.

tum à contrariis pari modo. Equidē quos-
 dam noui, qui si triduo se ab exercitatione
 abstinerant, protinus ægrotabant: alios
 in perpetua quiete degentes, tamen secun-
 5 dam valetudinem tueri. Atq; horum ipso-
 rum alios minimè lauare: alios, nisi lauif-
 sent, illico febricitare, sicut Premigenes
 Mitylenęus. Atque quòd hæc quidem ita
 fieri cernantur, etiam ii qui solo vsu ar-
 10 tem colligunt, nouere. Nemo tamen eo-
 rum ita in morbis notas prodidit, vt qui-
 bus quis intentus, quam quisque victus ra-
 tionem postulet, inuenire posset. Quippe
 in paucissimis inuenias exactè traditas,
 15 quas empirici syndromas, id est cõcurfus,
 vocant: quemadmodũ in peripneumonia,
 & laterum compũctione: sed pleriq; mor-
 borum coniecturalem habent dignotio-
 nem, vt qui non ex certorum incidentium
 20 collectu noscantur, sed hominem deside-
 rent, qui omnino corporis affectum cal-
 leat, quiq; omnia quæ eiusmodi affectui
 consonent, inuenire singulatim queat.
 Quippe quod propositum est, nos ipsa ra-
 25 tione ducti adhuc iuuenes inuenimus: vn-
 de etiam manifestum est vsu quãtũvis
 longum sine ratione talia inuenire nõ pos-
 se. Nam de Premigene quum audirem,
 nisi lauaret, omnino febricitare: collegi ra-

tione, eum fumida excremēta gignere quę
 transpiratu emitti postularent, caterū quī
 densior cutis esset, quā ut ea transmitti
 omnia sineret, collecta sub cute calorem
 excitare. Itaque etiam balneum eiusmodi ⁵
 naturis vtilissimum esse, non ob id mo-
 dō quōd fumidum euocet, sed etiam quōd
 humectet, idque dulci humore. Ergo pla-
 cuit explicata quoq; manu Premigenis tho-
 raci iniecta, cuiusmodi esset caloris quali- ¹⁰
 tas, explorare. Ut verō acrem mordacemq;
 comperi, nō dissimilem calori eorum qui
 cepas ampliter comedissent: multō adhuc
 magis euentus causam probē coniectasse
 mihi persuadens, percōtabar ecquid sudo- ¹⁵
 ris illi citra balneum incideret neganteq;
 id: iam firmiorem habere me affectus eius
 notitiam mihi persuasi. Quinetiam alios
 quosdā vidimus, quibus mordax calor erat
 similiter ut huic: non tamen hi vna balnei ²⁰
 intermissiōe febricitabāt: propterea quōd
 per sudores excrementa his vacuabantur.
 Premigeni prater naturalē habitū, etiam
 victus ratio, vel semel intermisso balneo
 febricitandi occasio erat. Nam plurimū ²⁵
 domi versabatur, ibiq; scribens, vel legens
 perseuerabat: propterea quōd Peripate-
 ticę disciplinę incumbibat, in qua nemi-
 ni suę etatis erat secūdus. Scimus & iis qui
 mi

minimè natura tale excrementū aceruant,
 instantem laborum diligentiam, curamq;
 gignendi eius causam esse. Itaque eitam al
 teri cuidam, cui æquè atque illi mordax ca
 5 lor erat, tamen si balneum vno die intermit
 teret, contigit non febrire: propterea quòd
 nec studiis deditus erat & negotia sua per
 urbem in ambulās obibat, emens, vendēs-
 que multa, etiam pugnans subindè: in qui-
 10 bus sudare coactus est. Ideoq; etiā alterum
 quēdam ex iis qui ætate quotannis acuto,
 biliosoq; morbo laborāt, multos iā annos
 seruauit, exercitari vetans. Nam quū calido
 ficcoq; tēperamento esset, sicuti Premige-
 15 nes, etiam exercitatione utebatur præcele-
 ri, tum verò sole ac puluere. Contigit er-
 go ei & calorem immodicè augeri, & cutē
 densari, atq; ad transpiratum ineptam red-
 di: quæ ambo vbi cōcurrerunt, nimirū cor-
 20 pus cui acciderunt, paratum ad febrem red-
 dunt. Ergo quod in medendi arte semper
 vsurpare soleo, id nūc dicā. Facillimè qui-
 dē quod quaritur ratiocinatio inuenit, si-
 dem verò eius experientia cōprobat. Quā-
 25 quam illud multò maximè mirandum est,
 cū Hippocrates moneat, calidis naturis uti
lius esse in orio agere, quam exercitari:
 non paucos tamen medicos esse qui ne no-
 rūt quidem cuiusmodi tales homines sint,

sed iuxtà omnibus exercitationes iniungāt: è diuerso nonnullos esse, quibus nihil ad sanitatē cōducere exercitationem placeat. Sed & tertiū ab his genus esse, qui assuetis exercitari, id permittāt, non assuetis
 interdican. Quorū nemo planè nō errat: minimè tamē ii qui tertio loco dicti sunt. Quippe qui cuiuslibet rei insuescunt, magna ex parte naturæ suæ conuenientē consuetudinē deligunt, propterea quòd ab iis que non cōueniāt subinde læsi, ipsa repudiāt. Aliqui tamen vel dulcedine victi, vel præ nimia dementia se lædi non sentientes, in malis cōsuetudinibus persistunt: verūm hi pauci, plures qui nō persistunt. Quo magis
 rationale est, minus errare medicos eos, qui omnem consuetudinē seruandam censent: qui verò nihil ad sanitatem interesse putant exercitatus quis cibū sumat, an cōtrā: item qui omnes exercitādos putāt, hos
 peius cōsulere, quàm qui prædicti sunt. Horum verò ipsorum, si inter se comparētur, minus incommodi sunt qui ante cibū perpetuò exercitandum esse putant, quod & Hippocratem præcipere aliqui sunt rati, la
 bores enim cibos præcedere in aphorismis legi, nō videntes hoc loco, de ordine eum locutū exercitationis & cibi, nequaquam illud affirmare, quòd omnibus hominibus hæ

hæc ambo cōducant: imò quibus exercita-
 ri expedit, præcedere exercitiū cibos debe-
 re. Quòd autem non omnibus proſit, & in
 libro de vulgò graſſantibus morbis apertè
 5 teſtatus eſt, vbi calidas naturas quieſcere
 cenſet, & in aphoriſimis rectius ſub vniuer-
 ſali præcepto, vbi contrariorum contraria
 eſſe remedia proponit. Porrò fieri poteſt,
 vt pugnare aliquando videantur huiusce-
 10 modi præcepta, nō deficiētibus qui omnē
 motum ipſi moto corpori conuenientem,
 exercitationem nominent: aliis tantum
 eum qui vehementior ſit: ita vt priore ſi-
 gnificato omnes homines exercitationem
 15 deſiderare neminem lateat: ſecundo verò
 ſignificato non ita ſe habere. Eorū nanque
 qui in carcere ſanitatē ſuam tuentur, pa-
 rum aprè mihi mentionem facere quidam
 videntur: quippe qui ſpatio proſus pereū-
 20 ſi omnino tum vngi, tum lauari prohiben-
 tur. Quòd verò ad paucos dies inſalubri
 victus rationi reſiſtunt, nihil fanè miri. Si
 igitur exercitationis vocabulo omnis ve-
 nit motus, & qui inambulauit, & qui per-
 25 frictus, & qui lotus eſt, exercitatus dice-
 tur, dummodo conueniente modo præ-
 ſenti corporis ſtatu ſit motus: quòd ſi quis
 etiā ab iis ſit prohibitus, omnino ægrotabi-
 bit. Qui enim ab iis in carcere prohiben-

tur, eos nunc nō modò ægrotare, sed etiā
 mori videmus, si diu sint inclusi. Sin vehe-
 mētiōres tantū motus exercitationes vo-
 centur, eo pacto verum sit, non egere om-
 nes homines exercitatione. Statim enim
 Premigenes ille nullū requirebat violentum
 morum: sed nec in porticu, quæ est ante
 balneū, exiguam ante lauandū inambu-
 lationem, imò vnctū esse ex oleo, & à bal-
 neo aquam deterfisse, satis magni motus ¹⁰
 sunt talis temperamenti homini. Hic ve-
 rò & ante cenā ambulabat, & cum ami-
 cis disputabat, similiter manè quoq; do-
 mi. Nusquam igitur ex ipsa in totum desi-
dia, adiutus quisquam est. Sed quū quietē ¹⁵
 agere calidis naturis Hippocrates suadet,
 vehementi morione vti vetat. Porrò ipse
 multos qui propter eos motus, quos per to-
 tam æstatē exercebāt, in principio autūni
 quotannis ægrotabant, ipsis vetitis, fanos ²⁰
 reddidi: quemadmodum rursus alios à ve-
 hementi exercitatione prohibui, alios à
 quiete ad cōsueta opera traducens, quum
 sæpè antè ægrotassent, in sanitate seruauī:
 Porrò, hi frigidiores sunt, iis qui tempe- ²⁵
 rati & mediocres sunt, & affectu planè
 contrario, iis qui calidiores sicciōresque
 sunt. Diximus autem temperamentorum
 notas non solū in libro de temperamen-
 tis

tis, sed etiam in libro de arte medica: is
 enim vni ex libris nostris est titulus. Mi-
 rādū verò de iis medicis est, qui ne ea qui-
 dem, quæ sensui euidenter apparent, agno-
 5 scunt. Quis enim latissimū esse hominum
 discrimē nūc nō videt, adeò vt eadē exerci-
 tia iidemq; cibi, alios bene, alios malè ha-
 beant, nō secus quàm in morbis? Quare si-
 cuti quòd non omnes eadē requirant, eos
 10 scire decuerat, ceu manifestè apparens: ita
 quum cōmentarios scriberēt, determinare
 ac docere quæ quibus vel cōducerent, vel
 officerēt, par erat. Quid igitur causæ fuit,
 cur eiusmodi determinationes, tametsi ab
 15 Hippocrate proditas, omiserunt? Nempe
 quid aliud quàm perdita ambitio: dum do-
 gmatū principes nominari, atq; inde glo-
 riam cōsequi inter homines studebāt: Cuius
 causa illi nō ea quidem, quæ manifestè
 20 apparēt, sed opiniones quas ipsi vltro pro-
 ponebant, sequi voluerūt. Posterī verò qui
 in hos inciderūt, persuasi pleriq; sunt, pro-
 pterea quòd nec quicquam didicissent me-
 lius, & simul rudes imperitiq; demon-
 25 stratiuæ scientiæ omnino essent. Qui nāq;
 hanc sequetur faciliè tum vera dogmata à
 falsis discernet: tum quæ certis determi-
 nationibus scripta sunt, ab iis quæ non ita.
 Idem nimirū inscitiam eorum omnium

damnabit, qui citra determinationem de
 disidentibus aliquid scripserūt. Quo ma-
 gis, quæ nam esse determinationes debeāt
 altius repetentem, sed breuibus diligenter
 audies. Quibus mordax calor à natura est, 5
 adeò vt fumida gignat excrementa, iis
 balneū salubre est, tum motus, qui & exi-
 guus, & lentus sit, multus autē & celer ad-
 uersissimus est. Itaq; istis non semel mo- 10
 dō, verū etiam bis die lauari cōducet, po-
 rissimum estate. Esse quoq; boni succi nu-
 trimentum, in quo nihil infit acre. In sole
 autem versari, & irasci, & multum cogita-
 re, his inimica sunt. Qui diuersæ ab his 15
 naturæ sunt (hi autem sunt, qui frigido &
 humido temperamento sunt) valentiores
 motus desiderant, ac victū in quo superet
 quod tenuem succum faciat, is cuiusmodi
 sit diximus singulari libro. Hi verò nec si
 in sole exercites, læduntur: nec etiam si 20
 balneo abstineant. Ac maxima quidē est
 dictarum inter se naturarū differētia: ad-
 uersissimum enim est humidū, & frigidū
 temperamentū ei, quod calidum est, & sic- 25
 cum: maxima rursus est, & calidi ad frigi-
 dum, & humidi ad siccū. Porrò frigidum
 & siccum senū temperamēto quàm simil-
 limum est: itaq; etiam celeriter senescunt
 eiusmodi corpora; dictumq; de hoc tēpe-
 ram

ramento supra abunde est. Humidum vero, & calidum, fluxionum vitiis obnoxium est. Ceterum quod omnibus intemperatis naturis commune preceptum est, id expedit in hac quoque seruari. Est autem id, ut eas corrigas quidem contrariis, sed dum plane in otio sunt: serues autem similibus, quum per negotia sibi vacare non possunt. De exercitationibus huiusmodi corporum ita statuendum est: plus quidem his laborandum esse, propter corporis humiditatem: praeceleri motu non utendum propter calorem. Porro attendendum diligenter est, quum ex segniore vitae ratione ad exercitationes se transferunt. Illico enim fluxionum tentantur morbis, nisi prius sint vacuati, quam exercitationes adeant. Quicquid enim in corpore concretum, & crassum in humoribus fuerit, aut etiam modice frigidum: id statim in spiritum vertitur ac funditur. Itaque etiam vere tales naturae maxime iis morbis patent, qui ex plenitudine oriuntur: quales sunt synanchae, cynanchae, destillationes, quos catarrhos, vocant, haemorrhoides, sanguinis profluvia, articulares morbi, ophthalmiae, peripneumoniae, laterum compunctiones, reliquidenique omnes quorum genus est phlegmone. Quare etiam occupare per veris initia

fanguinis detractiōe oportet, aut per
 incisam venam, aut scarificandis malleo-
 lis. Quòd si ita inanire recusent, purgan-
 di medicamento sunt non simplicis facul-
 tatis, sed quod trahere flauam bilem, & pi- 5
 tuitam, & serosa excrementa possit. Quæ
 verò de exercitationum ratione diximus,
 eadem & de balneo dicta esse putandum.
 Quippe quod ipsum quoque non tutum
 est, nisi prius inanitum corpus sit: inanito 10
 verò vtile est: potissimum cuius lauacri
 aqua potabilis non est, sed in qua vis ali-
 qua per halitum digerendi subest. Vinum
 autem frigidis siccisque naturis vtilissi-
 mum esse prius dictum est. An verò cali- 15
 dis omnibus idoneum non sit, sed vtilior
 his aquæ potio sit, sicut in libro de popu-
 laribus morbis, siue epidemion legimus,
 nunc æstimandum. Fortassis enim absur-
 dum omnino cuiquam videbitur, iuuenē 20
 qui athleticus, vel militaris sit, aut etiam
 fossor, messor'ue, aut arator, vel deniq; qui
 robustū aliquod opus exercet, aquæ tan-
 tum potione uti: atq; in hoc falli Hippo-
 crate, cum calida temperamēta aquæ po- 25
 tionē poscere, absolutē pronuntiet. Mihi
 verò Hippocrates non absolutē id, sed de
 naturis summè calidis, quæ utiq; propter
 intemperie tales sint, dixisse videtur: non
 quòd

quòd plurimum habeant naturalis calor,
 quem ipse augeri in athletarum exer-
 citio confirmat. At qui ex intemperie ca-
 lidus est: is neq; athleta, neque miles bo-
 5 nus, sed neq; fossor, messor, arator' ve aut
 denique rustica, vrba' ve opera, fortis
 vnquam euadet: quippe valentium homi-
 num ea sunt munera. Porrò tales nunquã
 fuerint nisi mediocri sint temperatura:
 10 atqui si media temperie sint, vtique pluri-
 mus iis fuerit naturalis calor, ac tali quidẽ
 naturæ mediocri profectò dādum est vi-
 num, sicuti ipsa quoque mediocri est. At-
 que hætenus saltem mediocri, quòd ipsa
 15 mediocri est temperamenti: quando hæc
 quoque necesse est non solùm in senectu-
 te, sed etiam in remissionis tẽpore, media
 temperatura frigidiorẽ euadere. Si cui er-
 go vt in intemperie, quæ intra sanitatem
 20 consistit: calidissimũ temperamentum sit:
 huic omnino vinum circūcidisse prodest.
 Sed quum triplex genere sit calidi tẽpera-
 menti differentia, vna in qua reliqua con-
 trarietas (nempe quæ in humido siccoq;
 25 consistit) mediam temperiem seruat: alte-
 ra in qua siccitas subsultat, & tertia in
 qua vnà cum calido etiam humidum re-
 dundat: vtique in qua altera contrarietas
 medium temperamētum tenet, nunquam
 fue

fuerit vltimè calor immodicus: quando-
 quidè huic siccitas statim superuenit: ista
 verò non ponitur à nobis sicca. At in qua
 siccitas calori est adiuncta, in hac incidere
 aliquãdo plurimus, vt in intemperie quæ
 cum sanitate consistit, præter naturam ca-
 lor potest, idq; longo tempore: plurimam
 verò breui spatio, etiam quæ cum humi-
 ditate coniuncta est immoderatã calidi-
 tatè, vt in sanitatis intemperie, fieri licet. 10
 At ei quidem quam primo loco diximus
 differentia, tantũ diluti vini, quod ἰσχυρ-
 αὐς vocant, exhiberi sinemus, quantum à
 summa intemperie ipsa recessit: reliqua-
 rum autè neutri, præsertim quum summa 15
 fit, quemadmodum est ostensum. Quæ
 enim tales intemperies non sunt, iis dan-
 dum vinũ est: sed exiguum, & dilutũ (tale
 porrò est quod colore quidem est album,
 substantia tenuè) sicut è diuerso frigidis 20
 intemperantiis calidiora vina præbemus.
 At quod calidissimum quidè vinum est, id
 frigidissimis intemperantiis est vtile, reli-
 quis verò quod portione respondet. Neq;
 enim eius tantũ meminisse oportet, quòd 25
 contraria contrariorum sint remedia, sed
 etiam quãtitatis rationem in singulis cõ-
 trariis habere. Ergo sicuti de medicamen-
 tis ostendimus non solũ æstimandum esse

calidum' ne an frigidum quicquam fit, sed etiam quoti in his ordinis fit : ita & de v. nis est agendum, non solū dilutum aut calidum deligentibus nobis, sed quod vt ad

5 intemperantiæ speciem, calore, frigoreve suo conuenienter occurrit ac respondet.

Hæc verò dicta mihi de iis sunt, qui mediam senectutis ætatem agunt, vtiq; nec ignorant primam eius partem esse, quæ

10 ἀμορφόντων, id est eorum qui cruda viridiq; adhuc senecta sunt, dicitur : propterea quod adhuc obire ciuilia negotia possunt: secundam autem cui aptè nomen ipsum inditur, eò quod ipsa sit de qua dicitur:

15 Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori.

Quod tamen in tertiam non conuenit: in qua Telephum grammaticum bis ter' ve

20 firmitatem, assiduum hi balnei vsum non sustinent. Accedit quod per habitus frigiditatem, mordacia hi excrementa non pariunt. Nominant eum, qui ad hæc partem peruenit græcè τριπελορι: sicuti aiunt qui

25 vocabulorum etymologiis gaudent, ab eo quod est τριπελαις τῷ ἕδω, id est mittendo in pompam quæ ducit ad Manes.



CLAVDII GA- LENI DE SANITATE

TVENDA LIBER SEXTVS,
THOMA LINACRO
ANGLO INTER-
PRETE.

Quæ in sexto libro de tuenda sani-
tate continentur.

¶ Quod corporum, quæ prauam sortita sunt
constitutionem, alia equaliter, alia inequali-
ter sunt affecta, & quod inequales cõstitutio-
nes longè deteriores sunt æqualibus. 15

Præcepta quedam ad sanitatem tuendam, ei, qui
conuenienti tempore non potest corporis salu-
ti prospicere. 20

Quo pacto quis eis possit prospicere qui praua sunt
corporis constitutione.

Quo pacto hi possint diu sani seruari, qui quum
otio se ipsos comodè curâdi non careant, equali
omnium corporis partium intemperie laborât. 25



L I V D huius de fanitate tuenda
speculationis argumentum
hoc libro inchoaturus, repeten-
da censeo eorum quæ hæctenus

tra

tractata sunt capita, quæ utiq; dicēdis sunt
 necessaria. Igitur primū diximus quid sit
 sanitas: secūdo loco generalis eius descri-
 ptio posita est: tertio quæadmodū seruari
 5 ea possit, est proditū. Ad hæc illud adfectū,
 animalium corpora perpetuò mutari: indeq;
 adeò necesse est sanitatē eorum quæ aliàs
 corrūpi periclitetur, nostræ procurationis
 indigere antequam tā notabilis mutatio
 10 fiat, vnde iā manifestè egrorēt, procuratio
 nē verò nō aliunde cōstare, q̄ ex cibo po-
 sitioneq;, quibus quod de substātia corporis
 decidit, reficiatur. Altera incurabilis esse
 demonstrata mutatio est, scilicet quæ pro
 15 atatis ratione accedit: propterea quòd cu-
 iusq; animalis corpus à prima genitura ad
 exitum vsq;, toto interueniēte tēpore sic-
 cescat. Cæterū qui salubrē viuēdi rationē
 ignorāt, credibile est hoc citius, quàm pro
 20 naturę ratiōe interire. Quoniā autē (vt di-
 ximus) necesse est omne genitū animal nu-
 triri: substātia verò ciborū vniuersa, in nu-
 trimētū nō abit, ac proinde vitiosum quid-
 dā ex supuacuo ei⁹ relinquitur, quod pro-
 25 priè excrementū vocāt. preparatæ à natura
 quædā corporis partes sunt, quę id secernāt
 atq; emittāt. Plurima verò quum sit in na-
 turis corporum differētia, rationabile est
 suā esse cuiq; sanitatis tuēdæ prouidētā.

Rx

Primum igitur eo homine qui optimo sit statu, pro materia tractationis proposito: quemadmodū hunc quispiam in sanitate custodiat, tradere studuimus. Quum autē variæ occasiones sint, quibus secūda valetudo variè conuellit: eū, qui optimo cor-

† *Mēdosē* poris sit statu, vni sibi vacāte Jac ab omni *legitur in* ciuili negotio liberum in sanitate seruare *Græc. cod.* proposuimus. Atq; hunc quidem quum in *impresis* primis quinq; libris, quemadmodum quis *10* à prima ineunte ætate, ad vltimā vsq; se- *λ&ηερ, ϕ* nectutē in sanitate custodiat, docuerimus: *20* nūc ad eos veniemus, quibus per negotio- *λ&λερ, vt* rum qualitates, esse, bibere, atq; exercitari *legitur in* debito tempore non licet: prætereā ad eos *15* *ϕeteri.* qui statim ab ortu valetudinariū corporis statum sunt sortiti. Sanè breuior erit de his sermo, quā prior: quāuis suapte natura longior sit, propterea quòd plurimarū materiārū vires, quibus ad secūdæ valetu-

† *In græc.* dinis tutelam vtimur, prædictæ iam sunt. *est θαλ-* Nā quū fricitione, balneo, exercitatione. *ϕεωρ τε* cibo, potione, † fomēto calido frigidoq; ; *κατ' ἴν-* veneris tum vsu, tum abstinentia, & si quid *ϕεωρ id est* aliud eiusmodi est, mutationes fieri cor- *25* *calesfactio* poris cernamus: vtiq; horum omniū vires *20* *nibus, &* (vt dixi) prius sunt proditæ. Vitiosi autem *frigefa-* corporū status, genere duplices sunt: quū *ctiomibus.* elemētares, & primas corporis particulas, *qu*

quas Aristoteles *ὁμοιομερῆ*, id est similes
 vocat, alii æquabiliter, alii inæquabiliter
 attēperatas habeant. Dico autē æquabili-
 ter temperari, quum ad aliquam intempe-
 5 riam versæ æquabiliter corporis particule
 omnes, aut frigidiores iustò, aut calidiores
 sunt redditæ, aut sicciore, aut humidiores,
 aut per coniugationem quædam calidiores
 simul, & sicciore: quædam humidiores, pa-
 10 riter & frigidiores, & quædam humidiores,
 & calidiores: quædam sicciore, & frigidio-
 res. Quinetiam in instrumētaliū partiū
 compositione, quædam æquabiliter, quæ-
 dā inæquabiliter sunt cōditæ. Ac primūm
 15 quidem dicam hīc quoq;, qui status corpo-
 rum sunt maximè valetudinarii, sicuti &
 prius [qui maximè sanus esset] ostēdi. Ve-
 rūm is vnicus erat, etenim in omniū rerū
 genere, quod optimum est, id vnum est: vi-
 20 tiosa verò plurima sunt. Duplex tamen est
 eorū secundū genus discrimē, ceu vt paulò
 antè dixi: aliis simili intēperie omnes par-
 tes habentibus, aliis dissimili. Atque eo-
 rum quidem quæ similem intemperantiā
 25 habent, ea pessima esse cōstat, quæ has va-
 lidas habēt, ac potissimūm frigiditas simul,
 & siccas. At quibus inæqualiter se habent
 corporis partes, horum numerare quidem
 varietates facilè nō est. Caterūm illa quo-

que duplici genere speciēve, siue quouis alio modo nominare velis, variare licet. Nam maximè quidem ea morbis patent, quorū principes maximè partes contrariis tēperamētis sunt affectæ: minus obnoxia
 † *Mā xō- valetudini sunt, quibus † diuersæ à principi
 e: & id est, bus partes Jita se habent. Equidem aliquos
 non prin- iam vidi, quibus vēter frigidus erat, caput
 cipes par- calidum: sicut cōrrā, quibus caput frigidū
 tes. erat, venter calidus. Vidimus autem & ex 10
 accidenti, nō primū, nec propria tempe-
 ramenti ratione afsiduè afflictum bili ven-
 trem, qui alioqui non erat natura calidus:
 eque verò, & refrigeratum alterum, quan-
 uis non esset natura frigidus, ad eūdē mo- 15
 dum & caput, & iecur, & lienem, atq; etiā
 alias partes, aliarum quandoque intempe-
 rātis affūci: quum aut ipsæ haudquaquam
 læsæ in proprio temperamento essent, aut
 etiā contrarium planè, quàm aliæ affectū 20
 haberent. Primū ergo de iis verba faciā,
 qui æquali sunt intemperie: idq; ab iis qui
 præcalidi sunt, auspiciatus. Sanè dictū à no-
 bis in libro de Tēperamentis est, fieri non
 posse vt intemperies quælibet, sola diu du- 25
 ret: quando ipsa sibi ipsi alteram ex neces-
 sitate asciscit: indeq; factū, vt pleriq; me-
 dicorum quatuor tantū esse intemperan-
 tias putarint, easq; cōpositas, simplices ve-
 rò*

rō ne esse quidē. Nam & calidam, dum hu-
 miditates semper cōsumit, parere siccitatē:
 & frigidā, dū nihil absūmit, † humoris in- † *ἡ ὑγρῆ*
 cremento quodammodo conferre.] eodē *ἡ ὑγρῆ*
 modo & siccā, per eas aetates, quibus au- *ἡ ὑγρῆ*, id est
 gescit animal, calidius ipsum semper effi- *humidita*
 cere: quibus verò decrescit, refrigerare: & *tem sub-*
 ficcare quidē solidas corporis particulas, *nutrire.*
 cōgerere verò abūdantiā excrementorum.

- 10 Simili modo si humida cū modicē calida
 cōierit, existere aliquādo in vtrāq; opposi-
 tione mediam temperiē, vtrāq; oppositio-
 nem intelligo, & quæ ex calido ac frigido
 cōsistit, & quæ ex sicco & humido. Erit autē
 15 medii tēperamēti (quod *ἡ ὑγρῆ* Græci vo-
 cāt) eiusmodi intēperantia in ipso præcipuū
 vigoris tēpore, quā *ἡ ὑγρῆ* Græci vocant:
 sed & in remissionis tēpore prout ipsi con-
 uenit. Optimā namq; temperiem in adole-
 20 scentia corpus obtinet: reliquæ omnes aet-
 ates deteriores hac sunt, vt prius est osten-
 sum. Atq; hoc etiam meminisse cōueniet,
 vnū id quoq; ex iis quæ dicta sunt. Quum
 enim duplices actiones in animalibus sint,
 25 certē corporales pueri præcipuas obtinēt:
 quæ animi sūt, ea q̄ à pueris ad remissionē
 vsq; succedit aetas. Nec tamē est has aetates
 annorū nūero circūscribere, quēadmodū
 nōnulli fecerūt: nisi fortē ī latitudine qua-

dam. Ergo pubescere quidē incipiunt alii, ubi quartumdecimum annū expleverunt: quidam vno pōst anno, aut etiā amplius. Initium præterea remissionis nōnulli habent statim à trigesimo anno: nōnulli post quintum & trigesimū. Ac robur quidem omnibus minuitur post ipsam summī

† *Mēdosē legitur in gra. codi. impressis* *ἐμὴν pro ἐ μόνον.* *† In veteri legitur* *μὴ πέντε πᾶσι ἀφ' ἑωσὶν. id est non omnino imbecillam.* *Et paulo post legendum est,* *ὀλιγοσύνων. pro ὀλιγοσύνων et ολιγοσύνων. pro ὀλιγοσύνων.* *†* *Medosē* *legitur in* *gra. codi.* *impressis* *ἐμὴν pro* *ἐ μόνον.* *† In veteri legitur* *μὴ πέντε πᾶσι ἀφ' ἑωσὶν. id est non omnino imbecillam.* *Et paulo post legendum est,* *ὀλιγοσύνων. pro ὀλιγοσύνων et ολιγοσύνων. pro ὀλιγοσύνων.* *†* *non solum vsq; ad initium senectutis, verum etiam in ipsa senectute tota: quæ ipsa quoque quibusdam naturalis esse morbus videtur: quum enim nec dolore anguntur villo, nec vllā actionū earū quibus ad vitæ munia vtimur, aut penitus amiserunt, aut omnino imbecillam habent, utiq; sani sunt, sanitate quæ senectuti sit cōgrua. Minuisse enim profectō oportet, eorū quæ de sanitate demonstrata sunt: nempe quod ampla sit eius latitudo. Iam si tertia quoq; corporis affectio est, quam neutrā Herophilus appellat, quæ in iis, qui è graui euaserūt febri, cōualescēdi tempore cernitur, & senili ætate: omnino extra morbū senes erūt, actiones tamē perinde, vt ii qui in flore ætatis sunt, firmas valentesq; nō habebunt. Verūm si ad vidēdum, audiendū, ingrediendū, aliāq; faciēda, quæ seni expediunt* 10
15
20
25

diunt, nullo deficitur corpus: etiam hoc ra-
 tionabiliter senis sanitatē nomines, utiq;
 totum hoc iungens, senis sanitatē nō abso-
 lutē sanitatē. Hæc enim propter ipsam
 5 actionū virtutē integra est, & de qua queri
 non possit: senum sanitas querimoniis nō
 vacat, quāuis enim omnes actiones habet,
 nullam tamen validam habet. Atque adeo
 illa pars artis quæ de senum ductu institui
 10 tur, huc tantum cōsilia dirigit, ut sanitatē
 teorum] quatenus fieri licet, tueatur. Cor- † Hæc par
 pora verò, quæ à prima statim genitura *ticula non*
 pronū ad morbos statū sortita sunt, ea pla- *est in Græ*
 nē ad senectutē nunquam perueniunt: aut *co, sed di-*
 15 si quando perueniunt, vno saltem diutino *minutē le*
 morbo penitus laborāt. Proposuius autē *gitur in*
 in hoc libro de iis differere, qui vitioso cor *Græc. cod.*
 poris sunt statu, atq; hos quēadmodum sa- *impresis,*
 nos plurimū tueamur, disquirere. Ergo ini *tuū d'gest-*
 20 tio ab iis sumpto qui parē in omnibus cor- *ap, p tuū*
 poris partibus intēperiem habēt: primū *γεροντικη*
 de iis agamus, qui calidius temperamentū *δυσιαρ. id*
 sortiti sunt, cæterum in humiditate ac sic- *est senile*
 citate modicē se habēt. Ac talis quidē cor- *sanitatē.*
 25 poris natura ab initio statim magis appa-
 ret sana, quàm ea, quæ in vtraq; oppositio-
 ne, vitiosa est, vtrāq; oppositionē intelli-
 go, & quæ ex calido & frigido consistit, &
 quæ ex humido & sicco. Eadē dentes edet

citius, & citius articulata vocē proferet, &
 citius ingrediatur, & singulis annis ad por-
 tionem increfcet, poſtea verò quàm adole-
 ſcentiæ annos cōpleuerit, exinde ad remif-
 ſionem vſq; manifeſtè calidior apparebit ſ
 ſic, vt tū morbis, tū ſymptomatis, quæ à bi-
 li oriūtur, facile fit obnoxia. Multus nāq;
 calor dū humorē abſumit, ſiccus tēpera-
 mentū reddit. At quū florens iam ætas itē
 calida ſit, nimirū cōpoſita eorū temperies, 10
 calida ſimul, ſiccaq; erit. In talibus autem
 tēperamentis, bilis abundare tū pallida, tū
 flaua ſolet. Ergo qui hac natura ſunt, ad
 ætatē vſq; adoleſcentiæ, ſimiliter educādi
 ii ſunt, qui optimæ ſunt naturæ: de quibus 15
 dictum in præcedentibus eſt. Poſtea verò
 quàm abſolutū eorū corpus ſit, considera-
 re oportet, vtrūne bilis excrementū illis
 per aluum expellitur, an ad ſuperiorē ven-
 trem ſit propēſum. Si enim deorſum fera- 20
 tur, conſtat nō debere eſſe ſolicitos: ſin ſu-
 periorē ventrem petat, per vomitum eſt
 emittēdum, ſcilicet longè valere iuſſis phī-
 loſophis iis, q̄ vomere ex aqua tepida poſt
 exercitationes ante cibū vetant. Nam vi- 25
 no nec ipſe ſanè tunc eſſe vtēdū ſuaſerim,
 niſi difficulter id faciant ex aqua. Quippe
 eiufmodi quædam corporū naturæ ſunt,
 quibus vtiq; vinum dulce, ſed vbi aquam
 præ

præbiberint, est concedendum. Præterea etiam magis, ubi temperamentum eorum ab initio calidius ficiusque fuit, vomitio petenda est: propterea quod magis etiam hi biliosi sunt, in præcipui vigoris ætate. Quin & exercitari his utilius est, non acutis exercitatiõibus & præuegetis, sed potius tardis, & mollibus: sunt enim omnes qui hoc statu sunt, graciliores. Acuta verò exercitatiões consensu gymnastarum omnium extenuat: lætæ contra corpus implent. Sunt verò ex iis qui impesè calido temperamento sunt, & qui exercitari profus non desiderant: sed abundè his satisfaciunt in ambulatio, balneum, & † Mēdosè
 15 mollis ex oleo frictio. Acre namque & mordax calidum id est, quod ab his exhalat non humectas, quale ἀραιός Græci vocat, nec suaue citraque morsu: hos verò à cibis que balneum iuuat. Quidam verò eorum
 20 credibile est, quàm etiã obesi sunt redditi ex tali victus ratione. Antiquum autem inimicum his est: album verò ac tenue, idoneum est. Aestimandum autem in omnibus est, qui à cibo lauatur, num in dextera
 25 præcordiorum parte, ubi fitum iecur est, dolorem aliquem, aut grauitatē, aut tensionem sentiât. Eiusmodi namque corporum status iecinoris vitiis tentari solet, si balneo post cibum utatur. Ac si quando eiusmodi ali-

quod vitium sentiunt, illico dandū aliquid est eorum quæ obstructum iecur liberent, abstinendūq; ab iis cibis qui crassum efficiunt succū, ac potissimū si iidem glutinosi sint. De his dictū abūdē nobis est tribus libris, quos de alimentorū viribus scripsimus: prætereà in eo libro, quē de euchy-
mia, & cacochymia, id est cibis boni & mali succi, edidimus: itēq; in libro de extenuate victus ratione. Quippe qui dolore
in iecinore sentiunt, iis tali victus ratione vtēdū omnino est, quoad dolor se remiserit, & dextra præcordia leuia quodāmodo sentiant. Vtile sanè fuerit & liquorem in quo macerata sit absinthii coma, offerre: prætereà quod tum ex ea, tum ex aniso, & amaris amygdalis conficitur: quod etiam bibere ex oxymelite præstat in eo tempore, quod inter surgendum à somno lauandumq; interuenit. Nam & postquā confecta sunt quæ ex ventre ad iecur reddūtur, talia exhiberi præstat, & temporis aliquid, eorum operante cibum sumēdum, dari, non inutile est & medicamētum quod dia
calaminthen vocant, cuius compositionē
in quarto horum commētariorum scripsimus. Verū in biliosis temperamentis, cauere oportet huius assiduum vsū. Sed & siquādo horum quispiam eo, propter iecinore

†Medosē
legitur in
Græc. cod.
impresis
πρὸς

noris obstructions vtitur, vtilius est ex
 oxymelite id bibat. Porro alimēti species,
 siquis horum temperamentum vertere in
 melius studet, contraria esse intemperāriæ
 5 debet. Sensim verò id fiet citra noxam, si
 & præsit medicus, & qui curatur ita sit à
 negotiis liber, vt omnia suo tēpore pera-
 gat. Nā qui in rebus ciuilibus versatur, &
 multis negotiis distringitur, huic tutius
 10 est, vt nec tētet tēperamentū suū mutare,
 sed accōmoda sibi nutrimēta sumat. Por-
 rō apta sunt humidis quidē humida, & sic-
 cis, sicca. Nutritio enim fit, quū is, qui nu-
 trit, cibis corpori, quod alit, assimilatur.
 15 Citius autē assimilātur sicca siccis, & humi-
 da humidis. Quibus verò æquale tēpera-
 mentū est, iis quāto iucūdius fuerit quod
 comedūt, tanto vtique fit magis nutriēs. At
 qui inæqualē tēperie sunt sortiti, ita vt his
 20 aliud iecinoris tēperamentū sit, aliud ven-
 tris, aut alicuius eorū, quæ circa iecur sunt,
 iis diuersum est quod assumptu iucundum
 est, ab eo quod cuique particula est idoneū.
 Quoniā autē ostēsū est, duplex esse quod
 25 singulis cōueniens est: aliud quod secundū
 simplices qualitates, aliud quod secundum
 rotam substantiam, quod simplicibus qua-
 litatibus maximè aptum est, id qualēnā sit
 superius paulò est cōprehensum: idque seu

mutare intemperiem per otium velis, seu cedere cogaris propter negotia. Quod ex tota substantia idoneum maximè est, sola experientia discernitur. Ac maximam quidem vim habet, ad ea, quæ eduntur, bibunturq; non in ventre modò, sed etiã toto corpore cõficienda, totius substantiæ cõuenientia: cuius ratione nutrimẽta animalibus, & varia, & speciebus multùm inter se diuersa habentur: quũ nulla similitudo sit eius quod ex palea, & herbis accedit ei, quod ex ossibus & carnibus, nulla societas eius, quod ex pane est, cum eo quod ex cicuta, & veratro, nã & hæc animantiũ quibusdã nutrimenta sunt. Fiũt autẽ qualitibus conuenientiẽ, utiq; si seruare tẽperamentũ studes: humidis naturis humectate cibo maximè quadrãte; siccis verò, eo qui siccet. Sin alterare placet, cõtrariis. In eo autẽ qui est in calido, frigidòve ad intẽperantiam lapsu, contraria dare semper expedit: quũ & efficacissimè eiusmodi intemperies sint, & (vt ita dicam) magis, quàm quæ ex siccitate & humiditate cõsistunt, potentes: quippe quũ facillè similibus nutrimẽtis in morbosam intemperãtiam abeant. At si siccius quoduis membrum efficias, nihil manifestè lædes, pari modo nec si humidiori suam humiditatem serues. Euidenti verò argumẽ-

ro tibi & ætates sint. Quæ enim à primage
 nitura adolescentiam vsque habentur, hu-
 midissima iis caro est: senili ætate impen-
 se sicca. Meminisse verò in huiusmodi ser-
 5 mone oportet eorū, quæ in opere de Tem-
 peramentis sunt scripta: scilicet, ne quis exi-
 stimet qui superuacuis excrementis on-
 rantur, hos humido tēperamento esse, que-
 res eos qui senectutem frigidam, & humi-
 10 dam putarūt, falsos habuit. Non enim ipse
 particulæ senum, humidiorē temperamē-
 to sunt, sed ipsæ capacitates, quæ inter cor-
 pora patent: tum senum, tum eorū qui hu-
 midis morbis laborant, superuacua hu-
 15 miditate implentur. Porro cuiusmodi sic-
 cus morbus sit, certa sciētia cognoscet, qui
 librum quē de Marasmo inscripsimus, di-
 ligenter relegerit, nō semel bisve, nec tran-
 scurrēs, sed singulis insistens atq; intētus.
 20 Sanè qui hæc cōmodè leget, hunc exerci-
 tari prius conuenit, in secundo de tempera-
 mētis libro, in quo demonstratum est senis
 tēperamentū siccum esse. Verūm quod in
 præsentia nobis propositū est, calidus iusto
 25 corpus, siquidem in prima constitutione
 medium humiditatis siccitatisq; habitum
 habuerit, omnino id in incrementi statu
 (quam ἀκμῆν vocant) siccum efficitur, idq;
 tum magis, tum celerius, si etiā natura sic-
 cius

eius erat. Sed & senescet idem citius, quãto
 utiq; ad summum incrementũ peruenit ci-
 tius. Nam quũ omnes in remissione æta-
 tis siccescimus: ratio est, vt qui natura sit
 siccior, in senilis intemperantiæ siccitatẽ ci- 5
 tius perueniat. Hi ergo in præcipui vigo-
 ris ætate potissimũ humidã victus ratio-
 nẽ postulant, cuius formulã proximẽ de-
 scripsimus. Perficitur enim humectatibus
 cibus ac balneis, tũ exercitationum & quæ 10
 †præceleres, & quæ multe sunt, abstinentia.
 Hi ad eò ætatis tẽpore, & citius lauatur, &
 à cibo iterũ: pdest his & frigidæ potio. At
 venus siccis tẽperamẽtis est inimicissima.
 Vitãdẽ quã maximẽ his sunt exustiones, 15
 & lassitudines, & solitudines, & vigilia,
 & motus omnis celer. Iracũdia verò, quũ
 biliosas naturas maximẽ accẽdat, acutas fe-
 bres parit. Itaq; quæ victus ratio iis lauda-
 tur, qui status incrementi tẽpore temperie 20
 sunt calida, humiditatẽ tamẽ ab ortu me-
 diocrem habebãt: hæc iis qui natura calidi
 sunt & sicci, magis cõuenit. Nec dubiũ est
 quin modus quoq; excessus superãtis ele-
 mẽti imprimis cõsiderãdus sit. Siquidẽ ea- 25
 renus intendere, remittere, aut augere vi-
 ctus speciẽ oportet, quatenus supra natura-
 lẽ habitũ aucta diminutãve sunt tẽperamẽ-
 ti elemẽta. Quapropter si eorũ qui natura
 hu

†ov̄īv̄ep
 i. valide.

humidiores, calidioresq; sunt, mutare tē-
 peramentū ad frigidiorē ficioremq; spe-
 ciem liber: cōtrariam his victus rationem
 exhibeas oportet, sin id custodire placet, si
 5 milē. Sanē eiusmodi naturæ in puerili æta-
 te fluxionum, & redūdantiæ morbis maxi-
 mē tētantur, itemq; putredinis, quo magis
 & pluribus exercitationibus, & exacta vē-
 tris cōcoctione indigent. Quidquid enim
 10 in hoc corrūpitur, id toti corpori morbo-
 rum putredinis occasio fit. Itaq; & ante ci-
 bum bis terq; hi si lauēt, ac calidis spōte or-
 tis vtātur: maximum inde cōmodum sen-
 tiunt, quippe huc dirigitur in his cōsiliū,
 15 vt ipsas animalis particulas seruem⁹ humi-
 das. Quæ res omnis temperamenti cōmu-
 nis est, si modò cōtraria ratio omnium ani-
 mantiū corpora citius ad senectutē perdu-
 cit, ipsaq; fit, cuius culpa omne genitū cor-
 20 pus mortale fit. Quippe si fieri posset, vt tē-
 peramētum corporis humidum perpetuò
 seruaretur, verus sophistæ (cuius inter ini-
 tia operis meminī) sermo esset, qui sibi au-
 scultatē promisit immortalē fore. Sed quo
 25 niā naturæ progressum, qui est ad siccita-
 tē, effugere corpori nō licet, vt antè docui-
 mus: idcirco senescere nobis corrumpiq;
 necesse est: erit tamē id maximē diutur-
 nū, quicquid erit minimē siccātū. Verūm
 cū

cum humida victus ratio excremēta, & suc-
 corū abūdantiā pariat, difficile est ita me-
 diocritatem seruare, vt neque morbi inci-
 dant, neque senectus maturetur. Quod ta-
 men ad ipsius temperamēti rationem atti- 5
 net, qui maximè sunt humidi: ii maximè
 sunt longæui. Iidem & sanitate. vbi corpus
 ad robur peruenit, plus cæteris fruuntur, &
 cæteris qui parem ætatem agunt, valentio-
 res ad extremum vsque senium sunt. Ideo- 10
 que ferme tū medicis omnibus, tum philo-
 sophis, qui corporis elementa diligēter in-
 uestigarunt: temperamētum id laudatum
 est, imò etiam vnum id proinde secundum
 naturam se habere, quibusdam est visum. 15
 Nam quanquā in principio sit deterius, tē-
 pore tamē reliquis præstātius euadit. Quò
 magis qui tuenda huius corporis sanitati
 præficitur: iis, quæ ab ipso desluūt, prospice-
 re debebit tum exercitatione, vt dixi, tum 20
 balneis ante cibum pluribus, tum verò iis
 quæ per ventrem, & vrinas redduntur, ex-
 cernendis. Nec prohibet præterea quic-
 quam, quin & apophlegmatismis & purga-
 tionibus aliquando vtatur, anteq; omnia 25
 cibus boni succi, ac vini potione quod vri-
 nas promoueat. Et de calidis quidem tēpe-
 ramentis abundè dictū est: de frigidis de-
 inceps agēdum. Sunt porrò & horum tres
 sum

summae differentiae, nam aut modicè se ha-
 bent in altero cōtrariorum pari, ita vt nec
 humidi sint nec sicci: aut alterum in his re-
 dundat, utiq; vel siccū vel humidum pes-
 5 sima tamen meritò sicca temperatura est:
 quippe quod temporis spatio senescētibus
 accidit, id iis statim ab initio contingit. Er-
 go istos humectare calefacereque oportebit.
 Id fiet exercitatione modica, & nutri-
 10 mēto humectate, ac calido: præterea vini
 calidi potione, & somno liberaliore: illud
 interim prouidētibus nobis, vt excremen-
 ta omnia, quae vel ex cibis, vel ex potione
 proueniūt, quotidie expellantur. De vene-
 15 ris vsū dictū supra est, eā omnibus qui sic-
 co temperamēto sunt, inimicam esse, nunc
 verò etiā ex hoc numero potissimū ad-
 uersa est iis, qui supra siccitatē frigidi quo-
 que sunt. Nā innoxia venus iis tātū est, qui
 20 calidi humidiq; sunt, tū verò qui genitura
 naturaliter abūdāt: de quibus inter iniqua
 lia tēperamēta mox dicetur. Malum verò
 & illud frigidū temperamētū est, quod cū
 humiditate cōiūgitur: maximeq; id fluxio
 25 nū morbis est obiectum. Succurritur huic
 & balnei abstinētia, & exercitio & tenuio-
 re victu, & vntionibus, quae modicè calefa-
 ciāt: quarū forma narrata pri^o est vbi, de las-
 titudine egim^o. At qui frigidi natura sunt,
 cae

cæterum in ficci humidique; temperatura modicè se habet: minus ii vel ad sanitatè, vel ad corporis robur sunt inepti, quàm qui in illis intemperati. Horum igitur excitare: firmareque; calorè expedit. In humiditatis

† Mendosè verò ficitatisque; specie, et tota victus ratio legitur in media est exhibenda. Atque hæc mihi omnia *græc. codi.* de is dicta sunt, quos æqualis intemperies *impresis* premit, hoc est quibus omnes corporis partes ad calidius, vel frigidius, humidius, vel *ἕλιος, pro* ficcius, similiter sunt inclinatae. De iis verò paulò post qui inæqualem corporis constitutionè habent, non potest paucis differi, propterea *ἕλιος, ὅ* quòd numerosæ horum varietates sunt: quum *ἕλιος, ὅ* aliis alia particula malè temperata sit. Sed *ἕλιος, ὅ* & si duas tantum quis intemperatas habeat, *ἕλιος, ὅ* harum quoque varietates non paucæ sunt, *ἕλιος, ὅ* proindeque; quum prius docuero quæ nam iis exhibenda sint, quibus inculpatus quidè est corporis status, viuunt autem vitam seruilem, siue negotiosam, siue quouis modo aliter appellare placet, ab iis verò quæ nam iis qui æqualem intemperantiã habent, in simili viuendi genere: transibimus dehinc ad eos qui inæqualem in corporis partibus statum habet. Ergo salubris, & inculpatus corporis status in latitudine (ut sæpè dictum est) intelligi debet, sicuti etiam ipsa sanitas. Nam neque; sanus esse quisquam nostrum vid

5 videri potest, ea saltē, quę omnino inoffen-
 sã inculpataq; sit sanitate: neq; inculpabili
 esse corporis statu. At sanos esse dicūt, qui
 nec parte aliqua corporis dolent, & ad vitę
 10 munia haudquaquam sunt impediti, pari
 modo & corporis statu illæso esse, quū nec
 ab externis occasionibus facile in morbos
 incidunt, nec ab internis. Illo nimirū pro-
 re certa prius definito, assiduē ægrotare
 15 aliquos nō ob proprium corporis statum,
 sed propter vitiosam victus rationē, dum
 aut in desidia vitam exigunt: aut nimium
 laborant: aut in ciborū qualitate, quanti-
 tate' ve, aut tēpore peccant: aut exercitium
 20 aliquod noxiū exercent: aut in somni mo-
 do, aut veneris immodico vsu falluntur:
 aut etiã ægritudine animi, curisq; parum
 necessariis se macerant. Quippe non pau-
 cos nouimus eiusmodi de causis, quotan-
 25 nis ægrotare, quos tamē nō dixeris vitioso
 corporis esse statu: sicut eos qui quū nullo
 horum, quæ recensui, deliquerunt, tamen
 perpetuō ægrotant. Ergo primūm propo-
 situs sermoni is esto, qui corporis statū in
 30 latitudine inculpatum habet, quiq; alteri
 viuēs, toto die ministrat, aut maximo ma-
 gistratui, aut monarchæ, ceterūm ad ex-
 tremū diei, liber à domino discedit. Quo
 loco rursus definiendū nobis est, quem si-

nem diei dicimus, quando aliàs lectori sermo noster imponat: nisi certa distinctione sequetur. Si enim dixerò abire tum primū hominem ad corporis sui curam, quum sol occidit, nec adiecero quo die id velim circāne solstitium aestiuū an brumam, an circa æquinoctia, an alio quopiam tēpore, quod dictis interuenit: nō possunt cōmoda præcepta tradi. Romę enim maximi dies ac noctes, paulò maiores quindecim æquinoctia libus horis sunt, cōtrā, minimi, paulò intra nouem. In magna verò Alexandria maximus dies quatuordecim horarum est, minimus decem. Ergo qui in breuissimis diebus & longissimis noctibus à ministerio occidete sole redit, huic fricari per otium, & lauari, & modicè dormire licet. Porro nemo

† In grec. est, cui nec in maximis, nec etiā his, liceat aliquid mediocriter agere. Nec ipse profecto quēquam noui tam infelici vitę sorte. Antoninus enim qui imperatorū quos ipsi vidimus, promptissimus ad curā corporis venit, breuissimis diebus sole occidente in palestram ingreditur, longissimis autem hora nona, aut ad summū decima. Quare licet iis qui illi in diurnis officiis assunt, ubi discessere reliquo diei tempore corporis curam agere: ita vt sole, occidente ad so-
mnum se conuertant. Nam quum minima
nox

† In grec.
codic. im-
pres. legi-
tur μα-
κρῆς. i. lō-
gis, tamen
melior le-
ctio vide-
tur μι-
κρῆς, sicu-
ti vertit
interpres.

nox nouē horas æquinoctiales æquet abun-
 de iis fuerit, si id totum tempus in somno
 fumpserint. Ergo videndum est assuetus ne
 per ante actam vitā exercitationi talis mi-
 5 nister fuerit, an citra exercitationem laua-
 ri. Nam sunt qui ne frictionē quidem sibi
 adhibeant, sed protinus perfusi oleo, bal-
 neum ingrediantur, aut etiam strigili tan-
 tum arrepto, quo sudorem in ipso balneo
 10 desringant. Ac nōnulli quidem hanc con-
 suetudinem modicē ferūt, ita vt aliqui eo-
 rum, nec assiduē ægrotēt, [nec longo tem-
 pore.] vtiq̄e quibus libera corporis tran-
 spiratio est *ἰσθιαπνευσος* Græci vocant, eos-
 15 dem aliqui tum medicorum, tum gymnas-
 tarū *ἀραιόθυκτος* Græcē appellāt. Quin
 dictum & ab Hippocrate est huic generi
 hominū sanitatē magis cōstare, ait enim:
 [Laxitas corporis ad transpiratum, quibus
 20 plura per cutim feruntur, salubrius: quibus
 pauciora, minus salubre.] Hāc corporis na-
 turam ad aliā consuetudinē transferre nō
 oportet, sed nec vllā omnino aliā naturā, †Mendose
 nisi quę longo iam tēpore ægrotat. Quod *legitur in*
 25 si qua assiduē ægrotet, disquirere in ea *græc. cod.*
 causam conueniet. Ea inuenietur, si initiū *impresis,*
 inquisitionis ab ægritudinis specie *ἐναρτίας,*
 rimus. Quicquid enim eorū quæ *†in ipso pro ἐν ἀσ-*
 sunt, corpus affligit, duplici id occasio- *ἰσθ.*

ne oritur, aut redundantia, aut succi vitio.
 At si quidem redundantia vitii agrotare
 videbitur, huc vniuersa tendet victus eius
 ratio, vt succos ad cōuenientē modum re-

* In veteri uocet: sin ex succorum vitio, * vt pares Ieos 5
 cod. legi- faciat. Prius autē specialiter dicetur, quē
 tur ἰπαις admodum prospiciēdum mediocritati sit,
 ἀπισους. i. quæ in quātitate spectatur: pōst, quemad-
 vt opti- modum æqualitati, quæ in qualitate cōsi-
 mos. sit. Itaq; iam de priore agamus, ducto tan 10
 dem ad principium sermone, vbi quod ex
 corpore exhalat minus est iis, quæ accepit,
 redūdātia oriri morbi solent. Ergo prospi-
 ciendū est, vt eorū quæ eduntur, ac bibun-
 tur, respectu eorū quæ expelluntur, conue- 15
 niens mediocritas seruetur. Sanè is modus
 seruabitur, si pōderabitur à nobis in vtrisq;
 quantitas. Qui enim balneū statim ingre-
 diuntur, iis postea frictione vti, atq; etiam
 prius paulum dimoueri: qui verò hæc prius 20
 obierint, paululum etiā hæc ipsa inaugere,
 suadebimus: detrahete verò de nutrimentū
 vel quātitate, vel qualitate, vel etiā vtraq;.
 Qui enim celeriter notabilem abundan-
 tiam acervant, iis de vtraq;: qui non cele- 25
 riter, aut nō notabilem, iis de altera dem-
 ptum, esse sat fuerit, vtra videlicet homo
 ipse potius voluerit. Ac quemadmodū de
 quātitate dematur, notum est, de qualitate
 demi

demitur, quum exigui nutrimenti cibus
 apponitur. Siquidē nō pauci siuilla nutriti,
 celerrimē copiā aceruant: quum aliās re-
 quirat id nutrimentū, tum frīctiones, tum
 5 exercitationes planē vehementes. His igitur
 olera, & legumina, quæ nō multū cor-
 pori adiiciant: præterea pisces, & aues, quæ
 multū item non nutriant, exhibenda sunt.
 Qui verò vitiosos cōgerunt succos, ii non
 10 perinde vt qui redundantiam cogunt, vni
 tantū rei sunt intenti: quandoquidē nec
 vnica est vitiosi succi species. Alii enim ma-
 gis frigidū pituitosumq; eiusmodi succū
 cōgerunt: alii magis calidum ac biliosum:
 15 nōnulli magis aquosum: alii rursus magis
 melancholicū, id est qui magis atræ sit bi-
 lis. Horū ergo cuique abstinendum ab iis
 20 †cibis potionibusq; est, qui eum, quē ipsi
 cōgesserunt, succum faciliè gignant. Porrò
 dictum abūdē de iis est, in tribus libris qui
 de ciborum viribus sunt inscripti: item in
 alio, quē de iis qui bonum malum' ve suc-
 cum gignant *inscripsimus. Est & præter
 25 hos alius de iis qui extenuant cibis, utilis
 profectò iis qui crudū congerunt succum,
 qui crassus quidem omnino est, nō tamen
 perpetuò glutinosus. Sanè omnibus his cō-
 mune auxilium est, alui deiectio: potissi-
 mū verò qbus est naturaliter astrictior.

† Mendosè
 legitur in
 Aldino

αἰτιῶν τε,
 pro αἰτιῶν
 τε.

* Mendosè
 legitur in
 grec. codi.

ἢ δὲ δεικνῶν
 γινῶν, &
 ἢ διαίρε-
 οἷς γινῶν

Communis porrò est, & veneris cōuenientis
 mediocritas. Quibus enim inculcata cor-
 poris constitutio est, non debent ii, veluti
 ficcis suprà præceptum est, à venere omni-
 no abstinere. Illud tamen cōsiderationem
 desiderat, semelne die, an bis sit iis qui ei-
 usmodi vitam agunt, comedisse ex vsu. Eius
 considerationis caput est, & corporis ipso-
 rû natura & ab hac in victus ratione con-
 suetudo & tertio ab his, si mutare victus
 rationem videbitur, quo pacto eius muta-
 tionem homo ferat. Atque ab ipsa quidem
 natura, eius quod cōducat significatio da-
 tur. Et eorum quidem quibus biliosus vē-
 ter est (sicuti dictû nobis in quarto iam est,
 & nunc nihilominus dicitur) primi sem-
 per ciborum, ac potionum sint, qui aluum
 deiiciant. Ex vinis quidem dulcia, & quæ
 mollire ventrem possunt: nō enim omnia
 eius sunt generis. Ex cibus, olera cum oleo
 & garo. Vitanda verò ex vinis sunt auste-
 ra: ex cibus, qui astringunt, nisi si firmandi
 oris vētris causa post totam comestionem
 exhibeantur. Id autem experientia quoque
 discernendum est. Sunt enim quibus astrin-
 gentium vsus adeò aluum nō comprimit,
 vt etiam ad deiiciendam conducatur, pro-
 pterea quòd os ventris roborat: quod eui-
 dentissimè in iis, qui imbecillius id obtinēt
 cer

¶ *Evangelis*
 id est indi-
 catio.

5 rernitur. Quicunq; verò palæstra exerci-
 tiis ante balneū sunt vfi, priusquam distri-
 ctè negotiis vitæ se addicerent: iis vt ab
 10 ipsis abstinuisse est incōmodissimū: ita vt
 similiter vtantur, præter incommodū, etiā
 fieri omnino nequit. Ergo exercitatione,
 quæ apothèrapia dicitur, de qua suprā egi-
 mus, istis vtendū cenſeo: & simul de suillæ
 15 carnis modo, non nihil demendum. Quo-
 niam verò (vt antè dixi) sunt quibus ante
 balneum esitasse aliquid est melius: dicen-
 dum deinceps est, tum de hora qua facere
 id debent, tum quantitate eorum, quæ su-
 20 ment, ac qualitate. Ergo quod ipse facere
 insueui, diebus iis quibus propter vel infir-
 mos visitandos, vel ciuilia negotia, putauī
 me serius ad balneū accessurum, id dicere
 non grauabor. Ponatur dies quo id fit, tre-
 25 decim horas æquinoctiales longus, in de-
 cimam verò corporis curandi spem esse:
 hoc casu visum mihi est, circa quartā ho-
 ram simplicissimum sumendum esse nu-
 trimentum: qui vtiq; solus est panis, atque
 ipse quidem ita feci. Quibusdam verò pa-
 30 ne solo vesci sine obsonio non placet, sed
 eum cū palmulis, oliuis, melle, aut fale su-
 munt: sunt etiā qui post eum bibunt. Ergo
 verò nec à tali cibo vnquam bibo, & so-
 lum panem comedo. Sit autem cuiusque

eorum modus, is qui decima hora conco-
 ctus esse possit: quippe si exercitari cupiāt,
 eo maximè pacto citra noxam se exerci-
 tent. Siquidē non leue incommodū non-
 nullis accidit, quum repleti cibo se exerci- 5
 tant: nonnullis enim & caput impletur va-
 poribus, & in iecinore aut pōderis sensus,
 aut distentionis, aut vtriusque percipitur.
 Ergo quum tale quippiam incidit, succur-
 rendum ei quàmprimū est, si iecur obstru- 10
 ctum sit iis, quæ in vis eius hærentia im-
 peditaque expediāt, si caput repletum est,
 ambulationibus: sed potissimū ante ci-
 bum, nihil tamen vetat quin & post ci- 15
 bum. Caterūm has quàm maximè lentas
 esse expedit: illas quæ ante cibum sunt,
 magis his quidē citas, non tamē quales fe-
 stinabundi vsurpamus, opere aliquo vrgē-
 te. Quæ verò iecinoris meatus obstructos 20
 expediunt, eadem tarditati concoctionis
 conducunt, horum optima sunt oxymeli,
 & dia trion pipereon, in quo nullū immi-
 sum sit medicamētum non familiare. Ad
 hæc extenuatorius victus, hæc enim tar- 25
 ditatem cōcoctionis corrigunt, & obstru-
 ctiones iecinoris liberāt. Vbi verò corru-
 ptio ciborum in ventre accidit, quibus id
 quod corrumpitur per aluum descēdit, iis
 maximum id compendium ad sanitatem
 est.

est. Quibus verò nō descēdit, ii prouocandi iis sunt, quæ leuiter deiiciūt: cuiusmodi sunt diospoliticon, vtiq; quum pari cum reliquis pondere nitrum immistū habet:

5 & quod ex ficis & cnico componitur, aliaque quæ ex cnico vel epithymo conficiuntur. Porro, iis qui ita sunt affecti, etiā vomitus ante cibum conducit: vomitus autē vini dulcis potione prouocatus. Consulē-

10 dum verò his est, ne quid humidū, aut male olens, aut deniq; facile corruptibile nutrimentum accipiant: sed quæ boni succi sint (medici euchyma vocant) potius eligant. Scriptum verò de his alibi est, in iis

15 quæ de boni, maliq; succi cibis prodidimus: præterea in illis tribus quos de ciborum facultatibus inscripsimus. Percōmodum verò iis, qui ita se habent, hominibus est, & si ex conueniente interuallo aluum

20 subducant per ea quæ modicè purgēt: cuiusmodi est, quam medici dialoēs picrangræcè vocant. Si verò longo tēpore vitiosum succum augeri sinas, grauis quispiam morbus ipsis incidet. Sanè possunt eiusmodi sibi curā impendere iis diebus, quibus

25 publicū aliquod festū celebratur, quo nimirum liberi à seruili ministerio sunt. Verum multi per intemperātiā adeò nihil agunt, quò quod vitiosum in corpore col-

lectum est corrigant, vt etiã magis ipsum
 accumulent, dũ vitioso victu in ipsis festis
 vtuntur. Quò fit vt aliis eorũ diutini mor-
 bi incidant, à quibus tota vita explicare se
 nequeunt: cuius generis mala sunt, & po-
 5 dagra, & articularis morbus, & calculus:
 aliis acuti, sed qui vel singulis annis infe-
 fient, vel certè alternis omnino: aliqui ve-
 rò etiã bis ita in vno anno laborãt. Ars ve-
 rò quæ sanitati tuẽdæ præsidet, iis qui sibi 10
 paruerint, constaturã sanitatẽ promittit:
 qui verò parere recusant, iis perinde est, ac
 si omnino nõ esset. Recusant autẽ alii ab
 ipsa in præsens voluptate victi, quos incõ-
 tinẽtes intẽperãtesq; nominãt: alii ambi- 15
 tione, quã Græci hodie κενοςοφισμῶν, id est va-
 nam gloriã vocãt. Quorũ is erat, qui quid-
 uis potius sustinisset, quàm picẽ sibi toto
 corpore cõtinerẽt illini, suadẽtib; id me-
 20 dicis, pro gracilitatis remedio. Hæc enim
 nõnullis propter totius corporis in sicci fri-
 gidiq; excessu intẽperie oritur: nonnullis
 verò propter digerentis in corpus, vel nu-
 25 trientis, vel etiã ambarum facultatũ natu-
 ralem imbecillitatem. Porrò omnibus qui
 ita sunt affecti, auxiliatur vnguenti ge-
 nus, quod à Græcis hodie dropax dicitur:
 vtpote quod & distribuendo in corpus ali-
 mento, & nutritioni cõducit. Et sanẽ mul-
 tos

tos ex iis qui prius graciles fuere, videre licet hoc remedio obefos redditos: potissimum quibus digerēdi facultas infirma erat, nutriēdi verò firma, sed quæ per aptæ materiæ penuriam affatim nutrire nō potuit, quod ei nimirum ex deducendi in corpus alimēti defectu, incōmodum accedit. Verum aliqui per ambitionē (vt dixi) ne sicut delicati, aut qui formæ plus sātis indulgent, pice vngi videātur, refugiūt eiusmodi auxiliū: atq; aliud quippiā sibi à nobis excogitari gracilitatis remediū iubēt: quū tamen nullū sit quod huic possit æquari. Prodesse tamē possunt etiam hæc, si ante balneum, manu nec adeò molli, nec rursus aspera, corpus perfrices, quoad ruborē cōtrahat: deinde dura frictione nō multa cutē cogens, densam eam duramq; efficias, ab his, si medioeri exercitatione vsum, ac lotū, citra tamen longā in solio morā, hominem abstergeas, ad iā dictæ frictionis siccæ formam mox vngas oleo exiguo, ac cibum offeras. Quippe studium in his est, vbi bonū sanguinē in corporis molē attraxeris, vt tum nutricem vim firmes, tūmne, quod attractum est, exhalet, prospicias. Ac firmatur quidē nutriendi vis excitato in carnibus calore. Non exhalabit autē, qui attractus in has sanguis est, si oleo vnxe-
 ris:

ris: utpote quod emplastici medicamenti
 vim habet. Quòd si ætas nō reclamet, etiã
 si frigida lauatione vnà cū prædictis ute-
 tur, magno fruetur commodo. Cōtrà ve-
 rò in iis qui immodicè sunt obesi, minuen-
 da digestio est, augēda verò corporis exha-
 latio. Porrò minuetur digestio assidua vē-
 tris deiectione: nēpe assuefacientibus no-
 bis nutrimentis instrumenta, quæcunq; cōti-
 nēt, ea statim deorsum impellere. Corpo-
 ris autē exhalatio inaugebitur celeri exer-
 citatione, cuius generis cursus est: prætereà
 vnguentis iis, quæ euaporandi vim habēt, fri-
 cando quàm plurimū. Sanè frictionē mol-
 lem esse cōueniet, ac quæ laxū corpus effi-
 ciat. Ipse nanq; præpinguē quendā paruo
 tempore ad mediocritatē carnis reduxi,
 celeri primū cursu uti cogens, dein sudorē
 linteo vel molli admodum, vel admodum
 aspero detergens. Ab iis vnguentis euapo-
 rantibus, quæ hodie acopa medici iunio-
 res vocare solent, largissimè perfricui: ac
 post eiusmodi frictionē ad balneū perdu-
 xi: à quo non protinus cibum dedi, sed
 quiescere interim iussum aut etiã consue-
 tū aliquod munus obire, rursus ad balneū
 secundo egi: postea ciborum multitudinē
 qui parum nutrirēt, apposui eo consilio, ut
 saturarent illi quidē cæterū exigū nutri-
 men

menti in totum corpus submitterent. Sed
 & alias quæ totum occupant corpus intē-
 peries, simili ratione corrigere conueniet:
 primum eorū quæ agi oportebit, inuento
 5 scopo : mox materiis quæ ea præstare
 queant. Nam nūc cōpendio sermo omnis
 semel peragatur ad eos, qui tū frictionū,
 tum exercitationū, tum balneorum ratio-
 nes memoria tenēt, itemq; ciborū, & me-
 10 dicamentorū. Ac de frictionibus exercita-
 tionibusq; in hoc opere supra dictū est: de
 cibis verò alibi, atq; etiam de medicamen-
 tis. Quippe doctrina quæ methodo, id est
 via rationeq; traditur, quum cōmunia ge-
 15 neraliaq; cōplectitur ad multa particula-
 rium, tū facilè recordabilis, tum verò cō-
 pendiararia efficitur. Ego verò quum non
 tantū vniuersalia ponam, sed etiā particu-
 larium exēpla his apponam, absolutissimā
 20 me arbitror tradere doctrinā. Iam ad inæ-
 quales corporum flatus accingi tēpestiuū
 videtur, ea porò etiam valetudinaria om-
 nino sunt. Sanè inæquales status trifariā
 fiunt, prout compositio corporis nostri
 25 triplex est. Vna ex primis elemētis, ex qui-
 bus constant ea quæ Aristoteles *δμιομερῆ*,
 id est similes partes nominat. Secunda
 ex his ipsis similaribus, quæ ipsa quoque
 rursus sensibilia dissimilarium partiū ele-
 men

menta sunt, ex quibus instrumentalium
compositio conficit. Tertia ab his totius
corporis compositio ex ipsis instrumenta-
libus est, ac facillima quidē, tum ad discer-
nendū, tum verò ad curādū tertia est, dif-

† In Gre. faciliior secunda, maximè lubrica † prima
codi. Aldi. est. Cōmodius ergo à tertia incipitur, quæ
Mēdosè le faciliore se, & ad cognoscendū præbet, &
gitur & ad custodiam: vt statim in capite (neque
πρίτη, id enim alienū est ab eo cœpisse) quod intē- 10
est tertia, peratæ naturæ sit, adeò vt multa excremē-
sed in ve. ta gignat, vnde lædi subiecta mēbra cō-
teri est, & tingat, in quodcunq; excrementa procu-
πρώτη, id buerint. Ac promptissimè quidem in os &
est prima. nares excremēta impetum faciūt: decidūt 15
verò & in oculos, nonnullis etiā in aures.
Sed excrementi in os decursum tum gula
excipit, tum aspera arteria, appellant hanc
Græci & βρόχον cuius summa pars, quæ
ore cōiūgitur (ἀρρυξ autē græcè dicitur) 20
instrumentū est vocis, vt in libro de voce
est indicatū. Ergo is larynx ab iis quæ ca-
pite decidūt madefactus, principiò quidē
raucam vocē facit, procedente verò tem- 25
dit malum, totā adimit: quippe cū laryn-
ge arteria quoque ipsa vna humectatur.
Quòd si acris fluxio sit, nō solūm ad vocē
ineptæ prædictæ partes fiunt, sed etiā gra-
uif

uissima quædã erosio his accedit: quæ talis est naturæ, qualis sunt quas subinde incute citra externã causam læsa, factas videmus: ita verò & pulmo his exulceratur, & morbus tabes dicitur, græcè *phthisis*. At si in gulam & ventrẽ fluxio feratur: quæ quidẽ frigida est, in frigidã intemperie corpora mutat: quæ calida in calidã, hæc verò etiã exulcerat spatio. Inter initia verò appetentiam, & cõcoctionẽ labefactat. At frigida quidem fluxio tarditatem cõcoctionis, & cruditatem, & acidos ructus creat. Quod si etiam corrupta sit, alimentum quoq; in corruptelam vertit, quæ vel fumidos, vel acidos, vel alterius cuiusquã dicibilis indicibilisve qualitatis ructus enittat. Si verò inferius se noxa recipiat: & ieiunũ, & crassius intestinũ, quod colon vocant, affligit. Quinetiã vasa, quæ sunt in mesenterio, & per quæ fit in iecur cibi digestio, tãgit. At nonnullos quidẽ carẽtia appetitus excipit, alios appetentiã à natura alienã, quas caninas appellant: aut etiã vitiosi cibi cupiditas: qualis grauidis, quas *κυσταίτιδες* Græcè vocant, accidit. Sanẽ nõ latet vnã quoq; & paristhmiã, & parulides, & antiades, & dentium erosiones, & vlcera, & putredines in ore, sanie hæc quæ à capite in ipsã decedit, consequi. Ac pleraq; medicorum pars, aut

Col

Columellam incidunt, aut medicamenta
 quibus expui faciāt quod in pulmonē per
 asperam arteriā defluxit, exhibēt. Alii ven-
 tri prospiciunt: alii dentibus & ori, aut etiā
 iis quæ in naribus constitere, prouidēt: vt
 de oculis auribusq; taceam, qui ipsi quoq;
 in nō paucis læduntur: quum satius (arbi-
 tror) esse ipsum mali ceu fontē tollere, ca-
 put ipsum firmando: aut si hoc præ magni-
 tudine naturalis intēperantiæ non liceret, 10
 saltem illi prospicere, ab ipsa scilicet vitii
 specie, prouidentia significatione semper
 accepta: nec committere, vt quod nō nul-
 li medicorum faciūt, qui omni capiti me-
 dicamentū quod ex thapsia & sinapi cōpo- 15
 nitur, applicant: id ipsi quoq; facerēt, quā-
 do si ex calida intemperie caput malè ha-
 bet, talia medicamenta noceant. Expedit
 igitur hos frequēti balneo potabilis aquæ
 fouere, quo & calidos vapores, qui in capi- 20
 te sunt, euocemus, & totum capitis tempe-
 ramētum melius reddamūs. Calidarū au-
 tem quæ spōte nascuntur, noxius his vsus
 est: siquidē quæ ex iis sulfurose, bitumino-
 se ve sunt, eæ propterea quod calefaciūt: 25
 inimicissimæ calido naturaliter capiti
 sunt: aluminose verò, qm̄ angustos habitus
 meatus claudūt. Solis autem iis spōntē na-
 tis citra noxā vtantur (si tamē ipsis vtēdū)
 quæ

que utiq; dulces sunt: sic enim tutò dixeris.
 Nā quod vtile etiā aliquid ex ipsis proueniat, id verò nō perinde tutò dixeris: quando nec calidæ fortasse forēt, si omnis calefaciētis medicamentosæ virtutis essent expertes. Satius autē sit, eiusmodi aquas experientia discernere: quando etiā raræ inuētū sunt, apud nos stadiis ab vrbe paulò plus cētū: in Prusa, minus decē. Ergo quæ apud nos est in Allianis (ita enim locum appellant) vniū tota rationis est, atque ex vno fonte manās: quæ verò in Prusa est, [diuersæ.] Item diuersus medicamentosæ aquæ fons, æquē vt apud nos, in Licetis. Quibus verò caput vehementer calidum æstuāsque est, iis præstat æstatis tempore rosaceo perungi, quod ex rosis tantum, ac sine frondibus sit cōfectū. Atq; in hoc ipso genere illud præstantius est, quod ex crudo oleo (quod omphacinū & omotribes græcè vocant) iniectis rosis componitur, quod lōgè etiā melius est, si salis omnino sit expertis. Sunt capita quæ propter arteriarum temperamētum in vertigines (quæ græcè scotomata vocāt) & capitis dolores incidunt, in quibus etiā arterias incidere solemus. Sed hoc genus propositæ artis limites egreditur. Quæ tamen ex nimis acuto neruorū sensū assiduè dolent, qui à capite orti plu-

tima sui parte, os vētris texunt, pars etiam
 ad reliquū ventrē descendit. His sanè me-
 deri proposita iam artis officiū est, potius
 tamen cōsiliū est, id agere quo minus hæc
 vllō modo incidant, cauēdo, ne aut bilio- 5
 sus humor in ventrem prorsus cōfluat, aur
 quàm celerrimè inde expellatur. Atque vt
 ne prorsus quidē cōfluat consulueris, si ci-
 tius cibū exhibeas. Vbi enim totius corpo-
 ris biliosus temperamentū est, venter im- 10
 becillus vtique cibo qui ventrem roboret
 (eustomachum græcè vocant) firmari po-
 stulat. Vbi enim ita non prospicitur, de-
 fluunt in eū, quas corpus aceruat, superua-
 cūe sanies, quos Græci icholes vocant. Ex 15
 quarum vapore nō solūm capitis dolores
 nōnullis oboriuntur, sed etiā suffusorum,
 quos *ἰπποκρεμύς* vocant, symptomata: ali-
 quibus verò & comitalis cōuulsio. Horū
 itaq; onaniū vniuersa victus ratio ad frigi 20
 dius potius, humidiusq; mutāda est. Quod
 autē in ventrem confluit, id vomitione, ac
 ventris solutione expellendum est. Stoma-
 chus verò cibus quidē quotidie prius, quàm
 bilem cōtrahat, firmandus, purgetur verò 25
 medicamētis, ex maiore interuallo, absin-
 thii coma, & compositione ex aloë: quam
 picram vocant, quippe hæc quod altius in
 tunicas biliosi ventris se recepit, expurgat:
 abf

- absinthio parum id præstare valente. Est enim absinthio vis tantum detergendi, astringendiq; ac talis quæ (vt sic dicā) sordes tunicarū, ventris detergeat, nō si quid altius in eo imbibitum est, foras extrahat atque expellat sicut aloë. Quæ autem post hanc ventri extrinsecus admouetur vnctiones, eæ modicè astringētes sunt: vt melinum, mastichinum, & nardinū, & alia id genus.
- 10 Ac estate quidē potius melinū, hyeme nardinū, vere mastichinū: nam id medium est inter melinū & vnguentū nardinum, hoc enim calefacit, potissimū quū amomum liberalius immistū habet: illud refrigerat.
- 15 Est autē opulētis mulieribus, & quod præstantius nardino vnguentum sit, nempe foliatum: præterea quæ spicata vocātur, quæ ventrem & roborare possunt, & calefacere. Si verò non modò caput calidam sanie ventris partibus transmittit, sed etiā venter ipse calidam intemperiem habeat: utique qui frigefaciant, tum cibo, tum potione semper vti conueniet: atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione
- 20 intendere variè, ac remittere: nusquam tamen ad contrariam peruenire, id quod in iis qui medii temperamenti erant, fecimus, hyeme calefacientes, estate refrigerātes. Ad eundem modum si vtraq; pars fri-

gida intemperie sit affecta, semper calefa-
 cientibus tum cibus, tum potione, tum unctio-
 ne utendum est: variè tamè ea pro tempo-
 rum ratione intèdenda, remittèdaq; sunt.
 Porrò difficilis cōnexio est, quoties vel in
 calidum vētrem frigida, & pituitosa sanies
 defluit, vel in frigidum calida, atq; harum
 duarum alteram semper expertus sum ma-
 gis ad curandū rebellè: nempe in qua frigi-
 di pituitosiq; succi in calidū decidunt ven-
 trè. Pessimus verò is status est, quum homo
 ea compositione naturaq; est, ut nec vētrè
 facilè solubilè habeat, nec vomere ex faci-
 li possit. Corrūpūtur enim pituitosi humo-
 res, si diu sint in ventre morati: adeò ut &
 ipsum erodant, & simul vitiosos interim
 halitus ad caput summittāt. Nam si pitui-
 tosus succus à capite in frigidū natura ven-
 trem decurrat, facilè his succurritur, si ma-
 ne aliquid simplicis medicamēti sumpse-
 rint, quod dia trion pipereon dicitur. Sed
 & piper solū ad exactū cōtritū leuorem a-
 quæ mistū bibere his licet. Ad què vsum
 melius stomachoq; aptius albū piper est.
 Porrò absinthii portio his est aduersissima,
 ut quæ pituitosum succū ipsorū, vētri affi-
 gat, quum detergēdi vim non habeat, quæ
 adeò sit æstimāda: sed nec aloë valde his
 cōducit, quum ei biliosi trahendi humoris
 facul

facultas fit, eoque excogitata salubriter est
 cōpositio, quā picran vocant: quæ acrimo-
 nia caloreq; eorū quæ in se habet, crassos
 & lētos succos dissecat, ac deterget: cuius
 5 generis cinnamomum est. Verūm assiduē
 vti hoc medicamēto nō licet, sicut dia triō
 pipereon, aut dia calaminthes, quibus etiā
 si quotidie vtatur, quem frigidus vēter in-
 festat, nihil incōmodi ex iis sentiet. In totū
 10 ergo ad aloës drachmas centum, reliquo-
 rum cuiusque coniiciuntur drachmæ sex,
 quæ ipsa quoque sex sunt, atque hæc est pi-
 cra quā Romæ omnes præparant. Ego ve-
 rō etiam alias duas compono, atq; in alte-
 15 ra eorū quæ calefaciunt plus, in altera mi-
 nus coniicio. At plus quidem reliquorum
 immiscebimus, si de aloës folius pondere
 detrahemus sic, vt in illius drachmas octo-
 ginta, reliquorū cuiusq; addamus sex: mi-
 20 nus verò, quū aloës modum augebimus, vī
 ginti drachmis adiectis sic, vt centum vi-
 ginti eius drachmis cæterorum cuiusque
 adiciamus sex. Minimè verò latet, & quod
 in penuria cinnamomi ponendum pro eo
 25 sit optimæ cassiæ duplum: quam aliàs ea
 esse virtute nōnulli putant, vt nihil ab in-
 ualido cinnamomo absit: nā à generoso,
 etiam talis cassia longè superatur. Verūm
 sicut in boni panis inopia, vel vilissimo ve-

fcimur: sic in cinnamomi penuria, exquisi-
tissima vtemur casia. At in quibus quidem
venter aut frigidus est, aut etiã téperatus,
caterùm ad frigus propēfior: iis aptũ me-
dicamentũ est, quod diospoliticon vocãt. 5
Quod ipsum quoque dupliciter confici
assuevit, iis qui aluo sunt astricta, nitro
quod Berenicarium vocant, cum cumino,
ruta, & pipere pari pōdere admisto: pro iis
qui soluta sunt, dimidio. Conuenit nãque 10
ab hoc medicamēto & pituitam extenuari,
& spiritum flatulentum expelli. Grauis
autem nec facillè tractabilis complexio est
ventris, qui intemperanter calidus sit, cum
frigido capite. Quæ enim in ventrem de- 15
fluit pituita, dia trion pipereon, ac dia cala-
minthes eget, etiam cuius modò mētione
fecimus, diospolitici. Os autem ventris ab
iis qui calorem accendunt, offenditur. Er-
go in iis qui ita sunt affecti id agendũ, vt 20
pituitã disseces, detergeasq; iis quæ haud-
quaquam calefaciunt: quod genus oxyme-
li esse nouimus. Iam lubrica atque ad cura-
tionem difficilis cōnexio est, vbi tales par- 25
tium affectus cōierint, in quibus os vētris
(quem stomachum vocãt) imbecillum est,
ac nauseosum: † venter autē ipse retinetur.
Quippe quæ hunc laceffunt, * stomachum
omnia subuertūt ita, vt in summo eius ci-
bi

† In græc.
codic. im-
pressis de-
est & va-
sũs, quod
in antiquis
habetur.

† In vete-
ri additur
in Diosc. id
est statim.

bi natent, & nauseam subinde excitent: his
 necessariò incidit, vt cibū parū bellè con-
 coquant. Quòd si contrà illis ea, quæ sto-
 machum firman: exhibueris: etiam in ter-
 tium quartumque diem ipsis venter fisti-
 tur. Huiuscemodi igitur hominibus vni-
 cam victus rationem cōuenire animaduer-
 ti: nempe vt primo loco olera cum oleo &
 garo, aliaque, quæ ventrē mollire solent,
 10 sumerēt: post iustum autem cibi modum,
 aliquid eorum quæ stomachum roborent,
 acciperent: ea sunt mala, & pira, & punica:
 quippe aliqua sunt horum generum, quæ
 citra acoem astringāt. Ipse autem qui af-
 15 fligitur, omnibus seorsum vsu exploratis:
 quod minimè noxium iucundissimumque;
 inuenerit, eo vtitor. † Nō multum ^{† Mendosè} autem
 de horum singulis est sumēdum: sed quā ^{legitur in}
 tum (vt dixi) ^{grec. cod.} imbecillitatem stomachi re-
 20 ficiet, nam eiusmodi horum vsum vētrem ^{impresis}
 soluere experientia comperi. Atque in to- ^{μη τωχε}
 tum magis qui ita sunt affecti deiiciunt, si id est, non
 quid astringēs post cibū sumpserint, quàm ^{crassum,}
 si eo prorsus caruerint: propterea quòd os ^{προμη τω}
 25 ventris iam roboratum, & trudit deorsum ^{αυ, vt ver}
 quæ in summo natant, & cum his vnà quæ ^{tit inter-}
 in toto superiore sunt ventre, tum verò ^{pres. et in}
 ipsum ciborum momentū intestina quoque; ^{veteri ha-}
 exceptum seruant, ipsa quoque impellen- ^{betur.}

tia quæ à superioribus acceperunt. Videtur enim ipsa tum impellendi, tum expellendi vis, etiã si à sede ipsa aliquid sursum impulerit ipsum motũ longissimè tueri, quãuis præter naturam sit eiusmodi in animalis corpore transitus. Cæterùm ita se habere, vt dicimus, cuius intelligere licet, si quod sæpè nobis accidit, ad memoriã reuocet. Nam mordax interim humor in locum aliquem sedi vicinum receptus, ad ex-

† In gra. pulsionem sui nos irritat: quem tamè cohibere propter ciuilia negotia coacti, nec ab pres. nō est his expediti eum expellimus, & facta conuersione † eius † caput inde dolere sæpenucula, sed mero sentimus. Optima igitur ratione, eius loco metũ lubricãtes cibi stomachũ innatant, deest tũq; austera sumpta vbi superioribus vëtris partibus robur addiderint, principiũ deorsum est vëtriferendi iis, quæ in eo cōtinentur, suppeditãt. culi, & il Id ferendi principiũ intestina tũ excipere, tum ad imum vsq; exitum seruare solent. Atque quũ satis de his hætenus sit dictũ, ad aliam inæqualẽ cōpositionem transire dũ est aua par est, quæ nulli dictarum in malitia cedit: vtiq; in qua renes calculũ gignunt, aut vns, sicuti tophos, quos Græcè ωλφός, aut quomodo locus legi- cunque aliter vocant: totus verò corporis habitus gracilis est, hi nanque medicamentari cod. ta, victumq; quæ extenuare possint, requirunt

runt. At ea gracili corpori sunt inimicissi-
 ma: adeò vt quidam qui propter renum vi-
 tiũ vsus his fuerat, vbi digitos deterius mo-
 ueri, sentireq; sensit, & vt ipse locutus est,
 5 veluti +cauum quiddam] sonâtes, commu- † In Gre.
 nicauit rem medicis, primum in Cāpania, legitur n̄
 vbi ipse agebat: hi, tāquam * eo affectu la- κατ' υψιρ.
 boraret qui paralyfin, id est resolutionem id est quid
 neruorum minaretur, medicamentis, quæ simile car
 10 ex euphorbio, & limnesi (quā etiā ἀδ' ακκιν, nibus à se
 vel ἀδ' ακρον Græci vocant) vtebantur. Vt mo exic-
 autem affectus ei in deterius celsit, & sym catis.
 ptomata cum vehementi dolore ad supe- * In veteri
 riores partes semper ascenderent: mihi qui greco co-
 15 id temporis in Campania fortè eram, rem di. legitur
 indicauit, opemq; rogauit. Ego verò quū non κατ' α.
 ex iis medicamētis quæ memorauit, sicca- ρουινου
 tum, in hunc affectũ venisse intellexi: quæ- αὐτῶ, sicu-
 20 rētiq; qua maximè victus ratione siccitati ti in im-
 suæ citra rerũ noxam mederi quis posset, pressis, sed
 ptisanae cremorẽ excogitauit, & pisces tum κατ' α. το-
 saxatiles, tũ qui in alto mari degũt, aliosq; ριστ' α. ρ.
 in quibus nihil esset glutinosum. Simili αὐτῶ ρ.
 25 modo & ex volatilibus quæcunque simi- id est, ip' sis
 lem carnem habent. Porrò multæ ex mon' perfrige-
 tanis vocatis volucris, tali sunt tēpera- ratis.
 mento. Quas nanque in vrbibus cōclusas Vide no-
 caupones qui eas venditant, humido ac co str. u anno
 piofo nutrimento impinguant, aduersus si- tationes.

mæ his sunt. Optima verò iis qui ita sunt
 affecti, caro est, vt ex auibus perdicū, pro-
 xima attagenarum, & furnorum, & me-
 rularum, & turdorum. Quòd si montana-
 rum auium copia non est, de iis quæ in a-
 gro victitant, & gregalibus columbis, qui
 in turribus nidificant, sumere licebit, itē-
 que passerulos, qui similiter in turribus
 nidificant, pyrgitas Græci vocant. Sunto
 autem in editis locis eiusmodi turres: ita
 nanque & gallinis, & gallinaceis, qui in
 corte aluntur vti licet. Lac verò sic affectis
 reliquorum quidem animalium est prohi-
 bendum: vnum verò asininum conceden-
 dum: propterea quòd cæteris omnibus est
 tenuius. Ac, vt vno verbo dicam, mediam
 esse conuenit inter extenuantem impin-
 guantemque victus eorum rationem. Par-
 ticularem verò quæ his conueniat mate-
 riam, tum in iis libris scripsimus, qui sunt
 de ciborum virtutibus editi, tum in eo in
 quo de euchymia & cacochymia præcipi-
 mus. Adeò superuacuum est hoc loco plu-
 ribus morari: quū id tantum dixisse sit sa-
 tis, de toto horum corpore nutriendo curā
 habendā, per eā, quam suprā comprehen-
 di, victus rationē, vbi de eo sermonem fe-
 ci, qui quiduis potius sufferre voluit, quàm
 pice illini. At si obesus sit, quem calculus
 inf

infestat, audacter huic tenuem victum in-
 iungito. Eadem & iis qui articulorum vi-
 tiis laborant conuenire præcepta censebis.
 Quippe ipsi quoque medicamentis arthri-
 5 ticis, podagricisq̄ue ebibitis, si carnosi, &
 crassi, & pingues sunt, nullum sentiunt in-
 commodum: sin graciles, non modò to-
 tum corpus, sed etiam pedes ipsos, interim
 verò & manus (si hæ quoque prius malè ha-
 10 bebant) in grauissimum statum siccando
 perducit. Scire tamen licet podagrica hæc
 antidota multum à nephriticis distare, nõ
 in eo modò, quòd crassos glutinososq̄; sic-
 cos attenuent, verum etiam quòd calefa-
 15 ciant & siccent, nam calculosis quæ valde
 calefaciãt, dari nullo modo cõuenit. Quo-
 niam verò dictum abundè de talibus om-
 nibus est, in opere quod de medendi ra-
 tione conscripsimus, præterea in iis li-
 20 bris, quos de medicamentis edidimus: qui
 ipsi duplices sunt, qui priores ordine sunt,
 de medicamentis simplicibus: qui poste-
 riores de compositis: profectò nec om-
 nino nihil, nec prolixius meminisse de iis
 25 cõueniebat, propterea quòd eiusmodi cor-
 pora inter ea, quæ exactam sanitatem ha-
 bent, & quæ iam ægrotant, medium sta-
 tum obtinent, siquidem ea pars artis quæ
 instatẽ morbum declinat (prophylactice
 græ

græcè dicitur) affectis in hunc modū corporibus consulit. Nemini enim ex iis qui corporis habitum inculpatum habent: aut medicamenta bibenda, aut tenuante victu vtendum censemus. Sed qui pro naturali imbecillitate, aut corporis totius, aut partū quarūdam, ex leui causa læduntur: hos ad prædictæ prospicientis partis victū, traducēdos cēsemus, atq; à suspecto summo- uendos, quē tamē nemini esse noxium videmus eorum qui naturali corporis bono sunt habitu, & modicè laborare non grauantur. Verūm qui ex leui causa afficiuntur, ita vt magnis morbis assiduè vexentur, veluti comitiali, vertigine (quod scotoma græcè dicitur) capitis doloribus, item aliis in quibus caput subiectis partibus, symptomatū occasio est, quarum sunt dentes, gingiuarū, columella, vno verbo, omnes quę in ore, & faucibus sunt partes: ad hæc aures, & oculi, & stomachus, & venter, & spirandi partes, nepe summa arteria, quę larynx dicitur, & aspera arteria, & pulmo, & thorax, his victus communis scopus est, caput ipsum ante omnia, & quā accuratissimè minus opportunum ad vitia reddere: mox etiam afflictis partibus prospicere, modè tamen ne ignoretur, hoc ipsum quoq; alia determinatione egere, vtique hac: Nō om-

nes quæ læsæ sunt partes, esse roborandas.
 Optima verò determinatio est, quæ ex
 vsu eatû petitur: quippe oculorû & auriû
 permagnus est vsus. Idcirco deciditibus
 5 in has à capite excrementis, deriuatio per
 vicinas partes (parocheteu sin Hippocrates
 vocat, molienda est, ac ad nasum potissi-
 mùm trahenda, quæ in has partes ferûtur:
 sin ad nasum non sequuntur, in os ipsum e
 10 vtrique per ea quæ pituitam eliciunt (apo-
 phlegmatismata Græci vocât) sicuti ad na-
 sum, tum per ea quæ sternutamêta mouêt,
 tum quæ eius obstructions aperiunt. Ocu-
 lis verò ipsis robur adiicies, si sicco colly-
 15 rio, quod ex phrygio lapide componitur,
 vtare: ac sic palpebris specillo inducas, ne
 oculi membranâ iatus contingas, ita nan-
 que mulieres quotidie faciunt, quum sti-
 20 bio oculis gratiam conciliant. Ad aurium
 verò robur, adhibeas vel glaucium solum
 super cote tritum cû aceto, mox tepidum
 per specillum blandè infusum, aut etiam
 per instrumentum illud quod publicè in
 vsu est, & oricularium clysterem Græcè
 25 ἀγίχυστρον vocant, vbi verò satis firmatæ
 sunt, ita vt nihil in has confluat: assiduè in-
 stillandum optimi nardini vnguenti ali-
 quid, id olim duntaxat Laodiceæ in Asia
 præstantissimû fiebat, nunc verò & in aliis
 fit

fit vrbibus. Robur autem auribus vel ma-
 gis afferet, iisdēq; proficiet collyriū, quod
 dia glaucium, propterea quod glauciū re-
 cipit, vocant: præterea diarhodon, & cro-
 codes, & nardinum, & quod *αρωον*, Græcè
 dicitur: præterea ex vnguentis ea, quæ Ro-
 mæ opulentis mulieribus cōficiuntur, quæ
 foliata & spicata vocant. Quod si larga flu-
 xio, & sanies assiduè in aures à capite fera-
 tur, & exulceratio iā facta sit: sanè exulce-
 rationi, Andronis medicamento, & simili-
 bus medeberis. Inter autem id agendum,
 auertere materiam ad nasum, & os debe-
 bis: quo facto, iam comprehensis vteris. Velu-
 ti autem ex iis quæ à capite defluunt, idem
 læduntur aliqua eorum, quæ illi sub-
 iecta sunt: sic ex iecinore, & renibus, vel lie-
 ne in alias partes, quæ ipsis sunt imbecillio-
 res, morbi incidunt. Siquidem demonstra-
 tum in iis commentariis est, qui sunt de na-
 turalibus facultatibus inscripti, singulas
 partes trahēdi facultatē habere proprii si-
 bi ac cōuenientis succi, quæ alterantes assi-
 milantesq; abutūtur ad nutrimentū. Rur-
 sus aliam facultatem habere, qua, quod su-
 peruacuum est, expellere in vicinū deside-
 rent. Ac si quidem ipsa quæ vicina particu-
 la est, corporis habitū firmū habeat: quod
 sibi obruditur, vtique non admittit, facitq;
 vt

¶ in ipsa solùm, quę primùm affecta parti
 cala est, dolor vsque subsistat. Sin imbecil-
 lior sit, quàm illa vnde excrementum mit-
 titur: admittit illa quidem, cæterùm ipsa
 5 quoq; ad imbecilliozem quãpiam à se rur-
 sus transmittit: atque hæc rursus ad aliam,
 donec in eam procumbat, cui imbecillior
 nulla sit reliqua. Atque ad hunc quidẽ mo-
 dum, quorũ nulla victus sui cura est, alius
 10 alia parte assiduè vexatur. Qui verò nihil
 colligunt superuacui, his manent imbecil-
 læ partes semper in tuto. Cuius rei eviden-
 tissimum argumētum est, quòd aliqui sex
 15 mēsisibus pluribusve infirmis partibus labo-
 rāt: quum si sola imbecillitas ipsa fid effi-
 ceret, perpetuò laboraret infirma pars, ceu
 cui agrotationis causa nunquam abesset. *†Mendosè
legitur in
Gra.cod.*
 Nunc quoniã perpetuò non laborat, mani
 20 festũ est aliud quippiam interuenire, quod
 eius affectus gignēdi sit occasio: quod cer-
 tẽ aliud non est, quàm quod vel quãtitate,
 vel qualitate redundat. Atque hoc ipsum
 quod redundat, aut per totũ colligitur cor
 25 pus, vocantq; eum affectum gracẽ pletho-
 ran, aut in parte aliqua principe, sed quæ
 alioqui natura sit imbecillior. Id verò aut
 in ipsa manēs, aut se in imbecilliorẽ, quã-
 piam natura recipiens, noxam ingerit. Il-
 lud ergo ante omnia cõsiderandum, defi-
 nien

τῆς βλά-
 βης, pro
 τῆς βλά-
 βης αἴτια,
 vt habe-
 tur in ve-
 teri.

† In vete-
ri graeco
cod. addi-
tur ἡ φλεξ
ἡ σίσις, id
est aut in-
flāmata.

niendumq; est propter ne semetipsum per-
petuò laboret membrum, an propter aliud
quod prius ipso sit affectum. Atqui extrin-
secus quidem nonnunquam imbecillę par-
ti noxa incidit, ex eo quòd refrigerata aut
contusa, aut vulnerata, aut lassata est: plu-
rimū tamen ex victus ratione, quæ redun-
dantiam vitiosum' ve succū contrahit. At-
tendere itaq; magnitudini naturalis infir-
mitatis membri cōueniet, hac prius discre-
tione vsus, ac tenuiorem quidem homini
victum quàm prius exhibere, tū idoneam
exercitationem iniungere, cauere verò ne
quid ab externis causis noxa incidat. Post-
eā si ab his nec ipse gracilis fiat, nec imbe-
cilla eius pars affligatur: insistendū eidem
victus rationi est: sin autem aut omnibus
membris fiat gracilis, aut malè afficiatur
quod vitioso est habitu, mutare talem vi-
ctus rationem debetis: utique si affligitur,
duorum alterum faciēs, aut victum homi-
nis in tenuiorē mutās, aut certo anni tem-
pore purgatione vtēs. Ac aliis quidem vna
quotānis purgatio vere incipiente, satisfacit,
aliis altera quoq; post hanc, autūno est
opus. Ac si sanguinis quidem abūdantiam
corpus accumulauit, mittendus iis est: sin vi-
tiosum succum, vacuādus hic medicamen-
to est, quod superantem humorem purget.

Quod

Quòd si ex tenui victu pars afflictà leuatur, sed corpus emaciatur, picatione vtendum: sicut antea est cõprehensum, ad extenuati habitus refectionem. Sanè pessimus corporis status est & ille. Sunt enim, qui genitale semen copiosum calidũq; gignunt, quod eos ad expulsiõnẽ sui proritat: postquã & ventris os illis resoluitur (quod stomachus nõ à medicis modò, sed etiam ab aliis hominibus vocatur, ita vt à veteribus græcè *καρδία*) & ipsi toto corpore non solum relaxãtur, imbecilliq; fiunt, sed etiam sicci, graciles, pallidi, cauisq; oculis cernuntur. Quòd si propterea quòd ex concubitu sic vexantur, ab hoc se retrahant nõ modò capitis molestiã, sed etiam stomachi offensionẽ, fastidiaq; sentiunt: sed nec ex continentia magnopere iuuãtur. Accidũt enim ipsis per nocturnas imagines non minora incõmoda iis, quã à concubitu senserunt. Horũ quum quidam mordax præcalidũq; semẽ inter emittendum sentire nõ solum se, sed etiã mulieres cum quibus rem haberet, referret: suasi homini abstineret à cibis qui semen genitale auferent: sumeret autem non cibos modò, verũm etiã medicamenta, quã id extinguerent: quorũ tradita nobis materia est, in his libris quos de alimentis, itemq; quos de simplicibus

medicamentis conscripſimus, tū verò ex-
 citationibus vteretur, quæ supernas partes
 potius exercēt: cu iuſmodi eſt, quæ parua
 pila, & quæ folle fit, & quæ per alteres. A
 balneo verò lumbos totos vngeret, vnctio
 ne quapiam frigida. Talia ſunt & crudum,
 & acerbum oleum quod ἀμορϕιβίς & om-
 phacinum vocāt, & roſaceum & melinū,
 vtrique quod ex eiufmodi fit oleo. Ipſe ve-
 rò craſſioris ſubſtantię vnctiones nōnul-
 lis compono, ꝛne facilè à corpore deſſuāt.
 Eſt autem cōpoſitio earum ex cera, & ali-
 quo eorum quę refrigerēt. Primum autem
 vbi ceratum (quod à medicis Græcè κηφε-
 λαϊον dicitur) feceris: dein in mortario ma-
 nibus affatim ſubegeris, infundes refrige-
 rātem ſuccum, quem etiam quāmaximè
 cum cera ſic permiscebis, vt vnitas fiat, ſuc-
 corum verò id genus deſcriptā materiam
 habes in ſimplicium medicamentorum li-
 bris. Quorum obuui maximè, facillimeq;
 parabiles ſunt, & ſemper uiui, & ſolani, &
 vmbilici veneris, & pſyllij, & polygони, &
 tribuli, & portulacę, hæc verò ſuccum non
 remittit, niſi dum in mortario tūditur, ad-
 fuſum ſit humoris quippiā, qui tenuis aquo-
 ſa quę ꝛ non lentæ & craſſæ ſubſtantię fit,
 qualis vuæ immaturæ eſt, & roſarum. Ve-
 rum hi æſtate reliquorum nō pauci etiam
 aliis.

† Mendosè
 legitur in
 Græ. cod.
 Αλδι. καὶ
 ραδίας, ꝛ
 μῆραδίας

† Perperā
 legitur in
 Græ. cod.
 impreſſis,
 καὶ γλι-
 ρος. i. e.
 lenta pro,
 καὶ γλι-
 ρος, vt
 vertit in-
 terpres.

†Locus hic in Gra.cod. impressis est tum mendosus tum dimi-
nitus. In veteri ita legitur. μή τε διαρ' ἀμάζει τὰ φυτὰ, καθά-
περ τοῖς προειρημένοις, δὴ ὡ καὶ τοῦτοις ἐστὶν ὑποσημα-
σι κληθεῖσιν. αἱ γὰρ σφοδραὶ φύσεις τῶν ἐπιθεμιῶν τοῖς

5 κατὰ τὴν
aliis temporibus habentur, veluti lactucæ: δοφύλω-
qui ipse quoq; ex refrigeratibus est. ρίοις ἀδι-
etiā lini semē si in aqua coquas, refrigeran- κδοι τοῦς
tem cremorem efficit. Porro gymnastarū καθόδου.

10 Neq; quib;
quēpiam vidimus ex iis qui athleticis præfue- in vigore
rat, qui athletæ cuiusdā renibus plūbi lami- consistunt
nā superposuit, quo nocturnis imaginibus herba, sicut
careret. Idq; quū è plebe cuidā, qui sic esset si prædi-

15 ctis, ut his
verò cui carnis natura imbecillior erat, quoq; sub
nō tulit plūbi duritiā, huic ergo suasi, earū stratis est
quas suprà dixi herbarū aliquas substerne- utēdū, et
re, ac cum ipsis molles amerinæ frondes, & enim rebe-
ruta: sensitq; illico ex his fructum, itaque mentes re-

20 frigeratio
vsus deinceps assiduè est. Quin vbi ameri- nes eorum
næ semine assiduè vesci suasi, etiā ob id gra- que circa
tias egit, sicuti etiā pro ruta. At taliū quidē via appo-
materia tum in opere de simplicibus medi- nuntur, re-
camentis, tum in libris de ciborum viribus nibus no-

25 xam infe-
tradita est. Nunc illud visum est sermoni runt.
necessariò adiciendum, cauendas esse va-
ctione frigidas, quæcunq; ex papauere, mā
dragora' ve fiūt. Neq; enim horū quippiā
admouendū neq; etiam quum in summo

virium sunt, herbarum ipsarum substernenda. Nam sicuti praedictis, ita iis quoque, substratis, vtilicet. ¶ **Quin** rosas experiri cuidam suasi, sensitque; ex his substratis leuamē citra vllā renūnoxiā. Sed & aliud excogitavi, iis qui ita ***In vete-** **ri grec. co.** sunt affecti, non insalubre, veluti ex ipso legitur, nō vsu cōperi. Quippe experiētia normae vice **λυζουρον,** semp habēda est eorū, quae excogitaueris: **sed αζου-** nec scribēdū pro vtili quicquā est, quod nō **μυρον,** id est. sis expertus: nisi tamen hoc ipsum testeris, **Nequa-** non esse tibi adhuc expertū. Quid ergo est **quam fer-** quod à me excogitatū magnae esse vtilitatis sum praefatus: nepe seruare oportere, qui **mentati,** id quod cō hoc vitio corporis vrgētur, quādo maximē **firmat ver-** genitalis seminis abūdantiā, quod excerni **bum sta-** postulet collegerint, ac die quopiā postquā **tim sequēs** boni succi cibi in coena se modicē impleuerint, ad somnū cōuersos cōcūbere, postero **«ΑΙΒΑΧΙ-
τυρον,** quod die quū satis dormierint, ac surrexerint, lin **erat vertē** teo fricari, quoad rubor per cutē appareat, **20** **dum in te** mox aliqua ex oleo frictione modicē vtilitatis **stes co:ti** tū exiguo interposito tēpore, panis aliquid **nō in fur-** bene fermētati & furno cocti, ¶ ac puri, ex **no,** vt ver vino misto gustare: atque ita ad opus cōsuetit **inter-** tū redire, medio tamē tēpore frictionis ex **pres. vide** oleo, & panis gustādi, si quis locus in vicinost **nostras an** no sit, in eo ambulare, excepto si hybernū **notatio-** frigus sit, tū enim intus manere satius duco. Non dissimilē roborandi per cibū **sto-** **ma.**

machi rationē, & Grāmatico cuidā, quem
 comitialis spasmsus assidue vrgebat, suasi:
 ac mirificè contulit. Maximè verò in fidu-
 ciā veni hominis iuuādi, vbi didici cū spa-
 smos incidere, quum diutius à cibo absti-
 nuisset, magisq; si dolor interim, irāve in-
 teruenisset. Quinetiā habitū corporis eius
 cōtuebar, & sciscitantiq; de hac ipsa re, sto- *† In Gra.*
 machū assidue bili vrgeri est fassus. *codic. im-*
 bus verò qui hæc legent cōmuniter illud *pres. deest,*
 suafum velim, præsertim qui tametsi medi *is vsq; id*
 cinæ artis sunt ignari, cogitationē tamen *est graci-*
 habent exercitatā, ne veluti vulgus, ita ipsi *lem, quod*
 quoq; pecorum ritu, victus ratione vtan- *habetur*
 tur: quin potius vsu explorent, quā ipsi *in veteri.*
 cibus, potiusve sit noxius, quæ prætereā quā
 raq; dimotio. Pari modo & de venere ob-
 seruēt: num noxia sibi innoxiaue fit: tū ex
 quāto interuallo vtētib; noxia innoxiaue
 fit. Nā, sicut retuli, nōnulli immodicè læ-
 duntur: alii citra noxā vsu eius ad senium
 vsq; sufficiunt. Verū hæc ambo genera ra-
 ra: nempè eorum qui magnopere lædun-
 tur, & qui nullum sentiunt incōmodum.
 Totum verò quod in medio est, id cum
 maioris, minorisq; discrimine, ad magnū
 hominum numerum se extendit: quorum
 qui nō rudes sunt, sed ratione probè exer-
 citata (nō enim quorūlibet est hæc nosse)

iis suadeo obseruent, ex quibus lædi se iu-
 uarive sentiant, ita enim fiet, ut in paucissi-
 mis medicorum opera indigeant, quoad in-
 sanitate sunt. Hactenus prodideram, quum
 amicorum quispiam toto opere perlecto, ⁵
 vnum omnino restare dicebat, quod super-
 rius à me relictum, post erat dicendum, nem-
 pe medicamentum quod ex malorum suc-
 co conficitur, quod tum ad apperentiã ex-
 citãdam iis, quibus ea languet, est vtile: tũ ¹⁰
 ad concoctionem iis, qui parũ feliciter ci-
 bos concoquunt: & in summa, vëtri robur
 cõciliat. Laudato igitur homine, quod ad-
 monuit apposui, & cõpositionem ipsius,
 quæ ad hũc modum se habet: Accipies suc- ¹⁵
 cõ malorum cotoneorũ quæ dulciora ma-
 ioraque sunt, ac minus acerba, quæque no-
 strates in Asia græcè struthia vocant, sex-
 tarios Romanos duos, quibus mellis opti-
 mi tãtundẽ miscebis, aceti sextariũ vnum ²⁰
 & semissem, hæc quum super prunas modi-
 cè coxeris, & spumam detraxeris, immittes
 zingiberis vncias tres, piperis albi duas,
 dein rursus in simili igni recoques, donec
 mellis crassitudo existat, qua utiq; crassitu- ²⁵
 dine stomachica medicamẽta præparari so-
 lent. Hoc verum medicamentũ etiam iis
 quib⁹ inualidũ iecur est, salutare in primis
 est. Illud verò latere non debet, ieiunis id
 max

maximè dandū esse, mediocris mistri modo, quāquam nec si à cibo sit sumptū, quicquam lædit. Commodè quoque dabitur, etiā si prius pransus, quispiam ante cœnā
 5 id sumpserit. Maximè tamē tempestiuè id duabus horis, aut tribus ante cibū obtuleris. Quòd si id astringere magis voles, etiā ex cotoneorum succo conficias. Cæterum sicut vëter intemperie caloris laborat, aut
 10 etiam bili quouis modo abundat, huic auferri & piper, & zingiber debebit, ac succus malorū cū aceto & melle, tātū ad præscriptam crassitudinē coctus dari. Qui vero medio tēperamento ventres habēt, ita
 15 vt nec biliosum excrementū, nec pituitosum congerāt: iis piperis & zingiberis dimidium eius, qui prædictus est, modi, sat erit: ita nimirum vt sit piperis vncia vna, zingiberis vna & semis. At quibus frigiditas temperiē vitiat: iis quatuor zingiberis,
 20 piperis tres, aut duas & semis vncias iniicies, licebit & quū ad mediū modū præparaueris, in ipso vsu piper addere. Atque ad hunc modū iis quibus in diuersis mēbris
 25 pugnancia tēperamēta sunt, consulendum censemus. Quibus verò in vna qualibet simili instrumentaliue parte imparitas tēperamenti visitur, de iis alio opere agetur.

LVGDVNI,
Excudebant Philibertus Rol-
letius, & Bartholomæus
Frænius.



INDEX IN SEX LI-

BROS GALENI DE SA-

bitate tuenda, qui duplici numero in-
scribetur: primus paginam, se-
cundus lineam denotat.

A



- A**bsinthii po-
tio, cur ad
uersifsima
pituitosis
356.lin.25
Absinthii vis qualis
355.2
Acetū cur ī farre 222.5
Acopa euaporātia sunt
medicamenta 348.21
Actionis imbecillitas
præter naturam, di-
citur læsio 30.29
Actionis læsio quomo-
do sumenda sit 31.8
Actionis vitium mem-
bri se habentis præ-
ter naturā sensu de-
prehendimus 205.20
Actiones in pueris cor-
porales polleat: ani-
 males in reliqua æta-
te 323.25
Actiones voluntariæ à
quibus probè fiant
35.29
Actionū diuersitas tē-
peramenti modo re-
sponder 26.20
Actionum diuersitatē
per constitutiones va-
rias ratio syllogif-
mo cōcludens 27.14
Aegimii præcepta 142.5
Aegrorum victus ratio
vnde sumenda 43.10
Aër optimus quis 60.6
Aëris delectus & vsus
ibidem
Affectio ex qua sym-
ptoma nascit̃ 203.29
Affectio præter naturā

A 5

I N D E X.

actionem interficiēs, morbus est	32.12	Aloës cōpositio quid purget	354.27
Affectio secundū natu- ram actionem perficiens, sanitas est ibi.	11	Aloës virtus ibidē.	28
Affectio secundū natura- turā neq; actionē perficiens neq; imperficiēs, neq; sanitas est, neque morbus	31. 28	Aloë senibus non conuenit	296.7
Affectiones in iuuenē temperato	197. 15	Alui restrictæ remedia	73.1
Affectiones compositæ	170.15	Ambrosia	286.13
Affectus humidī & mollis notæ	267.4	Athanasia ibidem	14
Affectuum coniugatio	188.18	Analeptice	277.24
Affectibus coniunctis quid agendum	193.11	Anethum quale esse debeat, vbi oleum conficimus	246.20
Affectuū coniugatorū ratio perpetua	187.25	Animi affectus	217.10
Agninæ vitia	285.18	Animi facilitas quid præstat	62.15
Alica post venæ sectionem est vtendū	251.21	Animi mores quibus corrumpantur	47.1
Alimentorum differentia	77.29	Antiochus medicus quomodo solitus est se cibare	279.6
Aloës & eius compositionis vis	356. 28	Antoninus Imperator	338.21
		Apomelitis compositio	132. 23
		Apophthegma Quinti	197.7
		Apothetrapia	108.5
		Apothetrapia duplex	148

I N D E X.

148. 19	Aquæ crudę notę	59. 18
Apothepapia qđ	Aquæ optimæ notę	
148. 15	ibidem	23
Apothepapia in mediis	Aquam tum feruentę,	
laboribus aliquando	tum frigidam claude	
vtendum	re	184. 22
159. 5	Ars sanitatis tuendę	
Apothepapia cur par-	quę pollicetur	63. 7
tium tensionem po-	Artis sanitatis tuendę	
stulet	principium	82. 1
152. 28	Artis sanitatis tuendę	
Apothepapia cur susci-	scopi, & quę nã obie-	
pitur	cta sibi pponat	63. 26
149. 7	Articulari morbo &	
Apothepapię frictio	podagra laborantiũ	
quid efficit	curatio	363. 2
158. 6	Artificis denominatio	
Apothepapia semper	ab arte quam profite-	
vti tutissimũ	tur	123. 19
150. 27	Afsimilatio quando fit	
Apothepapię vtilitas,		256. 20
& quę in ea adhibeã-	Astringentia post cibũ	
tur ibidem	qualiter aluum sol-	
28	uant	359. 20
Apothepapeuticam re-	Attrahentis, & expul-	
laxare	tricis facultatis inge-	
193. 20	nium	366. 18
Apothepautici exer-	Atrę bilis morãdę cau-	
citii modus	sa	71. 14
195. 18	Ar	
Apothepauticum ex-		
ercitium		
172. 24		
Aqua cur iniicitur quũ		
flores oleo coquũtur		
244. 7		
Aqua quę optima		
59. 5		
Aqua vbi vtilior		
245. 24		
Aquę cauendę		
59. 2		

I N D E X.

- Atrophia macerat 199.3
Κυρως quid 18.28
 Augmētum caloris in-
 nati commune exer-
 citationi & animi af-
 fectibus 116.12
 Aurem quid roborer
 365.19
 Aurium exulceratio
 366.8.
B Alneū à cibo quid
 obseruādum po-
 siulat 327.23
 Balneum ad somnum
 conducere 221.8
 Balnei dulcis aquæ cal-
 factæ virtus 161.16
 Balneū quantū & qñ
 exhiberi debet 343.18
 Balneum probè adhi-
 bitum pars apōthera-
 piæ, & quid præstat
 162.18
 Balnei vsus varius 259
 linea 12
 Balnea salubriū aqua-
 rum pueris sunt ido-
 nea 42.7
 Balneorum vsus mu-
 tatur pro corporū dif-
 ferentia 259.19
 Barbaris & agrestibus
 Galenus non scribit,
 sed Græcis & Græco-
 rum amulatoribus
 55.14
 Bibendum post cibum
 qui balneum præce-
 dit, non est 54.20
 Bilis flauæ sistēdæ cau-
 sæ 70.11
 Biliosus humor ne in
 ventrē defluat 354.6
 Biliosam & pituito-
 sam affectionē quæ
 excipiant, & à quibus
 fiant & sedentur hu-
 iusmodi affectiones
 47.25
 Brassica marina 196.25
C Acochymia quid
 189.7
 Calculosi medium sta-
 tum habent inter sa-
 nos & ægros. 173.23
 Calculoso & obeso te-
 nuis victus audacter
 in

I N D E X.

iniungitur 362.lin.29	71.28		
Calulosorum potio	284.7	Calore populi quali-	
Calulosis non conue-		tas & vis in oleum	
niunt vehemēter cal-		citius migrabit 244	
facientia 363. 16		linea	12
Calidæ balneum tem-		Capitis æstuantis præ-	
perato puero magis		sidium	153.15
quadrare 62.7		Capitis prouidētia	352
Calidarum naturarū			18
varia exempla 307.21		Caput quemadmodū	
Calidi temperamenti		in subiectas partes vi-	
correctio 328.27		tia transmittit: ita ie-	
Calor agilitatem ad		cur, lien, & renes in	
mouendum præstat		alias	365.4
17.28		Capitis repleti reme-	
Calor innatus quibus		dia	344.12
augetur 125.19		Capitis vertiginum &	
Calor quibus muta-		dolorum duplex cau-	
tur 61.27		sa	353.15
Calor quorum opti-		Carnis incrementum	
mè se habent corpo-		quibus eget, & à qui-	
ra, similis quodam-		bus ea recipit 101.25	
modo vsque ad sum-		Carnem laxare & mol-	
mm incrementum		lē reddere quid 93.18	
manet ibidem 25		Casie duplum pro cin-	
Calori mordaci vtile		namomo 357.23	
est balneum 312.5		Causæ parcioris die-	
Caloris imbecillitas		te	182.15
		Celeres motus	citra
			vio

I N D E X.

- violentiam 130. 27
 Cera refina 244. 18
 Ceratum 370. 14
 Cerebrum animi do-
 micilium 72. 13
 Cerebrum quomodo
 repurgatur ibidem 16
 Cibus & potus quid se
 quelæ habent 20. 28
 Cibi in stomacho cali-
 do 358. 26
 Cibo sumpto cur non
 sunt danda quæ ve-
 hementiorē distribu-
 tionē faciunt 240. 27
 Ciborū multitudo pro-
 pter assuetudinē ap-
 ponenda qui parum
 tamen nutriāt 348. 27
 Cnico in pitifana vëter
 soluitur 296. 27
 Color aliqñ succi co-
 gnitionē pstat 216. 28
 Color vbi à succo pro-
 uenit 217. 1
 Comedere & bibere
 cur sit necesse 64. 19
 Comitialis spasmus as-
 siduè grammaticum
 quendā affligēs quo-
 modo curat⁹ est 373. 1
 Compositū omne sim-
 plici posterius est 237
 24
 Conceptū à calido cõ-
 crescit, & sicatur, &
 lineamenta obtinet,
 tādē exactā speciē 18. 1
 Concoctio mala mul-
 tiplex 255. 13
 Concoctio ad efficien-
 dam similitudinem
 necessaria 20. 19
 Cõcoctio melior eius
 quod ex tota substā-
 tia congruit 330. 4
 Concoctionis peractæ
 duplicis notæ ex vri-
 na 85. 29
 Concoctione tertia fa-
 cta assimilatio fit 256
 17
 Concubitus quos affe-
 ctus in corporibus fa-
 ciat 192. 23
 Coniecturæ alēdi pue-
 ri post exercitatio-
 nes 144. 20
 Com

I N D E X.

Conniuentiæ curatio 74.5	tus non intermitti- tur: sed variè intēdi- tur atque remittitur 133.28
Consideratio de cibo, potione, & ambula- tione 144.12	Corpus deficiens ab optimo habitu, tribus fit de causis, à natura, ab ætate, ab aduenti- tiis 208.25
Consueta cur conue- niant 308.8	Corpus durius vnde 266.9
Consuetudo & proca- tarctica causæ cur cō- siderentur 301.28	Corpus vnde fit obe- sius ibidem 5
Cōsuetudo quid præ- stet 272.9	Corpus vnde gracilius 265.23
Consuetudo quomo- do mutanda 367.21	Corpus quæ mundum seruant 21.7
Cōstitutionis optimæ corpus mediū & sym- metron 39.27	Corpus nostrum cor- rumpentia sub dupli- ci sunt genere 16.14
Constitutionē corpo- ris necessario sequun- tur actiones & probā probæ, culpata[m] cul- pata 34.29	Corp ^o nostrū cur medi- cā artē desiderat. ibi. 11
Contraria contrariis quomodo exhibean- tur 43.10	Corpus obesum, cras- sum, corpulētum, idē 39.18
Coquus eorū quæ præ- parat, rationem non nouit 139.12	Corp ^o optimū ad sui cu- stodiā qd poscat 264.3
Cordis & arteriarū mo- tus	Corpus attingitur du- plici ex causa 161.29

Cox

I N D I X.

- Corpus sensim calfa- 20.22
ciendum est ante va-
lidam exercitationē
86.24
- Corporis curatio in
quo toto est crudus
succus cum vlcerosā
lassitudine 247
- Corporis habitudo aut
gracilis aut obesa, il-
laudabilis 37.4
- Corporis habitu exi-
nanto plurium ex-
crementorum cōge-
ritur nisi sensim nu-
triatur 255. linea 19
- Corporis nostri prou-
dentia omnis in duo
bus consistit 299.10
- Corporis optima con-
stitutio 39.9
- Corporis optimi tem-
peramēti notæ. ibi. 15
- Corpori corrigendo
quę necessaria 264.22
- Corpori non confectū
non assimilatam, nō
adnascitur, sed vt su-
peruacaneum errat
- Corpora nō pura, atq;
excrementis parū pur-
gata, quō magis nu-
tries, eō magis lædes
85.18
- Corpora nostra quibus
calfiunt 125.12
- Corpora pro sua con-
stitutione quomodo
sunt fricanda 96.2
- Corporum omniū cu-
randorum cōmunis
ratio 302.19
- Corporum vt magna
est diuersitas, sic & vi-
ctus ratio 80.17
- Corrūpitur seruaturq;
quippiam iisdem ge-
neribus 46.29
- Corrupta in vētre mor-
borū putredines oc-
casionem esse 153.17
- Corruptio extrius. du-
plex 22.11
- Corruptio interna du-
plex ibidem 5
- Corruptionis ciborum
in ventre remedia

- 344.26
 Corruptiōis nostræ duplex causa, interna, externa 22.1
 Corruptiōis nostræ inevitabilis causa 18.18
 Cruda cur medicamentis non tentanda nec balneo ante concoctionem 224.12
 Crudi cū piculo in totū corp⁹ digestio 53.14
 Crudorū succorū quibus intus & foris lassitudinis sensus, quomodo curandi 136.18
 Cura corporis nostri optima esse non potest in vita negotiis implicita 80.24
 Curatio eius cui sunt gracilia brachia 277.3
 Cutis dēfissima aut durissima non est simpliciter utilis ad sanitatem 56.13
 Corporis cōstitutio quæ causæ rōnē obtinet, est scopus facultatis sanitatis tuēdæ 34.22
 Cutis est naturale tegmen 41.26
 Cutis fiat durior, densior, & solidior iis partibus quæ intus sunt 41.16
 Cutis raræ densæve incommoda 56.17
 Cutis sale temperata abundè 42.1
 Cutis in vtero æquè mollis, ut cæteræ partes 41.17
Defluxionū, à cap. cura 169.24
 Deligatio quid faciat 112.23
 Densitas vnde 190.8
 Densitatis in cuti correct. 198.10
 Densitatis notæ 190.17
 Densitatis remedia ibi. 27
 Dentientium dolores quibus indicentur & corrigantur 49.15
 Dexter vsus salubrium quomodo habeatur 78.15

B.

I N D E X.

<p>Diacalaminthes com- positio 239.1</p> <p>Diacalaminthes opti- mum medicamētum 241.15</p> <p>Diacalaminthes salis lo- co ad obsonia vti li- cet 240.20</p> <p>Diacalaminthes vires 241.16</p> <p>Diacidionion compo- sitio 374.15</p> <p>Diaglaucium 366.3</p> <p>Dialoēs picra 343.21</p> <p>Diatrion pipereō com- positio 229.5. & 11</p> <p>Diatrion pipereon v- sus 227.7</p> <p>Diatrion pipereon quā do exhibēdum 230.15</p> <p>Diatrion pipereon sim- plex concoctione e- gētibus exhibendum 241.3</p> <p>Dies maximus in Ale- xandria. 338.12</p> <p>Dies maximus Romæ ibi. 9</p> <p>Differentiæ sumptæ à</p>	<p>causis à quibus frictio fit duravel mollis 91.19</p> <p>Diospoliticō cum opti- mo melle flatum ma- ximè discutit & maxi- mè dissecat 227.6</p> <p>Diospoliticon duplex vsus 358.6</p> <p>Diospoliticō & eius cō- positio duplex 226.6</p> <p>Diospoliticon sumen- dum ante & post ci- bum ibidem 29</p> <p>Discordia de exercita- tione, frictione, & bal- neo 177.29</p> <p>Doctrinę elementaris commoda 109.13</p> <p>Dolichon quid 132.6</p> <p>Dura frictio extenuat 99.2</p> <p>Duræ & lentæ frictio- nes apothepiæ pa- rum vtilis 151.11</p> <p>Duri & mollis corporis & coacti ac laxi discrī- mē & quibus dura aut mollis frictio vtilis aut fugienda 151.11</p> <p style="text-align: right;">Du</p>
---	--

I N D E X.

- Durum, molle, rarum, citando, frictione, bas
 densum 110.24 neo 206.8
- E**lementū exiccans Excremēti in os decur-
 in generationis sum tū gula excipit tū
 initio copiosius conie aspera arteria 350.17
 ctum oportuit 17.18 Excrementi primi va-
 Errorū correctio 166.15 cuatio qualis 65.9
- Aetas cur consideretur Excrementi quod per
 301.26 singulas animalis par-
 Aetatum variæ sanita- ticularas congeritur tar-
 tes 36.10 dandi causa 71.19
- Aetatis in declinatio- Excremēti retēti quod
 ne siccessimus 332.3 per singulas animalis
 Eucrasia duplex 35.22 particulas colligitur,
 Excessus modicus non remedia 74.11
- facit sensibilē distātiā Excrementa in ventre
 à mediocritate 33.11 quibus causis moren-
 tur 68.18
- Excessus omnis fugien- Excrementa quemad-
 dus 57.29 modum educēda sunt
 Excrementū quintupl. 72.27
- 64.23 Excrementorum cali-
 Excrementum non o- dorum & frigidorum
 mne alterationem à discrimen 206.11
- natura suscipit 207.3 Excrementorum causa
 Excrementū omne aut contraria retentionis
 tollendum, aut alte- causæ semper admo-
 randum est 206.29 uenda 73.2
- Excrementum vehe- Excrementorum quare
 mentius agitur exer

I N D E X.

cura nobis semper ha benda	64.21	quare	85.7
Excrementorum pro- uentus vnde	20.5	Exercitari iis quæ per crura gestantur, qui- bus sit vtile	273.15
Excrementorū singula genera quibus ex cau- sis remorentur	68.18	Exercitari quibus non licet	327.11
Excretionis instrumē- ta ad quid	64.29	Exercitatio acuta	271.2
Exemplis Galenus le- gentē exercet	299.23	Exercitatio, alui & ve- ficæ vacuationē præ- requirit	86.11
Exercendo summa ob- seruandorum	125.10	Exercitatio celeris ma- nu fieri potest	131.1
Exercentis sese condi- tiones	122.12	Exercitatio qd, & quæ præstet	84.17
Exercet equitatio cru- ra, semen vtrunq; spi- nam, collum, visum, viscera	135.17	Exercitatio & labor idem	83.19
Exercet maxia vox oia vocalia organa	131.28	Exercitatio Milonis.	128.9
Exercitandi qui quibus partibus nō sūt	172.26	Exercitatio post vene- rem	192.12
Exercitandum omnino non esse vbi cruditas adest	195.3	Exercitatio præter mo- tum vehementiā im- portat	83.1
Exercitandum quādo, exercitatioq; quomo- do administratur, &		Exercitatio quæ post vi- gilias & tristitias sit apta	194.29
		Exercitatio quando o- mittēda, & quibus no- tis dephēditur	142.15

Ex

I N D E X.

Exercitatio summis pedibus & manibus erectis	128.18	lorem excitat	125.10
Exercitatio valēs	127.1	Exercitationē qua sequuntur	84.17
Exercitatio vehemens	ibid. 3	Exercitatione inferiorum quæ magis iuuatur, & quæ superiorū	273.25
Exercitatiois bene aut malè administratę cōmoda & incommoda	82.26	Exercitatione membrorum firmitas accedit	75.13
Exercitationis cōmoda duplicia	84.14	Exercitationes celeres citra robur & violentiam	130.5
Exercitationis cōmodissimū tempus	85.20	Exercitationes crurum	132.12
Exercitationis duplex scopus	149.6	Exercitationes & operata	122.12
Exercitationis genera	122.5	Exercitationes proprię singularum partium	127.27
Exercitatiois mēsurā, ordo, qualitas	75.17	Exercitationis assidua; intermiscęq; discrimē.	131.26
Exercitationis celeris tardęve optimus status non eget	139.23	Exercitationes remissiores sine interposita quiete fiunt	132.3
Exercitatiois p̄cepta pugnare inter se videri aliquando	369.8	Exercitationes respirationis, sunt thoracis & pulmonis	ibid. 26
Exercitationis tres hærefes	308.24		
Exercitatio omnis causa			

I N D E X.

Exercitationes robu- stæ	129.11	dum	177.24
Exercitationes tantum	122.5	Experientia tātū discer- ni quod ex tota sub- stantia cōgruit	372.7
Exercitationes violen- tæ variæ	137.18	Experientia quomodo intelligimus	288.2
Exercitationum extrin- seca	124.20	Extrinssecus ocursan- tia parum attinent ad artificē sanitatis tuen- dæ	42.6
Exercitationum gene- ra tria, & quæ sint cu- iusque partes: & quæ sint debeantur	45.10	F Acultates datæ ci- tra docentem	19.21
Exercitationum modi	48.18	Fasciarum circūactus	156.17
Exercitationum quali- rates siue differentia & vsus	124.8	Febri diaria quomodo laboratur	260.5
Exercitationum variæ species	128.20	Febriticantium victus ratio	42.22
Exercitationum vtendi rationes ab ipso ne- gotio sumptæ	124.18	Fauæ bilis retentæ cu- ratio	73.20
Exercitationibus ine- ptum corpus	171.17	Fluxu capitis quæ in la- ringas proueniunt	350.21
Exercitia quæ quas par- tes exercent	132.9	Fluxu capitis quæ in gu- lam & ventrem	351.5
Experiētia pro norma, & quomodo quip- piam pro vtili scriben-		Fricandi senis difficul- tas	278.12
		Fricandum crebrò exi- gue	

I N D E X.

- queq; vbi exiguæ vi-
 res 277.18
 Fricandū in apothera-
 pia quomodo 151.27
 Fricandū quatenus est
 quū carnē augere de-
 sideramus 117.28
 Frictio dura corpus car-
 ne dura:& mollis mol-
 li implet 98.6
 Frictio dura durat &
 densat corpora:quare
 apothera-
 piæ parum
 utilis 151.11
 Frictio maturina ve-
 spertinaq; 196.29
 Frictio mediocris qua
 liter fiat 152.20
 Frictio media in quan-
 titate & qualitate quo
 modo sumēda 100.15
 Frictio mollis corpus
 soluit: dura, indurat:
 multa adimit & graci-
 lius reddit:mediocris
 crassius efficit 95.28
 Frictiōis diuisio 92.16
 Frictio mollis semper
 mollit,& dura semper
 indurat 95.11
 Frictio multa extenuat
 & mollis soluit:quæ
 multa & mollis, exte-
 nuat & soluit 97.12
 Frictio præparatoria
 quænam sit 108.24
 & 113.9
 Frictio varios manuū
 circumactus cur exi-
 git 80.22
 Frictiōes cōtinuæ & ve-
 hementes exercitatio-
 nes,quam præparato-
 riam vocant,sunt pro-
 priæ.157.3. Contrariæ
 apothera-
 piæ ibid.5
 Frictionis & balnei
 pueri,qui corporis sta-
 tu est optimo tēpus op-
 portunum 53.12
 Frictionis condiciones
 & manuum circum-
 actus quomodo fa-
 ciendi 86.29
 Frictionis cum pin-
 guitudine utilitas
 270.2
 Frictionis differentiæ

I N D E X.

- secundū Theonē 92.9
 Frictionis differentia
 unde sumenda ibid.
 Frictionis considera-
 tiones 115.10
 Frictionis preparato-
 rię finis & scopus 118.
 9. & 88.10
 Frictioni omni cōmu-
 ne est calfacere 103.3
 Frictionem & corpori-
 bus vtilem esse, & iis
 quæ corpori condu-
 cunt 112.18
 Frictione dura ligatur
 corpus, molli soluitur
 multa extenuatur, me-
 diocri crassescit 90.11
 Frictiones iam laborā-
 tibus particulis admo-
 uere non conuenit
 274.2
 Frictiones rotundę 276.
 19
 Frictionum differētia
 in respectu collatio-
 neq; dici 106. 8
 Frictionum differētia
 sumpta à qualitate &
 quantitate, atq; à con-
 iugatione earundem
 104.20
 Frictionū quatuor dif-
 ferentia quomodo su-
 muntur ex virtute &
 vsu 90.13
 Frigida in tertio septē-
 nio nō est lauandum,
 quia incremento esset
 in mora 143.26
 Frigida & pituitosa sa-
 nies quando in calidū
 ventrem defluit, vel
 contra 356.5
 Frigida notam medio-
 cris more quo indicat
 166.3
 Frigidę vsus quē admo-
 dū incipiendū 163.20
 Frigido & humido qui
 sunt tēperamēto valē-
 tiores motus quā cali-
 di desiderant 312.14
 Frigidum si caput &
 frigidus vēter quibus
 vtendum 355.29
 Frigori ingēti quomo-
 do occurrendū 197.22
 Gal

I N D E X.

- G**alenus à quo tem-
pore morbo nō
laborauit 261.3
Galenus in puerili æta-
te, ephebia, & adole-
scētia p̄sūsus fuit mor-
bis non paucis, nec le-
uibus 260.29
Galenus phlegmonē,
bubonem non sensit,
nec feбри laborauit
quàm diaria ibid.14
Galenus diaria ex lassitu-
dine ibid.10
Galenus in amicos & li-
teras obsequia ibi.20
Galenus mos 343.14
Galenus situs tempera-
tus 116.19
Galenus sponso artis de
sanitate tuēda 261.13
Genitum omne vt ge-
nituræ sit interitus,
causas ab initio habet
secum ortas 16.16
Genituræ origo vtrin-
que ex humida substā-
tia est 17.13
Gerocomice 277.26
- Generatiōis nostræ pri-
mordia, semen & san-
guis, in quo dissident
17.4
Generatiōis nostræ pri-
mordia sunt semē ge-
nitale & sāguis 16.22
Gymnastes quis 76.4
Gymnastæ officium
139.18
Gracilitatis præcipuū
remedium, pice vngi
346.25
Gracilitatis remedia
ante balneum 347.14
Gracilitas vnde 346.20
Gracilium victus qui
in renibus calculos ge-
nerant 361.21
- H**emina libra dici-
tur 243.21
Hiera picra excogita-
ta est, vt succos cras-
sos & lentos dissecet
& detergeat 357.1
Hieræ picræ composi-
tio triplex ibid.9
Hippocratis breuitas
multa complectitur,

I N D E X.

- proinde non incon-
sultè legenda 99.18
- Historia de quodam
gracili 361.2
- Historia de puello quo
dā totā diē irato quē
sordities offendit, &
cui mundicies con-
tulit 50.15
- Humidi maximè sunt
longaui 333.28
- Humiditatis correctio
195.21
- Humiditatis ex potio-
ne correctio 198.22
- Humor calidus à capi-
te in calidū ventrē quā
curationē exigit 355.19
- Humor qualis est in
corpore, tale eius se-
rum apparet 216.27
- Humore semicocto
qui abundant in veno-
so vasorū genere, & in
reliquo corpore mor-
dacibus lassitudinem
afferentibus, quomo-
do curandi 219.29
- Humores semicrudos
vinum concoquit &
somnia cōciliat 211.28
- Humorū crudorū quæ
ad concoctionem vi-
na faciant 234.4
- Humores malè reuocā-
tur intrò quæ extra sunt,
& foras qui int^o 236.12
- Humores quæ foras e-
uocent 235.14
- Humores qui foris sūt
per halitū leniter edu-
cendi: qui verò intus
sunt, attenuandi atq;
concoquendi 234.6
- Humorib⁹ crasis labo-
rātib⁹ vtile quid 225.9
- Humorū cōtra crasitsu-
dinem danda 227.6
- Hyslopū in vino coctū
quibus vtile 236.26
- I** Chores in ventrem
debilē quando de-
fluūt, quos morbos ge-
nerant 354.9
- Iecur quæ aperiāt: exi-
bendi tempus 328.14
- Ignis à natura maximè
vim succādi habet 17.19
- Ima

I N D E X.

- Imbecillitas actiōis nō dus 47.12
 est absolutè morbi no- Infantiuū doloris tria re
 ta, sed solūm quæ præ- media 44.18
 ter naturam est 31.1 Instrumētali in eodem
 Impetus materiæ vehe- dup. notauit Gal. tēpe
 mentissimos contra- ramentum 40.13
 riè interim effectus e- Instrumētaliū partiū
 dere 158.14 sanitas ex quibus con-
 Impropriz frictionum stat 16.2
 differentiz 97.2 Intēperamenti acquisi-
 Inanitiō duplex est 77. titiū, & naturalis eadē
 20 est prouidētia 196.25
 Incrementum sistitur, Intēperies calida & fri-
 osibus nō sequacibus gida efficaciores ma-
 ob siccitatem 18.12 gis quàm quæ cōsistūt
 Inculpatō habitui me- ex siccitate & humi-
 dicamētis aut victu te- ditate 330.19
 nui vtēdū nō est 364.2 Intemperies calida &
 Inæquales corporū sta- frigida facilè simili-
 tus persequitur 349.20 bus nutrimētis in mor-
 Inæquales status trifa- bosam intemperan-
 riam fiunt, prout com- tiam abeunt ibi.24
 positio corporis no- Intemperies intra sani-
 stri triplex est ibid.23 tati terminos siccio-
 Inæqualitas in diuersis res, humectandæ: hu-
 partibus 40.6 midiores siccandæ,
 Infantulus primūm frigidiores calcaciend-
 quomodo tractādus, dæ, calidiores refrige-
 & cur sale inspergen- randæ 38.26

In

I N D E X.

Intemperies quælibet non diu sola durat	322.25	mnib ⁹ tenuius	362.14
Intemperiem æqualem pertractat idq; ab iis qui præcalidi sunt au- spicans	ibi.21	Lac asinæ tenue sero- sumque est	290.13
Interitus connata ne- cessitas	19.1	Lac capræ mediocris substantiæ est	ibi.14
Iocinoris dolentis cura	327.29	Lac ex vitioso pascuo quale	289.26
Iocinoris excrementa	65.20	Lac matris optimū & propriū pueris	43.25
Ira quid	125.26	Lac quibus exhiben- dum	291.5
Iucūdisimū vtile: ad- uersum verò quod in- iucundum.	232.7	Lac præbens abstineat à venere	31.21
Ius album.	252.3	Lactis alimento vten- dum	42.7
L abor, cib ⁹ , potio, somnus, venus, me- diocria modū & ordi- nem denotant	82.10	Lactis boni cōtrarii ve notæ.	52.12
Labor cibū præcedat, & labor non excedat	ibi.7	Lactis cōmoda	288.14
Laboris, motus & exer- citationis differentia	ibi.25	Lacte vrentiū exempla	288.8
Lac asininum ceteris o-		Λάστυξ quid	350.19
		Lassitudo phlegmono- sa vnde	104.13
		Lassitudo quæ sanorū symptoma est	202.22
		Lassitudo tēsiua	204.8
		Lassitudo valida & im- modica, & ficcitas in- tēperato iuvene quo- mo	

I N D E X.

- modo curentur. 199.8
 Lāsītudo vlceroſa acré
 humorem habet & in
 ſolidis corporibus, &
 intra venarum ſinus
 208.10
 Lāsītudo vlceroſa qua
 arte curatur 212.14
 Lāsītudinis phlegmo-
 noſæ curatio 249.29
 Lāsītudinis ſympto-
 ma 203.22
 Lāsītudinis affectio.
 ibi.29
 Lāsītudinis tēſiſæ cu-
 ratio 173.16. & 249.9
 Lāsītudinis vlceroſæ
 cura cum cruditate
 221.15
 Lāsītudinis vlceroſæ
 curatio variat̄ pro di-
 uerſa diſpoſitiōe cor-
 poris affecti. 206.25
 Lāsītudini quis motus
 accedit 205.14
 Lāsītudinē vlceroſam
 quid creat. 205.16
 Lāsītudinū cōpoſita-
 rum remedia 186.20
 Lāsītudinum curatio-
 nes 171.5
 Lāsītudinum quæ ſunt
 ſymptomata & affe-
 ctiones. 168.15
 Lauādū quando, & quā
 do frigida. 143.20
 Laxitatis emendatio
 198.17
 Laxū coactū, conſtri-
 ctū colligatum 111.11
 Laxum, liberum excre-
 mentis exitum præ-
 ſtat 151.16
 Liberi & tēperati apo-
 theſia cur vtantur
 150.13
 Libri enarratorii quæ-
 ſtiones diluunt 101.2
 Lini ſemen ſi in aqua
 cōcoquas, refrigeratē
 cremorē efficit 371.8
 Luctæ motus 129.11
Manuū circum-
 ctus quomodo
 variari poſſit. 88.15
 Marasmus quidam ſe-
 nium ex morbo eſt
 298.29

Ma.

I N D E X.

Materia causarum salu- brium in quo consistit 76.19	proptè educi pòt ma- lus succus, qui imbibi- tus est in carne & viis
Materia quadruplex genus 299.19	angustis, vt qui conti- netur in capacioribus
Medes aliis, & ipse vlce ribus scatens 259.28	locis 207.14
Medicamen ex caricis 297.11	Medicamèta varianda esse, & cur 297.5
Medicamè ex chamæ- melo 246.2	Medicamèta tenuissi- ma in habitum ferri, crassa in ventre mo- rari 239.26
Medicaminis compo- sitio effectus variat 240.15	Medicamentorum sto- machicorum crassitu- do 374.25
Medicaminis compo- sitio quod ex abiete fit 242.2	Medici & philosophi officia 47.4
Medicamentum ad om- ninem lassitudinè effi- cax 244.5	Mediocritas ex omni genere adhibèda opti- mo statui, & quomo- do sumatur 141.21
Medicamentū ex popu- li floribus ibid.9	Mel malū, multū spu- mæ emittit 232.20
Medicamentū quando nullū copiosè est exhi- bendum 297.24	Mel optimū, & curiosè despumatum, cui mi- scendum 240.22
Medicamētū ad appetē- tiā excitādā & ad con- coctionē vtile 374.8	Mellis delectus 230.8
Medicamento non ita	Mēbra robusta sūt, & sūmas vires obtinēt in incr

I N D E X.

- incrementi statu 18.16
 Mercuriali veter adstri-
 ctus soluitur 296.25
 Methodi propriū 110.10
 Myrti sicca folia vitio-
 so statui aspergenda
 42.2
 Myſia duplex 280.28
 Mollis & humidi discrimen 257.1
 Morbus & sanitas habent rationem causa efficientis 32.23
 Morbus omnis, praeter naturam ibid.3
 Morbū vt in affectione cōstitutione q; corporis consistere, ita & sanitate oportet 34.16
 Morbo grauati in senectute qui salubre naturam ab ortu nati erant 262.14
 Morbi ex intemperantia, ignorantia, aut vtroque 263.11
 Morbi qui ex plenitudine oriuntur 313.22
 Morborum semina in nobis sensum effugiūt 30.18
 Motus citra voluntatē suscepti qui sunt, & à quibus causis varientur 133.19
 Motus ex parte rationali, appetitoria, & animosa, modū excedēs, biliosum reddit animas: citra modū verò subsistēs, frigidum & pituitosum 42.27
 Motuum omnium vires nouisse, artis sanitatis tuendae munus est 136.29
 Motus qui non pertinent ad artem sanitatis tuendae ibid.19
 Motus qui actiones non sunt, triplices perhibentur 135.5
 Motus qui viscera concutiant ibid.22
 Motus quos corpore exercēt omnes homines, artifices iuxta incertes q; , eorū ignorāt
 vir

I N D E X.

vires	138. 18	Naturales functiones	
Motuū singulorū vires		à pueris bene fiūt	36.5
nouit Galenus	137.10	Nulla materia eū late	
Mouemur aut à nobis		re debet qui vult esse	
ipsis, aut ab aliis, aut à		peritus sanitatis tuen	
medicamento	45.12	dæ	76.1
Musculorum tensio in		Nutricis consideratio	
triplici opere	155.22	51.7	
Mutatio fit aut inquali		Nutrimētū quādo pue	
tate, aut in quātitate.		ro exhibendum	53.19
77.16		Nutrimenti crudi in-	
Mutatio pulsus ex na-		commoda	254.9
turali calore varia	134.	Nutrimēti omnimoda	
16		prohibitio quomodo	
Mutationes in corpori		stomachū lædit	ibid.
bus vnde fiunt.	37.21	Nutrim. per venas ad	
N atura ipsis instru-		singulas partes distri-	
mentis quales fa-		butio	256.12
cultates inseruerit		Nutritio quando fit	
21.3		329.12	
Natura laborantis in-		O besitatis curatio.	
terdum medicamētū		348.4	
non admittit	207.18	Obliquum quod recti	
Naturæ progressum		transuersūq; planè est	
qui est ad siccitatem		medium	88.27
effugere corpori non		Obstructio cutis vnde	
licet	333.24	190.6	
Naturæ hominum nu-		Obstructio ex vinis le-	
merosæ	258.19	uior	284.29
			Ob

I N D E X.

- Obstructionis reme- Oleum circūfundī cor
dium 344.9 pori quando debebit
Obstructionis remedia 152.1
etiā ad tardam conico Oleum quibus tantum
ctionē facere ibi.19 infudit Gal. 298.1
Obstruunt & purgant Oleū rosmarinū fit quū
quæ 158.17 rosmaris herba oleo
Oculi quare meatus ha incoquitur 246.20
beant, quibus repur- Oleū sampsychinū hyc
gentur. 72.20 me, regione tēpestate
Oculorū prouidētia pa frigida idoneum me-
rocheteusis dicitur, & dicamentum 246.8
quibus roborentur o- Oleū tenue nullā ad-
culi 365.4 stringendi vim habet
Olea & vnguenta 244.15
mediocriter calfacien- Opera trifariam vsur-
tia & relaxātia 191.11 pari 122.24
Olea ex betē cucurbite Opera media & per cō
agressis, altheæ, vitis iugationē quomodo
albē, radicibus 246.24 se promant 103.18
Oleū anethinū per ha Optima natura ne mo
litū digerit, siue solū, mēto quidē durat 38.5
siue cum cera ibi.8
Oleum emplasticam Optimā corporis curā
habet vim 348.1 quib⁹ prorsus scripsit
Oleū habeatur quod se supuacuū sit 80.24
halitum educit flore Optimum in omni re-
expresso per tres men rum genere vnum est,
ses 244.24 vitiosa verò plurima
sunt 321.18

C

I N D E X.

- Optimum corpus veluti regula polycleti est 116.17
- O' σέκοπος 170.4
- Ouilla quibus decens 285.15
- Oxymeli variandū pro fumentis gustu 231.22
- Oxymelitis cōpositio ibid.10
- Oxymelitis cōpositio, mel, acetum aqua miscenda ibid.12
- P**Anis qualis esse debeat 186.22
- Papilla ori indita infantium doloris lenimen est 44.19
- Partis cuiusq; officium quando minus probè administratur 18.20
- Partes laxæ nō omnes sunt roborandæ 364.29
- Partes quare vrgeantur, vt non cōmodum alimentū rapiāt, & vnde requirant 254.7
- Pascua ad lactis bonitatem conferunt 289.17
- Pædorriba ita est gymnastæ ministrū, veluti medico coquus 139.9
- Περὶ τρωμα 20.26
- Phlebotomia quando vsque ad animi deliquiū celebrāda 250.22
- Phlegmonosa lassitudo vñ nascitur 204.12
- Phlegmonosæ lassitudinis curatio 174.29
- Pili vnde 67.24
- Pinguē quēdam paruo tempore ad mediocritatem carnis quibus reduxit Gal. 348.16
- Piper albū ad exactum liuorem contritum & aquæ mistum iuuat, si frigidus humor in frigidum defluat vētrem 356.21
- Piperis albi vtilitas 2268
- Piper longum adulectatum duplex, & piperis defectus 229.1
- Piperis longi vtilitas 225.25

Pit

I N D E X.

- | | |
|---|---|
| Pituitosi succi in frigidum ventrem delapsi curatio 356.17 | Prouidētia duplex eorum qui ex nimis acuto neruorū sensu assidue dolent 353.28 |
| Plethora est succorū æquabiliter se habentiū redundantia 189.5 | Ptisanae cremor cur vtilis abūdantibus crassis humoribus 122.19 |
| Plethorici qui succis æquabiliter se habentibus nimiū abundant 119.9 | Pubertatis initiū 324.1 |
| Podagricorū & nephriticorum remediorum differentia 363.11 | Pudore affectorū spūs, vt eorū qui perturbantur, nō quiescit 126.6 |
| Pori in toto sunt corpore, nedum cute 67.3 | Puer nō diu vehemēter fricandus 87.24 |
| Prælagire & mederi vnica ratione fas est, si vnus cuiusque simplicis negotii vis sciatur 189.18 | Puer postquā dentes emisērit, quomodo nutriendus 52.26 |
| Præfidiū cōtra nocturnas imaginationes 371.11 | Puer quomodo fricandus 53.11 |
| Propensi suapte natura ad exercitia & musicam 44.24 | Puero vinū inhibendū 57.18. & quare 58.16 |
| Prouidētia eorum qui imbecillitate & leui causa læduntur 364.13 | Pueri animus anno decimoquarto fingēdus 62.9 |
| | Pueri tēperamentū calidum eodē gradu quo prius: humidū verò nō eodē quo prius 61.20 |
| | Pueri thoracem qui à reliquarum partium |

I N D E X.

- Symmetria nō parū Pueruli corpus molle
 aberat, curauit Gale. quā diutissimē ser-
 299.26 uandum est 57.7
 Pueri nō sunt plus equo Pulsus mutandi causa.
 calfaciendi & hume- 134.7
 ctandi 57.25 Puluis pinguis 276.24
 Pueri quæ exigunt vs- **Q** Væ vētrem astri-
 que in tertium an- tum lacesunt,
 num à natali 51.5 stomachū imbecillū
 Puerorum naturales fa subuertunt 358.28
 cultates 44.11 **Q**uestio an ad sanitatis
 Puerorum tēperamen- tuēdæ artē, calidi, fri-
 tum calidum & hu- gidi, humidi, & sicci
 midum proinde si pau- cura tantū habēda sit,
 lulum vtranuis quali & extrinsecus offendē
 tatē auxeris modum tia alicuius artis mu-
 iam excedent 57.23 neri subiaceant. 22.22
 Puerorum victus ratio **Q**ualitatis demptio
 humida 42.8 340.29
 Pueris quādo equitare **Q**ualitatū duplex op-
 licet 45.23 positio 223.11
 Pueris solidior cibus **R**ationis duplicis
 quādo exhibēd^o 52.28 esse id quod ma-
 Pueros circa à secundo ius est 187.4
 septennio vsq; ad ex- Redundantię cauendæ
 pletum tertium, quid ratio 340.13
 agendum 62.15 **R**egione in intēperata
 Pueros frigida nō absti nō pōt natua irrepre-
 nendos 58.24 hensibilis gigni 116.6
Re

I N D E X.

- Remissionis initium. Sanguis optimus vnde
 324.4 nascitur 51.15
- Renes si calculū creāt, Sanguinis missio in lasi-
 & corpus sit gracile, tudine phlegmonosa
 inæqualis compositio q̄re sit iteranda. 252.25
- est, quæ nulli in mali- Sanguinis qualitatum
 tia cedit 360.23 præpollentia 17.7
- Res quomodo cōpen- Sanguinis vbi redūdan-
 dio traduntur. 100.24 tia grauat, quid agen-
 dum 249.16
- Robur quādo omnibus Sanitas apud oēs sym-
 minuitur post ipsam metria quædam est.
 summi vigoris atate. 26.29
 324.6
- Rosaceum optimū vn- Sanitas vt sanitas est, ab
 de 353.14 alia sanitate non dif-
 fert 28.15
- Ruta cur siccanda. 226. Sanitas vbi dicatur esse
 20 29.28
- S**anguis biliosus & pi Sanitas instrumentaliū
 tuitosus vnde 218.14 partium in quo confi-
 stat 24.6
- Sanguis bonus exiguus Sanitas latitudinē hñs
 non detrahendus, co- mediū tēperamenti &
 piofus, audac̄ter mit- nulli vitio obnoxia,
 tendus 219.11 quo sēsu p̄cipiat. 36.26
- Sanguis crudus semico Sanitas morbū præce-
 ctus, prorsus crudus dit & tempore, & di-
 paulò deflectēs à san- gnitate. 15.17
- guinis forma, & san- Sanitas optima propter
 guificationis veluti vl-
 tima pars 218.27

I N D E X.

assiduas mutationes non contingi, & quæ sunt ea quibus continuè mutemur	37.19	vniversa quomodo habetur	268.8
Sanitas quomodo sumenda	26.29	Sanitatis tuendæ artis expertus Gal.	260.16
Sanitas similariũ partium quid	24.7	Sanitatis tuendæ Gale ni præcepta	259.4
Sanitas symmetria quædam	25.9	Sanitatis tuendæ moderatio nisi qui se submittant, cõmoda sentiunt maxima	40.22
Sanitas sumenda non est relatione facta ad quemlibet	30.28	Sanitatis tuendæ non leuis portio est exercitatio, & lassitudinis præcautio	202.9
Sanitatis custos optimus	16.4	Sanitatis tuendæ opus ignorantia medetur	263.14
Sanitatis perfectã cognitionem qui libri docent	24.19	Sanitatis tuendæ propositum quod	29.11
Sanitatis inculpatæ scopus	38.18	Sanitatis tuendæ studium in tribus consistit	76.11
Sanitatis ratio est vtriusque facultatis inueniendæ	15.22	Sanitati latitudo est	30.15
Sanitatis symmetria duplex	25.10	Sanitatẽ penitus ignorãtes, nec præsentem seruare, nec amissam restituere possunt	15.
Sanitatis tuendæ ars quæ promittit	264.3	Sanitatis tuendæ ars	25

I N D E X.

- Sanitatem quærimus ad vitæ functiones, & vt molestia careamus 29.24
- Sanitatē q̄ tuetur, quæ habere debeat 123.13
- Sanitates variæ quæ in latitudine spectantur, non differunt specie, sed solum secundum magis & minus 28.6
- Sani sunt non solū quorū mēbra absolutissimē suas operationes faciūt, & cætera 29.6
- Sanum dicitur magis & minus, vt album 25.21
- Sanum recipere magis & minus, demonstratōne duplici 25.26
- Scirrhus quid 70.23
- Semen & sanguis ex iisdem genere elementis constant 16.26
- Semen licet humidum fluxileq; sit, sanguine tamē est siccus 17.11
- Senectus quid 298.22
- Senectus quomodo dicitur morbus 31.27
- Senectus triplex 317.4
- Senis qd̄ propriū 294.11
- Seni cur consueto opere vtēdū sit, etiā si modicē noxiū sit 300.27
- Senes cōsuetis laboribus sunt exercēdi 272.19
- Senes humidos esse falso nonnullis quid persuasit 331.6
- Senes leuissimis rebus offenduntur, iuuenes grauissimis resistunt 278.25
- Senum corpus dimouendum 269.15
- Senū exercitationes p̄ valentiores corporis partes obeundē 272.6
- Senum particulæ quohabitu sunt 331.10
- Senū tēperamentū quisex toto nō nouerunt, qd̄ eos sefellit 294. 11
- Senibus inutilia quæ crassum efficiūt succum 283.23

I N D E X.

Senibus quorum mul- tus vsus cauendus 285.3	Gale. 286.25
Senibus solis imbecil- lis partibus non exer- citari suadet Gale- nus 274.16	Similarium partium sa- nitas, calidi, frigidi, humidi, & sicci sym- metria est 15.27
Senium ex morbo 298. 26	Similarium partiū eu- crasia, instrumenta- lium forma, positura, numerus, magnitudo functionum causæ 35.14
Senium frigidum & siccum qualiter cor- rigatur 269.4	Similibus vnūquodq; seruatur, cōtrariis au- tem alteratur 43.12
Senium siccitate fit 18. 18	Symmetria duplici ra- tione & perficitur & dicitur 25.10
Senibus salita omnia meliora sunt recenti- bus 285.22	Symmetriam in ipsis membris concludunt variā elementorū variā edita opera 26. 20
Seruāda sunt quorum beneficio functiones obeamus 35.12	Simplex inculpatumq; in omni genere cæte- ris omnibus nec sim- plicibus nec inculpa- tis ceu regula quædā præponendum 81.16
Siccus habitus quid in- dicat 268.5	Symptomata morboſa ad
Siccitatis culpa omne genitum corpus mor- tale fit 332.17	
Siccum principiū quo- usq; generationi im- miscendum 17.25	
Similago damnatur à	

I N D E X.

ad quam artem spectent	201.16	culpatus	336.19
Syndrome	305.15	Stegnosis quid, & unde	190.1
Singulis quod idoneū, fit duplex	329.24	Subiectum quod à recto paululum utroque;	
Somni à balneo utilitas & causa	220.26	versus recedit	88.25
Sordities in somno corporis unde	67.24	Substantia effluxa quomodo reparatur	19.23
Spiritus cohibitio exercitatio quædam est musculorum, & quorum	136.11	Substãtia genituræ nõ potuit humida seruari pro partium constitutione	17.15
Spiritus cohibitio quid fit, & quomodo non exigua portio est apotherapiæ	153.10	Subtransuersum quid	88.23
Spiritus cohibitus perfundatur ad transuersum ibidem	15	Succus crudus ubi in primis venis est, quã curam exigit	247.12
Spiritus efflatur cū maxima tensione musculorum qui costis insident, qui sunt in abdomine	155.12	Succus mali cydonii	241.20
Spiritus vehemēter impulsus quid agat	157.23	Succus crudus crassus, non tamen perpetuò glutinosus	341.26
Status in seruili vita in		Succi abundantis notæ ex somno & vigilia	221.16
		Succi herbarum frigidit	370.21
		Succi mali discernendi notæ	213.14

I N D E X.

- Succos colligit crudos post inanitionem prima diata 252.20
 Succos in primis venis crudos habentes, nec lauandi nec exercitandi sunt 225.4
 Succos qui congerunt, vitiosos si non perinde vt qui redundantiâ cogunt, vni tantum rei sunt intenti: quandoquidem nec vnica est vitiosi succi species 341.9
 Sudor quis 67.11
 Sudoris qualitas consideranda 214.10
 Suilla vehemens exercitium desiderat 341.3
TElephus grammaticus ferè centum annis vixit 280.11
 Temperamentum calidum 325.21
 Temperamentum calidum & humidum fluxionum vitiiis obnoxium est 313.1
 Temperamentum æquale magis nutrit id quod iucundius est 329.16
 Temperamentum *ἁποκρῶς* laudabile 37.8
 Temperamentum frigidum & siccum senum quam simillimum est temperamento 298.22
 Temperamentum frigidum, & tres frigidi temperamenti differentia 334.27
 Temperamentum frigidum quod cum humiditate coniungitur, malum 335.22
 Temperamentum optimum optimos mores facit 46.15
 Temperamenti calidi triplex natura 315.20
 Temperamentis ex contrariis contrariae habitudines ortae sunt 37.2
 Temperata à minimo non perdunt actionem suam

I N D E X.

fuum	33.15	Theonis redargutio	
Temperatæ naturæ omnis præceptū quodam cōmune	313.1	96.22	Theonis sententiã ex Hippocrate sumptã esse
Temperatum corpus quomodo est sibiipsi mensura	120.14	94.22	Theophrastus integrū volumē de lassitudinibus scripsit
Temperies optima in adolescentia corpus obtinet	323.19	166.28	Theriaces vsus senibus
Temperies optima nō est supra iustum calidis, frigidis, humidis, & siccis	36.17	286.5	Tibia sonantes
Tēperies sicca omnium pessima	335.4	155.18	Transpiratio, perspiratio, perflatus sensum fugiens
Tensio partium, & spiritus cohibitio cur adhibentur in apothecariis	152.14	67.17	Transuersum quod recto est cōtrariū
Tensiva lassitudo tensionis sensum habet, quoties sua sponte incidit	204.8	88.21	V Acuatione à maiore maiore subsequi astrictione
Tenuissimum excrementū quomodo facile eicitur	67.7	28	28
Terebinthina resina	296.29	321.29	Valetudinaria corpora duplicia
		245	Vas duplex quale
		11	11
		18.15	Vasa sanguinis spiritusq; flatu in latum aguntur
		70.21	Vasorum angustia unde
			Ve

I N D E X.

- Vehementiæ terminus quæ exercitationem facit 83.7
 Vehiculo quando gestari oportet 45.21
 Vena humeralis quando interna aut media sit secanda 251.13
 Vena incisa quid agendum si non febricitent ibi.12
 Vena quare bis eodem die secanda 250.25
 Venæ intestinorū nutrimentum in tenuioribus intestinis rapiunt 256.14
 Venarum & arteriarū excrementa 65.29
 Venas succum completi quibus æstimabimus 208.14
 Venter puerorum fricandus post concoctionem 53.12
 Venter intemperanter calidus cum frigido capite quomodo curatur 358.12
 Venter quem non probè concoquit panem 255.11
 Venter plenus si fricitur, quæ pericula sequuntur 199.16
 Venter quorum debilis est, & corpus biliosum, victus ratio qualis 354.9
 Venter sua ipsius causa nutrimentum cur suscipiat 256.6
 Ventris circa cibū functiones ibidem. 29
 Vētris intemperies ab iis quæ foris incidunt 70.1
 Vētris intemperies ab iis quæ intus sumuntur 69.23
 Ventris intemperies unde creantur ibi. 21
 Vētri frigido, aut etiā temperato, sed ad frigus propensiori, diospoliticō cōfert 358. 2
 Ventri quæ cōgruunt vnguenta 355.6
 Ven

I N D E X.

Ventre pleno & muscu- lis vicinis malè affe- ctis quid agendum 199.22	dum copiosiusq; red- dunt 369.24
Venus quibus aduersa est 335.14	Victus ratio frigidorū & siccorum 335.7
Venus ætate florenti- bus tantum est accō- moda 82.19	Victus ratio vnica con- uenit habentibus sto- machum imbecillum & ventrem astrictum 359.6
Venus siccis tempera- mentis inimicissima 332.13	Victus recta ratio mo- res p̄bos reddit 40.25
Verecundis augetur ca- lor 126.1	Victus speciem quate- nus intendere, remit- tere, aut augere opor- teat 332.25
Veritatis cognitio dif- ficulrates submouet 29.18	Vinum ad podagricos omnes affectus & ar- ticulares vtilius 245. 24
Vespertina frictio qui- bus utilis 199.1	Vinum adultis cur in- commodat 58.3
Veterum libros inter- prete egere docet Ga- lenus 106.1	Vinum quæ cōmoda affert 211.28
Victus ad lassitudines idoneus 177.8	Vinū flauum albo ca- lidius, si colorem spe- ctes 282.8
Victus ratio eorū qui bilem in ventre creāt 342.14	Vinum flauū calidius ibidem 19
Victus ratio eorū qui genitale semen cali-	Vinū frigidis & siccis tem

I N D E X.

- temperaturis vtilissi- uertitur , meraciore
 mum est 314.12 caput tentatur 231.25
 Vinum fuluum ad cō- Vina calidioris naturæ
 coctionem facere, te- 280.25
 nue albūmve ad vri- Vina crassa , dulcia, &
 nas 234.5 nigra cur fugienda
 Vinum melle conditū sunt 284.27
 podagricis aptum & Vina quæ in vētre diu
 calculosis 284.7 morantur, seni inepta
 Vinum sicuti pueris est sunt 283.7
 alienissimum, ita fe- Vina quibus naturis
 nibus est aptissimum danda 314.12
 280.24 Vlcerosæ lassitudinis
 Vinum succis attenua- curatio 171.20
 tis administrandum Vlcerosus sensus 203.
 223.26 22
 Vini delectus tenuis & Vltionis appetentia est
 crassi, & vina crassa & iræ accessorium, non
 nigra mali succi esse, autem essentia 125.29
 & tardè penetrare Vnctiones frigidæ ex
 234.17 papauere & mandra-
 Vini incommoda 58.5 gora cauendæ 371.26
 Vini pallidi flauī ac Vnctiones quæ ventri
 pinguis cōmoda 282 extrinsecus admouē-
 27 tur quales esse de-
 Vini qualitates pro se- beant 355.6
 nibus 283.23 Vnguentum foliatum
 Vino aliquibus dilu- nardino præstantius,
 tiore stomachus sub- & eius operationes
 311.1 ibi

I N D E X.

ibidem	15	lis sit sanguis, qui in
Vnguenta ventri con-		vasis continetur ibi-
grua ibidem	8	dem
Vomitus solum per-		13
mittitur, si citra aliū		Vrinas senibus quoti-
affectum est crudorū		die mouēdas, & aluū
humorum abundan-		soluendam
tia in primis venis		295.18
236.20		Vtilitas contrarietatis
Vrina æstimationem		maior in affectibus,
postulat consistētiæ,		quàm expressit Hip-
coloris, & contento-		pocrates: quæ sumi-
rum	215.9	tur ab artis fine, &
Vrina quæ notat ibi-		claritatis ratione, quo-
dem	18	niā in ratione docen-
Vrina dignoscitur, qua		di clariora præcedūt
		102.7

F I N I S.

Saltee

