

daß man sie einsalze, oder sonst eine Hülffe thue, es sey nun Fleisch, Eyer, oder sonsten Zugemüse, das Brodt aber verfaulet nicht, wird auch nicht riechend, wenn es alt, so wird es zwar dürr und schimmlich, aber nicht faul.

Derowegen, wer einen gesunden und starcken Leib behalten will, der etwas dauern kan, der esse wohl Brod zu, und dessen desto mehr, wenn er etwas arbeiten soll, oder sich starck bewegen. Hingegen so mögen die Valetudinarii, oder die sonst schwaches Leibes sind, und einen blöden Magen haben, desto weniger Brodt essen, und sich viel mehr mit Suppen und weicher Speise, welche leichtlich durch die Adern gehen, erhalten u. ernährē.

Das XVI. Capitel.

Wachsthum der Menschen, wie dieses geschehe?

Die Mittel-Strasse ist die accurateste Nichtschnur aller Dinge, wo diese fleißig beobachtet wird, da kan nichts anders, denn alles Gutes folgen. Ein Trunck Wein erfreuet des Menschen Herz, aber die Mittel-Strasse überschritten, und sich darinnen übernehmen, machet freche Leute, und durch sein Feuer verzehret er unsere Kräfte; Also verhält sichs auch mit der Nahrung und Wachsthum der Menschen, wenn wir in den Schranken der Mäßigkeit bleiben, weder zu viel essen, noch trincken, so können wir geraume Zeit gesund bleiben, und unser Leben, nach Gottes Willen, hoch bringen. Durch Überfüllung unsers Magens, wird die natürliche Wärme desselben ersticket, und durch allzuviel Feuchtigkeit wird verhindert, daß

heimlich. II. Th.      Ff      der

Der Leib, absonderlich bey Kindern, seine rechte Länge nicht bekommen kan.

Man siehet, was die richtige Stunde zum Essen zu unserm Wachsthum und Gesundheit beytrage, absonderlich, wenn man mäßig speiset. Es werden zwar diese Leute nicht sonderlich fett, bekommen auch nicht übrig Fleisch, sie wachsen aber um desto mehr in die Länge, und die Knochen werden sonderlich starck. Wir sehen, daß die Knaben und Junggesellen, in langwierigen Kranckheiten zwar am Fleische abnehmen, und dürre werden, dennoch aber in die Länge wachsen und grösser werden, welches alles wegen der Trockenheit geschicht.

Denn weil die Gebeine des Menschen die härtesten und trockensten Glieder sind, so wollen sie auch gleichmäßig durch trockene Leibes-Nahrung ernähret seyn und zunehmen. Wenn aber der Mensch krank ist, so wird das Geblüt, und alle zu sich genommene Speise, durch die Hitze und Dürre der Natur des Leibes, eine trockene Nahrung, davon denn nachmahls alle Gebeine, als die mehr bequemer trockner Nahrung, als sonst haben, grösser erwachsen, und der ganze Leib in die Länge zunimt, fürnehmlich, wenn der Mensch in dem Alter ist, da der Leib zu wachsen pfeget, und wie ein weicher schmeidiger Thon in die Länge sich bilden lässet.

Ein jeder Mensch hat seine bestimmte Zeit zu wachsen, und gewisse Maasse der Länge, dadurch er allmählich aufwächset, und schön groß, oder ungestalt klein wird. Die Wachsthums-Krafft darinne ein Mensch in die hohe Länge am Leibe zunimmt, erstreckt sich gar selten über 25. Jahr; Der meiste Theil



Theil der Leute hören auf zu wachsen in dem ein und zwanzigsten Jahr ihres Alters. Daher geschichts auch, daß die Zähne, welche nach dieser Zeit ausfallen, dem Menschen nicht wieder wachsen, so wohl auch die zerbrochene Knochen und Knöchel, nach dieser Zeit, nicht so hart verheilen, darum daß die Gliedmassen aus der Natur des Elterlichen Saamens, und nicht aus dem Blut geböhren worden seyn.

Fett und dicken Leibes werden, oder in die Breite zunehmen, das geschieht nicht zu gewisser Zeit, sondern wegen voller Nahrung, wenn man des Leibes wohl wartet, es sey nun in denen jungen Jahren, oder im Alter. Es mag einer noch so delicat leben, als er immer wolle, so wächst er doch davon nicht in die Länge, sondern in die Dicke, wird feist und breit. Es sind vornemlich zwey unterschiedliche Würckungen des Leibes eine, dadurch sich der Leib nähret, die andere, dadurch der Leib aufwächst. Die erste bestehet nur in voller Nahrung, die andere kömmt fürnemlich den Knochen, Gebeinen, Knorpeln, Senn Adern und dergleichen zu gut. Diese harte Glieder des Leibes, wenn sie wachsen und in die Länge zunehmen, so wird der ganze Leib hoher Statur, nach Art der Nahrung, ob man viel oder wenig zu essen hat.

Bey Ausarbeitung der Gebeine, den Menschen größer zu machen, so lästet die Natur die Hitze würcken, dadurch das Geblüt und alle zu sich genommene Speise, truckener und eine bequemere rechte Nahrung der Knochen und Gebeine werden

möchten; Denn es kan nichts wachsen, wo ihme feine rechte und bequeme Nahrung mangelt. Der Anfang und Ende unsers Leibes bestehet in dreyen Stücken. Erstlich, daß alle Gliedmassen gebohret und gebildet werden; nachdem, daß sie bis zum rechten Alter aufwachsen, und in die Länge, Breite, Dicke zunehmen, oder grösser werden, und endlich, damit nach vollkommenen Alter der Leib die übrige Lebens-Zeit ausdauern und bestehen könne, daß sie gute Nahrung haben, dadurch dasjenige, was dem Leibe täglich abgezehret wird und verschwindet, wird, ob er schon nicht mehr wächst.

Aus welchen erhellet, daß die natürliche Krafft zu wachsen, oder grösser zu machen, allein die ist, die da die Gebeine der Francken Leute an Fiebern, wie ein Wachs in die Länge zeucht und grösser macht, durch die Hitze und Krafft des Elterlichen Saamens. Welche sich von Jugend auf zur Milch gewöhnen, und fleißig arbeiten, die werden gemeinlich hohes Leibes und schöner Gestalt; Die innerliche Hitze wird durch die Nahrung immer grösser, und durch die Milch bekommen die Knochen desto mehrer Nahrung, darum, daß die Milch mit dem natürlichen Saamen der Eltern eine Verwandniß hat, und ein besser ausgearbeiteter Blut ist. Also haben durch Brodt die Senn-Adern gute Nahrung, und werden stärker, durch feuchte Speise aber, als Suppen, das Fleisch, welches man an denen Ochsen observiren kan, welche durch feuchte Weide feist werden, mercklich zunimmt.

Das