

sieben mahl, 1 Sam. 2. Bis daß die unfruchtbare  
7. gebahr. Sieben mahl habe ich dich in dem Tage  
geliebet, Prov. 26. Ein Narr ist weiser in seinen Ge-  
dancken, denn sieben, die da vernünftigen Bescheid  
geben. Also auch die Heyden und Welt-Weisen,  
haben viel von der siebenden Zahl gehalten, da sie  
grosse Veränderung in allen Dingen durch sieben  
entsöhnen, die Monden-Viertel durch sieben gerech-  
net, sieben Planeten u. sieben freye Künste gezehlet.

Das XXI. Capitel.

**Welches besser sey, über Fische wenig auf  
einmahl und oft trincken, oder desto seltener  
und grössere Trüncke thun?**

**E**n grosses Stück menschlicher Gesundheit, be-  
siehet in richtiger Ordnung und Gebrauch des  
Essens und Trinckens. Vom Brodte ist oben  
schon geredet worden, jeko soll etwas wenigens vom  
Tranck gemeldet werden, wie man denselben recht  
gebrauchen soll.

Erstlich kan man zwar einem rechten gesunden  
Menschen keine so genaue Ordnung des Tran-  
ckes fürsreiben, und viel Leute haben ihre sonder-  
liche Weise des Trinckens sich angewehnet, welche  
sie ohne Schaden ihrer Gesundheit und Gefahr  
nicht wohl abgehen mögen. Dahero es wol am  
sichersten, daß ein jeder, nach Gestalt seines Al-  
ters, oder der Zeit, starcken oder schwachen Ge-  
träncks, lebe, und wäre gut, daß ein jeder nicht  
mehr trincke, als er benöthiget, beydes den Durst  
zu löschten, und der Speise ihre richtige Feuchtig-  
keit zu geben, doch daß sie nicht im Magen schwim-  
men

men

men möge. Dahero es am besten, daß man während der Mahlzeit immerdar zwischen dem Essen den Leib mit ein wenig Trinken erquicket, und die Speise allmählich einweiche, daß sie desto leichter, nach vollbrachter Dauung, durch die kleinen Naderlein der Leber gehen, und dem ganzen Leibe zur Nahrung kommen kan. Denn alle Trunkenheit, oder was sonst zu viel, ist schädlich, denn es machet die Glieder lahm und zittern. Wir sollen allen Trancck, der da truncken machet, mäßig brauchen, und darinnen denen Fleischern nachfolgen, wenn sie Fleisch einsalzen, daß sie solches in Stücke zerhauen, und Reihenweise einlegen, und denn das Salz oder die Lacken auf alle Reigen darzwischen sprengen und fleißig einmachen. Wir sollen die Speise gleichfalls, welche wir ordentlich zu uns genommen, immerdar ein wenig mit Trancck besprengen und mäßig befeuchten.

Nach dem Essen aber, wenn man eine gute Weile nicht getruncken, und die Dauung des Magens angefangen, ist nicht gut, daß man trincke und die angefangene Dauung stöhre. Es werden dadurch alle natürliche Kräfte und Wirkungen des Magens, die nun im Wercke sind, dadurch gehindert, und wird die Speise nicht recht gekocht oder gedauet. Denn gleichwie die Köpffe und Siegel am Feuer aufhören zu sieden und zu kochen, wenn man kalt Wasser zugeust; Also wird der Magen durch das unzeitige und unmäßige Trinken zwischen der Mahlzeit von der rechten Dauung zustöhret und gehindert, daß er entweder die Speise nicht recht gut dauet, oder ja zu langsam fertig machet.

Da

Dadurch kömmt alsdenn ein grober ungedauerter Chylus in die kleine Niderlein der Leber und des ganzen Leibes, und verursachet daselbst Verstopfung und innerliche Fäulnisse, einen Ursprung aller Fieber und anderer Kranckheiten. Welches auch denen wiederfähret, die da im Anfang des Essens, oder so bald, wenn sie sich zu Tische setzen, grosse Trüncke in sich gießen, und dadurch die Speise aus dem Magen schweimen, ehe denn daß sie recht verdauet ist. Wäre wohl am besten, daß man unter dem Essen nicht so ungestüm in den Magen eingöffe, sondern nach und nach, wenig und oft trincke, damit sich Speise und Trancß wohl mit einander vermischen können, und zugleich wohl gedauet werden. Welches auch denen insonderheit von nöthen, welche weite Gänge und grosse Adern haben.

Welche sich aber gewehnet haben über der Mahlzeit nichts zu trincken, sie haben denn dieselbe halb vollbracht, dieselben sollen alsdenn einen ziemlichen grossen Truncß thun, damit der Truncß in dem Magen überall erweiche, und sich vermische. Desgleichen ist's denen, die an hitzigen Fiebern liegen, und immerdar trincken wollen, auch besser, daß sie einen starcken Truncß thun, aber doch nicht geitzig, sondern fein langsam, und sollen sich Zeit darzu nehmen, denn auf diese Weise wird der ausgedorrte Magen desto mehr geseuchtet, und kömmt der Trancß nicht so bald in die Blase; Denn ein klein Trüncklein bey den Krancken, ob sie schon wenig und oft trincken, löschet weder den Durst, noch die Hitze, sondern mehrerts vielmehr; Es gehet bey ihnen her, wie bey den Schmieden in der

Heimlichk. II. Th.                      G g                      Esse,

Esse, welche, so oft sie die Kohlen mit Wasser besprennen, desto hefftiger brennen sie. Doch ist zu mercken, daß etliche Krancken durstig werden, und immer trincken wollen, allein von wegen der Matigkeit, daß sie von Kräfften kömnen und ausgedorret sind, diesen kan man fein langsam und gelinde den Durst lindern, und allzu grosse Trüncke ihnen nicht zulassen, darum, daß also der Franck die ausgedorreten besser feuchtet, und dieselben wegen Schwachheit grosse Trüncke nicht vertragen.

Noch ist zu gedenccken, daß dies so an der Schwindsucht verzehret werden, oder durch andere Kranckheiten vom Fleisch kommen seyn, leichter harte Speisen hinab bringen können, als den Franck; Und dieses geschiehet darum, weil die harte Speise schwerer ist; und dadurch die Kehle weiter eröffnet und niedergedruckt wird, daß das Essen eher durch gebracht werden kan, denn irgend ein Franck. Weil auch in solchen Leuten die Kehle und die Speise-Röhre gar zusammen gerunzelt und verschrumpen sind, also, daß beyde Seiten sich schliessen, so kan der Franck wegen seiner Leichte die beyden Seiten der Kehlen und Speise-Röhre nicht so leicht von einander bringen, vielweniger durch kommen, es sey dann, daß sie einen grossen Franck thun, da sich die Kehle eröffnet, und der Franck hinunter läufft: Welches auch geschicht in Sichtbrüchtigen Leuten, und denen, die vom Schlage gerühret seyn, wenn alle Glieder lahm, und doch essen und trincken können. Denn dieweil die Lebens-Geister, die vom Haupt und Gehirn in die Senn-Adern kommen und die Glieder bey-

de beweglich und empfindlich machen, so subtil und zart sind, so können in solchen Kranckheiten dieselbigen nicht mehr in die Senn-Adern gehen, davon die Glieder lahm werden, und oft auch nicht mehr fühlen; aber die Speise und Franck, als die da schwerer sind, drücken durch, daß sie so wohl, als das Geblüt den lahmen Gliedern zur Nahrung kommen können. Und wer siehet nicht, daß die Sonnen-Strahlen durch die schwarze Wolcken nicht können durchkommen, da doch diß ein schwerer Hagel leichte thut. Dahero sich niemand verwundern darff, woher es komme, daß die lahmen Leute am Schlage ihrer Nahrung durchs Geblüt zu sich lassen, und doch sonst lahm und alles Fühlens beraubt sind; Denn die Speise durchdringet das Geblüt und alle Nahrung, wegen ihrer schweren Natur, durch weite etuctus, biß zu den lahmen Gliedern, welches die subtilen Geister, wegen ihrer subtilité nicht thun können, die Senn-Adern auch der sinnlichen Krafft beraubt sind, daß sie weder fühlen noch sich bewegen; Die Nahrung aber kommt zu allen Gliedern durch andere Wege, als durch die Senn-Adern, nemlich durch die Adern und andere Gänge des Leibes.

Das XXII. Capitel.

Warum alles, was zu hurtig und frühzeitig zum Verstande kömmt, nicht lange währet, absonderlich die Kinder?

GLEICHwie alle Kräuter und Bäume, welche in Gemächs-Häusern, den Winter über durch Feuer und Kunst zur Blüte gezwungen werden,

§ 2

oder